Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 4: BẬT XA**

**(Tiết 2)**

**Tuần 19: Tiết 37; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

**1.Về phẩm chất:**Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinhcác phẩm chất cụ thể:

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật bật xa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đừng để bị chạm”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Bật xa về trước    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhanh qua vật chuẩn”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 4: BẬT XA**

**(Tiết 3)**

**Tuần 19: Tiết 38; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

**1.Về phẩm chất:**Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinhcác phẩm chất cụ thể:

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật bật xa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đừng để bị chạm”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Bật xa về trước  **-** Học bật qua chướng ngại vật    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhanh qua vật chuẩn”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 4: BẬT XA**

**(Tiết 4)**

**Tuần 20: Tiết 39; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật bật xa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đừng để bị chạm”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Bật xa về trước  **-** Ôn: bật qua chướng ngại vật  - Học : Bật xa liên tục về trước.    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhanh qua vật chuẩn”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 4: BẬT XA**

**(Tiết 5)**

**Tuần 20: Tiết 40; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật bật xa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đừng để bị chạm”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Bật xa về trước  **-** Ôn: bật qua chướng ngại vật  - Ôn: Bật xa liên tục về trước.  **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhanh qua vật chuẩn”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  - GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 5: BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐI – BẬT NHẢY**

**(Tiết 1)**

**Tuần 21: Tiết 41; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp đi - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “chạy theo hình tam giác”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Học : Đi phối hợp bật xa về trước.    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Phối hợp chuyền bóng”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 5: BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐI – BẬT NHẢY**

**(Tiết 2)**

**Tuần 21: Tiết 42; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp đi - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “chạy theo hình tam giác”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn : Đi phối hợp bật xa về trước.    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Phối hợp chuyền bóng”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  - GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 5: BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐI – BẬT NHẢY**

**(Tiết 3)**

**Tuần 22: Tiết 43; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp đi - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “chạy theo hình tam giác”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Đi phối hợp bật xa về trước.  - Học: Đi phối hợp bật cao chạm vật    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Phối hợp chuyền bóng”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 5: BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐI – BẬT NHẢY**

**(Tiết 4)**

**Tuần 22: Tiết 44; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp đi - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “chạy theo hình tam giác”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Đi phối hợp bật xa về trước.  - Ôn: Đi phối hợp bật cao chạm vật  **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Phối hợp chuyền bóng”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  - GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 6: BÀI TẬP PHỐI HỢP CHẠY – BẬT NHẢY**

**(Tiết 1)**

**Tuần 23: Tiết 45; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp chạy - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đuổi bắt theo cặp”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Học: Kĩ thuật một bước đà bật nhảy về trước.    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhảy tiếp sức”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

Ngày dạy :

**KẾ HOẠCH BÀI DẠY**

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

**BÀI 6: BÀI TẬP PHỐI HỢP CHẠY – BẬT NHẢY**

**(Tiết 2)**

**Tuần 23: Tiết 46; Học sinh khối lớp 4.**

**I. Mục tiêu bài học**

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

- 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.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các kĩ thuật phối hợp chạy - bật nhảy trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- 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: Thực hiện được các động tác và các bài tập chạy theo hướng thẳng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.Thực hiện được các bài tập chạy theo hướng thẳng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục 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, cặp đôi và cá nhân.

**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.**  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “đuổi bắt theo cặp”    **2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.**  **- Kiến thức.**  - Ôn: Kĩ thuật một bước đà bật nhảy về trước.  **-** Học: Kĩ thuật chạy phối hợp bật nhảy về trước    **3. Hoạt động luyện tập.**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “Bật nhảy tiếp sức”.    - Bài tập PT thể lực:  **- Vận dụng:**  **4.Hoạt động củng cố và nói tiếp.**  - Thả lỏng cơ toàn thân.  - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà  - Xuống lớp | 5– 7’  6-7’  16-18’  4- 5’ | 2x8N  1  1 lần  4 lần  3 lần  3 lần  1 lần  2 lần | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  - GV HD học sinh khởi động.  - GV hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi  -Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.  - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.  - Gv quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS  - Phân công tập theo cặp đôi  GV Sửa sai  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút  - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS Chơi trò chơi.        🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹🚹🚹🚹 -----------  🚹  ĐH tập luyện theo tổ  🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 GV 🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo hướng dẫn      HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |