**Tuần 10 THỂ DỤC (Tiết 19)**

**BÀI 19: ĐỘNG TÁC TOÀN THÂN CỦA BÀI TD PTC**

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

**I. MỤC TIÊU:**

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

- Bước đầu thực hiện được động tác toàn thân của bài thể dục phát triển chung (khi liên kết chưa cần nhớ thứ tự các động tác).

**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*.**  - 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.  - Ôn 4 động tác của bài TD PTC.  ***2. Phần cơ bản*.**  ***2.1.Trò chơi vận động:*** “*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.  ***2.2. Bài thể dục phát triển chung:***  \* Ôn 4 động tác TD: Vươn thở, tay. chân, lưng.  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp.  *\* Học động tác toàn thân:*  - Nhịp 1: Đưa chân trái sang ngang mũi chân dưỡi thẳng, đồng thời 2 tay dang ngang, bàn tay sấp.  - Nhịp 2: Hạ chân trái chạm đất rộng hơn vưi, khuỵu gối, đồng thời 2 tay chống hông.  - Nhịp 3: Quay thân trân sang trái trọng tâm dồn nhiểu lên chân trái.  - Nhịp 5, 6, 7, 8: Như nhịp 1. 2. 3. 4 đổi chân.  ***3. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  - GV nhận xét tiết học  **4/ Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  - GV cùng HS hệ thống lại bài. Biểu dương học sinh tốt. Rút kinh nghiệm. | - Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg    - Trò chơi:  - Đội hình tập luyện   Động tác toàn thân    C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image63.jpeg  - Cán sự lớp điều khiển   - Đội hình tập luyện  - Đứng tại chỗ hát, |

**THỂ DỤC (Tiết 20)**

**BÀI 20: ÔN 5 ĐỘNG TÁC CỦA BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**- TRÒ CHƠI: “NHẢY Ô TIẾP SỨC”**

**I. MỤC TIÊU:**

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

- Bước đầu thực hiện được động tác toàn thân của bài thể dục phát triển chung (khi liên kết chưa cần nhớ thứ tự các động tác).

**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.***  ***- Nhận lớp***: Lớp trưởng tập hợp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp, giậm chân tại chỗ.  - Trò chơi: Do GV chọn.  ***2. Phần cơ bản.***  ***2.1.Bài thể dục phát triển chung:***  \* Ôn 5 động tác của bài TD phát triển chung:  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp.  + Lần 1: GV vừa hô vừa làm mẫu cho HS tập.  + Lần 2: GV vừa hô vừa quan sát sửa sai cho hs.  + Lần 3,4: Cán sự hô nhịp cho cả lớp tập, gv sửa.  \* Các tổ thi đua trình diễn 5 động tác TD  ***2.2.Trò chơi:*** *“Nhảy ô tiếp sức”*  - 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  **4. Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  -Thả lỏng.  -Biểu dương học sinh tốt, giao bài về nhà: giậm chân tại chỗ.  -Rút kinh nghiệm.  -Nội dung buổi học sau: Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, chào, báo cáo khi gv nhận lớp. | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- Đội hình nhận lớp:      Đội hình tập luyện:   - Lần 1:Gv p/tích kĩ thuật đ/tác.  - Lần 2-3:Hs thực hiện có thi đua.  - Gv cùng hs quan sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ  - Đội hình trò chơi.  image64 - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức có thi đua. |

**Tuấn 11**

**THỂ DỤC (Tiết 21)**

**BÀI 21: ÔN 5 ĐỘNG TÁC ĐÃ HỌC CỦA BÀI THỂ DỤC**

**PHÁT TRIỂN CHUNG - TRÒ CHƠI: “NHẢY Ô TIẾP SỨC”**

**I. MỤC TIÊU:**

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

- Thực hiện các động tác của bài thể dục, có thể còn chưa có tính nhịp điệu.

**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** |
| ***I. Phần mở đầu.***  ***- Nhận lớp***: Lớp trưởng tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - G.viên phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp. Ôn 5 động tác TDPTC  \* Trò chơi: Do GV chọn.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1.Bài thể dục phát triển chung:***  \*Ôn 5 động tác TD đã học.Tập theo ĐH hàng ngang  + Lần 1: GV vừa hô vừa làm mẫu cho HS tập.  + Lần 2: GV vừa hô vừa quan sát sửa sai cho hs.  - GV chia nhóm, nhắc từng động tác, GV sửa sai.   \* 5 động tác thể dục:  Mỗi lần từ 3-5 HS  Nhận xét Đánh giá  ***2.Trò chơi: “****Nhảy ô tiếp sức”*  - 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.  - GV nhận xét tiết học  **IV/ Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  - Thả lỏng.  - Biểu dương học sinh tốt.  - Rút kinh nghiệm. | Đội hình nhận lớp  image1  - Cán sự lớp điều khiển (mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp)  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image65.jpeg    Đội hình trò chơi  image66  - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2: Cả lớp chơi chính . |

**THỂ DỤC (Tiết 22)**

**BÀI 22: ÔN 5 ĐỘNG TÁC ĐÃ HỌC CỦA BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG. TRÒ CHƠI: “KẾT BẠN”**

**I. MỤC TIÊU:**

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

- Thực hiện các động tác của bài thể dục, có thể còn chưa có tính nhịp điệu.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

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

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  ***- 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 cổ, gối, hông, vai...  - Giậm chân tại chỗ theo nhịp, vỗ tay.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1.Bài thể dục phát triển chung:***  *\* Ôn 5 động tác TD phát triển chung.* 2x8 nhịp  *- Kiểm tra 5 động tác TD phát triển chung*.  *+ Nội dung kiểm tra:*Mỗi HS thực hiện 5 đ/tác.  *+ Tổ chức và phương pháp kiểm tra:* Kiểm tra theo nhiều đợt, mỗi đợt từ 2-5 em.  *+ Cách đánh giá:* Dựa trên mức độ thực hiện KT.  *- Hoàn thành tốt:* Thực hiện cơ bản đúng 5 đ/tác.  *- Hoàn thành:*Thực hiện cơ bản đúng 4 động tác.  *- Chưa hoàn thành:*Thực hiện sai 2-3 động tác.  ***2.Trò chơi:*** *“Kết bạn”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi.  ***III. 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.  **IV/ Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  - Biểu dương học sinh tốt.  **-** Rút kinh nghiệm. | - Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Đội hình chia tổ:  IMG0264A  hinh 109- Đội hình trò chơi: |

**Tuần 12**

**THỂ DỤC (Tiết 23)**

**BÀI 23: HỌC ĐỘNG TÁC THĂNG BẰNG CỦA BÀI TD PTC**

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

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được các động tác vươn thở, tay, chân, lưng bụng, toàn thân và bước đầu biết cách thực hiện 2 động tác thăng bằng, nhảy của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, kẻ sân

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  ***- 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 cổ, gối, hông, vai...  - Ôn 5 động tác của bài TD PTC  - Chạy nhẹ nhàng trên địa hình tự nhiên sân trường  - Trò chơi: Do GV chọn.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1.Bài thể dục phát triển chung:***  *\*Ôn 5 động tác TD: Vươn thở, tay. chân, lưng.....*  *+ Lần 1:* GV vừa hô vừa làm mẫu cho HS tập.  *+ Lần 2:* GV vừa hô vừa quan sát sửa sai cho hs.  *- Học động tác thăng bằng:* 2x8 nhịp  - Nhịp 1: Đưa chân trái ra sau, đồng thời đưa 2 tay  - Nhịp 2: Gập thân về trước chân trái đưa lên cao...  - Nhịp 3: Về như nhịp 1  - Nhịp 4: Về TTCB - GV quan sát sửa sai .   \* Các tổ thi đua trình diễn bài TD.  - Nhận xét nêu những lỗi sai mắc phải.  ***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.  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài học.  - GV nhận xét tiết học và giao bài tập về nhà.  **IV/ Củng cố, dặn dò:** ( 2 phút)  - Biểu dương học sinh tốt**-** Rút kinh nghiệm. | - Đội hình nhận lớp:  image1  - Đội hình chia tổ:  - Tổ trưởng các tổ điều khiển (từng cá nhân lên thực hiện cả )  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image68.jpeg- Gv cùng hs quan sát, nhận xét, thi đua giữa các tổ.  - Đội hình trò chơi: |

**THỂ DỤC (Tiết 24)**

**BÀI 24: HỌC ĐỘNG TÁC NHẢY CỦA BÀI THỂ DỤC PTC**

**TRÒ CHƠI: “MÈO ĐUỔI CHUỘT”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện được các động tác vươn thở, tay, chân, lưng bụng, toàn thân và bước đầu biết cách thực hiện 2 động tác thăng bằng, nhảy của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Trên sân trường

- Phương tiện: + Giáo viên: Còi, giáo án

+Học sinh: Vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  ***- Nhận lớp:***Ổn định, tập hợp lớp, báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp cổ, vai, tay, hông..  - Trò chơi: Do GV tự chọn.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1. Trò chơi:*** “*Mèo đuổi chuột*”  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***2.Bài thể dục phát triển chung:***  - *Ôn 6 động tác đã học bài TD:*  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp  - Cán sự hướng dẫn cả lớp luyện tập  - GV nhận xét sửa sai  *- Học động tác nhảy:*  - Nhịp 1: bật nhảy đồng thời tách chân,  - Nhịp 2: Bật nhảy về TTCB.  - Nhịp 3: Như nhịp 1, nhưng 2 tay vỗ  - Nhịp 4: Như nhịp 2.  GV hướng dẫn và tổ chức HS luyện tập  \*Các tổ trình diễn 6 động tác TD đã học  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:** (2phút) - GV nhận xét tiết học | Đội hình nhận lớp  image1  - Đội hình trò chơi:  hinh 112  Đội hình tập luyện hàng ngang  + Lần 1 - 2: GV làm mẫu.  + Lần 3 - 4: GV hô cho hs tập  + Lần 5: Từng tổ thực hiện.  - Động tác nhảy:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image70.jpeg    - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh |

**Tuần 13**

**THỂ DỤC (Tiết 25)**

**BÀI 25: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA CỦA BÀI TD PTC**

**TRÒ CHƠI: “CHIM VỀ TỔ”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác vươn thở, tay, chân, lưng bụng, toàn thân, thăng bằng, nhảy và bước đầu biết cách thực hiện động tác điều hoà của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

- Khi thực hiện bài thể dục phát triển chung, chưa yêu cầu nhớ thứ tự các động tác.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, Phấn kẻ

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  ***- Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân..  - Chạy nhẹ nhàng trên địa hình sân trường.  - Đi thường theo 1 vòng tròn và hít thở sâu.  - Trò chơi: Do GV Tự chọn.  ***II. Phần cơ bản.***  ***1.Bài thể dục phát triển chung:***  *\* Ôn 7 động tác TD:* 2 x 8 nhịp.  - Nhận xét nêu nhưng lỗi sai mà các em mắc phải.  *\* Học động tác điều hoà:*  + Nhịp 1: Đưa chân trái sang bên(thả lỏng chân...)  + Nhịp 2: Hạ bàn chân trái xuống thành tư thế .....  + Nhịp 3: Như nhịp 1, + Nhịp 4: Về TTCB.  - GV hướng dẫn và tổ chức HS luyện tập, gv sửa sai cho HS.  \*Các tổ trình diễn 8 động tác TD đã học  - Nhận xét Tuyên dương.  ***2. Trò chơi***: “*Chim về tổ*”  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi.  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **IV/ Củng cố, dặn dò:**  - Biểu dương học sinh tốt, rút kinh nghiệm.  - GV nhận xét tiết học | Đội hình nhận lớp  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image4.jpeg      - Đội hình tập luyện  + Lần 1 - 2: GV làm mẫu.  + Lần 3 - 4: GV hô cho hs tập.  - Động tác điều hoà:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image74.jpeg    -  Đội hình trò chơi:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image75.jpeg          -  HS đi thường thả lỏng. |

**THỂ DỤC (Tiết 26)**

**BÀI 26: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**TRÒ CHƠI: “CHIM VỀ TỔ”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác vươn thở, tay, chân, lưng bụng, toàn thân, thăng bằng, nhảy và bước đầu biết cách thực hiện động tác điều hoà của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

- Khi thực hiện bài thể dục phát triển chung, chưa yêu cầu nhớ thứ tự các động tác.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

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

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân..  - Chạy nhẹ nhàng trên địa hình sân trường.  - Về đội hình vòng tròn hoặc 4 hàng ngang, đứng hát tại chỗ, vỗ tay.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***1.Trò chơi vận động:*** *“Chim về tổ”*  - Trò chơi: “*Chim về tổ*”. GV nêu tên trò chơi, nhắc lại cách chơi và luật chơi, gv cho chơi thử...  *2****.Bài TD phát triển chung:***  - *Ôn từ động tác 4 đến động tác 8của bài thể dục phát triển chung:* 2 x 8 nhịp.  Cán sự lớp cho cả lớp ôn lại 1 lầ n  - Gv quan sát sửa sai.   \* Chia tổ tập luyện, mỗi đ/tác thực hiện 2x8 nhịp.  - Trình diễn thi đua giữa các tổ có thưởng và phạt,  - *Ôn toàn bài:* 2 lần, do cán sự điều khiển.  - Tổ trưởng điều khiển, gv q/sát sửa sai cho hs.  - GV+ HS q/s, nhận xét, biểu dương thi đua các tổ.  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **IV/ Củng cố, dặn dò:**  -Biểu dương học sinh tốt, Rút kinh nghiệm.  -GV nhận xét tiết học | - Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image4.jpeg      C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image78.jpeg- Đội hình trò chơi:  Phương pháp sửa sai:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image76.jpeg    - HS đi thường thả lỏng.  - HS nghiêm túc thực hiện. |

**Tuần 14**

**THỂ DỤC (Tiết 27)**

**BÀI 27: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**TRÒ CHƠI: “ĐUA NGỰA”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, lá cờ đuôi nheo

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân.  - Chạy nhẹ nhàng trên địa hình sân trường.  - Về đội hình vòng tròn hoặc 4 hàng ngang, đứng hát tại chỗ, vỗ tay.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***1.Trò chơi vận động:*** - Trò chơi : *“Đua ngựa”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi.  ***2.Bài TD phát triển chung:***  - *Ôn cả bài:* 3 - 4 lần.  *+ Lần 1:* GV điều khiển 1 HS tập chậm 1 lần.  *+ Lần 2:*GV tập chậm từng nhịp để sửa sai.  *+ Lần 3:*Cán sự vừa hô nhịp, vừa làm mẫu.  *+ Lần 4:*Cán sự hô nhịp, không làm mẫu.  - Nhận xét công bố kết quả, sửa sai  \* Các tổ trình diễn bài TD PTC  \*Các tổ luyện tập bài TD PTC  GV theo dõi giúp đỡ HS  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  **IV/ Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  - Biểu dương học sinh tốt, Rút kinh nghiệm.  - GV nhận xét tiết học  - GV hô “Giải tán !”, HS hô đồng thanh “Khoẻ !” | - Đội hình nhận lớp:  image1 - Đội hình trò chơi:  dua ngua lop 3   - Gv cùng hs q/sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ  - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức  - Đội hình xuống lớp:  image4 |

**THỂ DỤC (Tiết 28)**

**BÀI 28: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**TRÒ CHƠI: “ĐUA NGỰA”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác của bài thể dục phát triển chung.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, Phấn kẻ sân- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Trò chơi: Do GV tự chọn.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***1.Trò chơi vận động:*** - Trò chơi : *“Đua ngựa”*  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi.  ***2.Bài TD phát triển chung:***  - *Ôn tập toàn bài:* GV cho cả lớp tập cả bài 2 - 3 lần,mỗi động tác 2x8 nhịp. GV hô nhịp 1 lần, lần sau để cán sự lớp hô.   \* Kiểm tra thử : GV gọi lần lượt từng nhóm (mỗi nhóm 3 em) lên tập bài thể dục PTC.  Mỗi lần kiểm tra 2 – 3 em  Nhận xét – sửa sai .    ***III. 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.    **IV/ Củng cố, dặn dò:** (2 phút)  - GV nhận xét tiết học  - GV hô “Giải tán !”, HS hô đồng thanh “Khoẻ !” | Đội hình nhận lớp hàng ngang.  IMG0212A  - Đội hình trò chơi:  dua ngua lop 3    - Đội hình chia tổ:  - Đội hình kiểm tra:  - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức có thi đua  - Đội hình xuống lớp:  image4 |

Tuần 15

**THỂ DỤC (Tiết 29)**

**BÀI 29: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**TRÒ CHƠI: “THỎ NHẢY”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác đã học 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

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Trò chơi: Do GV tự chọn.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***1, Ôn bài thể dục phát triển chung.***  - Ôn bài thể dục phát triển chung. 2 – 3 lần.  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp.  (trong tổ tự kiểm tra lẫn nhau, gv quan sát giúp đỡ).   - Các tổ thi đua biểu diễn bài TD.  - Nhận xét.  ***2.Trò chơi :*** *“Thỏ nhảy”*   - 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.  - GV nhận xét tiết học  ***IV. Củng cố, dặn dò:*** (2 phút)  - Biểu dương học sinh tốt.  - Rút kinh nghiệm.  - GV hô “Giải tán !”, HS hô đồng thanh “Khoẻ !” | - Đội hình nhận lớp hàng ngang.  IMG0202B      - Gv cùng hs quan sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ  - Đội hình trò chơi:  - Lần 1: Hs chơi thử  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức  tho nhay lop 3  - Đứng tại chỗ vỗ tay và hát:  - Thả lỏng cơ thể. | |

**THỂ DỤC (Tiết 30)**

**BÀI 30: ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG**

**TRÒ CHƠI: “LÒ CÒ TIẾP SỨC”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng các động tác đã học 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, lá cờ đuôi nheo.

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:*** Ổn định lớp, tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Trò chơi: Do GV tự chọn.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***1,Bài thể dục phát triển chung.***  \* *Kiểm tra bài TD PTC*.  - Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp  - Kiểm tra bài TD phát triển chung.  \*Nội dung kiểm tra : 8 động tác TD  - Mỗi lần kiểm tra từ 3-5 học sinh.  *\* Cách đánh giá:*  +*Hoàn thành tốt*:Thực hiện đúng đ/tác theo thứ tự  + *Hoàn thành*: Thực hiện cơ bản đúng động tác, có thể nhầm nhịp hoặc quên từ 2-3 động tác  + *Chưa hoàn thành*: Thực hiện sai từ 4 động tác  ***2.Trò chơi***: “*Lò cò tiếp sức*”   - 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.  - GV nhận xét tiết học  ***IV. Củng cố, dặn dò:*** (2 phút)  - Biểu dương học sinh tốt.  - GV hô “Giải tán !”, HS hô đồng thanh “Khoẻ !” | Đội hình nhận lớp  image1 - Đội hình kiểm tra:  IMG0264A            C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image85.jpeg- Đội hình trò chơi :588 |

Tuần 16

**THỂ DỤC (Tiết 31)**

**BÀI 31: BÀI TẬP RÈN LUYỆN TƯ THẾ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN. TRÒ CHƠI: “LÒ CÒ TIẾP SỨC”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông và đi theo vạch kẻ thẳng hai tay dang ngang.  
- 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 sẵn vạch sân- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu.***  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - HS chạy một vòng trên sân tập  - Khởi động xoay các khớp  - Kiểm tra bài cũ: Bài TD PTC  - Trò chơi: “*Chẵn lẻ*”.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a.Bài tập RLTTCB :***  \*Ôn: Đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông và đi theo vạch kẻ thẳng hai tay dang ngang.  - GV hướng dẫn, tổ chức HS thực hiện:  Nhận xét:  \*Các tổ biểu diễn thi đua.  ***b.Trò chơi : “Lò cò tiếp sức”***  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy đinh chơi  ***III. Phần kết thúc*.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  - GV nhận xét tiết học  ***IV. Củng cố, dặn dò:*** (4 phút)  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  - Rút kinh nghiệm.Nội dung buổi học sau: | C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg- Đội hình nhận lớp:  - Cán sự lớp điều khiển, gv quan sát sửa sai.  a30  - Gv cùng hs quan sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ  - Đội hình trò chơi :  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image88.jpeg  - Đứng tại chỗ vỗ tay và hát:  - Thả lỏng cơ thể. |

**THỂ DỤC (Tiết 32)**

**BÀI 32: BÀI TẬP RÈN LUYỆN TƯ THẾ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN. TRÒ CHƠI: “NHẢY LƯỚT SÓNG”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông và đi theo vạch kẻ thẳng hai tay dang ngang.  
- 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, dây, giáo án- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu*.**  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp báo cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Kiểm tra bài cũ : TD RL TTCB.  - Trò chơi: “*Tìm người chỉ huy”*  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a.Bài tập RLTTCB*** :  \*Ôn: Đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông, dang ngang.  - GV hướng dẫn, tổ chức HS thực hiện:    \*Các tổ tổ chức thi đua luyện tập.  - GV quan sát góp ý sửa sai.  - Nhận xét - Tuyên dương:  ***b.Trò chơi: “Nhảy lướt sóng”***  - 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.  - GV nhận xét tiết học  ***IV. Củng cố, dặn dò:*** (4 phút)  - GV cùng HS hệ thống lại bài.  - Nội dung buổi học sau: | - Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Đội hình tập luyện :  507 - Gv cùng hs quan sát, nhận xét, biểu dương thi đua giữa các tổ.  - Đội hình trò chơi:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image90.jpeg  - Lần 1: Hs chơi thử.  - Lần 2: Cả lớp chơi chính thức có thi đua. |

Tuần 17

**THỂ DỤC (Tiết 33)**

**BÀI 33: BÀI TẬP RÈN LUYỆN TƯ THẾ VÀ KỸ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN. TRÒ CHƠI: “NHẢY LƯỚT SÓNG”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng đi kiễng gót hai tay chống hông.  
- Tập hợp hàng ngang nhanh, dóng thẳng hàng ngang.  
- Biết cách đi nhanh chuyển sang chạy.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

- Biết cách đi từ chậm đến nhanh dần rồi đi nhanh và chuyển sang chạy một vài bước.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, dây, cờ, giáo án- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu*.**  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp b/cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Kiểm tra bài cũ : TD RL TTCB.  - Trò chơi: “*Làm theo hiệu lệnh”*  *-* Tập bài thể dục phát triển chung: 1 lần.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a.Bài tập RLTTCB và KNVĐ:***  \*Ôn: Đi kiểng gót hai tay chống hông .  - GV hướng dẫn, tổ chức HS thực hiện.  Nhận xét:    \* Tập hợp hàng ngang, dóng thẳng hàng  - Gv tổ chức cho hs tập luyện:  (nhắc lại cách tập hợp, dóng hàng)  \*Chia tổ luyện tập:  - Giáo viên quan sát góp ý sửa sai:  \*Các tổ biểu diễn đi kiểng gót hai tay chống hông:  - GV và HS tham gia nhận xét góp ý.  ***b.Trò chơi : “Nhảy lướt sóng”***  - 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.  - GV nhận xét tiết học  - Biểu dương học sinh tốt | - Đội hình nhận lớp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Đội hình tập luyện:  588  a2  - Lần 1-2: Gv hướng dẫn, 1 tổ làm mẫu các tổ khác quan sát.  - Lần 3-4: Cả lớp thực hiện  - Cán sự lớp điều khiển lớp tập 1 lần, gv quan sát sửa sai  a23- Đội hình trò chơi: |

**THỂ DỤC (Tiết 34)**

**BÀI 34: ĐI NHANH CHUYỂN SANG CHẠY**

**TRÒ CHƠI: “NHẢY LƯỚT SÓNG”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện cơ bản đúng đi kiễng gót hai tay chống hông.  
- Tập hợp hàng ngang nhanh, dóng thẳng hàng ngang.  
- Biết cách đi nhanh chuyển sang chạy.  
- Biết cách chơi và tham gia chơi được.

- Biết cách đi từ chậm đến nhanh dần rồi đi nhanh và chuyển sang chạy một vài bước.

**II. CHUẨN BỊ:**

- Địa điểm: Sân trường hoặc trong lớp học.

- Giáo viên: Còi, dây nhảy, giáo án- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu*.**  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp b/cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Chạy chậm theo 1 hàng dọc trên sân.  - Kiểm tra bài cũ : TD RL TTCB.  - Trò chơi: “*Kéo cưa lừa xẻ”*  *-* Tập bài thể dục phát triển chung: 1 lần.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a.Đội hình đội ngũ:***  - Ôn tập hàng ngang, dóng hàng: Cả lớp thực hiện theo khu vực đã phân công...  - GV đến từng tổ quan sát, nhắc nhở, giúp đỡ học sinh.  ***b.Bài tập RLTTCB:***  - Ôn đi nhanh chuyển sang chạy:  - Giáo viên nêu tên, giải thích kỹ thuật, cho HS làm mẫu. lần 1-2 GV điều khiển, những lần sau CS điều khiển. GV quan sát, sửa sai.  ***c.Trò chơi vận động: “Nhảy lướt sóng”***  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi, quy định chơi.  - Nhận xét – Tuyên dương:  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV cùng HS hệ thống bài.  - GV nhận xét tiết học  - Biểu dương học sinh tốt. | - Đội hình nhận lớp:  hinh110  giong hang ngang- Đội hình tập luyện:  - Đội hình tập:  a29  - Đội hình trò chơi:  a23  - GV cùng HS hệ thống lại bài. |

**Tuần 18**

**THỂ DỤC (Tiết 35)**

**BÀI 35 : ĐI NHANH CHUYỂN SANG CHẠY**

**TRÒ CHƠI: “CHẠY THEO HÌNH TAM GIÁC”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện tập hợp hàng ngang nhanh , dóng thẳng hàng ngang .

- Thực hiện được đi nhanh dần rồi chuyển sang chạy một số bước , kết hợp với động tác đánh tay nhịp nhàng .

- Nhắc lại được những nội dung cơ bản đã học trong học kì .

- Bước đầu 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, lá cờ đuôi nheo

- Học sinh: Trang phục gọn gàng.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu*.**  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp b/cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Chạy chậm theo 1 hàng dọc trên sân.  - Trò chơi: “*Tìm người chỉ huy”*  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a.Đội hình đội ngũ và bài tập RLTTCB:***  - Ôn tập hợp hàng ngang, dóng hàng, đi nhanh trên vạch kẻ thẳng và chuyển sang chạy.  - GV hướng dẫn, tổ chức HS luyện tập.  \*Từng tổ thi đua biểu diễn.  Nhận xét - Tuyên dương  - Ôn tập hợp hàng ngang, đi nhanh trên vạch kẻ thẳng và chuyển sang chạy.  - Thực hiện được động tác ở mức tương đối chính xác  - Giáo viên nêu tên, giải thích kỹ thuật, cho HS làm mẫu. lần 1-2 GV điều khiển, những lần sau CS điều khiển.GV quan sát, sửa sai.  ***b.Trò chơi : “Chạy theo hình tam giác”***  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và q/định chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***III. Phần kết thúc.***  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh  - GV nhận xét tiết học | - Đội hình tập hợp nhận lớp:  hinh110  - Đội hình ôn tập:  a25  dong hang ngang(l30  a29  - Đội hình chơi:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image97.jpeg  - HS thực hiện theo hướng dẫn của GV. |

**THỂ DỤC (Tiết 36)**

**BÀI 36: SƠ KẾT HỌC KỲ I**

**TRÒ CHƠI: “CHẠY THEO HÌNH TAM GIÁC”**

**I. MỤC TIÊU:**

- Thực hiện tập hợp hàng ngang nhanh , dóng thẳng hàng ngang .

- Thực hiện được đi nhanh dần rồi chuyển sang chạy một số bước , kết hợp với động tác đánh tay nhịp nhàng .

- Nhắc lại được những nội dung cơ bản đã học trong học kì .

- Bước đầu 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, dụng cụ kẻ sẵn vạch chơi,lá cờ đuôi nheo.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động dạy** | **Hoạt động học** |
| ***I. Phần mở đầu*.**  - ***Nhận lớp:***Ổn định lớp,tập hợp b/cáo sĩ số.  - Phổ biến nội dung yêu cầu giờ học.  ***- Khởi động:*** Xoay các khớp tay, chân...  - Chạy chậm theo 1 hàng dọc trên sân.  - Trò chơi: “*Kết bạn”*  *-* Tập bài thể dục phát triển chung: 1 lần.  ***II. Phần cơ bản*.**  ***a/ Sơ kết học kỳ I:***  *\* Đội hình đội ngũ:*  Tập hợp hàng dọc, hàng ngang, Dóng hàng, điểm số, đứng nghiêm, nghỉ, quay phải. Quay trái, dàn hàng, dồn hàng quay sau, đi đều, đi đều vòng phải, vòng trái đứng lại, đổi chân khi đi đều sai nhịp.  *\*Bài TD phát triển chung gồm 8 động tác.*  *\*Bài tập RLTT và KNVĐCB*: Đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông và tay dang ngang, đi nhanh chuyển sang chạy.  \**Trò chơi vận động*: Ôn một số trò chơi ở lớp 2-3. Và học mới trò chơi “Nhảy lướt sóng,chạy theo hình tam giác”.  - HS thực hiện lại các nội dung đã nêu trên.  ***b.Trò chơi: “Chạy theo hình tam giác”***  - Tập hợp hs theo đội hình chơi, Gv nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và quy định chơi  - Nhận xét – Tuyên dương  ***III. Phần kết thúc*.**  - HS đi thường thả lỏng, hồi tĩnh | - Đội hình tập hợp:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image1.jpeg  - Đội hình ôn tập:  IMG0288A  507  - Đội hình chơi:  C:\WINDOWS\temp\dxml\The duc 4 hoc ky 1.\word\media\image97.jpeg  - HS thực hiện theo hướng dẫn |