

## **BÀI 27**

### **ÔN BÀI THỂ DỤC PHÁT TRIỂN CHUNG - TRÒ CHƠI "ĐUA NGỰA"**

#### **I - MỤC TIÊU**

- Ôn bài thể dục phát triển chung. Yêu cầu thuộc thứ tự động tác và tập tương đối đúng.
- Trò chơi "*Đua ngựa*". Yêu cầu biết cách chơi và tham gia trò chơi chủ động.

#### **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, phấn kẻ sân.

### III - NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP LÊN LỚP

#### 1. Phần mở đầu : 6 - 10 phút

- GV nhận lớp, phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học : 1- 2 phút.
- Tại chỗ vỗ tay hát : 1 phút.
- Khởi động các khớp : 1 phút.
- \* Trò chơi do GV tự chọn : 1 - 2 phút.

#### 2. Phần cơ bản : 18 - 22 phút

##### a) Trò chơi vận động : 6 - 8 phút

Trò chơi "Đua ngựa". GV phổ biến cách chơi, luật chơi, cho chơi thử sau đó điều khiển HS chơi. Sau mỗi lần chơi GV công bố kết quả.

##### b) Bài thể dục phát triển chung : 12 - 14 phút

– Ôn cả bài : 3 - 4 lần

+ Lần 1 : GV điều khiển 1 HS tập chậm 1 lần, mỗi động tác 2 x 8 nhịp.

+ Lần 2 : GV tập chậm từng nhịp để dừng lại sửa những động tác sai cho HS.

+ Lần 3 : Cán sự vừa hô nhịp, vừa làm mẫu cho cả lớp tập theo.

+ Lần 4 : Cán sự hô nhịp, không làm mẫu.

Sau mỗi lần tập, GV nhận xét để tuyên dương những HS tập tốt và động viên những HS tập chưa được tốt rồi mới cho tập lần tiếp theo.

– Thi đua thực hiện bài thể dục phát triển chung : 1 lần. Từng tổ thực hiện động tác theo sự điều khiển của tổ trưởng, sau đó GV cùng HS cả lớp đánh giá, bình chọn tổ tập tốt nhất.

#### 3. Phần kết thúc : 4 - 6 phút

- Đứng tại chỗ thực hiện các động tác thả lỏng toàn thân : 1 phút.
- Vỗ tay hát : 1 phút.
- GV cùng HS hệ thống bài : 2 phút.
- GV nhận xét, đánh giá kết quả giờ học và giao bài tập về nhà : 1 phút.