**GIÁO ÁN CHUYÊN ĐỀ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT**

**BÀI 1: BÀI TẬP PHỐI HỢP ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ**

***(Tiết 1)***

**Giáo viên thực hiện: Nguyễn Trung Dũng**

1. **YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

**1.Kiến thức**

*Sau bài học này, HS sẽ:*

* Biết và thực hiện vệ sinh đảm bảo an toàn trong giờ tập luyện của môn GDTC.
* Biết quan sát tranh ảnh, động tác làm mẫu của GV để tập động tác phối hợp đội hình đội ngũ và tự sửa sai động tác.
* Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.

1. **Năng lực**

* Thực hiện được động tác phối hợp đội hình đội ngũ và vận dụng được vào trong các hoạt động tập thể.
* Biết phối hợp với bạn bè khi tập luyện theo cặp đôi, nhóm, tổ.
* Biết lắng nghe, sửa sai và chia sẻ ý kiến cá nhân với bạn, nhóm và GV.
* Tham gia tích cực các trò chơi vận động và bài tập phát triển thể lực.

1. **Phẩm chất**

* Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
* Thể hiện sự yêu thích, hình thành thói quen thường xuyên tập luyện thể dục thể thao.
* Vui vẻ, hòa đồng với mọi người.

1. **PHƯƠNG PHÁP VÀ THIẾT BỊ DẠY HỌC**

**1.Phương pháp dạy học**

* Hoạt động nhóm, thực hành, trực quan.
* Nêu vấn đề và giải quyết vấn đề.

**2. Thiết bị dạy học**

**\*Giáo viên**

* Kẻ, vẽ sân tập theo nội dung bài học.
* Còi, vòng, chướng ngại vật, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện,…

**\*Học sinh**

Trang phục thể thao, giày tập hoặc dép quai hậu.

Đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC**

|  |  |
| --- | --- |
| **HOẠT ĐỘNG CỦA GV** | **HOẠT ĐỘNG CỦA HS** |
| **A. HOẠT ĐỘNG KHỞI ĐỘNG**  **a. Mục tiêu:**HS giãn cơ, làm nóng cơ thể, tăng khả năng phản xạ, tạo hứng thú để tiếp nhận nội dung bài học.  **b. Cách tiến hành**  ***1. Khởi động***  - GV tổ chức cho HS cả lớp xoay các khớp, giúp HS làm nóng cơ thể.  - GV tổ chức cho HS cả lớp chạy tại chỗ, vỗ tay, giúp HS làm nóng cơ thể.  - GV nhận xét, đánh giá, khen ngợi sự tích cực tham gia khởi động của HS.  ***2. Trò chơi bổ trợ khởi động***  - GV tổ chức cho HS chơi trò chơi bổ trợ khởi động *– Con thỏ.*  - GV phổ biến mục đích, cách chơi cho HS:  *+ Mục đích: Làm nóng cơ thể, phát triển sức nhanh, sức mạnh, sự khéo léo.*  *+ Cách chơi:*  ·        *Khi chỉ huy hô “Con thỏ”, các em đồng thời đưa hai tay lên cao. Chỉ hủy hô “Bên phải, bên phải” hoặc “Bên trái, bên trái”, các em nghiêng người sang phải hoặc sang trái theo đúng lời hô của chỉ huy.*  ·        *Em nào thực hiện không đúng coi như thua cuộc.*  - GV yêu cầu HS xếp thành hình tròn, chỉ huy đứng trong vòng tròn.  - GV ra hiệu lệnh cho HS bắt đầu chơi trò chơi.  - GV nhận xét, động viên, khích lệ HS.  - GV dẫn dắt HS vào bài học: ***Bài 1 – Bài tập phối hợp đội hình đội ngũ***  **B. HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC**  **Hoạt động 1. Bài tập phối hợp đội hình dọc và quay các hướng**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS thực hiện được bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng.  **b. Cách tiến hành**  - GV cho HS quan sát tranh thực hiện động tác mẫu SGK tr.9.  - GV yêu cầu HS trả lời câu hỏi:  *+ Các bạn trong tranh đang thực hiện động tác gì?*  *+ Các bạn trong tranh thực hiện động tác quay các hướng nào?*  - GV mời đại diện 1 – 2 HS trả lời.  - GV mô tả động tác, phân tích, hướng dẫn cách thực hiện động tác (vừa làm mẫu, vừa giảng giải, nhấn mạnh những yêu cầu của động tác):  *+ TTCB: Đứng tự nhiên.*  - Cách thực hiện: *Nghe và thực hiện lần lượt theo các khẩu lệnh: “Thành 1 (2, 3, 4,...) hàng dọc – Tập hợp!"; "Nhìn trước – Thẳng!”; “Thôi!”; “Từ 1 đến hết – Điểm số!"; "Nghỉ!"; "Nghiêm!”; “Bên trái – Quay!”; “Bên phải – - Quay!"; "Đằng sau - Quay!".*  - GV gọi lần lượt một nhóm nhỏ HS lên tập động tác phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng. Cả lớp quan sát và nhận xét bạn tập.  - GV tổ chức cho cả lớp thực hiện động tác. GV quan sát để hướng dẫn những HS thực hiện chưa đúng.  - GV cho cán sự lớp hô, cả lớp tập động tác phối hợp hình hàng dọc và quay các hướng.  - GV quan sát, sửa sai cho HS.  **C. HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP**  **Hoạt động 1. Luyện tập động tác**  **a. Mục tiêu:** Thông qua hoạt động, HS luyện tập nhóm động tác phối hợp đội hình đội ngũ.  **b. Cách tiến hành**  - GV cho HS luyện tập lần lượt theo các hình thức nhóm.  - GV quan tâm, giúp đỡ những HS thực hiện chưa đúng động tác.  - GV động viên, khích lệ những HS thực hiện đúng.  **Hoạt động 2. Tổ chức trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ**  **a. Mục tiêu:**Thông qua hoạt động, HS chơi trò chơi *“Ném vòng”.*  **b. Cách tiến hành**  - GV tổ chức cho HS chơi trò chơi*Ném vòng.*  - GV phổ biến cho HS mục đích và cách chơi trò chơi:  *+ Mục đích: Rèn luyện kĩ năng chạy, nhảy, sự khéo léo, nhanh nhẹn, giáo dục tỉnh thần tập thể, tính đoàn kết.*  *+ Cách chơi:*  ·        *HS chia làm hai hàng dọc. Mỗi em cầm một vòng sẵn sàng trong tay.*  ·        *Em dầu hàng đứng sau vạch xuất phát và trước vạch chuẩn bị.*  ·        *HS đứng chạm chân vào vạch xuất phát ném vòng về phía chướng ngại vật phía trước sao cho vòng tròn rơi trúng vào chướng ngại vật được tính là 1 điểm. Nếu không trúng không được tính điểm.*  ·        *Sau khi hết lượt ném, HS nhanh chóng chạy về cuối hàng và HS tiếp theo chuẩn bị lượt ném.*  ·        *Lần lượt các em tiếp theo thực hiện như vậy, đến em cuối cùng của mỗi đội sau khi thực hiện xong thì giơ tay lên cao và hô “Hết”.*  ·        *Đội nào hoàn thành và có số điểm cao hơn giành chiến thắng.*  ·        *Lưu ý: Những trường hợp phạm quy: Xuất phát trước khi có hiệu lệnh hoặc xuất phát trước khi bạn về đứng ở đầu hàng của mình chạy về cuối hàng; em cuối cùng thực hiện xong không giơ tay lên cao và hô “Hết”;...*  - GV và HS cùng chuẩn bị cho trò chơi:  *+ Vẽ vạch xuất phát và vạch chuẩn bị, đặt 2 chướng ngại vật trước hai hàng dọc HS đứng.*  *+ GV phát cho HS vòng ném.*  - GV mời HS tham gia vào trò chơi.  - GV khen ngợi, động viên, khích lệ HS và tuyên bố đội thắng cuộc.  **Hoạt động 3. Tập bài tập phát triển thể lực**  **a. Mục tiêu:**Thông qua hoạt động, HS tập được một số bài tập phát triển thể lực.  **b. Cách tiến hành**  - GV cho HS đồng loạt bài tập sau:  *+ Chạy tại chỗ gót chạm mông 25 – 30 lần, lặp lại 2 lần. Sau mỗi lần, cần đi lại vung tay thả lỏng người và hít thở sâu trong vòng 1 phút.*  - GV nhận xét, đánh giá, khích lệ tinh thần HS.  **D. HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG**  **a. Mục tiêu:**Thông qua hoạt động, HS vận dụng kiến thức đã học để trả lời câu hỏi và luyện tập thực hành sau giờ học.  **b. Cách tiến hành**  ***Nhiệm vụ 1: Trả lời câu hỏi bài tập 1 SGK tr.13***  - GV yêu cầu HS thảo luận cặp đôi/nhóm, tổ và trả lời lần lượt hai câu hỏi sau:  *+ Câu 1. Chọn câu trả lời đúng:*  *a, Khi tập hợp hàng dọc, nghe khẩu lệnh "Thành 3 hàng dọc – Tập hợp!", bạn ở vị trí nào đứng đối diện với chỉ huy?*  *A.    Bạn đầu hàng thứ nhất.*  *B.    Bạn đầu hàng thứ hai.*  *C.    Bạn đầu hàng thứ ba*  *D.   Tất cả các bạn đầu hàng.*  - GV mời đại diện 1 – 2 HS nêu đáp án. Các HS khác lắng nghe, nêu đáp án khác (nếu có).  - GV nhận xét, đánh giá và chốt đáp án:  *+ Câu 1. a, Đáp án A.*  ***Nhiệm vụ 2: Vận dụng các bài tập phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng; bài tập phối hợp đội hình vào các hoạt động tập thể.***  - GV hướng dẫn HS: Các em có thể tập động tác bài tập phối hợp đội hình đội ngũ trong các hoạt động tập thể để rèn luyện sức khỏe, hình thành thói quen tập luyện, nâng cao kĩ năng vận động, phát triển hài hòa và thể chất và tinh thần,… giúp học tốt các môn học khác.  **\* CỦNG CỐ VÀ ĐÁNH GIÁ**  - GV nhận xét, tóm tắt lại những nội dung chính của bài học.  - GV nhận xét, đánh giá sự tham gia của HS trong giờ học, khen ngợi những HS tích cực; nhắc nhở, động viên những HS còn chưa tích cực, nhút nhát:  *+ Hoàn thành tốt: Thực hiện cơ bản đúng cả hai động tác phối hợp đội hình hàng dọc và quay các hướng ; biết được lỗi sai và cơ bản khắc phục được lỗi đó trong quá trình luyện tập.*  *+ Hoàn thành: Thực hiện được một trong hai động tác phối hợp đội hình hàng dọc và quay các ; biết được lỗi sai trong tập luyện.*  *+ Chưa hoàn thành: Chưa thực hiện được động tác*  **\* DẶN DÒ**  - GV nhắc nhở HS:  + Ôn lại động tác phối hợp đội hình đội ngũ.  + Tích cực rèn luyện thể dục thể thao tại nhà. | - HS xoay các khớp.   - HS chạy tại chỗ, vỗ tay  - HS lắng nghe GV phổ biến cách chơi.  - HS chuẩn bị.  - HS chơi trò chơi.  - HS lắng nghe, chuẩn bị vào bài.          - HS quan sát tranh minh họa động tác.   - HS lắng nghe GV nêu câu hỏi.    - HS trả lời.  - HS quan sát GV mô tả và thực hiện động tác mẫu.    - HS thực hiện động tác mẫu theo hướng dẫn.  - HS cả lớp thực hiện động tác.  - HS thực hiện động tác theo khẩu lệnh của cán sự lớp.  - HS lắng nghe, quan sát, chỉnh sửa động tác (nếu chưa đúng).          - HS luyện tập theo các nhóm.  - HS lắng nghe, quan sát, chỉnh sửa động tác (nếu chưa đúng).          - HS lắng nghe GV phổ biến luật chơi.      - HS chuẩn bị cho trò chơi.      - HS chơi trò chơi.    - HS luyện tập.  - HS lắng nghe, tiếp thu.    - HS thảo luận, trả lời câu hỏi theo cặp đôi.      - HS trả lời.  - HS lắng nghe, tiếp thu.        - HS lắng nghe, tiếp thu.          - HS lắng nghe |