Tiết 19 Ngày dạy:

**KIỂM TRA GIỮA HỌC KÌ I**

**CHẠY CỰ LI NGĂN**

**I. Mục tiêu bài học**

**1. Kiến thức:**

 Kiểm tra kĩ thuật và thành tích xuất phát cao - chạy 60m

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

**-** Tự chủ và tự học: **Nội dung kiểm tra: kĩ thuật và thành tích xuất phát cao - chạy 60m :**

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

**2.2. Năng lực đặc thù:**

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

- NL vận động cơ bản: Biết thực hoàn thành chạy cự li 60m

**3.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**II. Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Tiến trình dạy học**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | LVĐ | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu****+ Nhận lớp**- HS tập hợp báo cáo.- GV nhận lớp**+ Khởi động****-** Chạy khởi động 2 vòng sân- Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc… | 5– 7’2 x 8N | 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**- Giới thiệu nội dung nôi bài học .- **kiểm tra: kĩ thuật và thành tích xuất phát cao - chạy 60m :** | 18-20’ | GV giới thiệu về nội dung kiểm tra- Kiểm tra làm nhiều đợt, mỗi đợt 2-3 học sinh (xác định thời gian của mỗi hs bằng 1 đồng hồ)- GV theo dõi để đánh giá- Chỉ dẫn HS những sai sót thường gặp trong khi tập | GV quan sát sữa sai cho từng hs.🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  - Mỗi hs được quyền tham gia kiểm tra 1 lần trường hợp đặc biệt cho kiểm tra lần 2  |
| **3 Hoạt động tập luyện** **kĩ thuật và thành tích xuất phát cao - chạy 60m :** | 10’ | - 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 kiểm tra**C:\Users\MyPC\Downloads\Screenshot_2021-07-17-14-48-18-14.jpg** | - HS lắng nghe- Tập luyện theo cá nhân- Tập luyện theo cặp đôi - Tập luyện theo nhóm 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 - Đội hình tập luyện- HS thực hiện kiểm tra theo đội hình trên. |
| **4. Hoạt động vận dụng**Luyện tập hàng ngày ở nhà | 3’ | - Nhận xét kết quả kiểm tra công bố điểm và dặn dò HS bài tập về nhà: Ôn các động tác đã học của bài dây liên hoàn và chạy bền- Hướng dẫn HS vận dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và . | - 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 tập. |
| **5. Hoạt động kết thúc**- Phục hồi sau tập luyện- Nhận xét về các hoạt động học tập vàGiao nhiệm vụ học tập về nhà- Xuống lớp |  4' | - 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.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 |