

TRƯỜNG TH HỨA TẠO
GV: NGUYỄN ĐẠI PHƯỚC

Giáo dục Thể chất

Bài 27: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG
TRÒ CHƠI :“THĂNG BẰNG”

Giáo dục Thể chất

Bài 27: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG TRÒ CHƠI :“THĂNG BẰNG”

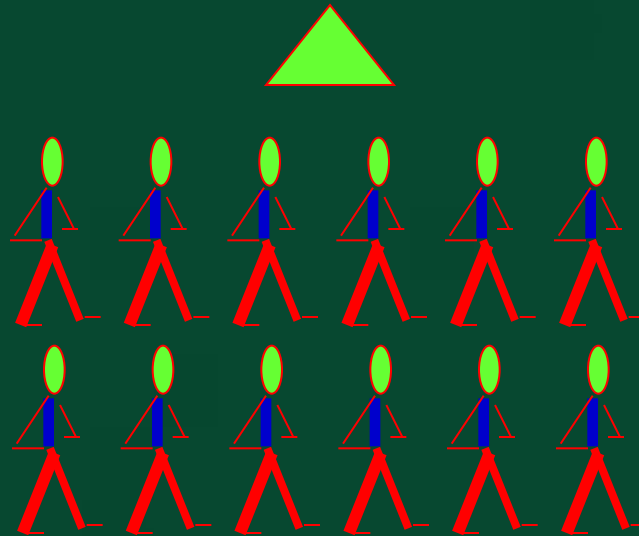
➤ **YÊU CẦU CẦN ĐẠT**

- Ôn 7 động tác vươn thở, tay, chân, vặn mình, toàn thân, thăng bằng, nhảy với vòng và học mới động tác điều hòa với vòng của bài thể dục.
- Trò chơi “Thăng bằng”
- Thực hiện được động tác điều hòa với vòng của bài TD.
- Biết cách chơi và tham gia chơi được trò chơi, nhiệt tình, chủ động.

I. PHẦN MỞ ĐẦU

1. Hoạt động khởi động

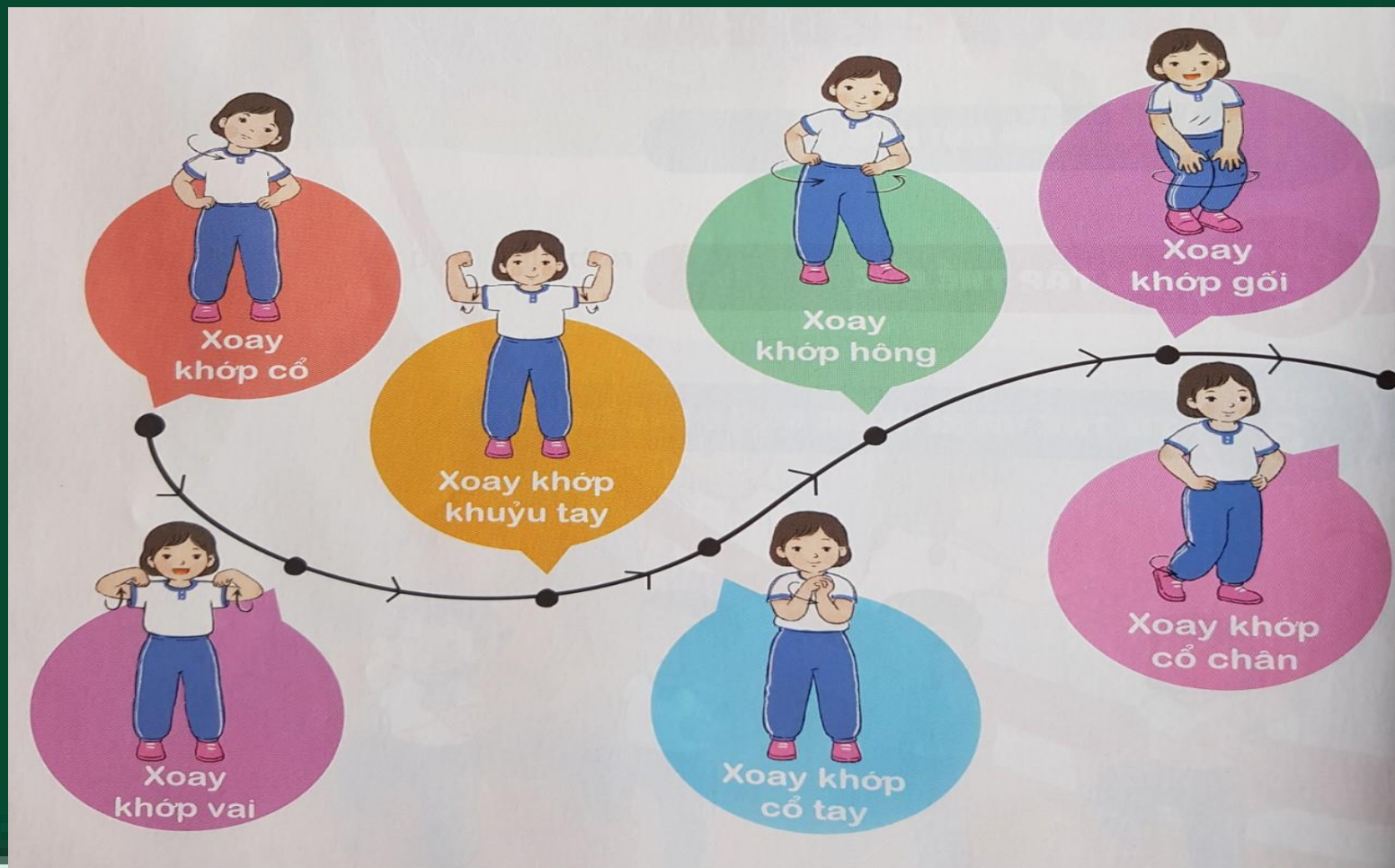
- * Giáo viên: *Nhận lớp phổ biến nội dung yêu cầu tiết học.*
- * Lớp trưởng: *Tập trung lớp, điểm danh, báo cáo.*
- * Đội hình nhận lớp:



Giáo dục Thể chất

Bài 27: ĐỘNG TÁC ĐIỀU HÒA VỚI VÒNG TRÒ CHƠI :“THĂNG BẰNG”

1. KHỞI ĐỘNG



I. PHẦN MỞ ĐẦU

2. TRÒ CHƠI KHỞI ĐỘNG

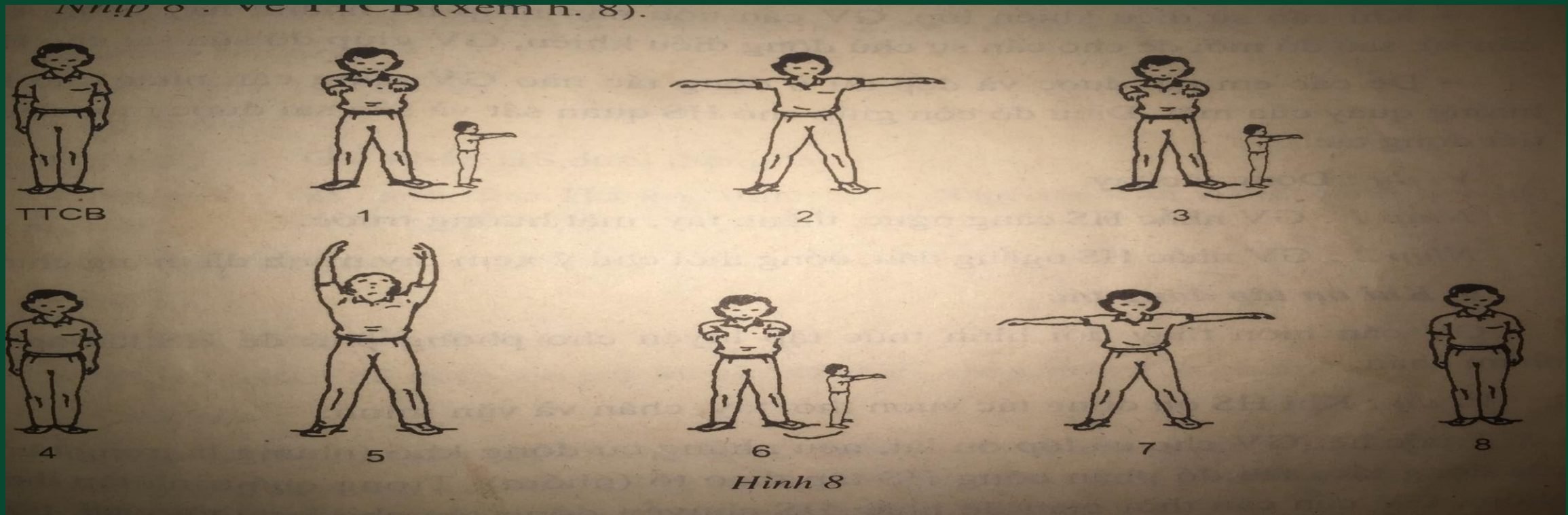
- GV cho HS chơi TC : Kết bạn.

II. PHẦN CƠ BẢN

- * **Hoạt động 1: Học động tác điều hòa (3-4 lần), mỗi lần 2x8 nhịp.**
 - GV nêu động tác, phân tích, làm mẫu. Sau đó cho HS thực hiện
 - HS quan sát tranh, quan sát GV giải thích và làm mẫu động tác chậm. GV hô nhịp để tập động tác.
 - GV cho HS tập.
 - GV nhận xét sửa ĐT.

II. PHẦN CƠ BẢN

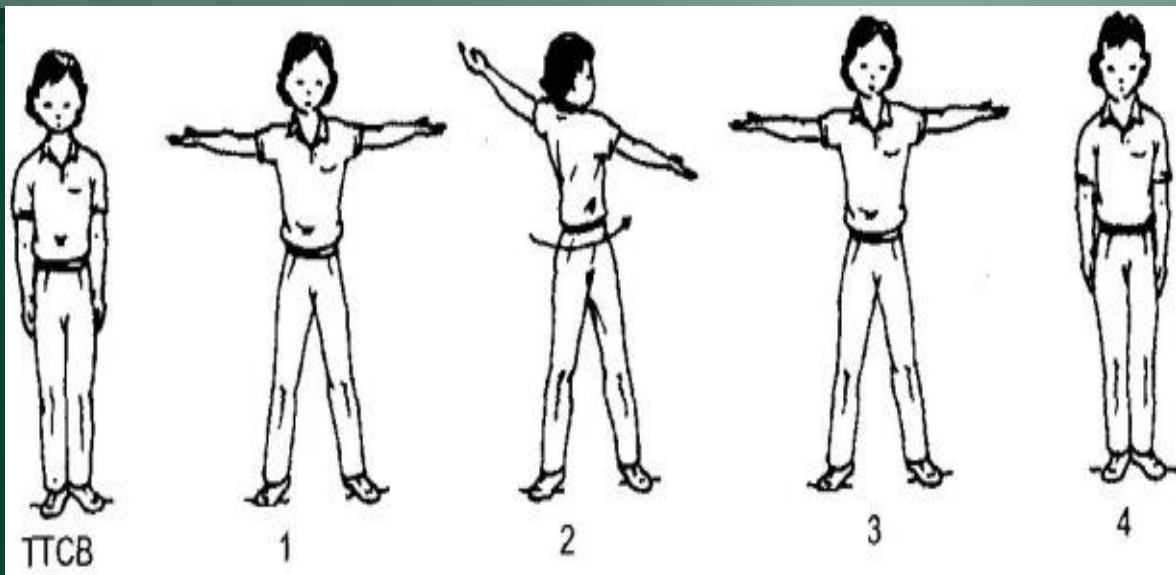
- * HĐ1: Học động tác điều hòa với vòng (3-4 lần), mỗi lần 2x8 nhịp
- GV nêu động tác, phân tích, làm mẫu. Sau đó cho HS thực hiện
- GV cho HS tập.
- GV nhận xét sửa ĐT.



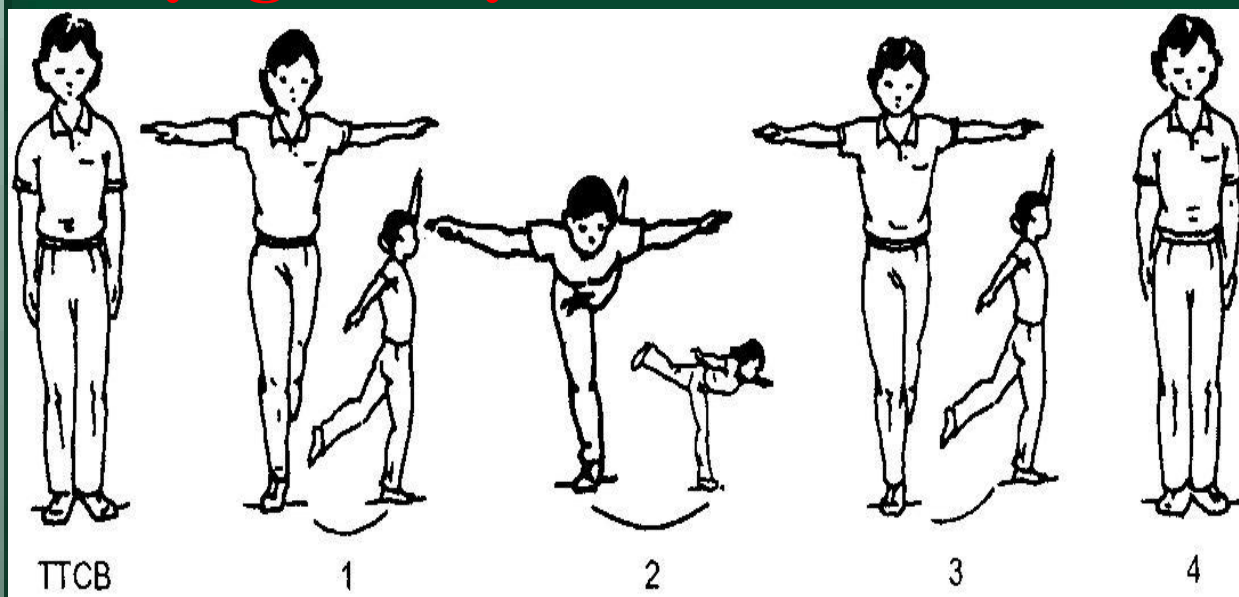
Động tác điều hòa

III. PHẦN CƠ BẢN

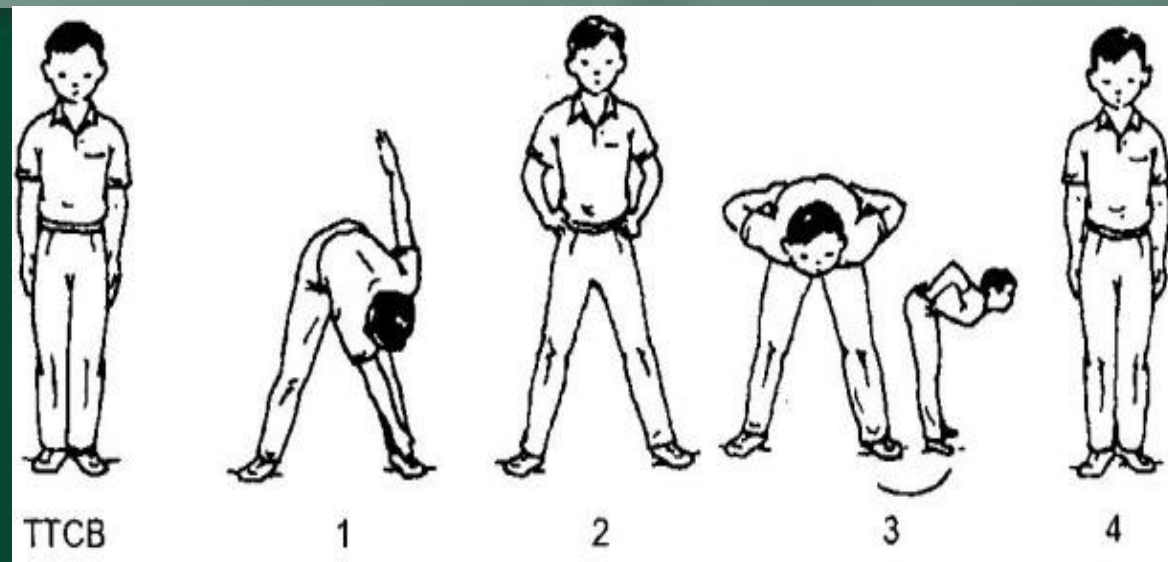
- HĐ cả lớp:
Ôn tập 5 động tác vận mình, toàn thân, thẳng bằng, nhảy, điều hòa (2 lần), mỗi lần mỗi động tác 2x8 nhịp
- Cả lớp thực hiện dưới sự điều khiển của GV hoặc cán sự.
- GV cùng những HS khác nhận xét, đánh giá.



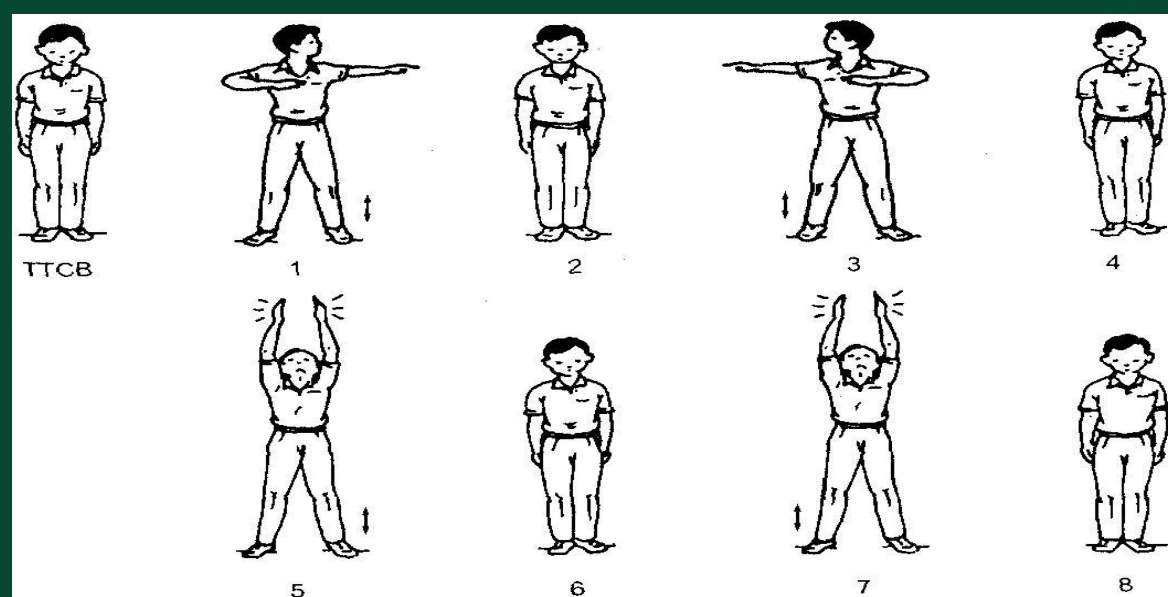
Động tác vận mình



Động tác thăng bằng



Động tác toàn thân



Động tác nhảy

II. PHẦN CƠ BẢN

* Hoạt động 3 : Chơi trò chơi “Thăng bằng”

- GV hướng dẫn cách chơi.
- HS nhắc lại cách chơi.



- Tă
- Uo
- Ar

-
- A collage of various food items including dairy (milk, yogurt, cheese), grains (oats, rice, quinoa), vegetables (broccoli, spinach, peas, mushrooms, corn), fruits (apple, banana, grapes), and proteins (eggs, salmon, chicken, tofu, fish).

2. Củng cố kiến thức

NỘI DUNG 1

- Ôn 7 động tác vươn thở, tay, chân, vặn mình, toàn thân, thăng bằng, nhảy và học mới động tác điều hòa của bài TDPTC.

Vận dụng vào các hoạt động tập thể

NỘI DUNG 2

- Trò chơi: “Thăng bằng”

GV dặn HS về chơi lại các trò chơi ở nhà với bạn bè(nếu có thể)

**HẸN GẶP LẠI CÁC EM
Ở TIẾT HỌC SAU**

