|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | |
| Môn: Thể dục  Tiết: 23 Tuần: 12  Lớp: 2ABCD  Giáo viên: Nguyễn Thị Thu Hằng | | | **KẾ HOẠCH BÀI DẠY**  Thứ 4 ngày 223 tháng 11 năm 2022 | |

**Học động tác Nhảy**

**Trò chơi: Mèo đuổi chuột**

**I.Yêu cầu cần đạt:** Sau bài học, học sinh có khả năng:

**1. Năng lực chung:**

- Sẵn sàng, vui vẻ nhận nhiệm vụ được cô giáo giao.

- Biết phát hiện các lỗi sai thường mắc và cách khắc phục khi thực hiện động tác.

**2. Năng lực đặc thù:**

- Biết thực hiện vệ sinh cá nhân,vệ sinh sân tập luyện.

- Biết thực hiện động tác và vận dụng vào các hoạt động tập thể.

- Biết quan sát tranh, quan sát giáo viên tập mẫu, biết thực hiện động tác. Tự giác, tích cực trong tập luyện thể thao.

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

- Tôn trọng thầy cô, yêu quý bạn bè.

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

- Hình thành thói quen tập luyện thể thao.

**II. Đồ dùng dạy học:**

**- Địa điểm**: Sân trường vệ sinh sạch sẽ

**- Phương tiện:** Còi,nhạc,tranh

**III. Các hoạt động dạy học chủ yếu:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng**  **vận động** | | | **Phương pháp tổ chức và yêu cầu** | |
| **Thời gian** | | **Số lần** | **Hoạt động**  **của GV** | **Hoạt động**  **của HS** |
| **I. Phần mở đầu**  1.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       |
| 2.Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cánh tay, cổ chân, vai, khớp hông, gối... | 1-2’ | 2x8N | | - GV (LT) điều khiển học sinh khởi động. | -Học sinh khởi động theo nhịp hô của cán sự. |
|  |  |  | |  |  |
| 3.Trò chơi:  Nhóm ba, nhóm bảy | 1’ | 2-3 lần | | - GV hướng dẫn các em cách chơi. | -HS tham gia chơi theo điều khiển của GV  https://lh4.googleusercontent.com/GAFVg-121Km9cvfjhUCTLj7W1RcTCw2OxXYZmCNmRkVGCcJwvl2EMxjyv2oG_STuh8Ey6YvqqLvgnK9o36SKZ2LOU-OoyIDQF3atjYUj5tK2DLE9xJpK2fYHUrUhI6Ibhkl2vEI |
| 4. ktbc: | 2’ |  | | GV đặt câu hỏi | -HS xung phong.  -HS nhận xét bạn.  -GV nhận xét, chốt, khen. |
| **II. Phần cơ bản**  **1.Kiến thức:**  \*Động tác Nhảy.  N1:Bật nhảy tách chân, 2 chân rơi xuống đứng rộng bằng vai, 2 tay dang ngang bàn tay úp .  N2: Bật nhảy lên, thu chân và tay về TTCB.  N3: như N1 nhưng 2 tay đưa ra trước vỗ vào nhau.  N4:Bật nhảy lên, thu chân và tay về TTCB  N5678 -N:1234 | 16-18’ | 3-4 lần | | - G V cho HS quan sát tranh, phân tích, nhấn mạnh điểm mấu chốt của động tác.  - Lần 1: GV giải thích, kết hợp tập mẫu động tác.  - Lần 2: GV hướng dẫn chậm và cho cả lớp tập động tác cùng chiều theo nhịp hô.  -GV hô HS cả lớp tập.  -GV quan sát, sửa sai cho HS. | - HS quan sát GV hướng dẫn thực hiện động tác.  - Đội hình quan sát tranh        - HS thực hiện theo nhịp hô của GV . |
| nhảy |  |  | | - Lần 3: GV cho 2-4 học sinh lên thực hiện động tác.  - GV nhận xét, sửa sai, động viên, khen | - HS lên tập, các bạn bên dưới quan sát, nhận xét. |
|  |  |  | | - Lần 4: GV cho cán sự hô nhịp cho các bạn tập;GV quan sát, sửa sai cho hs. | - Cả lớp tập theo nhịp hô của cán sự. |
| **2. Luyện tập:**  \*Tập đồng loạt: | 2-3’ | 1-2 lần | | GV hô khẩu lệnh và quan sát học sinh tập.  -GV quan sát, sửa sai | Đội hình tập luyện đồng loạt  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 |
| **\***Luyện tập cá nhân; | 1’ | 2-3 lần | | GV yêu cầu học sinh tập hô nhịp để tập động tác. | HS tại chỗ tự hô nhịp tập động tác. |
| **\***Luyện tập cặp đôi: | 1-2’ |  | | GV hướng dẫn các em tập cặp đôi theo hiệu lệnh còi . | HS tổ 1(3) quay mặt vào tổ 2(4) tạo thành từng cặp đôi luyện tập.  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹 🚹-🚹 |
| \* Tập theo tổ, nhóm: | 2-3’ | 2-3 lần | | - Các tổ di chuyển về các vị trí được GV phân công để tập luyện, tổ trưởng điều khiển.  - GV quan sát chung, sửa sai cho các tổ, nhóm. | Đội hình luyện tập tổ, nhóm  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹 |
| \* Thi đua: | 1-2’ | 1-2 lần | | - GV tổ chức cho các tổ hoặc đại diện các tổ thi đua trình diễn.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá. | - HS quan sát bạn trình diễn, đưa ra nhận xét…  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹     🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                     🚹  🚹🚹🚹🚹🚹 |
| **3. Trò chơi:**  Mèo đuổi chuột | 3-5’ | 1-2 lần | | - GV nêu tên trò chơi, luật chơi.  - Tổ chức cho HS chơi có thi đua.  Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi. | Đội hình trò chơi.  -HS nhắc lại cách chơi, luật chơi.  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4 |
| **4. BT phát triển thể lực**  Chạy bước nhỏ tại chỗ, tay đánh tự nhiên (10-15 lần). | 2-3’ | 2 lần | | GV hướng dẫn động tác. | HS thực hiện sau mỗi lần cần đi lại nhẹ nhàng hít thở sâu. |
| **5. Vận dụng:** | 1’ |  | | Hướng dẫn học sinh biết cách tự hô và tập động tác trong lúc nghỉ giải lao hoặc nếu thấy cơ thể mệt mỏi thì các em tập động tác 1 vài lần cho cơ thể khỏe mạnh. | HS vận dụng thực hiện động tác theo nhịp hô hàng ngày cho cơ thể khỏe mạnh, tạo thói quen luyện tập thể dục. |
| **III. Phần kết thúc**  1. Thả lỏng hoặc múa hát.  2. GV - HS cùng nhau hệ thống nội dung bài.  3. Gv nhận xét giờ học, nêu ưu điểm, tồn tại của lớp, cá nhân cần phát huy và cố gắng luyện tập.  4. Dặn dò học sinh luyện tập tại nhà.  5. Kết thúc giờ học. | 5 - 6’ |  | | -GV(LT) điều khiển  - GV chia sẻ, chốt  -GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS trong giờ học.  GV “Lớp giải tán” | -HS thực hiện một sô động tác thả lỏng theo nhịp hoặc múa hát.  -HS lên giao lưu, chia sẻ bài học.  - Đội hình kết thúc        “ Khỏe” |

|  |  |
| --- | --- |
| Môn: Thể dục  Tiết: 24 Tuần: 12  Lớp: 2 ABCD  Giáo viên: Nguyễn Thị Thu Hằng | **KẾ HOẠCH BÀI DẠY**  Thứ 5 ngày 24 tháng 11 năm2022 |

**Học động tác Điều hòa**

**Trò chơi: Méo đuổi chuột**

**I.Yêu cầu cần đạt:** Sau bài học, học sinh có khả năng:

**1. Năng lực chung:**

- Sẵn sàng, vui vẻ nhận nhiệm vụ được cô giáo giao.

- Biết phát hiện các lỗi sai thường mắc và cách khắc phục khi thực hiện động tác.

**2. Năng lực đặc thù:**

- Biết thực hiện vệ sinh cá nhân,vệ sinh sân tập luyện.

- Biết thực hiện động tác và vận dụng vào các hoạt động tập thể.

- Biết quan sát tranh, quan sát giáo viên tập mẫu, biết thực hiện động tác. Tự giác, tích cực trong tập luyện thể thao.

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

- Tôn trọng thầy cô, yêu quý bạn bè.

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

- Hình thành thói quen tập luyện thể thao.

**II. Đồ dùng dạy học:**

**- Địa điểm**: Sân trường vệ sinh sạch sẽ

**- Phương tiện:** Còi,loa, tranh

**III. Các hoạt động dạy học chủ yếu:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Lượng**  **vận động** | | | **Phương pháp tổ chức và yêu cầu** | |
| **Thời gian** | | **Số lần** | **Hoạt động**  **của GV** | **Hoạt động**  **của HS** |
| **I. Phần mở đầu**  1.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       |
| 2.Khởi động  - Xoay các khớp cổ tay, cánh tay, cổ chân, vai, khớp hông, gối... | 1-2’ | 2x8N | | - GV (LT) điều khiển học sinh khởi động. | -Học sinh khởi động theo nhịp hô của cán sự. |
|  |  |  | |  |  |
| 3.Trò chơi:  Kết bạn | 1’ | 2-3 lần | | - GV hướng dẫn các em cách chơi. | -HS tham gia chơi theo điều khiển của GV  TC kết bạn |
| 4. ktbc: | 2’ |  | | GV đặt câu hỏi | -HS xung phong.  -HS nhận xét bạn.  -GV nhận xét, chốt, khen. |
| **II. Phần cơ bản**  **1.Kiến thức:**  \*Động tác Điều hòa.  N1:Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, 2 tay đưa ra trước bàn tay úp, lắc cổ tay.  N2: Hai tay đưa sang ngang bàn tay úp, lắc cổ tay.  N3:Hai tay đưa ra trước bàn tay úp, lắc cổ tay.  N4: TTCB  N5678 -N:1234 đổi chân | 16-18’ | 3-4 lần | | - G V cho HS quan sát tranh, phân tích, nhấn mạnh điểm mấu chốt của động tác.  - Lần 1: GV giải thích, kết hợp tập mẫu động tác.  - Lần 2: GV hướng dẫn chậm và cho cả lớp tập động tác cùng chiều theo nhịp hô.  -GV hô HS cả lớp tập.  -GV quan sát, sửa sai cho HS. | - HS quan sát GV hướng dẫn thực hiện động tác.  - Đội hình quan sát tranh        - HS thực hiện theo nhịp hô của GV . |
| điều hòa |  |  | | - Lần 3: GV cho 2-4 học sinh lên thực hiện động tác.  - GV nhận xét, sửa sai, động viên, khen | - HS lên tập, các bạn bên dưới quan sát, nhận xét. |
|  |  |  | | - Lần 4: GV cho cán sự hô nhịp cho các bạn tập;GV quan sát, sửa sai cho hs. | - Cả lớp tập theo nhịp hô của cán sự. |
| **2. Luyện tập:**  \*Tập đồng loạt: | 2-3’ | 1-2 lần | | GV hô khẩu lệnh và quan sát học sinh tập.  -GV quan sát, sửa sai | Đội hình tập luyện đồng loạt  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹 |
| **\***Luyện tập cá nhân; | 1’ | 2-3 lần | | GV yêu cầu học sinh tập hô nhịp để tập động tác. | HS tại chỗ tự hô nhịp tập động tác. |
| **\***Luyện tập cặp đôi: | 1-2’ |  | | GV hướng dẫn các em tập cặp đôi theo hiệu lệnh còi . | HS tổ 1(3) quay mặt vào tổ 2(4) tạo thành từng cặp đôi luyện tập.  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹-🚹  🚹-🚹 🚹 🚹-🚹 |
| \* Tập theo tổ, nhóm: | 2-3’ | 2-3 lần | | - Các tổ di chuyển về các vị trí được GV phân công để tập luyện, tổ trưởng điều khiển.  - GV quan sát chung, sửa sai cho các tổ, nhóm. | Đội hình luyện tập tổ, nhóm  🚹                 🚹  🚹🚹       🚹      🚹🚹  🚹       GV    🚹 |
| \* Thi đua: | 1-2’ | 1-2 lần | | - GV tổ chức cho các tổ hoặc đại diện các tổ thi đua trình diễn.  - GV cùng HS nhận xét, đánh giá. | - HS quan sát bạn trình diễn, đưa ra nhận xét…  🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹     🚹🚹🚹🚹🚹🚹🚹                     🚹  🚹🚹🚹🚹🚹 |
| **3. Trò chơi:**  Mèo đuổi chuột | 3-5’ | 1-2 lần | | - GV nêu tên trò chơi, luật chơi.  - Tổ chức cho HS chơi, có thi đua.  Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi. | Đội hình trò chơi.  -HS nhắc lại cách chơi, luật chơi.  https://lh5.googleusercontent.com/fIbmdxGZyNOoaPtNPuJEu_zDPqFRrzBpUeYNeYNPvBZ4nfscIGJ-8N8j0FK9vGUK_AfLCRoJ2EfkhDdYmr7B286a5f0x1xK5J9aOnAsk8bMXz5JTnhJPdBGktqFrdXkBQ6O3CY4 |
| **4. BT phát triển thể lực**  Chạy bước nhỏ tại chỗ, tay đánh tự nhiên (10-15 lần). | 2-3’ | 2 lần | | GV hướng dẫn động tác. | HS thực hiện sau mỗi lần cần đi lại nhẹ nhàng hít thở sâu. |
| **5. Vận dụng:** | 1’ |  | | Hướng dẫn học sinh biết cách tự hô và tập động tác trong lúc nghỉ giải lao hoặc nếu thấy cơ thể mệt mỏi thì các em tập động tác 1 vài lần cho cơ thể khỏe mạnh. | HS vận dụng thực hiện động tác theo nhịp hô hàng ngày cho cơ thể khỏe mạnh, tạo thói quen luyện tập thể dục. |
| **III. Phần kết thúc**  1. Thả lỏng hoặc múa hát.  2. GV - HS cùng nhau hệ thống nội dung bài.  3. Gv nhận xét giờ học, nêu ưu điểm, tồn tại của lớp, cá nhân cần phát huy và cố gắng luyện tập.  4. Dặn dò học sinh luyện tập tại nhà.  5. Kết thúc giờ học. | 5 - 6’ |  | | -GV(LT) điều khiển  - GV chia sẻ, chốt  -GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS trong giờ học.  GV “Lớp giải tán” | -HS thực hiện một sô động tác thả lỏng theo nhịp hoặc múa hát.  -HS lên giao lưu, chia sẻ bài học.  - Đội hình kết thúc        “ Khỏe” |

Điều chỉnh sau bài dạy:

|  |  |
| --- | --- |
| Môn: Thể dục  Tiết: Tuần: 1  Lớp: 2ABCD  Giáo viên: Nguyễn Thị Thu Hằng | **KẾ HOẠCH BÀI DẠY**  Thứ ngày tháng 11 năm 2021 |

Điều chỉnh sau bài dạy: GV gửi video, hình ảnh, tranh minh họa động tác; Phiếu học tập; phối hợp với CMHS để hỗ trợ HS tập luyện động tác trong giờ học và tập luyện hàng ngày trong thời gian phòng dịch Covid.