|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Ngày dạy | / | / | / | / |
| Lớp | 8A1 | 8A2 | 8A3 | 8A4 |

**KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II**

**(BÀI THỂ DỤC NHIP ĐIỆU)**

**GDTC- Lớp 8**

**Thời gian thực hiện: ( 1 tiết) - Tiết 52**

**I. Mục tiêu**

# 1. Kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được động tác, biên độ, động tác của bài thể dục nhịp điệu.

**2. Năng lực:**

**2.2 Năng lựcchung.**

-Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bàihọc.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.\

-:Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáoviên.

# 2.1 Năng lực đặc thù.

-Năng lực vận động cơ bản**:** Học sinh thực hiện nhịp nhang đẹp, được biên độ động tác bài thể dục nhịp điệu

- Năng lực chăm sóc sức khoẻ: Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khoẻ. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

3. **Phẩmchất**

- Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vậnđộng.

-Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, gúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện.

- Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

**\* HSKT:** Biết được nội dung bài học, biết quan sát được những động tác ở mức đơn giản.

# II. Thiết bị dạy học và học liệu.

**1. Địa điểm:** Sân trường

**2. Giáo viên:** SGK, KHBD, sơ điểm cá nhân, trang phục thể thao, còi,

**3. Học sinh:** SGK, trang phục thể thao theo quy định, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

# III. Tiến trình dạy và học.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LVĐ** | **Tổ chức thực hiện** | | | | |
| **Hoạt động của Gv** | | **Hoạt động của HS** | | |
| **Hoạt động 1: Mở đầu (8-9phút)**  **a. Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập,hoàn thành LVĐ khởi động và biết cách chơi trò chơi hỗ trợ khởi động. Tạo tâm thế hứng thú cho học sinh và từng bước làm quen bài học.  **b. Nội dung:** GV trình bày vấn đề, HS trả lời câu hỏi.  **c. Sản phẩm:** HS lắng nghe và tiếp thu kiến thức, học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập, học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn và biết cách chơi trò chơi hỗ trợ khởi động.  **d. Tổ chức thực hiện:** | | | | | | |
| \* Nhận lớp. - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.  **\* Khởi động chung:** Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân; Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang.  **\* Khởi động chuyên môn.**  *+* Chạy tại chỗ; Cúi gập đánh tay | 1Vòng  2l x 8n  2l x 8n  1- 2 lần | -GV nhận lớp, hỏi han tình hình sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.  - Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.  - Gv phổ biến cách chơi, luật chơi trò chơi  - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói nhận xét đánh giá. | | - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.  - HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học.  - Cs lớp tổ chức khởi động. - Đội hình nhậnlớp. - Hs chạy nhẹ nhàng 1 vòng sân  - Cán sự điều hành khơi động  - Đội hình khởi động chung.    - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động. | | |
| **2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)** | | | | | | |
| **3. Hoạt động 3: Luyệntập (30 phút)** | | | | | | |
| **a. Mục tiêu:** Học sinh biết và thực hiện cơ bản động tác bài thể dục nhịp điệu  **b. Nội dung:** Kiểm tra bài thể dục  **c. Sản phẩm:** Học sinh thực hiện được biên độ động tác bài thể dục nhịp điệu  **d. Tổ chức hoạt động** | | | | | | |
| - Thực hiện bài thể dục nhịp điệu | 8- 10 lần | Gv phổ biến nội dung thi  - Gv gọi 4 học sinh lên thực hiện | | | - Lần lượt 4 học sinh lên thực hiện.  - Đội hình thực hiện.   |  | | --- | | xxxxxxxxx  xxxxxxxxx  xxxxxxxxx  xxxxxxxxx  x x | | |
| **4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)** | | | | | | |
| **a. Mục tiêu:**  - HS biết lựa chọn bài thể dục đê tập luyện hàng ngày  - Học sinh biêt cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.  - Học sinh biêt cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà  **b. Nội dung:** Thực hiện đúng bài thể dục  **c. Sản phẩm:** Học sinh lựa chọn được bài thể dục đê tập luyện hàng ngày.  - Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.  - Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.  **d. Tổ chức thực hiện:** | | | | | | |
| - Em hãy lựa chọn bài thể dục đê tập luyện hàng ngày được không?  **\* Hồi tĩnh:**  - Thả lỏng cơ toàn thân  (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)  **\* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:**  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà  **\* Xuống lớp:** | 3 hiệp  (5-7 phút) | | - GV nêu yêu cầu nội dung cho hs ghi nhớ  - Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học  - Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác)  - Gv hô TD | | | HS lựa chọn bài thể dục để tập luyện hàng ngày  - HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh  - HS chú ý lắng nghe.  - HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng.  - Hs hô khoẻ |