**TUẦN 1**

**THỂ DỤC**

Tiết 1 **Giới thiệu chương trình**

**Trò chơi: Nhanh lên bạn ơi**

**I. Mục tiêu**

- Biết được những điểm cơ bản của chương trình và một số nội quy tập luyện trong giờ học thể dục lớp 3.

- Biết cách tập hợp hàng dọc, quay phải, quay trái, đứng nghỉ, đứng nghiêm, biết cách dàn hàng, dồn hàng, cách chào báo cáo, xin phép khi ra vào lớp.

- Trò chơi nhanh lên bạn ơi, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập- còi, cờ

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu**- Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng.- Trò chơi: Làm theo hiệu lệnh**2. Phần cơ bản**- GV giới thiệu chương trình môn thể dục lớp 3.- Chơi trò chơi: Nhanh lên bạn ơi+ GV nêu tên trò chơi+ GV nhắc lại luật chơi+ HS chơi thử+ HS tham gia chơi**3. Phần kết thúc**- Đứng tại chỗ vỗ tay và hát- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại các động tác đội hình đội ngũ ở lớp hai. |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**THỂ DỤC**

Tiết 2 **Đội hình đội ngũ**

**Trò chơi: Nhóm ba, nhóm bảy**

**I. Mục tiêu**

- Biết được những điểm cơ bản của chương trình và một số nội quy tập luyện trong giờ học thể dục lớp 3.

- Biết cách tập hợp hàng dọc, quay phải, quay trái, đứng nghỉ, đứng nghiêm, biết cách dàn hàng, dồn hàng, cách chào báo cáo, xin phép khi ra vào lớp.

- Trò chơi nhóm ba, nhóm bảy, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân chơi " nhóm ba, nhóm bảy"

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu:** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng.- Trò chơi: Làm theo hiệu lệnh**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp hàng dọc, quay phải, quay trái, nghiêm, nghỉ, dàn hàng, dồn hàng, cách chào báo cáo, xin phép ra vào hàng.+ GV nêu động tác, làm mẫu.+ Chia nhóm tập- Chơi trò chơi: Nhóm ba, nhóm bảy+ GV nêu tên trò chơi+ GV nhắc lại luật chơi+ HS chơi thử+ HS tham gia chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm, vỗ tay và hát- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại động tác hai tay chống hông. |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GVx xx xx xx xx x 3m x GV x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV |

**TUẦN 2**

**THỂ DỤC**

 **Đi đều**

**Trò chơi: Kết bạn**

**I. Mục tiêu**

- Bước đầu biết cách đi 1 - 4 hàng dọc theo nhịp ( nhịp 1 bước chân trái, nhịp 2) bước chân phải), biết dóng hàng cho thẳng trong khi đi.

- Biết cách đi theo vạch kẻ thẳng, đi nhanh chuyển sang chạy.

- Trò chơi kết bạn, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu:** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng.- Trò chơi: Làm theo hiệu lệnh**2. Phần cơ bản**- Tập đi đều- Ôn động tác đi kiễng gót hai tay chống hông+ GV nêu động tác+ GV làm mẫu và nêu tóm tắt lại cho HS làm theo.- Chơi trò chơi: Kết bạn+ GV nêu tên trò chơi+ GV nhắc lại luật chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đứng tại chỗ vỗ tay- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại động tác đi đều và đi kiễng gót 2 tay chống hông |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GVxx x x x x x X x x x x x xGV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

Thứ năm, ngày 07

**THỂ DỤC**

 **Bài tập rèn luyện tư thế**

**và kĩ năng vận động cơ bản**

**Trò chơi: Tìm người chỉ huy**

**I. Mục tiêu**

- Bước đầu biết cách đi 1 - 4 hàng dọc theo nhịp ( nhịp 1 bước chân trái, nhịp 2) bước chân phải), biết dóng hàng cho thẳng trong khi đi.

- Biết cách đi theo vạch kẻ thẳng, đi nhanh chuyển sang chạy.

- Trò chơi : Tìm người chỉ huy, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, cờ

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Trò chơi: Có chúng em**2. Phần cơ bản**- Ôn đi đều theo 4 hàng dọc+ GV hô+ Lớp trưởng hô- Ôn động tác kiễng gót 2 tay chống hông - dang ngang- Ôn phối hợp đi theo vạch kẻ thẳng, đi nhanh chuyển sang chạy.- Học trò chơi: Tìm người chỉ huy+ GV nêu tên trò chơi+ GV giải thích cách chơi+ HS chơi thử+ HS chơi thi đua. Sau mỗi lần chơi thì đổi vị trí của người chơi.- Chơi trò chơi: Chạy tiếp sức đã học ở lớp 2+ Chia thành 2 đội HS chơi.**3. Phần kết thúc**- Đi thường và hát- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại các động tác  |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GVx x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x 3m X GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 3**

**THỂ DỤC**

 **Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số**

**Trò chơi: Tìm người chỉ huy**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng dọc, hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái.

- Biết cách đi thường 1 - 4 hàng dọc theo nhịp.

- Thực hiện đi đúng theo vạch kẻ thẳng.

- Trò chơi kết bạn, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Chạy tiếp sức**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái, dàn hàng ngang, dồn hàng.- Cán sự lớp cho tập, GV uốn nắn, nhắc nhở.- Học tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.+ GV giới thiệu, làm mẫu+ HS tập theo+ Tập thi giữa các tổ- Chơi trò chơi: Tìm người chỉ huy+ GV nêu tên trò chơi+ GV nhắc lại luật chơi+ HS chơi thử+ HS chơi thi đua. Sau mỗi lần chơi thì đổi vị trí của người chơi.**3. Phần kết thúc**- Đi thường và hát- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại các động tác đã hoc |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GVx x x x x x x x x x x x x x xx x x x x x x 3m  GV x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV |

 **THỂ DỤC**

**Đội hình, đội ngũ**

**Trò chơi: Tìm người chỉ huy**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng dọc, hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái.

- Biết cách đi thường 1 - 4 hàng dọc theo nhịp.

- Thực hiện đi đúng theo vạch kẻ thẳng.

- Trò chơi Tìm người chỉ huy, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Khởi động các khớp- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Chui qua hầm**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số+ Lần 1, 2 GV điều khiển+ Lớp trưởng điều khiển+ Chia tổ luyện tập+ Tập thi giữa các tổ- Ôn đi đều 4 hàng dọc theo vạch kẻ thẳng.+ GV chia theo tổ để tập+ Tập thi giữa các tổ- Chơi trò chơi: Tìm người chỉ huy+ GV nêu tên trò chơi+ GV nhắc lại luật chơi+ HS chơi thử+ HS chơi thi đua. Sau mỗi lần chơi thì đổi vị trí của người chơi.- Chạy vòng quanh sân**3. Phần kết thúc**- Đi thường và hát- GV nhận xét giờ học- Về nhà ôn lại các động tác đã hoc |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV x x x x x x x x x x x x 3m x GV x x x x x x x x x  x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 4**

 **THỂ DỤC**

**Đội hình đội ngũ**

**Trò chơi: Thi xếp hàng**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái.

- Đi đúng theo vạch kẻ thẳng, thân người giữ thăng bằng.

- Bước đầu biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp.

- Học trò chơi: Thi xếp hàng, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Ôn đứng nghiêm, nghỉ, quay phải, quay trái, điểm số theo tổ**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái, dàn hàng ngang, dồn hàng.+ GV hô HS tập+ HS luyện tập theo tổ+ Tập thi giữa các tổ- Học trò chơi: Thi xếp hàng+ GV nêu tên trò chơi+ GV hướng dẫn cách chơi+ HS đọc thuộc vần điệu của bài thơ ( trò chơi)+ HS chơi thử+ GV chọn vị trí đứng phát lệnh cho HS chơi.+ HS chơi thi đua. - Chạy chậm xung quanh sân.**3. Phần kết thúc**- Đi thường 1 vòng tròn vừa đi vừa thả lỏng- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x 3m GV  x x x x x x x x x x x x x 3m x GV |

**THỂ DỤC**

 Đ**i vượt chướng ngại vật thấp**

**Trò chơi: thi xếp hàng**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái.

- Đi đúng theo vạch kẻ thẳng, thân người giữ thăng bằng.

- Bước đầu biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp.

- Học trò chơi: Thi xếp hàng, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ để HS vượt chướng ngại vật.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Chạy đổi chỗ cho nhau**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số, đi theo vạch kẻ. + GV tập mẫu+ HS tập theo+ HS luyện tập theo tổ+ Tập thi giữa các tổ- Học động tác: Đi vượt chướng ngại vật thấp+ GV nêu tên động tác và làm mẫu có giải thích+ GV dùng khẩu lệnh hô để HS luyện tập.+ HS tập thuần thục các động tác, GV cho HS tập theo hàng dọc.- Chơi trò chơi: Thi xếp hàng**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 5**

**THỂ DỤC** Đ**i vượt chướng ngại vật thấp**

**Trò chơi: Thi xếp hàng**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số, quay phải, quay trái.

- Biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp. Y/c thực hiện đúng.

- Chơi trò chơi: Thi xếp hàng, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ để HS vượt chướng ngại vật.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Có chúng em cho nhau**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số, quay phải, quay trái. + Lớp trưởng hô, GV uốn nắn nhắc nhở HS tập- Ôn đi vượt chướng ngại vật thấp+ GV hướng dẫn động tác mà HS làm sai+ GV dùng khẩu lệnh hô để HS luyện tập.+ HS tập thuần thục các động tác, GV cho HS tập theo hàng dọc.- Chơi trò chơi: Thi xếp hàng+ GV nêu tên trò chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |   x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**THỂ DỤC**

 **Ôn** **đi vượt chướng ngại vật thấp**

**Trò chơi: mèo đuổi chuột**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số, quay phải, quay trái.

- Biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp. Y/c thực hiện đúng.

- Học trò chơi: Mèo đuổi chuuột, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ để HS vượt chướng ngại vật.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Qua đường**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số.+ Lớp trưởng hô, GV uốn nắn nhắc nhở HS tập- Ôn đi vượt chướng ngại vật thấp+ GV hướng dẫn động tác mà HS làm sai.+ GV dùng khẩu lệnh hô để HS luyện tập.+ HS tập thuần thục các động tác, GV cho HS tập theo hàng dọc.- Học trò chơi: Mèo đuổi chuột+ GV nêu tên trò chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV x x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 6**

**THỂ DỤC**

 Đ**i vượt chướng ngại vật thấp**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và đi theo nhịp 1 - 4 hàng dọc.

- Biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp. Y/c thực hiện động tác tương đối chính xác.

- Bước đầu biết cách di chuyển hướng phải, trái.

- Học trò chơi: Mèo đuổi chuuột, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ để HS vượt chướng ngại vật.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp.- Chạy nhẹ nhàng quanh sân.- Chơi trò chơi: Qua đường bộ**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số.+ Lớp trưởng hô, GV uốn nắn nhắc nhở HS tập+ Tập theo tổ+ Thay nhau làm chỉ huy- Ôn đi vượt chướng ngại vật thấp+ GV hướng dẫn động tác mà HS làm sai+ GV dùng khẩu lệnh hô để HS luyện tập.+ HS tập thuần thục các động tác, GV cho HS tập theo hàng dọc.- Học trò chơi: Mèo đuổi chuột+ GV nêu tên trò chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV x x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**THỂ DỤC**

 Đ**i chuyển hướng phải, trái**

**Trò chơi: Mèo đuổi chuột**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và đi theo nhịp 1 - 4 hàng dọc.

- Biết cách đi vượt chướng ngại vật thấp. Y/c thực hiện động tác tương đối chính xác.

- Bước đầu biết cách di chuyển hướng phải, trái.

- Học trò chơi: Mèo đuổi chuuột, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ học tập.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Đứng tại chỗ vỗ tay và hát- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp.- Chơi trò chơi: Kéo cưa lừa xẻ**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số.+ Tập theo tổ ở các khu vực đã quy định+ GV bao quát chung- Học di chuyển hướng phải trái+ GV nêu tên , làm mẫu, giải thích động tác.+ HS làm theo+ HS hay sai, đi không tự nhiên, thân người không ngay ngắn, bàn chân không xoay dần theo hướng di chuyển.+ Cách sửa: GV mô phỏng lại động tác của HS, GV làm mẫu lại.- Chơi trò chơi: Mèo đuổi chuột+ GV nêu tên trò chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x 3m GV  x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 7**

**THỂ DỤC**

 Đ**i chuyển hướng phải, trái**

**I. Mục tiêu**

- Ôn tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang.

- Biết cách đi chuyển hướng phải, trái. Y/c thực hiện đúng.

- Chơi trò chơi: Mèo đuổi chuuột, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân, dụng cụ cho phần tập đi.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo một hàng dọc- Đi vòng tròn vỗ tay theo nhịp- Chơi trò chơi: Làm theo hiệu lệnh- Xoay các khớp**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng.+ Tập theo tổ ở các khu vực đã quy định+ GV bao quát chung- Ôn động tác di chuyển hướng phải, trái+ GV điều khiển.+ HS tập theo hình thức nước chảy- Chơi trò chơi: Mèo đuổi chuột+ GV nêu tên trò chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà- GV hô "giải tấn"- HS hô " khỏe" |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x x 3m xGV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

 **Thể dục** **Trò chơi: Đứng ngồi theo hiệu lệnh**

**I. Mục tiêu**

- Ôn tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang.

- Biết cách đi chuyển hướng phải, trái. Y/c thực hiện đúng.

- Học trò chơi: Đứng ngồi theo hiệu lệnh, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, một số cột mốc.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo 1 hàng dọc vòng quanh sân- Chơi trò chơi: Qua đường lội- Một số động tác rèn luyện thân thể cơ bản.- Đi kiễng gót 2 tay chống hông.**2. Phần cơ bản**- Ôn tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, điểm số.+ Tập theo tổ ở các khu vực đã quy định, cán sự lớp chỉ huy+ GV uốn nắn- Ôn di chuyển hướng phải trái+ Lớp trưởng chỉ huy + GV sửa chữa lỗi sai của HS- Chơi trò chơi: Đứng ngồi theo hiệu lệnh+ GV nêu tên trò chơi và hướng dẫn cách chơi( GV hô "ngồi" HS ngồi nhanh, GV hô" đứng" HS đứng nhanh. Ai thực hiện sai phải nhảy lò cò+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vòng tròn vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x  x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 8**

**THỂ DỤC**

 Đ**i chuyển hướng phải, trái**

**Trò chơi: Chim về tổ**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang nhanh, dóng thẳng hàng ngang.

- Biết cách đi chuyển hướng phải, trái. Y/c thực hiện tương đối chính xác.

- Học trò chơi: Chim về tổ, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ vạch xuất phát của đường đi.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo 1 hàng dọc vòng quanh sân- Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp**2. Phần cơ bản**- Ôn di chuyển hướng phải trái+ Chia tổ luyện tập + GV sửa chữa lỗi sai của HS+ Tuyên dương tổ thực hiện tốt. Tổ chưa thực hiện tốt phải chạy 1 vòng xung quanh sân.- Chơi trò chơi: Chim về tổ+ GV nêu tên trò chơi và hướng dẫn cách chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vòng tròn vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**THỂ DỤC**

 Đ**i chuyển hướng phải, trái**

**I. Mục tiêu**

- Biết cách tập hợp hàng ngang nhanh, dóng thẳng hàng ngang.

- Biết cách đi chuyển hướng phải, trái. Y/c thực hiện tương đối chính xác.

- Chơi trò chơi: Chim về tổ, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, bàn ghế.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo 1 hàng dọc vòng quanh sân- Khởi động các khớp- Chơi trò chơi: Có chúng em**2. Phần cơ bản**- Kiểm tra động tác đội hình đội ngũ và rèn luyện tư thế cơ bản+ Nội dung: Tập hợp hàng ngang- Kiểm tra: Đi chuyển hướng phải, trái- Chơi trò chơi: Chim về tổ+ GV nêu tên trò chơi và nêu lại luật chơi+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đứng tại chỗ vỗ tay và hát.- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x x 3m GV  x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**TUẦN 9**

**THỂ DỤC**

 Đ**ộng tác vươn thở, tay**

**Của bài thể dục phát triển chung**

**I. Mục tiêu**

- Bước đầu biết cách thực hiện động tác vươn thở, tay của bài thể dục phát triển chung. y/c HS thực hiện tương đối đúng.

- Chơi trò chơi: Chim về tổ, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, kẻ sân chơi trò chơi.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo 1 hàng dọc vòng quanh sân- Xoay các khớp- Chơi trò chơi: Đứng ngồi theo hiệu lệnh**2. Phần cơ bản**- Học động tác vươn thở+ GV nêu tên động tác vươn thở+ GV tập mẫu và giải thích + GV tập mẫu, HS tập theo- Học động tác tay+ GV nêu tên động tác tay+ GV tập mẫu và giải thích + GV tập mẫu, HS tập theo- Chia tổ luyện tập- Chơi trò chơi: Chim về tổ+ GV nêu tên trò chơi và luật chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi**3. Phần kết thúc**- Đi thường và hát- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV  x x x x x x x x x x x x x 3m GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |

**THỂ DỤC**

 Ô**n hai động tác vươn thở, tay**

**Của bài thể dục phát triển chung**

**I. Mục tiêu**

- Bước đầu biết cách thực hiện động tác vươn thở, tay của bài thể dục phát triển chung. y/c HS thực hiện tương đối đúng.

- Chơi trò chơi: Chim về tổ, y/c biết cách chơi, cùng tham gia chơi đúng luật, chủ động.

**II. Địa điểm phương tiện**

- Sân tập

- Còi, vẽ sẵn vòng tròn để HS chơi trò chơi.

**III. Nội dung và phương pháp lên lớp**

|  |  |
| --- | --- |
| Nội dung | Phương pháp tổ chức |
| **1. Phần mở đầu** Gv kết hợp sử dụng ngôn ngữ kí hiệu để hs khiếm thính hiểu - Lớp trưởng tập hợp báo cáo. GV phổ biến nội dung, y/c giờ học.- Chạy chậm theo 1 hàng dọc vòng quanh sân- Xoay các khớp- Chơi trò chơi: Đứng ngồi theo hiệu lệnh, chạy tiếp sức**2. Phần cơ bản**- Ôn động tác vươn thở, tay+ HS khá tập mẫu+ HS ôn tập+ Chia tổ luyện tập + GV sửa chữa lỗi sai của HS+ Tuyên dương tổ thực hiện tốt. Tổ chưa thực hiện tốt phải chạy 1 vòng xung quanh sân.- Chơi trò chơi: Chim về tổ+ GV nêu tên trò chơi và hướng dẫn cách chơi+ HS chơi thử+ HS thi đua chơi tích cực, chủ động**3. Phần kết thúc**- Đi chậm vòng tròn vỗ tay và hát.- GV hệ thống bài- GV nhận xét tiết học, giao bài về nhà |  x x x x x x x x x x x x x x x 3 m x GV x x x x x x x x x x x x x  x GV |