

TRƯỜNG TIỂU HỌC LONG BIÊN

NHIỆT LIỆT CHÀO MỪNG CÁC EM HỌC SINH VỚI TIẾT HỌC

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Lớp 5 - Tuần 24 - tiết 47

Học bài tập phối hợp leo trèo

GV: Nguyễn Thị Tuyết Chinh



YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Biết thực hiện tương đối đúng bài tập phối hợp leo trèo
- Biết quan sát bạn để đánh giá và sửa sai
- Biết vận dụng trong các tình huống gặp hằng ngày, hình thành thói quen tập luyện TDTT
- Chăm chỉ, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện.



1. Hoạt động mở đầu - Khởi động



Trò chơi: Nhóm 3 nhóm 7



2. Hình thành kiến thức mới

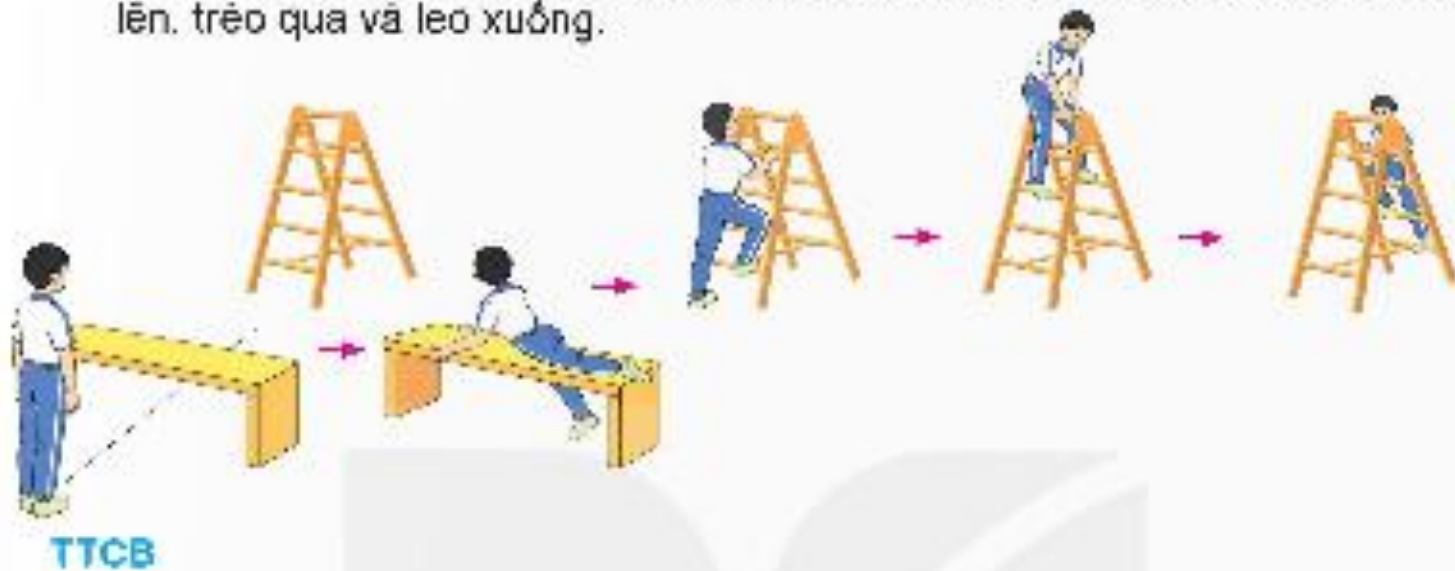
- Học bài tập phối hợp leo trèo

HS xem clip



3 Bài tập phối hợp kĩ năng leo, trèo

- ♦ **TTCB:** Đứng tự nhiên trước vật cản.
- ♦ **Cách thực hiện:** Từ TTCB, di chuyển trên đường thẳng, gặp vật cản thì trèo qua, sau đó di chuyển tiếp đến thang chữ A rồi thực hiện động tác leo lên, trèo qua và leo xuống.



HS xem Clip



***Một số điểm cần lưu ý:**

- Khi trèo qua cần có người giữ thang chắc chắn, đảm bảo an toàn.

3. Luyện tập

- Chia tổ tập luyện (tập theo đội hình nước chảy): 1-2L**
- Thi đua trình diễn: 1L**
- Trò chơi: 6-8'**

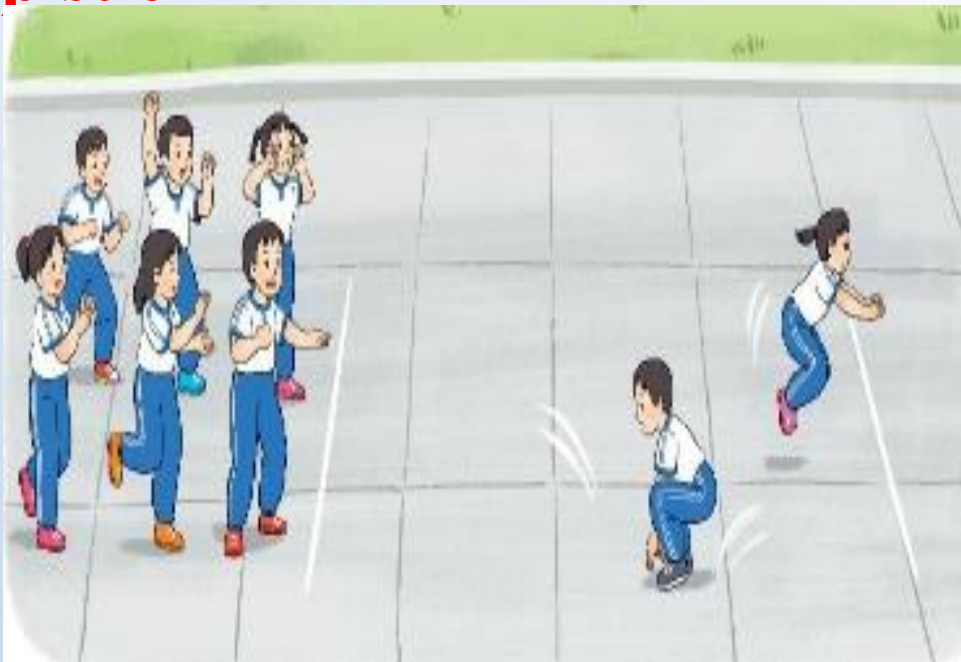
Trò chơi: Bật cóc tiếp sức

MĐ: Rèn luyện sự tập trung, phát triển sức nhanh, sức mạnh của đôi chân, sự khéo léo và sự phối hợp đồng đội.

-Cách chơi: Khi có lệnh em số 1 của mỗi đội chạy vòng qua cột mốc chạy về trao gậy cho em số 2. em số 2 thực hiện như em số 1.

- Cứ tiếp tục chơi như thế cho đến em cuối cùng của mỗi đội.

- Đội nào xong trước ít phạm quy là thắng cuộc.



4. Vận dụng





The background of the slide features a bright blue sky with white clouds and green bushes at the bottom. Four cartoon children are depicted: a girl with brown hair and freckles in the top left, a girl with blonde hair in the top right, a boy with dark skin and spiky hair in the bottom left, and a boy with light skin and spiky hair in the bottom right. In the center, a large white cloud-like shape contains the text. The text is in Vietnamese, with the title 'DẶN DÒ, VẬN DỤNG' in green and 'G' in green, followed by a bullet point '- Biết vận dụng khi gặp các tình huống xảy ra trong cuộc sống' in blue.

DẶN DÒ, VẬN DỤNG

G

- Biết vận dụng khi gặp các tình huống xảy ra trong cuộc sống



Tiết học đến đây là kết thúc!

Chào tạm biệt các con !