

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Ngày soạn:

Bài 1: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG DỌC THÀNH HAI, BA HÀNG DỌC VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 1)

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 khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại 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: Thực hiện được khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

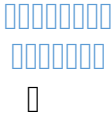
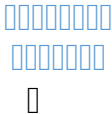
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

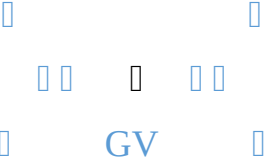
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại.	2-3’	2 lần	Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
	16-18’	2 lần	Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “rồng rắn lên mây”.	3-5’ 4-5’	3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	Cho 1 tổ lên thực hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.   ĐH tập luyện theo tổ  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc   HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc   
--	-------------------------	---	--	--

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
---	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 1: BIẾN ĐỔI HÌNH TỪ MỘT HÀNG DỌC THÀNH HAI, BA HÀNG DỌC VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 2)

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 khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại 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: Thực hiện được cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

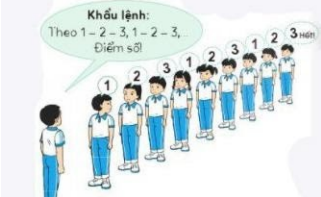
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7'		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”	2-3'	2x8N	khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động.	□□□□□□ □ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
		1 lần	- GV hướng dẫn chơi	
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại. - Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc và ngược lại.			GV hô khẩu lệnh Nhận xét, đánh giá	HS thực hiện - Đội hình HS quan sát tranh □□□□□□ □□□□□□ □
 		2 lần	Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	HS quan sát GV làm mẫu
		2 lần	Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	HS tiếp tục quan sát
		3 lần	Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội	- Đội hình tập luyện đồng loạt. □□□□□□ □□□□□□

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “rồng rắn lên mây”. - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc	3-5' 4-5'	3 lần 1 lần 2 lần	hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 - 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 trò chơi cho	ĐH tập luyện theo tổ - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	--	--	---

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 1: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG DỌC THÀNH HAI, BA HÀNG DỌC VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 3)

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 khẩu lệnh, cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại 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: Thực hiện được cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

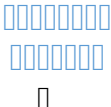
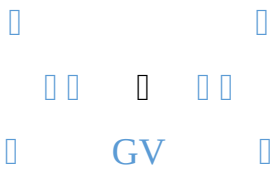
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS khởi động theo

chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	2-3'		- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại. - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc và ngược lại. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “rồng rắn lên mây”.	16-18'	1 lần		HS quan sát GV làm mẫu 
		2 lần	GV làm mẫu lại các động tác kết hợp nhắc nhở, lưu ý khi thực hiện kỹ thuật động tác.	HS tiếp tục quan sát
		3 lần	Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
		3 lần	GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	
		1 lần		
	3-5'		- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện theo tổ 
		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
	4-5'		- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở	- Chơi theo đội hình

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		và sửa sai cho HS - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	hàng dọc □□□□□□□□ □ □ HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	---	--

Bài 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG, VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 1)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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: Thực hiện được cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

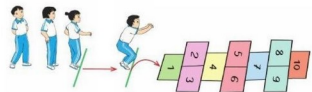
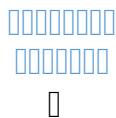
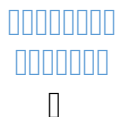
- **Phương tiện:**

- + 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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang và ngược lại. 	16- 18’	2 lần	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	- Đội hình HS quan sát tranh   HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
		3 lần	Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh	

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “đoàn tàu” - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng:	3-5’ 4-5’	3 lần 1 lần 2 lần	giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật	- Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc HS bật cao kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	--	--	--

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--	--

Bài 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG, VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 2)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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: Thực hiện được cách cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại

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.

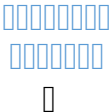
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

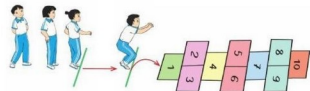
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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.

IV. Tiến trình dạy học

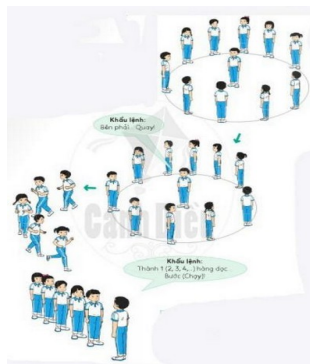
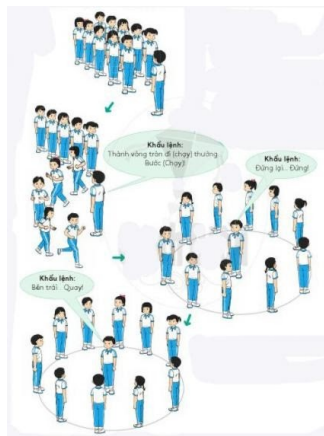
Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”	5 – 7’ 2-3’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 



II. Phần cơ bản:

- Kiến thức.

- Biến đổi từ đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại.



-Luyện tập

Tập đồng loạt

Tập theo tổ nhóm

16-
18'

2 lần

3 lần

1 lần

3-5'

2 lần

4-
5'

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 1 tổ lên
thực hiện cách
chuyển đội hình.

GV cùng HS
nhận xét, đánh
giá tuyên dương

- GV hô - HS
tập theo GV.

- Gv quan sát, sửa sai cho HS.

- Y,c Tổ trưởng
cho các bạn
luyện tập theo
khu vực.

- Tiếp tục quan



- 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



- Từng tổ lên thi đua
- trình diễn

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “đoàn tàu”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Tại chỗ chạy lăng gót 30 lần , di chuyển 15m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Chơi theo đội hình hàng dọc □□□□□□ □□□□□□ HS bật cao kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□ □
---	--	---	--

Bài 2: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG, VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 3)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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: Thực hiện được cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

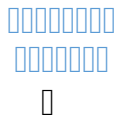
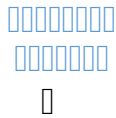
- **Phương tiện:**

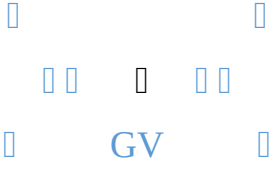
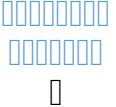
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N 1 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 hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang và ngược lại - Ôn biến đổi từ đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm		2 lần 3 lần 1 lần	GV làm mẫu lại các động tác kết hợp nhắc nhở, lưu ý khi thực hiện kỹ thuật động tác. Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV.	HS quan sát GV làm mẫu  HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “rồng rắn lên mây”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	2 lần	- 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 - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Tại chỗ bật chụm chân 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT trong sách - GV hướng dẫn - Nhận xét kết	 - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc  HS bật nhảy kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	-------------------------	--------------	---	---

			quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--	--

Bài 2: BIẾN ĐỔI HÌNH TỪ HÀNG DỌC THÀNH HÀNG NGANG, VÒNG TRÒN VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại 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: Thực hiện được cách biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang, vòng tròn và ngược lại

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn biến đổi từ đội hình hàng dọc thành hàng ngang và ngược lại - Ôn biến đổi từ đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại.	2-3’	1 lần		HS quan sát GV làm mẫu  □
-Luyện tập		2 lần	GV làm mẫu lại các động tác kết hợp nhắc nhở, lưu ý khi thực hiện kỹ thuật động tác.	HS tiếp tục quan sát
		3 lần	Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình.	- Đội hình tập luyện

			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.	
--	--	--	---	--

Bài 3: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG NGANG THÀNH HAI, BA HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 1)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại 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: Thực hiện được cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại

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.

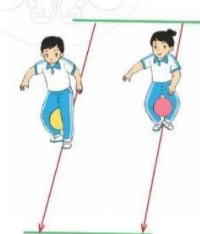
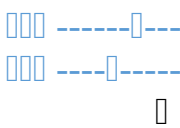
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “kẹp bóng di chuyển” 	5 – 7’ 2-3’ 16- 18’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại.			Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy”		2 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 - GV tổ chức	□ HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. □□□□□□ □ ĐH tập luyện theo tổ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ GV □ - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS bật cao kết hợp đi lại hít thở
--	--	---	---	--



- Bài tập PT thể lực:

- **Vận dụng:**

III. Kết thúc

- Thả lỏng cơ toàn thân.

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.

Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà

- Xuống lớp

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 trò chơi cho HS.

- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật

- Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 20 lần

- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1?

- GV hướng dẫn

- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.

- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.

- HS trả lời

- HS thực hiện thả lỏng

- ĐH kết thúc

□□□□□□□□
□□□□□□□□
□

Bài 3: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG NGANG THÀNH HAI, BA HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 2)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại 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: Thực hiện được cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

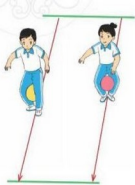
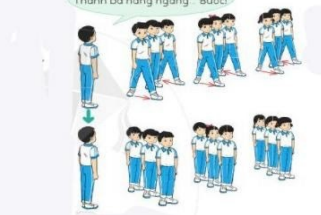
- **Phương tiện:**

- + 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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “kẹp bóng di chuyển” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. <pre> □□□ ---□--- □□□ ---□--- □ </pre>
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành ba hàng ngang và ngược lại.				
Khẩu lệnh: Theo 1 – 2 – 3, 1 – 2 – 3. Điểm số!  Khẩu lệnh: Thành ba hàng ngang. Bước! 		2 lần	Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện cách biến	HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung	3-5' 4-5'	1 lần đổi đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương 2 lần - GV hô - HS tập theo GV. - 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 - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và	- Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ - 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 - DH kết thúc
--	-------------------------	---	---

của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nâng cao đùi tại chỗ 20 lần và di chuyển 15m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT2 - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--	--

Bài 3: BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG NGANG THÀNH HAI, BA HÀNG NGANG VÀ NGƯỢC LẠI.

(tiết 3)

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 khẩu lệnh, cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại 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: Thực hiện được cách cách biến đổi từ đội hình một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

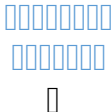
- **Phương tiện:**

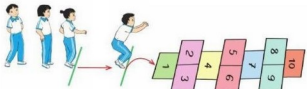
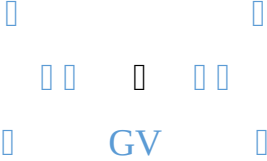
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.

- Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”  - Bài tập PT thể lực:	2-3’ 16-18’ 2 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’		sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích lại kỹ thuật thực hiện động tác. Lưu ý một số sai sót thường mắc khi thực hiện động tác. Cho 1 nhóm 3HS lên thực hiện lại cách biến đổi đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô khẩu lệnh - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các	- HS Chơi trò chơi.     HS chú ý lắng nghe HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.   ĐH tập luyện theo tổ  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
--	---	--	--	--

- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy đánh gót hai bên 20 lần và di chuyển 15m - Yêu cầu HS thực hiện BT3 - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

			hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 4: GIẬM CHÂN TẠI CHỖ, ĐỨNG LẠI.

(tiết 1)

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 khẩu lệnh, cách thực hiện giậm chân tại chỗ, đứng lại 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 động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại

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.

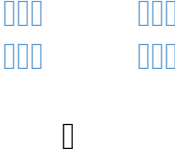
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “giành cờ chiến thắng” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Giậm chân tại chỗ, đứng lại.	2-3’ 16-18’		Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ	- Đội hình HS quan sát tranh  □ HS quan sát GV làm

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “ném vòng trúng đích”.	3-5' 4-5'	2 lần 2 lần 2 lần 3 lần 1 lần 2 lần	thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu Cho 1, 2 HS lên thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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.	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
--	-------------------------	---	--	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS đứng lên ngồi xuống 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	---	---

Ngày soạn:

Bài 4: GIẬT CHÂN TẠI CHỖ, ĐỨNG LẠI. (tiết 2)

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 giậm chân tại chỗ, đứng lại 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 động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

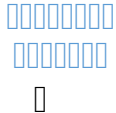
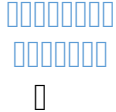
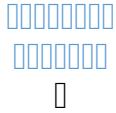
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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

I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’ 2x8N 2-3’ 16-18’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. - HS nghe và quan sát GV
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo nhóm 2 người	1 lần 2 lần 2 lần 2 lần 1 lần 3-5’	GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kỹ thuật động tác. Lưu ý những lỗi thường mắc Cho 1 HS lên thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - GV quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng	HS tiếp tục quan sát  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 

Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “rồng rắn lên mây”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần 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 thử và chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Tại chỗ chạy lăng gót 30 nhịp sau đó di chuyển 15m - Yêu cầu HS quan sát tranh và trả lời câu hỏi BT2.	- HS vừa tập vừa giúp nhau sửa sai động tác - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc □□□□□□□□ □ □□□□□□□□ HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS nêu - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□ □
--	-------------	---	--

			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 4: GIẬM CHÂN TẠI CHỖ, ĐỨNG LẠI.

(tiết 3)

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 giậm chân tại chỗ, đứng lại 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 động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại

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.

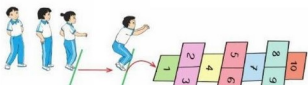
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

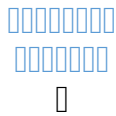
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức” 	5 – 7’ 			

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo nhóm 2 người Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5’ 4-5’	2 lần Cho 1 HS lên thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. 2 lần GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương 2 lần 1 lần - GV hô - HS tập theo GV. - GV quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. 2 lần - 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 thử và	HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp nhau sửa sai động tác - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo đội hình vòng tròn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS trả lời
--	-------------------------	--	---

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Tại chỗ chạy nâng cao đùi 30 nhịp sau đó di chuyển 15m - Yêu cầu HS thực hiện BT3. ? khi ở nhà em thực hiện bài tập vào lúc nào? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 4: GIẬM CHÂN TẠI CHỖ, ĐỨNG LẠI. (tiết 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 giậm chân tại chỗ, đứng lại 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 động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại

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.

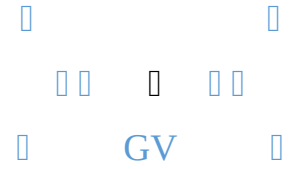
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

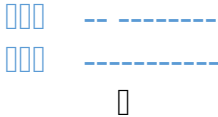
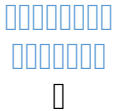
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “giành cờ chiến thắng”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo nhóm 2 người Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ	2-3’ 16-18’ 1 lần 2 lần 2 lần 2 lần 1 lần 3-5’ 2 lần	2x8N dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác. Cho 1 HS lên thực hiện động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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	□ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  □ - HS nghe và quan sát GV  □ HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  □ ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp nhau sửa sai động tác
---	--	--	---

- Trò chơi “ném trúng đích”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	- 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 thử và chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Tại chỗ chạy nâng cao đùi 30 nhịp sau đó di chuyển 15m - Yêu cầu HS thực hiện BT3. ? có được tập thể dục ngay sau khi ăn no? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn của GV  HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	-------------	--	--

			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--------------------------------------	--

Ngày soạn:

KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

(1 tiết)

I. Mục tiêu bài học

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 giác tích cực tập luyện và tham gia kiểm tra đánh giá tuyên dương.
- 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, cách thực hiện các động tác biến đổi đội hình một hàng dọc (hàng ngang) thành hai, ba hàng dọc (hàng ngang); từ hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại; động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

+ Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi, bảng các tiêu chí và các yêu cầu cần đạt nội dung bài tập đã học.

CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ	
HOÀN THÀNH TỐT	- Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện các động tác biến đổi đội hình và giậm chân tại chỗ - đứng lại đúng khẩu lệnh, đúng kỹ thuật, đều và đẹp - Tham gia tích cực các trò chơi vận động - Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập - Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT
HOÀN THÀNH	- Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện được các động tác biến đổi đội hình và giậm chân tại chỗ - đứng lại - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực - Hoàn thành lượng vận động của bài tập - Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT
CHƯA HOÀN THÀNH	- Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Chưa thực hiện được các động tác biến đổi đội hình và giậm chân tại chỗ - đứng lại - Hạn chế tham gia các trò chơi vận động - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập - Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Quan sát, vấn đáp, nhận xét đánh giá cách thực hiện các động tác ĐHDN.
- Hình thức dạy học chính: Kiểm tra theo nhóm 3 đến 5 học sinh.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: - Kiểm tra đánh giá các nội dung ĐHĐN đã học: Biến đổi đội hình một hàng dọc (hàng ngang) thành hai, ba hàng dọc (hàng ngang); từ hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại; động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại. - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy”.	16-18’	1 lần	Từng nhóm 3 đến 5 học sinh thực hiện các nội dung ĐHĐN đã học - Yêu cầu HS nhận xét bạn - GV nhận	<pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS nhận xét bạn sau khi thực hiện các nội dung ĐHĐN
	3-5’			
	4-5’			

 III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		xét, đánh giá bổ xung, tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.	HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	--	--	--

CHỦ ĐỀ 2 BÀI TẬP THỂ DỤC

Ngày soạn:

Bài 1: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ, ĐỘNG TÁC TAY.

(tiết 1)

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 động tác vươn thở; động tác tay 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 động tác vươn thở; động tác tay.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được động tác vươn thở; động tác tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

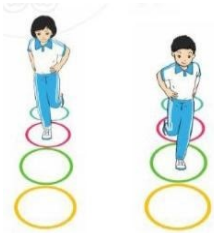
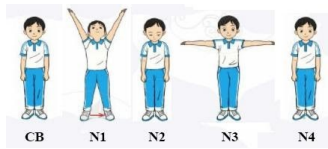
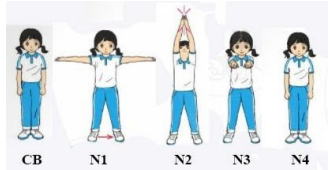
- **Phương tiện:**

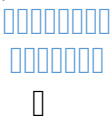
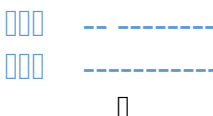
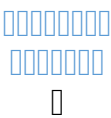
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy lò cò theo vòng” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác vươn thở.  - Động tác tay. 	2-3’	16-18’	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 1,2 HS lên thực hiện động tác vươn thở và	- Đội hình HS quan sát tranh   HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyền hàng”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở	3-5’ 4-5’	3 lần động tác tay. 3 lần GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương 1 lần - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 2 lần - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt	đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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 
---	-------------------------	---	---

nhà - Xuống lớp			người phạm luật - Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--------------------	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐỘNG TÁC CHÂN VÀ ĐỘNG TÁC LƯỖN. (tiết 1)

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 động tác chân và động tác lườn 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 động tác chân và động tác lườn của bài thể dục.

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.

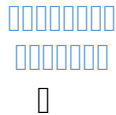
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy dây”	5 – 7’ 2-3’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở và động tác tay. - Động tác chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “kẹp bóng di chuyển”	16-18’	2 lần 2 lần 2 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	chơi - GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 HS lên thực hiện động tác chân. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan	- Cán sự hô nhịp - 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 - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
---	---------------	--	---	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT1? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	--	--	---

			và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	----------------------	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐỘNG TÁC CHÂN VÀ ĐỘNG TÁC LƯỜN.

(tiết 2)

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 động tác chân và động tác lườn 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 động tác chân và động tác lườn của bài thể dục.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

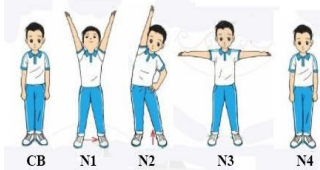
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

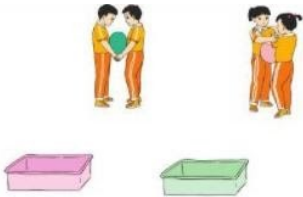
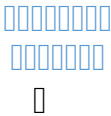
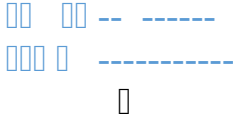
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

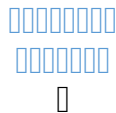
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy lò cò theo vòng” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở, động tác tay và động tác chân. - Động tác lườn. 	2-3’ 16-18’	2 lần 2 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Cán sự hô nhịp   - Đội hình HS quan sát tranh   - HS quan sát GV làm

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “kẹp bóng di chuyển”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5’ 4-5’	2 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 HS lên thực hiện động tác lườn. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 thử và	mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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
--	-------------------------	--	--	--

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 20m xuất phát cao - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi BT2. ? Khi nào chúng ta tập động tác lườn? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	--	--	---

Ngày soạn:

Bài 3: ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG VÀ ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN.

(tiết 1)

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 động tác lưng bụng và động tác toàn thân 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 động tác lưng bụng và động tác toàn thân của bài thể dục.

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.

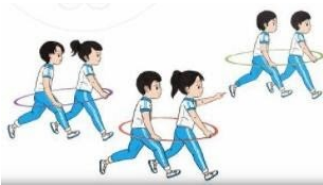
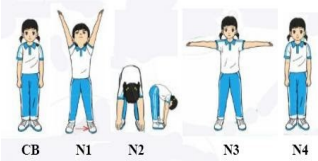
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “ô tô hai chỗ”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở, tay, chân và lườn đã học. - Động tác lưng bụng  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3’ 16-18’	2x8N 2 lần 2 lần 2 lần 3 lần 3 lần 1 lần	phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi - GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 HS lên thực hiện động tác lưng bụng. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát,	□□□□□□ □ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. □□□ □□ □□□ □□ □ - Cán sự hô nhịp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - 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 □ □
---	---------------------------	---	---	---

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng trúng đích”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần	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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời	□□ □ □□ □ 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 □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	------	-------	---	---

			câu hỏi BT3. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 3: ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG VÀ ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN. (tiết 2)

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 động tác lưng bụng và động tác toàn thân 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 động tác lưng bụng và động tác toàn thân của bài thể dục.

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.

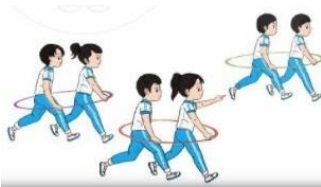
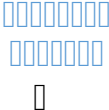
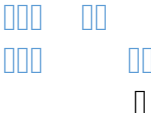
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

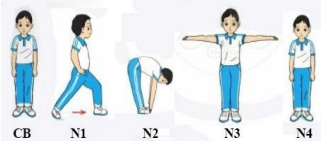
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “ ô tô hai chỗ” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở, tay, chân, lườn và lưng	2-3’	2 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS	- HS Cán sự hô nhịp 

bụng đã học. - Động tác toàn thân.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”.  - Bài tập PT thể lực:		2 lần 2 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác toàn thân. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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.	 □ - 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  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
---	--	--	--	---

- Vận dụng: III.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 và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS đứng lên ngồi xuống hai tay chống hông 10 lần - 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 4: ĐỘNG TÁC NHẢY VÀ ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA.

(tiết 1)

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 động tác nhảy và động tác điều hòa 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 động tác nhảy và động tác điều hòa của bài thể dục.

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.

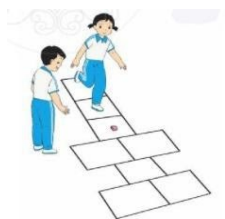
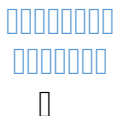
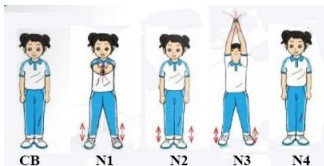
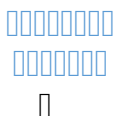
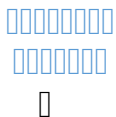
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy lò cò” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N 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 hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở, tay, chân, lườn, lưng bụng và toàn thân đã học. - Động tác nhảy. 		2 lần 2 lần 3 lần 3 lần 1 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác nhảy. - GV cùng HS	- Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. 

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “ném trúng đích”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	2 lần	nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét	□□□□□□ □ 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 □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	-------------------------	--------------	--	--

			tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ tay đánh tự nhiên 20 lần - 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.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 4: ĐỘNG TÁC NHẢY VÀ ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA.

(tiết 1)

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 động tác nhảy và động tác điều hòa 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 động tác nhảy và động tác điều hòa của bài thể dục.

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.

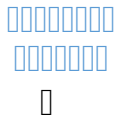
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

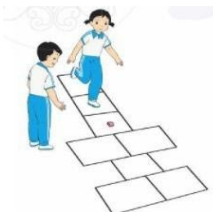
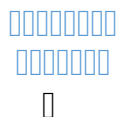
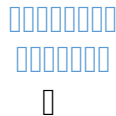
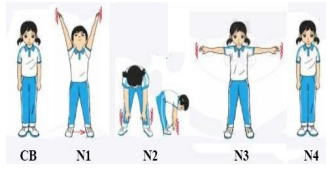
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

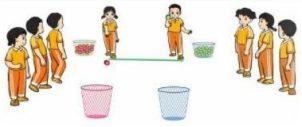
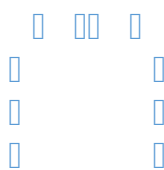
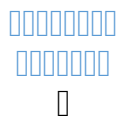
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo

chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy lò cò” 	2-3'		- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	GV. - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác vươn thở, tay, chân, lườn, lưng bụng, toàn thân và nhảy đã học. - Động tác điều hòa.	16-18'	2 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh 
		2 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện động tác điều hòa.	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		3 lần	- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- HS tiếp tục quan sát
Tập theo tổ nhóm		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện động tác điều hòa.	- HS tiếp tục quan sát
Tập theo cặp đôi		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- HS tiếp tục quan sát
Tập cá nhân	3-5'		- GV hô - HS tập theo GV.	- HS tiếp tục quan sát
Thi đua giữa các tổ		2 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- HS tiếp tục quan sát

- Trò chơi “ném trúng đích”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ tay đánh tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh	- 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 
---	-------------	---	---

			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.	
--	--	--	--	--

Ngày soạn:

KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ BÀI THỂ DỤC

(1 tiết)

I. Mục tiêu bài học

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 giác tích cực tập luyện và tham gia kiểm tra đánh giá tuyên dương.
- 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 thực hiện bài thể dục đúng phương hướng, biên độ và đúng nhịp.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi, bảng các tiêu chí và các yêu cầu cần đạt nội dung bài tập đã học.

CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ	
HOÀN THÀNH TỐT	- Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện các động tác của bài thể dục đúng phương hướng và biên độ - Tham gia tích cực các trò chơi vận động - Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập - Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT
HOÀN THÀNH	- Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện được các động tác của bài thể dục - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực - Hoàn thành lượng vận động của bài tập - Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT
CHƯA HOÀN THÀNH	- Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Chưa thực hiện được bài thể dục - Hạn chế tham gia các trò chơi vận động - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập - Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao

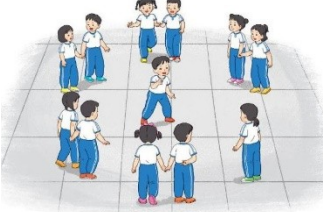
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

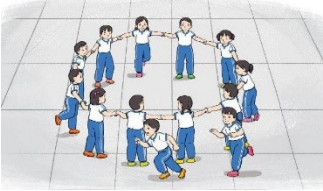
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Quan sát, vấn đáp, nhận xét đánh giá cách thực hiện các động tác của bài thể dục.

- Hình thức dạy học chính: Kiểm tra theo nhóm 3 đến 5 học sinh.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “ kết bạn” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. ĐH tập luyện theo tổ □ □ □□ □ □□ □ GV □ □□□□□□□□ □□□□□□□□
II. Phần cơ bản: - Ôn bài thể dục phát triển chung đã học. - Kiểm tra đánh giá bài thể dục PTC:	16-18’	2 lần	Tổ trưởng cho các bạn luyện tập bài thể dục theo khu vực. Từng nhóm 3 đến 5 học sinh thực hiện bài	□ □ □□ □ □□ □ GV □ □□□□□□□□ □□□□□□□□

- Trò chơi “Mèo đuổi chuột”.  III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	thể dục đã học - Yêu cầu HS nhận xét bạn - GV nhận xét, đánh giá bổ xung, tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.	□□□□ - HS nhận xét bạn sau khi thực hiện các động tác của bài thể dục HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□ □
---	-------------------------	--	--

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

Ngày soạn:

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 1)

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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

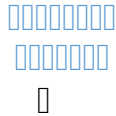
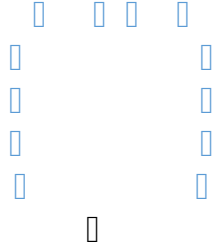
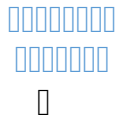
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS

	gian			
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy theo vòng” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi thường theo đường kẻ thẳng.  - Đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. 		1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh 
		4 lần	- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		3 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	
		3 lần		- Đội hình tập luyện đồng loạt.
		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện	
Tập theo tổ nhóm				

			động tác.	
Tập theo cặp đôi	3-5'		- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	□ ĐH tập luyện theo tổ
Tập cá nhân		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	□ □ □ □ □ □ □ □ □ GV □
Thi đua giữa các tổ			- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
- Trò chơi “đi theo vạch”.	4- 5'		- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
			- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Chơi theo hướng dẫn □□□□ ----- □□□□ ----- □
- Bài tập PT thể lực:			- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	
- Vận dụng:			- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở
III.Kết thúc			- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật	- HS trả lời
- Thả lỏng cơ toàn thân.			- Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần	- HS thực hiện thả lỏng
- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.			- Yêu cầu HS	- ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà				
- Xuống lớp				

			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.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 2)

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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

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.

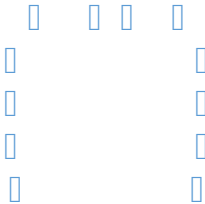
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

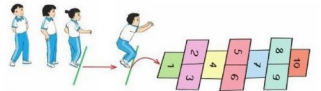
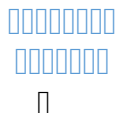
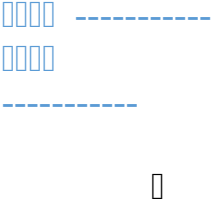
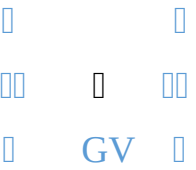
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 VD		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy theo vòng” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi theo đường kẻ thẳng	2-3’		- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát

hai tay dang ngang.  - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng. - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”.  - Bài tập PT thể lực:		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- GV phân tích kỹ 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	tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn 
--	--	---	--	---

- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - 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.	□ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 3)

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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

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.

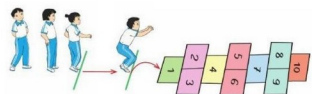
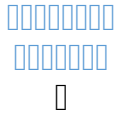
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi thường chuyển hướng phải, trái.  - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng, đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dạng ngang). -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3' 16-18' 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5'	2x8N	hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi 1 lần - Cho HS quan sát tranh - GV phân tích kỹ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	  - 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
--	--	-------------	--	--

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần - 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	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 
---	-------------	---	--

			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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - 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.	
--	--	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

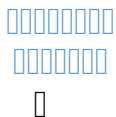
- **Phương tiện:**

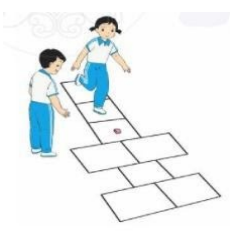
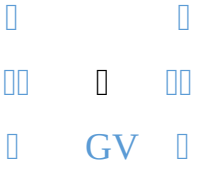
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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 VD		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng, - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dang ngang). - Ôn đi thường chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”. 		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	GV nhắc lại cách thực hiện và yêu cầu kĩ thuật động tác. Cho 2 HS lên thực hiện lại các động tác đi. 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	  - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.   ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn  
--	--	--	---	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	---

Ngày soạn:

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 5)

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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

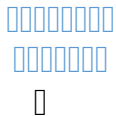
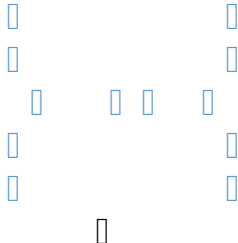
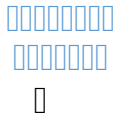
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS

	gian			
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “giành cờ” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng, - Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dang ngang). - Ôn đi thường chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt	2-3’	1 lần	GV nhắc lại cách thực hiện và yêu cầu kĩ thuật động tác. Cho 2 HS lên thực hiện lại các động tác đi. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 - HS tiếp tục quan sát
Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi	16-18’	4 lần	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	- HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ
	3-5’	3 lần 1 lần		

Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy theo vòng tròn”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy tại chỗ đánh gót hai bên 10 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách.	□ □ □□ □ □□ □ 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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	-------------	--	---

			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 1: ĐI THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 6)

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 bài tập đi theo các hướng 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 bài tập đi theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- Phương tiện:

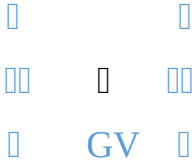
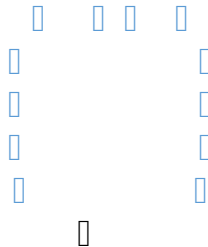
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đoàn tàu” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. □ □ □ □ ----- □ □ □ □ ----- □
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi thường theo đường kẻ thẳng,		1 lần	GV nhắc lại cách thực hiện và yêu cầu kỹ thuật động tác. Cho 2 HS lên thực hiện lại	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ - HS tiếp tục quan sát

- Ôn đi theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông (dạng ngang). - Ôn đi thường chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy theo vòng tròn”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5’ 4-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	các động tác đi. 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,	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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
---	-------------------------	--	--	--

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy tại chỗ đánh gót hai bên 10 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	- HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 1)

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 bài tập đi kiếng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiếng gót theo các hướng.

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.

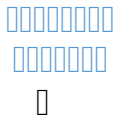
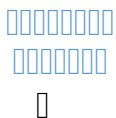
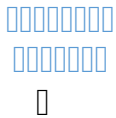
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

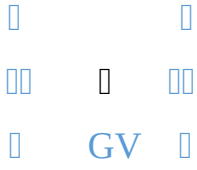
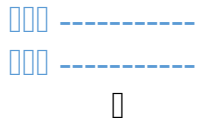
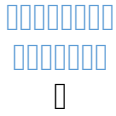
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “chuyển bóng bằng tay”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng.  - Đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’	dụng, 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 kỹ 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.	□ - 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.  □
---	---------------------------	--	--	---

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “đoàn tàu về ga”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS	ĐH tập luyện theo tổ  - 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 
--	-------------	---	---

			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.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 2)

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.

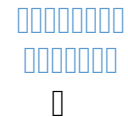
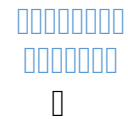
2. Về năng lực:

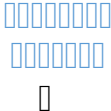
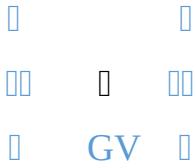
2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các bài tập đi kiểng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng.

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	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	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi kiễng gót theo đường	16- 18’			- HS Quan

kẻ thẳng hai tay dang ngang.  - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng, đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy theo vòng tròn”  - Bài tập PT thể lực:		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ 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	sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn 
---	--	---	--	--

- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách. - GV hướng dẫn	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
--	--	---	---

			- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 3)

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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy” 	5 – 7’	2x8N 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi kiễng gót chuyển hướng phải, trái.	2- 3’ 16- 18’		- GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi. - Đội hình HS quan sát tranh  □ - HS quan sát GV làm mẫu

- Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng, đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức” - Bài tập PT thể lực:		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- 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	- HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ - 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
--	--	---	--	---

- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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	- ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	---

			thở và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy tại chỗ đá lăng chân hai bên 10 lần sau đó di chuyển nhanh 15m. - 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.	
--	--	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng.

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.

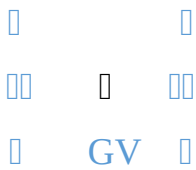
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng – Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay dang	16-18’	1 lần	- GV hướng dẫn chơi - GV nhắc lại tên động tác, kỹ thuật động	 - HS lắng nghe - HS tiếp tục quan sát

ngang. - Đi kiễng gót chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “đoàn tàu về ga”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.	3-5’ 4-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	tác. - Lưu ý một số lỗi thường mắc và cách sửa. - 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	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ----- □ ĐH tập luyện theo tổ  - 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
---	-------------------------	--	--	--

Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		đưa giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần - 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	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	--

			bị bài sau.	
--	--	--	-------------	--

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG. (tiết 5)

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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiểng gót theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

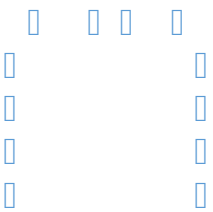
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

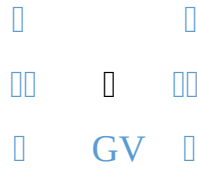
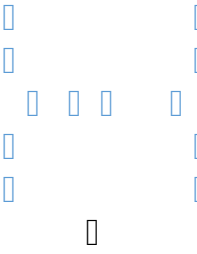
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

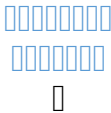
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy theo vòng tròn” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng – Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang. - Đi kiễng gót chuyển hướng phải, trái.	16- 18’	1 lần	- GV nhắc lại tên động tác, kĩ thuật động tác.	 - HS lắng nghe
		4 lần	- Lưu ý một số lỗi thường mắc và cách sửa.	- HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “giành cờ”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- 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.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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
--	-------------------------	---	--	--

		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử 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.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	--	--	---

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỂNG GÓT THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 6)

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 bài tập đi kiếng gót theo các hướng 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 bài tập đi kiếng gót theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

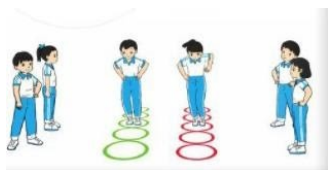
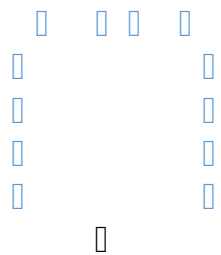
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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.	S. lần	Hoạt động	Hoạt động HS

	gian		GV	
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy theo vòng tròn” 	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
		2x8N		
		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 - HS Chơi trò chơi.
	2-3’		- GV hô nhịp, HS tập	
	16-18’		- GV hướng dẫn chơi	
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng – Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay chống hông. - Ôn đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang. - Đi kiễng gót chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt				 - HS lắng nghe
		1 lần	- GV nhắc lại tên động tác, kĩ thuật động tác.	
		4 lần	- Lưu ý một số lỗi thường mắc và cách sửa.	- HS tiếp tục quan sát
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	
		3 lần 1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 2 lần 4-5’	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 thử và chơi chính	□□□□ ----- □ 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 □□□□□□□□ □□□□□□ □
--	--------------------------------------	--	--

			thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử 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.	
--	--	--	---	--

Bài 3: ĐI THƯỜNG NHANH DẪN CHUYỂN SANG CHẠY THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 1)

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 bài tập đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng 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 đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng.

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.

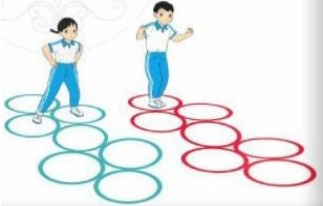
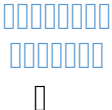
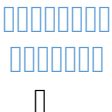
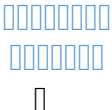
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức	Đội hình nhận lớp

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy nhanh nhảy đúng”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo đường kẻ thẳng.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’	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 kỹ 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	 - 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.  
--	---------------------------	--	---	--

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “mèo đuổi chuột”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần	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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS nhảy dây tùy sức trong 2 phút	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 □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □
--	------	-------	---	--

			- 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.	
--	--	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 3: ĐI THƯỜNG NHANH DẦN CHUYỂN SANG CHẠY THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 2)

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 bài tập đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng 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 đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

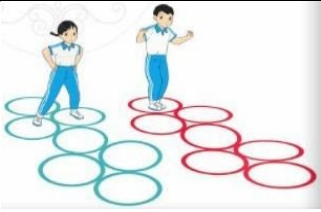
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy nhanh nhảy đúng”	5 – 7’ 2- 3’ 16-	 2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi. 

 II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo hướng phải, trái.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”.	18’	1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ 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	□ - 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
--	------------	---	--	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
--	--	--	--

			chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS ngồi thành hàng hai tay chống sau nâng hạ chân 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.	
--	--	--	--------------------------------------	--

Ngày soạn:

Bài 3: ĐI THƯỜNG NHANH DẦN CHUYỂN SANG CHẠY THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 3)

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 bài tập đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng 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 đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng.

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.

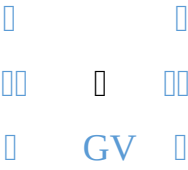
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức” 	5 – 7’	2x8N 2x8N 2- 3’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi.  □
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo đường kẻ thẳng. - Ôn đi thường nhanh dần chuyển sang chạy	16- 18’	1 lần	- GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi	- HS quan sát GV làm mẫu  □ - HS tiếp tục quan sát

theo hướng phải, trái.		4 lần		
-Luyện tập				
Tập đồng loạt		3 lần	- GV nhắc lại tên động tác, làm mẫu lại	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
		3 lần	động tác	
Tập theo tổ nhóm		1 lần	kết hợp yêu cầu kỹ thuật động tác.	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi	3-5'		- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Tập cá nhân				
Thi đua giữa các tổ		2 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi “mèo đuổi chuột”.	4-5'		- GV thổi còi - HS thực hiện động tác.	- Chơi theo hướng dẫn
			- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở
- Bài tập PT thể lực:				- HS trả lời
- Vận dụng:			- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	- HS thực hiện thả lỏng
III.Kết thúc				- ĐH kết thúc 
- Thả lỏng cơ toàn thân.				
- Nhận xét, đánh giá				

chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người	□
---	--	---	---

			phạm luật - Cho HS ngồi thành hàng hai tay chống sau nâng hạ chân 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.	
--	--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 3: ĐI THƯỜNG NHANH DẦN CHUYỂN SANG CHẠY THEO CÁC HƯỚNG.

(tiết 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 bài tập đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng 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 đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo các hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

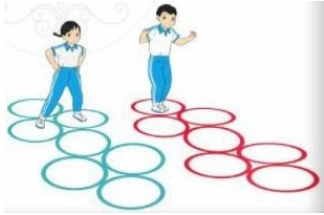
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

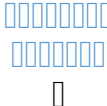
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh” 	5 – 7’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.   - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo đường kẻ thẳng. - Ôn đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo hướng phải, trái. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	- GV hướng dẫn chơi - GV nhắc lại tên động tác, làm mẫu lại động tác kết hợp yêu cầu kĩ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu   - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.   ĐH tập luyện theo tổ  

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	2 lần	- 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	 - 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 
--	-------------------------	--------------	---	---

			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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nâng cao đùi 20m - 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.	
--	--	--	--	--

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỖ CƠ BẢN.

(tiết 1)

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 động tác quỳ cơ bản 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 động tác quỳ cơ bản.

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.

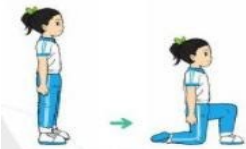
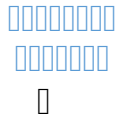
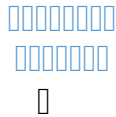
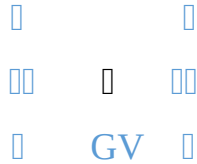
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC - Trò chơi “thỏ về hang” 	5 – 7’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.   - HS Chơi trò chơi.
	2-3’			
	16-18’			

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác quỳ cao một chân.  - Động tác quỳ cao hai chân.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”.	3-5’ 4-5’	1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ 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	- 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  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
---	-------------------------	---	--	--

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nâng cao đùi 20m - 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	---	---

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỲ CƠ BẢN.

(tiết 2)

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 động tác quỳ cơ bản 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 động tác quỳ cơ bản.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

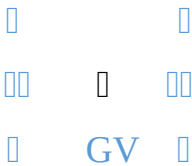
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

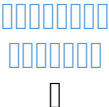
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7’		Gv nhận lớp,	

Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác quỳ cao một chân và quỳ cao hai chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi	2-3’ 16-18’ 3-5’	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	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 nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác. - Nhắc nhở những lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, tuyên dương. - GV thổi còi - HS thực hiện	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi.  □ - HS lắng nghe - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  □ ĐH tập luyện theo tổ 
---	---------------------------------------	--	---	--

Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần	- 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 
---	-------------	--	---

			- Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	
--	--	--	--	--

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỖ CƠ BẢN.

(tiết 3)

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:

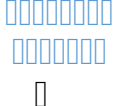
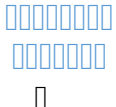
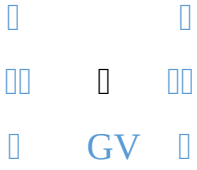
2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện các động tác quỳ cơ bản 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 động tác quỳ cơ bản.

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “bịt mắt bắt dê” 	5 – 7’	2x8N	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	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.   - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16- 18’			- Đội hình HS quan sát tranh

- Kiến thức. - Động tác quỳ thấp  - Ôn động tác quỳ cao một chân. - Ôn động tác quỳ cao hai chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thỏ về hang”.		1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ 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.	 - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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
--	--	---	--	---

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS hai tay chống hông di chuyển đá chân về trước 10 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT3 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.	đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỲ CƠ BẢN.

(tiết 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 động tác quỳ cơ bản 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 động tác quỳ cơ bản.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

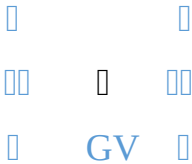
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

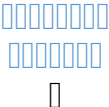
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7’		Gv nhận lớp,	

Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác quỳ cao một chân và quỳ cao hai chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi	2-3’ 16-18’ 3-5’	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	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 nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác. - Nhắc nhở những lỗi sai thường mắc khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, tuyên dương. - GV thổi còi - HS thực hiện	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi.  □ - HS lắng nghe - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  □ ĐH tập luyện theo tổ 
---	---------------------------------------	--	---	--

Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 10 lần	- 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 
--	-------------	--	---

			- Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	
--	--	--	--	--

Bài 5: CÁC ĐỘNG TÁC NGỒI CƠ BẢN.

(tiết 1)

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 bài tập ngồi cơ bản 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 ngồi cơ bản.

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.

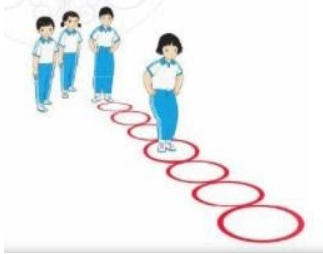
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

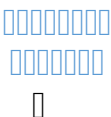
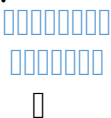
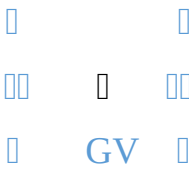
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhảy vòng tròn tiếp sức” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	  - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hướng dẫn chơi	 

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác ngồi xổm.  - Động tác ngồi bệt co chân.  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dung dăng dung dè”.			- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 2 lần - 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	- 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  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
---	--	--	---	---

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS nhảy dây tùy sức 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□ □
---	--	--	--

Bài 5: CÁC ĐỘNG TÁC NGỒI CƠ BẢN.

(tiết 2)

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 bài tập ngồi cơ bản 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 ngồi cơ bản.

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.

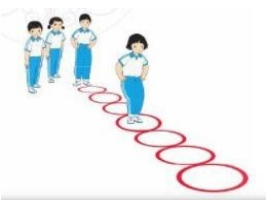
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7'		Gv nhận lớp, thăm	

Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác ngồi xổm. - Ôn động tác ngồi bệt co chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	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 nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác. - Thực hiện lại 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	Đội hình nhận lớp <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS khởi động theo GV. <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS Chơi trò chơi. <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> ĐH tập luyện theo tổ <pre> □ □ □□ □ □□ □ GV □ </pre>
--	---------------------------	--	---	--

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “nhảy vòng tròn tiếp sức”.  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS nhảy dây tùy sức 2 phút - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 trong sách. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái	- 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 □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	-------------	--	--

			độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	--	--

Bài 5: CÁC ĐỘNG TÁC NGỒI CƠ BẢN.

(tiết 3)

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 bài tập ngồi cơ bản 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 ngồi cơ bản.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

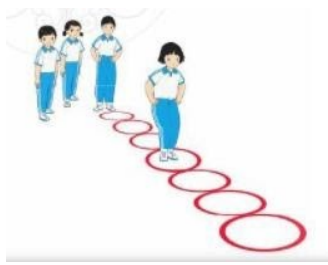
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhảy vòng tròn tiếp sức” 	5 – 7’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.   - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác ngồi bệt thẳng chân.	16- 18’	1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh   - HS quan sát GV làm mẫu

- Ôn động tác ngồi xổm. - Ôn động tác ngồi bệt co chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dung dăng dung dẻ”. - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng:	3-5' 4-5'	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần - 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	- HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ - 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
---	-------------------------	---	---

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy 20m xuất phát cao - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	- ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	---

Bài 5: CÁC ĐỘNG TÁC NGỒI CƠ BẢN.

(tiết 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 bài tập ngồi cơ bản 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 ngồi cơ bản.

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.

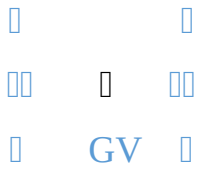
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	5 – 7’	2x8N 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động.	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS khởi động theo GV. □□□□□□□□

- Bài thể dục PTC. - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác ngồi xổm. - Ôn động tác ngồi bệt co chân. - Ôn động tác ngồi bệt thẳng chân. -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dung dăng dung dẻ”.	2-3’ 16-18’ 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	- GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi - GV nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác. - Thực hiện lại 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	 □ - HS Chơi trò chơi.  □ - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  □ ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn
---	---	--	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS nhảy dây tùy sức 2 phút - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	- Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
--	--	--	---

KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

(1 tiết)

I. Mục tiêu bài học

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 giác tích cực tập luyện và tham gia kiểm tra đánh giá tuyên dương.
- 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 thực hiện các bài tập tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi, bảng các tiêu chí và các yêu cầu cần đạt nội dung bài tập đã học.

CÁC TIÊU CHÍ ĐÁNH GIÁ	
HOÀN THÀNH TỐT	- Thực hiện tốt VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện các động tác tư thế kỹ năng vận động cơ bản đúng khẩu lệnh, đúng kĩ thuật, đều và đẹp

	- Tham gia tích cực các trò chơi vận động - Hoàn thành tốt lượng vận động của bài tập - Tích cực, trung thực trong tập luyện và hình thành thói quen tập luyện TDTT
HOÀN THÀNH	- Biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Bước đầu biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Thực hiện được các động tác tư thế kỹ năng vận động cơ bản - Có tham gia các trò chơi vận động nhưng chưa tích cực - Hoàn thành lượng vận động của bài tập - Tích cực trong tập luyện và bước đầu hình thành thói quen tập luyện TDTT
CHƯA HOÀN THÀNH	- Chưa biết thực hiện VS cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện - Chưa biết quan sát tranh ảnh, động tác mẫu của giáo viên - Chưa thực hiện được các động tác tư thế kỹ năng vận động cơ bản - Hạn chế tham gia các trò chơi vận động - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập - Ý thức và tinh thần tập luyện chưa cao

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: Quan sát, vấn đáp, nhận xét đánh giá cách thực hiện các động tác tư thế và kỹ năng vận động cơ bản.

- Hình thức dạy học chính: Kiểm tra theo nhóm 3 đến 5 học sinh.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		- Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.	□□□□□□ □
---	--	--	------------------------

THỂ THAO TỰ CHỌN

CHỦ ĐỀ 1: BÓNG ĐÁ

Bài 1: LÀM QUEN TÂNG BÓNG.

(tiết 1)

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 động tác tâng bóng 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 làm quen với tăng bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng”	5 – 7’	2x8N 2x8N 2-3’	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,	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. 

qua đầu” 	16-18’		HS tập	□
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Làm quen tâng bóng bằng đùi.			- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi. □□□□□□ □□□□□□
		4 lần	- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh □□□□□□□□ □□□□□□ □
		3 lần	- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập theo tổ nhóm		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	ĐH tập luyện theo tổ □ □ □□ □ □□ □ GV □
Tập theo cặp đôi	3-5’		- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Tập cá nhân		2 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Từng tổ lên thi đua tâng bóng
Thi đua giữa các tổ			- Phân công tập theo cặp đôi	- Chơi theo hướng dẫn
- Trò chơi “lăn bóng tiếp sức” 	4-5’		- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	□□-----

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m - 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.	□□□----- □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	---	--

Bài 1: LÀM QUEN TÂNG BÓNG.

(tiết 2)

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 động tác tăng bóng 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 làm quen với tăng bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

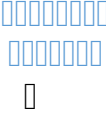
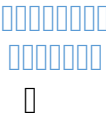
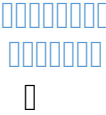
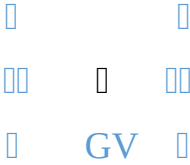
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu” 	5 – 7’ 16-18’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi.  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn tập bóng bằng đùi. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân	 3-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo	 - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	2 lần khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách. - GV hướng dẫn	đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi tâng bóng bằng đùi - Chơi theo hướng dẫn □□□----- □□□----- □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	-------------	--	--

			- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 1: LÀM QUEN TÂNG BÓNG.

(tiết 3)

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 động tác tâng bóng 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 làm quen với tâng bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “mèo đuổi chuột” 	5 – 7’	2x8N	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	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
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Làm quen tăng bóng bằng một chân.	16-18’	4 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát
		3 lần		

- Ôn tập bóng bằng đùi. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức” - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá	3-5' 4-5'	3 lần 1 lần 2 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật	ĐH tập luyện theo tổ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi tập bóng bằng một chân - Chơi theo hướng dẫn □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	--	--	---

chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	
---	--	--	--	--

Bài 1: LÀM QUEN TÂNG BÓNG.

(tiết 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 động tác tâng bóng 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 làm quen với tăng bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

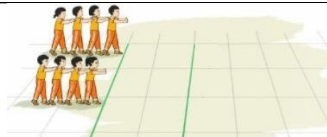
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “đoàn tàu về ga”	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi. 



II. Phần cơ bản:

- Kiến thức.

- Ôn tung bóng bằng đùi.
- Ôn tung bóng bằng một chân.

-Luyện tập

Tập theo tổ nhóm

Tập theo cặp đôi

Tập cá nhân

Thi đua giữa các tổ

- Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”



- Bài tập PT thể lực:

3-5'

4-5'

4 lần

3 lần

3 lần

1 lần

2 lần

- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.

- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.

- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.

- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.

- Gv quan sát, sửa sai cho HS.

- Phân công tập theo cặp đôi

- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS

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



- HS quan sát GV làm mẫu

- HS tiếp tục quan sát

ĐH tập luyện theo tổ



GV



- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai

- Từng tổ lên tung bóng bằng đùi.

- Chơi theo hướng dẫn



- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		chức chơi thở và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

Bài 2: LÀM QUEN ĐỒ BÓNG BẰNG CHÂN.

(tiết 1)

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 động tác đỡ bóng bằng chân 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 làm quen đỡ bóng bằng chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

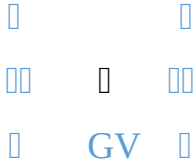
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	5 – 7'	2x8N 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.

- Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng bằng tay” 	2-3’		sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Làm quen đỡ bóng bằng đùi.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm	16-18’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	- GV hướng dẫn chơi - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	 - HS Chơi trò chơi. - Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”	3-5’ 4-5’	2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua



- Bài tập PT thể lực:

- Vận dụng:

III.Kết thúc

- Thả lỏng cơ toàn thân.

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.

Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà

- Xuống lớp

sửa sai cho HS

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 thử và chơi chính thức cho HS.

- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật

- Cho HS chạy nhanh 15m

- 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.

- Chơi theo hướng dẫn

□□□-----

□□□-----

□

HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở

- HS trả lời

- HS thực hiện thả lỏng

- ĐH kết thúc

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□

Bài 2: LÀM QUEN ĐỜ BÓNG BẰNG CHÂN.

(tiết 2)

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 động tác đỡ bóng bằng chân 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 làm quen đỡ bóng bằng chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

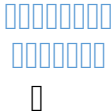
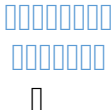
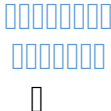
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

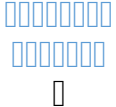
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng bằng tay” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hô nhịp, HS tập	
			- GV hướng dẫn chơi	 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Làm quen đỡ bóng bằng lòng bàn chân. 		4 lần	- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 
		3 lần	- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập theo tổ nhóm		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	ĐH tập luyện theo tổ  

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh	 - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn   HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	-------------------------	--------------	---	---

			trả lời câu hỏi BT2 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.	
--	--	--	---	--

Bài 2: LÀM QUEN ĐỜ BÓNG BẰNG CHÂN. (tiết 3)

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 động tác đỡ bóng bằng chân 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 làm quen đỡ bóng bằng chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

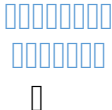
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	 2x8N 2x8N 4 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	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS khởi động theo GV. □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS Chơi trò chơi. □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS quan sát GV làm mẫu

- Ôn đỡ bóng bằng đùi. - Ôn đỡ bóng bằng lòng bàn chân. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá	3-5’ 4-5’	3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên	 - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn   HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng
--	-------------------------	---	---	---

chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	- ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	---	---

Bài 2: LÀM QUEN ĐỒ BÓNG BẰNG CHÂN.

(tiết 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 động tác đỡ bóng bằng chân 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 làm quen đỡ bóng bằng chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

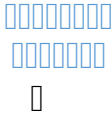
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng”	5 – 7’	2x8N 2x8N	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,	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. 

bằng tay”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn đỡ bóng bằng đùi. - Ôn đỡ bóng bằng lòng bàn chân. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực:	16-18’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	HS tập - GV hướng dẫn chơi - GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	□ - HS Chơi trò chơi.  □ - HS quan sát GV làm mẫu  - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn 
--	---------------	---	--	--

- Vận dụng: III.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 và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT2 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.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	--	---	--

Bài 3: LÀM QUEN DẪN BÓNG.

(tiết 1)

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 động tác dẫn bóng 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 làm quen dẫn bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

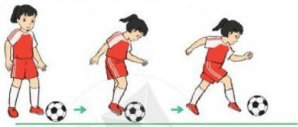
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

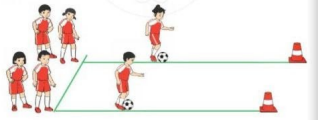
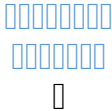
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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

I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “vượt chướng ngại vật”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác dẫn bóng về phía trước.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi	5 – 7’ 2x8N 2x8N 2-3’ 16-18’ 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’	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 cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác, kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng	Đội hình nhận lớp <pre> ○○○○○○○○ ○○○○○○○○ </pre> - HS khởi động theo GV. <pre> ○○○○○○○○ ○○○○○○○○ </pre> - HS Chơi trò chơi. <pre> ○○○○ ○○○○ </pre> - HS quan sát tranh, lắng nghe. <pre> ○○○○○○○○ ○○○○○○○○ </pre> - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ <pre> ○ ○ ○○ ○ ○○ ○ GV ○ </pre> - HS vừa tập vừa giúp
--	---	--	---

Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng theo đường thẳng”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	2 lần cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trả lời câu hỏi BT1 trong sách.	đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn  □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	-------------	---	---

			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 3: LÀM QUEN DẪN BÓNG.

(tiết 2)

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 động tác dẫn bóng 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 làm quen dẫn bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường
- **Phương tiện:**

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

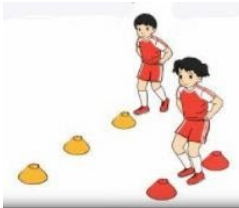
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “vượt chướng ngại vật” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 □ - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hô nhịp, HS tập	
			- GV hướng dẫn chơi	 □ - HS quan sát tranh, lắng nghe.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác dẫn bóng chuyên hướng phải, trái.		4 lần	- GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác	 

-Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng theo đường thẳng” - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở	3-5’ 4-5’	3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	---	---	--

nhà - Xuống lớp			cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy 20m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	□□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--------------------	--	--	---	---------------------------

Bài 3: LÀM QUEN DẪN BÓNG. (tiết 3)

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 động tác dẫn bóng 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 làm quen dẫn bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

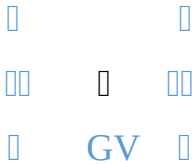
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng”	5 – 7’ 2-3’	2x8N 2x8N	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,	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV. 

bằng tay”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác dẫn bóng về phía trước. - Ôn động tác dẫn bóng chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực:	16-18’	HS tập - GV hướng dẫn chơi 4 lần - GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. 3 lần - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. 3 lần - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. 1 lần - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. 1 lần - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh	□ - HS Chơi trò chơi.  □ - HS quan sát GV làm mẫu  □ - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn 
---	---------------	---	---

- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS nhảy dây tùy sức 2 phút - Yêu cầu HS thực hiện BT2. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	□ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	--

Bài 3: LÀM QUEN DẪN BÓNG. (tiết 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 động tác dẫn bóng 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 làm quen dẫn bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

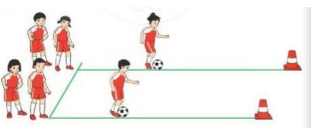
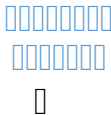
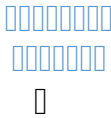
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông,	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS khởi động theo

gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác dẫn bóng về phía trước. - Ôn động tác dẫn bóng chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng theo đường thẳng” 	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	GV.
		16-18’	- GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.  
		4 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	
		3 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	- HS tiếp tục quan sát
		1 lần		
	3-5’		- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	ĐH tập luyện theo tổ
			- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	
		2 lần	- Phân công tập theo cặp đôi	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
			- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
	4-5’		- GV tổ chức	- Từng tổ lên thi đua

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS tại chỗ chạy đánh gót hai bên 20 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Chơi theo hướng dẫn □□□----- □□□----- □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	--

Bài 3: LÀM QUEN DẪN BÓNG. (tiết 5)

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 động tác dẫn bóng 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 làm quen dẫn bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

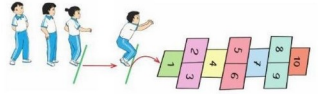
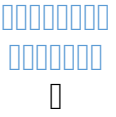
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7’		Gv nhận lớp,	

Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác dẫn bóng về phía trước. - Ôn động tác dẫn bóng chuyển hướng phải, trái. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ	2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần	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 kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	Đội hình nhận lớp <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS khởi động theo GV. <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS Chơi trò chơi. <pre> □□□----- □□□----- </pre> □ - HS quan sát GV làm mẫu <pre> □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ </pre> - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ <pre> □ □ □□ □ □□ □ GV □ </pre> - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
--	---------------------------	--	---	---

- Trò chơi “nhảy ô tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	- Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS tại chỗ chạy đánh gót hai bên 20 lần - Yêu cầu HS thực hiện	- Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn  HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	-------------	---	--

			BT2. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 4: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(tiết 1)

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 động tác đá bóng bằng lòng bàn chân 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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

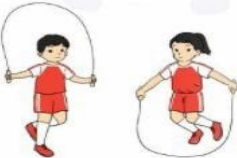
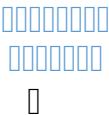
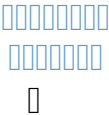
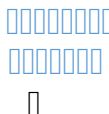
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

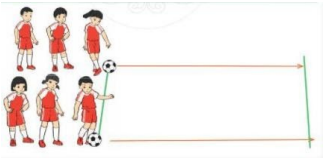
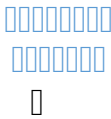
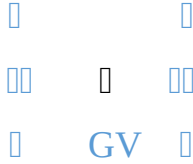
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhảy dây” 	5 – 7’	2x8N	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	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác tại chỗ đá	16- 18’			- HS quan sát tranh,

bóng bằng lòng bàn chân.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “đá bóng qua vạch”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn	3-5’ 4-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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	lắng nghe.  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn   HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
--	-------------------------	--	---	--

thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - 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.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	---	---

Bài 4: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(tiết 2)

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 động tác đá bóng bằng lòng bàn chân 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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

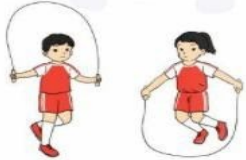
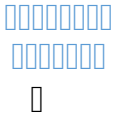
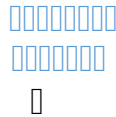
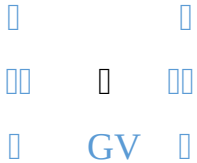
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

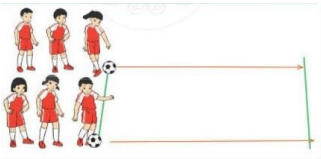
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □

- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhảy dây” 	2-3'	2x8N	giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	- HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác di chuyển đá bóng bằng lòng bàn chân.  - Ôn động tác tại chỗ đá bóng bằng lòng bàn chân -Luyện tập Tập theo tổ nhóm	16-18'	4 lần	- GV hướng dẫn chơi - GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu động tác	 - HS quan sát tranh, lắng nghe. - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ	3-5'	3 lần 3 lần 1 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua

- Trò chơi “đá bóng qua vạch”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5'	- Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài	- Chơi theo hướng dẫn  □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc  □
---	-------------	--	---

			sau.	
--	--	--	------	--

Bài 4: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(tiết 3)

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 động tác đá bóng bằng lòng bàn chân 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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

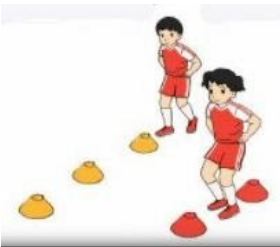
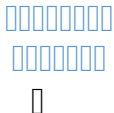
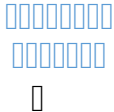
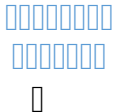
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

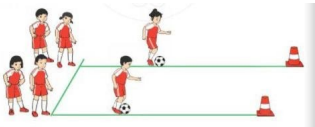
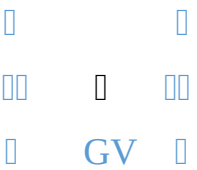
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “vượt chướng ngại vật” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hướng dẫn chơi	 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ đá bóng bằng lòng bàn chân - Ôn động tác di chuyển đá bóng bằng lòng bàn chân.		4 lần	- GV nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác.	- HS lắng nghe. 
		3 lần	- Làm mẫu lại động tác	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng theo đường thẳng”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	1 lần 2 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay	ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn   HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc  
--	-------------------------	---------------------------	--	--

			chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	
--	--	--	--	--

Bài 4: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(tiết 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 động tác đá bóng bằng lòng bàn chân 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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

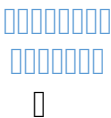
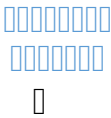
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

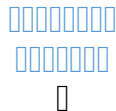
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu”	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	 2x8N 2x8N 	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	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi. 

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ đá bóng bằng lòng bàn chân - Ôn động tác di chuyển đá bóng bằng lòng bàn chân. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”		4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần 3-5’ 4-5’	- GV nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác. - Làm mẫu lại động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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	- HS lắng nghe. - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp
---	--	---	---	--

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	--	--	--

Bài 4: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(tiết 5)

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 động tác đá bóng bằng lòng bàn chân 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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng đá, 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông,	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp □□□□□□ □□□□□□ □ - HS khởi động theo

gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	GV.
- Bài thể dục PTC.	2-3'			□□□□□□□□ □□□□□□□□ □
- Trò chơi “chuyển bóng bằng tay”			- GV hô nhịp, HS tập	
	16-18'		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				□□□□□□□□ □□□□□□□□ □
- Kiến thức.				
- Ôn động tác tại chỗ đá bóng bằng lòng bàn chân		4 lần	- GV nhắc lại tên động tác, kỹ thuật thực hiện động tác.	- HS lắng nghe.
- Ôn động tác di chuyển đá bóng bằng lòng bàn chân.		3 lần	- Làm mẫu lại động tác	□□□□□□□□ □□□□□□□□ □
-Luyện tập		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu
Tập theo tổ nhóm		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	- HS tiếp tục quan sát
Tập theo cặp đôi	3-5'			ĐH tập luyện theo tổ
Tập cá nhân			- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	□ □□ □ □ GV □
Thi đua giữa các tổ		2 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
- Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”	4-5'		- Phân công tập theo cặp đôi	
			- Tiếp tục quan	- Từng tổ lên thi đua

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS bật tại chỗ hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	- Chơi theo hướng dẫn □□□----- □□□----- □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	---

MÔN TTTC: BÓNG RỔ

Bài 1: DẪN (NHỒI) BÓNG TẠI CHỖ.

(tiết 1)

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 động tác dẫn (nhồi) bóng tại chỗ 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 dẫn (nhồi) bóng tại chỗ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

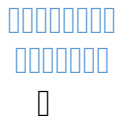
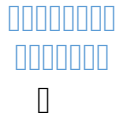
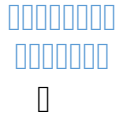
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

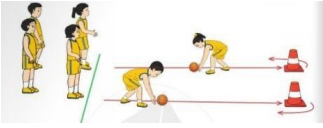
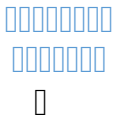
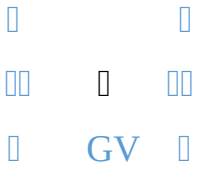
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném trứng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hô nhịp, HS tập	
			- GV hướng dẫn chơi	 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông 		1 lần	- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 
		4 lần	- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	3 lần 1 lần 2 lần	- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - 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 
---	-------------------------	--	--	--

			- Cho HS chạy nhanh 15m - 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.	□□□□□□ □
--	--	--	---	--------------------------------

Bài 1: DẪN (NHỒI) BÓNG TẠI CHỖ. (tiết 2)

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 động tác dẫn (nhồi) bóng tại chỗ 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 dẫn (nhồi) bóng tại chỗ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

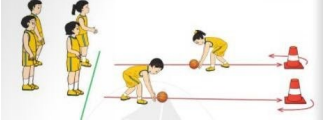
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.  □ - HS Chơi trò chơi.

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”			chơi 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’ - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Thực hiện lại 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	- 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 - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
---	--	--	--	--

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	□ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	--

Bài 1: DẪN (NHỒI) BÓNG TẠI CHỖ.

(tiết 3)

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 động tác dẫn (nhồi) bóng tại chỗ 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 dẫn (nhồi) bóng tại chỗ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

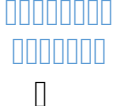
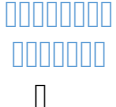
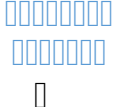
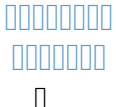
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

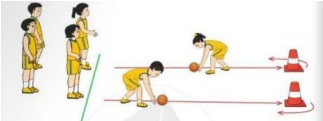
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7'		Gv nhận lớp,	Đội hình nhận lớp

Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông  -Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	2-3' 16-18'	2x8N 2x8N 1 lần 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần	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 nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Thực hiện lại 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,	 - 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 
--	---------------------------	--	---	--

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	2 lần 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách. - GV hướng dẫn	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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------	---	---

			- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 1: DẪN (NHỒI) BÓNG TẠI CHỖ.

(tiết 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 động tác dẫn (nhồi) bóng tại chỗ 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 dẫn (nhồi) bóng tại chỗ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

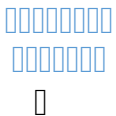
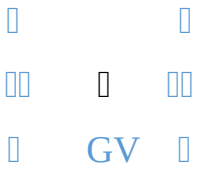
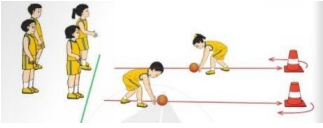
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

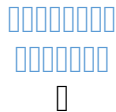
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném trứng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  [] - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 [] - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hô nhịp, HS tập	
			- GV hướng dẫn chơi	 [] []
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông		1 lần	- GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Thực hiện lại	- Đội hình HS quan sát tranh  [] - HS quan sát GV làm

		4 lần	động tác mẫu	mẫu
-Luyện tập Tập đồng loạt	3-5'	3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát
Tập theo tổ nhóm		3 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo cặp đôi		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác.	
Tập cá nhân		2 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện theo tổ
Thi đua giữa các tổ	4-5'		- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
- Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”			- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
			- Phân công tập theo cặp đôi	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Bài tập PT thể lực:			GV Sửa sai	- Chơi theo hướng dẫn
- Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân.			- 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 thử và chơi chính thức	  HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. - Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	--	--	--	---

Bài 2: DẪN BÓNG DI CHUYỂN VỀ TRƯỚC.

(tiết 1)

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 động tác dẫn bóng di chuyển về trước 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 dẫn bóng di chuyển về trước.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm:** Sân trường

- Phương tiện:

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

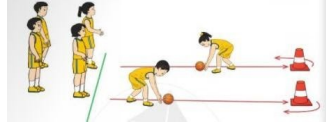
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp   
Khởi động		2x8N		
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Bài thể dục PTC.	2-3’			 
- Trò chơi “ném trứng			- GV hô nhịp,	

đích”			HS tập	□
	16-18’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi. □□□□ □□□□
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước.				□
		4 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
- Động tác dẫn bóng hai tay luân phiên di chuyển về trước.		3 lần		- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	- HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập theo tổ nhóm		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	ĐH tập luyện theo tổ
	3-5’			□ □ □□ □ □□ □ GV □
Tập theo cặp đôi		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Tập cá nhân				
Thi đua giữa các tổ	4-5’		- Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức”				



- Bài tập PT thể lực:

- Vận dụng:

III.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 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 thử và chơi chính thức cho HS.

- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật

- Cho HS tại chỗ bật nhảy hai tay chống hông 15 lần

- 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.

- Chơi theo hướng dẫn

□□-----

□□-----

□

HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở

- HS trả lời

- HS thực hiện thả lỏng

- ĐH kết thúc

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□

Bài 2: DẪN BÓNG DI CHUYỂN VỀ TRƯỚC.

(tiết 2)

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 động tác dẫn bóng di chuyển về trước 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 dẫn bóng di chuyển về trước.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

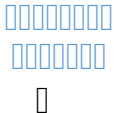
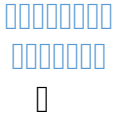
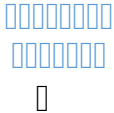
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném trứng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước. 	16-18’	4 lần	- GV hướng dẫn chơi - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	 - HS quan lắng nghe 
		3 lần	- Làm mẫu lại động tác, lưu ý những lỗi thường mắc khi thực hiện	- HS quan sát GV làm mẫu
		3 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại	- HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức” - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà	3-5’ 4-5’	1 lần động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. 2 lần - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người	ĐH tập luyện theo tổ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi dẫn bóng - Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	---	--

- Xuống lớp			phạm luật - Cho HS tại chỗ bật nhảy hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	
-------------	--	--	---	--

Bài 2: DẪN BÓNG DI CHUYỂN VỀ TRƯỚC.

(tiết 3)

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 động tác dẫn bóng di chuyển về trước 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 dẫn bóng di chuyển về trước.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường
- **Phương tiện:**

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

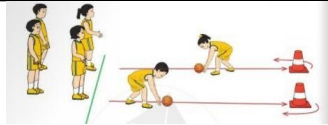
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp				Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
Khởi động		2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Bài thể dục PTC.	2-3’			□□□□□□□□ □□□□□□□□ □
- Trò chơi “ném trứng đích”			- GV hô nhịp, HS tập	- HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hướng dẫn	□□□□

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước. - Ôn động tác dẫn bóng hai tay luân phiên di chuyển về trước. -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”		4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5' 2 lần 4-5'	chơi - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu lại động tác, lưu ý những lỗi thường mắc khi thực hiện - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS GV Sửa sai	□□□□ □ - HS quan lắng nghe □□□□□□□□ □□□□□□□□ □ - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ □ □ □□ □ □□ □ GV □ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi dẫn bóng - Chơi theo hướng dẫn □□□----- □□□-----
--	--	--	--	--

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS tại chỗ bật nhảy hai tay chống hông 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	□ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	--

(tiết 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 động tác dẫn bóng di chuyển về trước 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 dẫn bóng di chuyển về trước.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

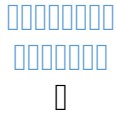
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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 VD	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu
----------	----------	---------------------------------

	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “nhảy vòng tròn tiếp sức” 	5 – 7’ 16-18’	2x8N 2x8N 4 lần 3 lần 3 lần 1 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 nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu lại động tác, lưu ý những lỗi thường mắc khi thực hiện - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.   - HS Chơi trò chơi.   - HS quan lắng nghe   - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ 

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	2 lần dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Phân công tập theo cặp đôi - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS tại chỗ bật nhảy hai tay chống hông	 - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi dẫn bóng - Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
---	-------------------------	---	---

			15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	
--	--	--	---	--

Bài 3: TUNG – BẮT BÓNG BẰNG HAI TAY.

(tiết 1)

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 động tác tung – bắt bóng bằng hai tay 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 tung – bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

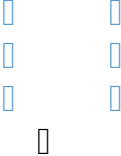
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

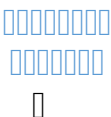
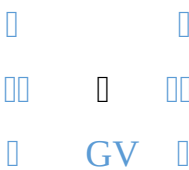
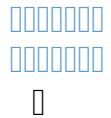
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyền bóng bật đất” 	5 – 7’ 2-3’ 16-18’	 2x8N 2x8N	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	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.  - HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: - Kiến thức.				

- Động tác tại chỗ tung bóng về trước bằng hai tay.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc	3-5’ 4-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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 thử và chơi chính thức	- Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - 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
--	-------------------------	--	--	---

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - 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.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	--	--	---	---

Bài 3: TUNG – BẮT BÓNG BẰNG HAI TAY. (tiết 2)

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 động tác tung – bắt bóng bằng hai tay 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 thân 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 tung – bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm:** Sân trường

- Phương tiện:

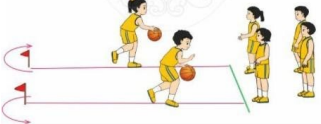
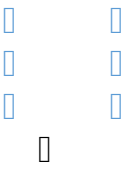
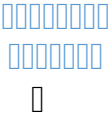
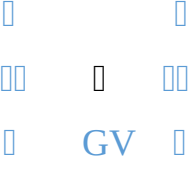
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp   
Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “chuyền bóng”			- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp,	- HS khởi động theo GV.  

bật đất”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân).  - Ôn động tác tại chỗ tung bóng về trước bằng hai tay -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức” 	16-18’ 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần 4-5’	HS tập - GV hướng dẫn chơi - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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.	- HS Chơi trò chơi.  - Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn 
--	--	---	---

- Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	□ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	---

Bài 3: TUNG – BẮT BÓNG BẰNG HAI TAY.

(tiết 3)

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 động tác tung – bắt bóng bằng hai tay 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 tung – bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

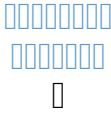
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh	Đội hình nhận lớp 

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném trứng đích”  II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác tại chỗ tung – bắt bóng bằng hai tay(cá nhân).  - Ôn động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân). - Ôn động tác tại chỗ tung bóng về trước bằng hai tay -Luyện tập Tập theo tổ nhóm	2-3’ 16-18’ 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5’ 2 lần	2x8N phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học 2x8N - 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 kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan	□□□□□□ □ - 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 ĐH tập luyện theo tổ □ □ □□ □ □□ □ GV □ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác
--	--	--	--

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách. - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài	sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn  HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	-------------	--	--

			và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	----------------------	--

Bài 3: TUNG – BẮT BÓNG BẰNG HAI TAY.

(tiết 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 động tác tung – bắt bóng bằng hai tay 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 tung – bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

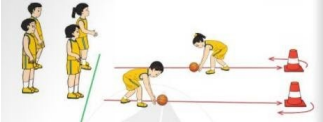
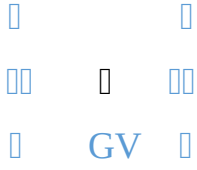
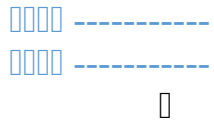
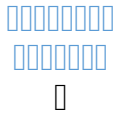
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném trứng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp   - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	  - HS Chơi trò chơi.
	16- 18’		- GV hô nhịp, HS tập	
			- GV hướng dẫn chơi	  
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ tung – bắt bóng bằng hai tay(cá nhân). - Ôn động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân). - Ôn động tác tại chỗ		4 lần	- GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	  
		3 lần	- Làm mẫu lại các động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát

tung bóng về trước bằng hay tay -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4-5’	3 lần 1 lần 2 lần động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy tại chỗ đánh gót	ĐH tập luyện theo tổ  - 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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 
--	-------------------------	--	---

			hai bên 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	
--	--	--	---	--

Bài 3: TUNG – BẮT BÓNG BẰNG HAI TAY. (tiết 5)

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 động tác tung – bắt bóng bằng hai tay 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 tung – bắt bóng bằng hai tay.

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu				
Nhận lớp	5 – 7'		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
Khởi động		2x8N		
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV. □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
- Bài thể dục PTC.	2-3'		- GV hô nhịp, HS tập	- HS Chơi trò chơi. □□□□ □□□□ □
- Trò chơi “ném trứng đích”				
	16-18'		- GV hướng dẫn chơi	

II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ tung – bắt bóng bằng hai tay(cá nhân). - Ôn động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân). - Ôn động tác tại chỗ tung bóng về trước bằng hai tay -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng:	3-5’ 4-5’	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Làm mẫu lại các động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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	- HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ - 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 thực hiện
--	-------------------------	--	---	--

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp		cách chơi, tổ chức chơi thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy tại chỗ đánh gót hai bên 15 lần - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	---

Bài 4: TẠI CHỖ NÉM RỔ.

(tiết 1)

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 động tác tại chỗ ném bóng vào rổ 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 tại chỗ ném bóng vào rổ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

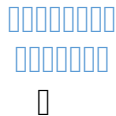
- **Phương tiện:**

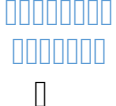
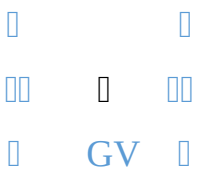
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	5 – 7'	2x8N 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.

- Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném vòng trúng đích” 	2-3'		sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thi ném bóng vào rổ”	16-18'	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5' 2 lần 4-5'	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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	 - HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua ném bóng vào rổ - Chơi theo hướng dẫn

 - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - 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.	□□□□ □□□□ □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	--	--

Bài 4: TẠI CHỖ NÉM RỔ.
(tiết 2)

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 động tác tại chỗ ném bóng vào rổ 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 tại chỗ ném bóng vào rổ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, 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
----------	----------	---------------------------------

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thi ném bóng vào rổ”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	2 lần	- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách.	□ 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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	-------------	--------------	---	---

			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--

Bài 4: TẠI CHỖ NÉM RỔ.

(tiết 3)

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 động tác tại chỗ ném bóng vào rổ 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 tại chỗ ném bóng vào rổ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường
- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

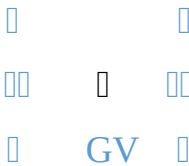
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném vòng trúng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập	 - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự	16- 18’	4 lần	- GV hướng dẫn chơi - GV làm mẫu lại động tác kết	 - HS quan sát GV làm mẫu 

ly gần.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thi ném bóng vào rổ”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc	3-5’ 4-5’	3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Nhắc nhở những lỗi khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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 thử và chơi chính thức	 □ - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - 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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	-------------------------	---	--	---

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	
--	--	--	--	---

Bài 4: TẠI CHỖ NÉM RỔ.

(tiết 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 động tác tại chỗ ném bóng vào rổ 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 tại chỗ ném bóng vào rổ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

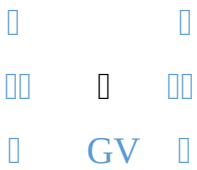
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, bóng rổ, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...	5 – 7'	2x8N 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học	Đội hình nhận lớp  □ - HS khởi động theo GV.

- Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném vòng trúng đích” 	2-3'		sinh khởi động. - GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi	 □ - HS Chơi trò chơi.  □
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  -Luyện tập Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thi ném bóng	16-18' 4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 3-5' 2 lần 4-5'	4 lần 3 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - Nhắc nhở những lỗi khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương. - 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	- HS quan sát GV làm mẫu  □ - HS tiếp tục quan sát ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn

vào rổ”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.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 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 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.	□□□□ □□□□ □ HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
---	--	---	---

Bài 4: TẠI CHỖ NÉM RỔ.

(tiết 5)

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 động tác tại chỗ ném bóng vào rổ 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 tại chỗ ném bóng vào rổ.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

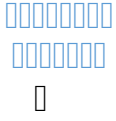
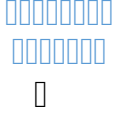
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Bài thể dục PTC. - Trò chơi “ném vòng trúng đích” 	5 – 7’	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV.
	2-3’	2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	 - HS Chơi trò chơi.
	16-18’		- GV hô nhịp, HS tập - GV hướng dẫn chơi	
II. Phần cơ bản: - Kiến thức. - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần. 		4 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	- HS quan sát GV làm mẫu 
		3 lần	- Nhắc nhở những lỗi khi thực hiện động tác	- HS tiếp tục quan sát
		3 lần		
		1 lần	- Cho 2 HS lên thực hiện lại động tác.	ĐH tập luyện theo tổ 
-Luyện tập Tập theo tổ nhóm	3-5’		- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương.	

Tập theo cặp đôi Tập cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi “thi ném bóng vào rổ”  - Bài tập PT thể lực: - Vận dụng: III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4-5’	2 lần	- 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 thử và chơi chính thức cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao - Yêu cầu HS thực hiện BT2 trong sách. - GV hướng dẫn	□ 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 thực hiện - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc □□□□□□□□ □□□□□□□□ □
--	-------------	--------------	---	---

			- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	
--	--	--	---	--