

**I. KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN**

**MÔN HỌC: GIÁO DỤC THỂ DỤC KHỐI LỚP 6**

(Năm học 2023- 2024)

**1. Đặc điểm tình hình**

**1.1. Số lớp: 5; Số học sinh: 199; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có):**

**1.2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 11; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 0 Đại học: 11 Trên đại học: 0**

**Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên <sup>1</sup>: Tốt**

**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	Bóng rổ	10	Môn bóng rổ	
2	Bóng đá	10	Môn tự chọn	
3	Cầu đá	20	Môn đá cầu	
4	Cờ vua	10	Môn tự chọn	
5	Cầu lông	5	Môn tự chọn	

**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 vận động	01	Tập luyện TDTT	

<sup>1</sup> Theo Thông tư số 20/2018/TT-BGDĐT ngày 22/8/2018 ban hành quy định chuẩn nghề nghiệp giáo viên cơ sở giáo dục phổ thông.

2	Phòng học	01	Học môn cờ vua	
...				

## 2. Kế hoạch dạy học<sup>2</sup>

### 2.1. Phân phối chương trình

#### KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN GDTC LỚP 6

Năm học 2022-2023

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

TT	Phần	Chủ Đề		Số tiết
		Tên chủ đề	Số bài	
1	<b>Kiến Thức Chung</b>	Chế độ dinh dưỡng trong luyện tập TDTT	0	0 (Lồng ghép vào các tiết học)
2	<b>Vận Động Cơ Bản</b>	Chủ đề 1: Chạy cự ly ngắn (60m) (CCLN)	4	10
		Chủ đề 2: Ném bóng	3	14
		Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình (CCLTB)	3	8
		Chủ đề 4: Bài Tập Thể Dục (BTDD)	3	7
3	<b>Thể Thao Tự Chọn (TTTC)</b>	Chủ đề 1: Cầu lông	3	24
		Chủ đề 2: Bóng đá	4	
		Chủ đề 3: Bóng rổ	4	
<b>Kiểm tra đánh giá</b>				7
<b>Tổng cộng</b>				<b>70</b>

<sup>2</sup> Đối với tổ ghép môn học. Khung phân phối chương trình cho các môn

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
<b>HỌC KỲ 1</b>					
<b>1</b>	1	<b>Kiểm tra thể lực đầu năm (Phân loại SK đầu vào)</b>			Biết được tình trạng SK của từng học sinh: Chiều cao, cân nặng, bệnh lý...
	2	<b>Ném Bóng</b>	<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.
<b>2</b>	3	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.
	4	<b>Ném Bóng</b>	<i>Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng</i>	- Hai tay phối hợp tung và bắt bóng.  - 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.  - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.  - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
<b>3</b>	5	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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 cọc.	- Nhận biết được các động tác hỗ trợ và biết cách luyện tập: Chạy theo đường đích dắc, chạy luân cọc.

				- Trò chơi chuyên bóng nhanh qua 2 chân.	- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	6	<b>Ném Bóng</b>	<i>Các động tác hỗ trợ kĩ thuật ném bóng</i>	- Ném bóng bằng một tay trên cao.  - 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. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
4	7	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.
	8	<b>Ném Bóng</b>	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thẳng bằng</i>	- Kĩ thuật ra sức cuối cùng.  - 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. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
5	9	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng</i>	- KT chạy giữa quãng trên đường vòng. - Trò chơi ai nhảy dây nhiều hơn.	- Nhận biết và thực hiện được KT chạy giữa quãng trên đường vòng. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
		<b>Ném Bóng</b>	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thẳng bằng</i>	Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng.	- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng

	10				- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
6	11	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.
	12	<b>Ném Bóng</b>	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	- Kỹ thuật giữ thăng bằng.  - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực.	- Nhận biết được KT và cách luyện tập KT giữ thăng bằng. - Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
7	13	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.
	14	<b>Ném Bóng</b>	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	Ôn kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.	Thực hiện được kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. Biết cách giữ an toàn cho bản thân và người tập.
8	15	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích</i>	- KT chạy về đích.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.	- Nhận biết và thực hiện được KT chạy về đích. Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. - Biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh.

	16	<b>Ném Bóng</b>	<i>Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. Biết cách giữ an toàn cho bản thân và người tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.</li> </ul>
<b>9</b>	17	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT các giai đoạn chạy cự li trung bình.</li> <li>- Trò chơi nhảy bao bố.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT cách phối hợp giai đoạn chạy cự li trung bình.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	18	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kĩ thuật tư thế chuẩn bị chạy.</li> <li>- Trò chơi đẩy gậy.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được KT và biết cách luyện tập tư thế chuẩn bị chạy.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.</li> </ul>
<b>10</b>	19	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	Kĩ thuật chạy đà.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được KT và biết cách luyện tập KT chạy đà.</li> <li>- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.</li> </ul>
	20	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)</b>			
<b>11</b>	21	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<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.
	22	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	Ôn kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. Biết cách phối hợp các giai đoạn ném bóng.</li> <li>- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.</li> </ul>

12	23	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 11.</li> <li>- Trò chơi đi qua dây.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	24	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	Ôn kỹ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Thực hiện được kỹ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà. Biết cách phối hợp các giai đoạn ném bóng.</li> <li>- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.</li> </ul>
13	25	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 12 đến nhịp 23.	Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện từ nhịp 12- 23.
	26	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn các giai đoạn ném bóng.</li> <li>- Một số luật cơ bản trong thi đấu ném bóng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp được các giai đoạn ném bóng.</li> <li>- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.</li> <li>- Biết được một số luật cơ bản trong thi đấu ném bóng.</li> </ul>
14	27	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 23.</li> <li>- Trò chơi chuyển vòng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	28	<b>Ném Bóng</b>	<i>Chuẩn bị chạy đà và chạy đà</i>	Ôn các giai đoạn ném bóng	- Thực hiện được kỹ thuật các giai đoạn ném bóng.

					- Nghiêm túc, tự giác, an toàn trong luyện tập.
15	29	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 24 đến nhịp 30.	Nhận biết được KT các động tác và cách thực hiện từ nhịp 24- 30.
	30	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	- Một số động tác bổ trợ với bóng: Tung và bắt bóng trên cao. - Trò chơi VĐ (do GV chọn).	- Nhận thức được các hình thức làm quen với bóng: Tung và bắt bóng trên cao. -Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
16	31	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<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.
	32	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	Một số động tác bổ trợ với bóng: Chuyển bóng xung quanh thân người, lăn bóng giữa hai chân.	- Nhận biết được các hình thức làm quen với bóng: Chuyển bóng xung quanh thân người, lăn bóng giữa hai chân. -Tích cực, tự giác trong luyện tập.
17	33	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục liên hoàn</i>	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.
	34	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	Một số động tác bổ trợ với bóng: Chuyển bóng vòng quanh chân trước, đập và bắt bóng nảy lên bằng hai tay.	- Nhận biết được các hình thức làm quen với bóng: Chuyển bóng vòng quanh chân trước, đập và bắt bóng nảy lên bằng hai tay. -Tích cực, tự giác trong luyện tập..



18	35	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I</b>			<b>Thực hiện các nhiệm vụ đúng trình tự và nhiệm độ.</b>
	36	<b>(Bài Thể Dục Liên Hoàn)</b>			
19	37	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<i>Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li ngắn.</i>	Các động tác bổ trợ kỹ 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.
	38	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	KT di chuyển: Bước trượt ngang sang phải.	- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện KT di chuyển bước trượt ngang sang phải. - Tích cực, tự giác trong luyện tập..
20	39	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<i>Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li ngắn.</i>	- Chạy đạp sau. - Trò chơi chạy tiếp sức.	- Nhận biết được động tác bổ trợ và biết cách thực hiện KT chạy đạp sau. - Biết tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	40	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	KT di chuyển: Bước trượt ngang sang trái.	- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện KT di chuyển bước trượt ngang sang trái. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.
21	41	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<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.
	42	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Bài tập bổ trợ với bóng và kỹ thuật di chuyển</i>	- Ôn KT di chuyển sang phải, sang trái. - Trò chơi lăn và đổi bóng trên	- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật di chuyển bước trượt sang trái, phải. - Tích cực, tự giác trong luyện tập.

				đường đích đất.	- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
22	43	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<i>Chạy giữa quãng</i>	- 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.
	44	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	KT dẫn bóng tại chỗ.	Nhận biết được cấu trúc kĩ thuật dẫn bóng tại chỗ và biết cách luyện tập.
23	45	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<i>Xuất phát và chạy lao sau xuất phát</i>	Kĩ thuật xuất phát cao.	Nhận biết được khẩu lệnh xuất phát, thứ tự thực hiện thực hiện, biết cách luyện tập.
	46	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn KT dẫn bóng tại chỗ.  - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện được KT dẫn bóng tại chỗ. - Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
24	47	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<i>Xuất phát và chạy lao sau xuất phát</i>	- Kĩ thuật chạy lao sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức nhanh.	- Nhận biết được kĩ thuật và biết cách thực hiện giai đoạn chạy lao sau xuất phát. - Tích cực tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.
	48	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	KT dẫn bóng trên đường thẳng.	Nhận biết được cấu trúc kĩ thuật dẫn bóng trên đường thẳng và biết cách luyện tập.

25	49	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<b><i>Xuất phát và chạy lao sau xuất phát</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.</li> <li>- Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.</li> <li>- Biết được một số điều luật cơ bản nhất trong thi đấu ĐK.</li> </ul>
	50	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<b><i>Kỹ thuật dẫn bóng</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> <li>- Trò chơi vận động (do GV chọn)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
26	51	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<b><i>Chạy về đích</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật chạy về đích (chạy băng qua đích).</li> <li>- Trò chơi phát triển sức nhanh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được kỹ thuật của giai đoạn chạy về đích và biết cách luyện tập.</li> <li>- Tích cực tham gia trò chơi theo hướng dẫn của giáo viên.</li> </ul>
	52	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<b><i>Chạy về đích</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</li> <li>- Trò chơi đổi bóng nhanh trên đường đích dắc.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li ngắn theo hướng dẫn.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
27	53	<b>Chạy cự li ngắn (60m)</b>	<b><i>Chạy về đích</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</li> <li>- Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li ngắn nâng cao thành tích.</li> <li>- Biết được một số điều luật cơ bản nhất trong thi đấu ĐK.</li> </ul>
	54	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 60m)</b>			

28	55	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> <li>- Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> <li>- Biết được một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.</li> </ul>
	56	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.</li> </ul>
29	57	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- KT tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Trò chơi vận động (do GV chọn)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	58	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ôn KT tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> </ul>
30	59	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- KT tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được cấu trúc KT tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> </ul>
	60	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền bóng và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Trò chơi giành bóng.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực. Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên</li> </ul>

31	61	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên bóng và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT chuyên và bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Trò chơi vận động (do GV chọn)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT chuyên và bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	62	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên và bắt bóng hai tay trước ngực</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT chuyên và bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT chuyên và bắt bóng hai tay trước ngực.</li> <li>- Biết được số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ.</li> </ul>
32	63	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.	Nhận biết được KT động tác và biết cách thực hiện KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.
	64	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.</li> <li>- Trò chơi vận động (do GV chọn).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được động tác KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
33	65	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai. Nâng cao thành tích.</li> <li>- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.</li> </ul>
	66	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	- Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.	- Thực hiện được KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai và nâng cao thành tích.

			<i>vai</i>	- Trò chơi ném bóng chính xác	- Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
34	67	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.	- Thực hiện được KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai, nâng cao thành tích. - Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện.
	68	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai</i>	- Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.  - Trò chơi vận động (do GV chọn)	- Thực hiện được KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai. Nâng cao thành tích. - Vận dụng các bài tập đã học để vui chơi và rèn luyện. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
35	69	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)</b>			

## 2.2. Kiểm tra, đánh giá định kỳ

<b>Bài kiểm tra, đánh giá</b>	<b>Thời gian (1)</b>	<b>Thời điểm (2)</b>	<b>Yêu cầu cần đạt (3)</b>	<b>Hình thức (4)</b>
Giữa Học kỳ 1	2 tiết	Tuần 10	Nội dung kiểm tra cơ bản, nhẹ nhàng, phù hợp với lứa tuổi, giới tính và sức khỏe của	Thực hành

			từng hs	
Cuối Học kỳ 1	2 tiết	Tuần 18	Nội dung kiểm tra cơ bản, nhẹ nhàng, phù hợp với lứa tuổi, giới tính và sức khỏe của từng hs	Thực hành
Giữa Học kỳ 2	2 tiết	Tuần 27	Nội dung kiểm tra cơ bản, nhẹ nhàng, phù hợp với lứa tuổi, giới tính và sức khỏe của từng hs	Thực hành
Cuối Học kỳ 2	2 tiết	Tuần 35	Nội dung kiểm tra cơ bản, nhẹ nhàng, phù hợp với lứa tuổi, giới tính và sức khỏe của từng hs	Thực hành

**DUYỆT CỦA BAN GIÁM HIỆU**

*Đại Đồng, ngày 10 tháng 09 năm 2023*  
**TỔ TRƯỞNG**

**Huỳnh Thị Kim Mai**

**I. KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN**  
**MÔN HỌC: GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 7**

(Năm học 2023- 2024)

**1. Đặc điểm tình hình**

**1.1. Số lớp: 5; Số học sinh: 199; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có):**

**1.2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 11; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 0 Đại học: 11 Trên đại học: 0**

**Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên<sup>3</sup>: Tốt**

**4. Thiết bị dạy học:***(Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)*

<b>STT</b>	<b>Thiết bị dạy học</b>	<b>Số lượng</b>	<b>Các bài thí nghiệm/thực hành</b>	<b>Ghi chú</b>
1	Bóng đá (bóng ném)	5	Chủ đề bóng đá	
2	Tranh ảnh	6	Chủ đề chạy cự ly ngắn, chạy cự ly trung bình	
3	Cột và lưới	3 bộ	Chủ đề: TTTC (bóng đá)	
4	Còi	3 cái	Tất cả các tiết dạy	
5	Đồng hồ bấm giây	3 cái	Chủ đề: chạy cự ly ngắn (60m), chạy cự ly trung bình.	

**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)*

<sup>3</sup> Theo Thông tư số 20/2018/TT-BGDĐT ngày 22/8/2018 ban hành quy định chuẩn nghề nghiệp giáo viên cơ sở giáo dục phổ thông.



STT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Sân chơi, Bãi tập	02	Đủ sử dụng cho 100 hs, dùng để cho học sinh học môn GDTC các tiết học thực hành ngoài trời...	

## II. Kế hoạch dạy học<sup>4</sup>

### 1. Phân phối chương trình

STT	Chủ đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt
1	Các yếu tố môi trường tự nhiên trong tập luyện TDTT	<b>00</b> ( <i>tích hợp vào các tiết thực hành</i> )	- Biết lựa chọn và sử dụng các yếu tố của môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để luyện tập
2	<b>CHẠY CỰ LY NGẮN (60m)</b> Bài 1: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy giữa quãng Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn 60m	<b>9</b> 2 tiết 3 tiết 4tiết	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp các giai đoạn xuất phát, chạy lao sau xuất phát; biết cách luyện tập. -Thực hiện và phối hợp được giai đoạn xuất phát, chạy lao sau xuất phát.  -Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng; biết cách luyện tập và một số điều luật trong thi đấu điền kinh.

			<p>-Kĩ năng: Phối hợp được giai đoạn chạy lao sau xuất phát với giai đoạn chạy giữa quãng.</p> <p>Nhận biết được nội dung, yêu cầu luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn; biết cách luyện tập.</p> <p>Thực hiện và phối hợp được các giai đoạn của chạy cự li ngắn (60 m)</p>
3	<b>NHẢY XA KIỂU NGỒI</b>	<b>14</b>	<p>-Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu và cách luyện tập kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.</p> <p>-Kĩ năng: Thực hiện được kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ</p> <p>- Nhận biết được kĩ thuật chạy đà và cách phối hợp với giậm nhảy, bước bộ.</p> <p>-Nhận biết được kĩ thuật và cách luyện tập giai đoạn bay trên không và rơi xuống cát</p> <p>-Thực hiện và phối hợp được kĩ thuật giai đoạn bay trên không và rơi xuống cát.</p> <p>-Nhận biết được nội dung, yêu cầu và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi; biết vận dụng một số điều luật trong thi đấu</p> <p>điền kinh để học tập và rèn luyện</p> <p>-Phối hợp được các giai đoạn của kĩ thuật</p>
	<b>Bài 1:</b> Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ	3 tiết	
	<b>Bài 2:</b> Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy	3 tiết	
	<b>Bài 3:</b> Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống cát	4 tiết	
	<b>Bài 4:</b> Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi	4 tiết	
4	<b>CHẠY CỰ LI TRUNG</b>	<b>9</b>	- Nhận biết được nội dung, yêu cầu trong phối hợp các hoạt động chạy

	<p><b>BÌNH</b></p> <p><b>Bài 1:</b> Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng</p> <p><b>Bài 2:</b> Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát</p> <p><b>Bài 3:</b> Phối hợp các giai đoạn trong cự ly trung bình</p>	<p>2 tiết</p> <p>3 tiết</p> <p>4 tiết</p>	<p>giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng; biết cách luyện tập và khắc phục hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.</p> <p>- Phối hợp được các hoạt động trong chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng.</p> <p>- Nhận biết được nội dung, yêu cầu phối hợp giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát; biết cách luyện tập.</p> <p>· Phối hợp được giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</p> <p>- Nhận biết được mục đích, nội dung, yêu cầu luyện tập, biết cách tự luyện tập.</p> <p>· Thực hiện được các yêu cầu về phối hợp chạy giữa quãng với chạy về đích;</p> <p>- phối hợp được các giai đoạn chạy cự li trung bình.</p>
5	<p><b>Bài thể dục.</b></p> <p><b>Bài 1:</b> Bài thể dục liên hoàn (Từ nhịp 1 đến nhịp 10).</p> <p><b>Bài 2:</b> Bài thể dục liên hoàn (Từ nhịp 11 đến nhịp 20)</p> <p><b>Bài 3:</b> Bài thể dục liên hoàn (Từ nhịp 21 đến nhịp 30)</p>	<p><b>7</b></p> <p>2 tiết</p> <p>2 tiết</p> <p>3 tiết</p>	<p>- Nhận biết được động tác và biết cách luyện tập.</p> <p>-Thực hiện các động tác đúng trình tự và nhịp điệu</p>
6	<p><b>TTTC (bóng đá ).</b></p> <p><b>- BÀI 1:</b> Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân</p>	<p><b>24</b></p> <p>8 tiết</p>	<p>-Nhận biết được cấu trúc kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân; biết cách xử lý một số tình huống khi phối hợp đồng đội và cách luyện tập.</p> <p>· Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng mu trong và bài tập phối hợp</p>

	<b>Bài 2:</b> Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân	8 tiết	đồng đội.
	<b>Bài 3:</b> Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu trong bán chân	8 tiết	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được cấu trúc bài tập bổ trợ, kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân, biết một số điều của luật thi đấu bóng đá và cách luyện tập.</li> <li>- Thực hiện được bài tập bổ trợ, kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân; vận dụng được một số điều luật bóng đá để luyện tập và thi đấu tập.</li> <li>- Nhận biết được cấu trúc bài tập bổ trợ, kỹ thuật dẫn bóng bằng mu trong bàn chân; biết cách luyện tập và lựa chọn TCVD để rèn luyện thể lực.</li> <li>- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và kỹ thuật dẫn bóng bằng mu trong bàn chân; lựa chọn được TCVD phù hợp với mục đích và nội dung học tập để rèn luyện.</li> </ul>

## 2. Chuyên đề lựa chọn (đôi với cấp trung học phổ thông)

STT	Chuyên đề (1)	Số tiết (2)	Yêu cầu cần đạt (3)
1			
2			
...			

(1) Tên bài học/chuyên đề được xây dựng từ nội dung/chủ đề/chuyên đề (được lấy nguyên hoặc thiết kế lại phù hợp với điều kiện thực tế của nhà trường) theo chương trình, sách giáo khoa môn học/hoạt động giáo dục.

(2) Số tiết được sử dụng để thực hiện bài học/chủ đề/chuyên đề.

(3) Yêu cầu (mức độ) cần đạt theo chương trình môn học: Giáo viên chủ động các đơn vị bài học, chủ đề và xác định yêu cầu (mức độ) cần đạt.

### 3. Kiểm tra, đánh giá định kỳ

#### Môn Giáo dục thể chất:

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 10	Hoàn thiện kỹ thuật chạy cự ly ngắn (60m)	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 1	45 phút	Tuần 18	Nhảy xa kiểu ngồi	Kiểm tra thực hành
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 25	Bài thể dục	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 2	45 phút	Tuần 35	Bóng đá	Kiểm tra thực hành

(1) Thời gian làm bài kiểm tra, đánh giá.

(2) Tuần thứ, tháng, năm thực hiện bài kiểm tra, đánh giá.

(3) Yêu cầu (mức độ) cần đạt đến thời điểm kiểm tra, đánh giá (theo phân phối chương trình).

(4) Hình thức bài kiểm tra, đánh giá: viết (trên giấy hoặc trên máy tính); bài thực hành; dự án học tập.

#### III. Các nội dung khác (nếu có):

- Tổ chức HKPD cấp trường
- Tham gia các giải thể thao do các cấp tổ chức.

**DUYỆT CỦA BAN GIÁM HIỆU**

Đại Đồng, ngày 10 tháng 09 năm 2023  
**TỔ TRƯỞNG**

**Huỳnh Thị Kim Mai**



Đại Đồng, ngày 03 tháng 8 năm 2023

**PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH MÔN GDTC LỚP 8**

**Năm học 2023 - 2024**

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

TT	Phần	Chủ Đề		Số tiết
		Tên chủ đề	Số bài	
1	<b>Kiến Thức Chung</b>	Sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong luyện tập TDTT	0	0 (Lồng ghép vào các tiết học)
2	<b>Vận Động Cơ Bản</b>	Chủ đề 1: Chạy cự ly ngắn (100m) (CCLN)	3	9
		Chủ đề 2: Nhảy cao kiểu bước qua (NCKBQ)	4	14
		Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình (CCLTB)	3	9
		Chủ đề 4: Bài Tập Thể Dục (BTDD)	3	7
3	<b>Thể Thao Tự Chọn (TTTC)</b>	Chủ đề 1: Cầu long	3	24 Tiết /1 chủ đề
		Chủ đề 2: Bóng đá	3	
		Chủ đề 3: Bóng rổ	3	
<b>Kiểm tra đánh giá</b>				<b>7</b>
<b>Tổng cộng</b>				<b>70</b>

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
<b>HỌC KỲ 1</b>					
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.
		Chạy cự li	<i>Bài tập bổ trợ trong</i>	- Bài tập bổ trợ trong xuất phát	- Hiểu được mục đích, tác dụng của bài



<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
3	5	trung bình	<i>xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	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.
	6	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- 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.
4	7	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.	- 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.
	8	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	- 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.
5	9	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	- Một số điều luật thi đấu chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền	- Biết một số điều luật thi đấu chạy cự ly 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.

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
	10	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà.</li> <li>- Kỹ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách luyện tập chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà.</li> <li>- Nhận biết kỹ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy.</li> </ul>
6	11	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức bền.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập các bài tập phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	12	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kỹ thuật chạy đà, kết hợp giậm nhảy. Hoàn thành LVD</li> <li>- Sẵn sàng giúp đỡ và chia sẻ kinh nghiệm học tập với các bạn.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
7	13	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật chạy cự ly trung bình.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức bền.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách luyện tập và tổ chức luyện tập các bài tập phối hợp các giai đoạn chạy cự ly trung bình.</li> <li>- Hoàn thành được LVD của các bài tập trong quá trình luyện tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	14	<b>Nhảy cao kiểu bước</b>	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật trên không.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được kỹ thuật trên không trong nhảy cao kiểu bước qua.</li> </ul>

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
		<b>qua.</b>	<i>(đệm).</i>	- Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
<b>8</b>	<b>15</b>	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<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.
	<b>16</b>	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- Ôn kỹ thuật trên không. Kỹ thuật rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	- Nhận biết được kỹ thuật rơi xuống cát (đệm). Biết cách phối hợp kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm). - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
<b>9</b>	<b>17</b>	<b>Chạy cự li trung bình</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	- Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly 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.
	<b>18</b>	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- 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.

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
<b>10</b>	19	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện và phối hợp được kỹ thuật giai đoạn trên không và rơi xuống cát (đệm). Thường xuyên tự học và RLTT.</li> <li>- Tích cực, chủ động trong luyện tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	20	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)</b>			
<b>11</b>	21	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được nội dung và cách luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	22	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực, vươn người, bật tách chụm chân).</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Động tác chạy tại chỗ</li> <li>- Động tác tay ngực</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nhận biết được động tác và biết cách thực hiện động tác chạy tại chỗ và tay ngực.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
<b>12</b>	23	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách tự luyện tập phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</li> <li>- Tích cực, chủ động trong luyện tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
		<b>Bài Tập</b>	<i>Bài thể dục nhịp</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay	- Thực hiện được các nhịp đúng trình

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
	24	<b>Thể Dục</b>	<i>điều (động tác chạy tại chỗ, tay ngực, vươn người, bật tách chụm chân).</i>	ngực. - Động tác vươn người, động tác bật tách chụm chân.  - Trò chơi phát triển khéo léo.	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	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<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	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<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, vươn người và động tác bật tách chụm chân.  - Trò chơi phát triển khéo léo.	- Thực hiện được động tác chạy tại chỗ và tay ngực, vươn người và động tác bật tách 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.
	27	<b>Nhảy cao kiểu bước qua.</b>	<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.	- Biết cách tự luyện tập phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Chủ động tìm kiếm, tra cứu thông tin

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
<b>14</b>				- Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao.	môn học. - Biết được một số điều luật trong nhảy cao để luyện tập và thi đấu.
	28	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<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.
<b>15</b>	29	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ 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 kỹ thuật dẫn bóng cao, thấp tay. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	30	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<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. - Trò chơi phát triển khéo léo.	- 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- tay cao. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	31	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn luân phiên dẫn bóng cao, thấp tay.	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng cao, thấp tay. Tích cực, tự giác trong

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
<b>16</b>				- Trò chơi vận động	luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	32	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- 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.
<b>17</b>	33	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- 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	<b>Bài Tập Thể Dục</b>	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- 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.
<b>18</b>	35	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái.  - Trò chơi vận động	- Biết cách thực hiện kỹ thuật dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Yêu cầu cần đạt
					cầu của giáo viên.
	36	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I</b> <i>(Bài Thẻ Dục nhịp điệu)</i>			<b>Thực hiện các nhiệm vụ đúng trình tự và nhịp độ.</b>
19	37	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- 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	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- 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	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- 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	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- 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.
		<b>Chạy cự ly ngắn</b>	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất</i>	- Kỹ thuật chạy lao sau xuất phát.	- Nhận biết được nội dung và biết cách luyện tập kỹ thuật chạy lao sau xuất



<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
<b>21</b>	41	<b>(100m)</b>	<i>phát.</i>	-- Trò chơi phát triển sức nhanh.	phát. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	42	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ 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 kỹ thuật dẫn bóng. Tích cực, tự giác trong luyện tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
<b>22</b>	43	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<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 kỹ 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	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn các kỹ thuật đã học  - Một số điều luật trong thi đấu bóng rổ.	- Thực hiện được các kỹ thuật dẫn bóng. Tích cực chủ động trong phối hợp nhóm, tổ. - Biết được một số điều luật thi đấu bóng rổ
<b>23</b>	45	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<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 kỹ 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.

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
	46	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật tại chỗ chuyên bóng hai tay trên đầu.</li> <li>- Trò chơi vận động.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hiểu được mục đích tác dụng và cách luyện tập kỹ thuật tại chỗ chuyên bóng hai tay trên đầu và cách luyện tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
24	47	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn phối hợp xuất phát, chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</li> <li>- Một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức nhanh</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kỹ thuật phối chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. Chủ động và nỗ lực hoàn thành nội dung học tập.</li> <li>- Biết được số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	48	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyên bóng hai tay trên đầu.</li> <li>- Trò chơi vận động</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ chuyên bóng hai tay trên đầu và cách luyện tập.</li> <li>- Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	49	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức nhanh</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách luyện tập phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
25	50	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu.</li> <li>- Trò chơi vận động</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hiểu được mục đích tác dụng và cách luyện tập kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu và cách luyện tập.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
26	51	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức nhanh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách luyện tập phối hợp các giai đoạn cự ly ngắn. Biết điều khiển tổ, nhóm luyện tập và nhận xét kết quả.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
	52	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu.</li> <li>- Trò chơi vận động</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Biết cách thực hiện kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu.</li> <li>- Tích cực, chủ động hợp tác với bạn bè.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
27	53	<b>Chạy cự ly ngắn (100m)</b>	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m)</li> <li>- Trò chơi phát triển sức nhanh.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> <li>- Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul>
		<b>TTTC</b>	<i>Kỹ thuật chuyền và</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyền và</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Thực hiện được kỹ thuật tại chỗ</li> </ul>

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>	
	54	<b>(Bóng rổ)</b>	<i>bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	chuyên 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.	
	55	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 100m)</b>				
28	56	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên 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. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.	
	57	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên 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.	
29	58	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật chuyên 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.	
	59	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay</i>	- Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.	- Hiểu được cấu trúc kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp và cách luyện	

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
30			<i>dưới thấp.</i>	- Trò chơi vận động	tập. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
	60	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<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	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<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.
	62	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</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.
32	63	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<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.
		<b>TTTC</b>	<i>Kỹ thuật hai bước</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội	- Thực hiện được các bài tập phối hợp

<b>Tuần</b>	<b>Tiết</b>	<b>Chủ đề</b>	<b>Tên bài</b>	<b>Nội dung</b>	<b>Yêu cầu cần đạt</b>
	64	<b>(Bóng rổ)</b>	<i>ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Trò chơi vận động	đồng đội theo yêu cầu của giáo viên. Xử lí linh hoạt một số tình huống phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
33	65	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kĩ 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 lí 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	<b>TTTC (Bóng rổ)</b>	<i>Kĩ 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 lí được một số tình huống trong phối hợp đồng đội. - Biết cách tham gia trò chơi theo yêu cầu của giáo viên.
34	67	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)</b>			
	68	<b>Kiểm tra (TLCN)</b>	<i>Nội dung 1&amp;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	<b>Kiểm tra (TLCN)</b>	<i>Nội dung 3</i>	Chạy 30m xuất phát cao	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008
	70	<b>Kiểm tra (TLCN)</b>	<i>Nội dung 4</i>	Chạy tùy sức 5 phút	Thực hiện Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008

**TỔ TRƯỞNG**

*Đại Đồng, ngày 03 tháng 8 năm 2023*

**HIỆU TRƯỞNG**

## MÔN HỌC: GDTC, KHỐI LỚP: 9

(Năm học 2023-2024)

### HỌC KÌ I

TUẦN (1)	TIẾT (2)	Bài học (3)	Yêu cầu cần đạt (4)	Hình thức/địa điểm dạy học (5)	Hướng dẫn thực hiện (6)
1	1	- <b>Lí thuyết:</b> Một số hướng dẫn tập luyện sức bền (mục 1). Lập phiếu điều tra sức khỏe.	- Cơ bản nắm được mục tiêu chương trình thể dục lớp 9.	Sân thể dục Tổ chức cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe
	2	- <b>Lí thuyết:</b> Một số hướng dẫn tập luyện sức bền (mục 2). - Biên chế lớp: Chọn ban cán sự, phân chia tổ nhóm, quy định học tập bộ môn. - Mục tiêu, nội dung chương trình TD 9 (tóm tắt)	- Tự trang bị cho mình kiến thức về phương pháp luyện tập sức nhanh	Sân thể dục Tổ chức cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe
2	3	- <b>Bài TD:</b> Học từ nhịp 1 - 10 Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - <b>Chạy ngắn:</b> Trò chơi phát triển sức nhanh (do GV chọn); Học xuất phát từ nhiều tư thế khác nhau: Đứng mặt, vai hoặc lưng hướng chạy.	- Bài TD phát triển chung chọn nam, nữ riêng. Học sinh biết cách thực hiện giai đoạn sẵn sàng xuất phát,	- Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện



	4	<p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn Trò chơi "Chạy tiếp sức con thoi"; Tư thế sẵn sàng xuất phát.</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên, giới thiệu hiện tượng "cực điểm" và cách khắc phục.</p>	-Tự khắc phục được hiện tượng “Cực điểm” trong quá trình chạy bền.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
3	5	<p>- <b>Bài TD:</b> Ôn từ nhịp 1 - 10 Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng); học mới từ nhịp 11 – 19(nam) và từ nhịp 11 - 19(nữ).</p> <p>- <b>Chạy ngắn:</b> Trò chơi "Chạy đuổi"; Ngồi mặt hướng chạy - Xuất phát, tư thế sẵn sàng xuất phát.</p>	-Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn và một số động tác bổ trợ.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	6	<p>- <b>Bài TD:</b> Ôn từ nhịp 1 – 19 của nam và từ nhịp 1 – 19 của nữ.</p> <p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Tại chỗ đánh tay.</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên, giới thiệu hiện tượng "chuột rút" và cách khắc phục.</p>	-Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn và một số động tác bổ trợ. -Tự thực hiện động bài thể dục từ nhịp 1 đến nhịp 19 nam nữ riêng một cách tốt nhất	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	7	- <b>Chạy ngắn:</b> Giới thiệu một số điều luật của nội dung chạy ngắn.	-Tự thực hiện động bài thể dục từ nhịp 1 đến nhịp 19 nam nữ riêng một cách tốt nhất	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm	GV hướng dẫn HS chú ý

4		- <b>Bài TD:</b> Ôn từ nhịp 1 – 19 bài TD của nam và nữ; Học mới từ nhịp 20 – 25 của nam và nữ		và cả lớp	lắng nghe tập luyện
	8	- <b>Bài TD:</b> Ôn từ nhịp 1 - 25 Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - <b>Chạy ngắn:</b> Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Xuất phát cao chạy nhanh. - <b>Chạy bền:</b> Giới thiệu hiện tượng choáng, ngất và cách khắc phục.	-Tự khắc phục được hiện tượng “Cực điểm” trong quá trình chạy bền.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
5	9	- <b>Bài TD:</b> Ôn từ nhịp 1 - 25(nam), từ nhịp 1 - 25 (nữ); Học: từ nhịp 26 – 29 (nữ) và nhịp 26 – 36(nam) - <b>Chạy ngắn:</b> Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Xuất phát cao chạy nhanh, ngồi vai hướng chạy – xuất phát, ngồi lưng hướng chạy - xuất phát.	Biết và thực hiện TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ)  + Biết được một số điều luật trong điền kinh	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
		- <b>Bài TD:</b> Ôn bài TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ) - <b>Chạy ngắn:</b> Ôn Xuất phát cao - chạy nhanh (cự li 40 - 60m);	-Tự khắc phục được hiện tượng “Choáng, ngất” trong quá trình chạy bền.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe

	10	Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao (18 - 20m). - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.			tập luyện
6	11	- <b>Bài TD:</b> Ôn bài TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ); Học: từ nhịp 30 – 36 (nữ). - <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập hỗ trợ do GV chọn, trò chơi "Chạy tiếp sức con thoi"; Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao.	-Biết và thực hiện TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ)  -Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	12	- <b>Bài TD:</b> Ôn bài TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 36 (nữ); Học: từ nhịp 37 – 45 (nam). - <b>Chạy ngắn:</b> Ôn Xuất phát thấp - chạy lao và chạy giữa quãng (cự li 50m). - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Chạy trên địa hình tự nhiên, học sinh biết cách phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
7	13	- <b>Bài TD:</b> Ôn bài TD từ nhịp 1 - 45 (nam), từ nhịp 1 - 36 (nữ); Học: từ nhịp 37 – 45 (nữ). - <b>Chạy ngắn:</b> Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, trò chơi "Lò cò tiếp sức" hoặc do GV chọn; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (60m); Học:	-Tự thực hiện động bài thể dục từ nhịp 1 đến nhịp 45 của nữ và nam một cách tốt nhất -Thực hiện tốt xuất phát thấp - chạy lao- chạy giữa quãng.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện

		Chạy về đích và đánh đích.			
	14	<p>- <b>Bài TD:</b> Ôn bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng).</p> <p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (50m) hoặc do GV chọn; Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần chạy cự li ngắn).</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
8	15	<p>- <b>Bài TD:</b> Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng).</p> <p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao – Chạy giữa quãng (50m) hoặc do GV chọn.</p>	-Tự thực hiện động bài thể dục từ nhịp 1 đến nhịp 45 của nữ và nam một cách tốt nhất -	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	16	<p>- <b>Bài TD:</b> Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng).</p> <p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa</p>	Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn -Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện

		quãng (50m); Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần chạy cự li ngắn). <b>- Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.			
9	17	<b>- Bài TD:</b> Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng); có thể kiểm tra thử (do GV chọn). <b>- Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng (50m) hoặc do GV chọn.	-Tự hoàn thành đúng bài thể dục phát triển chung từ nhịp 1 đến nhịp 45 của nam và nữ để kiểm tra.	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	18	<b>Bài TD: Kiểm tra thường 15 phút.</b>	Hoàn thiện 45 động tác đúng và chính xác	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
10	19	<b>- Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh (do GV chọn); Chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích. <b>- Nhảy xa:</b> Học phối hợp Chạy đà 3 - 5 bước - giậm nhảy (vào ván giậm); Một số động tác bổ	-Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn, một số động tác hỗ trợ	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức kiểm tra theo nhóm từ 3 đến 5 học sinh	HS thực hiện. GV đánh giá cho điểm

		trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân (do GV chọn).			
	20	<p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh do GV chọn; Chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m).</p> <p>- <b>Nhảy xa:</b> Ôn phối hợp Chạy đà 3 - 5 bước - giậm nhảy (vào ván giậm); Một số động tác hỗ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân (do GV chọn).</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	<p>-Thực hiện được phối hợp chạy đà- giậm nhảy</p> <p>-Chạy trên địa hình tự nhiên</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn</p> <p>HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
11	21	<p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh do GV chọn; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m).</p> <p>- <b>Nhảy xa:</b> Ôn Chạy đà 3 - 5 bước phối hợp giậm nhảy - trên không; Một số động tác hỗ trợ các giai đoạn chạy đà - giậm nhảy - "bước bộ" trên không (do GV chọn).</p>	-Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn, một số động tác hỗ trợ.	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn</p> <p>HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
		- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn Xuất phát	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức	-Sân Thể dục ngoài	GV hướng

	22	<p>thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m); một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh (do GV chọn).</p> <p>- <b>Nhảy xa:</b> Ôn phối hợp Chạy đà 3 - 5 bước - giậm nhảy - "bước bộ" và tiếp đất bằng chân lãng; Một số động tác hỗ trợ kĩ thuật giậm nhảy, "bước bộ" trên không phối hợp chân và tay (do GV chọn).</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	<p>trên đường chạy</p> <p>-Thực hiện được phối hợp chạy đà- giậm nhảy và các động tác hỗ trợ một cách tốt nhất</p>	<p>trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>dẫn</p> <p>HS chú ý lắng nghe tập luyện</p> <p>GV hướng dẫn</p> <p>HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
12	23	<p>- <b>Chạy ngắn:</b> Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m), có thể kiểm tra thử (do GV chọn).</p> <p>- <b>Nhảy xa:</b> Ôn Chạy đà - giậm nhảy - trên không - tiếp đất bằng hai chân; Một số động tác hỗ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân (do GV chọn).</p>	<p>-Thực hiện được các tư thế xuất phát trong chạy ngắn</p> <p>-Thực hiện được phối hợp chạy đà- giậm nhảy và các động tác hỗ trợ một cách tốt nhất</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	
	24	<p><b>Chạy ngắn: Kiểm tra giữa kỳ.</b></p>	<p>-Hoàn thiện kỹ thuật chạy ngắn</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức kiểm tra</p>	<p>HS thực hiện.GV bấm giây</p>

				theo nhóm mỗi lượt 02 học sinh	cho điểm
13	25	<p>- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngồi".</p> <p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Trò chơi:</b> do GV chọn</p>	-Thực hiện hoàn thiện các giai đoạn trong nhảy xa	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	26	<p>- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngồi".</p> <p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
14	27	<p>- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngồi".</p> <p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	-Thực hiện hoàn thiện các giai đoạn trong nhảy xa	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức kiểm tra theo nhóm từ 3 đến 5 học sinh</p>	HS thực hiện. GV đánh giá cho điểm
	28	<p>- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngồi".</p>	<p>-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất</p> <p>-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe



		Trò chơi: do GV chọn. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	trên đường chạy		tập luyện
15	29	- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngòi". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Thực hiện hoàn thiện các giai đoạn trong nhảy xa	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	30	- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngòi". - <b>Trò chơi:</b> do GV chọn - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất -Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
16	31	- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngòi". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Trò chơi:</b> Bổ trợ do GV chọn	-Thực hiện hoàn thiện các giai đoạn trong nhảy xa	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	32	- <b>Nhảy xa:</b> Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm	GV hướng dẫn HS chú ý

		kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	và cả lớp	lắng nghe tập luyện
17	33	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn động tác đá lăng trước - sau, đá lăng sang ngang, đà một bước giậm nhảy - đá lăng; Trò chơi "Lò cò tiếp sức" hoặc do GV chọn. - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Thực hiện hoàn thiện các giai đoạn trong nhảy xa	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	34	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn đá lăng trước - sau, đá lăng sang ngang, đà một bước giậm nhảy – đá lăng; Chạy đà chính diện - giậm nhảy co chân qua xà. - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất -Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
18	35	<b>Kiểm tra cuối học kì I:Nhảy xa</b>	-Thực hiện đúng kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi thành tích cao	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
		<b>Kiểm tra cuối học kì I:Nhảy</b>	-Thực hiện đúng kỹ thuật nhảy xa kiểu	-Sân Thể dục ngoài	Hs chạy

	36	<b>xa</b>	ngồi thành tích cao	trời -Tổ chức kiểm tra mỗi lượt chạy 02HS	.GV bấm giây cho điểm
--	----	-----------	---------------------	---	-----------------------------

## HỌC KÌ II

TUẦN (1)	TIẾT (2)	Bài / NỘI DUNG (3)	Yêu cầu cần đạt (4)	Hình thức/địa điểm dạy học (5)	Hướng dẫn thực hiện (6)
19	37	- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	-Sân Thê dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	38	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao (do GV chọn); giai đoạn chạy đà (đo đà, chỉnh đà, đặt chân giậm nhảy vào điểm giậm nhảy).	Học sinh thực hiện tương đối đúng giai đoạn chạy đà (đo đà, chỉnh đà, đặt chân vào điểm giậm nhảy); Giai đoạn giậm nhảy và tập phối hợp chạy đà - giậm nhảy.	-Sân Thê dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
20	39	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn Giai đoạn chạy đà (đo đà, chỉnh đà, đặt chân vào điểm giậm nhảy); Giai đoạn giậm nhảy và tập phối hợp chạy đà - giậm nhảy.	-Giai đoạn trên không và tiếp đất (nhảy cao kiểu "bước qua") một cách tốt nhất. Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thê dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập

		<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>			luyện
	40	<p>- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua" (do GV chọn); Chạy đà chính diện - giậm nhảy co chân qua xà.</p> <p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
21	41	<p>- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ chạy đà - giậm nhảy (do GV chọn); Giai đoạn trên không và tiếp đất (nhảy cao kiểu "bước qua").</p> <p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	-Thực hiện được một số động tác hỗ trợ chạy đà - giậm nhảy (do GV chọn); Giai đoạn trên không và tiếp đất (nhảy cao kiểu "bước qua") một cách tốt nhất.	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
		<p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p> <p>- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, tập phối hợp 4</p>	-Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	-Sân Thể dục ngoài trời	GV hướng

	42	giai đoạn (chạy đà - giậm nhảy - trên không và tiếp đất) kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.		-Tổ chức theo nhóm và cả lớp	dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
22	43	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, tập phối hợp 4 giai đoạn (chạy đà - giậm nhảy - trên không và tiếp đất) kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua"; Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần nhảy cao). - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Thực hiện được một số động tác hỗ trợ chạy đà  -Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng đá đã được học một cách tốt nhất	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	44	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	45	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu	-Thực hiện được một số động tác hỗ trợ kỹ thuật; Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". -Tự thực hiện các động tác kỹ thuật bóng	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú

23		"bước qua". - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	đã đã được học một cách tốt nhất		ý lắng nghe tập luyện
	46	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác bổ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
24	47	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác bổ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Thực hiện được một số động tác bổ trợ kỹ thuật; Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	48	- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện

25	49	<p><b>- Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.</p> <p><b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	<p>Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".</p> <p>-Nắm được một số luật cơ bản.</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
	50	<p><b>- Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	<p>-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
26	51	<p><b>- Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.</p> <p><b>- TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p><b>- Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	<p>-Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
		<p><b>- Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và</p>	<p>Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy</p>	<p>-Sân Thể dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm</p>	<p>GV hướng dẫn</p>

	52	nâng cao thành tích.  - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	-Nắm được một số luật cơ bản.	và cả lớp	HS chú ý lắng nghe tập luyện
27	53	- <b>Nhảy cao:</b> Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	- Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".  -Học sinh thực hiện tương đối đúng các kỹ thuật bóng đá đã học; biết được một số điều luật cơ bản.	-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra mỗi lượt 02 HS	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
	54	- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.	-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	55	- <b>Nhảy cao:</b> Như nội dung tiết 55, có thể kiểm tra thử (do GV chọn). - <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	- Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".  -Học sinh thực hiện tương đối đúng các kỹ thuật bóng đá đã học; biết được một	-Sân Thể dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập



28		-	số điều luật cơ bản		luyện
	56	<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Đá cầu:</b> Tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân, tăng cầu bằng má trong bàn chân: Chuyên cầu bằng mu bàn chân hoặc do GV chọn.</p>	<p>-Thực hiện được tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân, tăng cầu bằng má trong bàn chân: Chuyên cầu bằng mu bàn chân một cách tốt nhất.</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
29	57	<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	<p>-Học sinh thực hiện tương đối đúng các kỹ thuật bóng đá đã học; biết được một số điều luật cơ bản.</p> <p>-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
	58	<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Đá cầu:</b> Ôn Di chuyển bước đơn ra trước chéo phải, chéo trái; Tăng cầu bằng đùi, Tăng cầu bằng mu bàn chân, Đỡ cầu bằng ngực, Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; phát cầu chính diện bằng mu bàn chân.</p>	<p>-Học sinh thực hiện tương đối đúng các kỹ thuật bóng đá đã học; biết được một số điều luật cơ bản.</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>

30	59	<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Đá cầu:</b> Ôn Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân, Phát cầu chính diện bằng mu bàn hoặc do GV chọn: Học di chuyển bước đơn ra sau (chéch phải, chéch trái).</p> <p>- <b>Chạy bền:</b> Trò chơi (do giáo viên chọn)</p>	<p>-Thực hiện được tâng cầu bằng đùi, tâng cầu bằng mu bàn chân, tâng cầu bằng má trong bàn chân: Chuyển cầu bằng mu bàn chân một cách tốt nhất.</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
	60	<p>- <b>TTTC:</b> Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- <b>Đá cầu:</b> Di chuyển bước đơn ra sau (chéch phải, chéch trái), Phát cầu chính diện bằng mu bàn chân: Học một số điều luật thi đấu trong đá cầu (Đ22, 23)</p>	<p>-Tự điều chỉnh tốc độ và phân phối sức trên đường chạy</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
31	61	<p>- <b>TTTC:</b> <b>Kiểm tra giữa kỳ45p</b></p>		<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>-Tổ chức theo nhóm và cả lớp</p>	<p>GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện</p>
	62	<p>- <b>Đá cầu:</b> + Ôn Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; Di chuyển bước đơn ra</p>	<p>Thực hiện được tâng cầu bằng đùi, tâng cầu bằng mu bàn chân, tâng cầu bằng má trong bàn chân, Chuyển cầu bằng mu</p>	<p>-Sân Thỏ dục ngoài trời</p> <p>- Tổ chức kiểm tra</p>	<p>HS chạy. GV</p>

		sau (chéch phải, chéch trái). + Học: Một số chiến thuật trong thi đấu đơn, đôi.	bàn chân một cách tốt nhất.	theo nhóm từ 3 đến 5 học sinh	quan sát đánh giá cho điểm
32	63	- <b>Chạy bền: Kiểm tra thường xuyên (15 p)</b>	HS phải biết phân phối sức để hoàn thành đường chạy	-Sân Thê dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện
	64	- <b>Đá cầu:</b> + Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; một số bài tập phối hợp, thi đấu đơn hoặc kiểm tra thử do GV chọn. + Ôn Phát cầu chính diện bằng mu bàn chân; Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; đỡ cầu bằng ngực hoặc do GV chọn; Một số bài tập phối hợp ...	-Tự thực hiện tâng cầu bằng đùi, bằng má trong bàn chân, di chuyển, đỡ cầu bằng ngực, nắm được một số chiến thuật trong thi đấu đơn.	-Sân Thê dục ngoài trời Tổ chức kiểm tra mỗi lược 02 HS	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
33	65	- <b>Đá cầu: Kiểm tra thường xuyên (15 p)</b> (Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân, Phát cầu chính diện hoặc đỡ cầu bằng ngực do GV chọn).	-Phát cầu chính diện hoặc đỡ cầu bằng ngực do GV chọn).	-Sân Thê dục ngoài trời -Tổ chức theo nhóm và cả lớp	GV hướng dẫn HS chú ý lắng nghe tập luyện

	66	Ôn tập học kì II: <b>Nhảy cao</b> Ôn tập học kì II: <b>Nhảy cao</b>	-Hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao	-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra lần lượt từng học sinh	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
34	67			-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra lần lượt từng học sinh	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
	68	<b>Kiểm tra cuối học kì II: Nhảy cao</b>	-Kiểm tra theo quy định về thành tích nhảy cao	-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra mỗi lượt chạy 02hs	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
35	69	<b>Kiểm tra cuối học kì II: Nhảy cao</b>	-Kiểm tra theo quy định về thành tích nhảy cao	-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra lần lượt từng họ	HS thực hiện .GV đánh giá cho điểm
	70	<b>Kiểm tra thể lực</b>	Kiểm tra theo sức khỏe của từng học sinh	-Sân Thể dục ngoài trời - Tổ chức kiểm tra theo nhóm từ 3 đến 5 học sinh c sinh	HS thực hiện .GV đánh giá cho

					điểm
--	--	--	--	--	------

**DUYỆT CỦA BAN GIÁM HIỆU**

*Đại Đồng, ngày 5 tháng 09 năm 2023*  
**TỔ TRƯỞNG**

**NGUYỄN THỊ MINH PHƯƠNG**

**Huỳnh Thị Kim Mai**