

## Bài 6. ĐỘNG TÁC TAY



Mục tiêu, yêu cầu cần đạt:

- Thực hiện được động tác Tay.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Tích cực tham gia tập luyện.

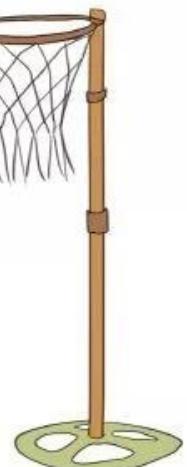


MỞ ĐẦU

Khởi động



Trò chơi  
hỗ trợ  
khởi động





## KIẾN THỨC MỚI



Nhịp 1

Tư thế chuẩn bị:  
Đứng nghiêm.



Nhịp 4

Chân trái bước sang ngang  
rộng bằng vai,  
hai tay dang ngang,  
bàn tay úp.



Nhịp 2

Động tác  
 Tay

Về tư thế  
đứng nghiêm.



Nhịp 3

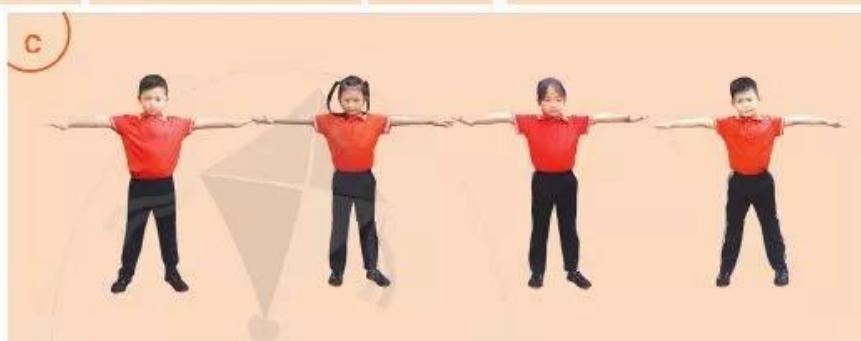
Hai tay đưa ra  
trước, bàn tay vỗ  
vào nhau.

Trở về như nhịp 1.

Nhịp 5, 6, 7, 8 thực hiện nhu nhịp 1, 2, 3, 4,  
nhưng ở nhịp 5 chân phải bước sang ngang.



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



Trò chơi bổ trợ khéo léo.

Có thể sử dụng một số trò chơi như: Kéo cua lùa xe;  
Ném vòng trúng đích;...



### VÂN DỤNG

Quan sát hình A và B dưới đây, hãy cho biết hình nào đang ở nhịp 2 và nhịp 6 của động tác Tay.

