

Tuần 7

Thứ hai ngày 21 tháng 10 năm 2024

Tiết 1,2,3,4: 5(A-B-D)

Bài 4. Bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng. (Tiết 13)

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng. Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

2. Về năng lực chung:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

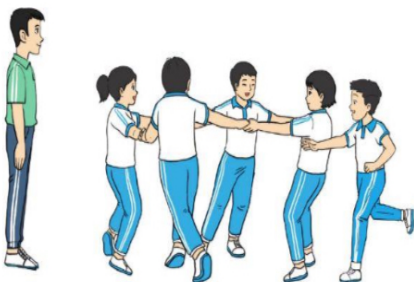

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

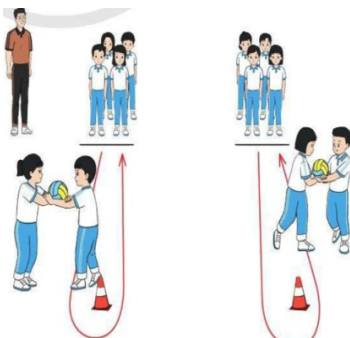
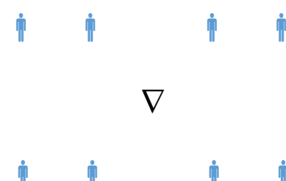
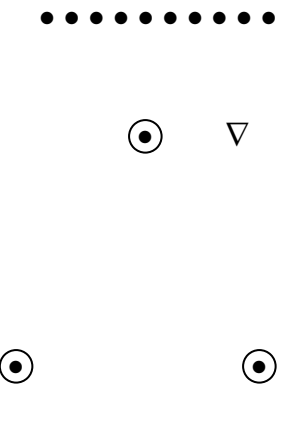
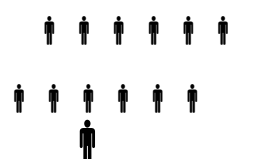
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.

- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

| Nội dung | LV Đ | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|--|--|---|--|
| | | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| <p>I. Hoạt động mở đầu</p> <p>1. Nhận lớp</p> <p>2. Khởi động</p> <p>- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.</p> <p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p> <p>3. Trò chơi.</p> <p>- Trò chơi “<i>Bắt đúng người</i>”</p> | <p>5’ – 7’</p> <p>3’ - 5’</p> <p>1-21</p> <p>21x8n</p> <p>11</p> | <p>- Nghe cán bộ lớp báo cáo.</p> <p>- Hỏi về sức khỏe của Hs.</p> <p>- Cô trò chúc nhau.</p> <p>- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.</p> <p>- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.</p> <p>- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.</p> | <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p>- Cán sự điều khiển lớp khởi động.</p> <p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</p> <div style="text-align: center;">  <p>Hình 3. Trò chơi “<i>Bắt đúng người</i>”</p> </div> |
| <p>II. Hoạt động luyện tập:</p> <p>* Ôn bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng:</p> <p>- <i>Tập luyện cá nhân</i></p> | <p>20-22’</p> | <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập</p> <p>- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.</p> | <p>- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên</p> <div style="text-align: center;">  </div> |

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>- Tập luyện theo cặp</p> <p>- Tập luyện theo tổ nhóm</p> <p>- Thi đua giữa các tổ</p> <p>2.Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “Chuyển bóng tiếp sức”</p> | <p>3 lần</p> <p>3 lần</p> <p>3 lần</p> <p>1 lần</p> <p>1’-3’</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi - GV sửa sai - Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định. - GV sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi. | <p style="text-align: center;">▽</p> <p>- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện</p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>- Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.</p> <p>- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.</p> |
|---|--|---|--|

- 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
 - NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Cơ bản thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.
- * **Tích hợp:** Giáo dục đạo đức, lối sống, ý thức tự giác, tự học và tinh thần kỷ luật, đoàn kết.
- * **Với học sinh Khuyết tật:** Yêu cầu quan sát bạn tập, có thể thực hiện 1 vài nội dung buổi học. Thực hiện được vệ sinh cá nhân.

II. Thiết bị dạy học và học liệu.

1. Giáo viên: Kế hoạch bài dạy, tranh ảnh TD minh họa, một số dụng cụ phục vụ học tập

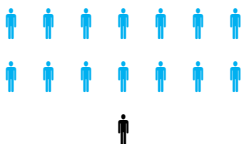
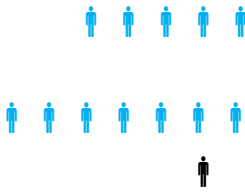
2. Học sinh: Giày và trang phục thể thao, dụng cụ theo hướng dẫn giáo viên.


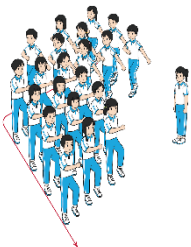
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

1. Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

2. Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm....,

IV. Tiến trình dạy học

| Nội dung | LVD | | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|--|------------|--------------|---|---|
| | TG | SL | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| I. Phần mở đầu <i>Nhận lớp</i> | 7' | | - Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học. | <i>Đội hình nhận lớp</i>  - Cán sự tập trung lớp, đi số, báo cáo Gv. |
| <i>Khởi động</i> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,.. - Ép ngang , ép dọc. - Trò chơi: “Chuyền bóng tiếp sức” | 2' | 2lx8n | - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi | <i>Đội hình khởi động</i>  - Hs khởi động, chơi trò chơi HD của Gv. |
| II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. | 23' 14' | | - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. | - Hs lắng nghe, tiếp thu ghi nhớ. |

| | | | | |
|---|-----------|---------------------|---|--|
| <p>1. Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái</p> <p></p> <p>Động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái Chuẩn bị: Đội hình nhiều hàng dọc đi đều. Khẩu lệnh: "Vòng bên trái... Bước!" Động tác: Từ lệnh "Vòng bên trái" và động lệnh "Bước" đều rơi vào chân trái. Khi nghe động lệnh "Bước", học sinh đi hàng ngang cùng bên trái làm chuẩn giậm chân tại chỗ hoặc bước ngắn hơn đồng thời chuyển hướng vòng bên trái. Những học sinh đầu hàng của các hàng còn lại bước dài hơn theo hướng vòng để hàng ngang luôn thẳng. Khi đi xong đường hướng. Tập tục đi đều. Học sinh đi sau thực hiện như học sinh đi trước (H.4).</p>  <p><small>Hình 4. Động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái</small></p> | | | <ul style="list-style-type: none"> - Hồ nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs. | <ul style="list-style-type: none"> - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. |
| <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> | | <p>3 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. | <p><i>ĐH tập đồng loạt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của Gv |
| <p>Tập theo tổ</p> | | <p>2 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát và sửa sai cho Hs các tổ. | <p><i>ĐH tập luyện theo tổ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tập theo hướng dẫn của tổ trưởng |
| <p>Thi đua giữa các tổ</p> | | <p>1 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. | <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua, trình diễn |
| <p>*Vận dụng</p> <p>*. Hướng dẫn phòng tránh đuối nước</p> | <p>3'</p> | | <ul style="list-style-type: none"> - Gv cho Hs nhận biết đúng, sai trên tranh ảnh có tập luyện động tác. - GV đưa ra các nội dung để giáo dục hs dựa theo sách hướng dẫn PTĐN của NXB Giáo dục. | <p><i>Đội hình 3 hàng ngang</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Hs cùng Gv vận dụng kỹ thức . - HS quan sát lắng nghe. |
| <p>Hoạt động 2 * Trò chơi: "vòng trái tải hàng"</p> | <p>5'</p> | | <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, | <p><i>ĐH chơi</i></p> |

| | | | | |
|--|----|-------|---|--|
| | | | <p>tổ chức chơi trò chơi cho HS.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nhận xét, tuyên dương, và sử phạt người (đội) thua cuộc | |
| <p>III. Phần kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> *Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn Hs tự ôn ở nhà. * Xuống lớp Gv hô “ Giải tán” ! Hs hô “ Khỏe”! | 5’ | 2lx8n | <ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn thả lỏng - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS. - VN ôn bài và chuẩn bị bài sau | <p><i>ĐH thả lỏng</i></p> <p>Gv</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện thả lỏng <i>ĐH kết thúc 3 hàng ngang</i> |
| <ul style="list-style-type: none"> * Kiến thức chung: - Vệ sinh thân thể hàng ngày. | | 1 lần | <ul style="list-style-type: none"> -Gv hướng dẫn Hs vệ sinh thân thể hàng ngày. | <ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát Gv hướng dẫn |

XX

xxxx Thứ tư ngày 23 tháng 10 năm 2024

Buổi sáng

Tiết 1,2,3,4: 3D-4C-5C-3C

Tiết 1,4: 3D-C BÀI 4: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI (Tiết 13)

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1.về phẩm chất:

- Ôn động tác đi đều, học động tác đứng lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TĐTT.
- Đối với học sinh khuyết tật (nếu có): vui vẻ tham gia học tập và tham gia chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Về năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện động tác đi đều, đứng lại trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.


2.3. Đối với hs Khuyết tật(nếu có): nghe về động tác , đứng trong hàng tập 1-2 lần.


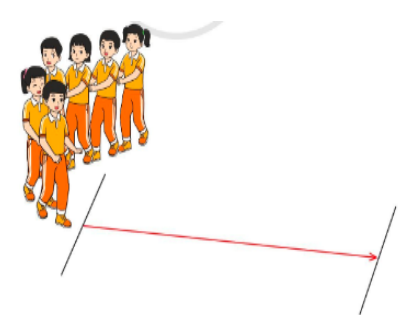
II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác đi đều, đứng lại, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

| Nội dung | LV Đ | | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|----------|------|----|---------------------------------|--------------|
| | TG | SL | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| | | | | |

| | | | |
|---|--|--|--|
| <p>I. Hoạt động mở đầu</p> <p>1. Nhận lớp</p> <p>2. Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Tập bài võ 27 động tác. <p>3. Trò chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi “Chim bay, cò bay”  | <p>6-10 phút</p> <p>1-2 phút</p> <p>3-5 phút</p> <p>1-2 phút</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. -Gv tổ chức Hs chơi trò chơi. | <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự điều khiển lớp khởi động . - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. |
| <p>II. Hoạt động hình thành kiến thức.</p> <p>* Động tác đứng lại.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Khẩu lệnh: Đứng lại ... Đứng? - Động tác: Dự lệnh “Đứng lại ...” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” đứng vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về tư thế đứng nghiêm. | <p>5-7 phút</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs. - Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô. | <ul style="list-style-type: none"> - Hs lắng nghe, tiếp thu và ghi nhớ. - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p>III. Hoạt động luyện tập.</p> <p>1. Động tác đi đều, đứng lại.</p> <p><i>Tập đồng loạt</i></p> <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p> <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> | | <ul style="list-style-type: none"> - Hs tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho Hs. - Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs. |  <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp - Hs thay phiên nhau hô nhịp. |
| <p>2. Trò chơi “Đoàn tàu”</p>  | <p>10-15 phút</p> <p>8-10 phút</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. 1- -Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất. 3L | <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> |
| <p>IV. Vận dụng</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | <p>2-4 phút</p> <p>3-5 phút</p> <p>1-3 phút</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi. - GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). | <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn. |

| | | | |
|--|----------|---|--|
| | 4-6 phút | <ul style="list-style-type: none"> - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | <ul style="list-style-type: none"> - HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) <p style="text-align: center;">GV</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <p style="text-align: center;">* * * * *</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |
|--|----------|---|--|

Tiết 2: 4C Bài 4: Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái. (tiết 13)
(Đã soạn sáng thứ 3)

Tiết 3: 5C Bài 4. Bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng.
(Tiết 13) đã soạn chiều thứ 2)

XX

Thứ năm ngày 24 tháng 10 năm 2024

Buổi sáng

Tiết 1,2,3,4: 4(A-E-B-D)

Bài 4 : Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái. (tiết 14)

I. Yêu cầu cần đạt.

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 TĐTT.

2.Về năng lực:

2.1.Về năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem khẩu lệnh, cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

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

- NL vận động cơ bản: Cơ bản thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái.

* **Tích hợp:** Giáo dục đạo đức, lối sống, ý thức tự giác, tự học và tinh thần kỷ luật, đoàn kết.

* **Với học sinh Khuyết tật:** Yêu cầu quan sát bạn tập, có thể thực hiện 1 vài nội dung buổi học. Thực hiện được vệ sinh cá nhân.

II. Thiết bị dạy học và học liệu.

1. Giáo viên: Kế hoạch bài dạy, tranh ảnh TD minh họa, một số dụng cụ phục vụ học tập





2. Học sinh: Giày và trang phục thể thao, dụng cụ theo hướng dẫn giáo viên.

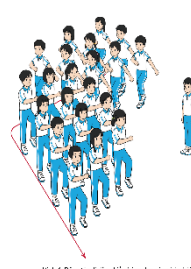
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học


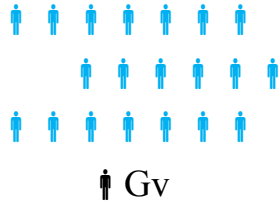
1. Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

2. Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm....,

IV. Tiến trình dạy học

| Nội dung | LVĐ | | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|--|------------|--------------|---|--|
| | TG | SL | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| I. Phần mở đầu <i>Nhận lớp</i> | 7' | | - Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học. | <i>Đội hình nhận lớp</i>   - Cán sự tập trung lớp, đi số, báo cáo Gv. |
| <i>Khởi động</i> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,.. - Ép ngang , ép dọc. - Trò chơi: “Chuyền bóng tiếp sức” | 2' | 2lx8n | - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi | <i>Đội hình khởi động</i>   - Hs khởi động, chơi trò chơi HD của Gv. |
| II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. | 23' 14' | | | - Hs lắng nghe, tiếp thu ghi nhớ. |

| | | | | |
|---|-----------|---------------------|--|--|
| <p>1. Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái</p>  <p><small>Hình 4. Động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái</small></p> | | | <ul style="list-style-type: none"> - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô nhịp và thực hiện động tác mẫu, hướng dẫn Hs thực hiện đt. - Gv quan sát, uốn nắn và sửa sai cho Hs. | <ul style="list-style-type: none"> - Tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv. |
| <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> | | <p>3 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. | <p><i>ĐH tập đồng loạt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của Gv |
| <p>Tập theo tổ</p> | | <p>2 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát và sửa sai cho Hs các tổ. | <p><i>ĐH tập luyện theo tổ</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs tập theo hướng dẫn của tổ trưởng |
| <p>Thi đua giữa các tổ</p> | | <p>1 lần</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. | <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua, trình diễn |
| <p>*Vận dụng</p> <p><u>*. Hướng dẫn phòng tránh đuối nước</u></p> | <p>3'</p> | | <ul style="list-style-type: none"> - Gv cho Hs nhận biết đúng, sai trên tranh ảnh có tập luyện động tác. - GV đưa ra các nội dung để giáo dục hs dựa theo sách hướng dẫn PTĐN của NXB Giáo dục. | <p><i>Đội hình 3 hàng ngang</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Hs cùng Gv vận dụng kỹ thức . - HS quan sát lắng nghe. |
| <p>Hoạt động 2</p> <p>* Trò chơi: “vòng trái tải hàng”</p> | <p>5'</p> | | <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, | <p><i>ĐH chơi</i></p> |

| | | | | |
|--|----|-------|---|---|
| | | | tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét, tuyên dương, và xử phạt người (đội) thua cuộc |  |
| III. Phần kết thúc *Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn Hs tự ôn ở nhà. * Xuống lớp Gv hô “ Giải tán” ! Hs hô “ Khỏe”! | 5’ | 2lx8n | - GV hướng dẫn thả lỏng - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS. - VN ôn bài và chuẩn bị bài sau | <i>ĐH thả lỏng</i>  - HS thực hiện thả lỏng <i>ĐH kết thúc 3 hàng ngang</i> |
| * Kiến thức chung: - Vệ sinh thân thể hàng ngày. | | 1 lần | -Gv hướng dẫn Hs vệ sinh thân thể hàng ngày. | - Hs quan sát Gv hướng dẫn |

Buổi chiều

Tiết 1,2,3: 5 (B-A-D) Bài 4. Bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng.(Tiết 14)

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Về phẩm chất:

- Ôn bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng. Trò chơi “Rắn tìm mồi”. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

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

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

3. Về năng lực chung:

3.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự ôn lại khẩu lệnh, cách thực hiện bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng ở nhà
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

3.2. Năng lực đặc thù:

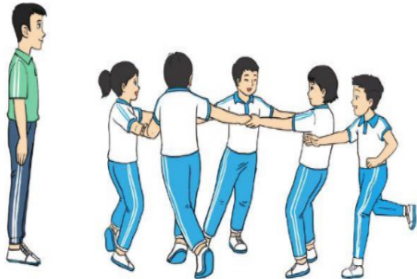
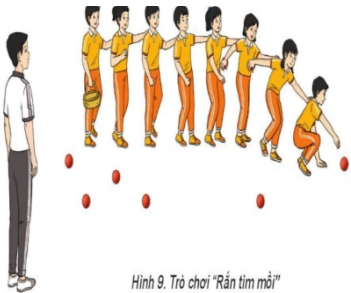

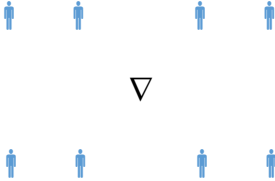

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh động tác liên quan đến bài học; trang phục thể thao; còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

| Nội dung | LV Đ | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|---|---|--|---|
| | | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp 2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... 3. Trò chơi. | 5' – 7' 3' - 5' 1-2l 2l x 8n | - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. | - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * |

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>- Trò chơi “<i>Bắt đúng người</i>”</p> | <p>11</p> | <p>- Gv tổ chức HS chơi trò chơi.</p> | <p>- Cán sự điều khiển lớp khởi động.</p> <p>- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.</p>  <p>Hình 3. Trò chơi “<i>Bắt đúng người</i>”</p> |
| <p>II. Hoạt động luyện tập:</p> <p>* Ôn bài tập phối hợp biến đổi đội hình di chuyển hướng vòng:</p> <p>- <i>Tập luyện cá nhân</i></p> <p>- <i>Tập luyện theo cặp</i></p> <p>- <i>Tập luyện theo tổ nhỏ</i></p> <p>- <i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p>2.Trò chơi “<i>Rắn tìm mồi</i>”</p>  <p>Hình 9. Trò chơi “<i>Rắn tìm mồi</i>”</p> | <p>20-22’</p> <p>3 lần</p> <p>3 lần</p> <p>3 lần</p> | <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập</p> <p>- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS.</p> <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập cặp đôi</p> <p>- GV sửa sai</p> <p>- Yc tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực quy định.</p> <p>- GV sửa sai</p> | <p>- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên</p>  <p>▽</p> <p>- Hs tiến hành tập luyện cặp đôi theo sự hướng dẫn của Gv:</p>  <p>▽</p> <p>- Hs tiến hành tập luyện theo tổ nhóm dưới sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp:</p> <p>- Tổ trưởng điều khiển lớp tập luyện</p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  |

Thứ sáu ngày 25 tháng 10 năm 2024

Buổi sáng

Tiết 1,2,3,4: 4C-3C-5C-3D

Tiết 1: 4C **Bài 4 : Ôn động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên trái. (tiết 14)**

(Đã soạn sáng thứ 5)

Tiết 2,4: 3C-3D **BÀI 4: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI (Tiết 3)**

I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1.về phẩm chất:

- Ôn động tác đi đều, đứng lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.
- Đối với học sinh khuyết tật (nếu có): vui vẻ tham gia học tập và tham gia chơi trò chơi.

2.Về năng lực:

2.1.Về năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện động tác đi đều, đứng lại trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.
- NL giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.
- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

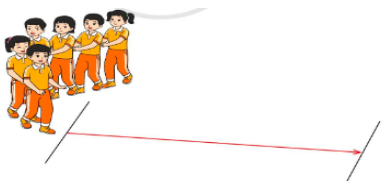
2.3. Đối với hs Khuyết tật (nếu có): nghe về động tác , biết đứng trong hàng tập 1-2 lần.

II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC

- Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU

| Nội dung | LV Đ | | Phương pháp, tổ chức và yêu cầu | |
|---|---|------|--|--|
| | TG | SL | Hoạt động GV | Hoạt động HS |
| I. Hoạt động mở đầu 1. Nhận lớp 2. Khởi động - Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập. - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,.. 3. Trò chơi. - Trò chơi “ <i>Làm theo hiệu lệnh</i> ” II. Hoạt động luyện tập. 1. Động tác đi đều, đứng lại. <i>Tập đồng loạt</i> | 6-10 phút 1-2 phút 3-5 phút 1-2 phút 18-22 phút 12-15 phút 2-4 phút | 1-2L | - Nghe cán bộ lớp báo cáo. - Hỏi về sức khỏe của Hs. - Cô trò chúc nhau. - Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học. - GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện. -Gv tổ chức Hs chơi trò chơi. - Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô. - Hs tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho Hs. - Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs | - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV * * * * * * * * * * - Cán sự điều khiển lớp khởi động . - Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn. * * * * * * * * * * GV - Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp. - Hs thay phiên nhau hô nhịp. * * * * * * * * * * |

| | | | | |
|---|---|-------------------------------------|--|---|
| <p><i>Tập theo tổ nhóm</i></p> <p><i>Thi đua giữa các tổ</i></p> <p>2.Trò chơi “Đoàn tàu”</p>  <p>III. Vận dụng</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân. - Củng cố hệ thống bài học - Nhận xét và hướng dẫn tập luyện ở nhà. | <p>3-5 phút</p> <p>1-3 phút</p> <p>4-6 phút</p> | <p>1-3L</p> <p>1-2L</p> <p>1-2L</p> | <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. -Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất. - GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi. - Cho Hs chơi thử. - Tổ chức cho Hs chơi. - GV hướng dẫn. - Gv cùng hs hệ thống lại bài (đưa câu hỏi). - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs. - HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | <p>* * * * * GV * *</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi. - Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv. - Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn. - HS thực hiện thả lỏng - Hs cùng Gv hệ thống lại bài (HS quan sát SGK (tranh) trả lời) - HS tập chung thực hiện theo hướng dẫn của GV và nhận hướng dẫn tập luyện ở nhà. |
|---|---|-------------------------------------|--|---|

IV: ĐIỀU CHỈNH BÀI DẠY.

.....

.....

.....

.....

Ban giám hiệu

Tổ trưởng

Giáo viên

