

Ngày soạn: 10/02/2023

Ngày dạy: 16/02/2023

TIẾT 43
CHỦ ĐỀ BÀI TẬP THỂ DỤC
Bài 3: BÀI THỂ DỤC LIÊN HOÀN
Từ nhịp 24 đến nhịp 30

I. Mục tiêu bài học

1. Về phẩm chất:

- Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:
- Tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động và có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi.

2. Về năng lực:

2.1. Năng lực chung:

- Tự chủ và tự học: **Tự xem trước các động tác bài thể dục liên hoàn (1 - nhịp 30)** Trò chơi phát triển sự khéo léo(đội nào chuyên bóng nhanh).trong sách giáo khoa hoặc do GV chọn
- 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. Đồng thời cung cấp đầy đủ các chất dinh dưỡng cho buổi tập cũng như quá trình phát triển thể chất của bản thân.
- NL vận động cơ bản: Biết thực hiện các động tác bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 23, và tự tổ chức trò chơi vận động

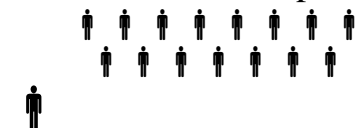

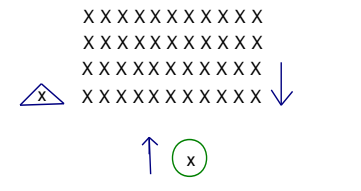
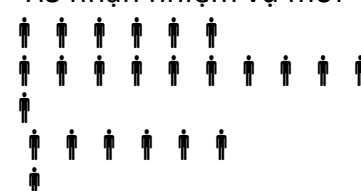
Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bài TD từ nhịp 1 đến nhịp 30.

II. Phương tiện:

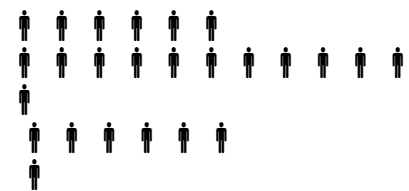
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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, tập luyện theo cặp.

Nội dung	LVD	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>1. Hoạt động mở đầu</p> <p>+ Nhận lớp</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS tập hợp báo cáo. - GV nhận lớp <p>+ Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chạy khởi động 2 vòng sân - Xoay các khớp, ép ngang, ép dọc... 	5-7'	<p>Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học</p> <p>- GV HD học sinh khởi động.</p>	<p>Đội hình nhận lớp</p>  <p>- GV cho lớp dàn hàng để</p> 
<p>2. Hoạt động hình thành kiến thức</p> <ul style="list-style-type: none"> - Giới thiệu nội dung nội bài học . - Ôn bài TD liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30. 	18-20'	<ul style="list-style-type: none"> - Cho học sinh tập đồng loạt theo nhịp đếm và động tác mẫu của GV - Chỉ dẫn HS những sai sót thường gặp trong khi tập <p>GV phân tích, làm mẫu từng kĩ thuật động tác bài TD từ nhịp 1 đến nhịp 30.</p> <p>GV quan sát sửa sai cho từng hs.</p>	 <ul style="list-style-type: none"> - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV. - HS nhận nhiệm vụ mới  <p><i>Đội hình HS quan sát GV làm mẫu động tác</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - HS chú ý lắng nghe, quan sát các hình ảnh.

<p>Hình 1. Từ nhịp 24 đến nhịp 30</p>		<ul style="list-style-type: none"> - Cho học sinh tập thử các nhịp theo hình ảnh đã ghi nhớ. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ghi nhớ thực hiện động tác theo nhịp đếm, hình thành biểu tượng đúng về động tác
<p>3 Hoạt động tập luyện</p> <p>Luyện tập: Thực hiện được bài TD từ nhịp 1 đến nhịp 30.</p> <p>Trò chơi phát triển sự khéo léo (đội nào chuyển bóng nhanh)</p>	<p>10'</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập. - Tập luyện theo cá nhân, cặp đôi và theo nhóm. - Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn học sinh tập luyện. - Sửa sai cho học sinh. <ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn học sinh chơi: phổ biến luân chơi, cách chơi. Khen thưởng, kỷ luật. 	<ul style="list-style-type: none"> - HS lắng nghe - Tập luyện theo cá nhân - Tập luyện theo cặp đôi - Tập luyện theo nhóm <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện <p>Hình 2. Trò chơi Chuyển bóng nhanh về đích</p> <ul style="list-style-type: none"> - HS chơi trò chơi tích cực, vui vẻ.
<p>4. Hoạt động vận dụng</p> <p>Luyện tập: Thực hiện được bài TD từ nhịp 1 đến nhịp 30.</p>	<p>3'</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Tăng tốc độ thực hiện bài tập, tăng độ chính xác về tư thế. - Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng. - Hướng dẫn HS vận 	<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện theo yêu cầu vận dụng. - Thảo luận, trả lời câu hỏi của Gv. Đội hình tập luyện theo nhóm

		dung các động tác và trò chơi đã học để tập luyện buổi sáng và vui chơi cùng các bạn	- Cán sự hướng dẫn lớp hướng dẫn luyện
<p>5. Hoạt động kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phục hồi sau tập luyện - Nhận xét về các hoạt động học tập và Giao nhiệm vụ học tập về nhà - Xuống lớp 	4'	<ul style="list-style-type: none"> - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân - GV nhắc nhở nhẹ nhàng, tuyên dương và động viên HS kịp thời qua từng hoạt động. - Hướng dẫn học sinh sử dụng SGK và chuẩn bị bài mới - Xuống lớp: Gv hô giải tán. 	 <ul style="list-style-type: none"> - HS tập trung thực hiện theo chỉ dẫn của GV. - HS nhận nhiệm vụ mới về nhà hoàn thiện - HS đáp khỏe