**CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ**

Ngày soạn:

**Bài 1: TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ, TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

( 3 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 xem trước các động tác đứng nghiêm, đứng nghỉ , cách tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số 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: Biết khẩu lệnh và thực hiện được tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được các động tác đứng nghiêm, đứng nghỉ , cách tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “ lộn cầu vồng”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  \* Đứng nghiêm, đứng nghỉ    \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Số chẵn số lẻ”, “ đứng ngồi theo lệnh”.  **Hoạt động 2**  **\*Kiến thức**  \*Tập hợp hàng dọc    **\* Luyện tập**  **Hoạt động 3**  **\* Kiến thức**  \*Dóng hàng dọc    \*Điểm số hàng dọc    **\* Luyện Tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  2 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - 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.  - GV cho 2 HS quay mặt vào nhau tạo thành từng cặp để tập luyện.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN thực hiện lại bài tập: tập hợp hàng dọc, dàn hàng đứng nghiêm, nghỉ cho người thân xem. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt. 🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Chơi theo đội hình hàng ngang  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Ngày soạn:

**Bài 2: TẬP HỢP HÀNG NGANG, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ**

( 3 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 xem trước cách thực hiện tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số 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: Biết khẩu lệnh và cách thực hiện tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “ đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  \* Tập hợp hàng ngang  tập hợp hàng ngang  \* Dóng hàng  dóng  hàng ngang  \* Điểm số  điểm số  hàng ngang  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “thi xếp hàng nhanh”, “ đứng ngồi theo lệnh”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  4 lần  2 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

**Bài 3: DÀN HÀNG NGANG, DỒN HÀNG NGANG.**

( 3 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 xem trước cách thực hiện dàn hàng ngang và dồn hàng ngang 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: Biết khẩu lệnh và cách thực hiện dàn hàng ngang và dồn hàng ngang.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được dàn hàng ngang và dồn hàng ngang.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 đúng nhảy nhanh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Dàn hàng ngang  dàn hàng  - Dồn hàng ngang  dồn hàng  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “lò cò tiếp sức”, “ đứng ngồi theo lệnh”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách dàn hàng ngang, dóng hàng, dóng.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách dàn hàng ngang, dóng hàng, dóng.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 4: ĐỘNG TÁC QUAY TRÁI, QUAY PHẢI, QUAY SAU.**

( 5 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 xem trước cách thực hiện các động tác quay trái, quay phải, quay sau 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện các động tác quay trái, quay phải, quay sau đúng hướng.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được các động tác quay trái, quay phải, quay sau.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “ chuyển bóng tiếp sức”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác quay trái  quay trái  - Động tác quay phải  quay phải  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”, “ số chẵn số lẻ”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Động tác quay sau  .quay sau  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Ôn quay trái, quay phải, quay sau.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 4**  \***Kiến thức**  Ôn quay trái, quay phải, quay sau.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 5**  \***Kiến thức**  Ôn quay trái, quay phải, quay sau.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  4 lần  4 lần  8 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1.  Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC**

Ngày soạn:

**Bài 5: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác vươn thở 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vươn thở đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.

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.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác vươn thở  ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  4 x 8N  4 lần  4 x 8N  4 lần  1 lần  4 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn động tác vươn thở và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹  HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 6: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác tay 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác tay đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.

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 tay.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở.  **\* Kiến thức.**  - Động tác tay  ĐỘNG TÁC TAY  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Kéo cưa lừa xẻ”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8 N  2 lần  4 x 8N  4 lần  4 x 8N  4 lần  4 x 8N  1 lần  4 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹 🚹🚹    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 7: ĐỘNG TÁC chân.**

( 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, chăm chỉ 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 xem trước cách thực hiện động tác chân 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác chân đúng đúng nhịp và đúng phương hướng.

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 chân.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, bóng, 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “Rồng rắn lên mây”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở, tay.  **\* Kiến thức.**  - Động tác chân  ĐỘNG TÁC CHÂN  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4.  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8 N  2 lần  4 x 8N  4 x 8N  4 x 8N  2 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹 🚹🚹    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

**Bài 8: ĐỘNG TÁC VẶN MÌNH.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác vặn mình 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vặn mình đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 vặn mình.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở, tay, chân.  **\* Kiến thức.**  - Động tác vặn mình  ĐỘNG TÁC VẶN MÌNH  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8 N  2 lần  4 x 8N  2 lần  4 x 8N  4 lần  4 x 8N  1 lần  2 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 9: ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác lưng bụng 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác lưng bụng đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 lưng bụng.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “mèo đuổi chuột”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở, tay, chân, vặn mình.  **\* Kiến thức.**  - Động tác lưng bụng  ĐỘNG TÁC BỤNG  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 x 8N  4 lần  2 x 8N  4 lần  4 x 8N  1 lần  2 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------      HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 10: ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác phối hợp 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác phối hợp đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 phối hợp.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng.  **\* Kiến thức.**  - Động tác phối hợp  ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải lên trước.  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 x 8N  4 lần  2 x 8N  4 lần  4 x 8N  1 lần  2 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ------------  🚹🚹🚹🚹 ------------  🚹    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 11: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA.**

( 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 xem trước cách thực hiện động tác điều hòa 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: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác điều hòa đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 điều hòa.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Ôn động tác:** vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng, phối hợp.  **\* Kiến thức.**  - Động tác điều hòa  ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA  Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang.  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 x 8N  4 lần  2 x 8N  4 lần  4 x 8N  1 lần  2 x 8N  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ------------  🚹🚹🚹🚹 ------------  🚹    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Ngày soạn:

**Bài 12: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA ĐẦU VÀ CỔ.**

( 6 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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện tư thế vận động của đầu và cổ 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của đầu và cổ và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế vận động của đầu và cổ.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Tư thế cúi đầu, ngửa đầu  cúi đầu, ngửa đầu  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “mèo đuổi chuột”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Tư thế nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải  nghiêng đầu sang trái, sang phải  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 4**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 5**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 6**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn    HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc*** |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 13: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA TAY.**

( 6 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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện tư thế vận động của tay 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của tay và tích cực tham gia tập luyện.

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

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 đúng nhảy nhanh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Tư thế tay chếch sau, tay đưa ra trước  tay chếch ra sau, đưa ra trước  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Giành cờ chiến thắng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Tư thế tay dang ngang bàn tay ngửa, tay dang ngang bàn tay úp.  tay dang ngang bàn tay ngửa, bàn tay úp  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Tư tay chếch cao  hai tay chếch cao  \***Luyện tập**  **Hoạt động 4**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 5**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 6**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  1  3  2  4  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹      HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN.**

( 6 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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện tư thế vận động của chân 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của chân và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế vận động của chân.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông.  đứng kiễng gót hai tay chống hông  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “Nhảy đúng nhảy nhanh”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Tư thế đứng đưa một chân ra trước, hai tay chống hông.  đưa một chân ra trước hai tay chống hông  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Tư thế đứng đưa một chân sang ngang, hai tay chống hông.  đưa một chân sang ngang hai tay chống hông  \***Luyện tập**  **Hoạt động 4**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai tay chống hông.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 5**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai tay chống hông.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 6**  \***Kiến thức**  Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai tay chống hông.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chếch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chếch cao.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹  🚹          HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 15: CÁC HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ.**

( 6 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, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao tay, với vật chuẩn và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ 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, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Tiến trình dạy học**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “tìm người chỉ huy”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - động tác bật nhảy về trước.  bật nhảy ra trước  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Tập theo cặp đôi  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “mèo duổi chuột”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  Ôn động tác bật nhảy ra trước.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  Động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  bật cao tay với vật chuẩn  \***Luyện tập**  **Hoạt động 4**  \***Kiến thức**  Ôn động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 5**  \***Kiến thức**  Ôn động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 6**  \***Kiến thức**  Ôn động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 x 8N  2 lần  4 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - 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.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy ra trước  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện động tác bật cao, tay với vật chuẩn  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn .  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn .  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹  -ĐH tập luyện theo cặp đôi  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  - Từng tổ lên thi đua            HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**CHỦ ĐỀ 4: THỂ THAO TỰ CHỌN**

**BÓNG ĐÁ MI NI**

Ngày soạn:

**Bài 16: CHUYỀN BÓNG BẰNG HAI TAY THEO HÀNG DỌC.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện chuyền bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra sau 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: Biết cách thực hiện chuyền bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra sau và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được chuyền bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra sau.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “bật qua chướng ngại vật”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác chuyền bóng bằng hai tay trên đầu ra sau.  chuyền bóng bằng hai tay qua đầu  - Động tác chuyền bóng bằng hai tay sang phải ra sau  chuyền bóng bằng hai tay sang phải  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “lăn bóng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Động tác chuyền bóng bằng hai tay sang trái ra sau.  chuyền bóng bằng hai tay sang trái  - Động tác chuyền bóng bằng hai tay qua hai chân ra sau.  chuyền bóng bằng hai tay qua chân ra sau  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác chuyền bóng bằng hai tay qua đầu, sang phải, sang trái và qua hai chân ra sau.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 Lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1  Nhắc lại cách thực hiện động tác chuyền bóng bằng hai tay qua đầu, sang phải, sang trái và qua hai chân ra sau.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹          HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 17: NÉM BÓNG BẰNG HAI TAY TRÊN ĐẦU RA TRƯỚC.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước 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: Biết cách thực hiện ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “mèo đuổi chuột”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.  ném bóng hai tay qua đầu  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “dẫn bóng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập theo Gv động tác không bóng và có bóng.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách thực hiện động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹        HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

Ngày soạn:

**Bài 18: LÀM QUEN DỪNG BÓNG BẰNG GAN BÀN CHÂN.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện dừng bóng bằng gan bàn chân 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: Biết cách thực hiện dừng bóng bằng gan bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 dừng bóng bằng gan bàn chân.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.  dừng bóng bằng gan bàn chân  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “ai nhanh và khéo hơn”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách thực hiện động tác động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹        HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 19: LÀM QUEN DẪN BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện dẫn bóng bằng lòng bàn chân 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: Biết cách thực hiện dẫn bóng bằng lòng bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 dẫn bóng bằng lòng bàn chân.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “đứng ngồi theo lệnh”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác dẫn bóng bằng chân thuận.  dẫn bóng bằng chân thuận  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “dẫn bóng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Động tác dẫn bóng bằng hai chân.  dẫn bóng bằng hai chân  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác dẫn bóng bằng chân thuận và bằng hai chân.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác dẫn bóng bằng chân thuận và bằng hai chân.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹        HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 20: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân 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: Biết cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  đá bóng bằng lòng bàn chân  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “lăn bóng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹  🚹  - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹        HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ngày soạn:

**Bài 21: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN VÀO CẦU MÔN.**

( 3 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 TDTT và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

**2. Về năng lực**:

**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 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: Biết cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn và tích cực tham gia tập luyện.

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 đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.

**II. Địa điểm – phương tiện**

**- Địa điểm**: Sân trường

**- Phương tiện:**

+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, bóng mini, trang phụ 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** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
|  |  | **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 “mèo đuổi chuột”  **II. Phần cơ bản:**  **Hoạt động 1**  **\* Kiến thức.**  - Động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.  đá bóng bằng chân thuận vào cầu môn  \***Luyện tập**  Tập đồng loạt  Tập theo tổ nhóm  Thi đua giữa các tổ  \* Trò chơi “dẫn bóng”.  **Hoạt động 2**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.  \***Luyện tập**  **Hoạt động 3**  \***Kiến thức**  - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.  \***Luyện tập**  **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 | 5 – 7’    2 x 8 N  16-18’  2 lần  2 lần  4 lần  1 lần  3-5’  4- 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 hướng dẫn chơi  Cho HS quan sát tranh  GV thực hiện động tác mẫu  GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.  - GV thổi còi cho HS tập.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.  - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.  - Cho HS chơi thử và chơi chính thức.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.  Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.  - GV hướng dẫn  - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.  - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.    - Đội hình HS quan sát tranh  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  HS quan sát GV làm mẫu  - Đội hình tập luyện đồng loạt.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    ***ĐH tập luyện theo tổ***  🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 GV 🚹    - Từng tổ lên thi đua, trình diễn    🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹🚹🚹🚹 ----------  🚹        HS thực hiện thả lỏng  - ***ĐH kết thúc***  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |