

TRƯỜNG: THCS PHAN BÁ PHIẾN
TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

I. KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN
MÔN HỌC GDTC . KHỐI 6
Năm học 2024 - 2025

1. Đặc điểm tình hình

1.1. Số lớp:5 ; Số học sinh: 181; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có):

1.2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 07 ; Trình độ đào tạo: Đại học: 05; Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: 05.

1.3. Thiết bị dạy học

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi	02 cái	Dùng cho dạy học	
2	Bộ tranh/ảnh về các kỹ thuật trong GDTC lớp 6	02 bộ	Quan sát đặc điểm cơ bản của thể loại tranh theo chủ đề	
3	Bộ tranh/ảnh về các loại thức ăn và vệ sinh trong thể thao	02 bộ	Tìm hiểu về kiến thức thể thao và vệ sinh thể thao.	
4	Giày, đồng phục	04 bộ	Dùng cho dạy học	
5	Bộ dụng cụ dành cho môn chạy cự li ngắn.	2 bộ	Chạy cự li ngắn	
6	Bộ dụng cụ dành cho môn chạy cự li trung bình	2 bộ	Chạy cự li trung bình	
7	Bộ dụng cụ dành cho môn ném bóng	2 bộ	Ném bóng	
8	Bộ dụng cụ dành cho môn TTTC	2 bộ	TTTC	
...				

1.4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập(Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

STT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Sân trường, nhà tập thể dục	01	Dùng học các môn thực hành thể thao	

2. Kế hoạch dạy học

2.1. Phân phối chương trình

Năm học 2023- 2024

Cả năm	35 tuần (70 tiết)
Học kỳ I	18 tuần (36 tiết)
Học kỳ II	17 tuần (34 tiết)

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
HỌC KỲ 1					
1	1	Ném Bóng	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng</i>	Cách cầm bóng, tung và bắt bóng bằng một tay, hai tay.	Nhận biết được các động tác hỗ trợ và cách luyện tập: cầm bóng và bắt bóng bằng hai tay. Biết cách giữ an toàn trong luyện tập.
	2	Chạy cự li trung bình	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình</i>	- Các động tác hỗ trợ: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn, nhịp kép; chạy theo đường hình số tám. - Trò chơi phát triển sức bền (do GV chọn)	- Nhận biết được các động tác hỗ trợ và biết cách luyện tập: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn, nhịp kép; chạy theo đường hình số tám. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
2	3	Ném Bóng	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng</i>	- Hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Ôn tung và bắt bóng bằng một tay, hai tay - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực.	- Nhận biết được các động tác KT hỗ trợ và cách luyện tập: Hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Thực hiện được động tác tung và bắt bóng bằng một tay, hai tay. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	4	Chạy cự li trung bình	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình</i>	- Các động tác hỗ trợ: Chạy theo đường đích dắc, chạy luân cộc. - Trò chơi chuyển bóng nhanh qua 2 chân.	- Nhận biết được các động tác hỗ trợ và biết cách luyện tập: Chạy theo đường đích dắc, chạy luân cộc. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
3	5	Ném Bóng	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng</i>	- Ném bóng bằng một tay trên cao. - Ôn động tác hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Trò chơi đội nào ném bóng xa hơn.	- Nhận biết được các động tác hỗ trợ và biết cách luyện tập: Ném bóng bằng một tay trên cao. - Thực hiện được động tác hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	6	Chạy cự li trung bình	<i>Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng</i>	- KT chạy giữa quãng trên đường thẳng. - Trò chơi phát triển sức bền (do Gv chọn).	- Nhận biết và thực hiện được KT chạy giữa quãng trên đường thẳng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
4	7	Ném Bóng	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thẳng bằng</i>	- Kỹ thuật ra sức cuối cùng. - Ôn kỹ thuật ném bóng bằng một tay trên cao. - Trò chơi con sâu đo.	- Nhận biết được KT và cách luyện tập ra sức cuối cùng, biết cách giữ an toàn cho bản thân và người tập. - Thực hiện được kỹ thuật ném bóng bằng một tay trên cao. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	8	Chạy cự li trung bình	<i>Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng</i>	- KT chạy giữa quãng trên đường vòng. - Ôn KT chạy giữa quãng trên đường thẳng. - Trò chơi ai nhảy dây nhiều hơn.	- Nhận biết và thực hiện được KT chạy giữa quãng trên đường vòng. - Biết cách thực hiện KT chạy giữa quãng trên đường thẳng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
5	9	Ném Bóng	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng.	- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
	10	Chạy cự li trung bình	<i>Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng</i>	- Ôn KT chạy giữa quãng trên đường thẳng, vòng. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu Điền Kinh.	- Thực hiện được KT chạy giữa quãng trên đường thẳng, vòng. - Biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu Điền Kinh.
6	11	Ném Bóng	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	- Kĩ thuật giữ thăng bằng. - Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng. - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực.	- Nhận biết được KT và cách luyện tập KT giữ thăng bằng. - Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	12	Chạy cự li trung bình	<i>Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích</i>	- KT xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền (do GV chọn)	- Có nhận biết ban đầu về hình thái, cách thực hiện KT xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
7	13	Ném Bóng	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.	Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. Biết cách giữ an toàn cho bản thân và người tập.
	14	Chạy cự li trung bình	<i>Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích</i>	- KT chạy về đích. - Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. - Ôn KT xuất phát cao và chạy tăng	- Nhận biết và thực hiện được KT chạy về đích. Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. - Thực hiện được KT xuất phát cao và

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				tốc độ sau xuất phát. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.	chạy tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.
8	15	Ném Bóng	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	- Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực.	- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. Biết cách giữ an toàn cho bản thân và người tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	16	Chạy cự li trung bình	<i>Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích</i>	- Ôn KT các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Trò chơi nhảy bao bố.	- Thực hiện được KT cách phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
9	17	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	- Kĩ thuật tư thế chuẩn bị chạy và chạy đà. - Trò chơi đẩy gậy.	- Nhận biết được KT và biết cách luyện tập tư thế chuẩn bị chạy và chạy đà. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	18	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)			
10	19	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	- Ôn kĩ thuật bị chạy và chạy đà.	- Thực hiện được kĩ thuật tư thế chuẩn bị chạy và chạy đà - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
	20	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 11.	Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện từ nhịp 1-11.
11	21	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	- Ôn kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. - Ôn các giai đoạn trong ném bóng	- Thực hiện được kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. - Biết cách phối hợp các giai đoạn ném

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					bóng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
	22	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 11. - Trò chơi đi qua dây.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát bạn bè và tranh ảnh. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
12	23	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	- Ôn kỹ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. - Ôn các giai đoạn trong ném bóng	- Thực hiện được kỹ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. - Phối hợp được các giai đoạn ném bóng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
	24	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	- Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 12 đến nhịp 23. - Ôn bài thể dục liên hoàn các nhịp đã học.	- Nhận biết được động tác từ nhịp 12- 23 và biết cách thực hiện từ nhịp 1- 23. - Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu
13	25	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	- Ôn các giai đoạn ném bóng. - Một số luật cơ bản trong thi đấu ném bóng.	- Phối hợp được các giai đoạn ném bóng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết được một số luật cơ bản trong thi đấu ném bóng.
	26	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 23. - Trò chơi chuyển vòng.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu từ nhịp 1- 23. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					của giáo viên.
14	27	Ném Bóng	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	Ôn các giai đoạn ném bóng	- Thực hiện được kĩ thuật các giai đoạn ném bóng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
	28	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	- Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 24 đến nhịp 30. - Ôn BTĐ liên hoàn các nhịp đã học.	- Nhận biết được KT các động tác từ nhịp 24- 30 và cách thực hiện từ nhịp 1- 30. - Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu.
15	29	TTTC (Võ cổ truyền)	Tám thế tấn cơ bản	+ Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tá + Tạ qui tấn	- Biết tên và thực hiện được động tác: + Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tấn + Tạ qui tấn
	30	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến 30.	Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu từ nhịp 1- 30. Tích cực hợp tác, học hỏi trong học tập và rèn luyện hằng ngày.
16	31	TTTC (Võ cổ truyền)	Tám thế tấn cơ bản	+ Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tấn + Tạ qui tấn	- Thực hiện thuần thục: + Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tấn + Tạ qui tấn

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	32	Bài Tập Thể Dục	Bài thể dục liên hoàn	Hoàn thiện bài TD liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30.	Thực hiện các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu từ nhịp 1- 30.
17	33	TTTC (Võ cổ truyền)	Tám thế tấn cơ bản	+ Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tấn + Tạ qui tấn	- Thực hiện thuần thực: + Lập tấn + Trung bình tấn + Đinh tấn trái + Đinh tấn phải + Trảo mã tấn trái + Trảo mã tấn phải + Xà tấn + Tạ qui tấn
	34	Chạy cự li ngắn (60m)	Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn.	Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi.	Nhận biết được động tác bổ trợ và biết cách thực hiện KT chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi và biết cách luyện tập.
18	35	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn: Tám thế tấn cơ bản Học: Từ động tác 1 đến động tác 8	1 Lập tấn; 2. Bái tổ; 3. Trung bình tấn - Tay phải đâm thẳng; 4.Trung bình tấn - Tay trái đâm thẳng; 5. Trảo mã tấn phải – Tay phải đâm mức lên; 6. Đinh tấn phải - Tay trái đâm thẳng; 7. Trảo mã tấn phải – Tay phải đập lưng nắm tay xuống đất; 8. Trung bình tấn – Tay trái đâm móc vòng vào trước ngực	- Thực hiện thuần thực: Tám thế tấn cơ bản -Biết tên và thực hiện được: Từ động tác 1 đến động tác 8 bài võ cổ truyền
	36	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I (Bài Thể Dục Liên Hoàn)			Thực hiện các nhịp đúng trình tự và nhịp độ.
HỌC KÌ II					
	37	Chạy cự li ngắn (60m)	Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li	- Kĩ thuật chạy đạp sau.	- Nhận biết được động tác bổ trợ và biết cách thực hiện KT chạy đạp sau.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
19			<i>ngắn.</i>	- Trò chơi chạy tiếp sức.	- Biết tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	38	TTTC (Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 8 Học từ động tác 9 đến động tác 17	9. Trảo mã tấn trái – Tay trái nắm lên 10. Đinh tấn trái – tay phải nắm thẳng 11. Trảo mã tấn trái – Tay trái đập lưng nắm tay xuống đất 12. Trung bình tấn – Tay phải nắm móc vòng vào trước ngực 13. Đinh tấn phải – Tay phải đập lưng nắm tay phải về trước 14. Đinh tấn trái – Tay trái đập lưng nắm tay phải về trước 15. Xà tấn phải - Xoay thành trung bình tấn hai nắm tay kéo về hông 16. Trung bình tấn – Hai tay nắm thẳng về trước 17. Trảo mã tấn phải – Chỏ phải đánh ngang, chỏ trái đánh ngang (từ ngoài vào trong)	- Thực hiện thuần thục: Từ động tác 1 đến động tác 8 -Biết tên và thực hiện được: Từ động tác 9 đến động tác 17 bài võ cổ truyền
20	39	Chạy cự li ngắn (60m)	<i>Chạy giữa quãng</i>	- Kỹ thuật chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập chạy cự li ngắn.	- Nhận thức được KT động tác và bước đầu biết cách luyện tập Kỹ thuật chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				- Ôn KT chạy đạp sau	- Thực hiện được KT chạy đạp sau.
	40	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 9 đến động tác 17 Học: từ động tác 18 đến động tác 24	18. Quy tấn trái – Chỏ phải cắm thẳng xuống 19. Đinh tấn trái – Chỏ trái đánh lên 20. Trảo mã tấn phải - Chỏ phải đánh ngược lên ra sau 21. Xà tấn chỏ trái giật ngang 22. Trảo mã tấn phải – Chỏ phải đánh bật vào (cẳng tay đứng) 23. Đinh tấn phải – Chỏ trái đánh ngang vào 24. Trảo mã tấn trái – Chỏ trái đánh vòng cầu xuống ra sau lưng	- Thực hiện thuần thực: Từ động tác 9 đến động tác 17 -Biết tên và thực hiện được: Từ động tác 18 đến động tác 24 bài võ cổ truyền
21	41	Chạy cự li ngắn (60m)	Chạy giữa quãng	- Ôn kĩ thuật chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập chạy cự li ngắn. - Trò chơi người thừa thứ ba.	- Thực hiện được KT chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập chạy cự li ngắn. - Biết tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	42	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 18 đến động tác 24 Học từ động tác 25 đến động tác 30	25. Chân phải đá tổng về trước 26. Chân trái đá vòng cầu vào 27. Chân phải đá tổng ngang bằng cạnh bàn Chân thành 28. Đinh tấn phải – Tay phải chém	- Thực hiện thuần thực: Từ động tác 18 đến động tác 24 -Biết tên và thực hiện được: Từ động tác 25 đến động tác 30 bài võ cổ truyền

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				cạnh bàn thẳng xuống 29. Trảo mã tấn trái – Tay trái chém cạnh bàn vào (cẳng tay t/ góc với mặt đất) 30. Trảo mã tấn phải- Hai tay chém cùng lúc từ trái qua phải (bàn tay phải úp, bàn tay trái ngửa, 2 tay song song mặt đất)	
22	43	Chạy cự li ngắn (60m)	Xuất phát và chạy lao sau xuất phát	Kĩ thuật xuất phát cao.	Nhận biết được khẩu lệnh xuất phát, thứ tự thực hiện thực hiện, biết cách luyện tập.
	44	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 25 đến động tác 30 Học từ động tác 31 đến động tác 36	31. Đỉnh tấn trái – Hai tay đâm thẳng tới trước bằng mũi bàn tay (bàn tay trái trên, bàn tay phải dưới cách nhau 20cm) 32. Đỉnh tấn phải – Hai cạnh bàn tay đỡ ngang cùng lúc ra 2 bên ngang mặt (2 lòng bàn tay xoay ra ngoài, 2 cẳng tay thẳng đứng) 33. Đỉnh tấn trái – Hai cạnh bàn tay đánh ép cùng lúc ngang mặt (Hai lòng bàn tay xoay vào trong, 2 cẳng tay thẳng đứng) 34. Đỉnh tấn phải – Hai cạnh bàn tay đánh ép cùng lúc vào (trên đầu gối phải, lòng bàn tay ngửa, 2 cẳng	- Thực hiện thuần thực: Từ động tác 25 đến động tác 30 -Biết tên và thực hiện được động tác: Từ động tác 31 đến động tác 36 bài võ cổ truyền

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				tay song song nhau) 35. Quay tấn trái – Tay phải chém bằng cạnh bàn tay vào trên đầu gối trái (bàn tay trái ngửa, cẳng tay song song mặt đất) 36. Bái tổ lập tấn./.	
23	45	Chạy cự li ngắn (60m)	Xuất phát và chạy lao sau xuất phát	- Kỹ thuật chạy lao sau xuất phát. - Ôn kỹ thuật xuất phát cao. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	- Nhận biết được kỹ thuật và biết cách thực hiện giai đoạn chạy lao sau xuất phát. - Thực hiện được kỹ thuật xuất phát cao. - Tích cực tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	46	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Ôn từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
24	47	Chạy cự li ngắn (60m)	<i>Xuất phát và chạy lao sau xuất phát</i>	- Ôn KT xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK.	- Thực hiện được KT xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Biết được một số điều luật cơ bản nhất trong thi đấu ĐK.
	48	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
25	49	Chạy cự li ngắn (60m)	<i>Chạy về đích</i>	- Kỹ thuật chạy về đích (chạy băng qua đích). - Trò chơi phát triển sức nhanh.	- Nhận biết được kỹ thuật của giai đoạn chạy về đích và biết cách luyện tập. - Tích cực tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	50	Chạy cự li ngắn (60m)	Chạy về đích	- Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Trò chơi đổi bóng nhanh trên đường đích đặc.	- Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li ngắn theo hướng dẫn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
26	51	Chạy cự li ngắn (60m)	Chạy về đích	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK.	- Thực hiện được phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li ngắn nâng cao thành tích. - Biết được một số điều luật cơ bản nhất trong thi đấu ĐK.
	52	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
27	53	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
	54	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 60m)			
28	55	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
	56	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
	57	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
29				- Trò chơi vận động (do GV chọn	
	58	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
30	59	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục động tác từ 1 đến động tác 36 bài võ cổ truyền; Trò chơi vận động (do GV chọn)
	60	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
31	61	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
	62	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
32	63	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
		TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	64			- Trò chơi vận động (do GV chọn	- Trò chơi vận động (do GV chọn)
33	65	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
	66	TTTC(Võ cổ truyền)	Ôn từ động tác 1 đến động tác 36	- Hoàn thiện bài võ cổ truyền từ động tác 1 đến động tác 36 - Trò chơi vận động (do GV chọn	- Thực hiện thuần thục toàn bài võ cổ truyền 36 động tác. - Trò chơi vận động (do GV chọn)
34	67	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC VÕ CỔ TRUYỀN)			
	68	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 1&2	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
35	69	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 3	Chạy 30m xuất phát cao	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
	70	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 4	Chạy tùy sức 5 phút	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008

MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC: GDTC, KHỐI LỚP 7

Cả năm	35 tuần (70 tiết)
Học kỳ I	18 tuần (36 tiết)
Học kỳ II	17 tuần (34 tiết)

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
HỌC KỲ 1					
1	1	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng</i>	- Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức bền	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu trong phối hợp các hoạt động chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng. - Phối hợp được các hoạt động chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	2	Nhảy xa kiểu ngòi	<i>Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ.</i>	Giậm nhảy và bước bộ.	- Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu và cách luyện tập kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ. - Tích cực, chủ động trong luyện tập và giúp đỡ bạn.
2	3	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng</i>	- Hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự li trung bình và cách khắc phục.	- Nhận biết được hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự li trung bình và cách khắc phục. - Phối hợp được các hoạt động chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng và cách khắc phục hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy CLTB. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				- Trò chơi phát triển sức bền.	
	4	Nhảy xa kiểu ngòi	Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ.	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện được kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ. - Tích cực, chủ động trong luyện tập và giúp đỡ bạn. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
3	5	Chạy cự li trung bình	Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát	- Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát; biết cách luyện tập. - Phối hợp được giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	6	Nhảy xa kiểu ngòi	Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ - Một số điều luật trong thi đấu điền kinh.	- Thực hiện được kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ. - Biết được số điều luật trong thi đấu điền kinh.
	7	Chạy cự li trung bình	Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất	Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát.	- Phối hợp được giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát. - Chủ động lựa chọn các bài tập phù hợp

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
4			<i>phát</i>		với bản thân để RLTT.
	8	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</i>	- Cách đo đà và chạy đà - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được cách đo, chạy đà trong nhảy xa kiểu ngồi. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
5	9	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát</i>	- Ôn phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát. - Một số điều luật trong thi đấu điền kinh.	- Phối hợp được giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát. - Biết được một số điều luật trong thi đấu điền kinh.
	10	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</i>	- Ôn cách đo đà và chạy đà - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật đo và chạy đà trong nhảy xa kiểu ngồi. Nỗ lực hoàn thành các bài tập vận động, tích cực hợp tác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
6	11	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.</i>	- Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu về phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</i>	Ôn cách đo đà và chạy đà.	- Thực hiện được kỹ thuật đo đà chạy đà, phối hợp giậm nhảy và bước bộ.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	12				- Tích cực, tự giác trong luyện tập.
7	13	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.</i>	- Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình.	- Thực hiện được các yêu cầu về phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích; phối hợp được các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Chủ động, kiên trì, tích cực, tự giác trong luyện tập.
	14	Nhảy xa kiểu ngòi	<i>Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống cát.</i>	- Kỹ thuật bay trên không. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được kỹ thuật và cách luyện tập giai đoạn bay trên không. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
8	15	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	16	Nhảy xa kiểu ngòi	<i>Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống cát.</i>	- Ôn kỹ thuật bay trên không. - Kỹ thuật rơi xuống cát.	- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn bay trên không và rơi xuống đất. - Tích cực, chủ động trong luyện tập. - Chủ động, nghiêm túc giữ gìn an toàn trong luyện tập.
	17	Nhảy xa kiểu ngòi	<i>Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống</i>	- Ôn kỹ thuật rơi xuống cát.	- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn bay trên không và rơi xuống đất.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
9			<i>cát.</i>	- Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Chủ động, nghiêm túc giữ gìn an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	18	Chạy cự li trung bình	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I		
10	19	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống cát.</i>	- Ôn kỹ thuật bay trên không và rơi xuống cát. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn bay trên không và rơi xuống đất. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	20	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình.	- Thực hiện được các yêu cầu về phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích; phối hợp được các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Chủ động, kiên trì, tích cực, tự giác trong luyện tập.
11	21	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi</i>	- Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Bài Tập	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp</i>	- Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1	- Nhận biết được động tác và biết cách

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	22	Thể Dục	10)	đến nhịp 10. - Trò chơi phát triển khéo léo.	thực hiện từ nhịp 1- 10. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
12	23	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.	- Biết cách phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi. - Tích cực, chủ động trong luyện tập
	24	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 10)</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 10. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát bạn bè và tranh ảnh. - Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
13	25	Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Phối hợp được các giai đoạn của kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	26	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 11 đến nhịp 20)</i>	Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 11 đến nhịp 20.	- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện từ nhịp 11- 20. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
		Nhảy xa kiểu ngồi	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.	- Phối hợp được các giai đoạn của kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
14	27		<i>xa kiểu ngồi.</i>	- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh.	- Tích cực, chủ động trong luyện tập - Biết được một số điều luật trong thi đấu điền kinh.
	28	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 11 đến nhịp 20).</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 20. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát bạn bè và tranh ảnh. - Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
15	29	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Bài tập bổ trợ - Dẫn bóng trên đường vòng	- Biết được mục đích, tác dụng một số bài tập bóng rổ. - Biết cách thực hiện các bài tập bổ trợ theo yêu cầu của giáo viên. - Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng và cách luyện tập.
	30	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 21 đến nhịp 30).</i>	- Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 21 đến nhịp 30. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện từ nhịp 21- 30. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	31	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn bài tập bổ trợ - Ôn dẫn bóng trên đường vòng	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
16					- Tích cực, tự giác trong luyện tập.
	32	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 21 đến nhịp 30).</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát bạn bè và tranh ảnh. - Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
17	33	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn bài tập bổ trợ - Ôn dẫn bóng trên đường vòng	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
	34	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 30).</i>	- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu từ nhịp 1 đến 30. Biết tự sửa sai động tác thông qua quan sát bạn bè và tranh ảnh. - Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn bài tập bổ trợ	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng theo yêu

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
18	35	(Bóng rổ)		- Ôn dẫn bóng trên đường vòng	cầu của giáo viên. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
	36	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I <i>(Bài Thể Dục Liên Hoàn)</i>			Thực hiện các nhịp đúng trình tự và nhịp độ.
19	37	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	38	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn dẫn bóng trên đường vòng - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng theo yêu cầu của giáo viên. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
20	39	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Một số điểm lưu ý về kỹ thuật trong xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung và biết cách thực hiện về kỹ thuật trong xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn dẫn bóng trên đường vòng	- Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	40	(Bóng rổ)		- Một số điều luật trong thi đấu bóng rổ.	- Biết được một số điều luật trong thi đấu bóng rổ.
21	41	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung yêu cầu phối hợp giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	42	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn bài tập bổ trợ - Ôn dẫn bóng trên đường vòng	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng theo yêu cầu của giáo viên. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
22	43	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Một số điểm lưu ý về kỹ thuật trong phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật trong phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	44	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn bài tập bổ trợ - Ôn dẫn bóng trên đường vòng	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng trên đường vòng theo yêu cầu của giáo viên. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
		Chạy cự ly	<i>Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau</i>	- Ôn phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa	- Biết cách phối hợp trong giai đoạn chạy

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
23	45	ngắn	<i>xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	quãng. - Một số điều luật trong thi đấu điền kinh.	lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Biết được số điều luật trong thi đấu điền kinh.
	46	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Tại chỗ chuyển bóng hai tay trước ngực bật đất. - Trò chơi vận động.	- Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng hai tay trước ngực bật đất và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
24	47	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)</i>	- Phối hợp chạy giữa quãng và về đích. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	48	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Ôn tại chỗ chuyển bóng hai tay trước ngực bật đất. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng hai tay trước ngực bật đất. - Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	49	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)</i>	- Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn (60m). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện và phối hợp được các giai đoạn của chạy cự li ngắn (60m). - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
25					của giáo viên.
	50	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất. - Ôn bài tập bổ trợ	- Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất và cách luyện tập. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ. - Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè.
26	51	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)</i>	- Một số điểm lưu ý về kỹ thuật trong phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách duy trì tốc độ cao nhất bằng cách duy trì tần số và độ dài bước chạy... - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	52	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Ôn tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất. - Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
27	53	- KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 60m)			
	54	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Ôn tại chỗ chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
28	55	Chạy cự ly ngắn	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m) - Trò chơi phát triển sức mạnh	- Biết cách phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự li ngắn (60m). - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	56	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Nhận biết được cấu trúc bài tập phối hợp đồng đội và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
29	57	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Ôn nài tập phối hợp đồng đội - Ôn bài tập bổ trợ	- Thực hiện được một số bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
	58	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được một số bài tập phối hợp đồng đội, xử lí được một số tình huống phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
30	59	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Hai bước ném rổ một tay trên vai - Ôn bài tập bổ trợ	- Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai và cách luyện tập. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	60	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Ôn hai bước ném rổ một tay trên vai. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
31	61	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Ôn hai bước ném rổ một tay trên vai. - Ôn bài tập bổ trợ	- Thực hiện được kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
	62	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Nhận biết được cấu trúc bài tập phối hợp đồng đội và cách luyện tập. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ theo yêu cầu của giáo viên.
32	63	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Ôn bài tập bổ trợ	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ
	64	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					- Tích cực, tự giác trong luyện tập.
33	65	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Ôn bài tập bổ trợ	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội, xử lý được một số tình huống trong phối hợp đồng đội. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ theo yêu cầu của giáo viên.
	66	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội, xử lý được một số tình huống trong phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
34	67	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)			
	68	Kiểm tra (TLCN)	<i>Nội dung 1&2</i>	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
35	69	Kiểm tra (TLCN)	<i>Nội dung 3</i>	Chạy 30m xuất phát cao	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
	70	Kiểm tra (TLCN)	<i>Nội dung 4</i>	Chạy tùy sức 5 phút	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008

3. Các nội dung khác (nếu có):

- Tham gia sinh hoạt chuyên môn của tổ theo định kì hằng tháng theo mô hình nghiên cứu bài học.
- Tham gia dạy Bồi dưỡng HSG dự thi các môn thể dục, thể thao, điền kinh.
- Tham gia thi giáo viên dạy giỏi môn Lịch sử.

TRƯỜNG: THCS PHAN BÁ PHIÊN
TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN
MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC: GDTC, KHỐI LỚP 8
(Năm học 2024 - 2025)

1. Đặc điểm tình hình

1.1. Số lớp: 4; Số học sinh: 145 ; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có): ...

1.2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 07 ; Trình độ đào tạo: Đại học: 05 ; Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt

1.3. Thiết bị dạy học

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi	02 cái	Dùng cho dạy học	
2	Bộ tranh/ảnh về các kỹ thuật trong GDTC lớp 8	02 bộ	Quan sát đặc điểm cơ bản của thể loại tranh theo chủ đề	
3	Bộ tranh/ảnh về các loại thức ăn và vệ sinh trong thể thao	02 bộ	Tìm hiểu về kiến thức thể thao và vệ sinh thể thao.	
4	Giày, đồng phục	04 bộ	Dùng cho dạy học	
5	Bộ dụng cụ dành cho nội dung chạy cự li ngắn.	2 bộ	Chạy cự li ngắn	
6	Bộ dụng cụ dành cho nội dung chạy cự li trung bình	2 bộ	Chạy cự li trung bình	
7	Bộ tranh, dụng cụ dành cho nội dung nhảy cao	2 bộ	Nhảy cao	
8	Bộ dụng cụ dành cho nội dung TTTC	2 bộ	TTTC	

2. Kế hoạch dạy học

Cả năm	35 tuần (70 tiết)
Học kỳ I	<i>18 tuần (36 tiết)</i>
Học kỳ II	<i>17 tuần (34 tiết)</i>

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
1	1	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng.</i>	- Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức bền	- Nhận biết được mục đích, tác dụng và thực hiện được các bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng và cách tập luyện. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	2	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- Giậm nhảy đá lăng. - Một số động tác bổ trợ giậm nhảy đá lăng.	- Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu trong luyện tập kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Thực hiện được các động tác bổ trợ giậm nhảy đá lăng.
2	3	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng.</i>	- Khắc phục hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Biết cách khắc phục hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự ly trung bình. - Kiên trì, nỗ lực khắc phục mệt mỏi trong luyện tập. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	4	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện được kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Chủ động trong học tập và đảm bảo an toàn luyện tập. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
3	5	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Hiểu được mục đích, tác dụng của bài tập bổ trợ xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					cầu của giáo viên.
	6	Nhảy cao kiểu bước qua.	Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết tự sửa sai cho nhau khi thực hiện kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Biết được số điều luật trong thi đấu nhảy cao. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	7	Chạy cự li trung bình	Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	- Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Biết cách luyện tập các bài tập bổ trợ xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết cách và tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
4	8	Nhảy cao kiểu bước qua.	Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.	- Cách xác định hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	9	Chạy cự li trung bình	Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.	- Một số điều luật thi đấu chạy cự li trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền	- Biết một số điều luật thi đấu chạy cự li trung bình, vận dụng trong luyện tập và thi đấu. Chủ động học hỏi và giúp đỡ bạn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	10	Nhảy cao kiểu bước qua.	Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.	- Ôn hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Kỹ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy.	- Biết cách luyện tập chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Nhận biết kỹ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy.
	11	Chạy cự li trung bình	Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung	- Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích.	- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập các bài tập phối hợp chạy giữa quãng và

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
6			<i>bình.</i>	- Trò chơi phát triển sức bền.	chạy về đích. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	12	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	- Ôn kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện được kỹ thuật chạy đà, kết hợp giậm nhảy. Hoàn thành LVĐ - Sẵn sàng giúp đỡ và chia sẻ kinh nghiệm học tập với các bạn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
7	13	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập các bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự ly trung bình. - Hoàn thành được LVĐ của các bài tập trong quá trình luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	14	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- Kỹ thuật trên không. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được kỹ thuật trên không trong nhảy cao kiểu bước qua. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
8	15	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	16	Nhảy cao kiểu bước	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát</i>	- Ôn kỹ thuật trên không. Kỹ thuật rơi xuống cát (đệm).	- Nhận biết được kỹ thuật rơi xuống cát (đệm). Biết cách phối hợp kỹ thuật trên

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
		qua.	(đệm).	- Trò chơi phát triển sức mạnh.	không và rơi xuống cát (đệm). - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
9	17	Chạy cự li trung bình	Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. - Chủ động, tích cực, rèn luyện sức bền để nâng cao sức khỏe. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	18	Nhảy cao kiểu bước qua.	Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn trên không và rơi xuống cát (đệm). - Có sự phát triển về năng lực phối hợp vận động và nhịp điệu. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
10	19	Nhảy cao kiểu bước qua.	Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn trên không và rơi xuống cát (đệm). Thường xuyên tự học và RLTT. - Tích cực, chủ động trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	20	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)			
	21	Nhảy cao kiểu bước qua.	Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.	- Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được nội dung và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
11					của giáo viên.
	22	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Động tác chạy tại chỗ - Động tác tay ngực - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện động tác chạy tại chỗ và tay ngực. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
12	23	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách tự luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Tích cực, chủ động trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	24	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay ngực. - Động tác vươn người, động tác bật tách chụm chân. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác vươn người, động tác bật tách chụm chân. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
13	25	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách tự luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Có sự phát triển về sức mạnh bật phát, năng lực phối hợp vận động và nhịp điệu. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	26	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay ngực, vươn người và động tác bật	- Thực hiện được động tác chạy tại chỗ và tay ngực, vươn người và động tác bật tách

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
			<i>chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	tách chụm chân. - Trò chơi phát triển khéo léo.	chụm chân. Biết điều khiển và nhận xét được kết quả luyện tập của các nhóm. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
14	27	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao.	- Biết cách tự luyện tập phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Chủ động tìm kiếm, tra cứu thông tin môn học. - Biết được một số điều luật trong nhảy cao để luyện tập và thi đấu.
	28	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Động tác lườn, bật nhảy co gối - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác lườn, bật nhảy co gối. Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
15	29	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Luân phiên dẫn bóng cao, thấp tay. - Trò chơi vận động	- Biết được mục đích, tác dụng và cách luyện tập các kĩ thuật dẫn bóng cao, thấp tay. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	30	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Ôn động tác đã học - Động tác di chuyển chéo, bật nhảy- tay cao.	- Thực hiện động tác đã học. Biết điều khiển và nhận xét được kết quả luyện tập của các nhóm. - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác di chuyển chéo, bật nhảy-

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				- Trò chơi phát triển khéo léo.	tay cao. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
16	31	TTTC (Bóng rổ)	Kỹ thuật dẫn bóng	- Ôn luân phiên dẫn bóng cao, thấp tay. - Trò chơi vận động	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng cao, thấp tay. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	32	Bài Tập Thể Dục	Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các động tác đã học. Chủ động, tích cực phối hợp nhóm trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
17	33	TTTC (Bóng rổ)	Kỹ thuật dẫn bóng	- Dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động.	- Biết được mục đích, tác dụng và cách luyện tập các kỹ thuật dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	34	Bài Tập Thể Dục	Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các động tác đã học. Có sự phát triển về năng lực liên kết vận động, năng lực nhịp điệu - Chủ động, tích cực sử dụng Bài tập thể dục nhịp điệu để RLSK. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	Kỹ thuật dẫn bóng	- Ôn dẫn bóng quay trước sang	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
18	35	(Bóng rổ)		phải, sang trái. - Trò chơi vận động	quay trước sang phải, sang trái. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	36	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I (Bài Thể Dục nhịp điệu)			Thực hiện các nhịp đúng trình tự và nhịp độ.
19	37	Chạy cự ly ngắn (100m)	Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	- Bố trí bàn đạp và cách đóng bàn đạp. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được, yêu cầu vị trí và cách đóng bàn đạp. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	38	TTTC (Bóng rổ)	Kỹ thuật dẫn bóng	- Dẫn bóng quay sau sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động	- Biết được mục đích, tác dụng và cách luyện tập các kỹ thuật dẫn bóng quay sau sang phải, sang trái. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
20	39	Chạy cự ly ngắn (100m)	Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.	- Kỹ thuật xuất phát thấp. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	- Nhận biết được nội dung và biết cách luyện tập kỹ thuật xuất phát thấp. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	40	TTTC (Bóng rổ)	Kỹ thuật dẫn bóng	- Ôn dẫn bóng quay sau sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động	- Biết cách thực hiện kỹ thuật quay sau sang phải, sang trái. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Chạy cự ly	Xuất phát thấp và	- Kỹ thuật chạy lao sau xuất phát.	- Nhận biết được nội dung và biết cách

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
21	41	ngắn (100m)	<i>chạy lao sau xuất phát.</i>	-- Trò chơi phát triển sức nhanh.	luyện tập kĩ thuật chạy lao sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	42	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn: Dẫn bóng cao, thấp tay; dẫn bóng quay trước, sau sang phải sang trái. - Trò chơi vận động.	- Thực hiện được các kĩ thuật dẫn bóng. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
22	43	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Biết cách phối kĩ thuật chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. Có sự phát triển về sức mạnh tốc độ. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	44	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn các kĩ thuật đã học - Một số điều luật trong thi đấu bóng rổ.	- Thực hiện được các kĩ thuật dẫn bóng. Tích cực chủ động trong phối hợp nhóm, tổ. - Biết được một số điều luật thi đấu bóng rổ
23	45	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Ôn phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Thực hiện được kĩ thuật phối chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. Có sự phát triển về sức mạnh tốc độ và năng lực phối hợp vận động. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên</i>	- Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng hai tay trên đầu.	- Hiểu được mục đích tác dụng và cách luyện tập kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng hai

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	46		<i>đầu.</i>	- Trò chơi vận động.	tay trên đầu và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
24	47	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Ôn phối hợp xuất phát, chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Thực hiện được kỹ thuật phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. Chủ động và nỗ lực hoàn thành nội dung học tập. - Biết được số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	48	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng hai tay trên đầu và cách luyện tập. - Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
25	49	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Biết cách luyện tập phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	50	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	- Hiểu được mục đích tác dụng và cách luyện tập kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Chạy cự ly	<i>Phối hợp các giai</i>	- Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly	- Biết cách luyện tập phối hợp các giai

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
26	51	ngắn (100m)	<i>đoạn chạy cự li ngắn.</i>	ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	đoạn cự ly ngắn. Biết điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	52	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	- Biết cách thực hiện kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu. - Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
27	53	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m) - Trò chơi phát triển sức nhanh.	- Phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự li ngắn. Có sự phát triển về thể lực, sức mạnh tốc độ, khả năng duy trì các bước chạy. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	54	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu. Biết điều khiển tổ, nhóm và nhận xét kết quả luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
28	55	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 100m)			
	56	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Nhận biết được cấu trúc bài tập phối hợp đồng đội và cách luyện tập. Biết điều khiển tổ, nhóm và nhận xét kết quả luyện tập.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
29	57	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội. - Trò chơi vận động.	- Thực hiện được một số bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	58	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được một số bài tập phối hợp đồng đội, xử lý được một số tình huống phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
30	59	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Trò chơi vận động	- Hiểu được cấu trúc kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	60	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Ôn kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Trò chơi vận động	- Biết cách thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
31	61	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Ôn kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. Có sự phát triển về thể lực và năng lực liên kết động tác. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	<i>Kỹ thuật hai bước</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội	- Nhận biết được cấu trúc bài tập phối hợp

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	62	(Bóng rổ)	<i>ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Trò chơi vận động	đồng đội và cách luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
32	63	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Bài tập bổ trợ - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ theo yêu cầu giáo viên. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	64	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. Xử lý linh hoạt một số tình huống phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
33	65	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội, xử lý được một số tình huống trong phối hợp đồng đội. - Thực hiện được các bài tập bổ trợ theo yêu cầu của giáo viên.
	66	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	- Thực hiện được các bài tập phối hợp đồng đội, xử lý được một số tình huống trong phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	67	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)			

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
34	68	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 1&2	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
35	69	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 3	Chạy 30m xuất phát cao	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
	70	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 4	Chạy tùy sức 5 phút	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008

TRƯỜNG: THCS PHAN BÁ PHIÊN
TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN
MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC: GDTC, KHỐI LỚP 9
(Năm học 2024 - 2025)

1. Đặc điểm tình hình

1.1. Số lớp: 3; Số học sinh: 113

1.2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 7; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 02; Đại học: 5; Trên đại học: 0.

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên ¹: Tốt: 7;

1.3. Thiết bị dạy học: (Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng trong các tiết dạy; yêu cầu nhà trường/bộ phận thiết bị chủ động cho tổ chuyên môn; đặc biệt các đồ dùng dạy học dùng cho việc đổi mới phương pháp dạy học)

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi	02 cái	Dùng cho dạy học	
2	Bộ tranh/ảnh về các loại thức ăn và vệ sinh trong thể thao	02 bộ	Tìm hiểu về kiến thức thể thao và vệ sinh thể thao.	
3	Bộ tranh bài thể dục	02 bộ	Bài tập thể dục	
4	Bộ kĩ thuật các giai đoạn chạy cự ly ngắn.	2 bộ	Chạy cự ly ngắn	
5	Bộ dụng cụ dành cho nội dung chạy cự ly ngắn	2 bộ	Chạy cự ly ngắn	
6	Bộ kĩ thuật các giai đoạn chạy cự ly	2 bộ	Chạy cự ly trung bình	

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
	trung bình.			
7	Bộ dụng cụ dành cho nội dung chạy cự ly trung bình	2 bộ	Chạy cự ly trung bình	
8	Bộ tranh, dụng cụ dành cho nội dung nhảy cao	2 bộ	Nhảy cao	
9	Bộ dụng cụ dành cho nội dung TTTC (Trụ và bóng rổ)	Bộ trụ và 6 quả bóng	TTTC (Bóng rổ)	

1.4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập (Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

STT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Sân trường, khu luyện tập TDDT	01	Dùng học các môn thực hành thể thao	

2. Kế hoạch dạy học

2.1. Phân phối chương trình

NĂM HỌC 2024 - 2025

Cả năm	35 tuần (70 tiết)
Học kỳ I	18 tuần (36 tiết)
Học kỳ II	17 tuần (34 tiết)

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
HỌC KỲ 1					
1	1	Chạy cự ly ngắn (100m)	Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát	- Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Hoàn thành kỹ thuật xuất phát thấp. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Bài Tập	Bài thể dục nhịp điệu	- Động tác giậm chân tại chỗ	- Nhận biết được động tác và biết cách thực

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	2	Thể Dục	<i>(Phần 1).</i>	- Động tác thu chân, tay cao. - Trò chơi phát triển khéo léo.	hiện động tác giậm chân tại chỗ, thu chân, tay cao. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
2	3	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	– Hoàn thành kỹ thuật chạy lao sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	4	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1).</i>	- Ôn động tác giậm chân, thu chân tay cao. - Động tác bật tách chụm - Động tác vện mình - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác bật tách chụm và động tác vện mình. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
3	5	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát</i>	- Củng cố kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	– Hoàn thành giai đoạn xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	6	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1).</i>	- Ôn các động tác đã học: Giậm chân, thu chân tay cao, bật tách chụm và động tác vện mình. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết điều chỉnh sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	7	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất</i>	- Củng cố kỹ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát. - Một số điều luật trong thi đấu	– Hoàn thành giai đoạn xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát. - Biết được số điều luật trong thi đấu chạy cự li

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
4			<i>phát</i>	chạy cự li ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh	ngắn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	8	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).</i>	- Ôn các động tác đã học (<i>phần 1</i>) - Động tác đặt gót. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết điều chỉnh sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác đặt gót - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
5	9	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Thực hiện được kỹ thuật chạy giữa quãng. Chủ động và nỗ lực hoàn thành nội dung học tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	10	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).</i>	- Ôn các động tác đã học. - Động tác bước đuổi. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác bước đuổi. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
6	11	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Biện pháp cách luyện tập, củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ động nỗ lực hoàn thành nội dung học tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Bài Tập	<i>Bài thể dục nhịp điệu</i>	- Ôn các động tác đã học.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	12	Thể Dục	(Phần 2).	- Động tác đẩy hông. - Trò chơi phát triển khéo léo.	điều. - Nhận biết được động tác và cách tập luyện động tác đẩy hông. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
7	13	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Thực hiện được kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích. Biết quan sát và sửa sai cho nhau. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	14	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).</i>	- Ôn các động tác đã học (phần 1&2) - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được các nhịp đúng trình tự và nhịp điệu. Biết điều chỉnh sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
8	15	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Biết cách phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	16	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Hiểu được cấu trúc kỹ thuật và cách thực hiện tại chỗ đột phá bước thuận. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
9	17	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	- Phối hợp được các giai đoạn chạy cự li ngắn. Biết quan sát và sửa sai cho nhau, biết điều khiển tổ nhóm tập luyện. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					giáo viên.
	18	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTN 100m)			
10	19	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền	- Biết cách luyện tập giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	20	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
11	21	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền	- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết sử dụng các yếu tố của địa hình tự nhiên để rèn luyện và phát triển thể lực. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	22	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận. Tại chỗ chuyển bóng - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	23	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Luyện tập kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền	- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Hoàn thành lượng vận động của bài tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
12					giáo viên.
	24	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Hiểu được cấu trúc kỹ thuật và cách thực hiện dẫn bóng đột phá bước thuận. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
13	25	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Luyện tập kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Một số điều luật trong thi đấu cự li trung bình - Trò chơi phát triển sức bền	- Tổ chức luyện tập hoàn thành giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Biết được một số điều luật trong thi đấu cự li trung bình - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	26	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
14	27	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích. - Trò chơi phát triển sức bền	- Hoàn thành được giai đoạn chạy giữa quãng và về đích. - Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	28	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật hiện dẫn bóng đột phá bước thuận. Di chuyển chuyển bóng - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Chạy cự li	<i>Củng cố kỹ thuật</i>	- Củng cố kỹ thuật chạy giữa	- Hoàn thành được giai đoạn chạy giữa quãng

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
15	29	trung bình	<i>chạy giữa quãng và về đích.</i>	quãng và về đích. - Trò chơi phát triển sức bền	và về đích. – Biết sử dụng dinh dưỡng đối với luyện tập nhằm phát triển sức bền. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	30	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng tại chỗ và đột phá bước thuận. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
16	31	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	– Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	– Phối hợp được giai đoạn chạy cự li trung bình. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	32	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật đột phá bước thuận.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận. - Một số điều luật trong thi đấu môn bóng rổ. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng tại chỗ và đột phá bước thuận. - Biết được một số điều luật trong thi đấu môn bóng rổ. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
17	33	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	– Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	– Phối hợp được giai đoạn chạy cự li trung bình. – Có sự phát triển về sức bền và năng lực phối hợp vận động - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	<i>Kỹ thuật đột phá</i>	- Kỹ thuật tại chỗ đột phá bước	- Hiểu được cấu trúc kỹ thuật và cách thực hiện

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	34	(Bóng rổ)	<i>bước chéo.</i>	chéo. - Trò chơi vận động.	tại chỗ đột phá bước chéo. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
18	35	Chạy cự li trung bình	<i>Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</i>	– Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	– Phối hợp được giai đoạn chạy cự li trung bình. – Có sự phát triển về sức bền và năng lực phối hợp vận động. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	36	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I (Chạy CLTB)			
HỌC KỲ II					
19	37	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.</i>	- Giới thiệu kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được các cấu trúc kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng - Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	38	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước chéo.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật và cách thực hiện tại chỗ đột phá bước chéo. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
20	39	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.</i>	- Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		TTTC	<i>Kĩ thuật đột phá</i>	- Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước	- Biết cách thực hiện kĩ thuật và cách thực hiện

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
	40	(Bóng rổ)	<i>bước chéo.</i>	chéo. - Trò chơi vận động.	tại chỗ đột phá bước chéo. Tại chỗ chuyển bóng - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
21	41	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện được kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	42	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước chéo.</i>	- Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo. - Trò chơi vận động.	- Hiểu được cấu trúc kĩ thuật và cách thực hiện dẫn bóng đột phá bước chéo. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
22	43	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)</i>	- Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Thực hiện được kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	44	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước chéo.</i>	- Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật và cách thực hiện dẫn bóng đột phá bước chéo. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	45	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)</i>	- Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)	- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập. - Bước đầu biết sử dụng dinh dưỡng đối với

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
23				- Trò chơi phát triển sức mạnh.	luyện tập nhằm phát triển sức mạnh - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	46	TTTC (Bóng rổ)	Kĩ thuật đột phá bước chéo.	- Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật và cách thực hiện dẫn bóng đột phá bước chéo. Di chuyển chuyển bóng - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
24	47	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)	- Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) - Trò chơi phát triển sức mạnh.	– Thực hiện được kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm); biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. – Có sự phát triển về sức mạnh và năng lực phối hợp vận động. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	48	TTTC (Bóng rổ)	Kĩ thuật đột phá bước chéo.	- Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước chéo. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật dẫn bóng tại chỗ và đột phá bước chéo. Biết cách phối hợp trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	49	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)	- Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) - Trò chơi phát triển sức mạnh.	– Thực hiện được kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm); biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. – Thể hiện được khả năng điều khiển tổ, nhóm

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
25					luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	50	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật đột phá bước chéo.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước chéo. - Một số điều luật trong thi đấu môn bóng rổ. - Trò chơi vận động.	- Biết cách thực hiện kĩ thuật dẫn bóng tại chỗ và đột phá bước chéo. Biết cách phối hợp trong luyện tập. - Biết được một số điều luật trong thi đấu môn bóng rổ. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
26	51	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)</i>	- Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm) - Trò chơi phát triển sức mạnh.	– Thực hiện được kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm); biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. – Có sự phát triển về sức mạnh và năng lực phối hợp vận động. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	52	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai. - Trò chơi vận động	– Thực hiện được kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Một số điều luật cơ bản trong	- Phối hợp được các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
27	53			nhảy cao. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết một số điều luật cơ bản trong nhảy cao. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	54	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (TTTC BÓNG RỔ)			
28	55	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	- Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Vận dụng được những hiểu biết về kỹ thuật nhảy cao để luyện tập hằng ngày.
	56	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; biết phát hiện, điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
29	57	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Hoàn thành và Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	58	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.	- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai; biết phát hiện, điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				- Trò chơi vận động	- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
30	59	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Hoàn thành và Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Vận dụng được những hiểu biết về kỹ thuật nhảy cao để luyện tập hằng ngày. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	60	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.</i>	- Kỹ thuật dẫn bóng chuyền bóng một tay trên vai. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng chuyền bóng một tay trên vai; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
31	61	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Hoàn thành và Phối hợp được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập kỹ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	62	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.</i>	- Kỹ thuật dẫn bóng, chuyền bóng một tay trên vai.	- Thực hiện được kỹ thuật dẫn bóng, chuyền bóng một tay trên vai; biết phát hiện, điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập.

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
				- Trò chơi vận động	- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
32	63	Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiêng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Có sự phát triển về sức mạnh bật phát, năng lực phối hợp vận động và nhịp điệu. - Vận dụng được những hiểu biết về kĩ thuật nhảy cao để luyện tập hằng ngày. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	64	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Kĩ thuật dẫn bóng, chuyển bóng một tay trên vai. - Trò chơi vận động	- Thực hiện được kĩ thuật dẫn bóng chuyển bóng một tay trên vai; biết phát hiện, điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
33	65	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ.	- Thực hiện được phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ; biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập. - Phán đoán, xử lí một số tình huống linh hoạt, phối hợp được với đồng đội trong luyện tập.
	66	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật tại chỗ chuyển bóng một tay trên vai.</i>	- Phối hợp dẫn bóng, chuyển bóng và ném rổ. - Trò chơi vận động	- Có sự phát triển về sức mạnh, năng lực liên kết động tác và năng lực định hướng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	67	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (NHẢY CAO)			

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
34	68	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 1&2	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
35	69	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 3	Chạy 30m xuất phát cao	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
	70	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 4	Chạy tùy sức 5 phút	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008

2.2. Kiểm tra, đánh giá định kỳ

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
Giữa Học kỳ 1	45 phút	Tuần 9	Học sinh thực hiện bài kiểm tra theo đúng các phẩm chất năng lực đã được hình thành sau từng giai đoạn học tập	Thực hành
Cuối Học kỳ 1	45 phút	Tuần 18		Thực hành
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 27		Thực hành
Cuối Học kỳ 2	45 phút	Tuần 33		Thực hành

TỔ TRƯỞNG
(Ký và ghi rõ họ tên)



Nguyễn Đức Nghiễm

Núi Thành, ngày 5 tháng 9 năm 2024

HIỆU TRƯỞNG
(Ký và ghi rõ họ tên)
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Hồ Triệu Dũng

