

1. Khung phân phối chương trình

Các nội dung theo chương trình	Chủ đề	Số bài	Số tiết
Kiến thức chung			
Vận động cơ bản	Đội hình đội ngũ	4	14
	Bài tập thể dục	7	7
	Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản	4	24
Thể thao tự chọn (Chọn 1 trong 2 môn thể thao)	Bóng đá mini	6	18
	Bóng rổ	6	18

Những lưu ý khi lựa chọn nội dung

- Lựa chọn nội dung, sắp xếp thứ tự bài dạy, thời lượng cho một bài dạy hoàn toàn thuộc quyền của GV. Phần vận động cơ bản là nội dung bắt buộc, phần thể thao tự chọn là lựa chọn của HS và GV tùy theo nhu cầu của HS cầu, đặc điểm điều kiện chủ quan và khách quan của của nhà trường.
- Một bài dạy, GV có thể lựa chọn hơn một chủ đề để giảng dạy, nhưng nên cân nhắc đến đối tượng HS đầu cấp tiểu học còn nhỏ và khả năng tiếp thu không cao, khả năng tập trung thấp, thời gian tiết dạy ngắn 35 - 40 phút, không nên chọn quá nhiều nội dung trong một bài dạy.
- Sắp xếp bài dạy trong từng chủ đề cần tuân thủ theo nguyên tắc giảng dạy, cần trang bị cho HS kiến thức và kỹ năng từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp, nên lựa chọn theo trình tự bài trong sách giáo khoa và sách GV đã hướng dẫn.

II. Giáo án môn GDTC sách Cánh diều cho cả năm

CHỦ ĐỀ 1: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

Bài 1: TƯ THẾ ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ, TẬP HỢP HÀNG ĐỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ

(3 tiết)

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 đứng nghiêm, đứng nghỉ, cách tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số
- 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 đứng nghiêm, đứng nghỉ, cách tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

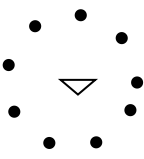


- **Phương tiện:**

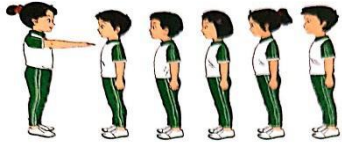
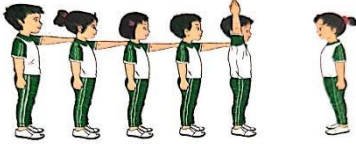

- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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, tập luyện theo cặp.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p> <p>Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p> <p>- Trò chơi “ lộn cầu vòng”</p>	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. * Đứng nghiêm, đứng nghỉ</p>	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	
<p>Hoạt động 1 * Kiến thức. * Đứng nghiêm, đứng nghỉ</p> 	16-18’	Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh
<p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p>	2 lần	Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu - GV hô - HS tập theo Gv.	HS quan sát GV làm mẫu - Đội hình tập luyện đồng loạt.
<p>Tập theo tổ nhóm</p>	2 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
<p>Tập theo cặp đôi</p>	1 lần	- GV cho 2 HS quay mặt vào nhau tạo thành từng cặp để tập luyện.	GV -ĐH tập luyện theo cặp
<p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Số chẵn số lẻ”, “ đứng ngồi theo lệnh”.</p>	3-5’	- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi	 - Từng tổ lên thi đua - trình diễn - Chơi theo đội hình hàng ngang

<p>Hoạt động 2 *Kiến thức *Tập hợp hàng dọc</p>  <p>* Luyện tập Hoạt động 3 * Kiến thức *Dóng hàng dọc</p>  <p>*Điểm số hàng dọc</p>  <p>* Luyện Tập 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</p>	<p>4- 5'</p>	<p>cho HS. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN thực hiện lại bài tập: tập hợp hàng dọc, dàn hàng đứng nghiêm, nghỉ cho người thân xem.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
---	--------------	--	--

Ngày soạn:

Bài 2: TẬP HỢP HÀNG NGANG, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ
(3 tiết)

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 cách thực hiện tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và cách thực hiện tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

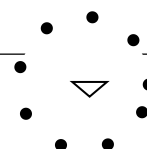
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học



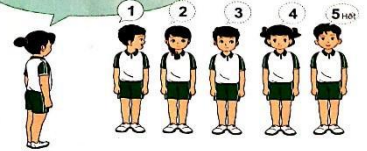
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “ đứng ngồi	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.



<p>theo lệnh”</p> <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <p>* Tập hợp hàng ngang</p> <p>Khẩu lệnh: Thành 1 (2, 3, 4,...) hàng ngang – tập hợp!</p>  <p>* Dóng hàng</p> <p>Khẩu lệnh: Nhìn phải – thẳng!</p>  <p>* Điểm số</p> <p>Khẩu lệnh: Từ 1 đến hết – điểm số!</p>  <p>* Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “thi xếp hàng nhanh”, “đứng ngồi theo lệnh”.</p> <p>Hoạt động 2</p> <p>* Kiến thức</p>	<p>16-18’</p> <p>4 lần</p> <p>2 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>- GV hướng dẫn chơi</p> <p>Cho HS quan sát tranh GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv.</p> <p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, tổ chức chơi trò chơi cho HS.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Nhắc lại cách tập hợp</p>	<p>- Đội hình HS quan sát tranh</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV</p> <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>
---	--	---	--

<p>Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số. *Luyện tập Hoạt động 3 *Kiến thức Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số. *Luyện tập 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</p>	<p>4- 5'</p>	<p>hàng ngang, dóng hàng, điểm số. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1 Nhắc lại cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
--	--------------	---	--

Ngày soạn:

Bài 3: DÀN HÀNG NGANG, ĐÒN HÀNG NGANG.

(3 tiết)

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 cách thực hiện dàn hàng ngang và đôn hàng ngang trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và cách thực hiện dàn hàng ngang và đôn hàng ngang.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được dàn hàng ngang và đôn hàng ngang.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

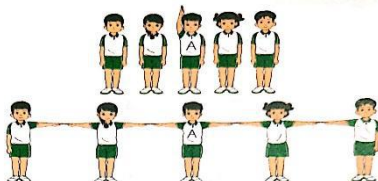

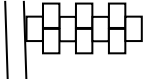

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

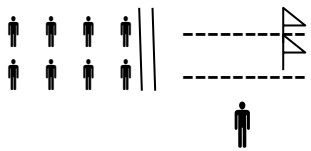
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p> <p>Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”</p>	5 – 7’	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Dàn hàng ngang</p>  <p>- Dồn hàng ngang</p> 	2 x 8 N 16-18’	<p>- Gv HD học sinh khởi động.</p> <p>- GV hướng dẫn chơi</p> <p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p>	<p>- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.</p>  <p>- Đội hình HS quan sát tranh</p>
<p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> 	2 lần 4 lần	<p>- GV hô - HS tập theo Gv.</p> <p>- Gv quan sát, sửa sai</p>	<p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p>

<p>Tập theo tổ nhóm</p>	<p>1 lần</p>	<p>cho HS.</p> <p>- Yc Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p>	<p><i>ĐH tập luyện theo tổ</i></p>
<p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “lò cò tiếp sức”, “ đứng ngồi theo lệnh”.</p>	<p>3-5’</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p>	<p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> <p style="text-align: right;">GV</p> 
<p>Hoạt động 2</p> <p>*Kiến thức</p> <p>Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 3</p> <p>*Kiến thức</p> <p>Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>4- 5’</p>	<p>Nhắc lại cách dàn hàng ngang, dóng hàng, dóng.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách dàn hàng ngang, dóng hàng, dóng.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- <i>ĐH kết thúc</i></p>

Ngày soạn:

Bài 4: ĐỘNG TÁC QUAY TRÁI, QUAY PHẢI, QUAY SAU.

(5 tiết)

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 cách thực hiện các động tác quay trái, quay phải, quay 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: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện các động tác quay trái, quay phải, quay sau đúng 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 các động tác quay trái, quay phải, quay sau.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

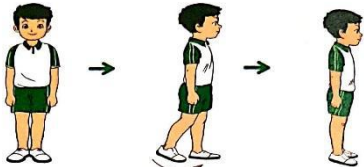


- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phụ thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

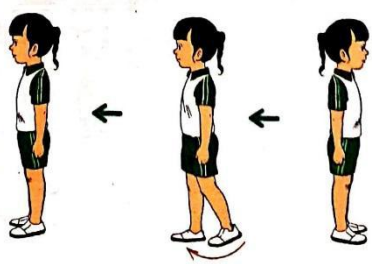
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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	2 x 8 N	- Gv HD học sinh	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.

<p>- Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,...</p> <p>- Trò chơi “ chuyên bóng tiếp sức”</p> <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <p>- Động tác quay trái</p>  <p>- Động tác quay phải</p>  <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”, “ số chẵn số lẻ”.</p> <p>Hoạt động 2</p>	<p>16-18’</p> <p>4 lần</p> <p>4 lần</p> <p>8 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>khởi động.</p> <p>- GV hướng dẫn chơi</p> <p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv.</p> <p>- Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt</p>	<p>- Đội hình HS quan sát tranh</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV</p> <p>-DH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>
--	---	---	--

<p>*Kiến thức Động tác quay sau</p>  <p>*Luyện tập Hoạt động 3 *Kiến thức Ôn quay trái, quay phải, quay sau. *Luyện tập</p> <p>Hoạt động 4 *Kiến thức Ôn quay trái, quay phải, quay sau. *Luyện tập Hoạt động 5 *Kiến thức Ôn quay trái, quay phải, quay sau. *Luyện tập</p> <p>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</p>	<p>4- 5'</p>	<p>người phạm luật</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1.</p> <p>Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1 Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1 Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1 Nhắc lại kĩ thuật, cách thực hiện động tác quay trái, quay phải, quay sau. Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn bài đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
--	--------------	---	---

CHỦ ĐỀ 2: BÀI TẬP THỂ DỤC

Ngày soạn:

Bài 5: ĐỘNG TÁC VƯỜN THỜ. (1 tiết)

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 cách thực hiện động tác vươn thở trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vươn thở đúng đúng nhịp và đúng phương 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 động tác vươn thở.

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

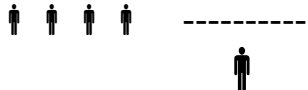
- Phương pháp dạy học chính: Làm mẫu, sử dụng lời nói, tập luyện, trò chơi và thi đấu.

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

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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,	Đội hình nhận lớp

<p>Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh” <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Động tác vươn thở  <p>Nhip 5,6,7,8 thực hiện như nhip 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>16-18’</p> <p>2 lần 4 x 8N</p> <p>4 lần 4 x 8N</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần 4 x 8N</p> <p>3-5’</p>	<p>yêu cầu giờ học</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi <p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. - Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p style="text-align: right;">GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> 
--	---	--	---

<p>III.Kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <ul style="list-style-type: none"> * Xuống lớp 	<p>4- 5'</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn động tác vươn thở và chuẩn bị bài sau. 	<div style="text-align: center;">  </div> <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
---	--------------	---	---

Ngày soạn:

Bài 6: ĐỘNG TÁC VƯỜN THỜ.

(1 tiết)

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

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác tay đúng nhịp và đúng phương 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 động tác tay.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường
- **Phương tiện:**

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

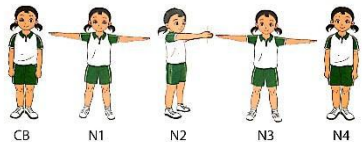
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


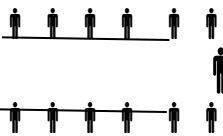
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “đứng ngồi theo lệnh”	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở. * Kiến thức. - Động tác tay	2 x 8 N	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh
 Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang	2 lần 4 x 8N	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	HS quan sát GV làm mẫu
* Luyện tập Tập đồng loạt	4 lần 4 x 8N	- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.

<p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p>	<p>4 lần 4 x 8N</p> <p>1 lần 4 x 8N</p>	<p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ</p>
<p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Kéo cưa lừa xẻ”.</p>	<p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p>	<p>GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p> 
<p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>		<p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>

Ngày soạn:

Bài 7: ĐỘNG TÁC chân.
(1 tiết)

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, chăm chỉ 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 cách thực hiện động tác chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác chân đúng đúng nhịp và đúng phương 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 động tác chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

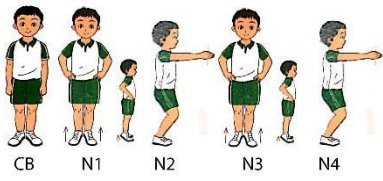
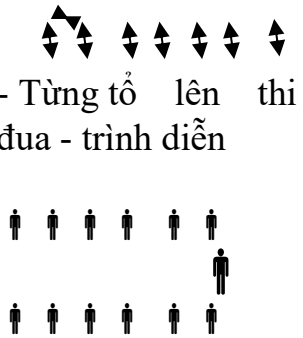
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “Rồng rắn lên mây”	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.

<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở, tay. * Kiến thức. - Động tác chân</p>  <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4.</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “chuyền nhanh, nhảy nhanh”.</p> <p>III.Kết thúc * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>2 lần 4 x 8N</p> <p>4 x 8N</p> <p>4 x 8N</p> <p>2 x 8N</p> <p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật - GV hướng dẫn</p>	<p>- Đội hình HS quan sát tranh</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p><i>ĐH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV -ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>
--	---	---	--

Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà * Xuống lớp		- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.	HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc
---	--	---	---

Ngày soạn:

Bài 8: ĐỘNG TÁC VẬN MÌNH.

(1 tiết)

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 cách thực hiện động tác vận mình trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác vận mình đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 vận mình.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

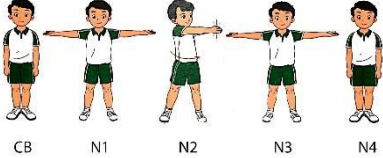
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


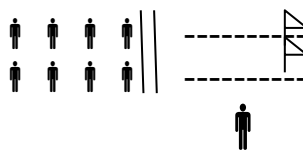
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p>	5 – 7'	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
<p>Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”</p>	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân. * Kiến thức. - Động tác vận mình</p>	2 x 8 N	Cho HS quan sát tranh	- Đội hình HS quan sát tranh
 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang</p>	2 lần 4 x 8N	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	HS quan sát GV làm mẫu
<p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p>	2 lần 4 x 8N	- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
<p>Tập theo tổ nhóm</p>	4 lần 4 x 8N	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	<i>DH tập luyện theo tổ</i>
<p>Tập theo cặp đôi</p>			

<p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Lò cò tiếp sức”.</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>1 lần 2 x 8N</p> <p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p style="text-align: right;">GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
--	--	---	---

Ngày soạn:

Bài 9: ĐỘNG TÁC LƯNG BỤNG.

(1 tiết)

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 cách thực hiện động tác lưng bụng trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác lưng bụng đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 lưng 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.

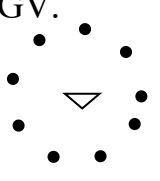
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

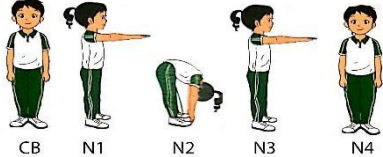

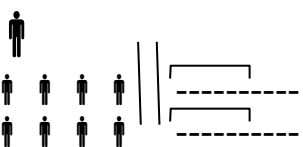
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “mèo đuổi chuột”	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình. * Kiến thức. - Động tác lưng bụng	2 x 8N	Cho HS quan sát tranh	

 <p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang *Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>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</p>	<p>2 lần 4 x 8N</p> <p>4 lần 2 x 8N</p> <p>4 lần 4 x 8N</p> <p>1 lần 2 x 8N</p> <p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Yc Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV -ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng - <i>DH kết thúc</i></p>
---	--	--	--

--	--	--	--

Ngày soạn:

Bài 10: ĐỘNG TÁC PHỐI HỢP.

(1 tiết)

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

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác phối hợp đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện. 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 phối hợp.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

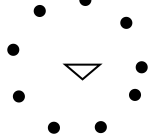
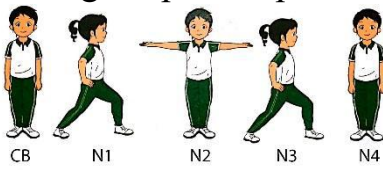
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu
----------	------	---------------------------------

		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 “bịt mắt bắt dê”	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng. * Kiến thức. - Động tác phối hợp	16-18'	- GV hướng dẫn chơi	
 Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải lên trước.	2 x 8N	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh
* Luyện tập Tập đồng loạt	2 lần 4 x 8N	HS quan sát GV làm mẫu	HS quan sát GV làm mẫu
Tập theo tổ nhóm	4 lần 2 x 8N	- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
Tập theo cặp đôi	4 lần 4 x 8N	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	<i>ĐH tập luyện theo tổ</i>
	1 lần 2 x 8N		GV

nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Biết hô nhịp, cách thực hiện các động tác điều hòa đúng đúng nhịp, đúng phương hướng và tích cực tham gia tập luyện.

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 điều hòa.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

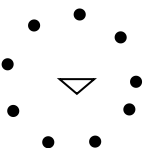
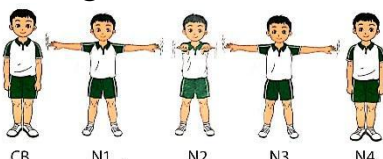
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


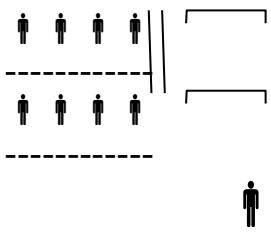
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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 đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “bịt mắt bắt dê”	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Ôn động tác: vươn thở, tay, chân, vặn mình, lưng bụng, phối hợp. * Kiến thức. - Động tác điều hòa	2 x 8N	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh
			

<p>Nhịp 5,6,7,8 thực hiện như nhịp 1,2,3,4 nhưng bước chân phải sang ngang.</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “qua cầu tiếp sức”.</p> <p>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</p>	<p>2 lần 4 x 8N</p> <p>4 lần 2 x 8N</p> <p>4 lần 4 x 8N</p> <p>1 lần 2 x 8N</p> <p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV -DH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng - <i>DH kết thúc</i></p>
---	--	--	--

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

Ngày soạn:

Bài 12: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA ĐẦU VÀ CỔ.

(6 tiết)

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, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện tư thế vận động của đầu và cổ trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của đầu và cổ và tích cực tham gia tập luyện.
- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế vận động của đầu và cổ.

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, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
I. Phần mở đầu	5 – 7'		

<p>Nhận lớp</p> <p>Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh” <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tư thế cúi đầu, ngửa đầu <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  CB </div> <div style="text-align: center;">  cúi đầu </div> <div style="text-align: center;">  đứng nghiêm </div> <div style="text-align: center;">  ngửa đầu </div> </div> <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “mèo đuổi chuột”.</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>16-18’</p> <p>2 x 8N</p> <p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi <p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p>	<p>Đội hình nhận lớp</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. <p>- Đội hình HS quan sát tranh</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p style="text-align: right;">GV</p> <ul style="list-style-type: none"> - DH tập luyện theo cặp đôi <div style="text-align: center;">  </div> <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua - trình diễn
--	--	---	---

Hoạt động 2

***Kiến thức**

Tư thế nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải



***Luyện tập**

Hoạt động 3

***Kiến thức**

Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.

***Luyện tập**

Hoạt động 4

***Kiến thức**

Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.

***Luyện tập**

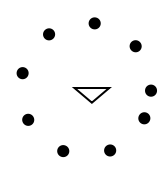
Hoạt động 5

***Kiến thức**

Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.

***Luyện tập**

- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.
- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.
- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật



Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1


Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu,

<p>Hoạt động 6 *Kiến thức Ôn tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>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</p>	<p>4- 5'</p>	<p>nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải. Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện các tư thế cúi đầu, ngửa đầu, nghiêng đầu sang trái, nghiêng đầu sang phải. Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p> 
---	--------------	--	---

Ngày soạn:

Bài 13: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA TAY.
(6 tiết)

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, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện tư thế vận động của tay trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của tay và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế vận động của 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.

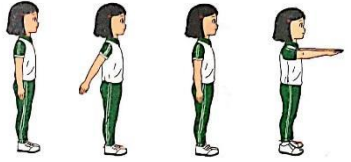


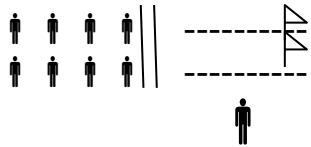
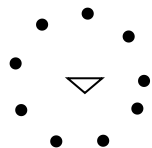
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “nhảy đúng nhảy nhanh”	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Tư thế tay chéch sau, tay đưa ra trước	2 x 8N	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực	- Đội hình HS quan sát tranh

 <p>CB Tay chéch ra sau Đứng nghiêm Tay đưa ra trước</p> <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Giành cờ chiến thắng”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức Tư thế tay dang ngang bàn tay ngửa, tay dang ngang bàn tay úp.</p>  <p>CB Tay dang ngang bàn tay ngửa Đứng nghiêm Tay dang ngang bàn tay úp</p> <p>*Luyện tập Hoạt động 3 *Kiến thức Tư tay chéch cao</p>	<p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS. <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p>	<p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV</p> <p>-DH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua - trình diễn</p>  
---	---	--	---



***Luyện tập**

Hoạt động 4

***Kiến thức**

Ôn tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

***Luyện tập**

Hoạt động 5

***Kiến thức**

Ôn tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

***Luyện tập**

Hoạt động 6

***Kiến thức**

Ôn tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

***Luyện tập**

Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1

4- 5'

Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéo sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéo cao.

Tổ chức giảng dạy

<p>III.Kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <ul style="list-style-type: none"> * Xuống lớp 	<p>nghỉ phần luyện tập của hoạt động 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
---	--	--

Ngày soạn:

Bài 14: TƯ THẾ VẬN ĐỘNG CỦA CHÂN.
(6 tiết)

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, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện tư thế vận động của chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
 - NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện tư thế vận động của chân và tích cực tham gia tập luyện.
- Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được tư thế vận động của chân.

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.

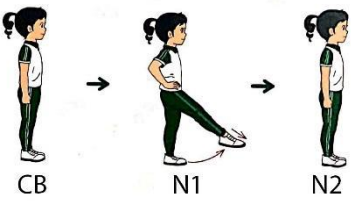
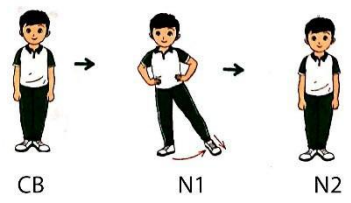

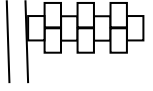
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p>	5 – 7'	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
<p>Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh” 	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông.</p>	16-18'	- GV hướng dẫn chơi	
<p>The diagram illustrates the progression of a standing posture. It shows three stages: 1. CB (Neutral stance), 2. N1 (Heel-raise posture), and 3. N2 (Heel-raise posture with arms extended). Arrows indicate the sequence from CB to N1 and then to N2.</p>	2 x 8N	Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh
<p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p>	2 lần	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	HS quan sát GV làm mẫu
	4 lần	- GV hô - HS tập theo Gv. - Gv quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
<p>Tập theo tổ nhóm</p>	4 lần	- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	ĐH tập luyện theo tổ
<p>Tập theo cặp đôi</p>			

<p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “Nhảy đúng nhảy nhanh”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức Tư thế đứng đưa một chân ra trước, hai tay chống hông.</p>  <p>*Luyện tập Hoạt động 3 *Kiến thức Tư thế đứng đưa một chân sang ngang, hai tay chống hông.</p>  <p>*Luyện tập Hoạt động 4 *Kiến thức Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai</p>	<p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéch</p>	<p>GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <p>- Từng tổ lên thi đua</p> 
--	--------------------------	---	--

<p>tay chống hông.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 5 *Kiến thức Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai tay chống hông.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 6 *Kiến thức Ôn tư thế đứng kiễng gót hai tay chống hông, đứng đưa một chân ra trước hai tay chống hông, đứng đưa một chân sang ngang hai tay chống hông.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>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</p>	<p>4- 5'</p>	<p>cao. Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéch cao. Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện các tư thế tay chéch sau; tay đưa ra trước; hai tay dang ngang bàn tay ngửa; hai tay dang ngang bàn tay úp; tay chéch cao. Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
---	--------------	--	--

Ngày soạn:

Bài 15: CÁC HOẠT ĐỘNG VẬN ĐỘNG PHỐI HỢP CỦA CƠ THỂ. (6 tiết)

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, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh, cách thực hiện bật nhảy về trước và bật cao tay, với vật chuẩn và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được bật nhảy về trước và bật cao, tay với vật chuẩn.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

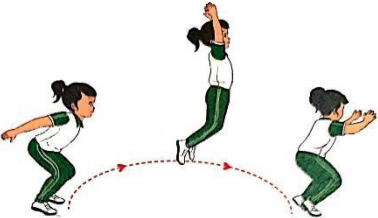
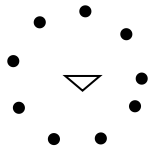

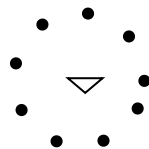
- + Giáo viên chuẩn bị: Tranh ảnh, trang phục thể thao, còi phục vụ trò chơi.
- + Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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, tập luyện theo cặp đôi.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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,	Đội hình nhận lớp

<p>Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “tìm người chỉ huy” <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <ul style="list-style-type: none"> - động tác bật nhảy về trước.  <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Tập theo cặp đôi</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “mèo đuổi chuột”.</p> <p>Hoạt động 2</p>	<p>2 x 8 N</p> <p>16-18’</p> <p>2 x 8N</p> <p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<p>yêu cầu giờ học</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi <p>Cho HS quan sát tranh Hô khẩu lệnh và thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình HS quan sát tranh <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p>GV</p> <p>-ĐH tập luyện theo cặp đôi</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua 
--	--	---	---

***Kiến thức**

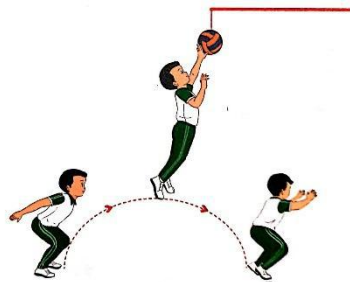
Ôn động tác bật nhảy ra trước.

***Luyện tập**

Hoạt động 3

***Kiến thức**

Động tác bật cao, tay với vật chuẩn.



***Luyện tập**

Hoạt động 4

***Kiến thức**

Ôn động tác bật cao, tay với vật chuẩn.

***Luyện tập**

Hoạt động 5

***Kiến thức**

Ôn động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn.

***Luyện tập**

Hoạt động 6

***Kiến thức**

Ôn động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn.

***Luyện tập**

- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật

Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy ra trước
Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.

Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện động tác bật cao, tay với vật chuẩn

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.

Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy về trước và động tác bật cao, tay với vật chuẩn .

Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1

Nhắc lại cách thực hiện động tác bật nhảy về trước và động

4- 5'

<p>III.Kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <ul style="list-style-type: none"> * Xuống lớp 	<p>tác bật cao, tay với vật chuẩn .</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
---	---	--

CHỦ ĐỀ 4: THỂ THAO TỰ CHỌN BÓNG ĐÁ MI NI

Ngày soạn:

Bài 16: CHUYÊN BÓNG BẰNG HAI TAY THEO HÀNG DỌC.

(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện chuyên bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra 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: Biết cách thực hiện chuyên bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra sau và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được chuyển bóng bằng hai tay trên đầu, sang phải, sang trái, qua hai chân ra sau.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

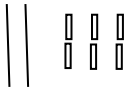

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.




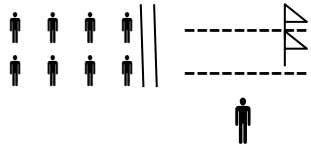
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p>	5 – 7'	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
<p>Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “bật qua chướng ngại vật”</p>	2 x 8 N 16-18'	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác chuyển bóng bằng hai tay trên đầu ra sau.</p>  <p>- Động tác chuyển bóng bằng hai tay sang phải ra</p>	2 Lần	Cho HS quan sát tranh GV thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.	- Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu

<p>sau</p>  <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “lăn bóng”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức - Động tác chuyền bóng bằng hai tay sang trái ra sau.</p>  <p>- Động tác chuyền bóng bằng hai tay qua hai chân ra sau.</p>  <p>*Luyện tập</p>	<p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<ul style="list-style-type: none"> - GV thổi còi cho HS tập. - GV quan sát, sửa sai cho HS. - Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực. - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác chuyền bóng bằng hai tay qua</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p style="text-align: center;">GV</p> <p>▲</p> <p>- Từng tổ lên thi đua, trình diễn</p> 
---	--	---	--

<p>Hoạt động 3</p> <p>*Kiến thức</p> <p>- Ôn động tác chuyền bóng bằng hai tay qua đầu, sang phải, sang trái và qua hai chân ra sau.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>4- 5'</p>	<p>đầu, sang phải, sang trái và qua hai chân ra sau.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
--	--------------	--	--

Ngày soạn:

Bài 17: NÉM BÓNG BẰNG HAI TAY TRÊN ĐẦU RA TRƯỚC.
(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết cách thực hiện ném bóng bằng hai tay trên

đầu ra trước và tích cực tham gia tập luyện.

Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. Thực hiện được ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

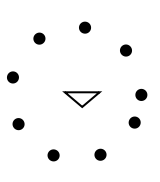
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

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	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “mèo đuổi chuột”	2 x 8 N 16-18'	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác ném bóng bằng hai tay trên đầu ra trước.	2 lần	Cho HS quan sát tranh GV thực hiện động tác mẫu GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ	- Đội hình HS quan sát tranh HS quan sát GV làm mẫu

<p>*Luyện tập</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
--	---	--

Ngày soạn:

Bài 18: LÀM QUEN DỪNG BÓNG BẰNG GAN BÀN CHÂN.

(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện dừng bóng bằng gan bàn chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết cách thực hiện dừng bóng bằng gan bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 dừng bóng bằng gan bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

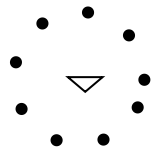

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

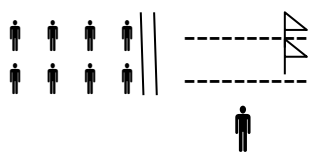
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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.

IV. Tiến trình dạy học

Nội dung	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “kết bạn”	2 x 8 N	- Gv HD học sinh khởi động.	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.	16-18'	- GV hướng dẫn chơi	 - Đội hình HS quan sát tranh
 CB tiếp xúc bóng kết thúc	2 lần	Cho HS quan sát tranh GV thực hiện động tác mẫu	HS quan sát GV làm mẫu
*Luyện tập Tập đồng loạt	2 lần	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - GV thổi còi cho HS tập. - GV quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
	4 lần		

<p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ * Trò chơi “ai nhanh và khéo hơn”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức - Ôn động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 3 *Kiến thức - Ôn động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>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</p>	<p>1 lần 3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác dừng bóng bằng gan bàn chân.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của</p>	<p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p>GV</p> <p>▲ - Từng tổ lên thi đua, trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
---	------------------------------------	---	---

		hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.	
--	--	---	--

Ngày soạn:

Bài 19: LÀM QUEN DẪN BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện dẫn bóng bằng lòng bàn chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết cách thực hiện dẫn bóng bằng lòng bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 dẫn bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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


+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


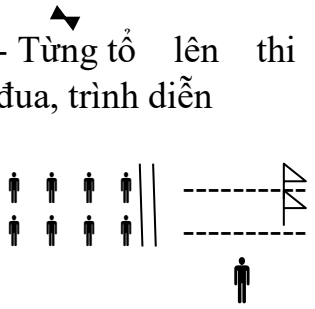
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		Hoạt động GV	Hoạt động HS
<p>I. Phần mở đầu Nhận lớp</p>	5 – 7'	Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học	Đội hình nhận lớp
<p>Khởi động - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “đứng ngồi theo lệnh”</p>	2 x 8 N 16-18'	- Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.
<p>II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác dẫn bóng bằng chân thuận.</p>	2 lần	Cho HS quan sát tranh GV thực hiện động tác mẫu	- Đội hình HS quan sát tranh
 <p>CB động tác</p>	2 lần	GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác. - GV thổi còi cho HS tập. - GV quan sát, sửa sai cho HS.	HS quan sát GV làm mẫu
<p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p>	4 lần	- GV quan sát, sửa sai cho HS.	- Đội hình tập luyện đồng loạt.
<p>Tập theo tổ nhóm</p>		- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.	
<p>Thi đua giữa các tổ</p>	1 lần		<i>DH tập luyện theo tổ</i>

<p>* Trò chơi “dẫn bóng”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức - Động tác dẫn bóng bằng hai chân.</p>  <p>*Luyện tập Hoạt động 3 *Kiến thức - Ôn động tác dẫn bóng bằng chân thuận và bằng hai chân. *Luyện tập</p> <p>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</p>	<p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Tổ chức giảng dạy như hoạt động 1.</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác dẫn bóng bằng chân thuận và bằng hai chân.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>- GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>GV</p> <p>- Từng tổ lên thi đua, trình diễn</p>  <p>HS thực hiện thả lỏng - ĐH kết thúc</p>
---	--------------------------	---	--

Ngày soạn:

Bài 20: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN.

(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân trong sách giáo khoa.
- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

2.2. Năng lực đặc thù:

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- NL vận động cơ bản: Biết cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân và tích cực tham gia tập luyện.

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 đá bóng bằng lòng bàn chân.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.


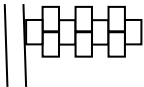
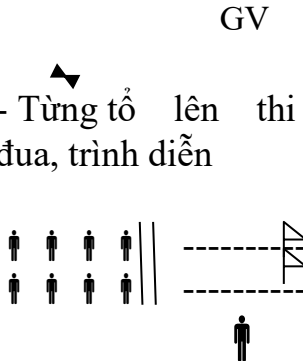
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo

<p>Khởi động</p> <ul style="list-style-type: none"> - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... - Trò chơi “nhảy ô tiếp sức” <p>II. Phần cơ bản:</p> <p>Hoạt động 1</p> <p>* Kiến thức.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.  <p><small>đặt chân trụ vung chân lêng đá bóng bằng chân thuận kết thúc</small></p> <p>*Luyện tập</p> <p>Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “lăn bóng”.</p> <p>Hoạt động 2</p> <p>*Kiến thức</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ôn động tác đá bóng 	<p>2 x 8 N</p> <p>16-18’</p> <p>2 lần</p> <p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gv HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi <p>Cho HS quan sát tranh GV thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV thổi còi cho HS tập. - GV quan sát, sửa sai cho HS. <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ. - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi. - Cho HS chơi thử và chơi chính thức. - Nhận xét tuyên 	<p>sĩ số, tình hình lớp cho GV.</p>  <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình HS quan sát tranh <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Đội hình tập luyện đồng loạt. <p><i>DH tập luyện theo tổ</i></p> <p>GV</p> <ul style="list-style-type: none"> - Từng tổ lên thi đua, trình diễn 
--	--	---	--

<p>bằng lòng bàn chân.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 3</p> <p>*Kiến thức</p> <p>- Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>III.Kết thúc</p> <p>* Thả lỏng cơ toàn thân.</p> <p>* Nhận xét, đánh giá chung của buổi học.</p> <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <p>* Xuống lớp</p>	<p>4- 5'</p>	<p>ương và sử phạt người phạm luật</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>- GV hướng dẫn</p> <p>- Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs.</p> <p>- VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau.</p>	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- ĐH kết thúc</p>
--	--------------	---	--

Ngày soạn:

Bài 21: LÀM QUEN ĐÁ BÓNG BẰNG LÒNG BÀN CHÂN VÀO CẦU MÔN.

(3 tiết)

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 TDTT và hoạt động tập thể.
- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, rèn luyện tư thế, tác phong 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 cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn

chân vào cầu môn trong sách giáo khoa.

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

2.2. Năng lực đặc thù:

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

- NL vận động cơ bản: Biết cách thực hiện đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn và tích cực tham gia tập luyện.

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 đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.

II. Địa điểm – phương tiện

- **Địa điểm:** Sân trường

- **Phương tiện:**

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

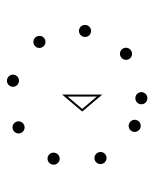
+ Học sinh chuẩn bị: Giày thể thao.

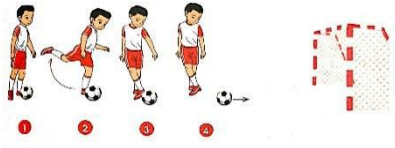
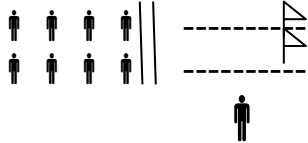
III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học

- 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	LV Đ	Phương pháp, tổ chức và yêu cầu	
		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 “mèo đuổi chuột”	2 x 8 N 16-18'	- GV HD học sinh khởi động. - GV hướng dẫn chơi	- Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV. 
II. Phần cơ bản: Hoạt động 1 * Kiến thức. - Động tác đá bóng bằng	2 lần		- Đội hình HS quan

<p>lòng bàn chân vào cầu môn.</p>  <p>*Luyện tập Tập đồng loạt</p> <p>Tập theo tổ nhóm</p> <p>Thi đua giữa các tổ</p> <p>* Trò chơi “dẫn bóng”.</p> <p>Hoạt động 2 *Kiến thức - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.</p> <p>*Luyện tập</p> <p>Hoạt động 3 *Kiến thức - Ôn động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.</p> <p>*Luyện tập</p>	<p>2 lần</p> <p>4 lần</p> <p>1 lần</p> <p>3-5’</p> <p>4- 5’</p>	<p>Cho HS quan sát tranh</p> <p>GV thực hiện động tác mẫu</p> <p>GV làm mẫu động tác kết hợp phân tích kỹ thuật động tác.</p> <p>- GV thổi còi cho HS tập.</p> <p>- GV quan sát, sửa sai cho HS.</p> <p>- Y,c Tổ trưởng cho các bạn luyện tập theo khu vực.</p> <p>- GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.</p> <p>- GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi.</p> <p>- Cho HS chơi thử và chơi chính thức.</p> <p>- Nhận xét tuyên dương và xử phạt người phạm luật</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <p>Nhắc lại cách thực hiện động tác đá bóng</p>	<p>sát tranh</p> <p>HS quan sát GV làm mẫu</p> <p>- Đội hình tập luyện đồng loạt.</p> <p>ĐH tập luyện theo tổ</p> <p>GV</p> <p>- Từng tổ lên thi đua, trình diễn</p> 
---	---	---	---

<p>III.Kết thúc</p> <ul style="list-style-type: none"> * Thả lỏng cơ toàn thân. * Nhận xét, đánh giá chung của buổi học. <p>Hướng dẫn HS Tự ôn ở nhà</p> <ul style="list-style-type: none"> * Xuống lớp 	<p>bằng lòng bàn chân vào cầu môn.</p> <p>Tổ chức giảng dạy như phần luyện tập của hoạt động 1.</p> <ul style="list-style-type: none"> - GV hướng dẫn - Nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của hs. - VN ôn các động tác đã học và chuẩn bị bài sau. 	<p>HS thực hiện thả lỏng</p> <p>- <i>ĐH kết thúc</i></p>
---	---	---