**Ngày soạn: 13/01/2024**

**Ngày dạy:** **15/01/2024**

Tuần 19: **Tiết 37 : BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH : Một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:**  -Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu. | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N10 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:**  giao bài tập về nhà | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 13/01/2024**

**Ngày dạy: 15/01/2024**

Tuần 19: **Tiết 38 : BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH :Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 10(N 1-N10)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N10 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:**  giao bài tập về nhà | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 19/01/2024**

**Ngày dạy:** **22/01/2024**

Tuần 20 : **Tiết 39 : BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH : Ôn từ N1-10 Bài TDLH học từ nhịp 11 đến nhịp 20 (N 1-N20)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N20 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 19/01/2024**

**Ngày dạy: 22/01/2024**

Tuần 20: **Tiết 40: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH : Ôn từ N1-10 Bài TDLH học từ nhịp 11 đến nhịp 20(N 1-N20)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 20(N 1-N20)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N20 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 26/01/2024**

**Ngày dạy:** **29/01/2024**

Tuần 21: **Tiết 41: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH : Ôn N1-20, Học từ nhịp 21 đến nhịp 30 (N 1-N30)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp30(N 1-N30)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N30 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 26/01/2024**

**Ngày dạy: 29/01/2024**

Tuần 21: **Tiết 42: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu** :

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH : Ôn N1-20, Học từ nhịp 21 đến nhịp 30 (N 1-N30)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 10' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp30(N 1-N30)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N30 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 20' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** Tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 16/2/2024**

**Ngày dạy: 19/2/2024**

Tuần 22: **Tiết 43: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

-Bài TDLH: Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 30 (N 1-N30)

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **b. Nội dung**: một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác khởi động, Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật: một số động tác bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp30(N 1-N30)  b) Nội dung: một số động tác Bài TDLH từ nhịp 1 đến nhịp 30(N 1-N30)  c) Sản phẩm: Thực hiện được N1-N30 bài TDLH.  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 16/2/2024**

**Ngày dạy: 19/2/2024**

Tuần 22: **Tiết 44: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN - CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I. Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, Tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 23/02/2024**

**Ngày dạy: 26/02/2024**

Tuần 23: **Tiết 45: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I. Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, Tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 23/02/2024**

**Ngày dạy: 26/02/2024**

Tuần 23: **Tiết 46: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, Tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 01/3/2024**

**Ngày dạy: 04/3/2024**

Tuần 24: **Tiết 47: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 01/3/2024**

**Ngày dạy: 04/3/2024**

Tuần 24: **Tiết 48: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **A. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 08/3/2024**

**Ngày dạy: 11/3/2024**

Tuần 25: **Tiết 49: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 08/3/2024**

**Ngày dạy: 11/3/2024**

**Tuần: 25 Tiết 50: KIỂM TRA GIỮA KÌ BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN**

**I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**

**1. Kiến thức**:- Kiểm tra lại nhưng kiến thức HS đã học của bài thể dục liên hoàn, đồng thời khắc sâu kiến thức đã học qua giờ kiểm tra.

**2. Kĩ năng**:- Rèn luyện khả năng phát triển tư duy cho bản thân, liên hệ thực tế, liên hệ bản thân.

**3.** **Thái độ:-** GDHS ý thức nghiêm túc, trung thực trong giờ kiểm tra

**4. Phát triển năng lực:** - Tư duy, giải quyết vấn đề.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

1. **Đối với giáo viên : trang phục, giàyTT đúng qui định**
2. **Đối với học sinh : trang phục, giày phù hợp cho luyện tập**

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | | **Hoạt động của học sinh** |
| **A. Mở đầu 5’** | | |
| a) Mục tiêu: Biết tên và thực hiện được một số bài tập khởi động để cơ thể thích nghi dần với nội dung bài học.  b) Nội dung: Bài thể dục phát triển chung; Xoay các khớp; Ép dây chằng dọc, ngang  c) Sản phẩm: HS thực hiện được các bài tập khởi động  d) Tổ chức thực hiện: | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  GV yêu cầu lớp trư­ởng điều khiển quá trình khởi động: Bài thể dục phát triển chung, Xoay các khớp; Ép dây chằng dọc, ngang  - GV quan sát và đôn đốc quá trình khởi động của HS.  \* GV kết luận, nhận định: GV nhận xét quá trình khởi động của cả lớp. | | \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - Lớp trưởng điều khiển cả lớp thực hiện bài khởi động  - HS khởi động tích cực.  - ĐH khởi động:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  \* Báo cáo, thảo luận: Lớp trưởng báo cáo kết quả hoạt động của lớp |
| **B. Nội dung kiểm tra 35’** | | |
| **Bài thể dục liên hoàn** | | |
| **a. Mục tiêu:** thực hiện được Bài thể dục liên hoàn  **b. Nội dung:** GV trình bày yêu cầu về nội dung kiểm tra, HS trả lời câu hỏi, thực hiện theo yêu cầu  **c. Sản phẩm học tập:** HS vận dụng kiến thức đã học để thực hiện tốt kĩ thuật.  **d. Tổ chức thực hiện** | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  -Cách cho điểm :  Điểm cho theo 2 mức :Đạt (Đ)và chưa đạt (cđ)  -Đ: thực hiện đúng đều đẹp bài TDLH  -chưa đạt : chưa thực hiện đúng kĩ thuật và thành tích đạt dưới mức đạt    \* GV kết luận, nhận định:  - GV đánh giá nhận xét quá trình tập của HS và sửa sai kĩ thuật. | - HS biết phát hiện ra sai sót và biết cách khắc phục  -Kiểm tra làm nhiều đợt, mỗi đợt 3-5 hs, thực hiện bài thể dục liên hoàn 30 động tác  trường hợp đặc biệt gv tự quyết định  x  x  x  gv  xxxxx  xxxxx  Hs nghe gọi tên nhanh chóng vào vị trí  \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - HS thực hiện, cả lớp quan sát và đưa ra nhận xét.  - Rút kinh nghiệm và tiếp thu kĩ thuật | |
| 1. **Kết thúc 5’** | | |
| a) Mục tiêu: Biết tên và thực hiện được một số bài tập thả lỏng để đưa cơ thể về trạng thái bình thường một cách hợp lí  b) Nội dung: Tập động tác điều hoà, hít thở sâu, rũ chân - tay  c) Sản phẩm: HS thực hiện được các động tác thả lỏng  d) Tổ chức thực hiện: | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  GV yêu cầu lớp trư­ởng điều khiển quá trình thả lỏng: Tập động tác điều hoà, hít thở sâu, rũ chân - tay  - GV quan sát và đôn đốc quá trình thả lỏng của HS.  \* GV kết luận, nhận định: GV nhận xét quá trình thả lỏng của cả lớp. | \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - HS thả lỏng tích cực, đưa cơ thể về trạng thái bình thường một cách hợp lí  - ĐH thả lỏng:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  \* Báo cáo, thảo luận: Lớp trưởng báo cáo kết quả hoạt động của lớp | |

**Ngày soạn: 16/3/2024**

**Ngày dạy: 18/3/2024**

Tuần 26: **Tiết 51: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN - CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 16/3/2024**

**Ngày dạy: 18/3/2024**

Tuần 26: **Tiết 52: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN - CẦU LÔNG**

**Bài 1: Kĩ thuật phát cầu thuận tay (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Kĩ thuật phát cầu thuận tay

- Một số điều luật

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác khởi động, kĩ thuật phát cầu thuận tay, một số điều luật

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật phát cầu thuận tay  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ,kĩ thuật phát cầu thuận tay  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: tập bài TDLH ; cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật phát cầu thuận tay  b) Nội dung: kĩ thuật phát cầu thuận tay  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật phát cầu thuận tay .  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 22/3/2024**

**Ngày dạy: 25/3/2024**

Tuần 27: **Tiết 53: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn:**

**Ngày dạy:**

Tuần 27: **Tiết 54: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 28/3/2024**

**Ngày dạy: 01/4/2024**

Tuần 28: **Tiết 55: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 28/3/2024**

**Ngày dạy: 01/04/2024**

Tuần 28: **Tiết 56: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 05/4/2024**

**Ngày dạy: 08/4/2024**

Tuần 29: **Tiết 57: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **A. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 05/4/2024**

**Ngày dạy: 08/4/2024**

Tuần 29: **Tiết 58: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a. Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b. Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 12/4/2024**

**Ngày dạy: 15/4/2024**

Tuần 30: **Tiết 59: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 12/4/2024**

**Ngày dạy: 15/4/2024**

Tuần 20: **Tiết 60: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải

- Bài tập phối hợp

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được kĩ thuật một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a. Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b. Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ kĩ thuật, nắm được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp.  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số động tác bổ trợ, kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  b) Nội dung: kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  c) Sản phẩm: Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao tay bên phải, bài tập phối hợp  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm  - Đội hình tập luyện  - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn:19/4/2024**

**Ngày dạy: 22/4/2024**

Tuần 31: **Tiết 61: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 19/4/2024**

**Ngày dạy: 22/4/2024**

Tuần 31: **Tiết 62: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 29/4/2024**

**Ngày dạy: 02/5/2024**

Tuần 32: **Tiết 63: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs,làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 26/4/2024**

**Ngày dạy: 29/5/2024**

Tuần 32: **Tiết 64: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:**Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 03/5/2024**

**Ngày dạy: 06/5/2024**

Tuần 33: **Tiết 65: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:** Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 03/5/2024**

**Ngày dạy: 06/5/2024**

Tuần 33: **Tiết 66: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 10/5/2024**

**Ngày dạy: 13/5/2024**

Tuần 34: **Tiết 67: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 10/5/2024**

**Ngày dạy: 13/5/2024**

Tuần 34: **Tiết 68: CHỦ ĐỀ TỰ CHỌN- CẦU LÔNG**

**Bài 3: Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải (8 tiết)**

**I.Mục tiêu**:

**1. Kiến thức**

- Bài tập bổ trợ

- Di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Trò chơi vận động

**2. Năng lực**

- Nhận biết được các yếu tố ảnh hưởng trong quá trình tập luyện và phát triển thể chất.

- Biết quan sát động tác làm mẫu của GV để thực hiện động tác.

- Thực hiện được một số động tác bổ trợ, di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải

- Tự sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

- Vận dụng để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.

**3. Phẩm chất**

- Tự giác, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Luôn cố gắng vươn lên đạt kết quả tốt trong học tập.

- Đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện, trao đổi hoạt động nhóm khi các bạn thực hiện chưa đúng.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

Sân tập vệ sinh, tranh ảnh, Cầu, vợt, cột, lưới cầu lông

Giày thể thao, trang phục phù hợp với GV và học sinh

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | Tổ chức thực hiện | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu**  **a.Mục tiêu:**  - Tạo tâm thế hứng thú cho hs, làm quen với bài học.  **b.Nội dung:**  **-** Chạy khởi động 2 vòng sân, bài TD phát triển chung  - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc…  **c. Sản phẩm:** hs thực hiện các bài tập khởi động  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - GV cho lớp dàn hàng để thực hiện khởi động.  ep deo |
| **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới**  a**. Mục tiêu**: Biết cách thực hiện một số động tác bổ trợ , nắm được cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải.  **b. Nội dung**: một số động tác bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **c. Sản phẩm**: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  **d. Tổ chức thực hiện**: | 3' | - GV làm mẫu và phân tích động tác  - GV chia lớp thành 4 nhóm, giao nhiệm vụ tập luyện cho từng nhóm: cử nhóm trưởng và yêu cầu học sinh tập luyện nghiêm túc, tích cực.  - GV nhắc nhở, sửa sai trực tiếp cho những học sinh chưa thực hiện được động tác.  - Gọi đại diện nhóm lên báo cáo kết quả tập luyện của nhóm.  \*GV kết luận, nhận định:  - Nhận xét, tuyên dương nhóm thực hiện tốt. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  *Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác*  - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.  - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác |
| **C. Luyện tập**  a) Mục tiêu: Học sinh được luyện tập để hoàn thiện một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  b) Nội dung:một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  c) Sản phẩm: Thực hiện được một số bài tập bổ trợ, cách di chuyển ngang đánh cầu cao tay bên phải  d) Tổ chức thực hiện: | 27' | - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.  - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện.  - Sửa sai cho học sinh.  - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. | - HS lắng nghe  - Tập luyện theo cá nhân  - Tập luyện theo cặp đôi  - Tập luyện theo nhóm    - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ. |
| **4. Hoạt động vận dụng**  **a. Mục tiêu**: Biết vận dụng Các động tác đã học để tự tập hằng ngày.  **b. Nội dung**: Vận dụng được các động tác bài đã học để tự tập hằng ngày nâng cao sức khỏe.  c**. Sản phẩm**: Thực hiện được các động tác đã học  **d. Tổ chức thực hiện:** | 5’ | - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng.  - Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn  Nhắc HS tự tập cá nhân, nhóm hằng ngày vào buổi sáng hoặc chiều tối | - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng.  - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv.  Đội hình tập luyện theo nhóm  - Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện |
| **5. Hoạt động kết thúc:**  **a.Mục tiêu:** Phục hồi sau tập luyện  **b.Nội dung:**Tập các động tác hòi tĩnh  **c.Sản phẩm:** học sinh thực hiện được các động tác thả lỏng  **d.Tổ chức thực hiện:** | 5' | - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân  - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động.  - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới  - Xuống lớp: Gv hô giải tán. | - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV.  - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện  - HS đáp khỏe |

**Ngày soạn: 17/5/2024**

**Ngày dạy: 20/5/2024**

**Tuần 35: Tiết 69: KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ CUỐI KÌ II:**

**NỘI DUNG KIỂM TRA KĨ THUẬT ĐÁNH CẦU CAO TAY BÊN PHẢI**

**I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**

**1. Kiến thức**:- Kiểm tra lại những kiến thức HS đã học của môn cầu lông, đồng thời khắc sâu kiến thức đã học qua giờ kiểm tra.

**2. Kĩ năng**:- Rèn luyện khả năng phát triển tư duy cho bản thân, liên hệ thực tế, liên hệ bản thân.

**3.** **Thái độ:-** GDHS ý thức nghiêm túc, trung thực trong giờ kiểm tra

**4. Phát triển năng lực:** - Tư duy, giải quyết vấn đề.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

1. **Đối với giáo viên : trang phục, giày TT đúng qui định**
2. **Bộ cột, lưới vợt, cầu**
3. **Đối với học sinh : trang phục, giày phù hợp cho luyện tập**

III.TIẾN TRÌNH DẠY HỌC

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | | **Hoạt động của học sinh** |
| **A: Mở đầu 7’** | | |
| a) Mục tiêu: Biết tên và thực hiện được một số bài tập khởi động để cơ thể thích nghi dần với nội dung bài học.  b) Nội dung: Bài thể dục phát triển chung; Xoay các khớp; Ép dây chằng dọc, ngang  c) Sản phẩm: HS thực hiện được các bài tập khởi động  d) Tổ chức thực hiện: | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  GV yêu cầu lớp trư­ởng điều khiển quá trình khởi động: Bài thể dục phát triển chung, Xoay các khớp; Ép dây chằng dọc, ngang  - GV quan sát và đôn đốc quá trình khởi động của HS.  \* GV kết luận, nhận định: GV nhận xét quá trình khởi động của cả lớp. | | \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - Lớp trưởng điều khiển cả lớp thực hiện bài khởi động  - HS khởi động tích cực.  - ĐH khởi động:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  \* Báo cáo, thảo luận: Lớp trưởng báo cáo kết quả hoạt động của lớp |
| **B. nội dung kiểm tra 33’** | | |
| **Thực hiện 5 quả đánh cầu cao tay bên phải** | | |
| **a. Mục tiêu:** thực hiện được KT **đánh cầu cao tay bên phải**  **b. Nội dung:** GV trình bày yêu cầu về nội dung kiểm tra, HS trả lời câu hỏi, thực hiện theo yêu cầu  **c. Sản phẩm học tập:** HS vận dụng kiến thức đã học để thực hiện tốt kĩ thuật.  **d. Tổ chức thực hiện** | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  Đánh 5 quả cầu đúng kĩ thuật  **\*Cách cho điểm**: Điểm cho theo mức độ thực hiện động tác của hs  -Điểm cho theo 2 mức Đạt và chưa đạt  +Điểm Đạt (Đ)học sinh phát được 3 quả trở lên đúng ô, đúng kĩ thuật  +Điểm chưa đạt (Cđ): hs phát dưới 3 quả và không đúng kĩ thuật  \* GV kết luận, nhận định:  - GV đánh giá nhận xét quá trình tập của HS và sửa sai kĩ thuật. | - HS biết phát hiện ra sai sót và biết cách khắc phục  Kiểm tra thành nhiều đợt, mỗi đợt 2 học sinh, mỗi học sinh đứng ở một bên thực hiện kĩ thuật  hs 1 đánh cầu sang sân bên kia  hs 2 nhặt cầu đánh cầu sang sân cho hs 1 cứ thế lần lượt cho đến hết 5 quả  Mỗi hs được đánh 6 quả, quả đầu thử cầu còn 5 quả sau tính điểm  Hs được nhận kiểm tra theo cặp đăng kí trước  trường hợp đặc biệt do gv tự quyết định  HS kiểm tra xong về vị trí theo dõi bạn kiểm tra, cho nhận xét  \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - HS thực hiện, cả lớp quan sát và đưa ra nhận xét.  - Rút kinh nghiệm và tiếp thu kĩ thuật | |
| **C. Kết thúc 5’** | | |
| a) Mục tiêu: Biết tên và thực hiện được một số bài tập thả lỏng để đưa cơ thể về trạng thái bình thường một cách hợp lí  b) Nội dung: Tập động tác điều hoà, hít thở sâu, rũ chân - tay  c) Sản phẩm: HS thực hiện được các động tác thả lỏng  d) Tổ chức thực hiện: | | |
| \* Chuyển giao nhiệm vụ:  GV yêu cầu lớp trư­ởng điều khiển quá trình thả lỏng: Tập động tác điều hoà, hít thở sâu, rũ chân - tay  - GV quan sát và đôn đốc quá trình thả lỏng của HS.  \* GV kết luận, nhận định: GV nhận xét quá trình thả lỏng của cả lớp. | \* Thực hiện nhiệm vụ học tập:  - HS thả lỏng tích cực, đưa cơ thể về trạng thái bình thường một cách hợp lí  - ĐH thả lỏng:  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  \* Báo cáo, thảo luận: Lớp trưởng báo cáo kết quả hoạt động của lớp | |

**Ngày soạn: 17/5/2024**

**Ngày dạy: 20/5/2024**

**Tuần 35: Tiết 70: KIỂM TRA THỂ LỰC HỌC SINH**

**I.Mục tiêu:**

-Nội dung kiểm tra:

1.Bật xa tại chỗ (cm)

2.Chạy 5’ tuỳ sức(m)

\*Yều cầu bình tĩnh để đạt thành tích cao

**II.Địa điểm - phương tiện**

1.Sân trường

2.Đồng hồ bấm giây, thước

**III.Tiến trình dạy học**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nội dung | Đ.Lượng | Phương pháp tổ chức |
| **A. Mở đầu**  -Nhận lớp nắm sĩ số tình trạng sưc khoẻ học sinh, phổ biến nội dung yêu cầu buổi tập  -Khởi động:  +Bài thể dục  +Xoay các khớp, ép dây chằng  **B.**Nội dung kiểm tra :  -Bật xa tại chỗ (cm)  -Chạy 30m(s).  -Nằm ngửa gập bụng(30s)  Cách cho điểm: Điểm cho theo mức độ thực hiện động tác, kĩ thuật của học sinh  a.Bật xa tại chỗ :  Tốt :nam :>181cm  nữ :>161cm  Đạt :nam :>163cm  nữ:>144cm  Chưa đạt thành tích dưới mức đạt  b.Chạy 30m(s)  Tốt :nam :<5,40s  nữ :<6,40s  Đạt :nam :<6,40s  nữ:<7,40s  Chưa đạt thành tích dưới mức đạt  c. Nằm ngửa gập bụng  Tốt :nam :>15  nữ :>12  Đạt :nam :>10  nữ:>9  Chưa đạt thành tích dưới mức đạt  **C.Kết thúc :**  - Hồi tĩnh : đi bộ hít thở sâu ,cúi người rũ chân tay thả lỏng  -Tập trung nhận xét:ưu  nhược  -Giao nhiệm vụ  \*Rút kinh nghiệm giờ dạy : | 7'  2Lx8N  4 N đổi bên  33'  5' | - Lớp trưởng tập trung lớp thành 4 hang ngang, điều khiển lớp khởi động  gv  x x x x x  x x x x  x x x x x  x x x x  Kiểm tra thành nhiều đợt, mỗi đợt từ 3-5 hs  mỗi hs được kiểm tra 1 lần  -kiểm tra bật xa tại chỗ trước mỗi học sinh được bật 3 lần lấy thành tích lần bật xa nhất gv đánh dấu các mốc thành tích của học sinh  x  Đ T  Gv  xxxxxxxxx  xxxxxxxxxx  hs chạy làm nhiều đợt  mỗi đợt 2 hs  x  x  gv bấm thành tích  xxxxxxx  xxxxxxx  7 hs kiểm tra một đợt ,7 hs khác đếm ,gv bấm giây  x x x x  gv  x x x x  gv  x x x x  x x x x  x x x x  x x x x |