***TUẦN 20 - LỚP 4***

**CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN**

**BÀI 5: BẬT NHẢY TÁCH CHÂN (Tiết 1)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**\* Nội dung kiến thức:**

- Tự xem trước cách thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang trong sách giáo khoa.

- Thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**\* HS có cơ hội được phát triển năng lực phẩm chất sau:**

**- Năng lực:**

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

**- Phẩm chất:**

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt( tập thể), tập theo nhóm.

**IV. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**  **\* Nhận lớp:**  - Khởi động  - Xoay các khớp cổ  tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi: ‘ Làm theo yêu cầu”  **II. HĐ hình thành kiến thức mới:**  **- Kiến thức.**  + Học: Động tác bật nhảy tách ngang  **III. HĐ** **Luyện tập:**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức”    - Bài tập PT thể lực:  **HĐ vận dụng**  **IV. HĐ Kết thúc:**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà,xuống lớp. | 4 -6 ph  8 -10 ph  8 -10 ph  4- 6ph | - GV nhận lớp thăm hỏi sức khỏe HS phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học.  - GV HD học sinh khởi động  - GV hướng dẫn chơi  - Gv nhận xét, tuyên dương  - Cho HS quan sát tranh(nếu có)  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  -Cho 1 tổ lên thực hiện động tác  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - GV hô - HS tập theo GV.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  -Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần  - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi.  - Đội hình hs tập luyện  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Hs quan sát, nhận xét  - Đội hình HS quan sát  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🚹**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ĐH tập luyện theo tổ  🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn  HS tham gia chơi tích cực.  -HS chạy kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

**V. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT HỌC:**

………………………………………………………………………………………

---------------------------------------------------------------------------------------------

**BÀI 5: BẬT NHẢY TÁCH CHÂN (Tiết 2)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**\* Nội dung kiến thức:**

- Tự xem trước cách thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang trong sách giáo khoa.

- Thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang. Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác bật nhảy tách ngang.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**\* HS có cơ hội được phát triển năng lực phẩm chất sau:**

**- Năng lực:**

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

**- Phẩm chất:**

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC:**

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. PHƯƠNG PHÁP VÀ HÌNH THỨC DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt( tập thể), tập theo nhóm.

**IV. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**  **\* Nhận lớp:**  - Khởi động  - Xoay các khớp cổ  tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi: ‘ Làm theo yêu cầu”  **II. HĐ hình thành kiến thức mới:**  **- Kiến thức.**  + Học: Động tác bật nhảy tách ngang  **III. HĐ** **Luyện tập:**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  Trò chơi “Nhảy ô tiếp sức”    - Bài tập PT thể lực:  **HĐ vận dụng**  **IV. HĐ Kết thúc:**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà,xuống lớp. | 4 -6 ph  8 -10 ph  8 -10 ph  4- 6ph | - GV nhận lớp thăm hỏi sức khỏe HS phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học.  - GV HD học sinh khởi động  - GV hướng dẫn chơi  - Gv nhận xét, tuyên dương  - Cho HS quan sát tranh(nếu có)  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  -Cho 1 tổ lên thực hiện động tác  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương  - GV hô - HS tập theo GV.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  -Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần  - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi.  - Đội hình hs tập luyện  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Hs quan sát, nhận xét  - Đội hình HS quan sát  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **🚹**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ĐH tập luyện theo tổ  🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn  HS tham gia chơi tích cực.  -HS chạy kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

**V. ĐIỀU CHỈNH SAU TIẾT HỌC:**

………………………………………………………………………………………