Ngày soạn:

 Ngày giảng : **TIẾT 19: ĐHĐN : ÔN TẬP**

 **I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**

**1. Kiến thức:**

**- ĐHĐN**: Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số, tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, Đi đều – Đứng lại, đi đều vòng phải (trái) đổi chân khi đi sai nhịp.

**2. Kỹ năng:**

 - **ĐHĐN**: Biết chỉ huy tập hợp hàng, điểm số, tên và cách thực đi đều vòng phải và vòng trái, đổi chân khi đi đều sai nhịp

**3. Thái độ học tập:** Giáo dục học sinh:

- Chấp hành nghiêm túc các nhiệm vụ và yêu cầu của GV

 - Đảm bảo tuyệt đối an toàn trong tập luyện

 - Có ý thức tổ chức kỉ luật, tự giác tích cực trong tập luyện

**4. Phát triển năng lực**: hoạt động nhóm, cá nhân

**II. CHUẨN BỊ**

 **1. Địa điểm:** Sân trường THCS Long Biên

 **2. Đồ dùng dạy học.**

*+* ***Chuẩn bị của GV:*** Còi

***+ Chuẩn bị của HS:*** Trang phục, vệ sinh sân

**3. Phương pháp dạy học:** trực quan

 **III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **NỘI DUNG** | **ĐLVĐ** | **PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC** |
| **A. PHẦN MỞ ĐẦU:** **1. Nhận lớp:****-** Ổn định tổ chức lớp**-** Nhận lớp, kiểm tra sức khoẻ HS**-** Phổ biến nội dung, mục tiêu yêu cầu tiết học***- Kiểm tra bài cũ*****2. Khởi động chung:**- Chạy nhẹ một vòng sân- xoay các khớp: cổ, tay, chân, hông, gối-Ép dọc, ép ngang.**3.Khởi động chuyên môn:**- Chạy bước nhỏ.- Chạy nâng cao đùi.- Chạy gót chạm mông. | **6 – 8 phút**1 vòng2l x 8 nhịp1-3 lần |  **Đh** nhận lớp 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 🛆GvĐh chạy khởi độngĐH khởi động0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 00 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 🛆 (GV)Cán sự điều khiển lớp khởi động |
| **B. PHẦN CƠ BẢN****1. ĐHĐN:****+ Ôn tập :** - Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số.- Tập hợp hàng doc, dóng hàng, điểm số- Đi đều vòng phải ( trái), - Đi đều đứng lại. Đổi chân khi đi sai nhịp.**Yêu cầu:** Hô đúng khẩu lệnh của các kỹ thuật-trò chơi “ Chạy tiếp sức” Phổ biến luật chơi, cách chơi.☞ ***Củng cố*****-** Thực hiện một số tư thế thả lỏng.**C. PHẦN KẾT THÚC:**1. Hồi tỉnh: 2.Nhận xét bài học3.Giao bài tập về nhà4.Xuống lớp. |  **28 - 30** **phút** **5 - 7** **phút** | - Gv nêu rõ nội dung và hướng dẫn chia nhóm tập luyện. - Hs hô đúng khẩu lệnh và biết phân đoạn “Động lệnh và dự lệnh”.***\* Phân nhóm tập luyện xoay vòng*****- Nhóm 1:** Đội hình đội ngủ.Tổ 1.0 0 0 0 0 0Tổ 2. 0 0 0 0 0 0Tổ 3. 0 0 0 0 0 0Tổ 4.1. 0 0 0 0 0

-Chia làm 4 đội chơi- gv làm trọng tài- phân chia đội thắng, đội thua- Gv gọi từng tổ lên thực hiện, các tổ khác quan sát nhận xét.- Gv nhận xét chungĐhxuống lớp 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 🛆Gv- GV hô giải tán, Hs hô khoẻ |

Nhận xét giờ dạy :……………………………….………………………

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………