***TUẦN 17- LỚP 3***

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

**BÀI 3: PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA**

**CÁC CHƯỚNG NGẠI VẬT KHÁC NHAU (tiết 4)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

 **\* Nội dung kiến thức:**

- Học phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật thấp với động tác bước ngang và vượt chướng ngại vật cao. Bước đầu biết cách thức thực hiện động tác. Tự sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện, để thực hiện nhiệm vụ học tập.

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

- 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.

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện động tác phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật thấp với động tác bước ngang và vượt chướng ngại vật cao. trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

**\* Học sinh đạt được một số 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

- NL giải quyết vấn dề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.

- Tích cực, trung thực và chăm chỉ trong tập luyện.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Tranh ảnh động tác phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật thấp với động tác bước ngang và vượt chướng ngại vật cao, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... **3. Trò chơi.**- Trò chơi *“Bật cóc qua vòng tròn”.***II. Hoạt động hình thành kiến thức.****\* Phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật thấp với động tác bước ngang và vượt chướng ngại vật cao.** + TTCB: Đứng tự nhiên+ Động tác: Đi thường về trước, khi gặp chướng ngại vật thấp thì xoay người bước ngang qua, rồi xoay người theo hướng di chuyển tiếp tục đi thường khi gặp chướng ngại vật cao thực hiện đi vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi; sau đó đi thường về đích.+ Kết thúc: về TTCB **III. Hoạt động luyện tập.****1. Phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật thấp với động tác bước ngang và vượt chướng ngại vật cao.***Tập đồng loạt**Tập theo tổ nhóm**Thi đua giữa các tổ* **2.Trò chơi** *“Chuyển hàng”.***IV. Hoạt động kết thúc**- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học (vận dụng).- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 4- 6 phút20-25 phút10-15 phút4-6 phút | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.- Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.- Gv quan sát, uốn nắm và sửa sai cho Hs.- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.- Hs tập theo Gv.- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.- Cho Hs chơi thử.- Tổ chức cho Hs chơi.- GV hướng dẫn.- Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* GV- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.- Hs thay phiên nhau hô nhịp. \* \* \* \* \*\* \* \*\* \*\* \* GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.- HS thực hiện thả lỏng- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI HỌC**

………………………………………………………………………………………

**ÔN TẬP KIỂM TRA – SƠ KẾT HỌC KỲ I**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

 **\* Nội dung kiến thức:**

- Tự chủ và tự học: Học sinh thực hiện được các động tác di chuyển vượt chướng ngại vật thấp, cao và phối hợp di chuyển vượt qua các trướng ngại vật khác nhau. Để thực hiện nhiệm vụ học tập.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác với các bạn trong lớp.

**\* Học sinh đạt được một số 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.

- Biết cách thức tiến hành kiểm tra các nội dung đi theo các hướng để chủ động thực hiện hiệu quả theo yêu cầu.

**Phẩm chất:**

- Tích cực, trung thực, chăm chỉ trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Chủ động trong các giờ kiểm tra của các nội dung sau.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... **3. Trò chơi.**- Trò chơi “ *Diệt các con vật có hại”***II. Hoạt động luyện tập****\*** Ôn di chuyển vượt chướng ngại vật thấp, cao và phối hợp di chuyển vượt qua các trướng ngại vật khác nhau.**\*Kiểm tra nội dung** - Di chuyển vượt chướng ngại vật thấp, cao và phối hợp di chuyển vượt qua các trướng ngại vật khác nhau- Kiểm tra theo tổ, Gv lựa chọn nội dung kiểm tra.**IV. Hoạt động kết thúc**- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học (vận dụng).- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | 4- 6 phút18-22 phút4-6 phút | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.- Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự.- Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung giậm chân tại chỗ, đứng lại.- GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.- Chú ý cách thực hiện điểm số của hs.- Sau khi các tổ thực hiện song các nội dung Gv nhận xét chung phần tập luyện của cả lớp.- Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.- GV hướng dẫn.- Gv cùng hs hệ thống lại bài (Gv nêu câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- Hs thay phiên nhau hô nhịp.\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* GV- HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.- Lần lượt các tổ lên kiểm tra theo khẩu lệnh của GV. Các tổ còn lại quan sát, nhận xét. GV \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- HS thực hiện thả lỏng- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (Hs trả lời câu hỏi). GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI HỌC**

………………………………………………………………………………………