

Bài 4. ĐỘNG TÁC QUAY TRÁI, QUAY PHẢI, QUAY SAU



Mục tiêu, yêu cầu cần đạt:

- Biết khẩu lệnh và thực hiện được động tác quay các hướng.
- 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

Động tác quay trái

Dùng gót chân trái và nửa trên bàn chân phải làm trụ, quay sang trái. Đưa chân phải về đứng nghiêm.

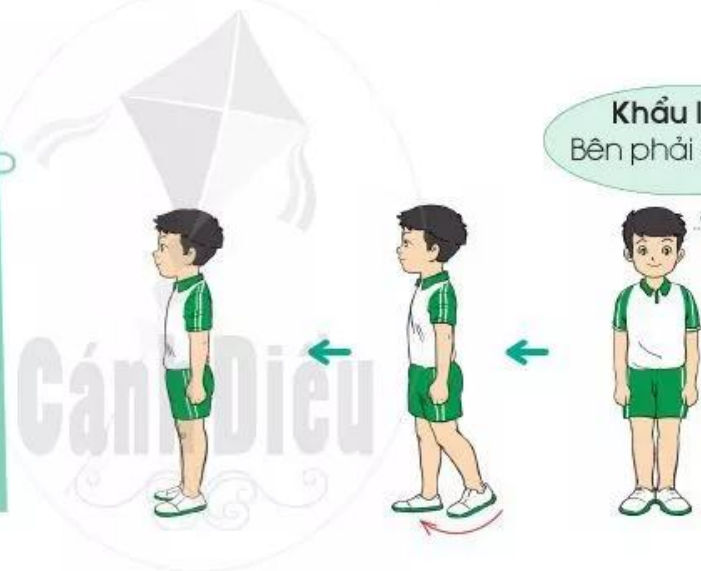
Khẩu lệnh:
Bên trái – quay!



Động tác quay phải

Dùng gót chân phải và nửa trên bàn chân trái làm trụ, quay sang phải. Đưa chân trái về đứng nghiêm.

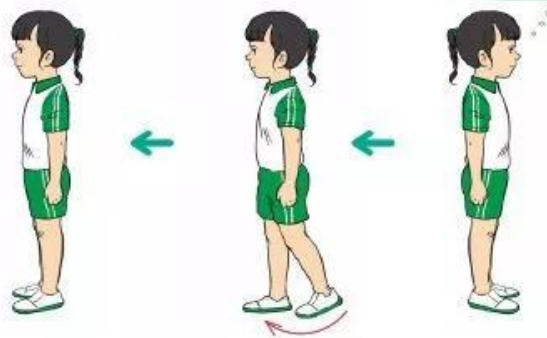
Khẩu lệnh:
Bên phải – quay!



Động tác quay sau

Dùng gót chân phải và nửa trên bàn chân trái làm trụ, quay sang phải ra sau. Đưa chân trái về đứng nghiêm.

Khẩu lệnh:
Đằng sau – quay!





LUYỆN TẬP



a - Tập cá nhân
b - Tập cặp đôi
c - Tập theo tổ



Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ.

Có thể sử dụng một số trò chơi như: *Đứng ngồi theo lệnh; Số chẵn, số lẻ;...*



VẬN DỤNG

Quan sát hình A và B dưới đây, cho biết trong giờ chào cờ và hát Quốc ca, học sinh đứng theo tư thế nào là đúng.

