

PHÒNG GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO LONG BIÊN
TRƯỜNG TIỂU HỌC LONG BIÊN

CHÀO MỪNG **QUÝ THẦY GIÁO CÔ GIÁO** **VỀ DỰ GIỜ THĂM LỚP**

MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT 4

Giáo viên: Nguyễn Thị Tuyết Chinh





PHẦN 3: MÔN THỂ THAO TỰ CHỌN

BÓNG RỔ

Tại chỗ dẫn bóng theo hình chữ V
Trò chơi “Dẫn bóng tiếp sức”





YÊU CẦU CẦN ĐẠT

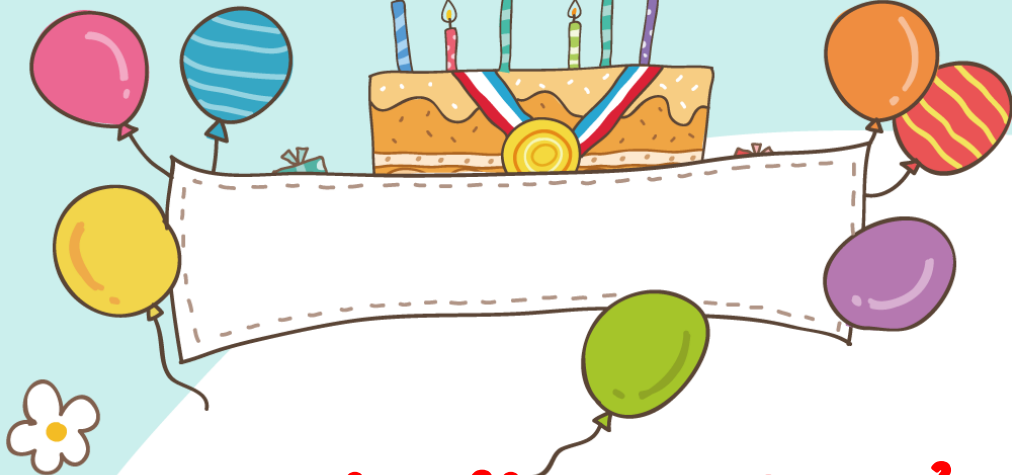
Thực hiện tương đối đúng động tác tại chỗ dẫn bóng theo hình chữ V, biết vận dụng để tập luyện hằng ngày rèn luyện sức khỏe.

Chơi trò chơi “Dẫn bóng tiếp sức” đúng luật, đoàn kết, an toàn.



1. Hoạt động mở đầu - Khởi động





Trò chơi khởi động “Chuyển bóng phải trái”



KHÁM PHÁ



Tại chỗ dẫn bóng theo hình chữ V

1 Tại chỗ dẫn bóng theo hình chữ V

- **TTCB:** Đứng hai chân rộng hơn vai, hai gối khụy, người hơi cúi, hai tay cầm bóng trước bụng.
- **Động tác:** Đưa bóng về một tay, dùng cổ tay và bàn tay đẩy bóng bật đất sang tay còn lại sao cho đường đi của bóng tạo thành hình chữ V rồi tiếp tục hai tay luân phiên dẫn bóng theo hình chữ V.





LUYỆN TẬP

**Tập đồng loạt- Chia nhóm-
Cá nhân- Thi đua**



Trò chơi “Dẫn bóng tiếp sức”

Cách chơi: Khi có tín hiệu, bạn số 1 dẫn bóng vòng qua cột mốc và dẫn bóng về trao bóng cho bạn số 2, bạn số 2 lại tiếp tục thực hiện như bạn số 1. Cứ như vậy cho đến hết , hàng nào về trước ít phạm quy hàng đó thắng cuộc.

Các trường hợp phạm quy:

- + Khi có tín hiệu không dẫn bóng mà ôm bóng chạy
- + Bạn ở trên chưa chạy về qua vạch đích trao bóng cho bạn ở dưới, bạn ở dưới đã chạy lên trước để cướp bóng là phạm quy

② Trò chơi vận động bổ trợ môn Bóng rổ

Trò chơi Dẫn bóng tiếp sức

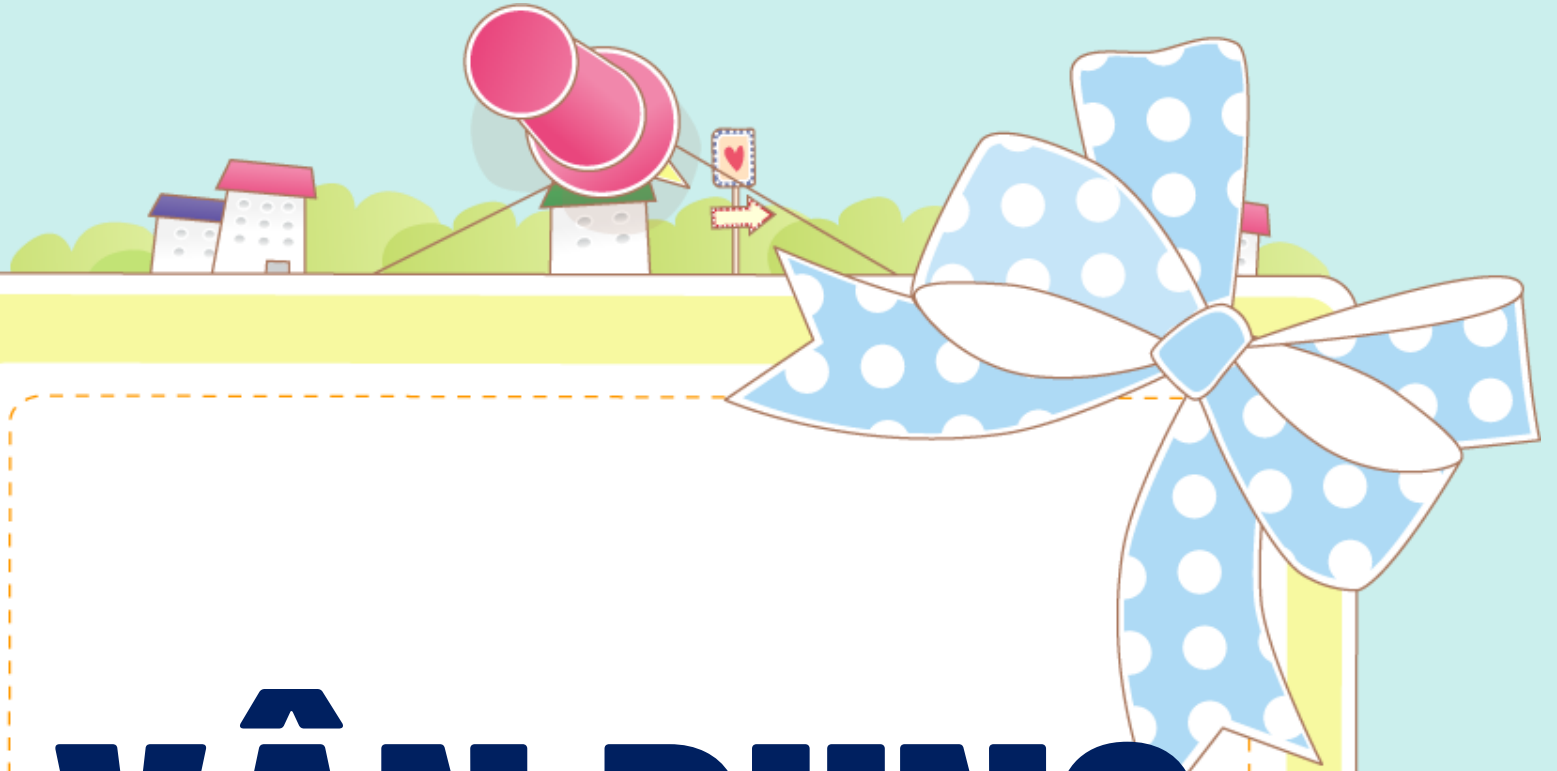




HOẠT ĐỘNG TIẾP NỐI

Thả lỏng





VẬN DỤNG





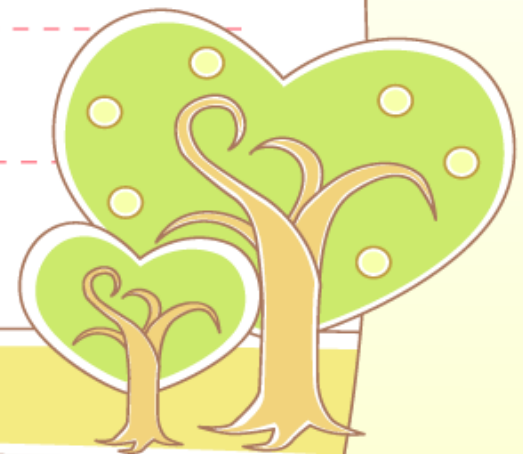
Trong thực tế, chúng ta thường vận dụng động tác này khi nào?



DẶN DÒ

❖ Ôn tại chỗ dẫn bóng hình chữ V

❖ Chuẩn bị bài sau: Ôn các động tác đã học và
trò chơi



CHÚC CÁC CON
HỌC TỐT!



Củng cố bài học

❖ Ôn nhảy dây

❖ Trò chơi “ Nhảy dây tiếp sức”



