

Bài 3. DÀN HÀNG NGANG, ĐỒN HÀNG NGANG



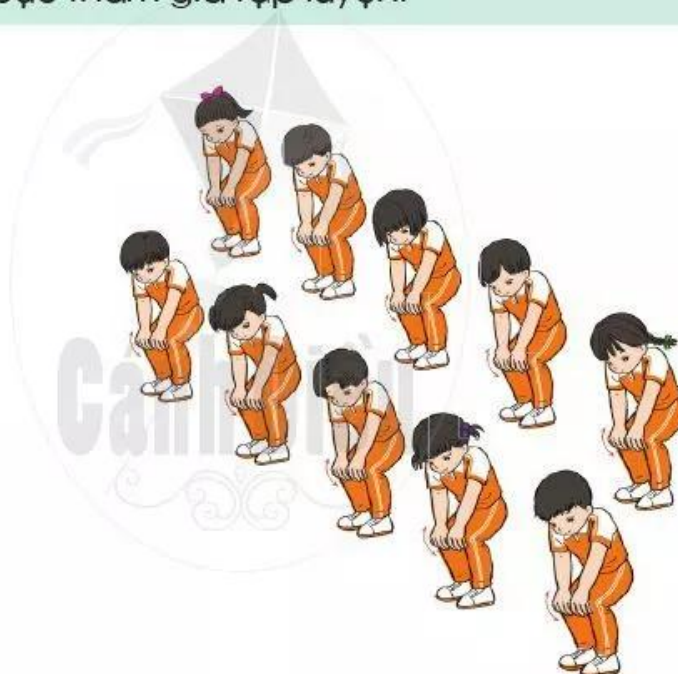
Mục tiêu, yêu cầu cần đạt:

- Biết khẩu lệnh và thực hiện được dàn hàng ngang, dồn hàng ngang.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Tích cực tham gia tập luyện.

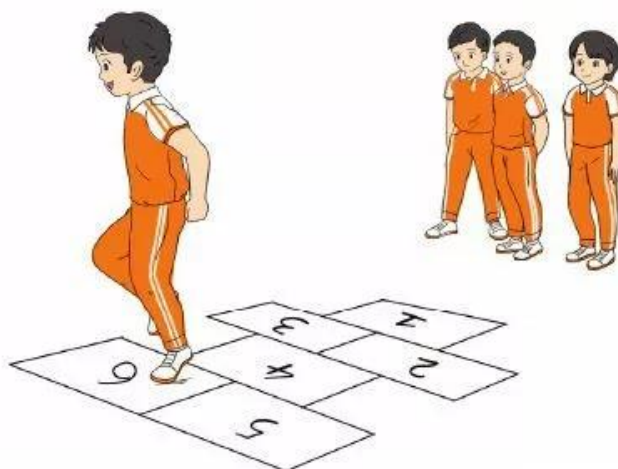


MỞ ĐẦU

Khởi
động



Trò chơi
hỗ trợ
khởi động





KIẾN THỨC MỚI

Học sinh được gọi làm chuẩn đứng thẳng, giơ tay phải lên cao, hô: "Có!".

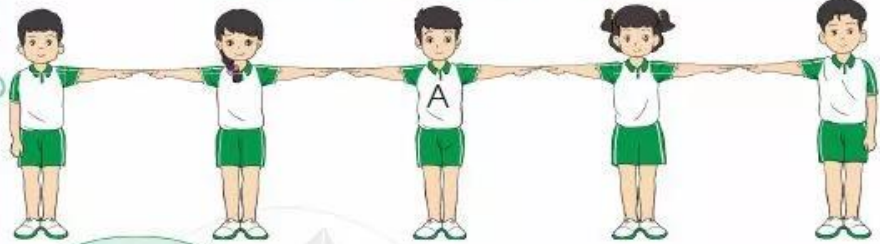
Khẩu lệnh:
Bạn A làm chuẩn,
cách một sải tay –
dàn hàng!

Có!



Dàn hàng ngang

Từ học sinh A làm chuẩn, mỗi bạn cách nhau một sải tay. Khi có khẩu lệnh "Thôi!", học sinh bỏ tay xuống trở về tư thế đứng nghiêm.



Khẩu lệnh:
Thôi!



Có!

Khẩu lệnh:
Bạn A làm chuẩn –
dồn hàng!



Dồn hàng ngang

Từ học sinh A làm chuẩn, mỗi bạn cách nhau một khuỷu tay. Khi có khẩu lệnh "Thôi!", học sinh bỏ tay xuống trở về tư thế đứng nghiêm.



Khẩu lệnh:
Thôi!



LUYỆN TẬP



a – Dàn hàng ngang

b – Đồn hàng ngang



Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ.
Có thể sử dụng một số trò chơi như: *Chèo thuyền;*
Vòng tròn;...



VẬN DỤNG

Hãy quan sát hình A và B dưới đây, cho biết động tác dàn hàng ngang nào đúng.

