

TRƯỜNG: THCS
TỔ:

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

KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN
(Năm học 2021 - 2022)

A. MÔN THỂ DỤC:

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp: 115; Số học sinh:.....

2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 8; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 1; Đại học: 4; Trên đại học: 3.

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt: 8

3. Thiết bị dạy học:

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi	8 cái	Tất cả các tiết dạy	GV tự trang bị
2	Đồng hồ bấm giây	8 cái	Chủ đề: chạy cự ly ngắn (60m)	GV tự trang bị
3	Bóng	10 quả	Chủ đề: ném bóng	
4	Vợt cầu lông	30 chiếc	Chủ đề: TTTC (cầu lông)	
5	Cột và lưới	5 bộ	Chủ đề: TTTC (cầu lông)	
6	Hộp cầu lông	15 hộp	Chủ đề: TTTC (cầu lông)	
7	Bóng rổ	30 quả	TTTC: Bóng rổ	
8	Cột bóng rổ	10 cột	TTTC: Bóng rổ	
9	Sân bóng rổ	3 sân	TTTC: Bóng rổ	
10	Cầu đá	30 quả	TTTC: Đá cầu	HS tự chuẩn bị
11	Bóng đá	30 quả	TTTC: Bóng đá	
12	Sân bóng đá	3 sân	TTTC: Bóng đá	
13	Hố cát	2 hố	Nhảy xa	
14	Bóng ném	10 quả	Bóng ném	

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	Nhà thể chất	1	Sân nhà thể chất	
2	Sân trường	6	Sân trường	
3	Sân bóng đá	3	Sân bóng đá	
4	Sân bóng rổ	3	Sân bóng rổ	
5	Sân cầu lông	4	Sân cầu lông	

II. Kế hoạch dạy học:

1. Phân phối chương trình:

1.1. Khối 6:

THỂ DỤC 6: HỌC KÌ I				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
1	1	Chạy cự li ngắn (60m)	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li ngắn.	- Thực hiện được các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li ngắn.
	2		Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li ngắn.	- Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể.
2	3		Bài 2: Chạy giữa quãng.	- Làm quen với giai đoạn chạy giữa quãng trên đường thẳng.
	4		Bài 2: Chạy giữa quãng.	- Luôn nỗ lực hoàn thành các bài tập vận động, mạnh dạn, chủ động trong tập luyện nhóm.
3	5		Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát.	- Làm quen với giai đoạn xuất phát và chạy lao sau xuất phát.
	6		Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát.	- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.
4	7		Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát.	- Rèn luyện thói quen tập thể dục buổi sáng, thường xuyên giữ gìn và vệ sinh thân thể, sức khỏe.
	8		Bài 4: Chạy về đích.	- Làm quen với giai đoạn chạy về đích và phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.
5	9		Bài 4: Chạy về đích.	- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ I				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
	10		Bài 4: Chạy về đích.	- Tích cực hợp tác và sẵn sàng giúp đỡ bạn trong luyện tập.
6	11	Chạy cự ly trung bình	Bài 1: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình.	- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình.
	12		Bài 1: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình.	- Kiên trì, nỗ lực khắc phục mệt mỏi trong tập luyện.
7	13		Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng.	- Làm quen với giai đoạn chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng.
	14		Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng.	- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.
8	15		Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng.	- Chủ động sử dụng bài tập phù hợp với bản thân để rèn luyện thân thể hàng ngày.
	16	Kiểm tra giữa kỳ 1: Chạy cự li ngắn.		
9	17	Chạy cự ly trung bình	Bài 3: Xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. Chạy về đích.	- Làm quen giai đoạn xuất phát cao và chạy về đích.
	18		Bài 3: Xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. Chạy về đích.	- Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.
10	19		Bài 3: Xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. Chạy về đích.	- Tích cực, chủ động rèn luyện thể thao hàng ngày.
	20	Ném Bóng	Bài 1: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng.	- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng.
11	21		Bài 1: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng.	- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng.
	22		Bài 1: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng.	- Nghiêm túc, tự giác giữ an toàn trong luyện tập cho bản thân và người khác
12	23		Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữ	- Thực hiện được kỹ thuật ra sức cuối cùng

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ I				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
			thăng bằng.	và giữ thăng bằng.
	24		Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.	- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. - Có ý thức luyện tập cá nhân.
13	25	Ném bóng	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.	- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. - Rèn luyện bản thân, nâng cao khả năng tập luyện theo nhóm.
	26		Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà.	- Thực hiện được kĩ thuật chạy đà. - Phối hợp được các giai đoạn ném bóng.
14	27		Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà.	- Biết một số điều luật trong thi đấu ném bóng để học tập và rèn luyện.
	28		Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà.	- Nâng cao thành tích bản thân, giúp đỡ bạn bè luyện tập.
15	29	Kiểm tra học kỳ 1: Ném bóng (tiết 1)		
	30	Kiểm tra học kỳ 1: Ném bóng (tiết 2)		
16	31	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT.		
	32	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT.		
17	33	- Hoạt động trải nghiệm hoặc ôn tập (GV chọn).		
	34	- Hoạt động trải nghiệm hoặc ôn tập (GV chọn).		
18	35	- Hoạt động trải nghiệm hoặc ôn tập (GV chọn).		
	36	- Hoạt động trải nghiệm hoặc ôn tập (GV chọn).		

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ II				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
19	37	Bài thể dục	Bài 1: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến 11).	- Thực hiện đúng từ nhịp 1 đến nhịp 11 của bài thể dục liên hoàn.
	38		Bài 1: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến 11).	- Thường xuyên rèn luyện tư thế đúng, đẹp.
20	39		Bài 2: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 12 đến 23).	- Thực hiện đúng từ nhịp 12 đến nhịp 23 của bài thể dục liên hoàn.
	40		Bài 2: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 12 đến 23).	- Biết sửa chữa những sai sót về tư thế, tích cực luyện tập để có tư thế động tác đúng, đẹp.
21	41		Bài 3: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 23 đến 30).	- Thực hiện đúng từ nhịp 23 đến nhịp 30 của bài thể dục liên hoàn.
	42		Bài 3: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 23 đến 30).	- Thực hiện được từ nhịp 1 đến nhịp 30 của bài thể dục liên hoàn.
22	43		Bài 3: Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 23 đến 30).	- Thực hiện được từ nhịp 1 đến nhịp 30 của bài thể dục liên hoàn. - Tích cực hợp tác, học hỏi các bạn trong học tập rèn luyện thân thể.
	44	Thể thao tự chọn: Cầu lông	Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.
23	45		Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước. - Nắm được các kỹ thuật cơ bản trong cầu lông.
	46		Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước. - Nắm được các kỹ thuật cơ bản trong cầu lông.
24	47		Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ II

TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
	48			- Nắm được các kĩ thuật cơ bản trong cầu lông.
			Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước. - Nắm được các kĩ thuật cơ bản trong cầu lông.
	49		Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước. - Nắm được các kĩ thuật cơ bản trong cầu lông. - Tự giác, kiên trì tự học và rèn luyện để hoàn thành nội dung học tập.
25	50		Bài 1: Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước.	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước. - Nắm được các kĩ thuật cơ bản trong cầu lông. - Tự giác, kiên trì tự học và rèn luyện để hoàn thành nội dung học tập.
	51	Kiểm tra đánh giá giữa kì II (Nội dung GV chọn)		
26	52	Thể thao tự chọn: Cầu lông	Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái. - Biết một số điều luật cơ bản môn cầu lông.
	53		Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái. - Biết một số điều luật cơ bản môn cầu lông.
27	54		Bài 2: Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ II				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
				- Biết một số điều luật cơ bản môn cầu lông.
28	55	Thể thao tự chọn: Cầu lông	Bài 2: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái. - Biết một số điều luật cơ bản môn cầu lông.
	56		Bài 2: Kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái.	- Thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái. - Biết một số điều luật cơ bản môn cầu lông.
29	57		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
	58		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
30	59		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
	60		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
31	61		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
	62		Bài 3: Kỹ thuật phát cầu trái tay.	- Thực hiện được kỹ thuật phát cầu trái tay. - Biết một số điều luật môn cầu lông. - Tích cực, tự giác tập luyện.
32	63	Kiểm tra học kỳ 1: Cầu lông (tiết 1)		
	64	Kiểm tra học kỳ 1: Cầu lông (tiết 2)		

THẺ DỤC 6: HỌC KÌ II				
TUẦN	TIẾT	CHỦ ĐỀ	TÊN BÀI HỌC	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
33	65	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT (tiết 1)		
	66	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT (tiết 2)		
34	67	Hoạt động ngoại khóa hoặc ôn tập (do GV chọn)		
	68	Hoạt động ngoại khóa hoặc ôn tập (do GV chọn)		
35	69	Hoạt động ngoại khóa hoặc ôn tập (do GV chọn)		
	70	Hoạt động ngoại khóa hoặc ôn tập (do GV chọn)		