

Giáo án thể dục lớp 5 - BÀI 10:ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ – TRÒ CHƠI: NHẢY ĐÚNG NHẢY NHANH.

I.Mục tiêu:

- Củng cố và nâng cao kỹ thuật động tác đội hình đội ngũ: Tập hợp hàng dọc, hàng ngang, điểm số, đứng nghiêm, đứng nghỉ, quay phải, quay trái, quay sau, Yêu cầu báo cáo mạch lạc, tập hợp hàng nhanh chóng, động tác thành thạo, đều, đẹp đúng khẩu lệnh.

-Trò chơi: "Nhảy đúng nhảy nhanh" Yêu cầu HS chơi đúng luật, tập trung chú ý, phản xạ nhanh, chơi đúng luật. hào hứng, nhiệt tình trong khi chơi.

II. Địa điểm và phương tiện.

-Vệ sinh an toàn sân trường.

- Còi và kẻ sân chơi.

III. Nội dung và Phương pháp lên lớp.

Nội dung	Thời lượng	Cách tổ chức
<u>A. Phần mở đầu:</u> -Tập hợp lớp phổ biến nội dung bài học. -Trò chơi: Diệt các con vật có hại. -Giậm chân tại chỗ theo nhịp.	1-2' 2-3' 10-12' 3-4'	× × × × × × × × × △ × △ × × × × × × × × × × ×
<u>B. Phần cơ bản.</u> 1)Đội hình đội ngũ. -Quay phải quay trái, đi		

đều.....: Điều khiển cả lớp tập 1-2 lần -Chia tổ tập luyện – gv quan sát sửa chữa sai sót của các tổ và cá nhân. 2)Trò chơi vận động: Trò chơi: Nhảy đúng nhảy nhanh Nêu tên trò chơi, giải thích cách chơi và luật chơi. -Yêu cầu 1 nhóm làm mẫu và sau đó cho từng tổ chơi thử.	7-8' 6-8' 2-3lần	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x x
---	---	--

Cả lớp thi đua chơi.	1-2'	× Δ
-Nhận xét – đánh giá biểu	1-2'	×
dương những đội thắng	1-2'	×
cuộc.		× × × × ×
		× × ×
<u>C.Phần kết thúc.</u>		
Hát và vỗ tay theo nhịp.		
-Cùng HS hệ thống bài.		
-Nhận xét đánh giá kết quả		
giờ học giao bài tập về		Δ
nhà.		× × × × × × × × ×
		×
		× × × × × × × × ×
		×
		× × × × × × × × ×

		× × × × × × × × × ×
--	--	---