

## KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (BÀI THỂ DỤC NHỊP ĐIỀU)

### I. Mục tiêu bài học

#### 1. Về kiến thức:

- Học sinh biết và thực hiện được động tác, biên độ, động tác của BTĐ nhịp điệu.

#### 2. Về năng lực:

##### 2.1 Năng lực đặc thù.

- **Năng lực vận động cơ bản:** Học sinh thực hiện nhịp nhàng đẹp, được biên độ động tác bài thể dục nhịp điệu

- **Năng lực hoạt động TĐTT:** Học sinh lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung bài học phù hợp để nâng cao sức khỏe. Học sinh tham gia tốt trò chơi.

##### 2.2 Năng lực chung.

- **Năng lực tự chủ và tự học:** Học sinh biết xem tranh ảnh trong sách giáo khoa phục vụ ND bài học.

- **Năng lực giao tiếp và hợp tác:** Học sinh trình bày được sản phẩm học tập tương tác và hợp tác với bạn học.

- **Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:** Học sinh thực hiện được các nhiệm vụ học tập, bài tập và trò chơi vận động theo yêu cầu của giáo viên.

#### 3. Về phẩm chất

- **Chăm chỉ:** Học sinh chủ động hoàn thành lượng vận động của bài tập, tích cực tham gia trò chơi vận động.

- **Nhân ái:** Học sinh có ý thức tôn trọng ý kiến của các thành viên trong nhóm khi hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau trong khi tập luyện.

- **Trách nhiệm:** Học sinh có trách nhiệm với bản thân. Có trách nhiệm với môi trường sống. có trách nhiệm hoàn thành nội dung tập luyện.

### II. Thiết bị dạy học và học liệu.

+ **Chuẩn bị của giáo viên:** Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, tranh ảnh.

+ **Chuẩn bị của học sinh:** Trang phục (giày TT), sách giáo khoa phù hợp với tiết học.

### III. Tiến trình dạy và học.

#### 1. Hoạt động 1: Mở đầu (5 phút)

\* **Mục tiêu:** Tiếp nhận ban đầu về nội dung học tập; Hoàn thành LVD khởi động và biết cách chơi trò chơi hỗ trợ khởi động.

\* **Sản phẩm:**

- SP1: Học sinh tiếp nhận được về nội dung học tập;

- SP2: Học sinh chuyển được trạng thái cơ thể hoạt động bình thường sang trạng thái vào hoạt động cao hơn

Nội dung	LVD	Tổ chức thực hiện	
		Hoạt động của Gv	Hoạt động của HS

<p><b>* Nhận lớp.</b> - Phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.</p> <p><b>* Khởi động chung:</b> Chạy nhẹ nhàng 1 vòng quanh sân; Xoay các khớp; ép dọc, ép ngang.</p> <p><b>* Khởi động chuyên môn.</b> + Chạy tại chỗ; Cúi gập đánh tay</p>	<p>1 Vòng</p> <p>2<sup>1</sup> x 8<sup>n</sup></p> <p>2<sup>1</sup> x 8<sup>n</sup></p> <p>1- 2 lần</p>	<p><b>Bước 1: GV giao nhiệm vụ.</b> - GV nhận lớp, hỏi han tình hình sức khỏe học sinh, phổ biến nội dung và mục tiêu bài học.</p> <p>- Gv di chuyển, quan sát và chỉ dẫn đôn đốc học sinh.</p> <p>- Gv phổ biến cách chơi, luật chơi trò chơi</p> <p>.</p> <p><b>Bước 4: GV kết luận, nhận định.</b> - GV GV sử dụng PP trực quan và PP lời nói nhận xét đánh giá.</p>	<p><b>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ.</b> - Cán sự lớp tập hợp lớp theo đội hình 4 hàng ngang, báo cáo sĩ số.</p> <p>- HS quan sát, lắng nghe nội dung và mục tiêu giờ học.</p> <p>- Cs lớp tổ chức khởi động.</p> <p>- Đội hình nhận lớp.</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXXXXX △XXXXXXXXXXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">⊗</p> <p>- Hs chạy nhẹ nhàng 1 vòng sân</p> <p>- Cán sự điều hành khởi động</p> <p>- Đội hình khởi động chung.</p> <p style="text-align: center;">x x</p> <p style="text-align: center;">⊗      △</p> <p><b>Bước 3; Tổ chức báo cáo.</b> - Cán sự lớp báo cáo kết quả hoàn thành lượng vận động khởi động.</p>
--	---	---	--

**2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới (0 phút)**

**3. Hoạt động 3: Luyện tập (30 phút)**

**\* Mục tiêu:** Học sinh biết và thực hiện cơ bản động tác bài thể dục nhịp điệu

**\* Sản phẩm:**  
- SP1: Học sinh thực hiện được biên độ động tác bài thể dục nhịp điệu

<p>- Thực hiện bài thể dục nhịp điệu</p>	<p>8- 10 lần</p>	<p><b>Bước 1: GV giao nhiệm vụ:</b> Gv phổ biến nội dung thi</p> <p>- Gv gọi 4 học sinh lên thực hiện</p>	<p><b>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:</b> - Lần lượt 4 học sinh lên thực hiện.</p> <p>- Đội hình thực hiện.</p> <p style="text-align: center;">XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX XXXXXXXXXX</p> <p style="text-align: center;">x      x      ■      △</p>
--	------------------	---	---

**4. Hoạt động 4: Vận dụng (10phút)**

**\* Mục tiêu:**  
- HS biết lựa chọn bài thể dục để tập luyện hàng ngày

**\* Sản phẩm:**  
- SP2: Học sinh lựa chọn được bài thể dục để tập luyện hàng ngày.

<p>- Em hãy lựa chọn bài thể dục để tập luyện hàng ngày</p>	<p>3 hiệp (5-7 phút)</p>	<p><b>Bước 1: GV giao nhiệm vụ:</b> - GV nêu yêu cầu nội</p>	<p><b>Bước 2: HS thực hiện nhiệm vụ:</b> HS lựa chọn bài thể dục để tập luyện hàng ngày</p>
---	--------------------------	--	---

được không?		dung cho hs ghi nhớ	
<b>5. Hoạt động: Kết thúc (5phút)</b>			
<p><b>* Mục tiêu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Học sinh biết cách đưa cơ thể về trạng thái ban đầu.</li> <li>- Học sinh biết cách định hướng tự học và luyện tập ở nhà</li> </ul> <p><b>* Sản phẩm:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- SP1: Cơ thể được hồi phục sau luyện tập.</li> <li>- SP2: Phẩm chất, năng lực hình thành ở HS.</li> </ul>			
<p><b>* Hồi tĩnh:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thả lỏng cơ toàn thân (nên sử dụng âm nhạc làm nền khi học sinh thả lỏng)</li> </ul> <p><b>* Nhận xét và hướng dẫn tự tập luyện ở nhà:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ưu điểm; Hạn chế cần khắc phục</li> <li>- Hướng dẫn tập luyện ở nhà</li> </ul> <p><b>* Xuống lớp:</b></p>	<p>3 phút</p> <p>2 phút</p>	<p><b>Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hướng dẫn HS thực hiện thả lỏng; nhận xét giờ học</li> <li>- Hướng dẫn HS sử dụng SGK để tự tập luyện (buổi học sau mời 1 - 2 HS thực hiện kĩ thuật động tác).</li> </ul>	<p><b>Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ học tập</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- HS thực hiện các động tác thả lỏng, hồi tĩnh</li> <li>- HS chú ý lắng nghe.</li> <li>- HS tiếp nhận bài tập của GV: Tự tập luyện ngoài giờ, các tình huống vận dụng.</li> </ul>

**IV. Hồ sơ dạy học:**

4.1. Tiết học bài thể dục nhịp điệu lớp 8 (Đã được tổ bộ môn thống nhất biên soạn từ sách giáo viên và sách học sinh hoặc kết hợp với các nguồn khác cho phù hợp với học sinh tại đơn vị)

4.2. Các hồ sơ khác: thang đánh giá tiêu chí

Tiêu chí	Mức độ thể hiện kỹ thuật của học sinh	
	Đạt	Chưa đạt
<b>Thực hiện kỹ thuật</b>	Học sinh biết và thực hiện được biên động tác bài thể dục nhịp điệu.	Học sinh còn lúng túng khi thực hiện động tác, biên động tác không đẹp thực hiện sai từ 2 nhịp trở lên.