KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

BÀI 1: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT VÒNG TRÒN THÀNH HAI, BA VÒNG TRÒN VÀ NƯỢC LẠI (Tiết 1)

SỐ TIẾT CHƯƠNG TRÌNH: 1; TUẦN 1; LỚP 3A

Thời gian thực hiện: 9 / 9 / 2025

1. **YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

- Giới thiệu chương trình môn GDTC lớp 3; Biên chế tổ tập luyện; Học động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

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

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

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại trong sách giáo khoa.

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

- Năng lực chăm sóc sức khoẻ:  Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

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

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

1. Giáo viên:  Tranh ảnh động tác biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

2.Học sinh : Giày thể thao, trang phục thể thao

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| NỘI DUNG | LV Đ | PHƯƠNG PHÁP, TỔ CHỨC VÀ YÊU CẦU |
| TG | SL | HOẠT ĐỘNG CỦA GV | HOẠT ĐỘNG CỦA HS |
| **I. Hoạt động mở đầu**Hoạt động 1: Nhận lớp Hoạt động 2: Khởi động- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... Hoạt động 3: Trò chơi- Trò chơi “Làm theo lời nói không làm theo hành động”**2. Hoạt động hình thành kiến thức**Hoạt động 1: Từ một vòng tròn thành hai vòng tròn+ CB: ĐH một vòng tròn.+ Khẩu lệnh: Bạn A làm chuẩn, theo 1-2, 1-2,… điểm số.*+* Động tác: Lần lượt từ bạn A quay mặt qua trái, hô to số của mình theo thứ tự 1-2, 1-2…, rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Bạn cuuoois cùng hô to số của mình và hô “hết”.+ Động tác biến đổi: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân phải lùi một bước chếch sang phải về sau số 1, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm.Hoạt động 2: Từ hai vòng tròn trở về một vòng tròn+ Khẩu lệnh: “Về vị trí cũ…Bước!”.+ Động tác: Số 1 làm chuẩn; số 2 bước chân trái lên một bước chếch sang trái về vị trí cũ, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm.**3. Hoạt động luyện tập, thực hành**Hoạt động 1: Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại.Tập đồng loạtTập theo tổ nhómThi đua giữa các tổ **Hoạt động 2:**Trò chơi “Kết bạn”**4. Hoạt động củng cố và nối tiếp**- Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học- Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà.- Dặn dò hs chuẩn bị tiết sau: Biến đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại (tiết 2) | 6-10’3-5’ 1-2’5-7’10-15’2-4’3-5’1-3’ 4-6’ 4-6’ | 1-2L1-2L2-3L1-3L1-2L1L | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Cô trò chúc nhau.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.- GV tổ chức HS chơi trò chơi.- Cho HS quan sát tranh- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.- Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt.- Gv quan sát, uốn nắm và sửa sai cho Hs.- GV hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.- HS tập theo GV.- GV quan sát, sửa sai cho HS.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- GV quan sát, uốn nắn, sửa sai cho HS.- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng HS nhắc lại luật chơi và cách chơi.- Cho HS chơi thử.- Tổ chức cho Hs chơi.- GV hướng dẫn.- GV cùng HS hệ thống lại bài (đưa câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.- HD sử dụng SGK để HS ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.  GV  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- HS chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- HS lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ.- Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* GV- HS tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.- HS thay phiên nhau hô nhịp. \* \* \* \* \*\* \* \*\* \*\* \* GV \* \* \* \*\* \* \*  \* \* \* \* \* - Từng tổ lên thi đua - trình diễn HS nhắc lại luật chơi, cách chơi.- HS tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.- HS thực hiện thả lỏng- HS cùng GV hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

*-----------------------------------------------------------------*