**TUẦN 1:**

**THỂ DỤC**

**BÀI 1: GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH, TỔ CHỨC LỚP**

**TRÒ CHƠI “CHUYỀN BÓNG TIẾP SỨC”**

**I/ Mục tiêu:**

- Biết được những nội dung cơ bản của chương trình thể dục lớp 4 và một số qui định trong các giờ học thể dục.  
- Biết cách tập hợp hàng dọc, biết cách dóng hàng thẳng, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ.  
- Biết được cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi theo yêu cầu của GV.

**II/ Chuẩn bị:**

- Địa điểm: Sân trường - Vệ sinh khu vực học.

- Phương tiện: Còi, bóng nhựa - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III/ Các hoạt động dạy học:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu***: Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  \* ***Nhận lớp:* -** Tập hợp lớp, KTra sĩ số học sinh, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học.  **\* Khởi động:** Đứng tại chỗ vỗ tay và hát  - Trò chơi: *“Tìm người chỉ huy”*  ***2. Phần cơ bản***:  ***2.1/ Giới thiệu chương trình TD lớp 4.***  - Biên chế tổ chức tập luyện, chọn cán sự bộ môn. **(**Lớp trưởng là cán sự bộ môn TD, có nhiệm vụ quản lý chung, Tổ trưởng có nhiệm vụ tổ chức tổ mình tập luyện).  - Thời lượng học 2 tiết/tuần, học trong 35 tuần, cả năm học 70 tiết.  - Nội dung bao gồm: DDHĐN, bài TD phát triển chung, bài tập RLKN vận động cơ bản, trò chơi và có môn học tự chọn như: Đá cầu, Ném bóng....  ***2.2/ Phổ biến nội quy, yêu cầu tập luyện.***  - Trong giờ học, quần áo phải gọn gàng khuyến khích mặc quần áo thể thao, không được đi dép lê, phải đeo giầy hoặc đi dép có quai sau. Khi muốn ra vào lớp hoặc nghỉ tập phải xin phép GV.  ***2.3/ Biên chế tổ tập luyện:***  ***-*** Chia tổ đồng đều nam và nữ, trình độ sức khoẻ các em trong các tổ. Tổ trưởng là do các em tín nhiệm bầu ra.  ***2.4/ Trò chơi “chuyển bóng tiếp sức”.***  - Biết cách chơi và tham gia được vào trò chơi tương đối chủ động.  - Gviên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  *- Cách 1:* Xoay người qua trái hoặc qua phải ra sau rồi chuyển bóng cho nhau.  *- Cách 2:* Chuyển bóng qua đầu cho nhau.  - Lần 1: Chơi thử  - Lần 2: Cho các em chơi thực theo tổ.  ***3/ Phần kết thúc*:**  \* Đứng tại chỗ vỗ tay hát.- Thả lỏng  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  - GV nhận xét, đánh giá kết qủa bài học.  **4/ *Củng cố, dặn dò*:**  - Biểu dương học sinh tốt, giao bài về nhà: giậm chân tại chổ.Rút kinh nghiệm.  - ND buổi học sau: Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, báo cáo khi GV nhận lớp.  - GV hô “giải tán!”, học sinh hô đồng thanh “khoẻ” | - HS đứng theo đ/hình hàng ngang  - Thực hiện theo GV, CS.  ▼ 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  🚹 🚹 🚹 🚹 🚹 🚹  - HS đứng theo 4 hàng ngang .  - Thực hiện theo GV.  - HS biết được một số nội dung cơ bản của chương trình và có thái độ học tập đúng.  Có thái độ học tập đúng và chọn BCS theo tinh thần dân chủ.  - Tập hợp HS thành vòng tròn .  - Thực hiện theo GV.  (Cán sự bộ môn tổ chức tập trung lớp ngoài sân, trang phục trong giờ học phải đảm bảo).  - HS thực hiện tốt quy chế lớp học.  534  - HS thực hiện theo giáo viên.  - HS thực hiện nghiêm túc. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 2 : TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ,**

**ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ - TRÒ CHƠI: “CHẠY TIẾP SỨC”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Biết được những nội dung cơ bản của chương trình thể dục lớp 4 và một số qui định trong các giờ học thể dục.  
- Biết cách tập hợp hàng dọc, biết cách dóng hàng thẳng, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ.  
- Biết được cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi theo yêu cầu của GV.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi-Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu:*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học, Nhắc lại nội quy tập luyện, chấn chỉnh đội ngũ, trang phục tập luyện.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp, đứng tại chỗ vỗ tay và hát.  *- Trò chơi: “Tìm người chỉ huy”.*  ***2. Phần cơ bản*:**  ***2.1***/ ***Ôn tập hàng dọc, dóng hàng, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ:***  -Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, đứng nghiêm..  -GV phổ biến cách thực hiện và hướng dẫn HS tập luyện. Lần 1-2 GV điều khiển, những lần sau CS điều khiển giáo viên q/sát, sửa sai.  \**Điểm số*: GV phổ biến cách thực hiện và h/dẫn HS tập luyện. Lần 1-2 GV điều khiển, lần sau CS điều khiển, giáo viên q/sát, sửa sai.  ***2.2/ Trò chơi*** “ *Chạy tiếp sức*”.  \* GV nêu tên trò chơi,cách chơi, luật chơi, làm mẫu.Cho HS chơi thử rồi chơi chính thức.  ***3/ Phần kết thúc*:**  - Thả lỏng - GV cùng HS hệ thống lại bài.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương học sinh tốt và rút kinh nghiệm.  - ND bài học sau: Quay phải, trái, dàn hàng, dồn hàng – Trò chơi: “thi xếp hàng nhanh”. | 540- 4 hàng ngang .  - Thực hiện theo GV, CS.  - Thực hiện tương đối chính xác các động tác.  HINH 36  - Thực hiện tương đối chính xác động tác.  - 1 hàng dọc .  - Thực hiện theo GV, CS.  - HS chú ý lắng nghe và thực hiện. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 3: QUAY PHẢI, QUAY TRÁI, DÀN HÀNG, DỒN HÀNG**

**TRÒ CHƠI: “THI XẾP HÀNG NHANH”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Biết cách dàn hàng, dồn hàng, động tác quay phải, quay trái đúng với khẩu lệnh.  
- Bước đầu biết cách quay sau và đi đều theo nhịp.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường - Vệ sinh khu vực học.

- Phương tiện: Còi, lá cờ đuôi nheo - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu*.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Cán sự lớp tập chung lớp báo cáo sĩ số.  - GV nhận lớp phổ biến n/dung yêu cầu giờ học  - ***Khởi động***:Xoay các khớpắtđng vỗ tay và hát.  - Giậm chân tại chỗ đếm theo nhịp 1-2, 1-2....  ***2. Phần cơ bản*.**  ***2.1/ Đội hình đội ngũ:***  *+ Ôn quay phải, quay trái; dàn hàng,dồn...*  - Nhắc lại kĩ thuật quay phải (trái)  - Tổ chức cho hs tập luyện.  - Lần 1:Gv thực hiện lại kĩ thuật quay phải,trái.  - Lần 2: Cả lớp quan sát Gv và làm theo.  ***2.2/ Trò chơi:*** *“Thi xếp hàng”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi.  - Nhận xét – Tuyên dương.  ***3/ Phần kết thúc*:**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương học sinh tốt và rút kinh nghiệm.  - ND bài học sau: Quay sau- Trò chơi “*Nhảy đúng, nhảy nhanh*”.. | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpegĐội hình nhận lớp  **540**- Lần 3: Cả lớp thực hiện.  \* Đội hình trò chơi:  - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2:Cả lớp chơi chính thức có thi  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image11.jpeg |

**THÊ DỤC**

**BÀI 4: ĐỘNG TÁC QUAY SAU**

**TRÒ CHƠI: “NHẢY ĐÚNG, NHẢY NHANH”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Biết cách dàn hàng, dồn hàng, động tác quay phải, quay trái đúng với khẩu lệnh.  
- Bước đầu biết cách quay sau và đi đều theo nhịp.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp:*** Cán sự lớp tập chung lớp báo cáo sĩ số.GV nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học, chấn chỉnh đội ngũ, trang phục tập...  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp theo vòng tròn.  - Chơi trò chơi: “*Diệt các con vật có hại*”  ***2. Phần cơ bản.***  ***2.1, Đội hình đội ngũ:***  - Ôn quay phải, quay trái, đi đều:  + GV quan sát, nhận xét, đánh giá, sửa chữa những sai sót,biểu dương các tổ thi đua tập tốt.  - Học kĩ thuật động tác quay sau:  - Khẩu lệnh: “*Đằng sau… quay*”  - Gv làm mẫu động tác , vừa làm mẫu vừa giảng giải yêu lĩnh động tác.  - Gv nhận xét, sửa chữa sai sót cho hs.  ***2.2, Trò chơi:*** “*Nhảy đúng, nhảy nhanh*”  - Gv nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi  - Gv q/sát, nhận xét, biểu dương tổ thắng cuộc.  ***3. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **4. Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương học sinh tốt và rút kinh nghiệm.- GV nhận xét tiết học và giao BTVN.  - Nội dung buổi học sau: Đi đều, đứng lại, quay sau – Trò chơi: “kéo cưa lừa sẻ”. | Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  Đội hình  a33- Từng tổ lên thực hiện, các tổ khác quan sát, nhận xét:  - Lần 1: Gv làm mẫu động tác.  - Lần 2: Cho 5 HS lên làm thử .  - Lần 3-4: Cả lớp thực hiện.  Đội hình trò chơi:  h25 |

**THỂ DỤC**

**BÀI 5: ĐI ĐỀU, ĐỨNG LẠI, QUAY SAU**

**TRÒ CHƠI: “KÉO CƯA LỪA XẺ”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Bước đầu biết cách đi đều, đứng lại và quay sau.  
- Bước đầu thực hiện động tác đi đều vòng phải, vòng trái-đứng lại.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

- Thực hiện động tác đi đều (nhịp 1 bước chân trái, nhịp 2 bước chân phải), động tác đánh tay so le với động tác chân.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường, vệ sinh nơi học, đảm bảo an toàn khi luyện tập.

- Phương tiện: Còi - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp:*** CS lớp tập chung lớp báo cáo sĩ số.  - GV nhận lớp phổ biến n/d yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:***  Khởi động xoay các khớp.  \* Trò chơi: “*Làm theo lệnh”*  - Đứng tại chỗ vỗ tay và hát.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1, Đôi hình đội ngũ:***  *- Ôn đi đều, đứng lại, quay sau:*  - Lần 1-2: Gv hướng dẫn, 1 tổ làm mẫu các tổ khác quan sát.Lần 3-4: Cả lớp thực hiện  - Gv cùng hs quan sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ.  ***2/Trò chơi*** “ *kéo cưa lừa sẻ*”.  - Biết cách chơi và tham gia chơi tương đối chủ động  - Giáo viên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***III. Phần kết thúc.***  - GV cho HS cả lớp chạy đều, nối tiếp nhau thanh một vòng tròn rồi khép thành vòng nhỏ cùng HS hệ thống bài.  **IV/ *Củng cố, dặn dò*:**  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  - Biểu dương học sinh tốt, giao bài về nhà:  - Nội dung buổi học sau: Đi đều, vòng phải, đứng lại.... | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- Đội hình chia tổ  a33Đô  **591**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh |

**THỂ DỤC**

**BÀI 6: ĐI ĐỀU, VÒNG PHẢI, VÒNG TRÁI, ĐỨNG LẠI**

**TRÒ CHƠI: “BỊT MẮT BẮT DÊ”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Bước đầu biết cách đi đều, đứng lại và quay sau.  
- Bước đầu thực hiện động tác đi đều vòng phải, vòng trái-đứng lại.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

- Thực hiện động tác đi đều (nhịp 1 bước chân trái, nhịp 2 bước chân phải), động tác đánh tay so le với động tác chân.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường, vệ sinh nơi học, đảm bảo an toàn khi luyện tập.

- Phương tiện: Còi, 4-6 khăn sạch để bịt mắt.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp:***CS lớp tập chung lớp báo cáo sĩ số.  - GV nhận lớp phổ biến n/d yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:***  Khởi động xoay các khớp.  \* Trò chơi: “*Làm theo lệnh”*  - Giậm chân tại chỗ, đếm to theo nhịp:  ***II. Phần cơ bản.***  ***1, Đôi hình đội ngũ***:  - *Ôn quay sau:* Lần 1-2: GV điều khiển cả lớp tập. Các lần sau tổ trưởng điều khiển. GV quan sát, nhận xét, sửa chữa những sai sót cho HS các tổ.  \* GV tập chung cả lớp tập để củng cố:  - *Học đi đều vòng trái, vòng phải, đứng lại:* GV làm mẫu động tác chậm, vừa làm động tác vừa giảng giải kĩ thuật động tác, GV hô kh/lệnh cho tổ làm mẫu tập.  Chia tổ tập luyện theo đội hình 1 hàng dọc, GV q/sát, sửa sai sót cho HS các tổ.  ***2, Trò chơi*** “Bịt mắt bắt dê”:  - GV phổ biến nội dung trò chơi và luật chơi  - GV quan sát, nhận xét, biểu dương tổ thắng cuộc.  ***III. Phần kết thúc.***  - GV cho HS cả lớp chạy đều theo vòng tròn và thả lỏng cơ thể.  **IV/ Củng cố, dặn dò:**  - GV cùng HS hệ thống lại bài. | Đội hình nhận lớp  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  3- Tiếp theo, cho cả lớp tập theo đội hình 3 hàng dọc.  - Lần 1: Hs làm thử  a14- Lần 2: Cả lớp làm chính thức có thi đua.  - Thả lỏng và đi vòng tròn. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 7: ĐI ĐỀU, VÒNG PHẢI, VÒNG TRÁI, ĐỨNG LẠI**

**TRÒ CHƠI: “CHẠY ĐỔI CHỔ, VỖ TAY NHAU”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Biết cách đi đều vòng phải, vòng trái đúng hướng.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, kẻ, vẽ sân chơi - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp***: tập trung lớp báo cáo sĩ số.  - GV nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  - ***Khởi động:*** xoay các khớp.  - Đứng tại chỗ vỗ tay hát.-Chơi trò chơi  ***2. Phần cơ bản*.**  ***2.1, Đôi hình đội ngũ:***  - *Ôn tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số... đi đều, vòng trái, vòng phải, đứng lại và ngược lại.*  *- Ôn tổng hợp các nội dung ĐHĐN nêu trên.:*  - Gv điều khiển các em tập 1-2 lần   - Chia tổ tập luyện  - Gv đến từng tổ quan sát sửa sai  - Thi đua giữa các tổ  - Gv nhận xét công bố kết quả  ***2.2. Trò chơi***: *“Chạy đổi chỗ vỗ, tay nhau”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***3. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  - GV nhận xét tiết học và giao bài tập về nhà **4/ Củng cố, dặn dò:**  - Thả lỏng. GV cùng HS biểu dương học sinh tốt. Rút kinh nghiệm.  - Nội dung buổi học sau: Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số - Trò chơi: “bỏ khăn”. | - 4 hàng ngang.  - Thực hiện theo GV, CS.  HINH 37  - 4 hàng dọc.  - Thực hiện theo GV, CS.  **ĐH:** - 2 hàng ngang đối diện.  - Thực hiện theo GV, CS.  *+ Đội hình trò chơi:*   - Lần 1: 1 tổ hs chơi thử.  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức |

**THỂ DỤC**

**BÀI 8: ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ**

**TRÒ CHƠI: “BỎ KHĂN”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Biết cách đi đều vòng phải, vòng trái đúng hướng.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, 2 chiếc khăn tay- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp:***Ổn định,tập hợp lớp,báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  - ***Khởi động:*** Xoay các khớp, đứng tại chỗ vỗ tay và hát.  \* Trò chơi: *“Diệt các con vật có hại”*  ***2. Phần cơ bản.***  ***2.1.Đội hình đội ngũ:*** Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số, đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái đúng .  - Chia tổ tập luyện. CS lớp điều khiển tập.  \*Các tổ trình diễn ĐHĐN, gv quan sát hs.  Nhận xét - Tuyên dương  - Củng cố lại kiến thức nêu những sai lầm thường mắc và cách sửa sai.  ***2.2. Trò chơi***: “*Bỏ khăn*”  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***3. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  - GV cùng HS hệ thống bài.  - GV nhận xét tiết học và giao bài tập về nhà.  **4/ Củng cố, dặn dò:** - Nội dung buổi học sau: Trò chơi: “bịt mắt bắt dê”. | - Đội hình nhận lớp: 2 hàng ngang.  IMG0202B  a33- Lần 1-2: Gv điều khiển tập.  595a15- Tập hợp HS thành vòng tròn. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 9: TRÒ CHƠI: “BỊT MẮT BẮT DÊ”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và quay sau cơ bản đúng.  
- Biết cách đi thường theo nhịp chuyển hướng phải trái.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, 2-6 chiếc khăn sạch để bịt mắt- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  -***Nhận lớp***: Ổn định: tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  - ***Khởi động:* X**oay các khớp.  \* Trò chơi: “*Tìm người chỉ huy*”.  ***II.******Phần cơ bản.***  ***1. Đội hình đội ngũ*** :  - Ôn tập hợp 3 hàng ngang dóng hàng, điểm số, đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái.  - Nhìn phải....thẳng - Thôi  - Bên phải (trái)….quay  - Đi đều…bước  - Vòng bên phải (trái)….bước.  - Đứng lại …đứng  - Nhận xét Tuyên dương.  \* Các tổ luyện tập ĐHĐN có Nhận xét Tuyên dương  *2****. Trò chơi***: “*Bịt mắt bắt dê*”.  - Giáo viên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  **IV/ Củng cố, dặn dò:**  - GV cùng HS rút kinh nghiệm bài.  - Biểu dương học sinh tốt | - Thực hiện theo 2 hàng ngang.  giong hang ngang  - Cả lớp điểm số từ phải qua trái  a14595- Tập hợp HS thành vòng tròn . |

**THỂ DỤC**

**BÀI 10: QUAY SAU, ĐI ĐỀU VÒNG PHẢI, VÒNG TRÁI, ĐỨNG LẠI.**

**TRÒ CHƠI: “BỎ KHĂN”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và quay sau cơ bản đúng.  
- Biết cách đi thường theo nhịp chuyển hướng phải trái.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, 2 chiếc khăn tay - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu*.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, vỗ tay và hát.  - Chạy theo 1 hàng dọc quanh sân.  \* Trò chơi: “*Làm theo hiệu lệnh*”  ***II. Phần cơ bản.***  ***1. Đội hình, đội ngũ:***  - Ôn tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số, đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái đúng hướng, đổi chân khi đi đều sai nhịp.  Cán sự lớp điều khiển các bạn tập 1 lần tất cả các lội dung sau đó GV tiến hành kiểm tra từng tổ 1 thực hiện các nội dung về ĐHĐN đã học.  - N.xét nêu những sai lầm mắc nhiều nhất, cách sửa sai.  ***b. Trò chơi***: Bỏ khăn  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **IV/ Củng cố, dặn dò:** - Rút kinh nghiệm | - 1 Vòng tròn.  a33- 2 hàng dọc.  494C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- Tập hợp hs thành vòng tròn |

**THÊ DỤC**

**BÀI 11: TẬP HỢP HÀNG NGANG, DÓNG HÀNG, ĐI ĐỀU VÒNG PHẢI VÒNG TRÁI. TRÒ CHƠI: “KẾT BẠN”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm đúng số của mình.  
- Biết cách đi đều vòng phải, vòng trái đúng hướng và đứng lại.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, lá cờ đuôi nheo- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| **1. Phần mở đầu.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, vỗ tay và hát.  - Chạy theo 1 hàng dọc quanh sân.  \* Trò chơi: “*Diệt các con vật có hại*”  **2. Phần cơ bản.**  ***a. Đội hình đội ngũ:***  - Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng...đi thường theo nhịp, đổi chân khi đi đều sai nhịp.  + Chia tổ tập luyện (Ở các tổ tổ trưởng kiểm tra từng tổ viên của mình các tổ viên còn lại quan sát nhận xét và xếp thứ hạng trong tổ).  - GV q/sát quán xuyến việc kiểm tra của từng tổ.  + Tập chung cả lớp nhận xét tuyên dương tổ có tinh thần học tập cao.  ***b. Trò chơi***: Kết bạn  - GV hướng dẫn và tổ chức HS chơi.  - Bắt lỗi và sử phạt.  - Nhận xét.  **3. Phần kết thúc.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  - GV cùng HS hệ thống bài.  **4. *Củng cố, dặn dò*:**  - GV nhận xét tiết học-Biểu dương hs tốt. Rút k/nghiệm.  - ND bài học sau: Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái. Trò chơi “Ném bóng trúng... | - 4 hàng ngang.  - Thực hiện theo GV.  h26  a33  -Tập hợp HS thành vòng tròn .  a17  - HS đi thường . |

**THÊ DỤC**

**BÀI 12: ĐI ĐỀU VÒNG PHẢI VÒNG TRÁI.**

**TRÒ CHƠI: “NÉM TRÚNG ĐÍCH”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm đúng số của mình.  
- Biết cách đi đều vòng phải, vòng trái đúng hướng và đứng lại.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Phương tiện: Còi, 4-6 quả bóng, kẻ sân chơi- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu*.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, vỗ tay và hát.  - Chạy nhẹ nhàng theo 1 hàng dọc quanh sân.  \* Trò chơi: “*Thi đua xếp hàng*”  ***2. Phần cơ bản*.**  ***2.1. Đội hình đội ngũ:***  - Ôn Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái, đổi chân khi đi đều sai nhịp.  - GV làm mẫu và hướng dẫn HS tập luyện. Lần 1-2 GV điều khiển, những lần sau CS điều khiển. giáo viên quan sát, sửa sai.  - Chia tổ tập luyện,GV q/sát sửa sai.  - Tập hợp cả lớp, cho từng tổ thi đua trình diễn.  - Tập hợp cả lóp để GV củng cố.  ***2.2. Trò chơi*** “*Ném bóng trúng đích*”.  - GV nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***3. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  - GV cùng HS hệ thống bài.  **4/ *Củng cố, dặn dò*:**  - Biểu dương học sinh tốt, Rút kinh nghiệm.  - Nội dung buổi học sau: Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái.  - Trò chơi: “Kết bạn”. | - 4 hàng ngang.  - Thực hiện theo GV.  h26a33  - 2 hàng dọc thực hiện theo.  a33- Đi đều đến chỗ vòng không lệch hàng, biết đổi chân khi đi đều sai nhịp. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 13: TẬP HỢP HÀNG NGANG, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ.**

**TRÒ CHƠI: “KẾT BẠN”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và quay sau cơ bản đúng.  
- Biết cách đi thường theo nhịp chuyển hướng phải trái.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1.* *Phần mở đầu*.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, vỗ tay và hát.  - Chạy nhẹ nhàng theo 1 hàng dọc quanh sân.  \* Trò chơi: “*Làm theo hiệu lệnh*”  ***2.* *Phần cơ bản*.**  ***2.1. Đội hình đội ngũ:***  - Ôn tập: Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái, đổi chân khi đi đều sai nhịp.  - GV điều khiển lớp: 2-3 phút.  - Chia tổ tập luyện.  - GV nhắc lại cách thực hiện, làm mẫu và hướng dẫn HS tập luyện. Lần 1-2 GV điều khiển, những lần sau CS điều khiển. giáo viên quan sát, sửa sai.  \*cho các tổ tự tập luyện.  ***2.2. Trò chơi:*** “*Kết bạn*”.  - GV nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. Cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***3. Phần kết thúc*.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  **4/ *Củng cố, dặn dò*:**  - Biểu dương học sinh tốt  - Rút kinh nghiệm. | - 4 hàng ngang.  - Thực hiện theo GV.  h26  a33  - Đi đều đến chỗ vòng không lệch hàng, biết đổi chân khi đi đều sai nhịp.  - Lớp xếp vòng tròn.  hinh 109  - Thả lỏng. Vỗ tay hát. |

**THÊ DỤC**

**BÀI 14: QUAY SAU, ĐI ĐỀU VÒNG PHẢI, VÒNG TRÁI.**

**TRÒ CHƠI: “NÉM TRÚNG ĐÍCH”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng ngang, điểm số và quay sau cơ bản đúng.  
- Biết cách đi thường theo nhịp chuyển hướng phải trái.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, 6 quả bóng nhựa - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1.* *Phần mở đầu*.** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  ***- Nhận lớp***: Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, vỗ tay và hát.  - Chạy nhẹ nhàng theo 1 vòng tròn.  \* Trò chơi: “*Tìm người chỉ huy*”  ***2.* *Phần cơ bản*.**  ***2.1. Đội hình đội ngũ:***  - Ôn tập Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, trái.  - Giáo viên kiểm tra học sinh theo tổ.  - Từng tổ lên thực hiện.  - GV điều khiển, giáo viên quan sát, sửa sai.  \* Cho các tổ tự tập luyện sau đó cho các tổ lên biểu diễn.  ***2.2. Trò chơi*** “*Ném trúng đích*”.  - Giáo viên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  **3*. Phần kết thúc*.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  - GV cùng HS hệ thống bài.  - Tập một số động tác thả lỏng.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương hs tốt  - Rút kinh nghiệm-Nội dung buổi học sau: Đi thường theo nhịp chuyển hướng phải, | - 3 hàng ngang. Thực hiện theo GV.  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - 2 hàng dọc.  a19- Từng học sinh lên ném. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 15: QUAY SAU, ĐI ĐỀU VÒNG PHẢI, VÒNG TRÁI.**

**TRÒ CHƠI: “NÉM TRÚNG ĐÍCH”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện động tác quay sau cơ bản đúng.  
- Thực hiện cơ bản đúng đi thường theo nhịp chuyển hường phải, trái, đổi chân khi đi đều sai nhịp.

- Bước đầu thực hiện được động tác vươn thở và tay của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi - Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp***: Ổn định:Tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp, đứng tại chỗ vỗ tay và hát.  \* Trò chơi do GV chọn.  ***2. Phần cơ bản.***  ***2.1. Kiểm tra đội hình đội ngũ***.  - *Nội dung kiểm tra:* Kiểm tra đ/tác đi thường theo nhịp và đổi chân khi đi đều sai nhịp.  *- Tổ chức và phương pháp kiểm tra:* Tập hợp HS theo đội hình hàng ngang. Kiểm tra theo tổ.  *- Cách đánh giá:*Đánh giá theo mức độ thực hiện động tác của từng học sinh.  *+ Hoàn thành tốt*: Thực hiện đúng theo đ/tác...  *+ Hoàn thành:*Thực hiện đúng theo đ/tác, có thể bị mất thăng bằng...  *+ Chưa hoàn thành:*Làm đ/tác không đúng...  **2.*2. Trò chơi*** *“Ném trúng đích”.*  - Giáo viên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***3. Phần kết thúc*.**  - HS đứng tại chỗ vỗ tay hát theo nhịp.  - GV cùng HS hệ thống bài  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - GV cùng HS hệ thống lại bài. Rút kinh nghiệm.  - Nội dung buổi học sau: Động tác vươn thở và tay. | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- 3 hàng ngang.  a33- Thực hiện động tác đi thường..  Đội hình  a19Đội hình trò chơi  - Tập một số động tác thả lỏng. |

**THỂ DỤC**

**BÀI 16: ĐỘNG TÁC VƯƠN THỞ VÀ TAY CỦA BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG. TRÒ CHƠI: “NHANH LÊN BẠN ƠI”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện động tác quay sau cơ bản đúng.  
- Thực hiện cơ bản đúng đi thường theo nhịp chuyển hường phải, trái, đổi chân khi đi đều sai nhịp.

- Bước đầu thực hiện được động tác vươn thở và tay của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, kẻ sân cho trò chơi- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp***: Ổn định: Lớp trưởng tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp.  - Trò chơi tại chỗ: Do GV chọn.  ***2. Phần cơ bản.***  ***2.1. Bài thể dục phát triển chung:***  *\*Động tác vươn thở:*  - Nhịp 1: Chân trái bước sang ngang rộng bằng vai, đồng thời 2 tay đưa song song ra trước,....  - Nhịp 2: Từ từ hạ hai tay xuống và thở ra ....  - Nhịp 3: 2 tay đưa từ dưới sang ngang lên chếch chữ V, lòng bàn tay hướng vào nhau, ...  - Nhịp 4: về TTCB ( thở ra bằng miệng )  - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1, 2, 3, 4 đổi bên.  *\* Động tác tay:*  - Nhịp 1: Khuỵu gối, lưng thẳng, đồng thời 2 tay đưa sang ngang ngồi gập khuỵu tay,....  ***2.2. Trò chơi*** *“Ném trúng đích”.*  - Giáo viên nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi, luật chơi. cho HS chơi thử, rồi chơi chính thức.  ***3. Phần kết thúc*.**  - HS đứng tại chỗ vỗ tay hát theo nhịp.  - GV cùng HS hệ thống bài.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - GV cùng HS hệ thống lại bài. Biểu dương hs tốt | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpegĐội hình nhận lớp  - Động tác vươn thở:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image53.jpeg  \* Động tác tay:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image54.jpeg  a19- Trò chơi: |

**THỂ DỤC**

**BÀI 17: TÁC CHÂN CỦA BTD PTC - TRÒ CHƠI: “NHANH LÊN BẠN ƠI”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được động tác vươn thở, tay và bước đầu biết cách thực hiện động tác chân, lưng-bụng của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, kẻ sân cho trò chơi- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1/. Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp,tập hợp lớp,báo cáo  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp.  - Ôn động tác vươn thở và tay-Trò chơi: GV chọn.  ***2/. Phần cơ bản.***  ***2.1 Bài thể dục phát triển chung.***  *- Ôn động tác vươn thở :*  *- Ôn động tác vươn tay :*  *- Ôn động tác vươn thở và, tay :*  - Nhận xét-Sửa sai lầm thường mắc và sửa sai.  ***-*** *Học động tác chân:*  - Nhịp 1: Đá chân trái ra trước lên cao, đồng thời 2 tay dang ngang bàn tay sấp.  - Nhịp 2: Hạ chân trái về trước đồng thời khuỵu gối, chân phải thẳng và kiễng gót,2 tay đưa ra...  - Nhịp 3: Chân trái đạp mạnh lên thành tư thế giống như nhịp 1.  - Nhịp 4: Về TTCB.  - *Tập phối hợp cả 3 động tác vươn thở, tay, chân.*  ***2.2.Trò chơi: “Nhanh lên bạn ơi.”***  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi  ***3/. Phần kết thúc*.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  -GV nhận xét tiết học | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpegC:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- Đội hình hàng ngang.  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp.  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image58.jpeg  - Đội hình :  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image59.jpeg |

**THỂ DỤC**

**BÀI 18: ĐỘNG TÁC LƯNG - BỤNG CỦA BTD PTC**

**TRÒ CHƠI: “CON CÓC LÀ CẬU ÔNG TRỜI”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được động tác vươn thở, tay và bước đầu biết cách thực hiện động tác chân, lưng-bụng của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được các trò chơi.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, kẻ sân cho trò chơi- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***1/ Phần mở đầu.*** Gv sử dụng ngôn ngữ kí hiệu cho hs khiếm thính hiểu  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp,báo cáo  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  - ***Khởi động***: Xoay các khớp.  - Ôn 3 động tác của bài TD PTC.  ***2/ Phần cơ bản.***  ***2.1.Bài thể dục phát triển chung:***  *\*Ôn 3 động tác vươn thở, tay, chân:*  - Nhận xét sửa sai  *\*Học động tác lưng-bụng:*  - Nhịp 1: Bước chân trái sang ngang rộng hơn vai, đồng thời gập thân, 2 tay giơ ngang,...  - Nhịp 2: 2 tay với xuống mũi bàn chân, đồng thời vỗ tay và cúi đầu.  - Nhịp 3: Như nhịp 1  - Nhịp 4: Về TTCB - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như thế...  *\*Ôn liên hoàn 4 động tác TD đã học:*  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp  - Gv nhận xét nêu những lỗi sai và sửa sai.  ***2.2.Trò chơi****: “Con Cóc là cậu Ông trời”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi  ***3/ Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh.  **4/ Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương học sinh tốt | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image61.jpeg  a22- Đội hình chơi: |