**Phụ lục III**

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

(*Kèm theo Công văn số /SGDĐT-GDTrH ngày tháng năm 2021 của Sở GDĐT*)

|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS PHAN BÁ PHIẾN****TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM****Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN**

**MÔN HỌC: GIÁO DỤC THỂ CHẤT, LỚP 7**

**(Năm học 2024- 2025)**

**I. Kế hoạch dạy học**

**1. Phân phối chương trình**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Bài học****(1)** | **Nội dung****(2)** | **Thứ tự tiết dạy****(3)** | **Thời điểm****(4)** | **Thiết bị dạy học****(5)** | **Địa điểm dạy học****(6)** |
| 1 | ***Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng*** | - Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng.- Trò chơi phát triển sức bền | Tiết 1 | Tuần 1 | Phiếu kiểm tra.Đồng hồ, máy đo huyết áp (có thể),cân, thước đo. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 2 | ***Kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.*** | Giậm nhảy và bước bộ. | Tiết 2 | Còi, thước đo, hố cát. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 3 | ***Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng*** | - Hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự ly trung bình và cách khắc phục.- Trò chơi phát triển sức bền. | Tiết 3 | Tuần 2 | Còi,đồng hồ bấm giờ, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 4 | ***Kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.*** | - Ôn kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 4 | Còi, thước đo, hố cát. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 5 | ***Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát*** | - Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát.- Trò chơi phát triển sức bền. | Tiết 5 | Tuần 3 | Còi,đồng hồ bấm giờ, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 6 | ***Kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ*** | - Ôn kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | Tiết 6 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 7 | ***Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát*** | Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát.  | Tiết 7 | Tuần 4 | Còi,đồng hồ bấm giờ, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 8 | ***Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy.*** | - Cách đo đà và chạy đà - Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 8 | Còi, thước đo, hố cát. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 9 | ***Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc sau xuất phát*** | - Ôn phối hợp trong xuất phát và tăng tốc sau xuất phát.- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | Tiết 9 | Tuần 5 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 10 | ***Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy.*** | - Ôn cách đo đà và chạy đà - Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 10 | Còi, thước đo | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 11 | ***Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.*** | - Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích.- Trò chơi phát triển sức bền. | Tiết 11 | Tuần 6 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 12 | ***Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy.*** | Ôn cách đo đà và chạy đà. | Tiết 12 | Còi, thước đo | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 13 | ***Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.*** | - Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. | Tiết 13 | Tuần 7 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 14 | ***Kĩ thuật bay trên không và rơi xuống cát.*** | - Kĩ thuật bay trên không.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 14 | Còi, thước đo | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 15 | ***Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình.- Trò chơi phát triển sức bền. | Tiết 15 | Tuần 8 | Còi, đồng hồ bấm giây, giây đích. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 16 | ***Kĩ thuật bay trên không và rơi xuống cát.*** | - Ôn kĩ thuật bay trên không.- Kĩ thuật rơi xuống cát. | Tiết 16 | Còi, thước đo | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 17 | ***Kĩ thuật bay trên không và rơi xuống cát.*** | - Ôn kĩ thuật rơi xuống cát.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 17 | Tuần 9 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 18 | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)** | Tiết 18 | Còi, đồng hồ bấm giây, giây đích. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 19 | ***Kĩ thuật bay trên không và rơi xuống cát.*** | - Ôn kĩ thuật bay trên không và rơi xuống cát.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 19 | Tuần 10 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 20 | ***Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. | Tiết 20 |  | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 21 | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi*** | - Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 21 | Tuần 11 | Còi, tranh ảnh, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 22 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 10)*** | - Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 10.- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 22 | Còi, tranh ảnh, | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 23 | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi. | Tiết 23 | Tuần 12 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 24 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 10)*** | - Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 10- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 24 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 25 | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 25 | Tuần 13 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 26 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 11 đến nhịp 20)*** | Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 11 đến nhịp 20. | Tiết 26 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 27 | ***Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi.- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | Tiết 27 | Tuần 14 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 28 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 11 đến nhịp 20).*** | - Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 20.- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 28 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 29 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Bài tập bổ trợ- Dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 29 | Tuần 15 | Còi, thước đo, hố nhảy | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 30 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 21 đến nhịp 30).*** | - Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 21 đến nhịp 30.- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 30 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 31 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn bài tập bổ trợ- Ôn dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 31 | Tuần 16 | Còi, video, tranh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 32 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 21 đến nhịp 30).*** | - Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30.- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 32 | Tranh, còi | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 33 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn bài tập bổ trợ- Ôn dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 33 | Tuần 17 | Còi, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 34 | ***Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 30).*** | - Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30- Trò chơi phát triển khéo léo. | Tiết 34 | Còi, tranh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 35 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn bài tập bổ trợ- Ôn dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 35 | Tuần 18 | Còi, bàn ghế GV kiểm tra | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 36 | **KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I*****(Bài Thể Dục Liên Hoàn)*** | Tiết 36 | Còi, bàn ghế GV kiểm tra | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |

**HỌC KỲ II**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Bài học****(1)** | **Nội dung****(2)** | **Thứ tự tiết dạy****(3)** | **Thời điểm****(4)** | **Thiết bị dạy học****(5)** | **Địa điểm dạy học****(6)** |
| 37 | ***Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.*** | - Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 37 | Tuần 19 |  Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 38 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn dẫn bóng trên đường vòng- Trò chơi vận động | Tiết 38 | Còi, tranh ảnh, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 39 | ***Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.*** | - Một số điểm lưu ý về kĩ thuật trong xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 39 | Tuần 20 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 40 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn dẫn bóng trên đường vòng- Một số điều luật trong thi đấu bóng rổ. | Tiết 40 | Còi, tranh ảnh, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 41 | ***Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.*** | - Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 41 | Tuần 21 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 42 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn bài tập bổ trợ- Ôn dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 42 | Còi, tranh ảnh, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 43 | ***Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.*** | - Một số điểm lưu ý về kĩ thuật trong phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 43 | Tuần 22 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 44 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn bài tập bổ trợ- Ôn dẫn bóng trên đường vòng | Tiết 44 | Còi, tranh ảnh, video | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 45 | ***Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.*** | - Ôn phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.- Một số điều luật trong thi đấu điền kinh. | Tiết 45 | Tuần 23 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 46 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực bật đất.- Trò chơi vận động. | Tiết 46 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 47 | ***Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)*** | - Phối hợp chạy giữa quãng và về địch.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 47 | Tuần 24 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 48 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Ôn tại chỗ chuyền bóng hai tay trước ngực bật đất.- Trò chơi vận động | Tiết 48 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 49 | ***Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)*** | - Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn (60m).- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 49 | Tuần 25 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 50 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 50 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 51 | ***Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)*** | - Một số điểm lưu ý về kĩ thuật trong phối hợp các giai đoạn chạy cự lý ngắn.- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 51 | Tuần 26 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 52 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Ôn tại chỗ bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.- Trò chơi vận động | Tiết 52 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 53 | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ**  | **II (NỘI DUNG CCLN 60m)** | Tiết 53 | Tuần 27 | Còi, đồng hồ bấm giây, giây đích. tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 54 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Ôn tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.- Trò chơi vận động | Tiết 54 | Còi, đồng hồ bấm giây, giây đích. | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 55 | ***Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)*** | - Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m)- Trò chơi phát triển sức mạnh. | Tiết 55 | Tuần 28 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 56 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Trò chơi vận động | Tiết 56 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 57 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Ôn nài tập phối hợp đồng đội- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 57 | Tuần 29 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 58 | ***Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực bật đất.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Trò chơi vận động | Tiết 58 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 59 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Hai bước ném rổ một tay trên vai- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 59 | Tuần 30 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 60 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Ôn hai bước ném rổ một tay trên vai.- Trò chơi vận động | Tiết 60 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 61 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Ôn hai bước ném rổ một tay trên vai.- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 61 | Tuần 31 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 62 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Trò chơi vận động | Tiết 62 | Còi,tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 63 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 63 | Tuần 32 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 64 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Trò chơi vận động | Tiết 64 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 65 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Ôn bài tập bổ trợ | Tiết 65 | Tuần 33 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 66 | ***Kĩ thuật hai bước ném rổ một tay trên vai.*** | - Bài tập phối hợp đồng đội- Trò chơi vận động | Tiết 66 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 67 | **KIỂMTRA CUỐI HỌC KỲ II**  | **(TTTC Bóng Rổ)** | Tiết 67 | Tuần 34 | Còi, tranh ảnh | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 68 | **Kiểm tra (TLCN)****Nội dung 1&2** | - Bật xa tại chổ- Nằm ngửa gập bụng | Tiết 68 | Còi, bàn ghế GV kiểm tra | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 69 | **Kiểm tra (TLCN)****Nội dung 3** | Chạy 30m xuất phát cao | Tiết 69 | Tuần 35 | Còi, bàn ghế GV kiểm tra | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
| 70 | **Kiểm tra (TLCN)****Nội dung 4** | Chạy tuỳ sức 5 phút | Tiết 70 | Còi, bàn ghế GV kiểm tra | Sân Giáo dục thể chất(GDTC) |
|  |  |  |
| **2. Kiểm tra, đánh giá định kỳ** |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bài kiểm tra, đánh giá** | **Thời gian****(1)** | **Thời điểm****(2)** | **Yêu cầu cần đạt****(3)** | **Hình thức****(4)** |
| Giữa Học kỳ 1 | 45 phút | Tuần 9 | Chạy cự li trung bình | Thực hành |
| Cuối Học kỳ 1 | 45 phút | Tuần 18 | Bài thể dục liên hoàn | Thực hành |
| Giữa Học kỳ 2 | 45 phút | Tuần 27 | Chạy cự li ngắn (60m) | Thực hành |
| Cuối Học kỳ 2 | 45 phút | Tuần 35 | Thể Thao Tự Chọn (Bóng rổ) | Thực hành |

**II. Nhiệm vụ khác (nếu có):***(Bồi dưỡng học sinh giỏi; Tổ chức hoạt động giáo dục...)*

Tổ chức Hội Khỏe Phù Đổng cấp trường năm học 2024 - 2025; huấn luyện đội tuyển học sinh năng khiếu TDTT tham gia giải Thể thao HS cấp huyện năm học 2024 – 2025.

 *Tam Tiến, ngày 05 tháng 09 năm 2024*

 **TỔ TRƯỞNG GIÁO VIÊN**



 **Nguyễn Thị Ngọc Lành**