|  |  |
| --- | --- |
| **KẾ HOẠCH BÀI DẠY LỚP 5**  **TUẦN 33** | *Ngày 07 tháng 05 năm 2025* |

**Bài 3: Động tác hai bước ném rổ bằng một tay trên vai. (Tiết 6)**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

**1. Kiến thức:**

**- Thực hiện được động tác** hai bước ném rổ bằng một tay trên vai trong môn Bóng rổ**.**

**- Bước đầu vận dụng được động tác** hai bước ném rổ bằng một tay trên vai **vào trong các hoạt động tập thể, tổ chức chơi được một số trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu.**

**- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.**

**- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.**

**- Có trách nhiệm với tập thể và ý thức giúp đỡ bạn trong tập luyện, tự giác, dũng cảm, thường xuyên tập luyện TDTT.**

***2.* Về năng lực:**

***2.1. Năng lực chung:***

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước **bài tập rèn luyện kĩ năng trèo**, Trò chơi “Tiếp sức ném rổ” trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

***2.2. Năng lực đặc thù:***

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các bài tập, Trò chơi “Tiếp sức ném rổ”.

- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

**3.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**II. Đồ dùng dạy học:**

**- Địa điểm**: Sân trường hoặc nhà thể chất.

**- Phương tiện:**

+ **Đối với giáo viên**: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Các hoạt động dạy học chủ yếu:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu** | 5-7’ |  |  |
| ***1. Nhận lớp:***  - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS  - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học |  | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học | Đội hình nhận lớp    - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học |
| ***2. Khởi động:***  - Chạy nhẹ nhàng quanh sân 1 vòng  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) | 2Lx8N  2Lx8N | - GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. | Đội hình khởi động    - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự. |
| ***3. Trò chơi bổ trợ khởi động:***  - Trò chơi “Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc)  - Kiểm tra bài cũ | 2-3 lần | - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi.  - Gọi 1-2 em học sinh lên thực hiện  - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. | Đội hình trò chơi    - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên |
| **II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:** | 5-7’ |  |  |
| **1. Khám phá**  **2. Hình thành động tác mới:**  \* Ôn động tác: Hai bước ném rổ bằng một tay trên vai. |  | - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. | - HS lắng nghe |
| **3. Trải nghiệm các động tác của bài tập** |  | - GV gọi 3-5 HS thực hiện bài tập 1-2 lần  - GV điều khiển cho HS tập | - HS chú ý, tích cực tập luyện |
| **III. Hoạt động luyện tập:** | 15-16’ |  |  |
| **1. Tập theo tổ nhóm** | 3-4 lần | - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.  - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS | ĐH tập luyện theo tổ    - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.  HSquan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt. |
| **2. Thi đua giữa các tổ** |  | - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. | - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhận xét tổ bạn. |
| **3. Trò chơi vận động:**  \* Trò chơi: “Tiếp sức ném rổ” | 1-2 lần | - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.  - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.  *Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.* | ĐH chơi trò chơi    - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv  -HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động. |
| **IV. Hoạt động vận dụng** | 4-5’ |  |  |
| ***1. Vận dụng:***  **2. Củng cố:**  ***3. Hồi tĩnh:***  - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). |  | - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống  - Giáo viên gọi 1-2 em lên thực hiện  - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân | - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên  - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống  Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.  Đội hình hồi tĩnh |
| ***4. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:***  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà |  | - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.  - HD học sinh tập ở nhà. | - HS lắng nghe để khắc phục  Đội hình kết thúc |
| ***5. Xuống lớp*** |  |  | - HS đi theo hàng về lớp |

**Điều chỉnh sau tiết dạy (Nếu có):**

.............................................................................................................................

.............................................................................................................................

*Ngày 07,08 tháng 05 năm 2025*

**Bài 3: Động tác hai bước ném rổ bằng một tay trên vai. (Tiết 7)**

**I. Yêu cầu cần đạt:**

**1. Kiến thức:**

**- Thực hiện được động tác** hai bước ném rổ bằng một tay trên vai trong môn Bóng rổ**.**

**- Bước đầu vận dụng được động tác** hai bước ném rổ bằng một tay trên vai **vào trong các hoạt động tập thể, tổ chức chơi được một số trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu.**

**- Biết sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.**

**- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.**

**- Có trách nhiệm với tập thể và ý thức giúp đỡ bạn trong tập luyện, tự giác, dũng cảm, thường xuyên tập luyện TDTT.**

***2.* Về năng lực:**

***2.1. Năng lực chung:***

- Tự chủ và tự học: Tự xem trước **bài tập rèn luyện kĩ năng trèo**, Trò chơi “Tiếp sức ném rổ” trong sách giáo khoa.

- Giao tiếp và hợp tác: Biết phân công, hợp tác trong nhóm để thực hiện các động tác và trò chơi.

***2.2. Năng lực đặc thù:***

- NL chăm sóc SK: Biết thực hiện vệ sinh sân tập, thực hiện vệ sinh cá nhân để đảm bảo an toàn trong tập luyện.

- NL vận động cơ bản: Biết khẩu lệnh và thực hiện được các bài tập, Trò chơi “Tiếp sức ném rổ”.

- NL thể dục thể thao: Biết quan sát tranh, tự khám phá bài và quan sát động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.

**3.Về phẩm chất:** Bài học góp phần bồi dưỡng cho học sinh các phẩm chất cụ thể:

- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.

- Tích cực tham gia các trò chơi vận động, có trách nhiệm trong khi chơi trò chơi và hình thành thói quen tập luyện TDTT.

**II. Đồ dùng dạy học:**

**- Địa điểm**: Sân trường hoặc nhà thể chất.

**- Phương tiện:**

+ **Đối với giáo viên**: Giáo án, SGK, SGV. Kẻ vẽ sân tập theo nội dung của bài học. Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ luyện tập.

+ Đối với học sinh chuẩn bị: SGK, giày thể thao, trang phục thể thao, đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

**III. Phương pháp và hình thức tổ chức dạy học**

- Phương pháp dạy học chính: sử dụng lời nói, trực quan (tranh, ảnh, làm mẫu), tập luyện, trò chơi và thi đấu.

- Hình thức dạy học chính: Tập luyện đồng loạt (tập thể), tập theo nhóm, tập luyện theo cặp đôi.

**IV. Các hoạt động dạy học chủ yếu:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nội dung** | **Định lượng** | **Phương pháp, tổ chức và yêu cầu** | |
| **Hoạt động GV** | **Hoạt động HS** |
| **I. Hoạt động mở đầu** | 5-7’ |  |  |
| ***1. Nhận lớp:***  - Kiểm tra vệ sinh sân tập, trang phục tập luyện, sức khỏe của HS  - Phổ biến nội dung, yêu cầu tiết học |  | Gv nhận lớp, thăm hỏi sức khỏe học sinh phổ biến nội dung, yêu cầu giờ học | Đội hình nhận lớp    - Cán sự tập trung lớp, điểm số, báo cáo sĩ số, tình hình lớp cho GV.  - Hs lắng nghe, nắm nội dung bài học |
| ***2. Khởi động:***  - Chạy nhẹ nhàng quanh sân 1 vòng  - Xoay các khớp cổ tay, cổ chân, vai, hông, gối,... (theo nhạc) | 2Lx8N  2Lx8N | - GV quan sát, nhắc học sinh tập đúng biên độ, nhịp hô. | Đội hình khởi động  - HS khởi động theo sự điều khiển của cán sự. |
| ***3. Trò chơi bổ trợ khởi động:***  - Trò chơi “Làm theo hiệu lệnh" (Theo nhạc)  - Kiểm tra bài cũ | 2-3 lần | - GV nêu tên trò chơi, cách chơi, luật chơi, sau đó GV tổ chức cho cả lớp chơi.  - Gọi 1-2 em học sinh lên thực hiện  - GV cùng HS quan sát và nhận xét, đánh giá. | Đội hình trò chơi    - HS chú ý nắm luật chơi, tích cực, chủ động tham gia trò chơi  - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên |
| **II. Hoạt động hình thành kiến thức mới:** | 5-7’ |  |  |
| **1. Khám phá**  **2. Hình thành động tác mới:**  \* Ôn động tác: Hai bước ném rổ bằng một tay trên vai. |  | - GV nêu những lỗi sai thường mắc và cách khắc phục cho HS khi thực hiện động tác. | - HS lắng nghe |
| **3. Trải nghiệm các động tác của bài tập** |  | - GV gọi 3-5 HS thực hiện bài tập 1-2 lần  - GV điều khiển cho HS tập | - HS chú ý, tích cực tập luyện |
| **III. Hoạt động luyện tập:** | 15-16’ |  |  |
| **1. Tập theo tổ nhóm** | 3-4 lần | - GV giao nhiệm vụ cho tổ trưởng, phân luyện tập theo khu vực.  - Quan sát, nhắc nhở và sửa sai cho HS | ĐH tập luyện theo tổ    - Hs thực hiện theo điều khiển của tổ trưởng.  HSquan sát và nhận xét lẫn nhau, giúp đỡ bạn tập chưa tốt. |
| **2. Thi đua giữa các tổ** |  | - GV tổ chức cho HS thi đua giữa các tổ.  - GV nhận xét đánh giá tuyên dương. | - Từng tổ lên thi đua - trình diễn  - Hs nhận xét tổ bạn. |
| **3. Trò chơi vận động:**  \* Trò chơi: “Tiếp sức ném rổ” | 1-2 lần | - GV nêu tên trò chơi, hướng dẫn cách chơi, luật chơi.  - Tổ chức cho HS chơi thử sau đó chơi chính thức, có thi đua.  *Chú ý: GV nhắc HS đảm bảo an toàn trong khi chơi.* | ĐH chơi trò chơi    - Hs chơi theo hướng dẫn của Gv  -HS tích cực tham gia chơi trò chơi vận động. |
| **IV. Hoạt động vận dụng** | 4-5’ |  |  |
| ***1. Vận dụng:***  **2. Củng cố:**  ***3. Hồi tĩnh:***  - Thả lỏng cơ toàn thân (Theo nhạc). |  | - GV nêu câu hỏi vận dụng kiến thức vào thực tế cuộc sống  - Giáo viên gọi 1-2 em lên thực hiện  - GV điều hành lớp thả lỏng cơ toàn thân | - Học sinh thực hiện theo yêu cầu của giáo viên  - HS trả lời câu hỏi vận dụng vào thực tế đời sống  Vận dụng: Qua bài học, HS vận dụng bài tập thể dục vào buổi sáng, để rèn luyện sức khỏe, và chơi trò chơi cùng các bạn trong giờ ra chơi.  Đội hình hồi tĩnh |
| ***4. Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:***  - Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục  - Hướng dẫn tập luyện ở nhà |  | - GV nhận xét kết quả, ý thức, thái độ học của HS, đồng thời đưa ra hướng khắc phục hoặc trả lời câu hỏi của HS.  - HD học sinh tập ở nhà. | - HS lắng nghe để khắc phục  Đội hình kết thúc |
| ***5. Xuống lớp*** |  |  | - HS đi theo hàng về lớp |

**Điều chỉnh sau tiết dạy (Nếu có):**

.............................................................................................................................

.............................................................................................................................

...........................................................................................................................