

BÀI 2

TẬP HỢP HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ, ĐỨNG NGHIÊM, ĐỨNG NGHỈ - TRÒ CHƠI "CHẠY TIẾP SỨC"

I - MỤC TIÊU

– Củng cố và nâng cao kỹ thuật : Tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ. Yêu cầu tập hợp nhanh, trật tự, động tác điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ phải đều, dứt khoát, đúng theo khẩu lệnh hô của GV.

– Trò chơi "Chạy tiếp sức". Yêu cầu HS biết chơi đúng luật, hào hứng trong khi chơi.

II - ĐỊA ĐIỂM, PHƯƠNG TIỆN

– *Địa điểm* : Trên sân trường. Vệ sinh nơi tập, đảm bảo an toàn tập luyện.

– *Phương tiện* : Chuẩn bị 1 còi, 2 - 4 lá cờ đuôi nheo, kẻ, vẽ sân trò chơi.

III - NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP LÊN LỚP

1. Phần mở đầu : 6 - 10 phút

– Tập hợp lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu bài học. Nhắc lại nội quy tập luyện, chấn chỉnh đội ngũ, trang phục tập luyện : 1 - 2 phút.

– Trò chơi "Tìm người chỉ huy" : 2 - 3 phút.

– Đứng tại chỗ hát và vỗ tay : 1 - 2 phút.



Hình 34

2. Phần cơ bản : 18 - 22 phút

a) Ôn tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ : 8 - 10 phút

- Lần 1 - 2, GV điều khiển lớp tập có nhận xét sửa chữa động tác sai cho HS.
- Chia tổ luyện tập, do tổ trưởng điều khiển tập : 3 - 4 lần. GV quan sát, nhận xét, sửa chữa sai sót cho HS.
- Tập hợp lớp, cho các tổ thi đua trình diễn, GV cùng HS quan sát, nhận xét, biểu dương tinh thần, kết quả tập luyện : 1 lần.
- Tập cả lớp để củng cố kết quả tập luyện do GV điều khiển : 2 lần.

b) Trò chơi "Chạy tiếp sức" : 8 - 10 phút

- GV nêu tên trò chơi, tập hợp HS theo đội hình chơi, giải thích cách chơi và luật chơi.
- GV hay một nhóm HS làm mẫu. Sau đó, cho một tổ chơi thử rồi cho cả lớp chơi thử 1 - 2 lần, cuối cùng cho cả lớp thi đua chơi 2 lần.
- GV quan sát, nhận xét, biểu dương tổ thắng cuộc.

3. Phần kết thúc : 4 - 6 phút

- Cho HS các tổ đi nối tiếp nhau thành một vòng tròn lớn, vừa đi vừa làm động tác thả lỏng. Sau đó, đi khép lại thành vòng tròn nhỏ rồi đứng lại quay mặt vào trong : 2 - 3 phút.
- GV cùng HS hệ thống bài : 1 - 2 phút.
- GV nhận xét, đánh giá kết quả giờ học và giao bài tập về nhà : 1 - 2 phút.