Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 1)**

**Tuần 19: Tiết 37; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2 Hoạt động hình thành kiến thức mới.**   1. **Kiến thức.**   **Hoạt động 1:**  **+ Ôn** Tư thế vận động của đầu và cổ, tư thế vận động của tay  **Hoạt động 2:**  + **Học mới:** Tư thế vận động của chân.  Khẩu lệnh:   * Kiễng gót, hai tay chống hông * Đưa một chân ra trước hai tay chống hông * Đưa một chân sang ngang hai tay chống hông     **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Các tư thế vận động của chân.  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Mèo đuổi chuột ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của chân)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  7-8’  10-12’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, nhắc nhở sửa sai cho học sinh.  - Giáo viên cho học sinh quan sát tranh mẫu tư thế vận động của tay thể dục lớp 1.  - Giáo viên thị phạm kĩ thuật động tác tay dang ngang, tay chếch cao 1- 2 lần, sau đó giáo viên gọi 1 học sinh thực hiện giáo viên sửa sai, giáo viên cho cả lớp tập theo nhịp hô, giáo viên di chuyển quan sát sửa sai.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem tranh mẫu động tác tay.  **\* Đội hình quan sát tranh và tập luyện:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy:

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 2)**

**Tuần 19: Tiết 38; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Các tư thế vận động của chân.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Mèo đuổi chuột ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của tay)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  16-17’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  **\* Đội hình quan sát và tập luyện:**  **-** Đội hình 3 hàng ngang đứng so le.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy:

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 3)**

**Tuần 20: Tiết 39; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Ôn tập: Các tư thế vận động của đầu và cổ, các tư thế vận động của chân.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Nhảy đúng nhảy nhanh ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của tay)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  16-17’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem mẫu động tác.  **\* Đội hình quan sát và tập luyện:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy:

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 4)**

**Tuần 20: Tiết 40; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Ôn tập: Các tư thế vận động của tay, các tư thế vận động của chân.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Mèo đuổi chuột ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của tay)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  16-17’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem mẫu động tác.  **\* Đội hình quan sát tranh và tập luyện:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy:

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 5)**

**Tuần 21: Tiết 41; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Ôn tập: Các tư thế vận động của đầu và cổ, tư thế vận động của tay và các tư thế vận động của chân.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Lò cò tiếp sức ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của tay)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  16-17’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem mẫu động tác  .  **\* Đội hình quan sát và tập luyện:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy:

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN**

**(Tiết 6)**

**Tuần 21: Tiết 42; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 các tư thế vận động của chân 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Ôn tập: Các tư thế vận động của đầu và cổ, tư thế vận động của tay và các tư thế vận động của chân.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Đứng ngồi theo lệnh ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Học TTVĐ của tay)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  16-17’  6-8’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem mẫu động tác.  **\* Đội hình quan sát và tập luyện:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 15: CÁC HOẠT ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ**

**(Tiết 1)**

**- Học: Bật nhảy về trước**

**Tuần 22: Tiết 43; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 kỹ thuật bật nhảy về trước 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **Hoạt động 1:**  **+ Ôn** Tư thế vận động cơ bản đã học: 4 Tư thế vận động của đầu và cổ, 5 tư thế vận động của tay, 3 tư thế vận động của chân  **Hoạt động 2:**  + **Học mới:** Kỹ thuật bật nhảy về trước    **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Kỹ thuật bật nhảy về trước  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Bật nhảy tiếp sức ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã học nội dung gì?( Học bật nhảy về phía trước)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  6-7’  11-12’  6-7’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, nhắc nhở sửa sai cho học sinh.  - Giáo viên cho học sinh quan sát tranh mẫu kỹ thuật bật nhảy về trước.  - Giáo viên thị phạm kĩ thuật bật nhảy về trước cho học sinh xem.  - GV thị phạm và phân tích kỹ thuật động tác và cho học sinh thực hiện kỹ thuật tại chỗ.  - GV hô khẩu lệnh và điều hành lớp luyện tập  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem tranh mẫu động tác.  **\* Đội hình quan sát tranh và tập luyện:**  **-** Đội hình 3 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 3 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓    ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 15: CÁC HOẠT ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ**

**(Tiết 2)**

**- Ôn: Bật nhảy về trước**

**Tuần 22: Tiết 44; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 kỹ thuật bật nhảy về trước 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **3. Hoạt động luyện tập.**  a. Ôn: Kỹ thuật bật nhảy về phía trước.  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Bật nhảy tiếp sức”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã ôn nội dung gì?( Bật nhảy về phía trước)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  0’  17-18’  6-7’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV hô khẩu lệnh và điều hành lớp luyện tập  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **\* Đội hình luyện tập đồng loạt**  **-** Đội hình 3 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 15: CÁC HOẠT ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ**

**(Tiết 3)**

**- Học: Bật cao, tay với vật chuẩn.**

**Tuần 23: Tiết 45; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 kỹ thuật 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **Hoạt động 1:**  **+ Ôn:** Bật nhảy về phía trước.  **Hoạt động 2:**  + **Học mới:** Kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn    **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Bật nhảy tiếp sức ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã học nội dung gì?( Học bật cao, tay với vật chuẩn)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  6-7’  11-12’  6-7’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV di chuyển, quan sát, nhắc nhở sửa sai cho học sinh.  - Giáo viên cho học sinh quan sát tranh mẫu kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn.  - Giáo viên thị phạm kĩ thuật bật cao, tay với vật chuẩn cho học sinh xem.  - GV thị phạm và phân tích kỹ thuật động tác và cho học sinh thực hiện kỹ thuật tại chỗ.  - GV hô khẩu lệnh và điều hành lớp luyện tập  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát xem tranh mẫu động tác tay.  **\* Đội hình quan sát tranh và tập luyện:**  **-** Đội hình 3 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 3 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓    ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 15: CÁC HOẠT ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ**

**(Tiết 4)**

**- Ôn: Bật cao, tay với vật chuẩn.**

**Tuần 23: Tiết 46; Học sinh khối lớp 1.**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**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 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 kỹ thuật 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 và thực hiện được tư thế tư thế taydang ngang, tay chếch cao , Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế tư thế tay dang ngang, tay chếch cao.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày, đồng phục 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.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng VĐ** | | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **T. gian** | **S. lần** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **1. Hoạt động mở đầu.**  **a.Nhận lớp:**  - Kiểm tra sĩ số, trang phục học sinh, hỏi thăm sức khỏe học sinh.  - Phổ biến nội dung yêu , cầu tiết học.  **b. khởi động:**  \* **Khởi động chung**:  - Tại chỗ: Xoay các khớp: cổ tay kết hợp cổ chân , xoay khủy tay, quay cánh tay, Xoay khớp hông, Xoay khớp gối.  \* **Khởi động chuyên môn**:  - Tại chỗ: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.  **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **Hoạt động 1:**  **+ Ôn:** Kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn    **3. Hoạt động luyện tập.**  a.Kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn  - Luyện tập đồng loạt  - Tập theo tổ nhóm  - Củng cố  b Trò chơi : “ Đứng ngồi theo lệnh ”  - Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.  - Cho học sinh chơi thử.  - Tiến hành trò chơi.  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - **Hồi tĩnh**: Tập động tác thả lỏng cơ thể: Tay kết hợp chân, Lắc tay, lắc chân, gập mở tay chân.  \* **Củng cố**:  - Hôm nay các em đã học nội dung gì?( Học bật cao, tay với vật chuẩn)  \* **Nhận xét và dặn dò**:  - Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.  **\* Xuống lớp:**  -Giáo viên hô ( Thể dục )  - Học sinh đáp ( Khỏe ) | (6-7’)  1-2’  11-12’  6-7’  (3- 5’) | 2Lx8N  2Lx8N | - Giáo viên nhận lớp, kiểm tra sĩ số, hỏi thăm tình hình sức khỏe, trang phục học sinh.  - Giáo viên phổ biến nội dung yêu cầu, giờ học.  - Giáo viên phối hợp với ban cán sự lớp để khởi động chung và chuyên môn , giáo viên di chuyển quán sát nhắc nhở học sinh khởi động.  - GV thực hiện và nhắc lại kỹ thuật cho HS biết.  - Giáo viên cho học sinh quan sát tranh mẫu kỹ thuật bật cao, tay với vật chuẩn.  - Giáo viên thị phạm kĩ thuật bật cao, tay với vật chuẩn cho học sinh xem.  - GV thị phạm và phân tích kỹ thuật động tác và cho học sinh thực hiện kỹ thuật tại chỗ.  - GV hô khẩu lệnh và điều hành lớp luyện tập  - GV di chuyển, quan sát, sửa sai, nhắc nhở học sinh luyện tập.  - Giáo viên chia lớp thành 2 nhóm, giáo viên chọn 2 nhóm trưởng để chỉ huy nhóm tập luyện, giáo viên di chuyển quan sát nhắc nhở và sửa động tác sai cho học sinh.  - Giáo viên chuyển sang chủ đề học mới, giáo viên nếu tên chủ đề bài học để học sinh nắm và biết.  - GV gọi mỗi nhóm 2 HS lên thực hiện các tư thế vận động đã học.  - GV nhận xét và đánh giá  - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luật, chọn 2 học sinh chơi thử sau đó tiến hành chơi.  - Giáo viên cho học sinh thả lỏng và nghỉ nghơi tích cực.  - Giáo viên củng cố lại nội dung bài học, giáo viên cho học sinh nhắc lại nội dung vừa được học.  - Giáo viện nhận xét đánh giá ý thức thái độ học tâp, tập luyên của học sinh qua tiết học.  - Giáo viên hướng dẫn học sinh về nhà cần tập luyện thêm.  - Giáo viên hô ( thể dục) | **\* Đội hình nhận lớp.**  **-** Đội hình 4 hàng ngang.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Cán sự tập trung lớp, dóng hàng ,điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho giáo viên, học sinh chúc sức khỏe giáo viên.  **\* Đội Hình Khởi Động:**  **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹c.huy  - Cán sự điều khiển lớp khởi động  **,** cả lớp tích cực, chủ động tham gia khởi động nhiệt tình theo sự hướng dẫn của chỉ huy.  **-** Lớp trưởng điều hành lớp ôn lại động tác.  + Đội hình ôn tập.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  **-** Học sinh chú ý quan sát GV thực hiện mẫu động  **\* Đội hình quan sát và tập luyện:**  **-** Đội hình 3 hàng ngang đứng so le.    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  **\* Đội hình tập luyện nhóm:**  **-** Đội hình từng 2 hàng ngang theo nhóm thực hiện kĩ thuật động tác.  🚹 N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↑  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  ∆GV    N2 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹  - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.  - HS được gọi lên thực hiện.  - Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.  \* **Đội hình thả lỏng hồi tĩnh:**  -Đội hình 3 hàng ngang đứng so le nhau.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 ↓    ∆GV  **-** Học sinh thực hiện động tác thả lỏng và nghỉ ngơi tích cực.  - **Đội hình củng cố và xuống lớp:**  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓  🚹GV  - Học sinh nhắc lại nội dung vừa được học cho giáo viên.  - Học sinh chú ý lắng nghe giáo viên nhận xét tiết học.  - Học sinh về nhà cần tập  luyện thêm.  - Học sinh đáp ( khỏe) |