



ỦY BAN NHÂN DÂN HUYỆN THANH TRÌ
TRƯỜNG THCS NGŨ HIỆP

NHIỆT LIỆT CHÀO MỪNG CÁC THẦY CÔ GIÁO ĐẾN DỰ

*Chuyên đề Hướng dẫn học sinh luyện tập các
bài tập bổ trợ phát triển chân thông qua một số trò chơi dân gian*

MÔN THỂ DỤC KHỐI 8

Lớp: 8A1

Giáo viên thực hiện: Hà Anh Tú





KIỂM TRA BÀI CŨ



*HƯỚNG DẪN HỌC SINH LUYỆN TẬP CÁC BÀI TẬP BỔ TRỢ
PHÁT TRIỂN CHÂN THÔNG QUA MỘT SỐ TRÒ CHƠI DÂN GIÀN*



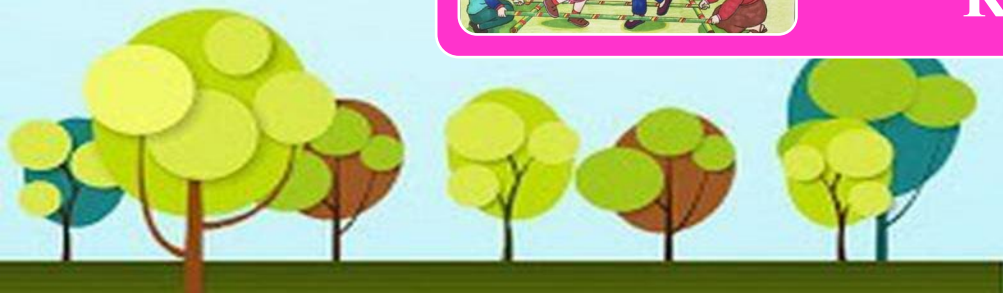
ÔN: BÀI TẬP BỔ TRỢ DANCE FITNESS



**HỌC: BÀI TẬP BỔ TRỢ BẬT CHỤM
TÁCH CHÂN**



**TRÒ CHƠI : AI NHANH AI KHÉO,
RÒNG RẢN LÊN MÂY, NHẢY SẠP**



YÊU CẦU

Biết cách thực hiện được bài tập bổ trợ dance fitness, bài tập bổ trợ bật chụm tách chân

1

Tham gia trò chơi chủ động, nhiệt tình và tôn trọng luật

2

Nghiêm túc, tích cực, tự giác, chú ý quan sát đảm bảo an toàn trong tập luyện

3





KHỞI ĐỘNG





TRÒ CHƠI

AI NHANH AI KHÉO





BÀI TẬP BỔ TRỢ DANCE FITNESS





BÀI TẬP BỔ TRỢ BẬT CHỤM TÁCH CHÂN





TRÒ CHƠI

RỒNG RẮN LÊN MÂY



TRÒ CHƠI

NHẢY SẠP



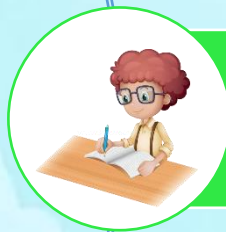
THẢ LỎNG



HOẠT ĐỘNG XUỐNG LỚP



Nhận xét giờ học



Giao bài tập về nhà



Xuống lớp



