CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Tuần 1

Ngày soạn: /9/2023
Ngày giảng: / /9/2023

Bài 1: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(Tiết 1)

I. Yêu cầu cần đạt:

Sau bài học HS:

- Biết và thực hiện được động tác ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI.

- Tích cực tham gia hoạt động luyện tập và trò chơi rèn luyện đội hình độ ngũ.

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI.

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

II. Đồ dùng dạy - học:

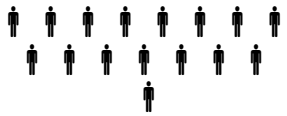
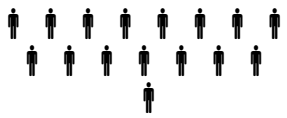
- Địa điểm: Sân trường

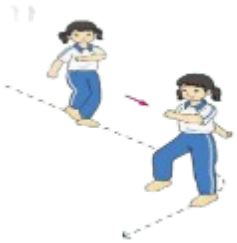
- Phương tiện:

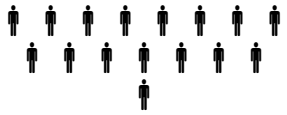
+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Trang phục thể thao.

III. Các hoạt động dạy học chủ yếu:

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động khởi động: Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi " Gió thổi" 	5 – 7' 2 - 3'	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Khám phá và luyện tập **- Kiến thức.** - Bài tập: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI	16-18'		Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 học sinh lên thực hiện ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI.	- Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát

 **-Luyện tập** Tập cá nhân Tập cặp đôi Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức theo vòng tròn". - Bài tập PT thể lực: **- Luyện tập mở rộng:**	3-5' 4- 5'	7 lần 5 lần 1 lần 1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - Gv quan sát, sửa sai cho HS. . - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- ĐH tập cá nhân và cặp đôi. GV - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo đội hình hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng

III.Hoạt động tiếp nối: - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

IV. Điều chỉnh sau tiết dạy (Nếu có)

……
…….

……
…….

Bài 1: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(Tiết 2)

I. Yêu cầu cần đạt:

Sau bài học HS:

- Biết và thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

- Tích cực tham gia hoạt động luyện tập và trò chơi rèn luyện đội hình độ ngũ.

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác đi đều một hàng dọc vòng bên phải.

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

II. Đồ dùng dạy - học:

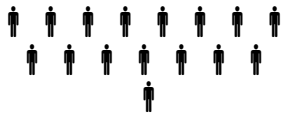
- Địa điểm: Sân trường

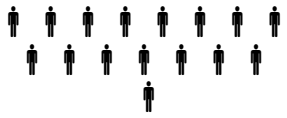
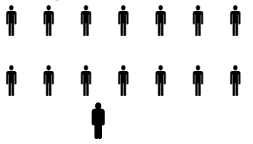
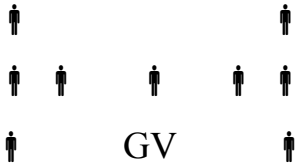
- Phương tiện:

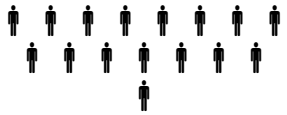
+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

+ Học sinh chuẩn bị: Trang phục thể thao.

III. Các hoạt động dạy học chủ yếu:

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

	16-18’			
II. Khám phá và luyện tập **- Kiến thức.** - Bài tập: Đi đều một hàng dọc vòng bên phải 			Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 5 học sinh lên thực hiện đi đều một hàng dọc vòng bên phải. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo nhóm		5 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- ĐH tập luyện theo nhóm 

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức theo vòng tròn". - Bài tập PT thể lực: **- Luyện tập mở rộng:** **III.Hoạt động tiếp nối:** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần 1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GVnhắc lại cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	 - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

IV. Điều chỉnh sau tiết dạy (Nếu có)

Bài 1: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(Tiết 3)

I. Yêu cầu cần đạt:

Sau bài học HS:

- Biết và thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

- Tích cực tham gia hoạt động luyện tập và trò chơi rèn luyện đội hình độ ngũ.

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải.

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

II. Đồ dùng dạy - học:

- Địa điểm: Sân trường

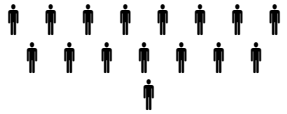
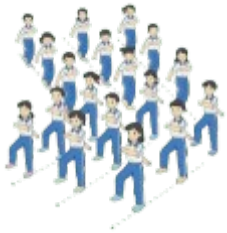
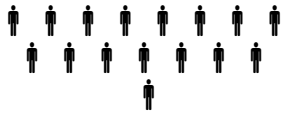
- Phương tiện:

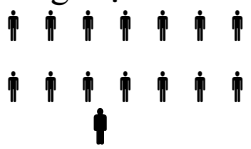
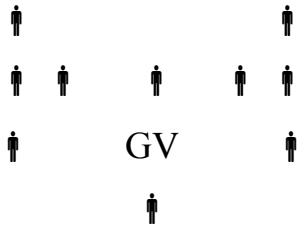
+ Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

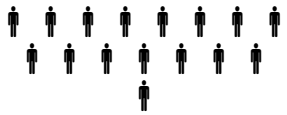
+ Học sinh chuẩn bị: Trang phục thể thao.

III. Các hoạt động dạy học chủ yếu:

Nội dung	Lượng VĐ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu

	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Hoạt động khởi động: Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Gió thổi" 	5 – 7' 2 - 3'	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Khám phá và luyện tập **- Kiến thức.** - Bài tập: Đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải 	16-18'		Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 5 học sinh lên thực hiện đi đều nhiều hàng dọc vòng bên phải. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  - HS quan sát GV làm mẫu - HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện

-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	đồng loạt. 
Tập theo nhóm		5 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- ĐH tập luyện theo nhóm 
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Chạy tiếp sức theo vòng tròn". 	3-5'		- GVnhắc lại cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo đội hình hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở
- Bài tập PT thể lực:		1 lần	- Cho HS chạy XP cao 20m	- HS trả lời
- Luyện tập mở rộng:	4- 5'		- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS thực hiện thả lỏng
III.Hoạt động tiếp				

nối: - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

IV. Điều chỉnh sau tiết dạy (Nếu có)

……
……

Bài 2: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai ba hàng ngang và ngược lại.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

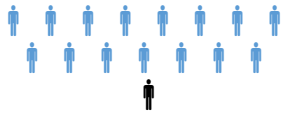
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

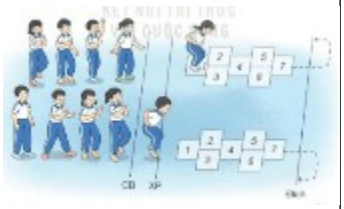
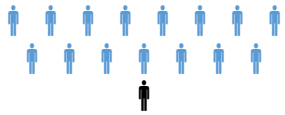
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng ngang và ngược lại **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ	16-18’	2 lần 3 lần 1 lần	Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu Cho 1 tổ lên thực hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ - Từng tổ lên thi đua - trình diễn

- Trò chơi "nhảy ô". 	3-5'	1 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m	- Chơi theo đội hình hàng dọc HS chạy kết hợp đi lại hít thở
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**			- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'	2 lần	- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai ba hàng ngang và ngược lại.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

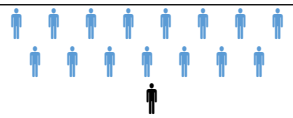
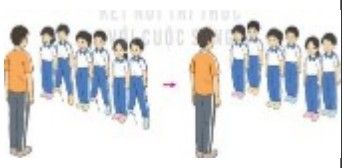
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

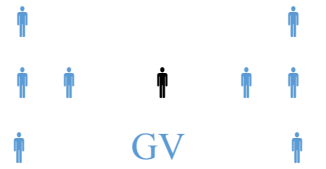
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

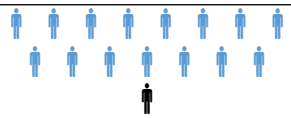
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm.

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Chọi gà" 	2-3'	2x8N	phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** -Ôn biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai hàng hàng ngang và ngược lại .  	16-18'		- GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác - Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình từ một hàng ngag thành hai hàng ngang và ngược lại.. - Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình từ một hàng ngag thành hai hàng ngang và ngược lại.	- Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập theo tổ nhóm		3 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	 ĐH tập luyện theo tổ 
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "nhảy ô". 	3-5'	1 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m	- Chơi theo đội hình hàng dọc
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**			- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.	4- 5'	2 lần	- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	

Bài 2: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai ba hàng ngang và ngược lại.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

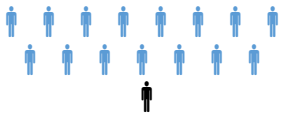
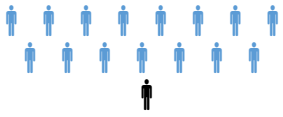
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

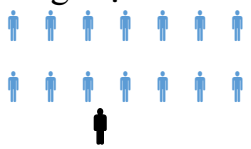
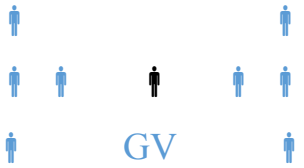
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

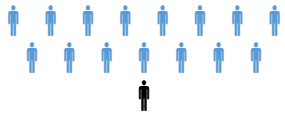
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “” Mèo đuổi chuột”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16-18’			
- Kiến thức.			Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 
- Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành ba hàng ngang và ngược lại			GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu Cho 1 tổ lên thực	HS quan sát GV làm mẫu

 			hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		3 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Nhảy ô tiếp sức". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m	- Chơi theo đội hình hàng dọc HS chạy kết hợp đi lại hít thở

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần 2 lần	- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐI ĐỀU VÒNG BÊN PHẢI

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai , ba hàng ngang và ngược lại.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai ba hàng ngang và ngược lại.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

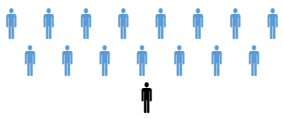
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

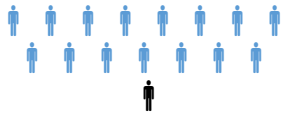
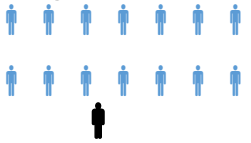
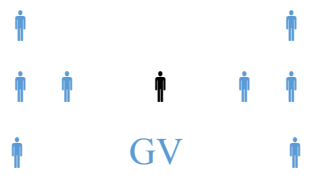
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

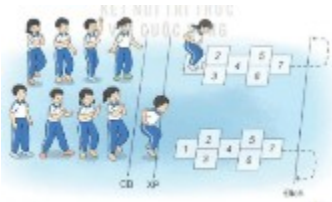
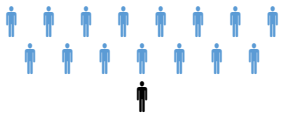
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

	16-18’			
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn Biến đổi đội hình từ một hàng ngag thành hai hàng ngang và ngược lại.			- GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác - Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình từ một hàng ngag thành hai, ba hàng ngang và ngược lại. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm		2 lần 3 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - Từng tổ lên thi đua

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "nhảy ô".  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**	3-5'	1 lần 1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- trình diễn - Chơi theo đội hình hàng dọc HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'	2 lần	- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: ĐI ĐỀU VÒNG SAU

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện ĐI ĐỀU VÒNG SAU trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

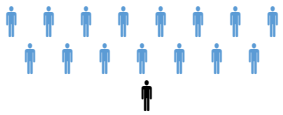
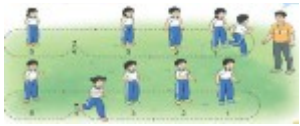
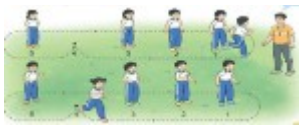
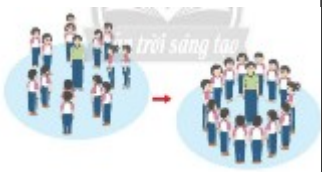
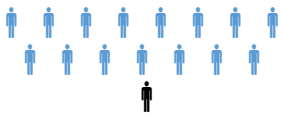
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

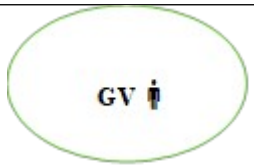
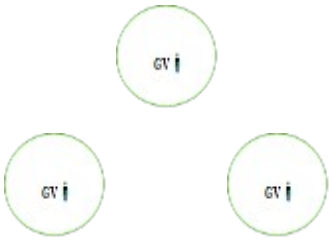
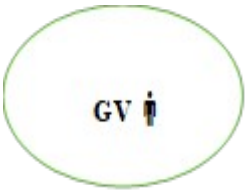
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chạy theo số 	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.**	16-18’			
- Biến đổi đội hình từ một vòng tròn , thành 2 vòng tròn và ngược lại. 			Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu Cho 1 tổ lên thực hiện cách chuyển đội hình. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "vòng tròn". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5'	2 lần 3 lần 1 lần 2 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	 ĐH tập luyện theo tổ  GV - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình vòng tròn  HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: ĐI ĐỀU VÒNG SAU

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện ĐI ĐỀU VÒNG SAU trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

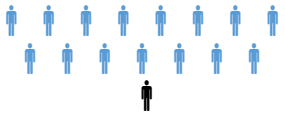
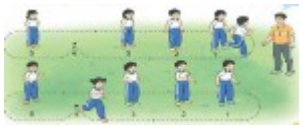
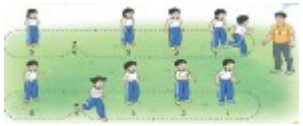
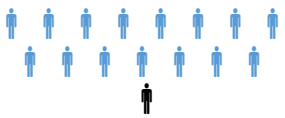
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

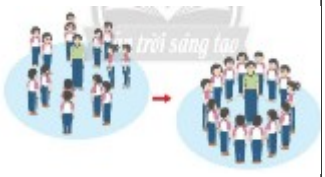
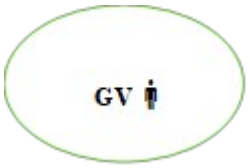
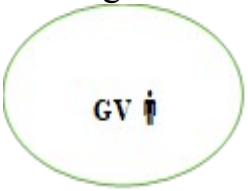
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

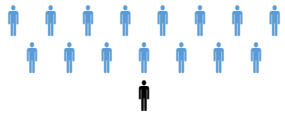
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chạy theo số 	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi. 
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn biến đổi đội hình từ một vòng tròn , thành 2 vòng tròn và ngược lại. 	16-18’		- GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác - Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình. - GV cùng HS nhận	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu

   **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "vòng tròn". 	3-5'	2 lần 2 lần 3 lần	xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ GV - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình vòng tròn 

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	2 lần 2 lần	- Cho HS bật nhảy 4 m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: ĐI ĐỀU VÒNG SAU

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện ĐI ĐỀU VÒNG SAU trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát độ ng tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách ĐI ĐỀU VÒNG SAU.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

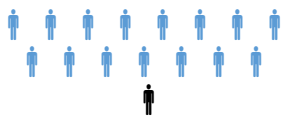
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

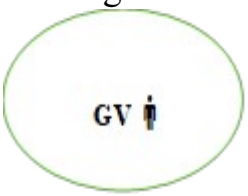
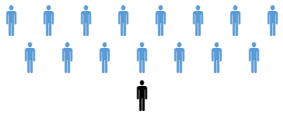
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn biến đổi đội hình từ một vòng tròn , thành 2 vòng tròn và ngược lại. 	16-18’		- GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác - Cho 1 tổ lên thực hiện cách biến đổi đội hình. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Thi đua giữa các tổ		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ

- Trò chơi "vòng tròn". 	3-5'	3 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	GV - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình vòng tròn 
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**		2 lần	- Cho HS bật nhảy 4 m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'	2 lần	- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

CHỦ ĐỀ 2: THỂ DỤC

Bài 1: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ VÀ ĐỘNG TÁC TAY, ĐỘNG TÁC CHÂN VỚI VÒNG

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

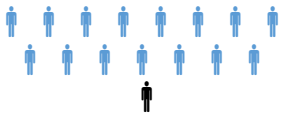
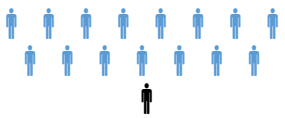
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

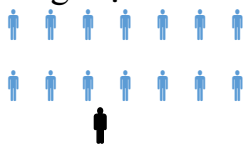
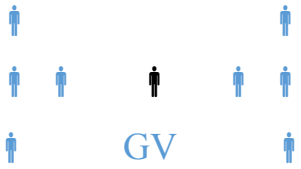
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

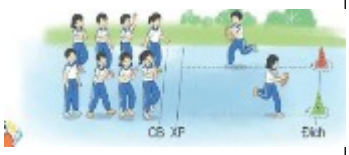
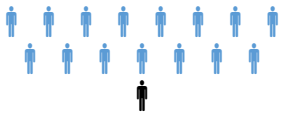
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp	5 – 7’		Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chui qua hầm” 	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng. - Động tác vươn thở.	16-18’		- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 tổ lên thực	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu

 - Động tác tay. **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ	3-5’	2 lần 2 lần 3 lần 4 lần 1 lần	hiện Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò	HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn Chơi theo đội hình hàng dọc

- Trò chơi "Đua ô tô". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'	1 lần	chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	 HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 1: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ VÀ ĐỘNG TÁC TAY, ĐỘNG TÁC CHÂN VỚI VÒNG

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

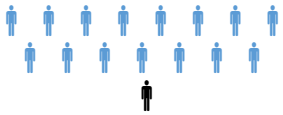
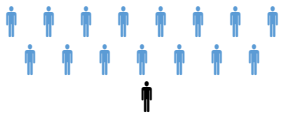
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

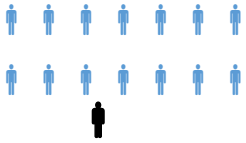
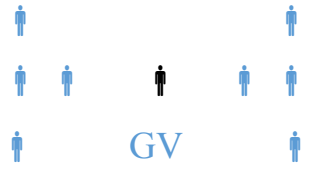
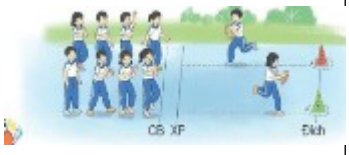
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

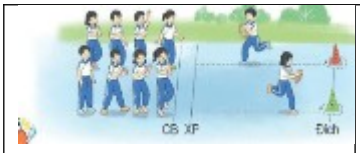
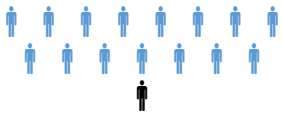
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chui qua hầm”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng. - Động tác vươn thở. - Động tác tay.	16-18’		- GV nhắc lại kỹ thuật động tác - GV cho 1 tổ lên thực hiện Động tác vươn thở và động tác tay, động tác chân với vòng. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

 -Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cặp đôi		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Tập theo cá nhân			- GV Sửa sai	
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Đua ô tô".	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt	Chơi theo đội hình hàng dọc 

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	người phạm luật - Cho HS bật cao tại chỗ hai tay chống hông 5 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC LƯNG – BỤNG ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN VỚI VÒNG

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân , động tác lườn, động tác bụng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác chân , động tác lườn, động tác bụng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

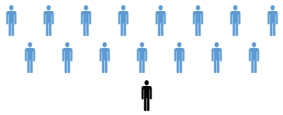
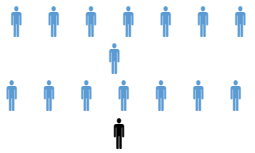
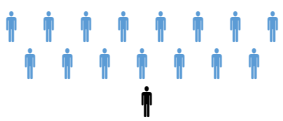
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

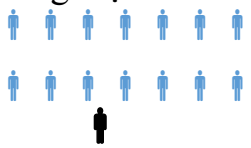
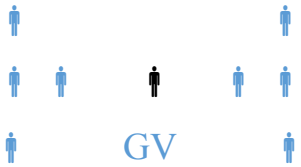
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

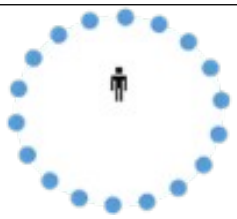
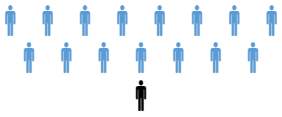
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chạy gheo tín hiệu”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn 2 động tác vươn thở, tay - Học động tác chân và lườn.. - Động tác chân.	16-18’	2 lần	- GV quan sat nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu
- Động tác lườn.			- Cho 1 tổ lên thực	

			hiện động tác chân và động tác lườn. GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Chim bay về tổ".			- GV nêu tên trò	Chơi theo hướng dẫn

  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4- 5’	1 lần	chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	 HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC LƯNG – BỤNG ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN VỚI VÒNG

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân , động tác lườn, động tác bụng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác chân , động tác lườn, động tác bụng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

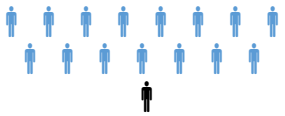
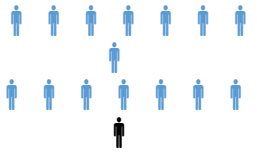
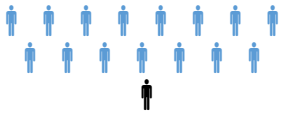
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

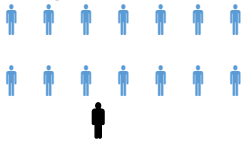
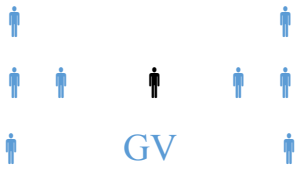
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

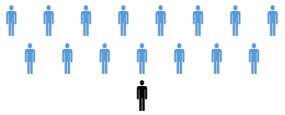
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chạy gheo tín hiệu”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn 2 động tác chân và lườn - Học động tác bụng. - Động tác bụng.	16-18’	2 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	- Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh 

			- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 tổ lên thực hiện động tác bụng. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn

- Trò chơi "Chim bay về tổ". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	Chơi theo hướng dẫn HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC LƯNG – BỤNG ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN VỚI VÒNG

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân , động tác lườn, động tác bụng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác chân , động tác lườn, động tác bụng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

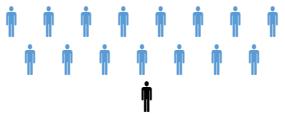
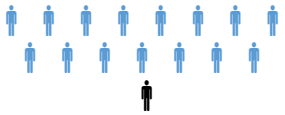
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

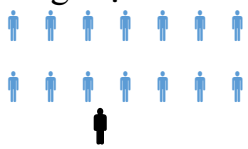
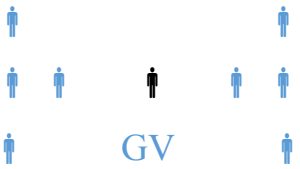
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

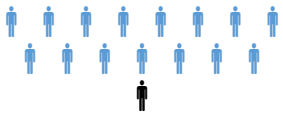
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Chạy gheo tín hiệu”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn động tác vươn thở , động tay, động tác chân , động tác lườn, động tác bụng	16-18’		- GV nhắc lại kỹ thuật động tác - GV cho 1 tổ lên thực hiện động tác vươn thở , động tay, động tác chân , động tác lườn, động tác bụng - GV cùng HS	- Đội hình HS quan sát tranh  HS tiếp tục quan sát

			nhận xét, đánh giá tuyên dương	
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ			- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Chim bay về tổ".		1 lần	- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò	Chơi theo hướng dẫn

	3-5’		chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	HS thực hiện kết hợp đi lại hít thở
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC LƯỜN, ĐỘNG TÁC LƯNG – BỤNG ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN VỚI VÒNG

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước cách thực hiện động tác chân , động tác lườn, động tác bụng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác chân , động tác lườn, động tác bụng của bài thể dục .

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

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

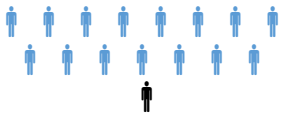
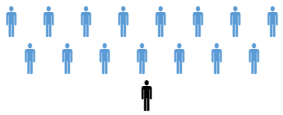
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

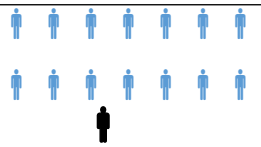
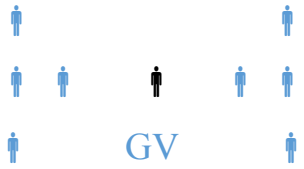
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

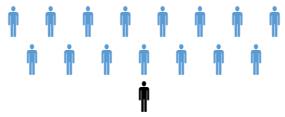
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS

I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Chạy gheo tín hiệu" **II. Phần cơ bản:** **- Kiến thức.** - Ôn động tác vươn thở , động tay, động tác chân , động tác lườn, động tác bụng	5 – 7' 2-3' 16-18'	 2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi - GV nhắc lại kỹ thuật động tác - GV cho 1 tổ lên thực hiện động tác vươn thở , động tay, động tác chân , động tác lườn, động tác bụng - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi. - Đội hình HS quan sát tranh  HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.

-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	 ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn Chơi theo hướng dẫn
- Trò chơi "Chim bay về tổ". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	 HS thực hiện kết

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: ĐỘNG TÁC NHẢY, ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa của bài thể dục.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

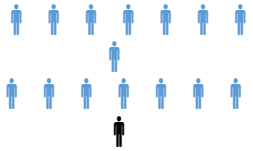
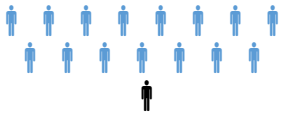
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

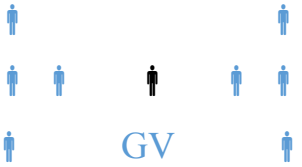
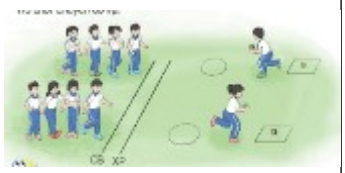
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Sẵn sàng chờ lệnh" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn 5 động tác - Học ĐT phối hợp và động tác nhảy - Động tác phối hợp. - Động tác nhảy. 	16-18'	1 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 tổ lên thực hiện động tác phối hợp và động tác nhảy. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập	HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.

		2 lần	theo khu vực.	 ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Chuyền đồ vật". 	3-5'	1 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**			- Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: ĐỘNG TÁC NHẢY, ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa của bài thể dục.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

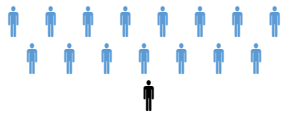
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

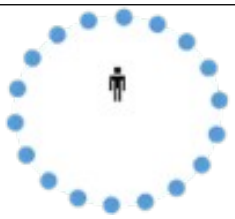
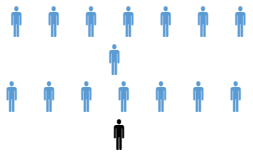
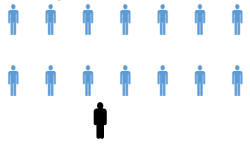
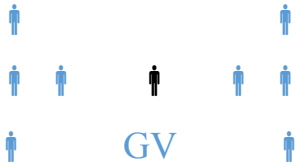
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

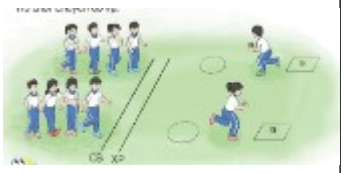
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

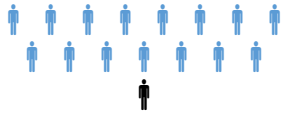
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

 II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn 7 động tác - Học ĐT điều hòa. **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	16-18’	2 lần 2 lần 2 lần	- GV quan sát nhắc nhở, sửa sai cho HS - Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 1 tổ lên thực hiện động tác điều hòa. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập	 - Cán sự hô nhịp  - Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 

Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền đồ vật".  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc**	3-5'	3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	theo cặp đôi - GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: ĐỘNG TÁC NHẢY, ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa của bài thể dục.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

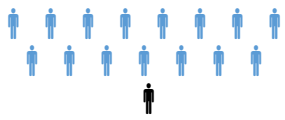
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

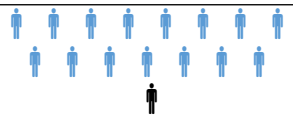
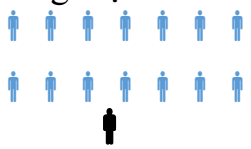
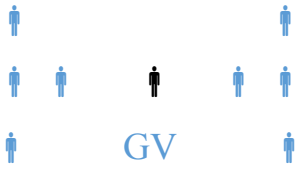
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

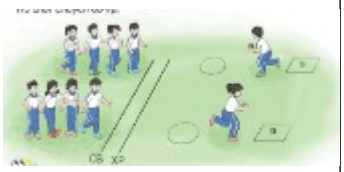
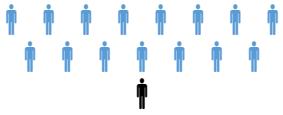
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Sẵn sàng chờ lệnh”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16-18’			
- Kiến thức.			- GV nhắc lại kỹ thuật động tác	- HS nghe và quan sát
- Ôn động tác, phối hợp, động			- GV cho 1 tổ lên thực hiện động tác,	

tác nhảy,động tác điều hòa			phối hợp, động tác nhảy,động tác điều hòa. - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi	
Tập theo cá nhân		4 lần 1 lần	- GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền đồ vật".  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	

Bài 3: ĐỘNG TÁC NHẢY, ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học:Tự xem trước cách thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa của bài thể dục.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện động tác phối hợp, động tác nhảy động tác điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

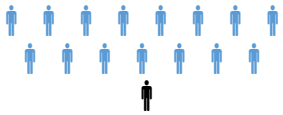
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

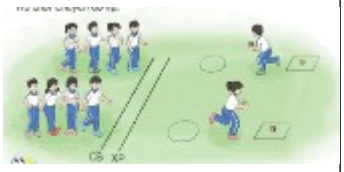
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Sẵn sàng chờ lệnh”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16-18’			
- Kiến thức.			- GV nhắc lại kỹ thuật động tác	- HS nghe và quan sát
- Ôn 8 động tác của bài tập thể dục.			- GV cho 1 tổ lên thực hiện 8 động tác của bài tập thể dục..	
			- GV cùng HS nhận xét, đánh	

			giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		2 lần	- GV hô - HS tập theo GV. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo tổ nhóm		2 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	ĐH tập luyện theo tổ GV
Tập theo cặp đôi			- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cá nhân		3 lần 4 lần	- Phân công tập theo cặp đôi - GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua - trình diễn
- Trò chơi "Chuyền đồ vật".			- GV nêu tên trò	

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4- 5’	1 lần	chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

CHỦ ĐỀ 3: KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

Bài 1: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG THĂNG BẰNG

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng .

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

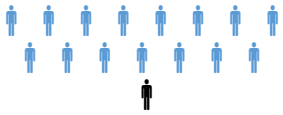
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

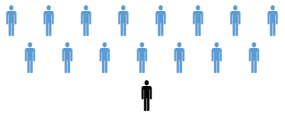
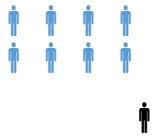
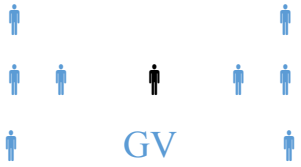
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

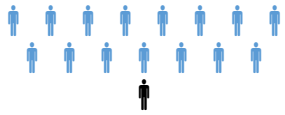
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên đường thẳng - Bài tập chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, trên đường thẳng . - Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường thẳng **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	16-18’	1 lần 1 lần 4 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 

Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5'	3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 1: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG THĂNG BẰNG

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng .

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

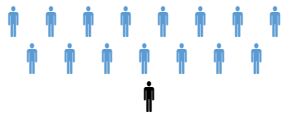
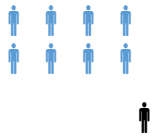
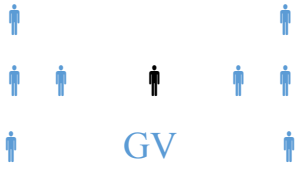
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

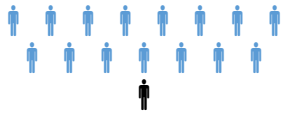
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Làm theo lời nói”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.				
- Ôn di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp	- HS nghe và quan sát

đường thẳng - Bài tập chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, trên đường thẳng . - Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường thẳng **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi		1 lần 4 lần	phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác. - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  GV

Tập theo cá nhân		3 lần	GV Sửa sai	
Thi đua giữa các tổ		4 lần 1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
- Trò chơi "Chạy tiếp sức". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**		1 lần	- Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà	4- 5'		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS thực hiện thả lỏng

- Xuống lớp			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 1: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG THĂNG BẰNG

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng .

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

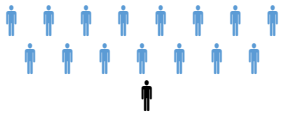
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

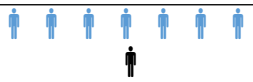
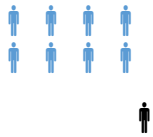
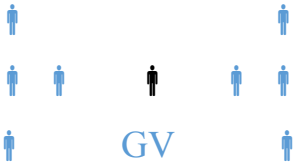
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

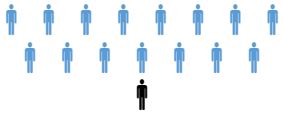
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Làm theo lời nói”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.	16-18’			
- Học BT phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại trên đường thẳng			- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp	- Đội hình HS quan sát tranh

- Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại trên đường thẳng .			phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi		1 lần 4 lần 3 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 

Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà	3-5' 4- 5'	4 lần 1 lần 1 lần	GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

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

Bài 1: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG THĂNG BẰNG

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng .

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

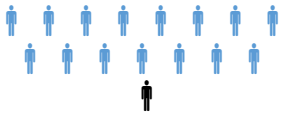
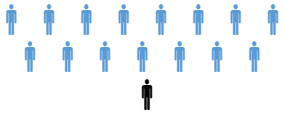
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

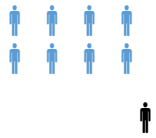
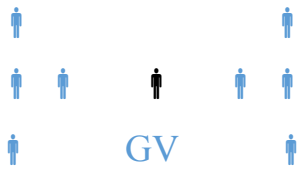
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

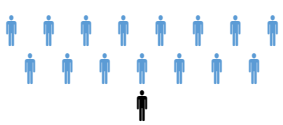
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Làm theo lời nói”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.				
- Ôn bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác.	- HS nghe và quan sát 

			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	HS quan sát GV làm mẫu
			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi	
Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	
		1 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT XA

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

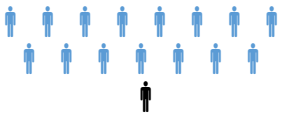
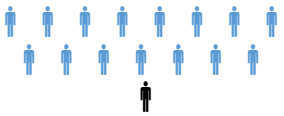
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

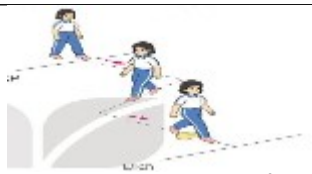
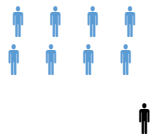
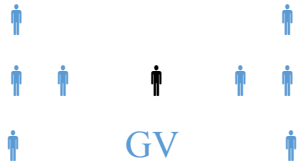
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

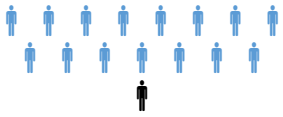
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Lộn cầu vồng”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên đường gấp khúc - Bài tập chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, trên đường gấp khúc .	16-18’	1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

 . - Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường gấp khúc **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chạy tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT XA

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

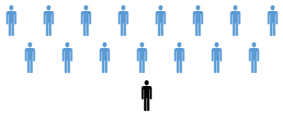
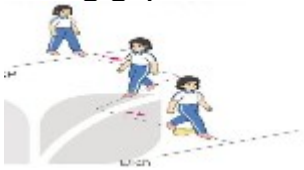
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

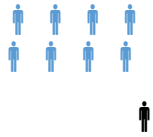
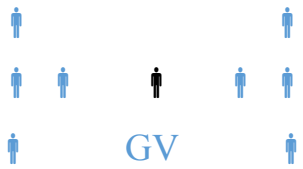
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

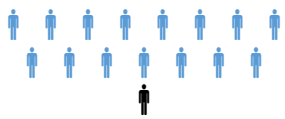
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,..		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Lộn cầu vồng”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn di chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, lớn trên đường gấp khúc	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác	- HS nghe và quan sát
- Bài tập chuyển vượt qua chướng ngại nhỏ, trên đường gấp khúc . 			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	HS quan sát GV làm mẫu

. - Bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại lớn trên đường gấp khúc 			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động

			- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	tác sai
- Trò chơi "Chạy tiếp sức". 	3-5'	1 lần	- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**			- Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT XA

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

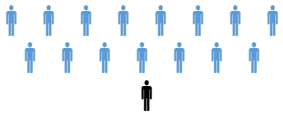
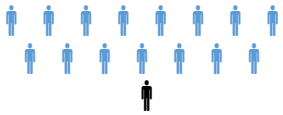
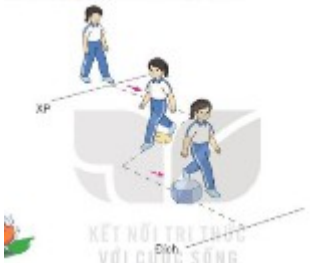
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

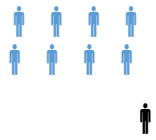
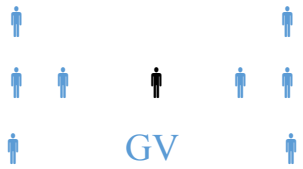
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

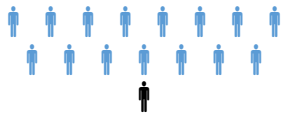
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Lộn cầu vồng”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16-18’		- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 
- Kiến thức.		1 lần	- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	
- Học BT phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại trên đường gấp khúc			- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	HS quan sát GV làm mẫu
- Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại trên đường gấp khúc. 			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	HS tiếp tục quan sát

			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi	
Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua

- Trò chơi "Chạy tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT XA

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

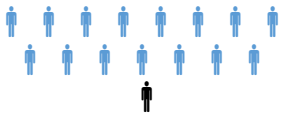
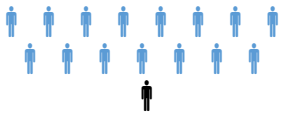
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

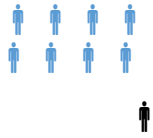
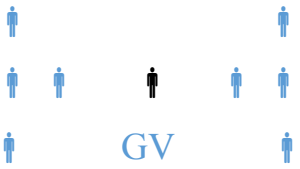
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

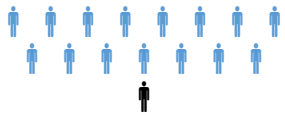
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS

I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,.. - Trò chơi "Lộn cầu vồng" 	5 – 7' 2-3'	2x8N	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường .gấp khúc	16-18'		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- HS nghe và quan sát  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
- Trò chơi "Chạy tiếp sức". 	3-5		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	 4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy XP cao 20m - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	 HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT CAO

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hìnhtrong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

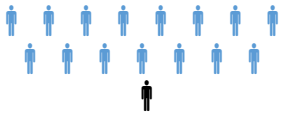
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

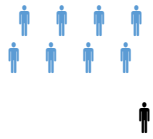
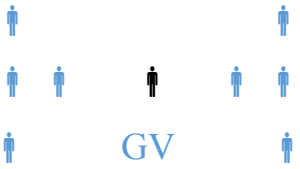
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "trời nắng trời mưa" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, lớn trên địa hình - Bài tập chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, trên địa hình. . - Bài tập di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại lớn trên địa hình 	16-18'	1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	 ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Di chuyển tiếp sức theo cặp".	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT CAO

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hìnhtrong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

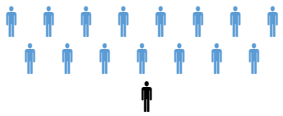
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

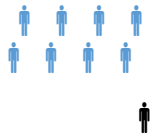
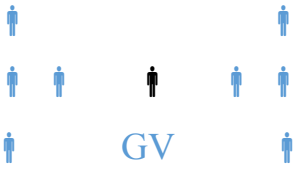
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "trời nắng trời mưa" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, lớn trên địa hình - Bài tập chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, trên địa hình. . - Bài tập di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại lớn trên địa hình 	16-18'	1 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- HS nghe và quan sát  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	 ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Di chuyển tiếp sức theo cặp".	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT CAO

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hìnhtrong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

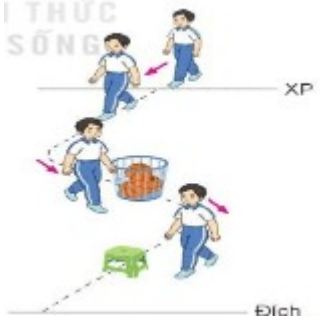
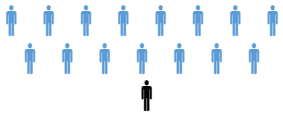
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

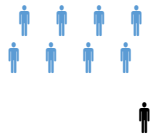
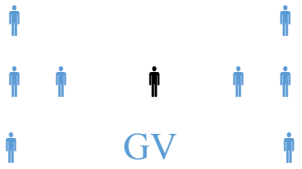
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "trời nắng trời mưa" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT phối hợp di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, lớn trên địa hình - Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, lớn trên địa hình  	16-18'	1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Di chuyển tiếp sức theo cặp".	3-5'	1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT CAO

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hìnhtrong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

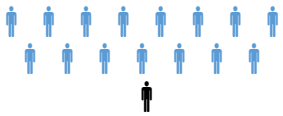
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

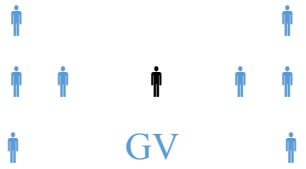
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

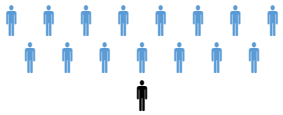
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "trời nắng trời mưa" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT phối hợp di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại trên địa hình - Bài tập chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, trên địa hình. .	16-18'	1 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- HS nghe và quan sát  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

			tập theo khu vực.	
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Di chuyển tiếp sức theo cặp". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực:		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan	HS chạy kết hợp đi lại hít thở

- Vận dụng: **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: BÀI TẬP RÈN LUYỆN KĨ NĂNG BẬT CAO

(tiết 5)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hìnhtrong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

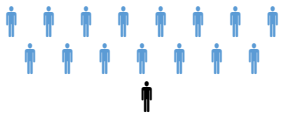
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

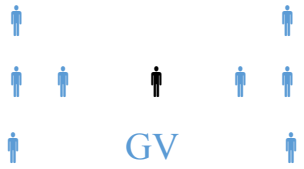
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

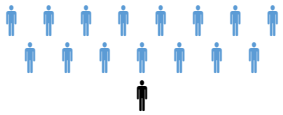
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "trời nắng trời mưa" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT phối hợp di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại trên địa hình - Bài tập chuyển vượt qua nhiều chướng ngại nhỏ, trên địa hình. .	16-18'	1 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- HS nghe và quan sát  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

			tập theo khu vực.	
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Di chuyển tiếp sức theo cặp". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực:		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan	HS chạy kết hợp đi lại hít thở

- Vận dụng: **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 4: NHẢY DÂY

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

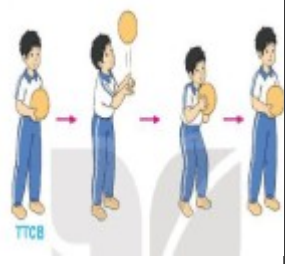
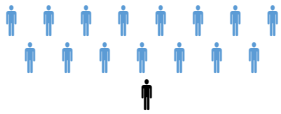
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

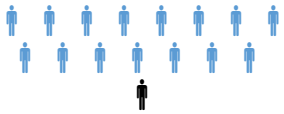
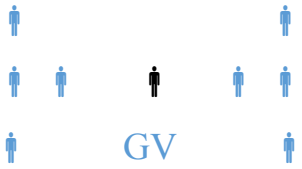
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

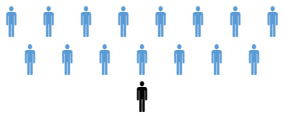
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Thi xếp hàng" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay - Bài tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay. 	16-18'	1 lần	- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát,	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập theo tổ nhóm		4 lần	sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	 ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần		
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Lăn bóng qua đường dích dắc". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực:		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay	HS chạy kết hợp đi

- Vận dụng: **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 4: NHẢY DÂY

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

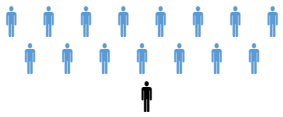
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

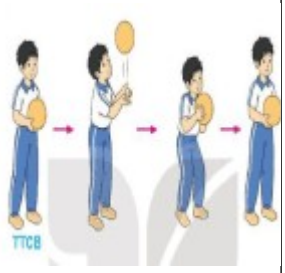
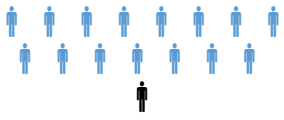
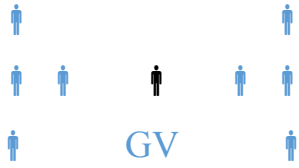
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

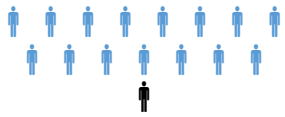
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay - Bài tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay. 	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi		1 lần 4 lần 3 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ 

Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Lăn bóng qua đường dích dắc". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự	4- 5'		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS thực hiện thả lỏng

ôn ở nhà - Xuống lớp			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 4: NHẢY DÂY

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

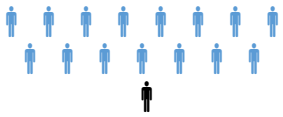
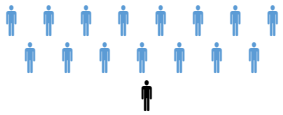
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

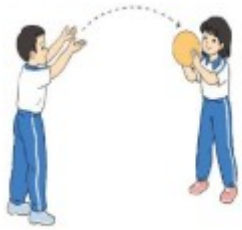
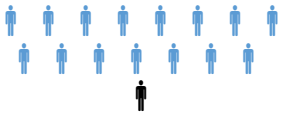
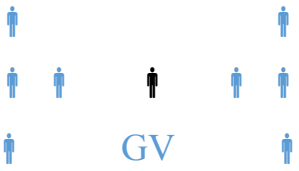
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

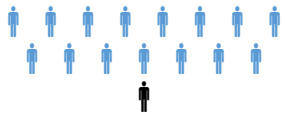
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Thi xếp hàng”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.	16-18’	1 lần	- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh 
- Học BT tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay theo cặp			- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác.	HS quan sát GV làm mẫu
- Bài tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay			- Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	

			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	HS tiếp tục quan sát
			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	
Tập theo cá nhân		4 lần 1 lần		- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ			- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	

- Trò chơi "Lăn bóng qua đường dích dắc". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 4: NHẢY DÂY

(tiết 4 + 5)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

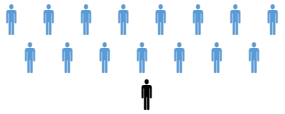
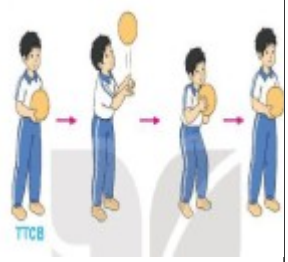
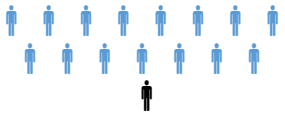
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

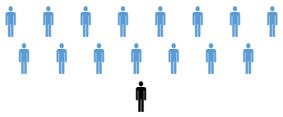
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

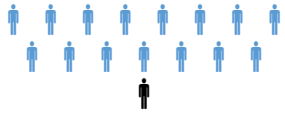
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu

	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Thi xếp hàng" 	5 – 7' 2-3'	 2x8N 	 Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 Đội hình nhận lớp  - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay. - Bài tập tại chỗ tung bắt bóng bằng hai tay. 	16-18'		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát

-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Lăn bóng qua đường dích dắc".	3-5'	1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn

 - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

CHỦ ĐỀ 4 : THỂ TAO TỰ CHỌN

Bài 1: CÁC ĐỘNG TÁC LÀM TĂNG KHẢ NĂNG ĐIỀU KHIỂN BÓNG

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

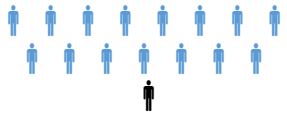
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

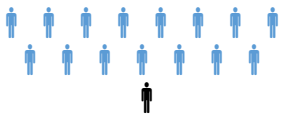
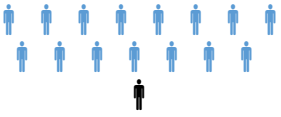
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

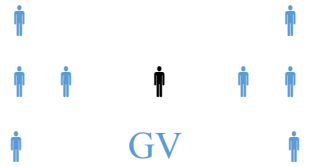
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

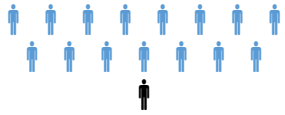
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu Nhận lớp Khởi động	5 – 7’	 2x8N	 Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	 Đội hình nhận lớp 

- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Thỏ nhảy" 	2-3'		- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT bổ trợ với bóng - Bài tập tại chỗ hai tay chuyền bóng cho nhau trên cao ngang đầu - Tại chỗ nhồi bóng bằng hai tay liên tục 	16-18'		- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần 4 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Lăn bóng qua vật cản tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc**	3-5'	3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 1: CÁC ĐỘNG TÁC LÀM TĂNG KHẢ NĂNG ĐIỀU KHIỂN BÓNG

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

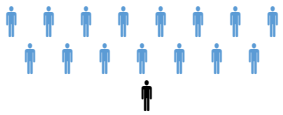
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

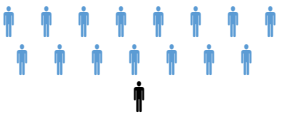
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

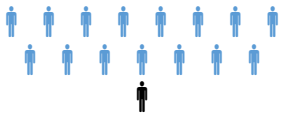
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT bổ trợ với bóng - Bài tập tại chỗ hai tay chuyền bóng cho nhau trên cao ngang đầu - Tại chỗ nhồi bóng bằng hai tay liên tục **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm	16-18’	1 lần 4 lần 3 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ

Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Lăn bóng qua vật cản tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5'	4 lần 1 lần 1 lần	- Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý	GV - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 1: CÁC ĐỘNG TÁC LÀM TĂNG KHẢ NĂNG ĐIỀU KHIỂN BÓNG

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

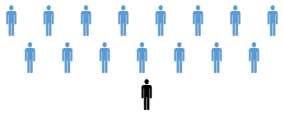
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

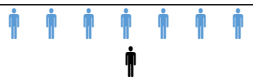
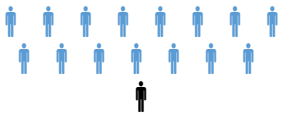
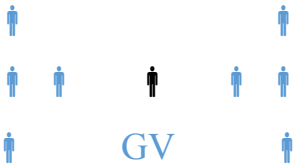
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

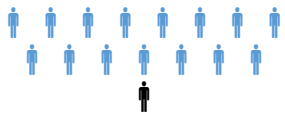
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Thỏ nhảy”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.	16-18’		- Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh
- Học BT bổ trợ với				

bóng - Bài tập di chuyển lên trước kết hợp hai tay chuyền bóng cho nhau - Lăn bóng qua lại theo cặp **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Lăn bóng qua vật cản tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	1 lần	HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 1: CÁC ĐỘNG TÁC LÀM TĂNG KHẢ NĂNG ĐIỀU KHIỂN BÓNG

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được Các động tác làm tăng khả năng điều khiển bóng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

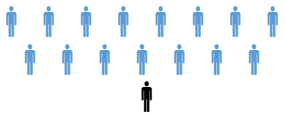
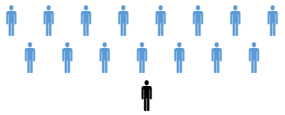
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

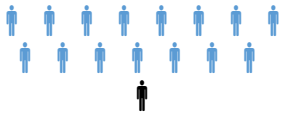
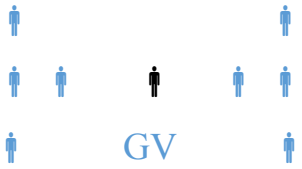
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

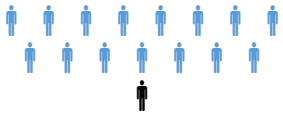
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Thỏ nhảy ”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT bổ trợ với bóng	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác	 HS quan sát GV làm mẫu
- Tại chỗ hai tay chuyền bóng cho nhau trên cao ngang đầu			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	
-Tại chỗ nhồi bóng bằng hai tay liên tục			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
- Bài tập di chuyển lên trước kết hợp hai tay chuyền bóng cho				

nhau -Lăn bóng qua lại theo cặp **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Lăn bóng qua vật cản tiếp sức".		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn

  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4- 5’	1 lần	dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC TẠI CHỖ DẪN BÓNG THEO HÌNH CHỮ V DẪN BÓNG VƯỢT CHƯỚNG NGẠI VẬT

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

- Biết quan sát tranh tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

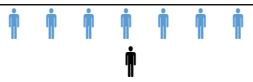
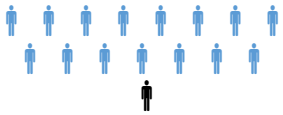
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

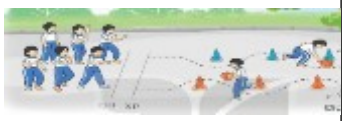
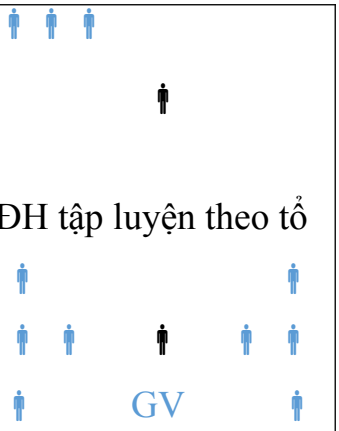
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

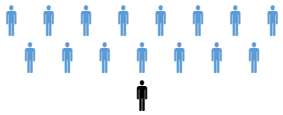
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Di chuyển theo lệnh" 	2-3'	2x8N	phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng - Bài tập dẫn bóng theo hướng thẳng 	16-18'		- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Dẫn bóng qua vật cản tiếp sức".  - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**	3-5'	4 lần 3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách	 ĐH tập luyện theo tổ GV - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC TẠI CHỖ DẪN BÓNG THEO HÌNH CHỮ V DẪN BÓNG VƯỢT CHƯỚNG NGẠI VẬT

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

- Biết quan sát tranh tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

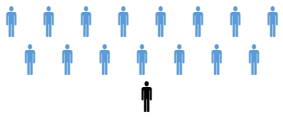
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

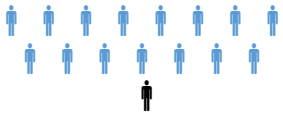
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

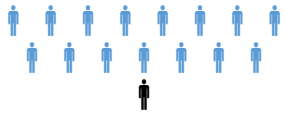
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng - Bài tập dẫn bóng theo hướng thẳng 	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	 ĐH tập luyện theo tổ
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	

Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Dẫn bóng qua vật cản tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 4- 5'	4 lần 1 lần 1 lần	GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	GV - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng

			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC TẠI CHỖ DẪN BÓNG THEO HÌNH CHỮ V DẪN BÓNG VƯỢT CHƯỚNG NGẠI VẬT

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

- Biết quan sát tranh tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

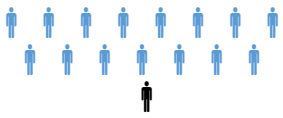
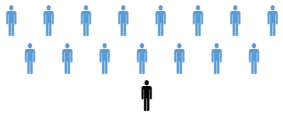
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

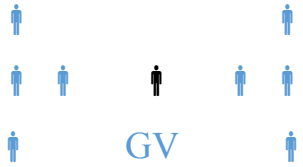
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

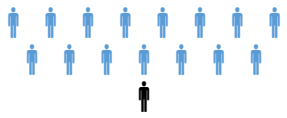
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Di chuyển theo lệnh”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:	16-18’			- Đội hình HS quan sát tranh 
- Kiến thức.			- Cho HS quan sát tranh	
- Học BT động tác			- GV làm mẫu động tác kết hợp	

dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng - Bài tập dẫn bóng đổi hướng 			phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa	- Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Dẫn bóng qua vật cản tiếp sức". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5' 1 lần 4- 5'		các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 2: ĐỘNG TÁC TẠI CHỖ DẪN BÓNG THEO HÌNH CHỮ V DẪN BÓNG VƯỢT CHƯỚNG NGẠI VẬT

(tiết 4+5)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

- Biết quan sát tranh tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

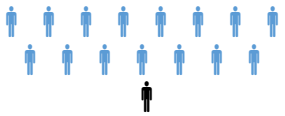
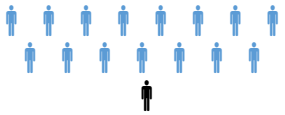
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

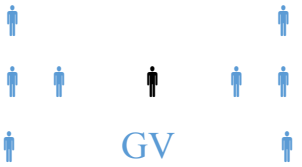
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Di chuyển theo lệnh”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT động tác dẫn bóng theo hướng thẳng , dẫn bóng đổi hướng	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	 HS quan sát GV làm mẫu
- Bài tập dẫn bóng theo hướng thẳng			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
- Bài tập dẫn bóng đổi hướng			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	

-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
		4 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	
Tập theo tổ nhóm			- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
		3 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi			- Phân công tập theo cặp đôi	
Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Dẫn bóng qua vật cản tiếp sức".	3-5'		- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt	- Chơi theo hướng dẫn

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: ĐỘNG TÁC CHUYỀN, BẮT BÓNG BẬT ĐẤT BẰNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

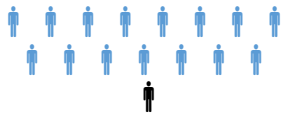
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

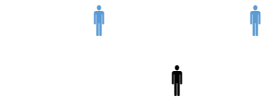
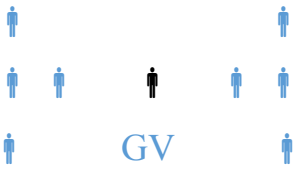
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Hoàng anh hoàng yến" 	2-3'	2x8N	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực - Bài tập chuyền bóng bằng hai tay trước ngực 	16-18'		- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền bóng 20". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**	3-5'	4 lần 3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách	 ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: ĐỘNG TÁC CHUYỀN, BẮT BÓNG BẬT ĐẤT BẰNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

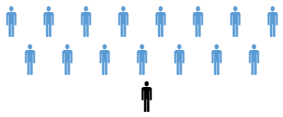
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

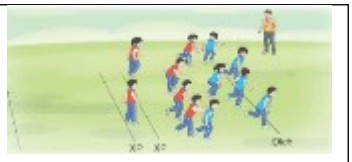
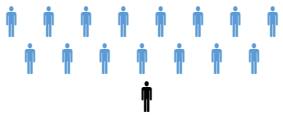
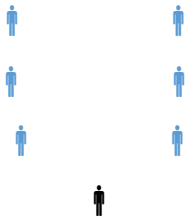
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

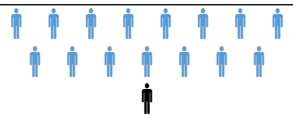
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

  II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực - Bài tập chuyền bóng bằng hai tay trước ngực **-Luyện tập** Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi	16-18’	 1 lần 4 lần 3 lần	- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương - GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát - Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ

Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền bóng 20". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân.	3-5' 4- 5'	4 lần 1 lần 1 lần	GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	 - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

- Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	

Bài 3: ĐỘNG TÁC CHUYỀN, BẮT BÓNG BẬT ĐẤT BẰNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

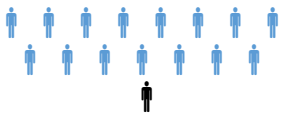
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

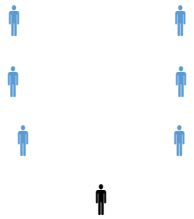
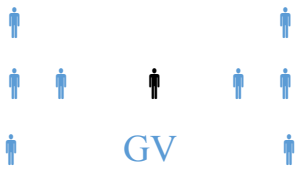
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Hoàng anh hoàng yến”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp	

trước ngực - Bài tập chuyền bóng bằng hai tay trước ngực 			phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần 1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua

- Trò chơi "Chuyền bóng 20". 	3-5'	1 lần	các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	trình diễn - Chơi theo hướng dẫn
- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:**			- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5'		- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 3: ĐỘNG TÁC CHUYỀN, BẮT BÓNG BẬT ĐẤT BẰNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

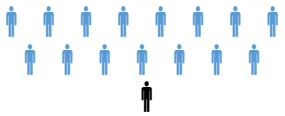
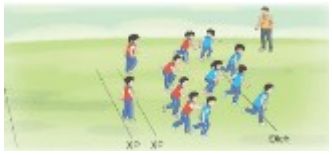
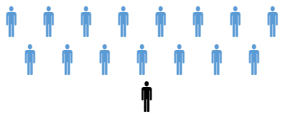
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

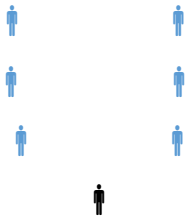
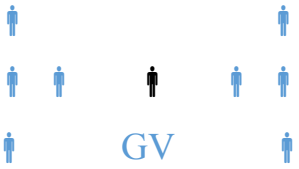
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

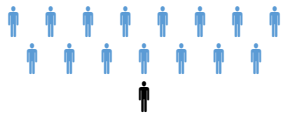
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Hoàng anh hoàng yến” 	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác	 HS quan sát GV làm mẫu
- Bài tập chuyền bóng bằng hai tay trước ngực			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh	HS tiếp tục quan sát

			giá tuyên dương	
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác.	- Đội hình tập luyện đồng loạt. 
		4 lần	- Gv quan sát, sửa sai cho HS.	
Tập theo tổ nhóm			- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
		3 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	
Tập theo cặp đôi			- Phân công tập theo cặp đôi	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
			- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Chuyền bóng 20". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.	- Chơi theo hướng dẫn
			- Nhận xét tuyên	

- Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’	1 lần	dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 3: ĐỘNG TÁC CHUYỀN, BẮT BÓNG BẬT ĐẤT BẰNG HAI TAY TRƯỚC NGỰC

(tiết 5)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

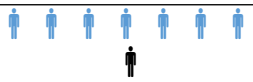
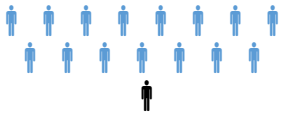
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

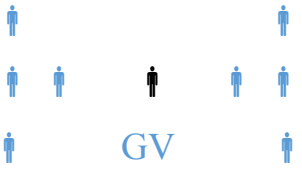
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động.	 - HS khởi động theo GV.
- Trò chơi "Hoàng anh hoàng yến" 	2-3'		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT Động tác chuyền, bắt bóng bật đất bằng hai tay trước ngực - Bài tập chuyền bóng bằng hai tay trước ngực 	16-18'		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần 4 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

			cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
Tập theo tổ nhóm		3 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cặp đôi			- Phân công tập theo cặp đôi	GV
		4 lần	GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Tập theo cá nhân		1 lần		
Thi đua giữa các tổ			- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
			- GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	
- Trò chơi "Chuyền bóng 20".			- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.	- Chơi theo hướng dẫn
	3-5'		- Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	HS chạy kết hợp đi lại hít thở
		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần	
- Bài tập PT thể lực:			- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS trả lời
- Vận dụng:				- HS thực hiện thả lỏng
	4- 5'		- GV hướng dẫn	- ĐH kết thúc
III.Kết thúc			- Nhận xét kết quả, ý	

- Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	

Bài 4: ĐỘNG TÁC NÉM NÉM RỔ BẰNG MỘT TAY TRÊN VAI

(tiết 1)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

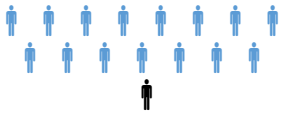
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

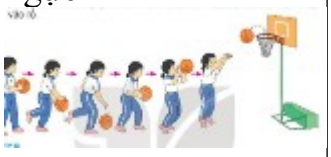
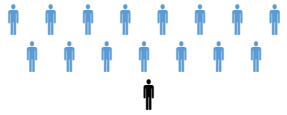
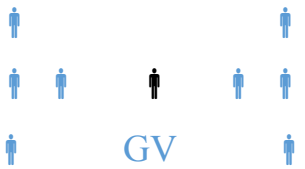
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

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

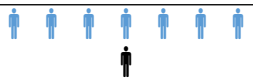
- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt(tập thể), tập theo nhóm, cặp đôi và cá nhân

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Học BT bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực - Bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực 	16-18’		- Cho HS quan sát tranh - GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kĩ thuật động tác. - Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	- Đội hình HS quan sát tranh  HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai	- Đội hình tập luyện đồng loạt. ĐH tập luyện theo tổ 

Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền bóng 4". - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà	3-5' 4- 5'	1 lần 1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

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

Bài 4: ĐỘNG TÁC NÉM NÉM RỔ BẰNG MỘT TAY TRÊN VAI

(tiết 2)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

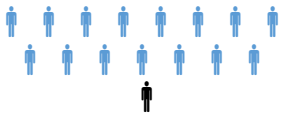
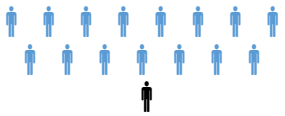
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

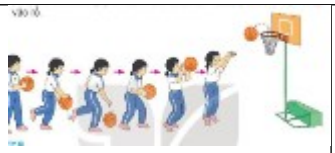
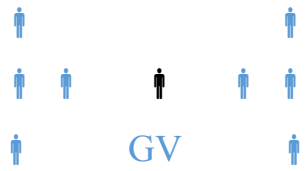
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

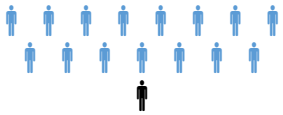
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	Lượng VĐ		Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
	T. gian	S. lần	Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7’			
Nhận lớp			Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp 
Khởi động				
- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...		2x8N	- GV HD học sinh khởi động.	- HS khởi động theo GV.
- Trò chơi “Tìm người chỉ huy”	2-3’		- GV hướng dẫn chơi	- HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản:				
- Kiến thức.				
- Ôn BT bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác	 HS quan sát GV làm mẫu
- Bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực			- Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu	

			- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo tổ nhóm		4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
Tập theo cặp đôi		3 lần	- Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	ĐH tập luyện theo tổ 
Tập theo cá nhân		4 lần	GV Sửa sai	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai
Thi đua giữa các tổ		1 lần	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Chuyền			- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách	- Chơi theo hướng

bóng 4”. - Bài tập PT thể lực: **- Vận dụng:** **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	3-5’ 4- 5’	1 lần	chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc 

Bài 4: ĐỘNG TÁC NÉM NÉM RỔ BẰNG MỘT TAY TRÊN VAI

(tiết 3)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

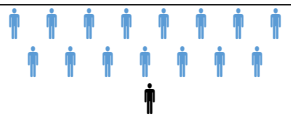
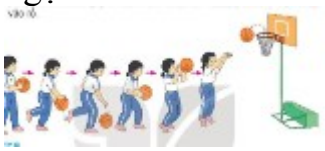
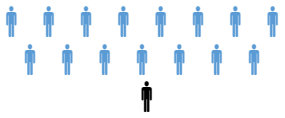
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

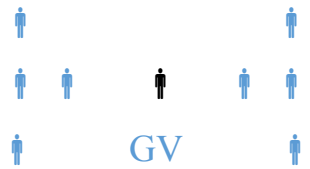
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi "Tìm người chỉ huy" 	2-3'	2x8N	phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học - GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	 - HS khởi động theo GV. - HS Chơi trò chơi.
II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực - Bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực 	16-18'		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt		1 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi Tập theo cá nhân Thi đua giữa các tổ - Trò chơi "Chuyền bóng 4". - Bài tập PT thể lực:	3-5'	4 lần 3 lần 4 lần 1 lần 1 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi GV Sửa sai - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật - Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần - Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách	 ĐH tập luyện theo tổ  - HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn - Chơi theo hướng dẫn HS chạy kết hợp đi lại hít thở - HS trả lời

- Vận dụng: **III.Kết thúc** - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp	4- 5’		trả lời câu hỏi? - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	 - HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc

Bài 4: ĐỘNG TÁC NÉM NÉM RỔ BẰNG MỘT TAY TRÊN VAI

(tiết 4)

I. Mục tiêu bài học

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

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

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

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực trong sách giáo khoa và quan sát động tác mẫu của giáo viên.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực.

II. Địa điểm – phương tiện

- Địa điểm: Sân trường

- Phương tiện:

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

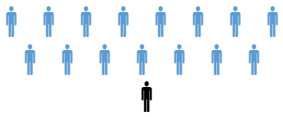
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

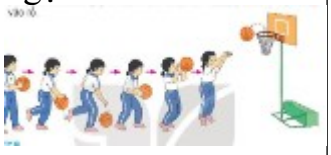
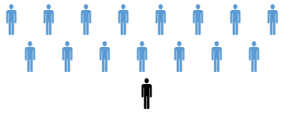
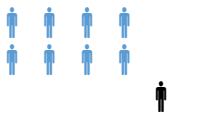
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

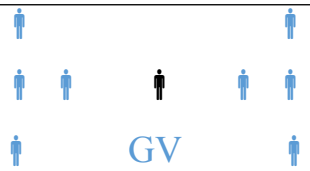
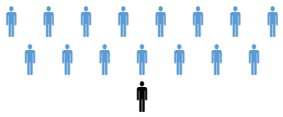
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

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

II. Phần cơ bản: **- Kiến thức.** - Ôn BT bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực - Bài tập phối hợp dẫn bóng - ném bóng hai tay trước ngực 	16-18’		- GV làm mẫu lại động tác kết hợp phân tích kĩ thuật , những lưu ý khi thực hiện động tác - Cho 2 HS lên thực hiện động tác mẫu - GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương	 HS quan sát GV làm mẫu HS tiếp tục quan sát
-Luyện tập Tập đồng loạt Tập theo tổ nhóm Tập theo cặp đôi		1 lần 4 lần 3 lần 4 lần	- GV thổi còi - HS thực hiện động tác. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - Tiếp tục quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS - Phân công tập theo cặp đôi	- Đội hình tập luyện đồng loạt.  ĐH tập luyện theo tổ

Tập theo cá nhân			GV Sửa sai	
		1 lần		
Thi đua giữa các tổ			- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV và HS nhận xét đánh giá tuyên dương.	- HS vừa tập vừa giúp đỡ nhau sửa động tác sai - Từng tổ lên thi đua trình diễn
- Trò chơi "Chuyền bóng 4". 	3-5'		- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS. - Nhận xét tuyên dương và sử phạt người phạm luật	- Chơi theo hướng dẫn
		1 lần	- Cho HS chạy bước nhỏ tại chỗ đánh tay tự nhiên 20 lần	HS chạy kết hợp đi lại hít thở
- Bài tập PT thể lực:			- Yêu cầu HS quan sát tranh trong sách trả lời câu hỏi?	- HS trả lời
- Vận dụng:			- GV hướng dẫn	
III.Kết thúc - Thả lỏng cơ toàn thân. - Nhận xét, đánh giá	4- 5'		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.	- HS thực hiện thả lỏng

chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà - Xuống lớp			- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.	- ĐH kết thúc