

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 1 - Bài 1: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

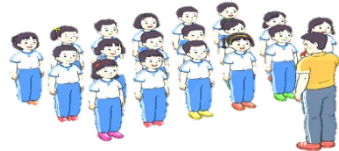
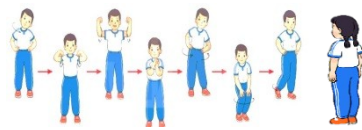
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

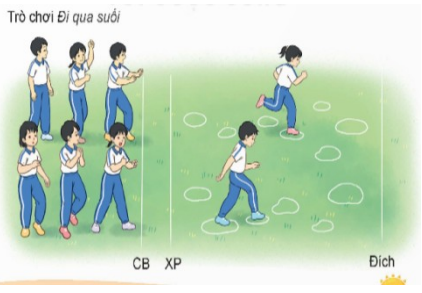
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

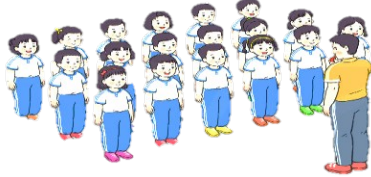
IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc)		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi	-HS nắm được cách chơi và luật chơi. - HS tích cực, chủ động tham gia chơi trò chơi.



II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại.		<ul style="list-style-type: none"> - GV làm mẫu động tác và phân tích kĩ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1 tổ lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 tổ lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	ĐH tập luyện đồng loạt. CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho 	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm

	lần	<p>tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	 <p>Luyện tập nhóm</p> <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
<p>4. Trò chơi vận động:</p> <p>Trò chơi “Đi qua suối”</p>	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>DH chơi trò chơi</i></p>  <p>Trò chơi Đi qua suối</p> <p>CB XP Đích</p> <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>-HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	

<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 1 - Bài 1: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

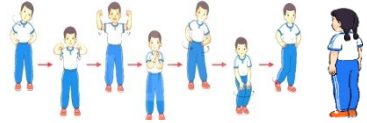
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện tập.

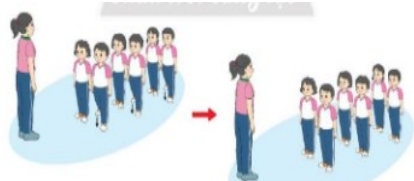
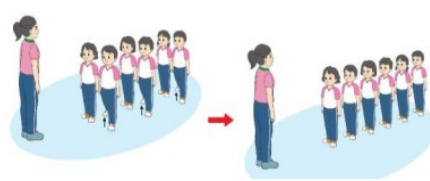
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

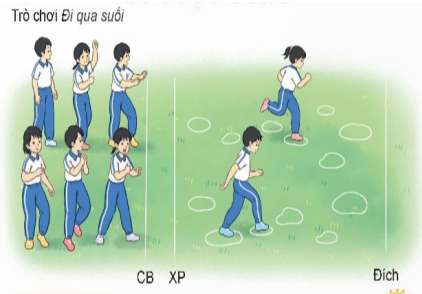
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

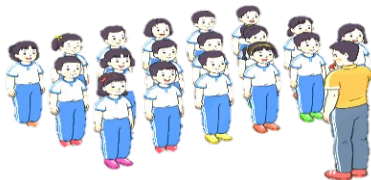
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc) - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu

		- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Ôn bài tập: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại.		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	  
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện đồng loạt.  CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm

		sửa sai cho HS	 <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Đi qua suối”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân	

<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 2 - Bài 1: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

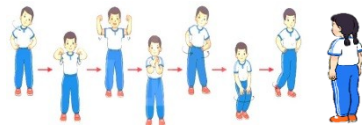
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

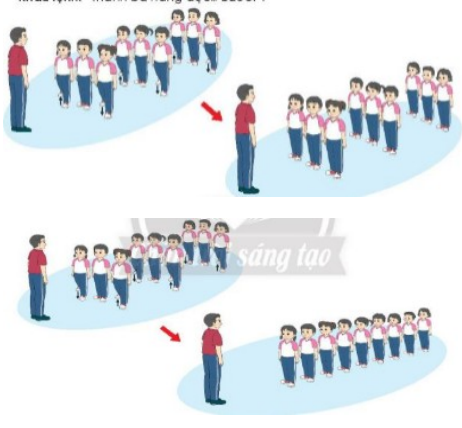
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

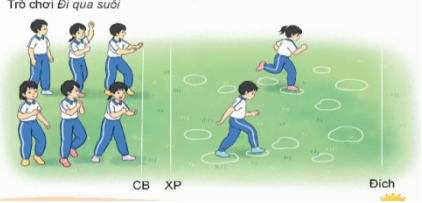
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc) - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		

<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>a. Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại</p> <p>b. Học bài tập: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc và ngược lại.</p>  		<ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn HS ôn luyện - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS - GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1 tổ lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	<ul style="list-style-type: none"> - HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 tổ lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>

	lần	<p>tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	 <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Đi qua suối”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: <p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu</p>

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	câu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 2 - Bài 1: Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại (Tiết 4)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại, Trò chơi “Đi qua suối”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

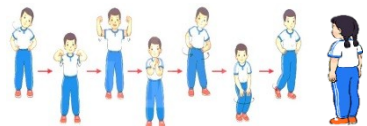
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

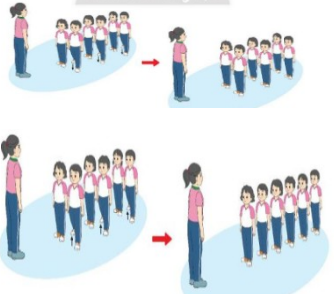
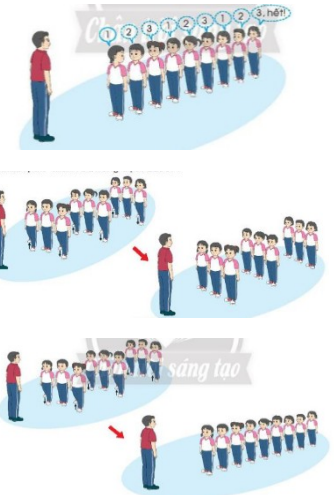
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

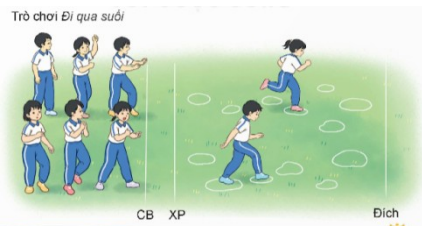
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp:			Đội hình nhận lớp

<ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		<p>Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học</p>	 <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
<p>2. Khởi động:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) 	<p>2Lx8 N</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. 	<p>Đội hình khởi động</p>  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc) <p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi <p>Trò chơi Làm theo hiệu lệnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>* Ôn bài tập:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. 	 <ul style="list-style-type: none"> + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.

 <p>- Ôn biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc và ngược lại.</p> 			
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện đồng loạt.  CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm

			 <p>Luyện tập nhóm</p> <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Đi qua suối”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p> <p>Trò chơi “Đi qua suối”</p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>

<p>2. Vận dụng:</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	 <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe để khắc phục <p style="text-align: center;">Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<ul style="list-style-type: none"> - HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 3 - Bài 2: Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

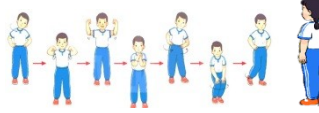
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện tập.

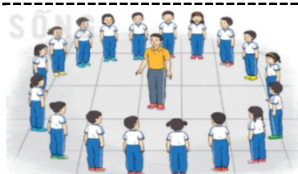
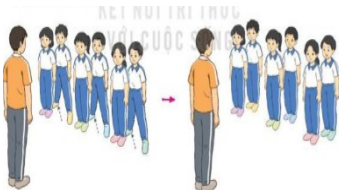
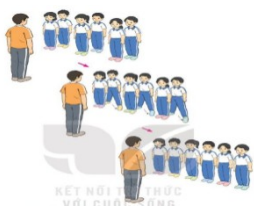
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

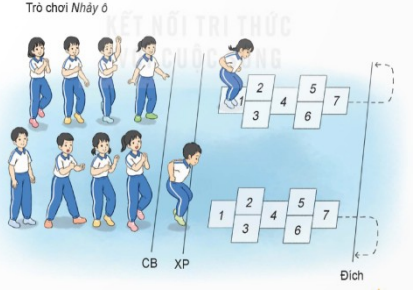
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

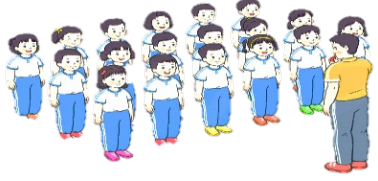
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) 	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi " Kết bạn" <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra bài cũ 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

		<p>hiện bài tập.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại.   		<ul style="list-style-type: none"> - GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1 tổ lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 tổ lên thực hiện động tác. <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p> 

			CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Nhảy ô”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	ĐH chơi trò chơi  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	Đội hình hồi tĩnh

<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 3 - Bài 2: Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại; xử lí được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

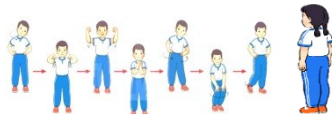
- Phương tiện:

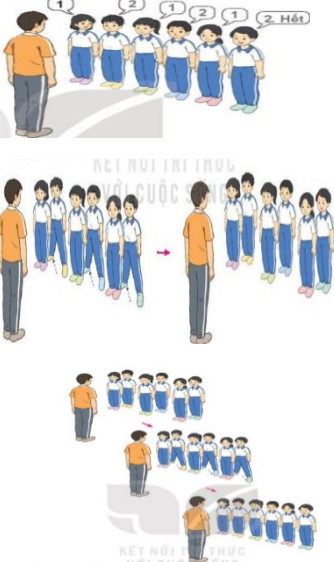
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

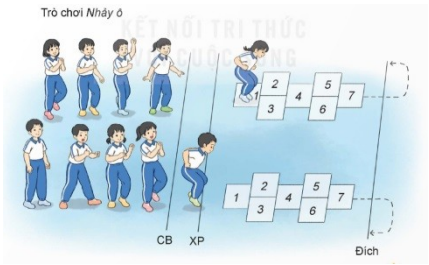
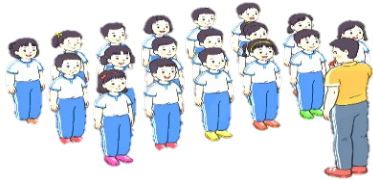
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		

<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại.</p> 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	 <p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p>

			HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Nhảy ô”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực 	

		tế cuộc sống	khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 4 - Bài 2: Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô” trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

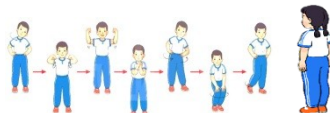
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

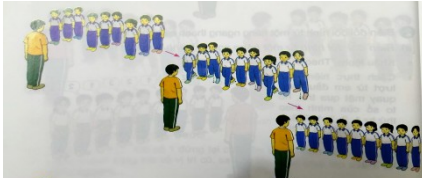
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

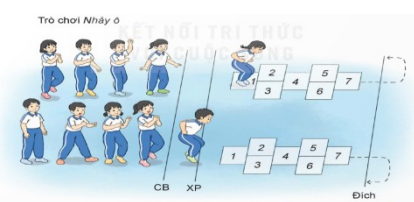
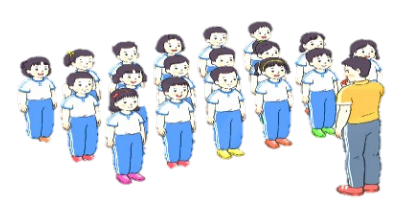
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang			Đội hình nhận lớp

phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	 <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi " Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: a. Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại. b. Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành ba hàng ngang và ngược lại.		-GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh,	- HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu

  		<p>video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1 tổ lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	 <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 tổ lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	ĐH tập luyện đồng loạt.
 <p>Luyện tập cả lớp</p>			CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm
 <p>Luyện tập nhóm</p>			<ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa

			tốt.
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Nhảy ô”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	

3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 4 - Bài 2: Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại (Tiết 4)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại; xử lí được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại, Trò chơi “Nhảy ô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

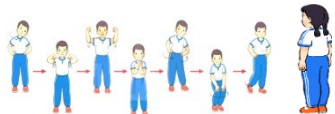
- Phương tiện:

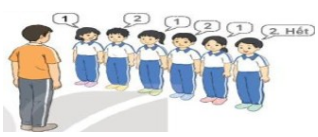
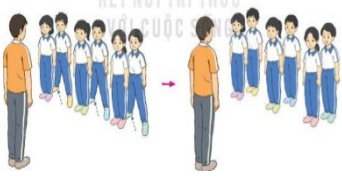
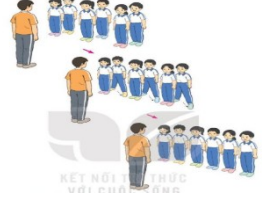
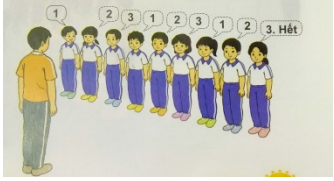
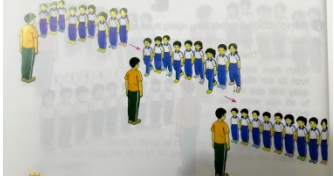
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

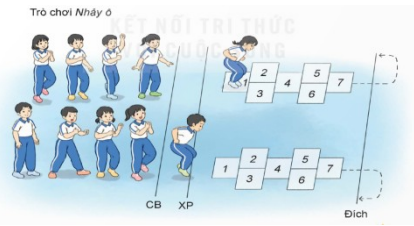
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi " Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá			
2. Hình thành động tác mới:			

<p>* Ôn bài tập:</p> <p>- Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại.</p>    <p>- Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành ba hàng ngang và ngược lại.</p>   		<p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>- HS lắng nghe</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p>	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>

			 <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Nhảy ô”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.

.....

.....

.....

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Trang 41

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, Trò chơi “Vòng tròn” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, Trò chơi “Vòng tròn”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

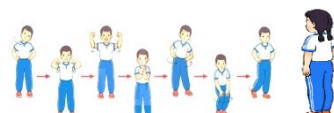
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

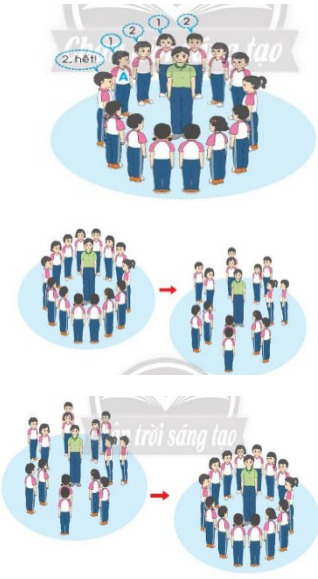
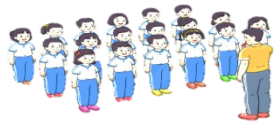
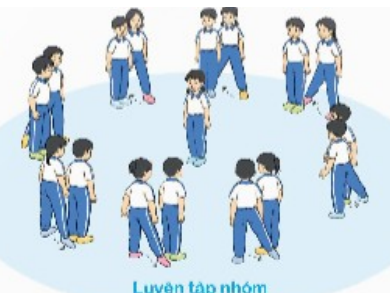
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

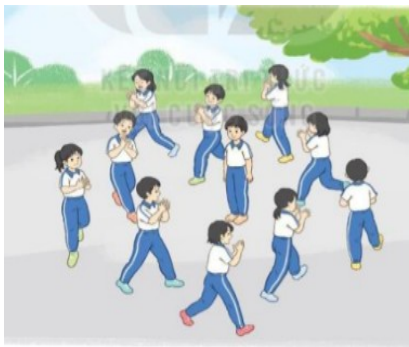
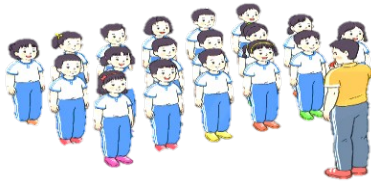
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượn g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá		- GV làm mẫu động tác	Đội hình HS quan sát tranh,

<p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Biến đổi đội hình từ một vòng tròn, thành 2 vòng tròn và ngược lại.</p> 	<p>và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1 tổ lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	<p>tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 tổ lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>	
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gv quan sát, sửa sai cho HS. 	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>Luyện tập cả lớp</p> <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>Luyện tập nhóm</p>

			<p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Vòng tròn”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p>

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ**Tuần 5 - Bài 3: Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại (Tiết 2)****I. Yêu cầu cần đạt:****1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, Trò chơi “Vòng tròn” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại, Trò chơi “Vòng tròn”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

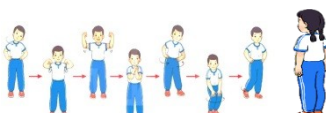
- **Phương tiện:**

- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

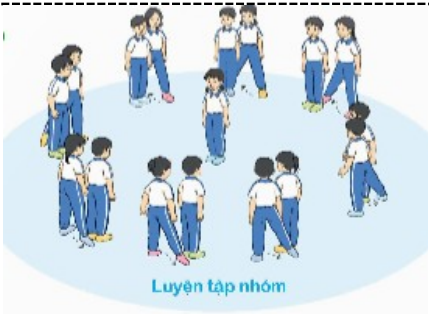
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) 	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy" <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra bài cũ 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên

II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: Ôn biến đổi đội hình từ một vòng tròn, thành 2 vòng tròn và ngược lại. <div data-bbox="199 510 518 1081"> </div>		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	<div data-bbox="1145 454 1489 589"> </div> - HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện đồng loạt. <div data-bbox="1137 1485 1520 1798"> </div> CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm

		sửa sai cho HS	 <p>Luyện tập nhóm</p> <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
4. Trò chơi vận động: Trò chơi “Vòng tròn”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân	Đội hình hồi tĩnh

<p>2. Vận dụng:</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	 <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe để khắc phục <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<ul style="list-style-type: none"> - HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 6 - Bài 4: Động tác đi đều, đứng lại (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

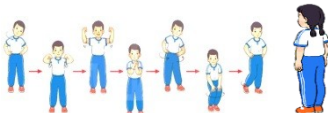
- Phương tiện:

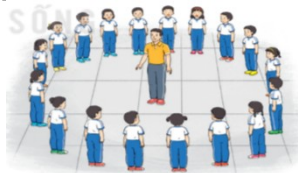
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

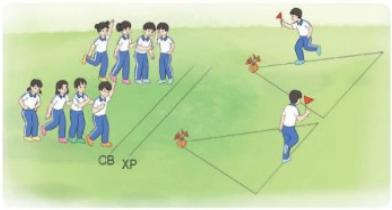
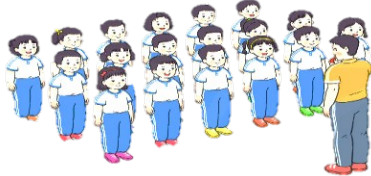
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn"		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

<p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Học động tác đi đều, đứng lại.</p> <p>+ Động tác đi đều:</p>  <p>-TTCB: Đứng nghiêm.</p> <p>-Khẩu lệnh: “Đi đều - Bước!”.</p> <p>- Động tác:</p> <p>Nhịp 1: Bước chân trái ra trước khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực.</p> <p>Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất (đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p> <p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại”</p>		<p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <p>- Cho 1-2 HS lên thực hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <p>- Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện.</p> <p>- Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.</p> <p>-1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>

<p>khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>			
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p>	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
<p>3. Tập theo cặp đôi</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.</p>	 <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
<p>4. Thi đua giữa các tổ</p>		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>

		tuyên dương.	
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe để khắc phục <p>Đội hình kết thúc</p>

- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 6 - Bài 4: Động tác đi đều, đứng lại (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

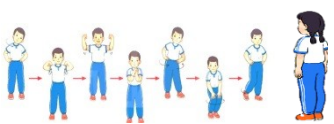
II. Thiết bị dạy học và học liệu:

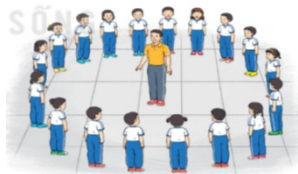
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

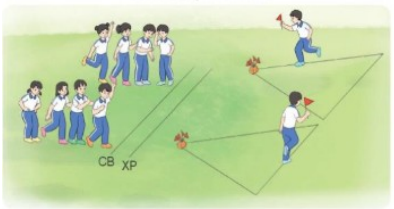
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) 	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều

			<p>hiển của cán sự.</p>
<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <p>- Trò chơi "Kết bạn"</p> <p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi</p> <p>- Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	<p>- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	5-7'		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Ôn động tác đi đều, đứng lại.</p> <p>+ Động tác đi đều:</p>  <p>-TTCB: Đứng nghiêm.</p> <p>-Khẩu lệnh: "Đi đều - Bước!".</p> <p>- Động tác:</p> <p>Nhịp 1: Bước chân trái ra trước khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực.</p> <p>Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất (đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p>		<p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>- HS lắng nghe</p>

<p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>			
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16’</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p>	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
<p>3. Tập theo cặp đôi</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.</p>	 <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn</p>

			tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	

			các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 7 - Bài 4: Động tác đi đều, đứng lại (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

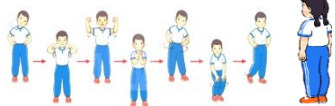
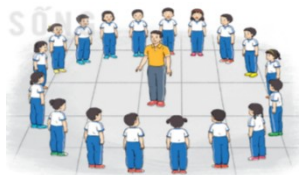
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
I. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung

			bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Ôn động tác đi đều, đứng lại. + Động tác đi đều:  -TTCB: Đứng nghiêm. -Khẩu lệnh: "Đi đều - Bước!". - Động tác: Nhịp 1: Bước chân trái ra trước khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực. Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	 - HS lắng nghe

<p>(đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p> <p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>			
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16’</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p>	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>

3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	<div data-bbox="1161 107 1497 230" data-label="Image"> </div> <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
4. Thi đua giữa các tổ		- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	<div data-bbox="1209 745 1465 779" data-label="Caption"> <i>ĐH chơi trò chơi</i> </div> <div data-bbox="1129 801 1520 1014" data-label="Image"> </div> <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân	<div data-bbox="1209 1704 1465 1738" data-label="Caption"> Đội hình hồi tĩnh </div> <div data-bbox="1129 1760 1505 1933" data-label="Image"> </div> <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng</p>

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 7 - Bài 4: Động tác đi đều, đứng lại (Tiết 4)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

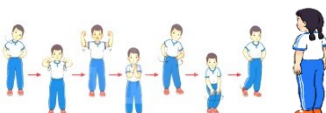
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

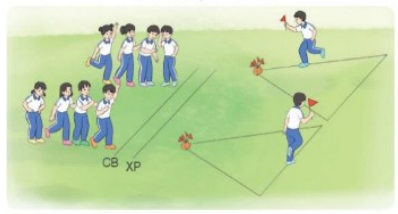
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

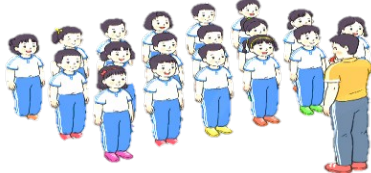
IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS		Gv nhận lớp, thăm hỏi	Đội hình nhận lớp

<p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học</p>		<p>sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học</p>	 <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.</p> <p>- Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học</p>
<p>2. Khởi động:</p> <p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)</p>	<p>2Lx8 N</p>	<p>- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.</p>	<p>Đội hình khởi động</p>  <p>- HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.</p>
<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <p>- Trò chơi "Kết bạn"</p> <p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi</p> <p>- Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	<p>- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Ôn động tác đi đều, đứng lại.</p> <p>+ Động tác đi đều:</p>  <p>-TTCB: Đứng nghiêm.</p> <p>-Khẩu lệnh: "Đi đều - Bước!".</p> <p>- Động tác:</p> <p>Nhịp 1: Bước chân trái ra trước</p>		<p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>- HS lắng nghe</p>

<p>khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực.</p> <p>Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất (đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p> <p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>			
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16’</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p>	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>

		<p>theo khu vực.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	 <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	 <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	<ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh:			

<p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p> <p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p> <p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 8

Ôn đội hình đội ngũ

Bài: Ôn động tác đi đều, đứng lại (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.

- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

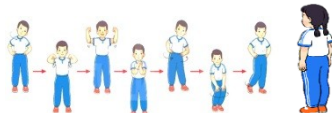
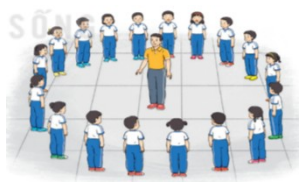
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

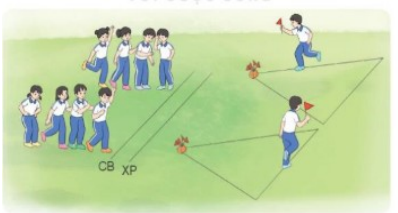
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

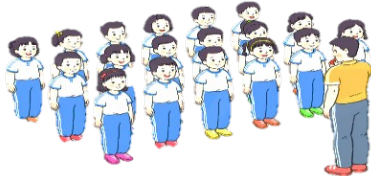
IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu
----------	------	---------------------------------

	h lượn g	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Ôn động tác đi đều, đứng lại. + Động tác đi đều:		- GV nêu những lỗi sai	

 <p>-TTCB: Đứng nghiêm.</p> <p>-Khẩu lệnh: “Đi đều - Bước!”.</p> <p>- Động tác:</p> <p>Nhịp 1: Bước chân trái ra trước khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực.</p> <p>Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất (đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p> <p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>	<p>thường mặc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>- HS lắng nghe</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>	<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15- 16’</p>	

1. Tập đồng loạt	2-3 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	ĐH tập luyện đồng loạt.  CS điều khiển, HS thực hiện
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	 + Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.
4. Thi đua giữa các tổ		- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	ĐH chơi trò chơi  - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv -HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.

IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 2. Vận dụng:		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	Đội hình hồi tĩnh  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài: Ôn động tác đi đều, đứng lại (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:**1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được động tác đi đều, đứng lại; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác đi đều, đứng lại, Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

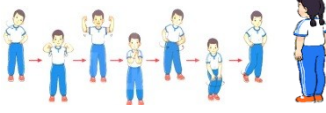
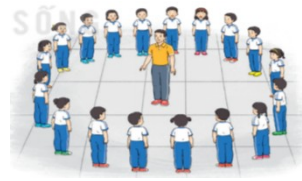
- Phương tiện:

- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

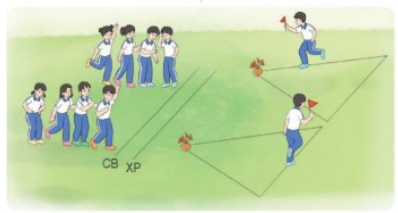
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

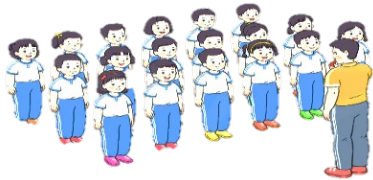
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) 	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến	5-7'		

<p>thức mới:</p> <p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Ôn động tác đi đều, đứng lại.</p> <p>+ Động tác đi đều:</p>  <p>-TTCB: Đứng nghiêm.</p> <p>-Khẩu lệnh: “Đi đều - Bước!”.</p> <p>- Động tác:</p> <p>Nhịp 1: Bước chân trái ra trước khoảng 20 - 30 cm, chạm đất (đúng vào nhịp 1), đồng thời nâng đùi phải lên, tay phải đánh thẳng ra sau, tay trái gấp trước ngực.</p> <p>Nhịp 2: Tiếp theo nhịp 1, bước chân phải ra trước chạm đất (đúng vào nhịp 2), đồng thời nâng đùi trái lên, tay trái đánh thẳng ra sau, tay phải gấp trước ngực.</p> <p>+ Động tác đứng lại:</p>  <p>-Khẩu lệnh: “Đứng lại- Đứng!”</p> <p>-Động tác: Dự lệnh “Đứng lại” khi bàn chân phải chạm đất, tiếp tục thực hiện nhịp 1. Động lệnh “Đứng!” vào nhịp 2 kế tiếp (bàn chân phải chạm đất), thực hiện tiếp nhịp 1 rồi thu chân phải về thành tư thế đứng nghiêm.</p>	<p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>- HS lắng nghe</p>
---	---	---

3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	<p>ĐH tập luyện đồng loạt.</p>  <p>CS điều khiển, HS thực hiện</p>
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	 <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
4. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy theo hình tam giác”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính</p>	<p>ĐH chơi trò chơi</p> 

		thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 2. Vận dụng:		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục <p>Đội hình kết thúc</p> 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 9 - Bài 1: Động tác vươn thở và động tác tay (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác vươn thở và tay; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác vươn thở và tay, Trò chơi “Đua ô tô” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác vươn thở và tay, Trò chơi “Đua ô tô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

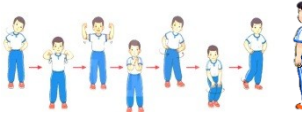
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**

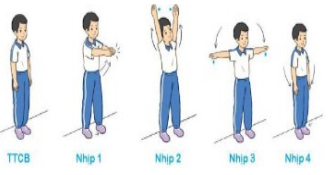
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

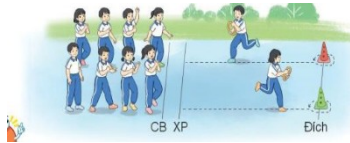
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc)		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

<p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- Gọi 1 tổ HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>- Học động tác vươn thở và động tác tay.</p> <p>+ Động tác vươn thở</p>  <p>+ Động tác tay:</p> 		<p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <p>- Cho 1-2 HS lên thực hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <p>- Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện.</p> <p>- Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.</p> <p>- 1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p>	<p>- GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện</p> <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung</p> <p>- GV quan sát, nhận</p>	<p>- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> 

		xét, sửa sai cho HS	 ▽ 
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	 <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	 ▽   <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Đua ô tô”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi</i></p>	<p>ĐH chơi trò chơi</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 9 - Bài 1: Động tác vươn thở và động tác tay (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác vươn thở và tay; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác vươn thở và tay, Trò chơi “Đua ô tô” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác vươn thở và tay, Trò chơi “Đua ô tô”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

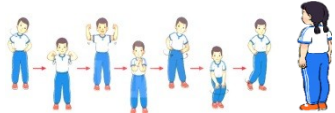
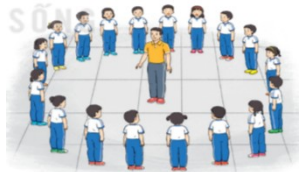
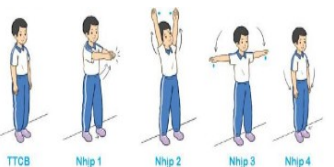
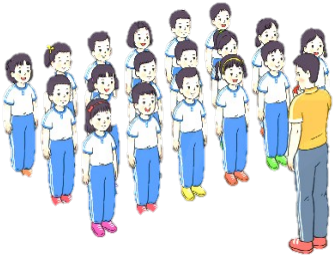
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

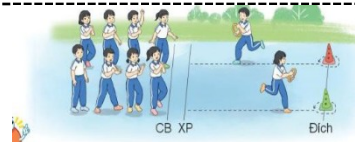
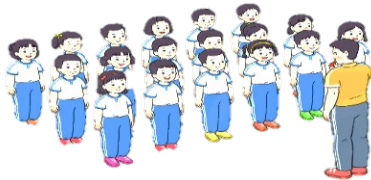
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
I. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung

			bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc) - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Ôn động tác vươn thở và động tác tay. + Động tác vươn thở  + Động tác tay: 		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.	
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-		

	16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS 	<ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên - Đội hình tập luyện đồng loạt.   
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>Luyện tập nhóm</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	 <p>Luyện tập cặp đôi</p> <p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p>
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	   <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Đua ô tô”	1-2	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật 	ĐH chơi trò chơi

	lần	<p>chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	 <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
<p>2. Vận dụng:</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe để khắc phục <p>Đội hình kết thúc</p> 

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY**MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3****CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC**

Tuần 10 - Bài 2: ĐỘNG TÁC CHÂN, ĐỘNG TÁC LƯỜN
ĐỘNG TÁC BỤNG (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:**1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được các động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.

- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chim về tổ” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chim về tổ”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện.

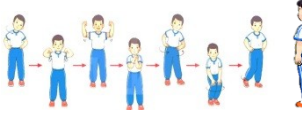
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

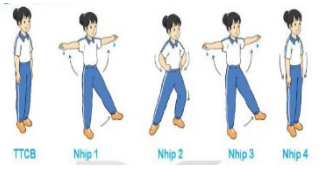
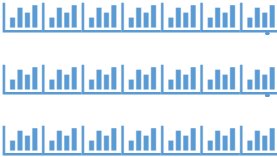
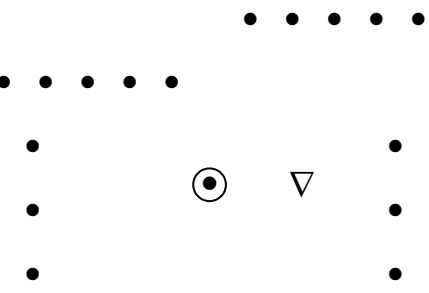
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

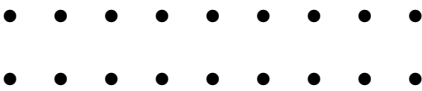
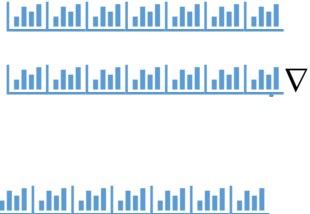
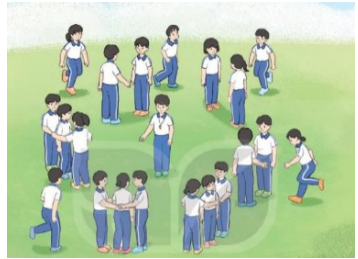
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

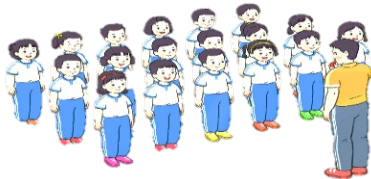
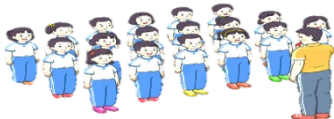
IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS

	g		
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: a. Ôn động tác vươn thở và động tác tay. + Động tác vươn thở		- GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật	- HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu

 <p>+ Động tác tay:</p>  <p>b. Học động tác chân và lườn</p> <p>+ Động tác chân</p>  <p>+ Động tác lườn</p> 	<p>động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	 <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1-2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>	
<p>1. Tập đồng loạt</p>	<p>2-3 lần</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS 	<ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên - Đội hình tập luyện đồng loạt. 
<p>2. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p> 

			 <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <p>- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp</p> 
4. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p> <p>- GV hướng dẫn lớp tập luyện</p>	 <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p> <p>-HS tập luyện</p>
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chim về tổ”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p> 

		<p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
4. Xuống lớp			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 10 - Bài 2: ĐỘNG TÁC CHÂN, LƯỜN VÀ BỤNG
ĐỘNG TÁC BỤNG (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chim về tổ” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác chân, lườn và bụng của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chim về tổ”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

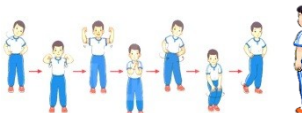
- Phương tiện:

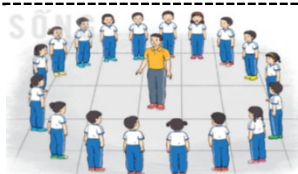
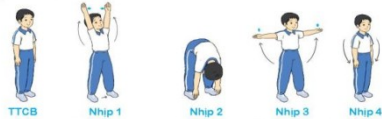
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

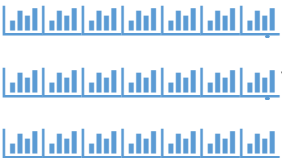
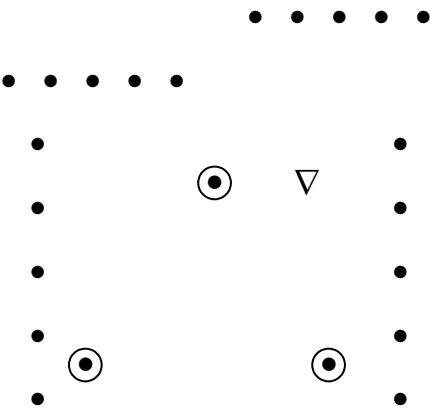
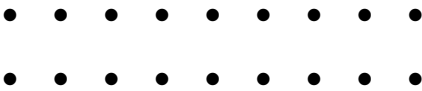
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

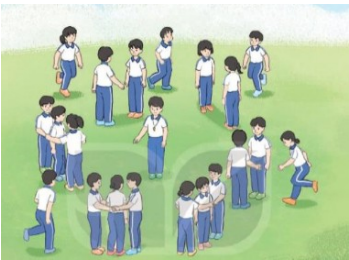
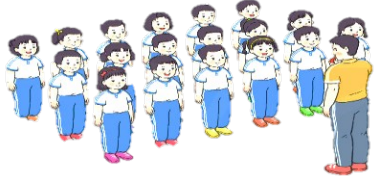
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn"		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

- Kiểm tra bài cũ		<ul style="list-style-type: none"> - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	 <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: a. Ôn động tác vươn thở, tay, chân và lườn. b. Học động tác bụng  <ul style="list-style-type: none"> -TTCB: Đứng nghiêm -Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng hơn vai, hai tay đưa lên cao chếch chữ V, lòng bàn tay hướng vào nhau, đầu hơi ngửa -Nhịp 2: Cúi người, gập thân, hai chân thẳng, hai tay với mũi bàn chân -Nhịp 3: Đứng thẳng, hai tay dang ngang, bàn tay ngửa, mắt nhìn thẳng -Nhịp 4: Về TTCB -Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân. 		<ul style="list-style-type: none"> -GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - GV làm mẫu động tác và phân tích kĩ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	<ul style="list-style-type: none"> - HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. -1 -2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-		

	16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS 	<ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên - Đội hình tập luyện đồng loạt. 
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai -ĐH tập luyện theo cặp 
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi 	

<p><i>*Tập liên kết 5 động tác vươn thở, tay, chân, lườn, bụng.</i></p>		<p>đua giữa các tổ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV hướng dẫn lớp tập luyện 	<p> ▽</p> <p></p> <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn. - HS tập luyện
<p>5. Trò chơi vận động:</p> <p>Trò chơi “Chim về tổ”</p>	<p>1-2 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p> <p></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
<p>IV. Hoạt động vận dụng</p>	<p>4-5'</p>		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). <p>2. Vận dụng:</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p> <p></p> <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng

		tế cuộc sống	các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 11 - Bài 3: ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP, ĐỘNG TÁC NHẢY
ĐỘNG ĐIỀU HÒA (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyền đồ vật” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyền đồ vật”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

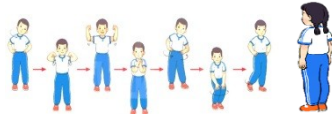
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

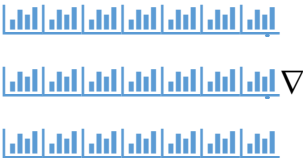
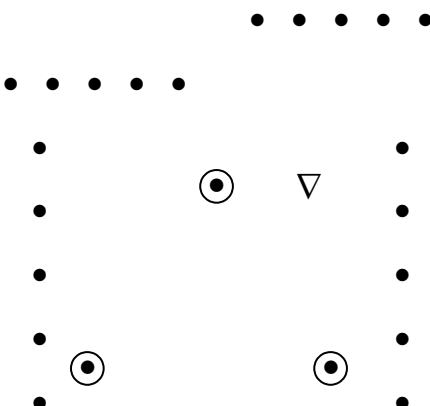
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

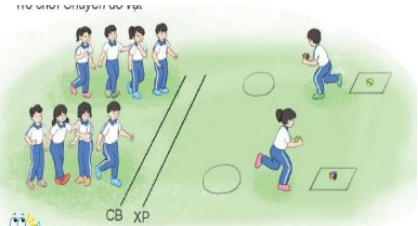
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp

			cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: a. Ôn 5 động tác: vươn thở, tay, chân, lườn và bụng. b. Học động tác phối hợp  -TTCB: Đứng nghiêm -Nhịp 1: Chân trái bước lên một bước chéo sang trái, đồng thời khụy gối, chân phải thẳng, hai tay chống hông, thân thẳng, trọng tâm dồn vào chân trái		-GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực	- HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc

<p>-Nhịp 2: Chân trái thu về sát chân phải, cúi người, gập thân, hai chân thẳng, hai tay với mũi bàn chân</p> <p>-Nhịp 3: Khuyu hai gối, lưng thẳng, hai tay dang ngang. bàn tay ngửa</p> <p>-Nhịp 4: Về TTCB</p> <p>-Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân.</p>		<p>hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>nếu có.</p> <p>-1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<p>- GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện</p> <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung</p> <p>- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS</p>	<p>- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> 
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p>

			HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <p>- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp</p> <p>• • • • • • • • • •</p> <p>• • • • • • • • • •</p>
4. Thi đua giữa các tổ <i>*Tập liên kết 6 động tác vươn thở, tay, chân, lườn, bụng, phối hợp.</i>		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p> <p>- GV hướng dẫn lớp tập luyện</p>	<p></p> <p> ▽</p> <p></p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p> <p>-HS tập luyện</p>
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chuyền đồ vật”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p> <p></p> <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>-HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>

.....

**Tuần 11 - Bài 3: ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP, ĐỘNG TÁC NHẢY
ĐỘNG ĐIỀU HÒA (Tiết 2)**

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyên đồ vật” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyên đồ vật”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

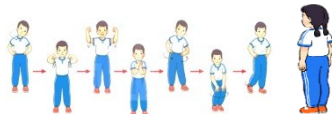
II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

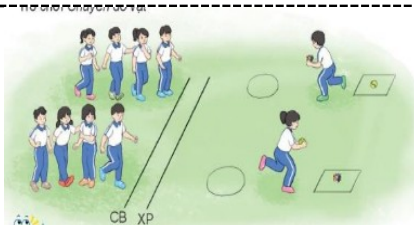
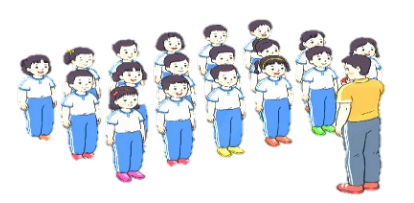
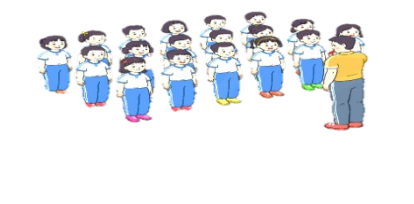
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: a. Ôn 6 động tác: vươn thở, tay,		-GV cho HS ôn tập - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- HS ôn luyện. - Cán sự điều khiển lớp tập luyện

<p>chân, lườn, bụng và phối hợp.</p> <p>b. Học động tác nhảy</p> <p>TTCB</p> <p>-Nhịp 1: Đứng nghiêm</p> <p>-Nhịp 2: Bật nhảy tách chân, hai chân rơi xuống đứng rộng bằng vai, hai tay đưa ra trước vỗ vào nhau</p> <p>-Nhịp 3: Như nhịp 1 nhưng Bật nhảy lên hai tay đưa sang về TTCB ngang – lên cao vỗ vào nhau, đầu hơi ngửa</p> <p>-Nhịp 4: Bật nhảy lên về TTCB</p> <p>-Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4.</p>		<p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <p>- Cho 1-2 HS lên thực hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p> <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <p>- Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện.</p> <p>- Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.</p> <p>-1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<p>- GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện</p> <p>- GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung</p> <p>- GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS</p>	<p>- HS tập theo hướng dẫn của giáo viên</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p>
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • • • • <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	- GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện.	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <p>- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp</p> <p>• • • • • • • • • •</p> <p>• • • • • • • • • •</p>
4. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p> <p>- GV hướng dẫn lớp tập luyện</p>	<p></p> <p> ▽</p> <p></p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p> <p>-HS tập luyện</p>
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chuyên đồ vật”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính</p>	<i>ĐH chơi trò chơi</i>

		thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	 <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 2. Vận dụng:		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	Đội hình hồi tĩnh  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 12 - Bài 3: ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP, NHẢY VÀ ĐIỀU HÒA CỦA BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG
ĐỘNG ĐIỀU HÒA (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyên đồ vật” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác phối hợp, nhảy và điều hòa của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyên đồ vật”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

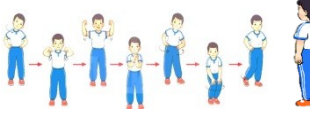
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

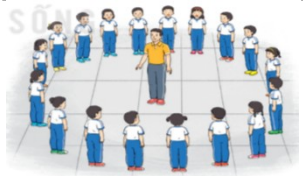
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

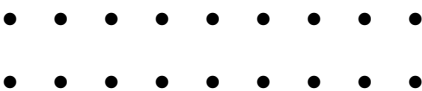
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

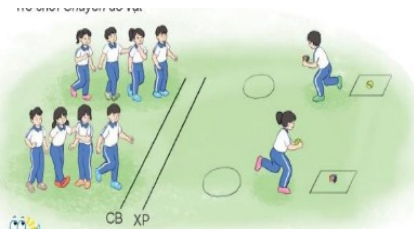
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy"		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

<p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>lớp chơi</p> <p>- Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>a. Ôn 7 động tác: vươn thở, tay, chân, lườn, bụng và phối hợp, nhảy.</p> <p>b. Học động tác điều hòa</p>  <p>-TTCB: Đứng nghiêm</p> <p>-Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, hai tay đưa ra trước, bàn tay sấp, lắc cổ tay, hít vào</p> <p>-Nhịp 2: Cúi người, gập thân, hai tay buông tự nhiên, lắc cổ tay, thở ra</p> <p>-Nhịp 3: Đứng thẳng, hai tay dang ngang, bàn tay ngửa, lắc cổ tay, hít vào</p> <p>-Nhịp 4: Về TTCB, thở ra</p> <p>-Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4, nhưng ở nhịp 5 đổi chân.</p>		<p>-GV cho HS ôn tập</p> <p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <p>- Cho 1-2 HS lên thực hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>- HS ôn luyện.</p> <p>- Cán sự điều khiển lớp tập luyện</p> <p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <p>- Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện.</p> <p>- Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.</p> <p>-1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p> <p>- HS lắng nghe</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác</p>

III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS 	<ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên - Đội hình tập luyện đồng loạt.   
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p> <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai <p>-ĐH tập luyện theo cặp</p> 

<p>4. Thi đua giữa các tổ</p> <p><i>*Tập liên kết 8 động tác vươn thở, tay, chân, lườn, bụng, phổi hợp, nhảy, điều hòa.</i></p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV hướng dẫn lớp tập luyện 	   <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn. - HS tập luyện
<p>5. Trò chơi vận động:</p> <p>Trò chơi “Chuyên đồ vật”</p>	<p>1-2 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>DH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
<p>IV. Hoạt động vận dụng</p>	<p>4-5'</p>		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Tuần 12 - Bài: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG

I. Yêu cầu cần đạt:**1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được các động tác của bài Thể dục phát triển chung; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước các động tác của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyền đồ vật” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các động tác của bài Thể dục phát triển chung, Trò chơi “Chuyển đồ vật”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

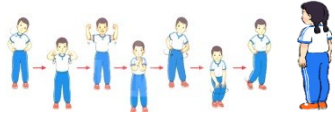
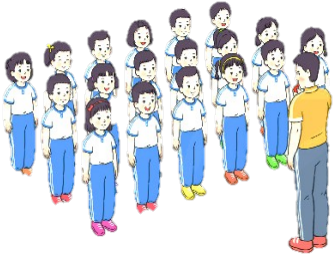
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

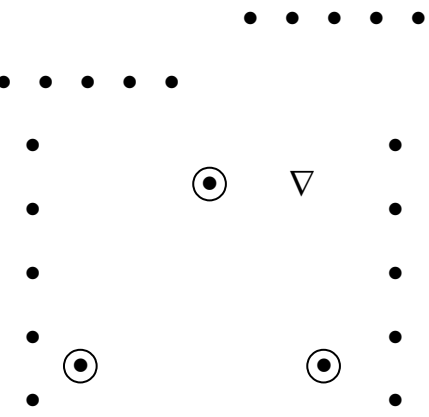
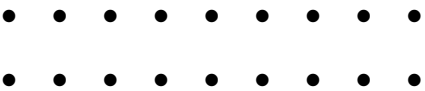
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

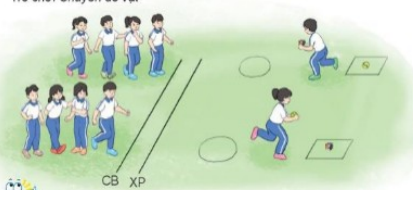
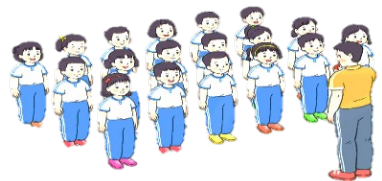
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
I. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm

		giờ học	số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - HS lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Nhóm ba, nhóm bảy" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: - Ôn 8 động tác của bài tập thể dục.		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	 + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15- 16'		

1. Tập đồng loạt	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV quan sát, chỉ dẫn HS thực hiện - GV tổ chức cho HS luyện tập các nội dung - GV quan sát, nhận xét, sửa sai cho HS 	<ul style="list-style-type: none"> - HS tập theo hướng dẫn của giáo viên - Đội hình tập luyện đồng loạt.   
2. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
3. Tập theo cặp đôi	2-3 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV cho 2 HS tạo thành từng cặp để tập luyện. 	<p>+ Yêu cầu: 1 HS tập, 1 HS hô và quan sát, nhận xét bạn tập... Sau đó 2 HS đổi vị trí cho nhau.</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai <p>-ĐH tập luyện theo cặp</p> 
4. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. 	 

		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	 <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
5. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chuyền đồ vật”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	

3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

.....

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 13 - Bài 1: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA

CHƯƠNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG THẲNG (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

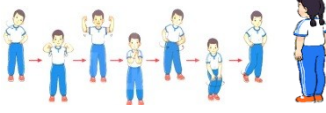
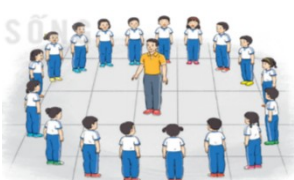
- Phương tiện:

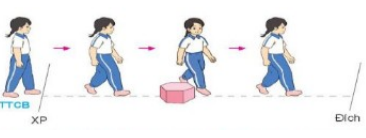
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

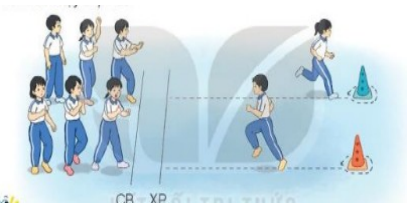
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc) 	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi - Học sinh thực hiện theo yêu cầu 

		- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Học di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên đường thẳng. a. Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ trên đường thẳng.  -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi. b. Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường thẳng.  -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.	- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh	Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. -1 -2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe	

3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>Luyện tập nhóm</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	   <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p>ĐH chơi trò chơi</p>  <p>CB + XP ở tại cuối</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 13 - Bài 1: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG THẲNG (Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

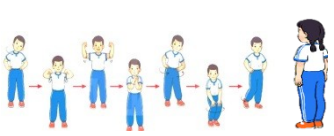
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

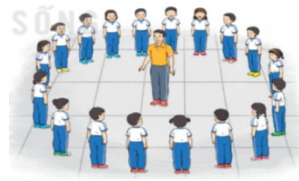
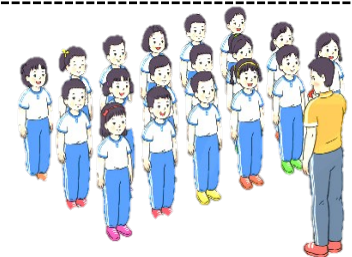
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

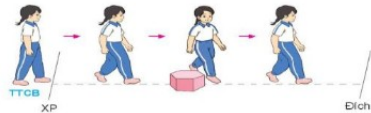
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

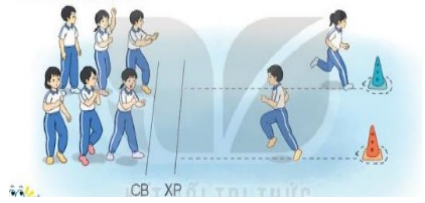
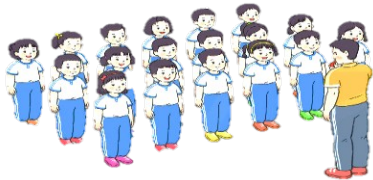
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc) 	2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.

	2Lx8 N		
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn" - Kiểm tra bài cũ		<ul style="list-style-type: none">- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi- Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập.- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	<ul style="list-style-type: none">- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  <ul style="list-style-type: none">- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Ôn di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên đường thẳng. a. Ôn Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ trên đường thẳng.  -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi. b. Ôn Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường thẳng.		<ul style="list-style-type: none">- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	 + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.

 <p>-TTGB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.</p>			
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương.	   <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy tiếp sức”	1-2	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật	ĐH chơi trò chơi

	lần	<p>chơi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	 <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
<p>2. Vận dụng:</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà 		<ul style="list-style-type: none"> - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe để khắc phục <p>Đội hình kết thúc</p> 

4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp
--------------	--	--	--------------------------

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 14 - Bài 1: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG THẲNG (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng; xử lí được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức” trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

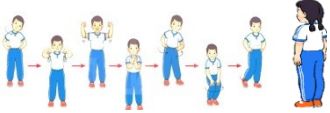
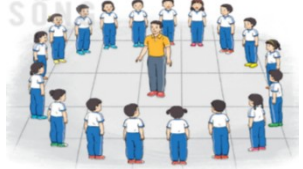
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

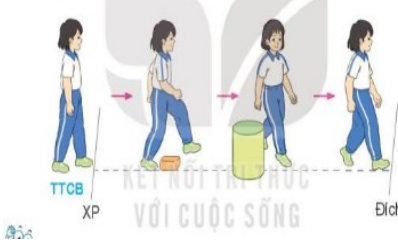
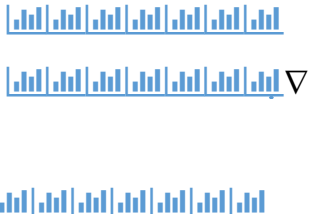
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

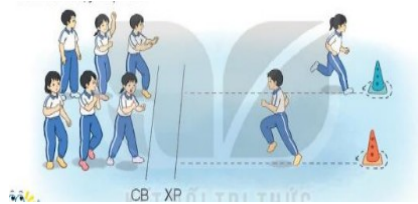
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS		Gv nhận lớp, thăm hỏi	Đội hình nhận lớp

<p>- Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học</p>		<p>sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học</p>	 <p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.</p> <p>- Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học</p>
<p>2. Khởi động:</p> <p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)</p> <p>-Tập bài TDPTC (Theo nhạc)</p>	<p>2Lx8 N</p> <p>2Lx8 N</p>	<p>- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.</p>	<p>Đội hình khởi động</p>  <p>- HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.</p>
<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <p>- Trò chơi "Kết bạn"</p> <p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi</p> <p>- Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	<p>- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>* Học bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.</p>		<p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai</p>	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p>

 <p>-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.</p>		<p>thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cho 1-2 HS lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh 	<ul style="list-style-type: none"> - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. -1 -2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>		
<p>1. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
<p>2. Thi đua giữa các tổ</p>		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	 <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn

			- Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy tiếp sức”	1-2 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	<i>ĐH chơi trò chơi</i>  - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 2. Vận dụng:		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	<i>Đội hình hồi tĩnh</i>  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc

phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN**Tuần 14 - Bài 1: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG THẲNG (Tiết 4)****I. Yêu cầu cần đạt:****1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng; xử lí được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng, Trò chơi “Chạy tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

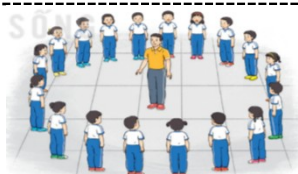
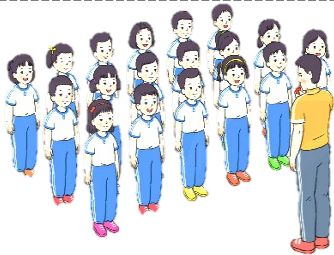
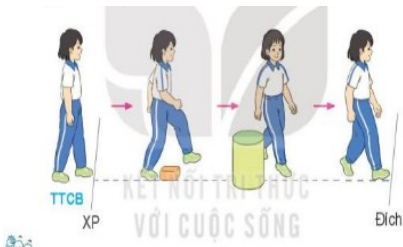
- Phương tiện:

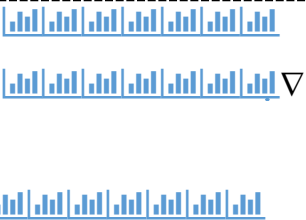
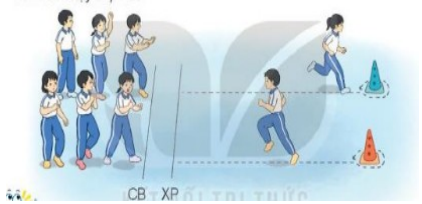
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

Nội dung	Định h lượn g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc)	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi "Kết bạn"		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

- Kiểm tra bài cũ		<ul style="list-style-type: none"> - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Ôn bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. 	 <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p>
 <p>-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường thẳng, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.</p>			
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. 	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm

		<ul style="list-style-type: none"> - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	 <p>Luyện tập nhóm</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	 <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Chạy tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <p>CB + XP 11.11.2020</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	Đội hình hồi tĩnh

<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	 <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 15 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

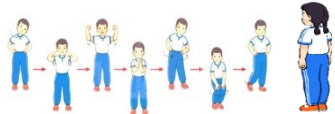
- + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
- + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

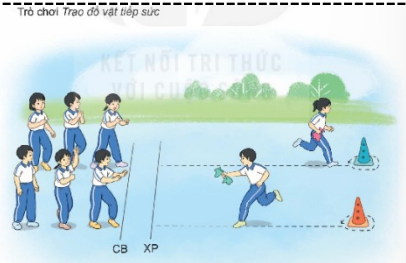
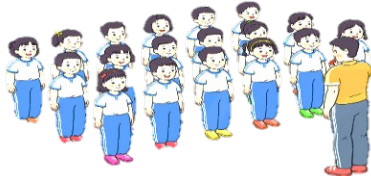
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp

			cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc)	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi " Lộn cầu vòng" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại vật nhỏ trên đường gấp khúc.		- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực	Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.

-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.		hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh	-1 -2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
2. Thi đua giữa các tổ		- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương.	   - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi	ĐH chơi trò chơi

		<p>thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p>Trò chơi Trao đồ vật tiếp sức</p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p> <p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p> <p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).
.....**KẾ HOẠCH BÀI DẠY****MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3****CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN****Tuần 15 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA
CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 2)****I. Yêu cầu cần đạt:****1. Kiến thức, kỹ năng:**

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- Phương tiện:

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

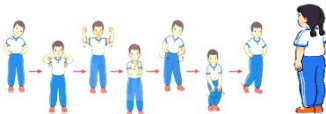
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

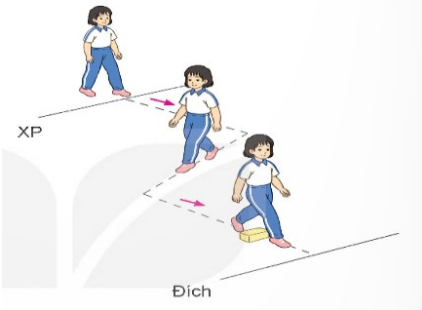
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

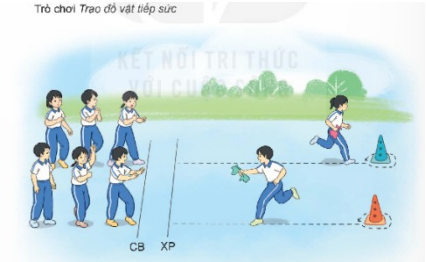
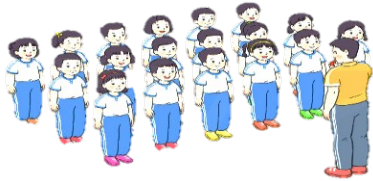
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượn g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS

I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc)	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi " Lộn cầu vòng" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		

<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>* Ôn bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại vật nhỏ trên đường gấp khúc.</p>  <p>-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.</p>	<p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p>	 <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>	<p>- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện</p>	<p>- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác</p>
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-16'</p>	
<p>1. Tập theo tổ nhóm</p>	<p>3-4 lần</p> <p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
<p>2. Thi đua giữa các tổ</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi</p>	

		đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương.	  - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i>	ĐH chơi trò chơi  - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân	Đội hình hồi tĩnh  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng
2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	

			các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 16 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

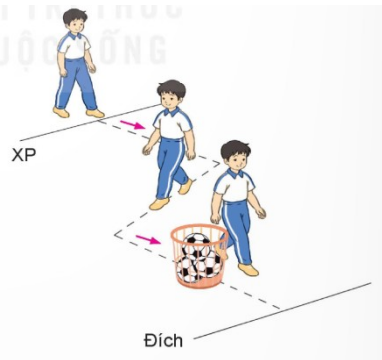
- **Phương tiện:**

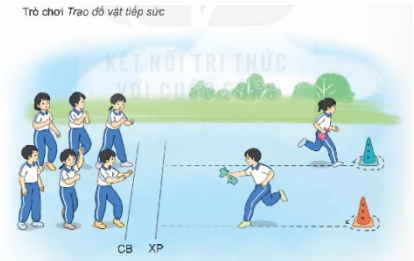
+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc) 	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động <ul style="list-style-type: none"> - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi " Lộn cầu vòng" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi

		hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.	- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại vật lớn trên đường gấp khúc.		- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác. - Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác. - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. - Cho 1-2 HS lên thực hiện. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh	Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu  + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện. - Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện. - Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có. - 1 -2 hs lên thực hiện động tác. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - HS lắng nghe
 -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.			
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm 

			<p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	   <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.</p> <p>- Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.</p> <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN
Tuần 16 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA
CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 4)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

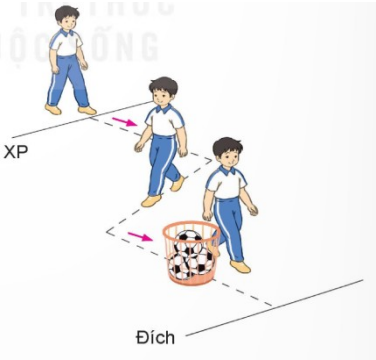
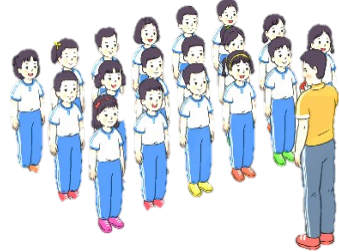
- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

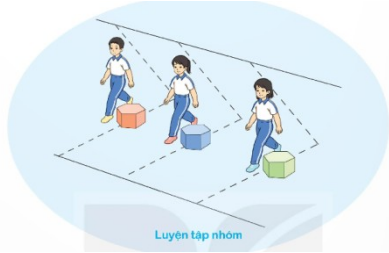
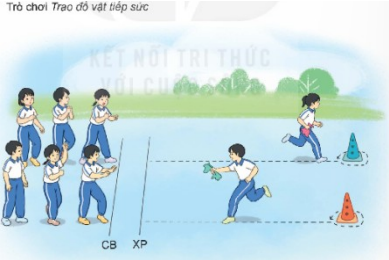
3. Về phẩm chất: Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

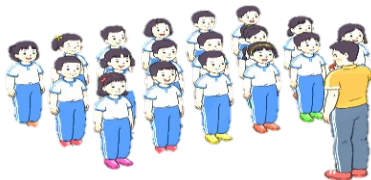
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trò chơi " Lộn cầu vòng" - Kiểm tra bài cũ 	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>	
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>* Ôn bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại vật lớn trên đường gấp khúc.</p>  <ul style="list-style-type: none"> -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi. 	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. 	 <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p>
<p>3. Trải nghiệm các động tác của bài tập</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện 	<ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
<p>III. Hoạt động luyện tập:</p>	<p>15-</p>	

	16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	   <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p> <p>Trò chơi Trao đồ vật tiếp sức</p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>-HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh:			

<p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p> <p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p> <p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
<p>4. Xuống lớp</p>			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN
Tuần 17 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA
CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 5)

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.

- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

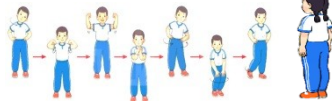
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

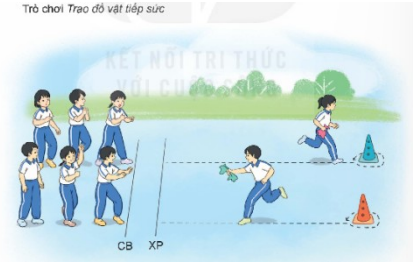
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

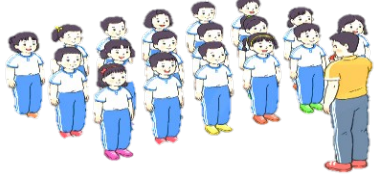
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: <ul style="list-style-type: none"> - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học 		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động:	2Lx8	- GV quan sát, nhắc học	Đội hình khởi động

<p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc)</p> <p>- Tập bài TDPTC (Theo nhạc)</p>	<p>N</p> <p>2Lx8</p> <p>N</p>	<p>sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.</p>	 <p>- HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.</p>
<p>3. Trò chơi bổ trợ khởi động:</p> <p>- Trò chơi " Lộn cầu vòng"</p> <p>- Kiểm tra bài cũ</p>		<p>- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi</p> <p>- Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập.</p> <p>- GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá.</p>	<p>- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p>
<p>II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:</p>	<p>5-7'</p>		
<p>1. Khám phá</p> <p>2. Hình thành động tác mới:</p> <p>* Học bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc</p>  <p>-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp</p>		<p>- GV làm mẫu động tác và phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- Cho HS xem tranh, ảnh, video ... nhấn mạnh ý chính của động tác.</p> <p>- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.</p> <p>- Cho 1-2 HS lên thực hiện.</p> <p>- GV cùng HS nhận xét, đánh giá, giải quyết các thắc mắc của học sinh</p>	<p>Đội hình HS quan sát tranh, tập mẫu</p>  <p>+ HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.</p> <p>- Hs quan sát mẫu và ghi nhớ cách thực hiện.</p> <p>- Nêu các câu hỏi thắc mắc nếu có.</p> <p>-1 -2 hs lên thực hiện động tác.</p> <p>GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương</p>

khúc, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.			- HS lắng nghe
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng. HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	   - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. 	ĐH chơi trò chơi 

		<p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
<p>1. Hồi tĩnh:</p> <p>- Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).</p>		<p>- GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân</p>	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống</p> <p>- Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.</p>
<p>2. Vận dụng:</p>		<p>- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống</p>	
<p>3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</p> <p>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</p> <p>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</p>		<p>- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.</p> <p>- HD học sinh tập ở nhà.</p>	<p>- HS lắng nghe để khắc phục</p> <p>Đội hình kết thúc</p> 
4. Xuống lớp			<p>- HS đi theo hàng về lớp</p>

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

**Tuần 17 - Bài 2: BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA
CHƯỚNG NGẠI VẬT TRÊN ĐƯỜNG GẤP KHÚC (Tiết 6)**

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

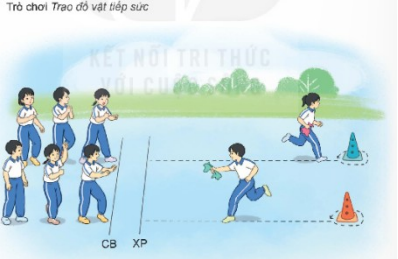
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượn g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp:			Đội hình nhận lớp

 <p>-TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.</p> <p>-Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.</p>			nhận xét để vận dụng vào tập luyện.
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<p>- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.</p> <p>- Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nhận xét đánh giá tuyên dương.</p>	 

			 <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhận xét tổ bạn.
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <ul style="list-style-type: none"> - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv - HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: <ul style="list-style-type: none"> - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). 		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
2. Vận dụng:		<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống 	

3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY

MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

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

Tuần 18 - Ôn tập và đánh giá học kì 1

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lý được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:**2.1. Năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

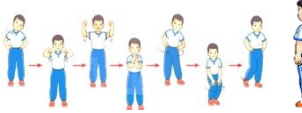
- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.
- **Phương tiện:**
 - + Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.
 - + Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

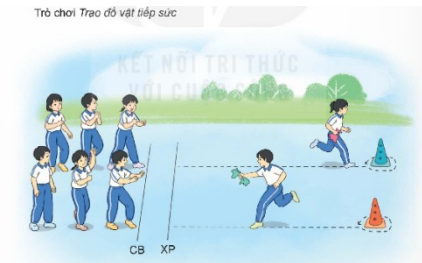
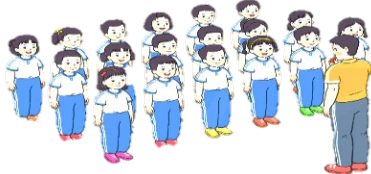
- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượn g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc)	2Lx8 N 2Lx8 N	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.
3. Trò chơi bổ trợ khởi động: - Trò chơi " Lộn cầu vòng" - Kiểm tra bài cũ		- GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi - Gọi 1 -2 HS lên thực hiện bài tập. - GV cùng HS quan sát	- HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên

		và nhận xét, đánh giá.	
II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:	5-7'		
1. Khám phá 2. Hình thành động tác mới: * Ôn bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc		- GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác.	 + HS quan sát, lắng nghe GV nhận xét để vận dụng vào tập luyện.
 -TTCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên. -Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo đường gấp khúc, khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.			
3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kỹ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	- GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ, nhóm  - Hs thực hiện theo điều khiển

			<p>của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	   <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>DH chơi trò chơi</i></p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>
IV. Hoạt động vận dụng	4-5'		
1. Hồi tĩnh: - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc).		<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân 	<p>Đội hình hồi tĩnh</p>  <p>- Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên</p> <p>- HS trả lời câu hỏi vận dụng</p>

2. Vận dụng:		- GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống	vào thực tế đời sống - Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.
3. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà: - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục - Hướng dẫn tập luyện ở nhà		- GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS. - HD học sinh tập ở nhà.	- HS lắng nghe để khắc phục Đội hình kết thúc 
4. Xuống lớp			- HS đi theo hàng về lớp

IV. Điều chỉnh sau bài dạy (Nếu có).

.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY
MÔN: GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3
CHỦ ĐỀ 3: TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN
Tuần 18 - SƠ KẾT HỌC KỲ I

I. Yêu cầu cần đạt:

1. Kiến thức, kỹ năng:

- Tổng kết môn học HKI: Hệ thống được những kiến thức, kĩ năng cơ bản đã học được trong HKI. Đánh giá được sự cố gắng và những điểm còn hạn chế, kết hợp với tuyên dương, khen thưởng những học sinh xuất sắc.
- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc; xử lí được một số tình huống trong tập luyện.
- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Nghiêm túc, tích cực, tự giác tập luyện và chủ động khi tham gia các trò chơi.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức” trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc, Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”.
- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

3. 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.

II. Thiết bị dạy học và học liệu:

- **Địa điểm:** Sân trường hoặc nhà thể chất.

- **Phương tiện:**

+ Đối với giáo viên: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

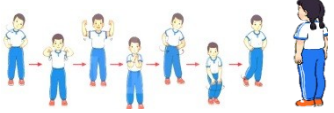
+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

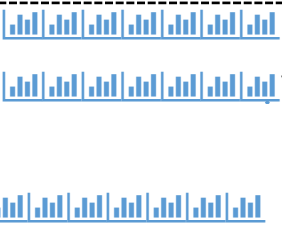
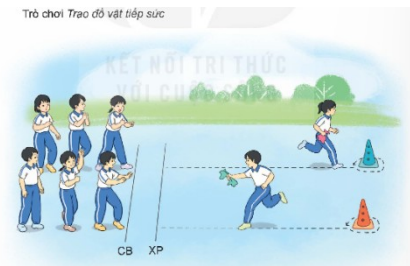
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học chủ yếu:

Nội dung	Định h lượng g	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động mở đầu	5-7'		
1. Nhận lớp: - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp  - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học
2. Khởi động: - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) - Tập bài TDPTC (Theo nhạc)	2Lx8 N 2Lx8	- GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô.	Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự.

3. Trải nghiệm các động tác của bài tập		- GV cùng thực hiện 1-2 lần, hô cho HS tập luyện	- HS chú ý, tích cực tập luyện để nắm kĩ thuật động tác
III. Hoạt động luyện tập:	15-16'		
1. Tập theo tổ nhóm	3-4 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực. - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS 	<p>ĐH tập luyện theo tổ, nhóm</p>  <p>- Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.</p> <p>HS quan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt.</p>
2. Thi đua giữa các tổ		<ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. 	 <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p>- Hs nhận xét tổ bạn.</p>
3. Trò chơi vận động: Trò chơi “Trao đồ vật tiếp sức”	1-2 lần	<ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi. - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua. <p><i>Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.</i></p>	<p><i>ĐH chơi trò chơi</i></p>  <p>- Hs chơi theo hướng dẫn của Gv</p> <p>- HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động.</p>

.....