**Môn: GDTC**

**BÀI 2: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CƠ BẢN CỦA TAY.**

( tiết 4)

**I: YÊU CẦU CẦN ĐẠT.**

**-** Học sinh biết cách thực hiện tư thế đưa hai tay ra trước, dang ngang.

\* HSKT thực hiện được cơ bản đúng tư thế đưa hai tay ra trước, dang ngang.

+ Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

+ Giải quyết vấn đề và sáng tạo: Phát hiện các lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác và tìm cách khắc phục.

- Chăm chỉ: tự giác tích tập luyện để hoàn thành nhiệm vụ của bài tập,

- Nghiêm túc, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và hoạt động tập thể.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC.**

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

**-** Học sinh:Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV** | **Hoạt động của HS** |
| **1.Hoạt động mở đầu:** 7’ | |
| **a. Nhận lớp**  Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học  **b. Khởi động:**  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “tung bóng qua lại”.  + GV hướng dẫn chơi | - Đội hình nhận lớp   * \* \* \* \* * \* \* \* \* * \* \* \* \*   GV  - Đội hình khởi động   * + \* \* \* \*   + \* \* \* \*   + \* \* \* \*   GV  - HS khởi động theo hướng dẫn của GV  - Đội hình trò chơi    GV |
| **2.Hoạt động hình thành kiến thức mới:** 7’  **Mục tiêu:** Học sinh biết cách thực hiện các tư thế động tác đưa hai tay ra trước, hai tay giang ngang. | |
| **-** Ôn động tác đưa hai tay ra trước, dang ngang.  **+** Nhắc lại kĩ thuật và cách thực hiện ĐT  + GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích lại kĩ thuật động tác | - HS lắng nghe, quan sát GV   * + \* \* \* \*   + \* \* \* \*   + \* \* \* \*   GV |
| **3. Hoạt động luyện tập thực hành.** 14’  **Mục tiêu:** Giúp học sinh thực hiện tốt kỹ thuật các động tác đưa hai tay ra trước, hai tay giang ngang. | |
| - Tập đồng loạt (2 lần)  + Gv ô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - Tập theo tổ nhóm (3 lần)  + Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực  - Thi đua giữa các tổ (1 lần)  -Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”.  + GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  + Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  +Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  \* HSKT nắm được luật chơi và cách chơi, bước đầu tham gia chơi được trò chơi  - Bài tập PT thể lực: | - HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.   * + \* \* \* \*   + \* \* \* \* GV   - ĐH tập luyện theo tổ  \* \* \* \*  GV \* \* \* \*  \* \* \* \*  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Đội hình trò chơi    GV  - Chạy nhanh 20 xuất phát cao |
| **4. Hoạt động vận dụng:** 7’ | |
| - GV treo tranh đúng sai cho học sinh nhận biết.  ***- Thả lỏng:*** 1-2 lần  + Thả lỏng cơ toàn thân.  ***- Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:***  + Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  +Hướng dẫn tập luyện ở nhà  \* Gv nhắc nhở các em phòng trống tai nạn thương tích, đuối nước.  ***- Xuống lớp*** | - Hs trả lời  - Đội hình hồi tĩnh   * \* \* \* \* * \* \* \* \* * \* \* \* \* GV   - Đội hình nhận xét và kết thúc giờ học   * \* \* \* \* * \* \* \* \* * \* \* \* \*   GV |

**IV. ĐIỀU CHỈNH SAU BÀI DẠY**:........................................

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