|  |  |
| --- | --- |
| Môn: Thể dục  Tiết: 35 Tuần: 18  Lớp: 4ABCD  Giáo viên: Nguyễn Thị Thu Hằng | **KẾ HOẠCH BÀI DẠY**  Thứ ba ngày 4 tháng 01 năm 2021 |

- Bài tập **RLTTCB: Ôn Đi nhanh chuyển sang chạy.**

**- Học Trò chơi: Chạy theo hình tam giác.**

**I. Mục tiêu:** Sau bài học, học sinh có khả năng:

1. Kiến thức: Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng; Ôn đi nhanh chuyển sang chạy; Trò chơi Chạy theo hình tam giác.   
 2. Kĩ năng: HS thực hiện động tác tương đối chính xác, đúng tư thế biên độ, biết cách chơi và tham gia chơi tương đối chủ động, đảm bảo an toàn.

3. Thái độ: Rèn luyện sự nhanh nhẹn; giúp học sinh tự giác, tích cực trong học tập.

**II. Địa Điểm - Phư­ơng Tiện:**  Sân tr­ường; Còi, cờ nhỏ, rổ, cột mốc, tranh photo trò chơi.

**III. Nội Dung và Phương Pháp Lên Lớp:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Phần** | **Nội Dung** | **Định Lượng** | **Phương Pháp - Hình Thức Tổ Chức** |
| **Mở đầu** | 1. Gv nhận lớp,phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học.    2. Chạy nhẹ nhàng vòng quanh sân tập.  3.Khởi động: xoay các khớp theo nhịp hô.  4. Chơi trò chơi:  Tìm người chỉ huy  5. ktbc: Nêu tên các động tác đã học? Khi thực hiện động tác con cần chú ý điều gì? | 5 -7ph  1ph  2ph  2x8nh  1-2ph  1-2ph  2x8nh | LT báo cáo sĩ số, chúc Gv.  GV quan tâm sức khoẻ học sinh.  LT (Gv ) điều khiển lớp tập khởi động và chơi trò chơi.  HS trả lời và thực hiện động tác theo nhịp, HS nhận xét bạn , GV bổ sung, nhận xét, đánh giá. |
| **Cơ bản** | 1. Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng.  2. Ôn Đi nhanh chuyển sang chạy:  - TTCB: đứng chân trước, chân sau sát vạch xp.  - động tác: hs đi tăng dần tốc độ khi có hiệu lệnh thì chuyển sang chạy, chạy không đặt gót chân xuống mặt đường, đến vạch đích giảm tốc độ đi thường về cuối hàng.  \* Thi đua giữa các tổ:  3. Trò chơi: SGK 25  Chạy theo hình tam giác.  Cách chơi: số 1 rút 1 lá cờ rồi chạy nhanh theo cạnh của tam giác và chạy về cắm cờ vào vị trí ban đầu. Số 2 tiếp tục cho đến hết, đội nào xong trước không phạm qui là thắng.  PQ: xp trước lệnh, Rút và cắm cờ sai qui định. | 3-5ph  1-2 lần  10-15ph  1-2 lần  3-5ph  1lần  8-10 ph  2-3 lần | Gv ®iÒu khiÓn líp tËp theo hiÖu lÖnh. Hs c¸c tæ thay nhau ®iÒu khiÓn.  Gv quan s¸t, uèn n¾n t­ thÕ cho c¸c em.  Tæ chøc cho häc sinh tËp theo ®éi h×nh hµng däc theo v¹ch kÎ ®· chuÈn bÞ.  GV quan s¸t vµ söa t­ thÕ cho tõng hs.    Đ¹i diÖn mçi tæ 1,2 b¹n lªn tËp, hs quan s¸t nhËn xÐt, gv ®¸nh gi¸.  Gv nªu tªn, h­íng dÉn c¸ch ch¬i, cho hs quan s¸t tranh, cho 1 nhãm ch¬i mÉu vµ ch¬i thö, ®iÒu khiÓn líp ch¬i .  Gv cã thÓ chia nhãm ch¬i nam vµ n÷ riªng. GV cho học sinh chơi theo đội hình 2 hàng dọc. |
| **Kết thúc** | 1. Thực hiện 1 số động tác thả lỏng.  2. GV - Hs cùng nhau hệ thống nội dung bài.  HS giao lưu, chia sẻ kiến thức. GV chia sẻ, nhận xét  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,kết thúc giờ học. | 5 ph | Gv – LT hô nhịp cho các bạn tập 1 số động tác thả lỏng hồi tĩnh.  Cán sự lớp điều khiển các bạn chia sẻ, giao lưu nội dung kiến thức bài học.  Hs trả lời,Hs nhận xét, Gv bổ sung đánh giá.  Đội hình xuống lớp. |

Điều chỉnh sau bài dạy: GV dạy trực tuyến (Zoom) cho học sinh quan sát động tác qua video, hình ảnh, tranh minh họa động tác; phối hợp với CMHS để hỗ trợ HS tập luyện. Gửi phiếu học tập cho học sinh luyện tập tại nhà trong thời gian phòng dịch Covid.

|  |  |
| --- | --- |
| Môn: Thể dục  Tiết: 36 Tuần: 18  Lớp: 4ABCD  Giáo viên: Nguyễn Thị Thu Hằng | **KẾ HOẠCH BÀI DẠY**  Thứ tư ngày 5 tháng 01 năm 2021 |

- S**ơ kết HKI**

**- Trò chơi: Chạy theo hình tam giác.**

**I. Mục Tiêu:** Sau bài học, học sinh có khả năng:

1. Kiến thức: hệ thống được những nội dung, kiến thức đã học trong HKI .

2. Kĩ năng: Nêu được khẩu lệnh các nội dung trong ĐHĐN. Tên các động tác bài TD, trò chơi.

3. Thái độ: có tinh thần tự giác trong học tập; biết chia sẻ, giúp đỡ bạn và yêu quí môn học.

**II. Địa Điểm - Phương Tiện:** Sân trường, Còi, cột mốc,.

**III. Nội Dung và Phương Pháp Lên Lớp:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Phần** | **Nội Dung** | **Định Lượng** | **Phương Pháp - Hình Thức Tổ Chức** |
| Mở đầu | 1. Gv nhận lớp,phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học.    2. Chạy nhẹ nhàng vòng quanh sân tập.  3.Khởi động: xoay các khớp theo nhịp hô.  4. Chơi trò chơi:  Chim bay, cò bay | 5 -7ph  1ph  2ph  2x8nh  1-2ph | LT báo cáo sĩ số, chúc Gv.  GV quan tâm sức khoẻ học sinh.  LT (Gv ) điều khiển lớp tập khởi động và chơi trò chơi. |
| Cơ bản | 1. Sơ kết HKI:  - Ôn ĐHĐN: Tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái, đi đều:    - bài TDptc: 8 động tác.  - TDRLTTCB- KNVĐCB: đi vượt chướng ngại vật thấp; đi chuyển hướng phải, trái.  - Trò chơi mới học:  2. Gv nhận xét ưu, nhược điểm của lớp, của tổ, cá nhân.động viên các tổ, cá nhân cần cố gắng trong HKII.  3. Trò chơi:  Chạy theo hình tam giác.  Chuẩn bị: cờ  Cách chơi: Bạn số 1 khi có lệnh rút nhanh cờ sau đó chạy theo cacnhj của tam giác về vị trí ban đầu cắm cờ vào vị trí, bạn số 2 tiếp tục thực hiện như bạn số 1. Trò chơi cứ tiếp tục đội nào xong trước là thắng cuộc. | 15ph  8-10ph  2-3 lần | o o o o o  o o o o o  o o o o o  Gv - HS cùng nhau hệ thống các nội dung đã học. hs nêu các khẩu lệnh, tên các động tác đã học trong từng nội dung. HS có thể tập động tác, hs nhận xét, gv bổ sung, đánh giá.  HS nêu tên, nhắc lại cách chơi, tổ chức cho các em chơi.  Chú ý chơi đúng luật và đảm bảo an toàn trong khi chơi. |
| Kết thúc | 1. Thực hiện 1 số độngt ác thả lỏng.  2. GV - Hs cùng nhau hệ thống nội dung bài.  HS giao lưu, chia sẻ kiến thức. GV chia sẻ, nhận xét  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,kết thúc giờ học. | 5 ph | Gv – LT hô nhịp cho các bạn tập 1 số động tác thả lỏng hồi tĩnh.  Cán sự lớp điều khiển các bạn chia sẻ, giao lưu nội dung kiến thức bài học.  Hs trả lời,Hs nhận xét, Gv bổ sung đánh giá.  Đội hình xuống lớp. |

Điều chỉnh sau bài dạy: GV gửi Video, phiếu học tập cho HS; phối hợp với CMHS để hỗ trợ HS tập luyện tại nhà trong thời gian phòng chống dịch Covid.