**Tuần 8**

**Tiết 15**

**BÀI 4: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI (T4)**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1.về phẩm chất:**

- Ôn động tác đi đều, đứng lại. Hs biết khẩu lệnh và cách thức thực hiện động tác để thực hiện nhiệm vụ học tập.

- 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.Về năng lực chung:**

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước khẩu lệnh, cách thực hiện động tác đi đều, đứng lại trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Thông qua các hoạt động 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. Biết điều chỉnh trang phục để thoải mái và tự tin khi vận động, biết điều chỉnh chế độ dinh dưỡng đảm bảo cho cơ thể.

- NL giải quyết vấn dề và sáng tạo: Thông qua việc học tập tích cực, chủ động tiếp nhận kiến thức và tập luyện.

- Tự giác, tích cực trong tập luyện; Yêu nước, chăm chỉ, trách nhiệm và trung thực.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị:  Trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **TG** | **SL** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... **3. Trò chơi.**- Trò chơi *“Làm theo hiệu lệnh”***II. Hoạt động hình thành kiến thức.**Động tác đi đều, đứng lại.**III. Hoạt động luyện tập.****1. Động tác đi đều, đứng lại.***Tập đồng loạt**Tập theo tổ nhóm**Thi đua giữa các tổ* **2.Trò chơi** *“Đoàn tàu”***IV. Vận dụng**\*Vận dụng\*Hồi tĩnh: Thả lỏng cơ toàn thân. \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà\* Xuống lớp | 5-7’7-9’**12-14’** | 1-2L1-2L1-3L1L | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Cô trò chúc nhau.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- GV nhắc lại cách thực hiện và phân tích kĩ thuật động tác.- Cho 1 nhóm HS lên thực hiện động tác .- GV cùng HS nhận xét, đánh giá tuyên dương- Gv hô nhịp 1 lần và giao cán sự lớp hô.- Hs tập theo Gv.- Gv quan sát, sửa sai cho Hs.- Yêu cầu Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.- Gv quan sát, uốn nắn, sửa sai cho Hs.- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.-Tuyên dương tổ tập đều, đúng nhất.- GV nêu tên trò chơi, phổ biến luật chơi, cách chơi. - Cùng hs nhắc lại luật chơi và cách chơi.- Cho Hs chơi thử.- Tổ chức cho Hs chơi.- Yêu cầu HS thực hiện BT trong SGK- GV hướng dẫn- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS.- VN ôn lại bài và chuẩn bị bài sau.  | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv.  GV  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- HS nghe và quan sát GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* GV- Hs tiến hành tập luyện theo sự hướng dẫn của Gv và cán sự lớp.- Hs thay phiên nhau hô nhịp. \* \* \* \* \*\* \* \*\* \*\* \* GV \* \* \* \*\* \* - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Hs nhắc lại luật chơi, cách chơi.- Hs tiến hành chơi trò chơi dưới sự chỉ huy của Gv.- Chơi trò đúng luật, nhiệt tình, sôi nổi và an toàn.- HS trả lời-HS thực hiện thả lỏngĐội hình xuống lớp\* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* “ Giải tán – Khỏe” GV |

 **IV. Điều chỉnh sau bài dạy.**

...…………………………………………………………………………………………………...………………………………………………………………………………………………………………………………………………...............................................................………………………………

**Tuần 8**

**Tiết 16**

 **KIỂM TRA: ĐỘNG TÁC ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI.**

**I. YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1.Về phẩm chất:**

Học sinh thực hiện nội dung đi đều, đứng lại. Để thực hiện nhiệm vụ học tập

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác với các bạn trong lớp.

- 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.

**2.Về năng lực:**

**2.1.Về năng lực chung:**

- NL vận động cơ bản: Thực hiện được các nội dung ĐHĐN đã học để thực hiện nhiệm vụ học tập.

 **2.2. Năng lực đặc thù**

- Biết cách thức tiến hành kiểm tra các nội dung đội hình đội ngũ để chủ động thực hiện hiệu quả theo yêu cầu.

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

- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Chủ động trong các giờ kiểm tra của các nội dung sau.

**II. ĐỒ DÙNG DẠY HỌC**

- Giáo viên chuẩn bị: Trang phục thể thao, còi.

-Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao, trang phục thể thao

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC CHỦ YẾU.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **LV Đ** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** |
| **TG** | **SL** | **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu****1. Nhận lớp****2. Khởi động**- Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân tập.- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... **3. Trò chơi.**- Trò chơi “ *Diệt các con vật có hại”***II. Hoạt động luyện tập****\*Ôn nội dung ĐHĐN:** Đi đều, đứng lại.**\*Kiểm tra nội dung ĐHĐN:** - Đi đều, đứng lại.- Kiểm tra theo tổ, Gv lựa chọn nội dung kiểm tra.**III. Vận dụng**- \*Vận dụng\*Hồi tĩnh: Thả lỏng cơ toàn thân. \* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.  Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà\* Xuống lớp - Xuống lớp | 5-7’118-22’ | 1-2L | - Nghe cán bộ lớp báo cáo.- Hỏi về sức khỏe của Hs.- Phổ biến nội dung, nhiệm vụ và yêu cầu giờ học.- GV di chuyển và quan sát, chỉ dẫn cho HS thực hiện.-Gv tổ chức Hs chơi trò chơi.- Các tổ thực hiện luyện tập theo tổ dưới sự chỉ huy của cán sự.- Lần lượt từng tổ lên thực hiện nội dung đi đều, đứng lại.- GV hô khẩu lệnh cho các tổ thực hiện.- Chú ý cách thực hiện điểm số của hs.- Sau khi các tổ thực hiện song các nội dung Gv nhận xét chung phần tập luyện của cả lớp.- Tuyên dương tổ có ý thức tập luyện tốt.- GV hướng dẫn.- Gv cùng hs hệ thống lại bài (Gv nêu câu hỏi).- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của Hs.- HD sử dụng SGK để Hs ôn lại bài và chuẩn bị bài sau. | - Cán sư tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp học cho Gv. GV  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* - Cán sự điều khiển lớp khởi động .- Hs chơi đúng luật, nhiệt tình sôi nổi và đảm bảo an toàn.- Hs thay phiên nhau hô nhịp. \* \* \* \* \*\* \* \*\* \*\* \* GV \* \* \* \*\* \* \*  \* \* \* \* \* - HS chú ý thực hiện theo khẩu lệnh.- Lần lượt các tổ lên kiểm tra theo khẩu lệnh của GV. Các tổ còn lại quan sát, nhận xét. GV \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \*- HS thực hiện thả lỏng- Hs cùng Gv hệ thống lại bài (Hs trả lời câu hỏi). GV \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \* \*  \* \* \* \* \* \* \* “ Giải tán – Khỏe”  |

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

 **IV. Điều chỉnh sau bài dạy.**

...…………………………………………………………………………………………………...………………………………………………………………………………………………………………………………………………...........................................................