**TRƯỜNG TH HÒA TRỊ 1**

**MÔN GDTC**

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY TUẦN 13**

**(Từ ngày 02/12/2024 –06/12/2024)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Thứ** | **Buổi** | **Tiết** | **Lớp** | **Tiết**  **PPCT** | **BÀI DẠY** |
| **Hai** | **Sáng** | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| **Chiều** | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| **Ba** | **Sáng** | 1 | **1A** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Học bật cao, tay với vật chuẩn  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 2 | **1B** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Học bật cao, tay với vật chuẩn  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| **Tư** | **Sáng** | 1 | **1C** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Học bật cao, tay với vật chuẩn  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 2 | **1D** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Học bật cao, tay với vật chuẩn  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| **Chiều** | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |
| **Năm** | **Sáng** | 1 | **1B** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 2 | **1A** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| 5 |  |  |  |
| **Sáu** | **Sáng** | 1 | **1D** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 2 | **1C** |  | - Ôn các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học  - Trò chơi: “Đứng ngồi theo lệnh” |
| 3 |  |  |  |
| 4 |  |  |  |
| **Chiều** | 1 |  |  |  |
| 2 |  |  |  |
| 3 |  |  |  |

*Hoà Trị, ngày tháng năm 2024*

**Tổ trưởng GVCN**

**Phan Thị Mỹ Hạnh Trần Tiến Kỳ**

***Từ ngày 02 tháng12 đến* n*gày 06 tháng 12 năm 2024.***

***Ngày soạn: 01/12/2024.***

**TUẦN 13 GIÁO DỤC THỂ CHẤT( KHỐI 1) – T25**

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

**Bài 15: CÁC HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ.**

**I. Mục tiêu bài học**

**1.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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn trong sách giáo khoa.

- 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 khẩu lệnh, cách thực hiện các kỹ thuật của các tư thế và kỹ năng vận động cơ bản đã học: kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước và bật cao tay, với vật chuẩn và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

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

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

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “tìm người chỉ huy”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Ôn tư thế và kỹ năng vận động cơ bản đã học: kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  \***Kiến thức**  Động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  bật cao tay với vật chuẩn  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”.  **III. Kết thúc**  \* Thả lỏng cơ toàn thân.  \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  \* Xuống lớp | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  1 lần  3-5’  4- 5’ | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - Gv HD học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi  GV nhắc lại kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước  - GV hô - HS tập theo Gv.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV hô - HS tập theo Gv.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua    - Đội hình  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

**V. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY …………………………………………………………………………………………**

**TUẦN 13 GIÁO DỤC THỂ CHẤT( KHỐI 1) – T26**

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

**Bài 15: CÁC HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ.**

**I. Mục tiêu bài học**

**1.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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn trong sách giáo khoa.

- 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 khẩu lệnh, cách thực hiện các kỹ thuật của các tư thế và kỹ năng vận động cơ bản đã học: kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước và bật cao tay, với vật chuẩn và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

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

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

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Phần mở đầu**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “tìm người chỉ huy”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Ôn tư thế và kỹ năng vận động cơ bản đã học: kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  \***Kiến thức**  Động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  bật cao tay với vật chuẩn  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”.  **III. Kết thúc**  \* Thả lỏng cơ toàn thân.  \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  \* Xuống lớp | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  1 lần  3-5’  4- 5’ | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - Gv HD học sinh khởi động.  - GV hướng dẫn chơi  GV nhắc lại kiễng gót chân, chân đưa ra sau, chân đưa sang hai bên, bật tại chỗ, bật nhảy về trước  - GV hô - HS tập theo Gv.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV hô - HS tập theo Gv.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹    - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua    - Đội hình  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

**V. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY …………………………………………………………………………………………**