Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỄNG 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 kiễng 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 kiễng 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”  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Đi kiễng gót theo đường kẻ thẳng hai tay dang ngang.  https://lh5.googleusercontent.com/WW0M32FRAcFprBYEdl_J65VFcCf8tQKN7drUla2HiooHttnjzX0GaI4R57DtCDss-62XzgW1g6AdBbPGDGVlThItAsXHSXMNjBFyLa2qThxCTG6KI1ueM-6EyWD2aG7Mpbjd1V4  - 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”  https://lh3.googleusercontent.com/YLVK5145dxFXXRG9jELZs0rJJlxMhUkeRJkIKkAayY4RTYwdqJ48OpcYQVjUkWxtyyR62-A3Ip7lnX8yXblu2SmS-zukHrPvKrEYT_o9X7VlV3HwMta6jPnZ5iyg-tTpwH2uIdI  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở 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  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. | 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    - 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  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỄNG 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 kiễng 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 kiễng 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”  https://lh4.googleusercontent.com/GAFVg-121Km9cvfjhUCTLj7W1RcTCw2OxXYZmCNmRkVGCcJwvl2EMxjyv2oG_STuh8Ey6YvqqLvgnK9o36SKZ2LOU-OoyIDQF3atjYUj5tK2DLE9xJpK2fYHUrUhI6Ibhkl2vEI  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Đi kiễng gót chuyển hướng phải, trái.  https://lh4.googleusercontent.com/wlcKDku9ep6a9YUoQF75T75y1O_QsaIWU3WKSHiZJSGgLVwioasBJSlFjzql922mJNkQdbEN7Be51LXW55LyS3fucekXtYnLrh5b7prT_WBvl7q9pxEi6dUkGL9VOBSTZg8_l_s  - 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”  https://lh5.googleusercontent.com/gcMTgnQ9aWMvLfJGLZqyq1Ha9i-wq2zZsoOIubvy1HAizfzfAoFbFX0coVS1mps_VVBa68DDhbH9WJ4-kvALYlm_hddEtYsaaD0gK9wNI8A9QAVq3CSY2N3gCYyiRILf9s2z0JM  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS chay 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. | 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    - 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  - HS trả lời    - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỄNG 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 kiễng 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 kiễng 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”  https://lh4.googleusercontent.com/GAFVg-121Km9cvfjhUCTLj7W1RcTCw2OxXYZmCNmRkVGCcJwvl2EMxjyv2oG_STuh8Ey6YvqqLvgnK9o36SKZ2LOU-OoyIDQF3atjYUj5tK2DLE9xJpK2fYHUrUhI6Ibhkl2vEI  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    Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “đoàn tàu về ga”  https://lh6.googleusercontent.com/SVGoEsqRWN_29iVI_pGNoxexLm_u71XXjrTBrdtIpkbGDtG-iVpr-KYJqNE6KzoSKbz5-j_7hbzXJl_zEbtfDIbNWC1prLn-jfxtFeA82g6j6SOj5o1s4m9EFO9uYhqGlbb9TU4  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ thuật động 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 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 thở 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  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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỄNG 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 kiễng 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 kiễng 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”  https://lh3.googleusercontent.com/YLVK5145dxFXXRG9jELZs0rJJlxMhUkeRJkIKkAayY4RTYwdqJ48OpcYQVjUkWxtyyR62-A3Ip7lnX8yXblu2SmS-zukHrPvKrEYT_o9X7VlV3HwMta6jPnZ5iyg-tTpwH2uIdI  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    Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “giành cờ”  https://lh3.googleusercontent.com/MpE1HmQuhk4f0zRyp6O_n4AcZnqmi_iLIu6M2HM0VNUXX8mHDJ65V0oxkpIvM7UInTSpZrrl0oGN1OqOAQQ2UG0fmzSxO2RnWpwVKY3mhDbVx3xy_MJjh9lkhtHBpFbVaq9T-qY  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ thuật động 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Ngày soạn:

Bài 2: ĐI KIỄNG 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 kiễng 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 kiễng 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”  https://lh3.googleusercontent.com/YLVK5145dxFXXRG9jELZs0rJJlxMhUkeRJkIKkAayY4RTYwdqJ48OpcYQVjUkWxtyyR62-A3Ip7lnX8yXblu2SmS-zukHrPvKrEYT_o9X7VlV3HwMta6jPnZ5iyg-tTpwH2uIdI  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    Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ thuật động 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 3: ĐI THƯỜNG NHANH DẦN 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  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC  - Trò chơi “nhảy nhanh nhảy đúng”  https://lh6.googleusercontent.com/b_YTRAWH3jzg0njSxiVASdvL-_mrOWfFVvoXeqBNUdgZH3kBdpcrbRcqDAqji86Yx2cjmv6Byuf2taYdd-li7FmBx4oCuHUcK3HDRr_BW3SgTNXqWg_Imishaksa915zGA2keOg  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo đường kẻ thẳng.  https://lh4.googleusercontent.com/Vlf53ULR8Qf_aN0y00FJ1Z3JQrg1C9_psPpU_bh-UKXf0FKoEWa5SPGTKUo18kLDwmOr9fb11YwWcY9cJ8RUsm-X5Q9qsKXUtXSuQrMOKlyillxeT_FepARK52gzDQ70vU_Mrok    -Luyện tập  Tập đồng loạt    Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “mèo đuổi chuột”.  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/b_YTRAWH3jzg0njSxiVASdvL-_mrOWfFVvoXeqBNUdgZH3kBdpcrbRcqDAqji86Yx2cjmv6Byuf2taYdd-li7FmBx4oCuHUcK3HDRr_BW3SgTNXqWg_Imishaksa915zGA2keOg  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Đi thường nhanh dần chuyển sang chạy theo hướng phải, trái.  https://lh4.googleusercontent.com/f5YXOSLY3cY3rJMWuQ4u8xCbCa_LTBbWtu4-5ICcqf5ToF407i-S1Nlc-nvaMldU3inBnu3ugRnCWMB83d_cGiAIl57bhvJpf87Gl84xREaJww3-zSWDKl2Dv68KPaXl21kYNxo    -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”.  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở 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. | 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    - 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  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh5.googleusercontent.com/gcMTgnQ9aWMvLfJGLZqyq1Ha9i-wq2zZsoOIubvy1HAizfzfAoFbFX0coVS1mps_VVBa68DDhbH9WJ4-kvALYlm_hddEtYsaaD0gK9wNI8A9QAVq3CSY2N3gCYyiRILf9s2z0JM  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    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “mèo đuổi chuột”.  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác,làm mẫu lại động tác kết hợp yêu cầu kĩ thuật 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 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 thở 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/b_YTRAWH3jzg0njSxiVASdvL-_mrOWfFVvoXeqBNUdgZH3kBdpcrbRcqDAqji86Yx2cjmv6Byuf2taYdd-li7FmBx4oCuHUcK3HDRr_BW3SgTNXqWg_Imishaksa915zGA2keOg  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    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “bịt mắt bắt dê”.  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác,làm mẫu lại động tác kết hợp yêu cầu kĩ thuật 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỲ 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”  https://lh4.googleusercontent.com/44LFz2lgr-lhHUPuy8YNSKE_MBKTi1LZJdnJhkVFLbA4GbJRAlY6_NLJYtSneUwrDhn14XeY94xhR9q3G5PabtUgrFoJFAXFaV5uZQtf4QJSeNVdHBpNuXlMuvPVYQR9g9U7pdw  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác quỳ cao một chân.  https://lh6.googleusercontent.com/Wd6LcMkP1S1rR67lyNS18EXD2Ny0qu-oofDwFCuc-ugLyZnzupK9WNS39Krpu3qN_oambv8Pf_J9ZlQ8c1fDR6K_II_VouvMe8v4UN7yrR5udUBc3FVx8fk7DEl7SQWpTMWd0yc  - Động tác quỳ cao hai chân.  https://lh3.googleusercontent.com/xtWzY_ExbKknG0gBkHWJlokGMyv_5-YfWueh4HSG3ELFtv_lbb7A2uFSZb56EUzJPZ3RAVKYIb7mO0o76y5oylj0fjjaNZlWd4KRol43HMTZNGyFQ4humGHRMXWDVqW5c11eLLU  -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”.  https://lh6.googleusercontent.com/vEze3dVQsl6rr1saVbT1uDXDMrdJdnNkL-lLN3AxazvMCSiseC_dMjx2pVkNIvt83U8SN0o6b2ImBLwWo3CovXeSK5AkjzXiH0Ptbil8dzgbeFBPow3cU9qp0Fx0eYZpAsw-igE    - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác quỳ cao mộ chân và 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”.  https://lh6.googleusercontent.com/vEze3dVQsl6rr1saVbT1uDXDMrdJdnNkL-lLN3AxazvMCSiseC_dMjx2pVkNIvt83U8SN0o6b2ImBLwWo3CovXeSK5AkjzXiH0Ptbil8dzgbeFBPow3cU9qp0Fx0eYZpAsw-igE  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần  3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm nhắc lại tên động tác, kĩ 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 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 thở 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  10 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 4: CÁC ĐỘNG TÁC QUỲ 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.

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”  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác quỳ thấp  https://lh5.googleusercontent.com/LEws9vBu_bLQSbIOG6TSXurIgTUQwSKLorjWw_rQMxBhaXCPAbboYzd95pej9fAKvdS6vQY3xVbYPVqBYNv8s40ICh5U7MRU3GOMZD8vDM69xfLwMJDNZD8-NhBa_OK1dSbHNGg  - 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”.  https://lh4.googleusercontent.com/44LFz2lgr-lhHUPuy8YNSKE_MBKTi1LZJdnJhkVFLbA4GbJRAlY6_NLJYtSneUwrDhn14XeY94xhR9q3G5PabtUgrFoJFAXFaV5uZQtf4QJSeNVdHBpNuXlMuvPVYQR9g9U7pdw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác quỳ cao mộ chân và 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”.  https://lh6.googleusercontent.com/vEze3dVQsl6rr1saVbT1uDXDMrdJdnNkL-lLN3AxazvMCSiseC_dMjx2pVkNIvt83U8SN0o6b2ImBLwWo3CovXeSK5AkjzXiH0Ptbil8dzgbeFBPow3cU9qp0Fx0eYZpAsw-igE  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần    4 lần  3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm nhắc lại tên động tác, kĩ 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 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 thở 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  10 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/zoslo-85SVkKx0uipiST5JU3yq_zzFxN5dJrLsKYg9uJftjXcMwd69bzJUZCc-n4ylXbvK1xj34LqAIUwr_Qx79MfL7O73Mp25fRbFIF61bUaqT9b5sC2JyXloqX4emCFaDQNsw  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác ngồi xổm.  https://lh3.googleusercontent.com/CyPQ68WIPs15v7Y_yQOEkfY59YRYDaLYphBdo_PtnbjHGWw4hSzZyoWw9CHDmMek9Z_pmqMYgpbCgPcor1vHddzcnYd6LzoqxUrnf4N_3xO8RL8-KcuzazNu3tixXBp3LItjLOc  - Động tác ngồi bệt co chân.  https://lh5.googleusercontent.com/Ufnp6yu70QwGD-WxMoC3vwh7kF34jrl1DXkGcNRsZUTBnvJoJeIOAF_8XhbAwNjMJ3_nhvOOqXwsU1lL5OaVAWJDDZqhG-RklSljEhNj8eio3taHCff2LzSLh6HVWWmjLzc2C98  -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”.  https://lh6.googleusercontent.com/PNCPy38UFdP9ghGVUgSlGcKpYEW3lp0gTW27ivZm7W88u7loALQOARAGHZdZEus7L2LncmhsbenDC3RYh_ZYdrI46FsCzilZWXr_yxEGRimROSitddNLoTt-boo_Fs3UWPcPoAQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  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    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “nhảy vòng tròn tiếp sức”.  https://lh6.googleusercontent.com/zoslo-85SVkKx0uipiST5JU3yq_zzFxN5dJrLsKYg9uJftjXcMwd69bzJUZCc-n4ylXbvK1xj34LqAIUwr_Qx79MfL7O73Mp25fRbFIF61bUaqT9b5sC2JyXloqX4emCFaDQNsw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ 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  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/zoslo-85SVkKx0uipiST5JU3yq_zzFxN5dJrLsKYg9uJftjXcMwd69bzJUZCc-n4ylXbvK1xj34LqAIUwr_Qx79MfL7O73Mp25fRbFIF61bUaqT9b5sC2JyXloqX4emCFaDQNsw  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác ngồi bệt thẳng chân.  https://lh3.googleusercontent.com/WwVsM9gA_4cyJy9607SyPwEBgQk2nx27p27NgT8i1AATIRnvZ2V5KWHIOKO_0aeC9Bif1n316TUw_V2eU6fDZRS6aFGhQYgyE-7tvU3GO0OLcW_FdFY-eYZhykuKb7ctaavsY1w  - 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”.  https://lh6.googleusercontent.com/PNCPy38UFdP9ghGVUgSlGcKpYEW3lp0gTW27ivZm7W88u7loALQOARAGHZdZEus7L2LncmhsbenDC3RYh_ZYdrI46FsCzilZWXr_yxEGRimROSitddNLoTt-boo_Fs3UWPcPoAQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - 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  - 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 chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - HS trả lời    - HS thực hiện thả lỏng  - 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,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  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”.  https://lh6.googleusercontent.com/PNCPy38UFdP9ghGVUgSlGcKpYEW3lp0gTW27ivZm7W88u7loALQOARAGHZdZEus7L2LncmhsbenDC3RYh_ZYdrI46FsCzilZWXr_yxEGRimROSitddNLoTt-boo_Fs3UWPcPoAQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ 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  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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 kĩ 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    Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Trò chơi “ mèo đuổi chuột”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  II. Phần cơ bản:  - Ôn các bài tập tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.    - Kiểm tra đánh giá tư thế và kĩ năng vận động cơ bản:    - Trò chơi “làm theo hiệu lệnh”.  https://lh6.googleusercontent.com/vEze3dVQsl6rr1saVbT1uDXDMrdJdnNkL-lLN3AxazvMCSiseC_dMjx2pVkNIvt83U8SN0o6b2ImBLwWo3CovXeSK5AkjzXiH0Ptbil8dzgbeFBPow3cU9qp0Fx0eYZpAsw-igE    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’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N    1 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 hướng dẫn chơi    Tổ trưởng cho các bạn luyện tập bài tập tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.    Từng nhóm 3 đến 5 học sinh thực hiện bài tập tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.  - 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 sử 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. | 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      🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                     🚹  🚹🚹🚹🚹🚹  - HS nhận xét bạn sau khi thực hiện các động tác của bài thể dục    HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹            🚹 |

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

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 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 “chuyển bóng qua đầu”  https://lh3.googleusercontent.com/m6yjkRSMXue95KdLEPYfzrBLsRIrhQVQfIn6DFCusZlpSQ0oWHa280KMeN8r41AdCn-QvRRKW6HfasZXDWpOUmaMaxBFq_2kMGNf9aE-WszOEWBg4McHGKqpJw4AHrG73nwgZZI  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Làm quen tâng bóng bằng đùi.  https://lh4.googleusercontent.com/hwsWapYQK4jRzMaWo1E6PQhD9yJNpxjLjHTESqbGKT4hz4qrSI7QcgWDtjIPB8yTLvWiaNVZe4zuxLR9TRMKkKCL2FhBGkmOzB2t1CqbjX4FHMFW9YF8Swa7URgZ6i_UlYJgL-4    -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ    - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    ĐH tập luyện theo tổ  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ  lên  thi đua tâng bóng    - 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 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 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 “chuyển bóng qua đầu”  https://lh3.googleusercontent.com/m6yjkRSMXue95KdLEPYfzrBLsRIrhQVQfIn6DFCusZlpSQ0oWHa280KMeN8r41AdCn-QvRRKW6HfasZXDWpOUmaMaxBFq_2kMGNf9aE-WszOEWBg4McHGKqpJw4AHrG73nwgZZI  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn tâng 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”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                                🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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”  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Làm quen tâng bóng bằng một chân.  https://lh3.googleusercontent.com/LpnVJJfsekHWxgXgZAfpUQxlBy8_m_AlQKPOR-eWWrTrCNKM3YgoSthnbG6J6mXTbfOq78T8p_y10pFhBHrN-QFgdjd6RanVOVJB0oG7KVCdI7kKCG8nk7yl4erraVIT2Ve6jgY  - Ôn tâng 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”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ    - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - 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. | 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    ĐH tập luyện theo tổ  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ  lên  thi tâng 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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 “đoàn tàu về ga”  https://lh6.googleusercontent.com/SVGoEsqRWN_29iVI_pGNoxexLm_u71XXjrTBrdtIpkbGDtG-iVpr-KYJqNE6KzoSKbz5-j_7hbzXJl_zEbtfDIbNWC1prLn-jfxtFeA82g6j6SOj5o1s4m9EFO9uYhqGlbb9TU4  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn tâng bóng bằng đùi.  - Ôn tâng 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”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần    3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  ---------  🚹🚹🚹🚹  ---------  🚹    🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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  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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 2: LÀM QUEN ĐỠ 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,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “chuyển bóng bằng tay”  https://lh6.googleusercontent.com/vmsxPNhSxNmLZPyJHwnT4cHa6_hXNDO36Kt4RZSD68vO3ZhNUolhO_I1FIcfHfiriSXdjAX8w9QhbzkDsxTspR3vkPLbHxsDCQ68DlMaQ3ObXpHnj51nFV7Ki0_OCSpd6ipx5mY  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Làm quen đỡ bóng bằng đùi.  https://lh6.googleusercontent.com/cpwZ5iveBmb9AeEhtfHeMC2sUTynZTB1jOfsnr85tkJoo1sAsCvOhaYge_wY3asK7dkRaRDA0W0uQkeQ2IcROrFoJ3jY-3d04arCV_oldlZj6t1vgA1-ffwjiY_fwSJct_Nn73o    -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/A6WATXoxMHChklMhdZHr4WO3XW2t8LoBc6aFkCMuxJzfFCBe-r1qsuMYYG0P3alM3x39eNDySaa8TgukMyaNGbb15mkKH2DSlyi4GHjQrR9iQGvAh5S58nJbua0XH0ZdW9EVJsk  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    ĐH tập luyện theo tổ  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 2: LÀM QUEN ĐỠ 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”  https://lh6.googleusercontent.com/vmsxPNhSxNmLZPyJHwnT4cHa6_hXNDO36Kt4RZSD68vO3ZhNUolhO_I1FIcfHfiriSXdjAX8w9QhbzkDsxTspR3vkPLbHxsDCQ68DlMaQ3ObXpHnj51nFV7Ki0_OCSpd6ipx5mY  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Làm quen đỡ bóng bằng lòng bàn chân.  https://lh6.googleusercontent.com/PkdDJWyWPLeYaEygTmJYah_IwA6UNqH13QweYt_j6WXtxdnpTzNfWhOMYPTkABscc8HM06WbzHOiMVUYP0VRI6jl-nwo7sMw_ckh_F-bIi1o_xSdO1f23TeYuz-k6fXaH7_Sxjw  - Ôn đỡ bóng bằng đùi.    -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/A6WATXoxMHChklMhdZHr4WO3XW2t8LoBc6aFkCMuxJzfFCBe-r1qsuMYYG0P3alM3x39eNDySaa8TgukMyaNGbb15mkKH2DSlyi4GHjQrR9iQGvAh5S58nJbua0XH0ZdW9EVJsk  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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 thở 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 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. | 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    ĐH tập luyện theo tổ  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 2: LÀM QUEN ĐỠ 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”  https://lh3.googleusercontent.com/m6yjkRSMXue95KdLEPYfzrBLsRIrhQVQfIn6DFCusZlpSQ0oWHa280KMeN8r41AdCn-QvRRKW6HfasZXDWpOUmaMaxBFq_2kMGNf9aE-WszOEWBg4McHGKqpJw4AHrG73nwgZZI  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”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹  - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

Bài 2: LÀM QUEN ĐỠ 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 bằng tay”  https://lh6.googleusercontent.com/vmsxPNhSxNmLZPyJHwnT4cHa6_hXNDO36Kt4RZSD68vO3ZhNUolhO_I1FIcfHfiriSXdjAX8w9QhbzkDsxTspR3vkPLbHxsDCQ68DlMaQ3ObXpHnj51nFV7Ki0_OCSpd6ipx5mY  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”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                🚹  - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/b6lbIeXwKB3PGIrxL-Y3m7VvsB1yPb9pZvOGaLWpMg6MtviSiLNtBIdQpSyiFcXwVYVMZVhxKZOe8GOA2YIjq1IBGBz86SbJ9LoW5CWk0M52zzQlx5mooOAYPW7H0LJ7c4dLMik  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác dẫn bóng về phí trước.  https://lh5.googleusercontent.com/b-c0AX1JFEww643VSMTekhf1LUTYlN_F6uBC-dz1efwPTOVUTxCkzLYexSc3qKNht9kV5yotpNEOjkQebPwkRoz8Jln2eYAoYjRUUD9jotVg4QDi8ifxDN3rcFGNxnKbchio_iY    -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”  https://lh3.googleusercontent.com/VhUoHZ8od-9g4921YL4ipkY3S3yRSA03mKYfRqOeD6QVWDm_ILj5hW22YLTc4Lj1BYgFjGf8JajdVzrdg2zQob2caZC90k55UhWphHBmnG1Z6VT5NCKEupvjZjDJqez9Q5-9mOg    - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác, kết hợp phân tích kĩ 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 thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                🚹  - HS quan sát tranh, 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/b6lbIeXwKB3PGIrxL-Y3m7VvsB1yPb9pZvOGaLWpMg6MtviSiLNtBIdQpSyiFcXwVYVMZVhxKZOe8GOA2YIjq1IBGBz86SbJ9LoW5CWk0M52zzQlx5mooOAYPW7H0LJ7c4dLMik  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác dẫn bóng chuyển hướng phải, trái.  https://lh6.googleusercontent.com/9Uo8fYdPsLnfVs7XjxluxRCfkh8jC_NaTC448TaFz7gZ7AYzkhU7eHCnxFPJPIo90WPX4GC92dBJ45btQgXGqtH8TQBZsV3fEqaq443L7icIjtliEOBa2bvXetajiTiFKEwn9Rg    -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”  https://lh3.googleusercontent.com/VhUoHZ8od-9g4921YL4ipkY3S3yRSA03mKYfRqOeD6QVWDm_ILj5hW22YLTc4Lj1BYgFjGf8JajdVzrdg2zQob2caZC90k55UhWphHBmnG1Z6VT5NCKEupvjZjDJqez9Q5-9mOg  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                🚹  - HS quan sát tranh, 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 bằng tay”  https://lh6.googleusercontent.com/vmsxPNhSxNmLZPyJHwnT4cHa6_hXNDO36Kt4RZSD68vO3ZhNUolhO_I1FIcfHfiriSXdjAX8w9QhbzkDsxTspR3vkPLbHxsDCQ68DlMaQ3ObXpHnj51nFV7Ki0_OCSpd6ipx5mY  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”  https://lh4.googleusercontent.com/A6WATXoxMHChklMhdZHr4WO3XW2t8LoBc6aFkCMuxJzfFCBe-r1qsuMYYG0P3alM3x39eNDySaa8TgukMyaNGbb15mkKH2DSlyi4GHjQrR9iQGvAh5S58nJbua0XH0ZdW9EVJsk  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 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 làm mẫu lại động tác kết 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  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”  https://lh3.googleusercontent.com/VhUoHZ8od-9g4921YL4ipkY3S3yRSA03mKYfRqOeD6QVWDm_ILj5hW22YLTc4Lj1BYgFjGf8JajdVzrdg2zQob2caZC90k55UhWphHBmnG1Z6VT5NCKEupvjZjDJqez9Q5-9mOg  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹-------------  🚹🚹🚹-------------                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ  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 “nhảy ô tiếp sức”  https://lh5.googleusercontent.com/gcMTgnQ9aWMvLfJGLZqyq1Ha9i-wq2zZsoOIubvy1HAizfzfAoFbFX0coVS1mps_VVBa68DDhbH9WJ4-kvALYlm_hddEtYsaaD0gK9wNI8A9QAVq3CSY2N3gCYyiRILf9s2z0JM  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹-------------  🚹🚹🚹-------------                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh3.googleusercontent.com/DZ2zQY6UJNdRn9SrC6J5e42elBH0BKlHZLB89xmaDlPZROFHCmZaJccJTwl-rlMMszw2VEoJzzuugfzR8SuY8KuKiBb1LVIqqzeQJJPXWQHa126tG_PlZujA61J7Uc8L4eX_Gjo  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác tại chỗ đá bóng bằng lòng bàn chân.  https://lh5.googleusercontent.com/X3-nasRfsvPeP4AkDZXpxtgP1000nBqSdl9JlzrRYiHESM-ETxw2HTWXnnhW2jmpw9RTTHiN3bTh5c4ayEtFOmsi8vC8lmho7oKjNJ8yHrWkfoGmg3zQOkJ9lP5UAMJwiXXFSvw    -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “đá bóng qua vạch”  https://lh4.googleusercontent.com/fRm6uj9DSL3Fq50vCZr2apRVmC347Qgm4uelau5m9BN12RhnEhYusIoy2g1s-Kx87dHHJSfIkTHyLd04vqDlMjRmfTykOoMaJtPHd32uE0a70XKpIg1tIIHR4aBRcPkqAjnA_PI  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.   🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS quan sát tranh, 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “nhảy dây”  https://lh3.googleusercontent.com/DZ2zQY6UJNdRn9SrC6J5e42elBH0BKlHZLB89xmaDlPZROFHCmZaJccJTwl-rlMMszw2VEoJzzuugfzR8SuY8KuKiBb1LVIqqzeQJJPXWQHa126tG_PlZujA61J7Uc8L4eX_Gjo  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác di chuyển đá bóng bằng lòng bàn chân.  https://lh4.googleusercontent.com/6fPSISBKkL-g_zh2wSDlcNWBG05hF8gjGEmeiy38llihcAqA2cm8TxuKR4zl1C5v0bvB1TTKjDJja4-QUJ5eD_QQHJOCMSQBTFxte0G7Uadl4rNBOOvQrGl09iP118Dmo39uO84  - Ôn động tác tại chỗ 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 “đá bóng qua vạch”  https://lh4.googleusercontent.com/fRm6uj9DSL3Fq50vCZr2apRVmC347Qgm4uelau5m9BN12RhnEhYusIoy2g1s-Kx87dHHJSfIkTHyLd04vqDlMjRmfTykOoMaJtPHd32uE0a70XKpIg1tIIHR4aBRcPkqAjnA_PI  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV cho HS quan sát tranh, nêu tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.   🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS quan sát tranh, 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh6.googleusercontent.com/b6lbIeXwKB3PGIrxL-Y3m7VvsB1yPb9pZvOGaLWpMg6MtviSiLNtBIdQpSyiFcXwVYVMZVhxKZOe8GOA2YIjq1IBGBz86SbJ9LoW5CWk0M52zzQlx5mooOAYPW7H0LJ7c4dLMik  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 “dẫn bóng theo đường thẳng”  https://lh3.googleusercontent.com/VhUoHZ8od-9g4921YL4ipkY3S3yRSA03mKYfRqOeD6QVWDm_ILj5hW22YLTc4Lj1BYgFjGf8JajdVzrdg2zQob2caZC90k55UhWphHBmnG1Z6VT5NCKEupvjZjDJqez9Q5-9mOg  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ 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 cách chơi, tổ chức chơi thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                🚹  - HS 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh3.googleusercontent.com/m6yjkRSMXue95KdLEPYfzrBLsRIrhQVQfIn6DFCusZlpSQ0oWHa280KMeN8r41AdCn-QvRRKW6HfasZXDWpOUmaMaxBFq_2kMGNf9aE-WszOEWBg4McHGKqpJw4AHrG73nwgZZI  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”  https://lh4.googleusercontent.com/A6WATXoxMHChklMhdZHr4WO3XW2t8LoBc6aFkCMuxJzfFCBe-r1qsuMYYG0P3alM3x39eNDySaa8TgukMyaNGbb15mkKH2DSlyi4GHjQrR9iQGvAh5S58nJbua0XH0ZdW9EVJsk    - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ 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 cách chơi, tổ chức chơi thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                                🚹  - HS 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “chuyển bóng bằng tay”  https://lh6.googleusercontent.com/vmsxPNhSxNmLZPyJHwnT4cHa6_hXNDO36Kt4RZSD68vO3ZhNUolhO_I1FIcfHfiriSXdjAX8w9QhbzkDsxTspR3vkPLbHxsDCQ68DlMaQ3ObXpHnj51nFV7Ki0_OCSpd6ipx5mY  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 “lăn bóng tiếp sức”  https://lh4.googleusercontent.com/Yk4n3zdILepTgZTVcXQvnMiXNncVuwenG2TkLzVlnHMkh1m1A0BFMxyxETEMm9F_PR9Vrhrllzxy4xf-kJLpuPqkxsd8aAGVMoG-k67qFIH-B_2zy9p-ObcG_CqevISfa9miYMQ    - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác, kĩ 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 cách chơi, tổ chức chơi thở 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 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹  - HS 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 trúng đích”  https://lh4.googleusercontent.com/PMWq2iSgccv7ToH3OK1PovMM5xW8YWLKFIMh7wMKAmBTi_OaEArjZAlMP7GBvFecUaG0QHwyeciNxWjZ_vJlkv2RITB3XZZYMd2C5Z3m29phcvNLEMBHQfhHLnSNyx7pBxF8c6Q  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông  https://lh6.googleusercontent.com/5jG7qgr0UUnhevUE0JdOB0JPwHFkXjE-c3tGQ-VMisZChINIsOQXk5IEj110TaQd4JhWXpB7_7tpnddxMdi_upZZHeUDPwxrNNtP8jWwCKH7kTeTMl0ROTkOCVOfvBAMc_jVl2k  -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”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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.  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    - 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  - HS trả lời  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh3.googleusercontent.com/SalOy8HVVMAC93py022-tOHYjfIJWcSP5yjt8N3kD7HR89WlCCPq2DQ-TlGsGTILMn5C6hKtQYrPfhfNsj9UBm-1zYUeC5BHKP7a2XYn3cwvAC3kj9_4nXuvBqZUBAGJ5inAgN8  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông  https://lh6.googleusercontent.com/5jG7qgr0UUnhevUE0JdOB0JPwHFkXjE-c3tGQ-VMisZChINIsOQXk5IEj110TaQd4JhWXpB7_7tpnddxMdi_upZZHeUDPwxrNNtP8jWwCKH7kTeTMl0ROTkOCVOfvBAMc_jVl2k  -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”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao  - Yêu cầu HS thựce hện 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. | 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    - 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  - 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “nhóm ba nhóm bảy”  https://lh4.googleusercontent.com/GAFVg-121Km9cvfjhUCTLj7W1RcTCw2OxXYZmCNmRkVGCcJwvl2EMxjyv2oG_STuh8Ey6YvqqLvgnK9o36SKZ2LOU-OoyIDQF3atjYUj5tK2DLE9xJpK2fYHUrUhI6Ibhkl2vEI  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông  https://lh6.googleusercontent.com/5jG7qgr0UUnhevUE0JdOB0JPwHFkXjE-c3tGQ-VMisZChINIsOQXk5IEj110TaQd4JhWXpB7_7tpnddxMdi_upZZHeUDPwxrNNtP8jWwCKH7kTeTMl0ROTkOCVOfvBAMc_jVl2k  -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”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao  - Yêu cầu HS thựce hện 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. | 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    - 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  - HS thực hiện  - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 trúng đích”  https://lh4.googleusercontent.com/PMWq2iSgccv7ToH3OK1PovMM5xW8YWLKFIMh7wMKAmBTi_OaEArjZAlMP7GBvFecUaG0QHwyeciNxWjZ_vJlkv2RITB3XZZYMd2C5Z3m29phcvNLEMBHQfhHLnSNyx7pBxF8c6Q  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ dẫn (nhồi) bóng ngang hông  https://lh6.googleusercontent.com/5jG7qgr0UUnhevUE0JdOB0JPwHFkXjE-c3tGQ-VMisZChINIsOQXk5IEj110TaQd4JhWXpB7_7tpnddxMdi_upZZHeUDPwxrNNtP8jWwCKH7kTeTMl0ROTkOCVOfvBAMc_jVl2k  -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”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    1 lần  4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật  - Cho HS chạy nhanh 15m xuất phát cao  - Yêu cầu HS thựce hện 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. | 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    - 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  - HS thực hiện  - 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “ném trúng đích”  https://lh3.googleusercontent.com/_Vs-Z9Qk5Nyk8kTJbk1UE-AF21WfLLLReZfBLi4YJZDKjdNN-eeIIH1qW5XXlS5EglhLOEHZIoIoU3fOkKyOBKZ65F-01TfP3v-zCup0_frkUZOaMkMaXGEdWfn5SOYOy5ytnYU  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước.  https://lh6.googleusercontent.com/jFPhYVSm-nT2-iNSIxNJgjfRGrahWfu52lw_zOAvQMGpgvXD1mqB2EoUeoYNXDOGikVYO_jGBrJd_ricPJhDm3T_wuUJetPEYse_cSQvxSQuffefiWDs9UOI_0BBDAayfhomLGo  - Động tác dẫn bóng hai tay luân phiên di chuyển về trước.  https://lh4.googleusercontent.com/MYvgbs6peO_oDq7KjA_Q7HeuFNCRBassSrVMf45eUDgAs6pEffQcTUGrHEf0bA9dI6Njy32f3O7qJbDHdo4F9sJyz9KLdZEuaA53CkoMpqWmXKilsUcr95o_UfN_t7KRPK-WGqU  -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi    Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần    3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 trúng đích”  https://lh3.googleusercontent.com/_Vs-Z9Qk5Nyk8kTJbk1UE-AF21WfLLLReZfBLi4YJZDKjdNN-eeIIH1qW5XXlS5EglhLOEHZIoIoU3fOkKyOBKZ65F-01TfP3v-zCup0_frkUZOaMkMaXGEdWfn5SOYOy5ytnYU  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước.  https://lh6.googleusercontent.com/jFPhYVSm-nT2-iNSIxNJgjfRGrahWfu52lw_zOAvQMGpgvXD1mqB2EoUeoYNXDOGikVYO_jGBrJd_ricPJhDm3T_wuUJetPEYse_cSQvxSQuffefiWDs9UOI_0BBDAayfhomLGo  - Ôn động tác dẫn bóng hai tay luân phiên di chuyển về trước.  https://lh4.googleusercontent.com/MYvgbs6peO_oDq7KjA_Q7HeuFNCRBassSrVMf45eUDgAs6pEffQcTUGrHEf0bA9dI6Njy32f3O7qJbDHdo4F9sJyz9KLdZEuaA53CkoMpqWmXKilsUcr95o_UfN_t7KRPK-WGqU  -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi    Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần    3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 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  Nhận lớp  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “ném trúng đích”  https://lh3.googleusercontent.com/_Vs-Z9Qk5Nyk8kTJbk1UE-AF21WfLLLReZfBLi4YJZDKjdNN-eeIIH1qW5XXlS5EglhLOEHZIoIoU3fOkKyOBKZ65F-01TfP3v-zCup0_frkUZOaMkMaXGEdWfn5SOYOy5ytnYU  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác dẫn bóng một tay di chuyển về trước.  https://lh6.googleusercontent.com/jFPhYVSm-nT2-iNSIxNJgjfRGrahWfu52lw_zOAvQMGpgvXD1mqB2EoUeoYNXDOGikVYO_jGBrJd_ricPJhDm3T_wuUJetPEYse_cSQvxSQuffefiWDs9UOI_0BBDAayfhomLGo  - Ôn động tác dẫn bóng hai tay luân phiên di chuyển về trước.  https://lh4.googleusercontent.com/MYvgbs6peO_oDq7KjA_Q7HeuFNCRBassSrVMf45eUDgAs6pEffQcTUGrHEf0bA9dI6Njy32f3O7qJbDHdo4F9sJyz9KLdZEuaA53CkoMpqWmXKilsUcr95o_UfN_t7KRPK-WGqU  -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi    Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ    - Trò chơi “lăn bóng tiếp sức”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần    3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Bài 2: DẪN BÓNG DI CHUYỂN VỀ TRƯỚC.

(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 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”  https://lh6.googleusercontent.com/zoslo-85SVkKx0uipiST5JU3yq_zzFxN5dJrLsKYg9uJftjXcMwd69bzJUZCc-n4ylXbvK1xj34LqAIUwr_Qx79MfL7O73Mp25fRbFIF61bUaqT9b5sC2JyXloqX4emCFaDQNsw  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 “làm theo hiệu lệnh”  https://lh6.googleusercontent.com/vEze3dVQsl6rr1saVbT1uDXDMrdJdnNkL-lLN3AxazvMCSiseC_dMjx2pVkNIvt83U8SN0o6b2ImBLwWo3CovXeSK5AkjzXiH0Ptbil8dzgbeFBPow3cU9qp0Fx0eYZpAsw-igE  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần    3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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”  https://lh5.googleusercontent.com/EcNjqw--ZOp_h9EvsP1fBRR8HfQuEgy-yVBSOMKIBMbfOaeEZMOblBcdessoolrK38m_vsuj4n3QAO93FvIsygZF_DWxJYHMG0ZcRz5wPDzoP84wGyNfTLGpruUGD2n1XVun-Go  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác tại chỗ tung bóng về trước bằng hai tay.  https://lh4.googleusercontent.com/kkm8znwfqhHxQNIxVG_el2iL9e8lEOCmz2nHSZPfZdq17IFAESlnnBeLSoUaFvRrD8je6bYRyjelPYkHBjyi1JEmCFx4crRNd5PKAhGVv2Y4MUPF500ziKLjpNfHu9JfVI_IlKg    -Luyện tập  Tập theo tổ nhóm    Tập theo cặp đôi  Tập cá nhân  Thi đua giữa các tổ  - Trò chơi “chuyển bóng qua đầu”  https://lh5.googleusercontent.com/IeLyoNsA2gMRNNUfGj-oDlxtX4AVmTbtG4SNGKnobujmGcHtnv8vM410lme1dNSQSFA-6HaVzb1ghtY1t1uLQq21P4QhUYbQ5oN_AsXZ0BzhZvYmRM24Nx44SN_OQWzycY3rwFo  - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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.  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/EcNjqw--ZOp_h9EvsP1fBRR8HfQuEgy-yVBSOMKIBMbfOaeEZMOblBcdessoolrK38m_vsuj4n3QAO93FvIsygZF_DWxJYHMG0ZcRz5wPDzoP84wGyNfTLGpruUGD2n1XVun-Go  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân).  https://lh4.googleusercontent.com/aYzqPi4UeVYlCx5OY1vQNJMqDF4VrxJN8kLYPokxbr76kD6ivkkcBRMTiHwYMmyqgbBQjUOldtWNU-Iu35ucO9jHiAGCawvfwLYWCQkVKPygbp8YOF6o7qbDeabHVm228ON8hzI  - Ôn động tác tại chỗ 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 “dẫn bóng tiếp sức”  https://lh6.googleusercontent.com/3EIGIJxkCmIIHFqTRGvBTjegJSd_srHZr2muZGsW1haNIEPeqEw_EBi_MD2cOJ2SYC7Do72KHejJfA86w5jfD33u_wffLMt8Oxiy5UUo4KvhhWc5oP-Zi0v1pBgPcc4dLvEQmwQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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.  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    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 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  Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...  - Bài thể dục PTC.  - Trò chơi “ném trúng đích”  https://lh4.googleusercontent.com/PMWq2iSgccv7ToH3OK1PovMM5xW8YWLKFIMh7wMKAmBTi_OaEArjZAlMP7GBvFecUaG0QHwyeciNxWjZ_vJlkv2RITB3XZZYMd2C5Z3m29phcvNLEMBHQfhHLnSNyx7pBxF8c6Q  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác tại chỗ tung – bắt bóng bằng hai tay(cá nhân).  https://lh3.googleusercontent.com/ulqzXpUeXc5-ebo5xDxI_cYESFpnd7Ijd-xsL5IusIWf71Wah6wMPhSBHGw1RSGiW1b-fEfgEgRVHe6cQmgZHvBRm5UCL27DrhhX-7UCvCTUXzoEbxeYytBAvxdSYWmgggP9wEM  - Ôn động tác di chuyển tung bóng bằng hai tay(cá nhân).  - Ôn động tác tại chỗ 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 “dẫn bóng tiếp sức”  https://lh6.googleusercontent.com/3EIGIJxkCmIIHFqTRGvBTjegJSd_srHZr2muZGsW1haNIEPeqEw_EBi_MD2cOJ2SYC7Do72KHejJfA86w5jfD33u_wffLMt8Oxiy5UUo4KvhhWc5oP-Zi0v1pBgPcc4dLvEQmwQ  - 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 | 5 – 7’    2-3’  16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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.  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    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 thực hiện    - HS thực hiện thả lỏng  - ĐH kết thúc  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 trúng đích”  https://lh4.googleusercontent.com/PMWq2iSgccv7ToH3OK1PovMM5xW8YWLKFIMh7wMKAmBTi_OaEArjZAlMP7GBvFecUaG0QHwyeciNxWjZ_vJlkv2RITB3XZZYMd2C5Z3m29phcvNLEMBHQfhHLnSNyx7pBxF8c6Q  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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/SBGQR7bDYg2dIY4qSISvLLOYxDirr_ql6g0r52-pDcMhLMqoJFWJJPVjEd9hzF6czY3xm2m9-EcqnWBAUUfPAlD5E-rhVEO8cfg43WVQh-Msgh61elmbGTk_hU7uyQOVujEiSrc  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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.

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 trúng đích”  https://lh3.googleusercontent.com/_Vs-Z9Qk5Nyk8kTJbk1UE-AF21WfLLLReZfBLi4YJZDKjdNN-eeIIH1qW5XXlS5EglhLOEHZIoIoU3fOkKyOBKZ65F-01TfP3v-zCup0_frkUZOaMkMaXGEdWfn5SOYOy5ytnYU  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 hay 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”  https://lh5.googleusercontent.com/IeLyoNsA2gMRNNUfGj-oDlxtX4AVmTbtG4SNGKnobujmGcHtnv8vM410lme1dNSQSFA-6HaVzb1ghtY1t1uLQq21P4QhUYbQ5oN_AsXZ0BzhZvYmRM24Nx44SN_OQWzycY3rwFo  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV nhắc lại tên động tác kết hợp phân tích kĩ 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 cách chơi, tổ chức chơi thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/8kePcqCxpirL1TDG9ccXQxe72rzb-O2IK0kcmhW_zTyZ3vkfbgIonJ8VJkSwzTgqo4vmM2RZdd7O8InTwY2EymqG4Tu8sZkuKtUU7Ydw8wgpfXXmcL0jXArQqySNMFs6p9SNASA  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  https://lh6.googleusercontent.com/o0dqpSZLVwZ841-dOhVxpuCfGwPdvJeA535cJ7ITliN48J-CGQ7KmFt398f7WZevJFBq34hhGU6sr8dBD-XKZuEWAPZtZvLzn72JtozWJgIdAtjlQRADAFE62Pz-1Q4C00bHw9E    -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”  https://lh6.googleusercontent.com/Qd73eBD-Wa9lbb1G1Sg1Yg2oZpbmGCAk9oxaY1j_IkG1EtawG_v9KA-Z3xDkQvy1A0mOt-_l3cb3qwQglZl6e_4C2ViyHpQQVr96E7fl66VTHORnM0ANUagHUrXPWsnr1bF56Lw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - Cho HS quan sát tranh  - GV làm mẫu động tác kết 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.  - 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | 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    ĐH tập luyện theo tổ  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai  - Từng tổ  lên  thi đua ném bóng vào rổ  - 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 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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/8kePcqCxpirL1TDG9ccXQxe72rzb-O2IK0kcmhW_zTyZ3vkfbgIonJ8VJkSwzTgqo4vmM2RZdd7O8InTwY2EymqG4Tu8sZkuKtUU7Ydw8wgpfXXmcL0jXArQqySNMFs6p9SNASA  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  https://lh6.googleusercontent.com/o0dqpSZLVwZ841-dOhVxpuCfGwPdvJeA535cJ7ITliN48J-CGQ7KmFt398f7WZevJFBq34hhGU6sr8dBD-XKZuEWAPZtZvLzn72JtozWJgIdAtjlQRADAFE62Pz-1Q4C00bHw9E    -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”  https://lh6.googleusercontent.com/Qd73eBD-Wa9lbb1G1Sg1Yg2oZpbmGCAk9oxaY1j_IkG1EtawG_v9KA-Z3xDkQvy1A0mOt-_l3cb3qwQglZl6e_4C2ViyHpQQVr96E7fl66VTHORnM0ANUagHUrXPWsnr1bF56Lw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/8kePcqCxpirL1TDG9ccXQxe72rzb-O2IK0kcmhW_zTyZ3vkfbgIonJ8VJkSwzTgqo4vmM2RZdd7O8InTwY2EymqG4Tu8sZkuKtUU7Ydw8wgpfXXmcL0jXArQqySNMFs6p9SNASA  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  https://lh6.googleusercontent.com/o0dqpSZLVwZ841-dOhVxpuCfGwPdvJeA535cJ7ITliN48J-CGQ7KmFt398f7WZevJFBq34hhGU6sr8dBD-XKZuEWAPZtZvLzn72JtozWJgIdAtjlQRADAFE62Pz-1Q4C00bHw9E    -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”  https://lh6.googleusercontent.com/Qd73eBD-Wa9lbb1G1Sg1Yg2oZpbmGCAk9oxaY1j_IkG1EtawG_v9KA-Z3xDkQvy1A0mOt-_l3cb3qwQglZl6e_4C2ViyHpQQVr96E7fl66VTHORnM0ANUagHUrXPWsnr1bF56Lw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/8kePcqCxpirL1TDG9ccXQxe72rzb-O2IK0kcmhW_zTyZ3vkfbgIonJ8VJkSwzTgqo4vmM2RZdd7O8InTwY2EymqG4Tu8sZkuKtUU7Ydw8wgpfXXmcL0jXArQqySNMFs6p9SNASA  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  https://lh6.googleusercontent.com/o0dqpSZLVwZ841-dOhVxpuCfGwPdvJeA535cJ7ITliN48J-CGQ7KmFt398f7WZevJFBq34hhGU6sr8dBD-XKZuEWAPZtZvLzn72JtozWJgIdAtjlQRADAFE62Pz-1Q4C00bHw9E    -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”  https://lh6.googleusercontent.com/Qd73eBD-Wa9lbb1G1Sg1Yg2oZpbmGCAk9oxaY1j_IkG1EtawG_v9KA-Z3xDkQvy1A0mOt-_l3cb3qwQglZl6e_4C2ViyHpQQVr96E7fl66VTHORnM0ANUagHUrXPWsnr1bF56Lw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |

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

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 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”  https://lh5.googleusercontent.com/8kePcqCxpirL1TDG9ccXQxe72rzb-O2IK0kcmhW_zTyZ3vkfbgIonJ8VJkSwzTgqo4vmM2RZdd7O8InTwY2EymqG4Tu8sZkuKtUU7Ydw8wgpfXXmcL0jXArQqySNMFs6p9SNASA  II. Phần cơ bản:  - Kiến thức.  - Ôn động tác tại chỗ ném rổ bằng hai tay cự ly gần.  https://lh6.googleusercontent.com/o0dqpSZLVwZ841-dOhVxpuCfGwPdvJeA535cJ7ITliN48J-CGQ7KmFt398f7WZevJFBq34hhGU6sr8dBD-XKZuEWAPZtZvLzn72JtozWJgIdAtjlQRADAFE62Pz-1Q4C00bHw9E    -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”  https://lh6.googleusercontent.com/Qd73eBD-Wa9lbb1G1Sg1Yg2oZpbmGCAk9oxaY1j_IkG1EtawG_v9KA-Z3xDkQvy1A0mOt-_l3cb3qwQglZl6e_4C2ViyHpQQVr96E7fl66VTHORnM0ANUagHUrXPWsnr1bF56Lw  - 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 | 5 – 7’    2-3’    16-18’    3-5’    4- 5’ | 2x8N  2x8N    4 lần    3 lần  3 lần  1 lần    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 hô nhịp, HS tập  - GV hướng dẫn chơi    - GV làm mẫu lại động tác kết 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 thở và chơi chính thức cho HS.  - Nhận xét tuyên dương và sử 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. | Đội hình nhận lớp  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹   - HS khởi động theo GV.  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                  🚹  - HS Chơi trò chơi.  🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹                  🚹    - 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 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  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹 |