**Giáo dục thể chất: HỌC ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI**

 **- TRÒ CHƠI: “ TÌM NGƯỜI CHỈ HUY ”**

**I. Yêu cầu cần đạt**

**1.Kiến thức:**

- Hiểu và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại

**2. Về năng lực**:

- Tự xem trước cách thực hiện bài tập động tác đi đều,đứng lại trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

- Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện kĩ thuật động tác bài tập và trò chơi.

- Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- Thực hiện đúng động tác bài tập động tác đi đều,đứng lại và trò chơi.

- 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 động tác đi đều,đứng lại và trò chơi.

**3.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.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Giáo án,còi, Tranh ảnh, đồ dùng phục vụ học tập và trò chơi, video( nếu có)

+ Học sinh chuẩn bị: Giày,trang phục thể thao gọn gằng.

**III. 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.- **Trò chơi:** “ Số chẵn, số lẻ ”**2. Hoạt động hình thành kiến thức mới.****Kiến thức.****- Học mới:** Động tác đi đều,đứng lại.+ TTCB: Đứng nghiêm.+ Khẩu lệnh: “ Đi đều... bước !”+ Động tác: Đi thường**Trò chơi** : “ Tìm người chỉ huy ”**3. Hoạt động luyện tâp.** Tập theo tổ nhóm.**Trò chơi** : “ Tìm người chỉ huy ”- Hướng dẫn kĩ thuật trò chơi.- Cho học sinh chơi thử.- Tiến hành trò chơi.**Vận dụng:**- Hình nào dưới đây, các bạn đang thực hiện động tác ?**4. Hoạt động củng cố và nối 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 ĐHĐN ) - **Nhận xét và dặn dò**: Nhận xét tiết học và nhắc nhở các em về cần tập lại kĩ thuật động tác.- Xuống lớp. | (6-8’)(20-22’)10-12’5-6’3-4’(3- 5’) | 2Lx8N2Lx8N1 Lần1 Lần2Lx8N | - 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.- Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi.- Giáo viên cho học sinh quan sát tranh mẫu động tác đi đều , đứng lại của đội hình đội ngũ lớp 3.- Giáo viên thị phạm kĩ thuật động tác đi đều ,đứng lại 1- 2 lần, sau đó giáo viên mời 1 học sinh thực hiện, giáo viên sửa sai, giáo viên cho cả lớp tâp luyện tay,chân đồng loạt tại chỗ theo nhịp hô, di chuyển quan sát sửa sai. - Giáo viên hướng dẫn cách thức chơi cho học sinh nắm và biết cách chơi , Để khi tiến hành chơi các em ít phạm luậ- Giáo viên chia lớp thành 4 nhóm, mỗi nhóm có 1 nhóm trưởng 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.- 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 nhận biết trên tranh ảnh và có tập luyện động tác.- 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 trò chơi:**- Học sinh tham gai chơi trò chơi nhiệt tình hăng hái.**-** Học sinh chú ý quan sát xem tranh mẫu động tác.**- Đội hình quan sát tranh và tập luyện đồng loạt:** **-** Đội hình 4 hàng ngang đứng so le nhau. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹GV- Học sinh chú quan sát lắng nghe và tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.- Học sinh chú quan sát lắng nghe **- Đội hình tập luyện nhóm:****-** Đội hình từng nhóm thực hiện kĩ thuật động tác. →N1🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹..🚹 →N2🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹..🚹∆GV →N3 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹..🚹 →N4 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹..🚹 - Học sinh tập luyện trật tự , tích cực hăng hái theo sự hướng dẫn của nhóm trưởng.- **Đội hình trò chơi:**CHỈ HUY- Học sinh tham gia chơi trò chơi đoàn kết nhiệt tình hăng hái theo sự hướng dẫn của giáo viên.**- Đội hình vận dụng:**🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹↓🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  **∆GV**- Học sinh cùng với giáo viên vận dụng kiến thức đã học.- **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 hô( khỏe) |

**IV. Điều chỉnh sau bài dạy:**

.................................................................................................................................

.................................................................................................................................