**Phụ lục III**

**KHUNG KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN**

(*Kèm theo Công văn số 5512/BGDĐT-GDTrH ngày 18 tháng 12 năm 2020 của Bộ GDĐT*)

|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG: THCS PHAN BÁ PHIẾN**  **TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI**  **Họ và tên giáo viên: Trần Anh Thuấn** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN**

**MÔN HỌC: GDTC, LỚP 9**

**NĂM HỌC 2024 - 2025**

**I. Kế hoạch dạy học**

**1. Phân phối chương trình**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***STT*** | ***Tên bài*** | ***Nội dung*** | ***Tiết***  ***(2)*** | ***Thời điểm***  ***(3)*** | ***Thiết bị dạy học***  ***(4)*** | ***Địa điểm dạy học***  ***(5)*** |
| *1* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát*** | - Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 1 | Tuần 1 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *2* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1).*** | - Động tác giậm chân tại chỗ  - Động tác thu chân, tay cao.  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 2 | Tuần 1 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *3* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát*** | - Củng cố kĩ thuật chạy lao sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 3 | Tuần 2 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *4* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1).*** | - Ôn động tác giậm chân, thu chân tay cao.  - Động tác bật tách chụm  - Động tác vẹn mình  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 4 | Tuần 2 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *5* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát*** | - Củng cố kĩ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 5 | Tuần 3 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *6* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 1).*** | - Ôn các động tác đã học: Giậm chân, thu chân tay cao, bật tách chụm và động tác vẹn mình.  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 6 | Tuần 3 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *7* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát*** | - Củng cố kĩ thuật xuất phát và chạy lao sau xuất phát.  - Một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn.  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 7 | Tuần 4 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *8* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).*** | - Ôn các động tác đã học *(phần 1)*  - Động tác đặt gót.  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 8 | Tuần 4 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *9* | ***Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng.  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 9 | Tuần 5 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *10* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).*** | - Ôn các động tác đã học.  - Động tác bước đuổi.  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 10 | Tuần 5 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *11* | ***Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về địch  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 11 | Tuần 6 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *12* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).*** | - Ôn các động tác đã học.  - Động tác đẩy hông.  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 12 | Tuần 6 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *13* | ***Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về địch.  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 13 | Tuần 7 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *14* | ***Bài thể dục nhịp điệu (Phần 2).*** | - Ôn các động tác đã học *(phần 1&2)*  - Trò chơi phát triển khéo léo. | 14 | Tuần 7 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *15* | ***Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích.  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 15 | Tuần 8 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *16* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 16 | Tuần 8 | Còi, tranh TD | Khu luyện tập TDTT |
| *17* | ***Củng cố kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích.  - Trò chơi phát triển sức nhanh | 17 | Tuần 9 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *18* | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTN 100m)** | | 18 | Tuần 9 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *19* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.*** | - Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức bền | 19 | Tuần 10 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *20* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 20 | Tuần 10 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *21* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.*** | - Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức bền | 21 | Tuần 11 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *22* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 22 | Tuần 11 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *23* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.*** | - Luyện tập kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức bền | 23 | Tuần 12 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *24* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 24 | Tuần 12 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *25* | ***Củng cố kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.*** | - Luyện tập kĩ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.  - Một số điều luật trong thi đấu cự li trung bình  - Trò chơi phát triển sức bền | 25 | Tuần 13 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *26* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 26 | Tuần 13 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *27* | ***Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.  - Trò chơi phát triển sức bền | 27 | Tuần 14 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *28* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 28 | Tuần 14 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *29* | ***Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | - Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.  - Trò chơi phát triển sức bền | 29 | Tuần 15 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *30* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận.  - Trò chơi vận động. | 30 | Tuần 15 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *31* | ***Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | – Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.  - Trò chơi phát triển sức bền. | 31 | Tuần 16 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *32* | ***Kĩ thuật đột phá bước thuận.*** | - Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước thuận.  - Một số điều luật trong thi đấu môn bóng rỗ.  - Trò chơi vận động. | 32 | Tuần 16 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *33* | ***Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | – Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.  - Trò chơi phát triển sức bền. | 33 | Tuần 17 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *34* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 34 | Tuần 17 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *35* | ***Củng cố kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.*** | – Luyện tập phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.  - Trò chơi phát triển sức bền. | 35 | Tuần 18 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *36* | **KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I *(Chạy LLTB)*** | | 36 | Tuần 18 | Còi, đồng hồ, vôi, | Khu luyện tập TDTT |
| *37* | ***Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.*** | - Giới thiệu kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  -Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 37 | Tuần 19 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *38* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 38 | Tuần 19 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *39* | ***Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.*** | -Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 39 | Tuần 20 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *40* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 40 | Tuần 20 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *41* | ***Kĩ thuật giậm nhảy và chạy đà kết hợp giậm nhảy.*** | - Kĩ thuật tại chỗ đột phá bước chéo.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 41 | Tuần 21 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *42* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 42 | Tuần 21 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *43* | ***Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)*** | - Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 43 | Tuần 22 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *44* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 44 | Tuần 22 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *45* | ***Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)*** | - Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 45 | Tuần 23 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *46* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 46 | Tuần 23 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *47* | ***Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)*** | - Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 47 | Tuần 24 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *48* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước chéo.  - Trò chơi vận động. | 48 | Tuần 24 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *49* | ***Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)*** | - Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 49 | Tuần 25 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *50* | ***Kĩ thuật đột phá bước chéo.*** | - Kĩ thuật tại chỗ và dẫn bóng đột phá bước chéo.  - Một số điều luật trong thi đấu môn bóng rỗ.  - Trò chơi vận động. | 50 | Tuần 25 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *51* | ***Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)*** | - Kĩ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm)  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 51 | Tuần 26 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *52* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 52 | Tuần 26 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *53* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  - Một số điều luật cơ bản trong nhảy cao.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 53 | Tuần 27 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *54* | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (TTTC BÓNG RỔ)** | | 54 | Tuần 27 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *55* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên. | 55 | Tuần 28 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *56* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 53 | Tuần 28 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *57* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 57 | Tuần 29 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *58* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 58 | Tuần 29 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *59* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 59 | Tuần 30 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *60* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 60 | Tuần 30 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *61* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 61 | Tuần 31 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *62* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng, chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 62 | Tuần 31 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *63* | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu nằm nghiên.  - Trò chơi phát triển sức mạnh. | 63 | Tuần 32 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *64* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Kĩ thuật dẫn bóng, chuyền bóng một tay trên vai.  - Trò chơi vận động | 64 | Tuần 32 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *65* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Phối hợp dẫn bóng, chuyền bóng và ném rổ. | 65 | Tuần 33 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *66* | ***Kĩ thuật tại chỗ chuyền bóng một tay trên vai.*** | - Phối hợp dẫn bóng, chuyền bóng và ném rổ.  - Trò chơi vận động | 66 | Tuần 33 | Còi, bóng rổ | Khu luyện tập TDTT |
| *67* | **KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (NHẢY CAO)** | | 67 | Tuần 34 | Còi, xà nhảy, nệm | Khu luyện tập TDTT |
| *68* | **Kiểm tra (TLCN) *Nội dung 1&2*** | - Bật xa tại chổ  - Nằm ngửa gập bụng | 68 | Tuần 34 | Còi, thướt dây, đồng hồ | Khu luyện tập TDTT |
| *69* | **Kiểm tra (TLCN) *Nội dung 3*** | Chạy 30m xuất phát cao | 69 | Tuần 35 | Còi, thướt dây, đồng hồ | Khu luyện tập TDTT |
| *70* | **Kiểm tra (TLCN) *Nội dung 4*** | Chạy tuỳ sức 5 phút | 70 | Tuần 35 | Còi, thướt dây, đồng hồ | Khu luyện tập TDTT |

**II. Nhiệm vụ khác:**

Tổ chức Hội Khỏe Phù Đổng cấp trường năm học 2024 - 2025; Bồi dưỡng các bộ môn thi đấu tại huyện theo kế hoạch của phòng giáo dục năm học 2024 – 2025

|  |  |
| --- | --- |
| **TỔ TRƯỞNG** | *Tam Tiến, ngày 5 tháng 9 năm 2024*  **GIÁO VIÊN**  **Trần Anh Thuấn** |