

I. Mở đầu: (5')

GV: Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học

HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát

Khởi động

HS chạy một vòng trên sân tập

Thành vòng tròn đi thường.....bước

Thôi

Ôn bài thể dục phát triển chung

Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp

Kiểm tra bài cũ : 4 hs

Nhận xét

II. Cơ bản: { 24' }

a.Học trò chơi : Vòng tròn

Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi

Nhận xét

b.Đi đều

Đi đều.....bước

Đứng lại.....Đứng

HS vừa đi vừa hát theo nhịp Nhận xét

III. Kết thúc: (6')

Thả lỏng :

HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát

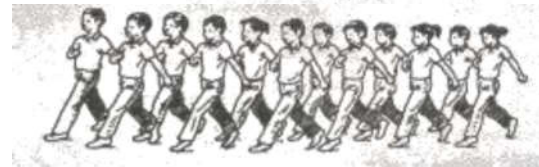
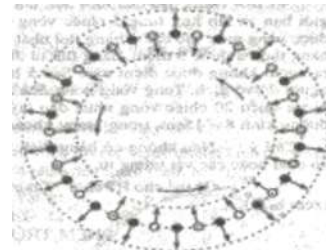
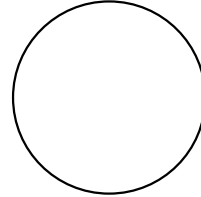
Hệ thống bài học và nhận xét giờ học

Về nhà ôn 8 động tác TD đã học

Đội Hình

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

GV



Đội Hình xuống lớp

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

GV

**Bài : 30 * Bài thể dục phát triển chung
* Trò chơi Vòng tròn**

I. Mục tiêu:

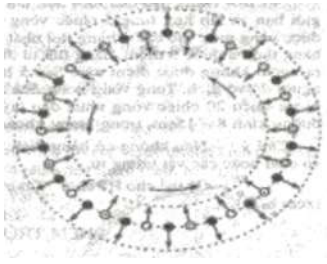
- Ôn bài TD phát triển chung. Yc thuộc bài, thực hiện từng ĐT tương đối chính xác, đều, đẹp.
- Tiếp tục học trò chơi Vòng tròn .YC biết cách chơi và tham gia vào trò chơi theo vận động tương đối chủ động .

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
I. Mở đầu: (5')	Đội Hình

<p>Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Khởi động HS chạy một vòng trên sân tập Kiểm tra bài cũ : 4 hs Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' }</p> <p>a. Ôn bài thể dục phát triển chung. Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp Nhận xét</p> <p>b. Trò chơi Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6')</p> <p>Thả lỏng : HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	<p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</p> <p>GV</p>  <p>GV</p> <p>Đội Hình xuống lớp</p> <p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</p> <p>GV</p>
---	---

TUẦN 16

Bài : 31 * Trò chơi Nhóm 3 nhóm 7

*** Trò chơi Vòng tròn**

I. Mục tiêu:

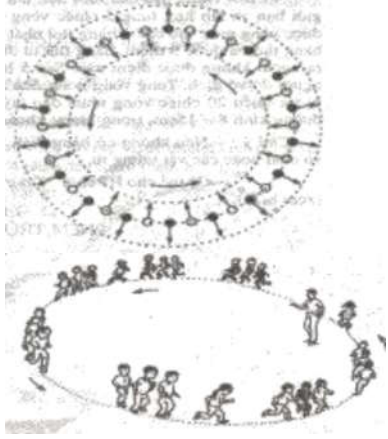
- Ôn 2 trò chơi : Vòng tròn và Nhóm 3 nhóm 7. Yêu cầu HS biết cách chơi và tham gia vào trò chơi tương đối chủ động.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Khởi động Đi đềubước Đứng lại.....đứng Ôn bài thể dục phát triển chung Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp Kiểm tra bài cũ : 4 hs</p>	<p>Đội Hình</p> <p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</p> <p>GV</p>

<p>Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' }</p> <p>a.Trò chơi : Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p> <p>Nhận xét</p> <p>b.Trò chơi : Nhóm 3 nhóm 7</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p> <p>Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6')</p> <p>Thả lỏng :</p> <p>HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát</p> <p>Hệ thống bài học và nhận xét giờ học</p> <p>Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	 <p>Đội Hình xuống lớp</p> <pre> * </pre> <p>GV</p>
--	---

Bài : 32 * Trò chơi Nhanh lên bạn ơi
*** Trò chơi Vòng tròn**

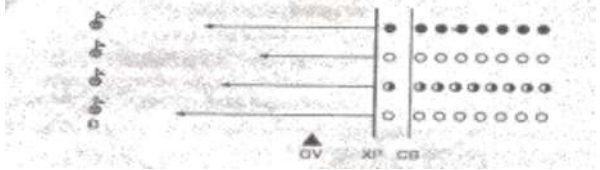
I. Mục tiêu:

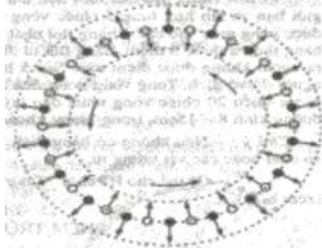
-Ôn 2 trò chơi :Vòng tròn và Nhanh lên bạn ơi.Yêu cầu HS biết cách chơi và tham gia vào trò chơi tương đối chủ động

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5')</p> <p>GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học</p> <p>HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát</p> <p>Đi đềubước Đứng lại.....đứng đi vừa</p> <p>Ôn bài thể dục phát triển chung</p> <p>Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp</p> <p>Kiểm tra bài cũ : 4 hs</p> <p>Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' }</p> <p>a.Trò chơi : Nhanh lên bạn ơi</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p> <p>Nhận xét</p> <p>b.Trò chơi : Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p>	<p>Đội Hình</p> <pre> * </pre> <p>GV</p> 

<p>Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6')</p> <p>Thả lỏng :</p> <p>HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát</p> <p>Hệ thống bài học và nhận xét giờ học</p> <p>Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	 <p>Đội Hình xuống lớp</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>GV</p>
--	---

TUẦN 17

Bài : 33 * Trò chơi Bịt mắt bắt dê
*** Trò chơi Nhóm ba nhóm bảy**


I. Mục tiêu:

-Ôn 2 trò chơi:Bịt mắt bắt dê và Nhóm ba nhóm bảy.Yêu cầu tham gia vào trò chơi tương đối chủ động,đúng luật.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5')\</p> <p>GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học</p> <p>Khởi động</p> <p>HS chạy một vòng trên sân tập</p> <p>Thành vòng tròn,đi thường....bước Thời</p> <p>HS vừa đi vừa hít thở sâu</p> <p>Ôn bài thể dục phát triển chung</p> <p>Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp</p> <p>Kiểm tra bài cũ : 4 hs</p> <p>Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' }</p> <p>a.Trò chơi : Nhóm ba nhóm bảy</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p> <p>Nhận xét</p> <p>b.Trò chơi : Bịt mắt bắt dê</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi</p> <p>Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6')</p> <p>Đi đều....bước Đứng lại....đứng</p>	<p>Đội Hình</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>* * * * *</p> <p>GV</p> 

Thả lỏng : Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học	Đội Hình xuống lớp * GV
--	--

**Bài : 34 * Trò chơi Vòng tròn
* Trò chơi Bỏ khăn**

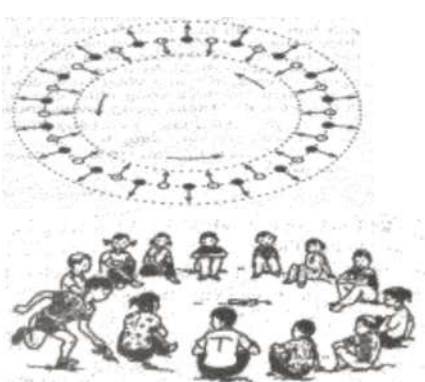
I. Mục tiêu:

-Ôn 2 trò chơi:Vòng tròn và Bỏ khăn.Yêu cầu tham gia vào trò chơi tương đối chủ động,đúng luật.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học Khởi động HS chạy một vòng trên sân tập Thành vòng tròn,đi thường....bước Thôi HS vừa đi vừa hít thở sâu Ôn bài thể dục phát triển chung Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp Kiểm tra bài cũ : 4 hs Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' } a.Trò chơi : Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>b.Trò chơi : Bỏ khăn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6') Đi đều....bước Đứng lại.....đứng Thả lỏng : Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	<p>Đội Hình</p> <p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * GV</p>  <p>Đội Hình xuống lớp</p> <p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * * GV</p>

TUẦN 18

**Bài : 35 * Trò chơi Vòng tròn
* Trò chơi Nhanh lên bạn ơi**

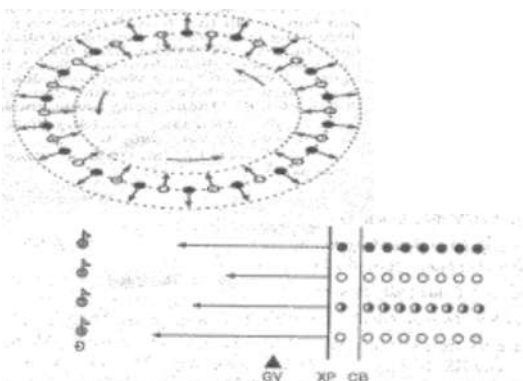
I. Mục tiêu:

- Ôn 2 trò chơi: “Vòng tròn” và “Nhanh lên bạn ơi!”. Yêu cầu tham gia vào trò chơi tương đối chủ động, đúng luật.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS chạy một vòng trên sân tập Thành vòng tròn, đi thường.... bước Thôi HS vừa đi vừa hít thở sâu Ôn bài thể dục phát triển chung Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp Kiểm tra bài cũ : 4 hs Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' } a. Trò chơi : Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>b. Trò chơi : Nhanh lên bạn ơi</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6') Đi đều.... bước Đứng lại.... đứng HS vừa đi vừa hát theo nhịp Thả lỏng : Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	<p>Đội Hình</p> <pre> * </pre> <p style="text-align: center;">GV</p>  <p>Đội Hình xuống lớp</p> <pre> * </pre> <p style="text-align: center;">GV</p>

Bài : 35 * Trò chơi Vòng tròn

*** Trò chơi Nhanh lên bạn ơi**

I. Mục tiêu:

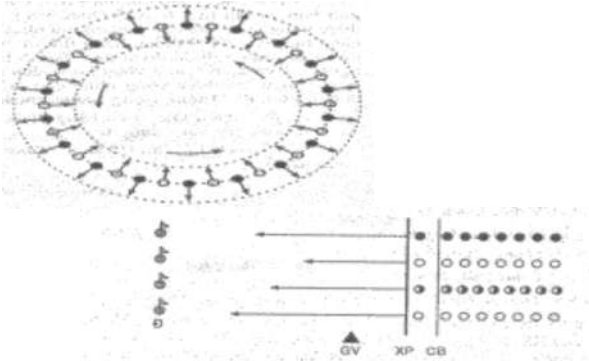
- Ôn 2 trò chơi: “Vòng tròn” và “Nhanh lên bạn ơi!”. Yêu cầu tham gia vào trò chơi tương đối chủ động, đúng luật.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
I. Mở đầu: (5')	Đội Hình

<p>GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS chạy một vòng trên sân tập Thành vòng tròn, đi thường... bước Thôi HS vừa đi vừa hít thở sâu Ôn bài thể dục phát triển chung Mỗi động tác thực hiện 2x8 nhịp Kiểm tra bài cũ : 4 hs Nhận xét II. Cơ bản: { 24' } a. Trò chơi : Vòng tròn</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét</p> <p>b. Trò chơi : Nhanh lên bạn ơi</p> <p>Giáo viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét III. Kết thúc: (6') Đi đều... bước Đứng lại.... đứng HS vừa đi vừa hát theo nhịp Thả lỏng : Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	<pre> * GV </pre>  <p>Đội Hình xuống lớp</p> <pre> * GV </pre>
---	--

Bài : 36 * Ôn tập học kỳ I

I. Mục tiêu:

- Hệ thống những ND chính đã học trong học kỳ I. Yêu cầu HS biết được đã học được những gì, điểm nào cần phát huy hoặc khắc phục trong học kỳ II.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5')</p> <p>GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học Đi đều... bước Đứng lại.... đứng HS vừa đi vừa hát theo nhịp Trò chơi : Diệt các con vật có hại Kiểm tra bài cũ : 4 HS</p>	<p>Đội Hình</p> <pre> * GV </pre>

Nhận xét

II. Cơ bản: { 24' }

a. Sơ kết học kỳ I.

* Những kiến thức và kỹ năng các em đã học.

- ĐHĐN : Tập hợp hàng dọc (ngang), Dóng hàng, Điểm số, dồn hàng ngang, Quay phải (trái),

Chuyển đội hình hàng dọc (ngang) thành vòng tròn và ngược lại....

- Bài TD phát triển chung :

Gồm 8 động tác. Vươn thở, Tay, Chân, Lườn, Bụng Toàn thân, Nhảy, Điều hoà.

- Bài tập RLTT và KNVĐCB :

- Trò chơi vận động : Bịt mắt bắt dê, Bỏ khăn, Vòng tròn, Nhanh lên bạn ơi, Nhóm 3 nhóm 7.

Trong HKI đa số HS tham gia học tốt môn TD có tinh thần luyện tập để nâng cao sức khoẻ, biết vận dụng những kiến thức đã học vào thực tế. Bên cạnh đó vẫn còn một số ít HS tinh thần luyện tập chưa cao, dẫn đến thành tích đạt chưa tốt. Những thành tích các em đã đạt ở HKI cần phát huy tốt hơn nữa ở HKII.

Thông báo kết quả học tập của HS
Tuyên dương những HS có tinh thần học tập
b. Trò chơi : Bịt mắt bắt dê.

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi

Nhận xét

III. Kết thúc: (6')

Thả lỏng : Cúi người ... nhảy thả lỏng

Hệ thống bài học và nhận xét giờ học

Về nhà ôn 8 động tác TD đã học

Đội hình học mới động tác TD

```
* * * * * * * *
 * * * * * * * *
 * * * * * * * *
 * * * * * * * *
```

GV



Đội Hình xuống lớp

```
* * * * * * * *
 * * * * * * * *
 * * * * * * * *
 * * * * * * * *
```

GV

Tuần 19

Bài : 37 *Trò chơi : Bịt mắt bắt dê và Nhanh lên bạn ơi


I. Mục tiêu:

- Ôn 2 trò chơi : Bịt mắt bắt dê và Nhanh lên bạn ơi. Yêu cầu HS biết cách chơi và tham gia vào trò chơi tương đối chủ động.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi , dụng cụ trò chơi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Khởi động Tập bài TD phát triển chung Mỗi động tác thực hiện 2 x 8 nhịp Kiểm tra bài cũ : 4 HS Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' } a.Trò chơi : Bịt mắt bắt dê. G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi Nhận xét b.Trò chơi : Nhanh lên bọ ơi G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi. Nhận xét</p> <p>III. Kết thúc: (6') HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Thả lỏng :Cúi người ...nhảy thả lỏng Hệ thống bài học và nhận xét giờ học Về nhà ôn 8 động tác TD đã học</p>	<p>Đội Hình</p> <pre> * GV </pre>  <p>Đội Hình xuống lớp</p> <pre> * GV </pre>

Bài : 38 *Trò chơi :Bịt mắt bắt dê và Nhóm 3 nhóm 7


I. Mục tiêu:

-Ôn 2 trò chơi : Bịt mắt bắt dê và Nhóm 3 nhóm 7.Yêu cầu HS biết cách chơi và tham gia vào trò chơi tương đối chủ động.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi , dụng cụ trò chơi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS chạy một vòng trên sân tập Thành vòng tròn,đi thường....bước Thôi Khởi động Kiểm tra bài cũ : 4 HS</p>	<p>Đội Hình</p> <pre> * GV </pre> 

Nhận xét

II. Cơ bản: { 24' }

a.Trò chơi : Bịt mắt bắt dê.

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi

Nhận xét

b.Trò chơi : Nhóm 3 nhóm 7

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi.

Nhận xét

III. Kết thúc: (6')

Đi đều....bước Đứng lại....đứng

HS vừa đi vừa hát theo nhịp

Thả lỏng :Cúi người ...nhảy thả lỏng

Hệ thống bài học và nhận xét giờ học

Về nhà ôn 8 động tác TD đã học



Đội Hình xuống lớp

* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *

GV

TUẦN 20

Bài : 39 *Đứng kiễng gót,hai tay chống hông(dang ngang)

***Trò chơi : Chạy đổi chỗ vỗ tay nhau**

I. Mục tiêu:

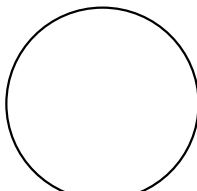
-Ôn 2 động tác RLTTTB.Yêu cầu HS thực hiện tương đối chính xác .

-Học trò chơi: “Chạy đổi chỗ vỗ tay nhau”.YC biết cách chơi và tham gia được vào trò chơi.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi , dụng cụ trò chơi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

NỘI DUNG	PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát HS chạy một vòng trên sân tập Thành vòng tròn,đi thường....bước Thôi Kiểm tra bài cũ : 4 HS Nhận xét</p> <p>II. Cơ bản: { 24' }</p> <p>a.Ôn đứng kiễng gót,hai tay chống hông</p>	<p>Đội Hình</p> <p>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</p> <p>GV</p> 

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS luyện tập
Nhận xét

b. Ôn động tác đứng kiễng gót, hai tay dang ngang bàn tay sấp.

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS luyện tập.
Nhận xét

c. Trò chơi : Chạy đổi chỗ vỗ tay nhau

G.viên hướng dẫn và tổ chức HS chơi.
Nhận xét

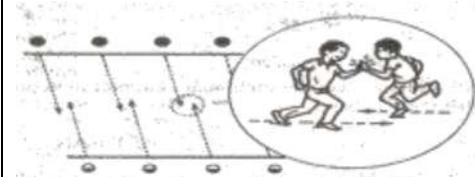
. Kết thúc: (6')

HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát theo nhịp

Thả lỏng : Cúi người ...nhảy thả lỏng

Hệ thống bài học và nhận xét giờ học

Về nhà ôn bài tập RLTTCB



Đội Hình xuống lớp

```
* * * * *
* * * * *
* * * * *
* * * * *
```

GV

Bài : 40 *Một số bài tập Rèn luyện tư thế cơ bản

***Trò chơi : Chạy đổi chỗ vỗ tay nhau**

I. Mục tiêu:

-Ôn 2 ĐT: Đứng hai chân rộng bằng vai (hai bàn chân thẳng hướng phía trước), hai tay đưa ra trước-sang ngang-lên cao chéch chữ V. Yêu cầu HS thực hiện động tác tương đối chính xác .

-Trò chơi: Chạy đổi chỗ vỗ tay nhau. Yêu cầu biết cách chơi và tham gia được vào trò chơi.

II. Địa điểm và phương tiện

- Địa điểm : Sân trường . 1 còi , dụng cụ trò chơi

III. Nội dung và phương pháp lên lớp

Nội dung	Phương pháp lên lớp
<p>I. Mở đầu: (5') GV Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu giờ học HS đứng tại chỗ vỗ tay và hát Thành vòng tròn, đi thường....bước Thôi Trò chơi : Có chúng em Kiểm tra bài cũ : 4 HS Nhận xét II. Cơ bản: { 24' } a. Ôn đứng hai chân rộng bằng vai (hai bàn chân thẳng hướng phía trước), hai tay đưa ra trước-sang ngang-lên cao chéch chữ V-Về</p>	<p>Đội Hình</p> <pre>* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *</pre> <p>GV</p>