

BÀI 36

SƠ KẾT HỌC KÌ I - TRÒ CHƠI "CHẠY THEO HÌNH TAM GIÁC"

I - MỤC TIÊU

– Sơ kết học kì I. Yêu cầu HS hệ thống được những kiến thức, kĩ năng đã học, những ưu khuyết điểm trong học tập, rút kinh nghiệm từ đó cố gắng tập luyện tốt hơn nữa.

99

GV nhận xét, đánh giá kết quả học tập của HS trong lớp (nếu có thể từng tổ, từng HS càng tốt), khen ngợi, biểu dương những em và tổ, nhóm làm tốt, nhắc nhở cá nhân, tập thể còn tồn tại cần khắc phục để có hướng phấn đấu trong học kì II.

b) Trò chơi vận động : 5 - 6 phút

Trò chơi "*Chạy theo hình tam giác*" hoặc trò chơi HS ưa thích.

3. Phần kết thúc : 4 - 6 phút

- Đứng tại chỗ vỗ tay, hát : 1 phút.
- GV cùng HS hệ thống bài và nhận xét, khen ngợi và biểu dương những HS thực hiện động tác chính xác : 2 - 3 phút.
- GV giao bài tập về nhà ôn bài thể dục và các động tác RLTTCB.

– Trò chơi "*Chạy theo hình tam giác*" hoặc trò chơi HS ưa thích. Yêu cầu biết tham gia vào trò chơi tương đối chủ động.

II - ĐỊA ĐIỂM, PHƯƠNG TIỆN

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

– *Phương tiện* : Chuẩn bị còi, dụng cụ và kẻ sẵn các vạch cho chơi trò chơi.

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.

– Cả lớp chạy chậm theo 1 hàng dọc xung quanh sân tập : 1 phút.

– Đứng tại chỗ khởi động các khớp : 1 phút.

– Trò chơi "*Kết bạn*" : 1 phút.

* Thực hiện bài thể dục phát triển chung : 1 - 2 lần, mỗi lần 2 x 8 nhịp.

2. Phần cơ bản : 18 - 22 phút

* Có thể cho những HS chưa hoàn thành các nội dung đã kiểm tra, được ôn luyện và kiểm tra lại : 3 - 4 phút.

a) *Sơ kết học kì I : 10 - 12 phút*

GV cùng HS hệ thống lại những kiến thức, kĩ năng đã học trong học kì (kể cả tên gọi, khẩu lệnh, cách thực hiện).

+ Ôn tập các kĩ năng đội hình đội ngũ và một số động tác thể dục rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản đã học ở các lớp 1, 2 và 3.

+ Quay sau ; đi đều vòng trái, vòng phải và đổi chân khi đi đều sai nhịp.

+ Bài thể dục phát triển chung 8 động tác.

+ Ôn một số trò chơi vận động đã học ở các lớp 1, 2, 3 và các trò chơi mới "*Nhảy lướt sóng*" ; "*Chạy theo hình tam giác*".

Trong quá trình nhắc lại và hệ thống các kiến thức, kĩ năng trên, GV có thể gọi một số HS lên thực hiện lại các động tác. Khi HS thực hiện động tác, GV có thể nhận xét, kết hợp nêu những sai thường mắc và cách sửa để cả lớp nắm chắc được động tác kĩ thuật (GV không nên bắt những em tập các động tác sai, lên thực hiện trước).