

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC MÔN GDTC 6;7;8;9

(Năm học 2022 - 2023)

I. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình: GDTC 70 tiết.

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC MÔN GDTC 6

STT	Bài học (1)	Số tiết (2)	Thời điểm (3)	Thiết bị dạy học (4)	Địa điểm dạy học (5)
1	Bài 1: Bài thể dục liên hoàn - Chế độ dinh dưỡng: Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe và sự phát triển thể chất; Dinh dưỡng đối với sức khỏe và phát triển thể chất. - Bài TD: Từ nhịp 1 đến nhịp 11. - Trò chơi: Đi qua dây (hoặc do Gv chọn).	Tiết 1	Tuần 1	- Tranh thể dục lớp 6 - Dây.	Sân trường THCS Lục Ba
2	Bài 1: Bài thể dục liên hoàn Chế độ dinh dưỡng: Chế độ dinh dưỡng hợp lý trong quá trình luyện tập TDTT.	Tiết 2	Tuần 1	- Tranh thể dục lớp 6 - Dây.	Sân trường THCS Lục Ba

	- Bài TD: Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 11. - Trò chơi: Đi qua dây (hoặc do Gv chọn).				
3	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn - Ôn: Từ nhịp 1 đến nhịp 11. - Học từ nhịp 12 đến nhịp 23. - Trò chơi: Chuyển vòng (hoặc do Gv chọn).	Tiết 3	Tuần 2	- Tranh thể dục lớp 6 - Vòng	Sân trường THCS Lục Ba
4	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 23. - Trò chơi: Chuyển vòng (hoặc do Gv chọn).	Tiết 4	Tuần 2	- Tranh thể dục lớp 6 - Vòng	Sân trường THCS Lục Ba
5	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn - Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 23. - Học từ nhịp 24 đến nhịp 30. - Trò chơi: Chuyển bóng nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 5	Tuần 3	- Tranh thể dục lớp 6 - Bóng	Sân trường THCS Lục Ba
6	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi: Chuyển bóng nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 6	Tuần 3	- Tranh thể dục lớp 6 - Bóng	Sân trường THCS Lục Ba
7	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn	Tiết 7	Tuần 4	- Tranh thể dục lớp	Sân trường THCS Lục Ba

	- Luyện tập nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi: Chuyển bóng nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).			6 - Bóng	
8	Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn - Học: Chạy bước nhỏ; Chạy nâng đùi; - Trò chơi: Chạy tiếp sức (hoặc do GV chọn).		Tuần 4		Sân trường THCS Lục Ba
9	Bài 1: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn Ôn tập: Chạy bước nhỏ; Chạy nâng đùi; - Học: Chạy đạp sau. - Trò chơi: Chạy tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 9	Tuần 5	- Tranh thể dục	Sân trường THCS Lục Ba
10	Bài 2: Chạy giữa quãng - Ôn tập: Chạy bước nhỏ; Chạy nâng đùi; Chạy đạp sau. - Học chạy giữa quãng . - Thở trong luyện tập chạy cự li ngắn. - Trò chơi: Người thừa thứ ba (hoặc do GV chọn).	Tiết 10	Tuần 5	- Tranh thể dục	Sân trường THCS Lục Ba
11	Bài 2: Chạy giữa quãng - Ôn tập: Chạy bước nhỏ, nâng cao	Tiết 11	Tuần 6	- Tranh thể dục	Sân trường THCS Lục Ba

	đùi, chạy đập sau, chạy giữa quãng; Thở trong luyện tập chạy cự li ngắn. - Trò chơi: Do GV chọn				
12	Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát - Ôn: Chạy giữa quãng. - Học: xuất phát cao; Chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi: Bắt bóng nhanh (hoặc do GV chọn).	Tiết 12	Tuần 6		Sân trường THCS Lục Ba
13	Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát - Ôn tập: Xuất phát cao; Chạy lao sau xuất phát chạy giữa quãng. - Trò chơi: Bắt bóng nhanh (hoặc do GV chọn).	Tiết 13	Tuần 7	- Tranh thể dục - Bóng	Sân trường THCS Lục Ba
14	Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát Luyện tập: Xuất phát cao; Chạy lao sau xuất phát; chạy giữa quãng. - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy. - Trò chơi: Bắt bóng nhanh (hoặc do GV chọn).	Tiết 14	Tuần 7	- Tranh thể dục - Bóng	Sân trường THCS Lục Ba

15	Bài 4: Chạy về đích Ôn các động tác bổ trợ. - Học chạy về đích (chạy băng qua đích). Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh (GV chọn).	Tiết 15	Tuần 8	- Tranh thể dục - Dây đích	Sân trường THCS Lục Ba
16	Bài 4: Chạy về đích Ôn các động tác bổ trợ; chạy về đích (chạy băng qua đích). Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Trò chơi: Đối bóng nhanh trên đường đích dắc (hoặc do GV chọn)	Tiết 16	Tuần 8	- Tranh thể dục	Sân trường THCS Lục Ba
17	Bài 4: Chạy về đích - Ôn tập: Các giai đoạn chạy cự li ngắn chuẩn bị kiểm tra đánh giá giữa kỳ I. - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy. Trò chơi: Đối bóng nhanh trên đường đích dắc (hoặc do GV chọn).	Tiết 17	Tuần 9	- Tranh thể dục	Sân trường THCS Lục Ba
18	Kiểm tra đánh giá giữa kỳ I: Chạy cự li ngắn (60m)	Tiết 18	Tuần 9	- Đồng hồ - Dây đích	Sân trường THCS Lục Ba
19	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng	Tiết 19	Tuần 10	Tranh Thể dục	Sân trường THCS Lục Ba

	đá - Học: Bài tập bổ trợ không bóng. - Trò chơi : Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).			- Bóng Đá 10 quả	
20	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng đá - Ôn tập: Bài tập bổ trợ không bóng - Học: Bài tập bổ trợ có bóng. - Trò chơi : Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 20	Tuần 10	- Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
21	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng đá - Ôn tập: Bài tập bổ trợ không bóng; Bài tập bổ trợ có bóng. - Trò chơi: Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 21	Tuần 11	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
22	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng đá - Ôn tập: Bài tập bổ trợ không bóng; Bài tập bổ trợ có bóng. - Trò chơi: Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 22	Tuần 11	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
23	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng đá - Luyện tập: Bài tập bổ trợ không bóng; Bài tập bổ trợ có bóng.	Tiết 23	Tuần 12	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba

	- Trò chơi: Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn).				
24	Bài 1: Bài tập bổ trợ trong bóng đá - Luyện tập: Bài tập bổ trợ không bóng; Bài tập bổ trợ có bóng. - Trò chơi: Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích (hoặc do Gv chọn)	Tiết 24	Tuần 12	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
25	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).	Tiết 25	Tuần 13	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
26	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).	Tiết 26	Tuần 13	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
27	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Một số điều luật Bóng đá (luật	Tiết 27	Tuần 14	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba

	Bóng đá 7 người). - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).				
28	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Bài tập bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Một số điều luật Bóng đá (luật Bóng đá 7 người). - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).	Tiết 28	Tuần 14	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
29	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Bài tập bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).	Tiết 29	Tuần 15	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
30	Bài 2: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Bài tập bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Đá bóng trúng đích (hoặc do GV chọn).	Tiết 30	Tuần 15	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba

31	Bài 3:Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Học: Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Chạy luân cộc dừng và đá bóng vào cầu môn (hoặc do Gv chọn).	Tiết 31	Tuần 16	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
32	Bài 3:Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Do Gv chọn.	Tiết 32	Tuần 16	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
33	Bài 3:Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập nội dung kiểm tra đánh giá cuối kỳ I. - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Chạy luân cộc dừng và đá bóng vào cầu môn (hoặc do Gv chọn).	Tiết 33	Tuần 17	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
34	Kiểm tra học đánh giá cuối kì: GV không lựa chọn nội dung đã kiểm tra giữa kì I	Tiết 34	Tuần 17		Sân trường THCS Lục Ba
35	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 35	Tuần 18		Sân trường THCS Lục Ba

36	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 36	Tuần 18		Sân trường THCS Lục Ba
37	Bài 3: Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Một số điều luật Bóng đá (luật Bóng đá 7 người). - Trò chơi: Chạy luân cộc dừng và đá bóng vào cầu môn (hoặc do Gv chọn).	Tiết 37	Tuần 19	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
38	Bài 3: Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Một số điều luật Bóng đá (luật Bóng đá 7 người). - Trò chơi: Chạy luân cộc dừng và đá bóng vào cầu môn (hoặc do Gv chọn).	Tiết 37	Tuần 19	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
39	Bài 3: Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân.	Tiết 39	Tuần 20	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba

	- Trò chơi: Chạy luân cộc dừng và đá bóng vào cầu môn (hoặc do Gv chọn).				
40	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do GV chọn)	Tiết 40	Tuần 20	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
41	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân; - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 41	Tuần 21	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
42	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân; - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 42	Tuần 21	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
43	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân, dừng bóng bằng	Tiết 43	Tuần 22	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba

	lòng bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do GV chọn).				
44	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Luyện tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân; dừng bóng bằng lòng bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 44	Tuần 22	Tranh Thể dục - Bóng Đá 10 quả	Sân trường THCS Lục Ba
45	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình - Học: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn, chạy thở sâu theo nhịp kép. Chạy theo đường hình số 8; - Trò chơi: chuyển bóng nhanh qua hai chân và trên đầu (hoặc do Gv chọn).	Tiết 45	Tuần 23		Sân trường THCS Lục Ba
46	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự li trung bình - Ôn tập: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn; Đi, chạy thở sâu theo nhịp kép; Chạy theo đường hình số 8; - Học: Chạy lượn cọc; Chạy theo đường đích đặc. -Trò chơi: chuyển bóng nhanh qua hai	Tiết 46	Tuần 23		Sân trường THCS Lục Ba

	chân và trên đầu (hoặc do Gv chọn).				
47	Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng - Ôn: Chạy luôn cộc. - Học: Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường thẳng.; Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường vòng - Trò chơi: Ai nhảy dây được nhiều lần (hoặc do Gv chọn).	Tiết 47	Tuần 24	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Bóng	Sân trường THCS Lục Ba
48	Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng - Ôn tập: chạy theo đường dích dắc; Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường thẳng; Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường vòng - Trò chơi: Ai nhảy dây được nhiều lần (hoặc do Gv chọn).	Tiết 48	Tuần 24	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Dây nhảy	Sân trường THCS Lục Ba
49	Bài 2: Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng - Luyện tập: Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường thẳng; Kỹ thuật chạy giữa quãng trên đường vòng. - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy. - Trò chơi: Ai nhảy dây được nhiều	Tiết 49	Tuần 25	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Dây nhảy	Sân trường THCS Lục Ba

	lần (hoặc do Gv chọn).				
50	Bài 3: Xuất phát, tăng tốc sau xuất phát và chạy về đích - Học: Xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát; Chạy về đích. - Trò chơi: Nhảy bao bố (hoặc do Gv chọn).- Trò chơi: Ai nhảy dây được nhiều lần (hoặc do Gv chọn).	Tiết 50	Tuần 25	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Dây nhảy	Sân trường THCS Lục Ba
51	Bài 3: Xuất phát, tăng tốc sau xuất phát và chạy về đích - Ôn tập: Xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát; chạy giữa quãng; Chạy về đích. - Trò chơi: Nhảy bao bố (hoặc do Gv chọn)	Tiết 51	Tuần 26	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Bao nhảy	Sân trường THCS Lục Ba
52	Bài 3: Xuất phát, tăng tốc sau xuất phát và chạy về đích - Ôn tập: Các giai đoạn chạy cự ly trung bình chuẩn bị kiểm tra đánh giá giữa kỳ II. - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy. - Trò chơi: Nhảy bao bố (hoặc do Gv chọn)	Tiết 52	Tuần 26	- Tranh thể dục về cự li chạy trung bình. - Bao nhảy	Sân trường THCS Lục Ba
53	Kiểm tra đánh giá giữa kỳ II: Chạy	Tiết 53	Tuần 27	- Tranh thể dục về	Sân trường THCS Lục Ba

	cự li trung bình			cự li chạy trung bình.	
54	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật ném bóng - Học: Cách cầm bóng; Tung và bắt bóng bằng hai tay, một tay; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn (hoặc do GV chọn).	Tiết 54	Tuần 27	Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
55	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật ném bóng - Ôn tập: Cách cầm bóng; Tung và bắt bóng bằng hai tay, một tay; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng; - Học: Ném bóng bằng một tay trên cao. - Trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn (hoặc do GV chọn).	Tiết 56	Tuần 28	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
56	Bài 1: Các động tác bổ trợ kỹ thuật ném bóng Luyện tập: Cách cầm bóng; Tung và bắt bóng bằng hai tay, một tay; Hai tay phối hợp tung và bắt bóng; Ném bóng bằng một tay trên cao. - Trò chơi: Đội nào ném bóng xa hơn (hoặc do GV chọn).	Tiết 56	Tuần 28	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba

57	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng - Ôn: Ném bóng bằng một tay trên cao - Học: Kỹ thuật ra sức cuối cùng; Giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Con sâu đo (hoặc do GV chọn).	Tiết 57	Tuần 29	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
58	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng - Ôn tập: Ném bóng bằng một tay trên cao; - Kỹ thuật ra sức cuối cùng; Giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Con sâu đo (hoặc do GV chọn).	Tiết 58	Tuần 29	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
59	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng - Ôn tập: Các động tác bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật ra sức cuối cùng; Giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Con sâu đo (hoặc do GV chọn).	Tiết 59	Tuần 30	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
60	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng	Tiết 60	Tuần 30	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng.	Sân trường THCS Lục Ba

	- Luyện tập: Các động tác bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật ra sức cuối cùng; Giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Con sâu đo (hoặc do GV chọn).			- Bóng ném	
61	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữa thẳng bằng - Luyện tập: Các động tác bổ trợ (do Gv chọn); Kỹ thuật ra sức cuối cùng; Giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Con sâu đo (hoặc do GV chọn).	Tiết 61	Tuần 31	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
62	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà - Ôn: kỹ thuật ra sức cuối cùng; giữ thẳng bằng. - Học: Chuẩn bị chạy đà; Chạy đà. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).	Tiết 62	Tuần 31	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
63	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà - Ôn tập: Động tác bổ trợ (do Gv chọn); Chuẩn bị chạy đà; Chạy đà; ra sức cuối cùng, giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).	Tiết 63	Tuần 32	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
64	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà	Tiết 64	Tuần 32	- Tranh thể dục về	Sân trường THCS Lục Ba

	- Ôn tập: Các động tác bổ trợ (do Gv chọn); Chuẩn bị chạy đà; Chạy đà; ra sức cuối cùng, giữ thẳng bằng. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).			kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	
65	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà - Ôn các động tác bổ trợ (do Gv chọn). - Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật ném bóng. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).	Tiết 65	Tuần 33	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
66	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà - Hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật ném bóng. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng ném. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).	Tiết 66	Tuần 33	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba
67	Bài 3: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà - Ôn tập nội dung đánh giá kiểm tra cuối kỳ II. - Hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật ném bóng.	Tiết 67	Tuần 34	- Tranh thể dục về kỹ thuật ném bóng. - Bóng ném	Sân trường THCS Lục Ba

	- Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng ném. - Trò chơi: Đẩy gậy (hoặc do GV chọn).				
68	Kiểm tra đánh giá cuối kỳ II: Gv không lựa chọn nội dung đã kiểm tra giữa kỳ II	Tiết 68	Tuần 34		Sân trường THCS Lục Ba
69	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 69	Tuần 35		Sân trường THCS Lục Ba
70	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 70	Tuần 35		Sân trường THCS Lục Ba

STT	Bài học (1)	Số tiết (2)	Thời điểm (3)	Thiết bị dạy học (4)	Địa điểm dạy học (5)
1	Bài 1: Bài thể dục liên hoàn - Học: Kiến thức chung:: Môi trường tự nhiên và các yếu tố của môi trường tự nhiên. Học từ nhịp 1 đến nhịp 10. - Trò chơi: Giữ bóng bằng lưng di chuyển ngang đến đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 1	Tuần 1	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC.	Sân GDTC của trường
2	Bài 1: Bài thể dục liên hoàn - Học: Kiến thức chung: Lựa chọn và sử dụng các yếu tố của môi trường tự nhiên để luyện tập. - Bài TD: Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 10. - Trò chơi: Giữ bóng bằng lưng di chuyển ngang đến đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 2	Tuần 1	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	Sân GDTC của trường
3	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn - Ôn: Từ nhịp 1 đến nhịp 10; Học từ nhịp 11 đến nhịp 20. - Trò chơi: Đội nào nhanh hơn (hoặc do Gv chọn).	Tiết 3	Tuần 2	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	Sân GDTC của trường
4	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn	Tiết 4	Tuần 2	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	- Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 20. - Trò chơi: Đội nào nhanh hơn (hoặc do Gv chọn).			gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	
5	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn - Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 20; Học từ nhịp 21 đến nhịp 30. - Trò chơi: Lò cò tập thể (hoặc do Gv chọn).	Tiết 5	Tuần 3	-Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	Sân GDTC của trường
6	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn - Ôn từ nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi: Lò cò tập thể (hoặc do Gv chọn).	Tiết 6	Tuần 3	-Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	Sân GDTC của trường
7	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn - Luyện tập nâng cao từ nhịp 1 đến nhịp 30. - Trò chơi: Lò cò tập thể (hoặc do Gv chọn).	Tiết 7	Tuần 4	- Kế hoạch bài dạy, Còi, Tranh ảnh, sách GDTC	Sân GDTC của trường
8	Bài 1: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát - Ôn: Kỹ thuật xuất phát cao. - Học: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát	Tiết 8	Tuần 4	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách	Sân GDTC của trường

	- Trò chơi: Đuổi bắt theo hiệu lệnh (hoặc do GV chọn).			GDTC....	
9	Bài 1: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát - Ôn tập: Kỹ thuật xuất phát cao. Phối hợp trong giai đoạn xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Học: Một số điểm lưu ý về kỹ thuật trong xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi: Đuổi bắt theo hiệu lệnh (hoặc do GV chọn).	Tiết 9	Tuần 5	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
10	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng - Ôn tập: Xuất phát cao – chạy giữa quãng 30-40m. - Học: Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi: Chạy nâng cao đùi theo vạch (hoặc do GV chọn).	Tiết 10	Tuần 5	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
11	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng - Ôn tập: Phối hợp xuất phát cao - chạy lao - chạy giữa quãng.. - Học: Một số điểm lưu ý về kỹ thuật	Tiết 11	Tuần 6	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách	Sân GDTC của trường

	trong phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi: Chạy nâng cao đùi theo vạch (hoặc do GV chọn).			GDTC....	
12	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng - Ôn tập: Phối hợp xuất phát cao- chạy lao - chạy giữa quãng. - Học: Một số điều luật trong thi đấu điền kinh - Trò chơi: Chạy nâng cao đùi theo vạch (hoặc do GV chọn).	Tiết 12	Tuần 6	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
13	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn - Ôn: Xuất phát cao – chạy lao – chạy giữa quãng - Học: Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi: Chạy thoi 4x 10m (hoặc do GV chọn).	Tiết 13	Tuần 7	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
14	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn - Ôn tập: Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. - Học: Phối hợp các giai đoạn chạy	Tiết 14	Tuần 7	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm	Sân GDTC của trường

	cự li ngắn (60m) - Trò chơi: Chạy thoi 4x 10m (hoặc do GV chọn).			giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	
15	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn - Ôn tập: Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m) - Học: Một số điểm lưu ý về kỹ thuật trong phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn. - Trò chơi: Chạy thoi 4x 10m (hoặc do GV chọn).	Tiết 15	Tuần 8	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
16	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn - Hoàn thiện kỹ thuật chạy cự li ngắn (60m) Trò chơi: Do giáo viên chọn	Tiết 16	Tuần 8	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
17	Kiểm tra đánh giá giữa kì I: Chạy cự ly ngắn 60m	Tiết 17	Tuần 9	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây, sổ điểm cá nhân	Sân GDTC của trường
18	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu	Tiết 18	Tuần 9	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	trong bàn chân - Ôn: Bài tập bổ trợ không bóng - Học: Tăng bóng bằng đùi - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).			gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh, sách GDTC....	
19	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Ôn tập: Bài tập bổ trợ không bóng; Tăng bóng bằng đùi - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 19	Tuần 10	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
20	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Ôn tập: Tăng bóng bằng đùi; - Học: Đá bóng bằng mu trong bàn chân - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 20	Tuần 10	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
21	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Ôn tập: Tăng bóng bằng đùi; Đá bóng bằng mu trong bàn chân - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 21	Tuần 11	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
22	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu	Tiết 22	Tuần 11	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	trong bàn chân- Luyện tập: Tăng bóng bằng đùi; Đá bóng bằng mu trong bàn chân. - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).			gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	
23	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Luyện tập: Tăng bóng bằng đùi; Đá bóng bằng mu trong bàn chân. - Học: Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 23	Tuần 12	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
24	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Luyện tập: Đá bóng bằng mu trong bàn chân. Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 24	Tuần 12	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
25	Bài 1: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân - Luyện tập: Đá bóng bằng mu trong bàn chân. Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi : Đá bóng trúng đích (hoặc do Gv chọn).	Tiết 25	Tuần 13	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường

26	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Ôn:Tâng bóng bằng đùi. Học: Lăn bóng bằng bàn chân - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 26	Tuần 13	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
27	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Ôn tập: Lăn bóng bằng bàn chân; Đá bóng bằng mu trong bàn chân. - Học: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 27	Tuần 14	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
28	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân và kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Trò chơi:Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 28	Tuần 14	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
29	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Ôn tập: Lăn bóng bằng bàn chân; Kỹ thuật dừng bóng	Tiết 29	Tuần 15	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá,	Sân GDTC của trường

	lăn bằng mu giữa bàn chân. - Học: Một số điều luật trong thi đấu bóng đá. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).			mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	
30	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Ôn tập: Lăn bóng bằng bàn chân; Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Học: Một số điều luật trong thi đấu bóng đá. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 30	Tuần 15	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
31	Bài 2: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Luyện tập: Đá bóng mu trong bàn chân; dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Ôn: Bài tập phối hợp đồng đội. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 31	Tuần 16	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
32	Bài 3: Kỹ thuật dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Luyện tập: Đá bóng mu trong bàn	Tiết 32	Tuần 16	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài	Sân GDTC của trường

	chân; dùng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Ôn: Bài tập phối hợp đồng đội. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).			dạy, còi, bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh, sách GDTC...	
33	Bài 2: Kỹ thuật dùng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân - Luyện tập: Đá bóng mu trong bàn chân; dùng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân. - Ôn: Nội dung kiểm tra đánh giá cuối học kỳ I. - Trò chơi: Đội trưởng (hoặc do GV chọn).	Tiết 33	Tuần 17	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cỡ, tranh ảnh...	Sân GDTC của trường
34	Kiểm tra học đánh giá cuối kì: GV không lựa chọn nội dung đã kiểm tra giữa kì I	Tiết 34	Tuần 17		Sân GDTC của trường
35	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 35	Tuần 18		Sân GDTC của trường
36	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 36	Tuần 18		Sân GDTC của trường
37	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Học: Bài tập bổ trợ: tại chỗ quay	Tiết 37	Tuần 19	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài	Sân GDTC của trường

	sang phải, trái, chạy đột ngột giảm tốc độ. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).			dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	
38	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Ôn tập: Bài tập bổ trợ - Học: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).	Tiết 38	Tuần 19	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh,	Sân GDTC của trường
39	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Ôn tập: Bài tập bổ trợ. Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).	Tiết 39	Tuần 20	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh..	Sân GDTC của trường
40	Bài 4: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Ôn tập: Bài tập bổ trợ. Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).	Tiết 40	Tuần 20	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
41	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu	Tiết 41	Tuần 21	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. Đá bóng mu trong bàn chân; - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).			gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	
42	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. Đá bóng mu trong bàn chân; - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).	Tiết 42	Tuần 21	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, quả bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
43	Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân - Ôn tập: Kỹ thuật dẫn bóng bằng mu bàn chân. Dừng bóng lăn bằng mu giữa bàn chân; - Trò chơi: Dẫn bóng tiếp sức (Do Gv chọn).	Tiết 43	Tuần 22	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, bóng đá, mắc cơ, tranh ảnh, sách GDTC....,	Sân GDTC của trường
44	Bài 1: Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng - Học: Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng.	Tiết 44	Tuần 22	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây,	Sân GDTC của trường

	Trò chơi: Chuyển bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).			bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	
45	Bài 1: Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng - Ôn: Phối hợp trong giai đoạn chạy giữa quãng. - Học: Hiện tượng "cực điểm" trong chạy cự li trung bình và cách khắc phục Trò chơi: Chuyển bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).	Tiết 45	Tuần 23	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
46	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau XP - Ôn tập: Chạy giữa quãng. Học: Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát - Trò chơi: Chuyển bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).	Tiết 46	Tuần 23	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
47	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát	Tiết 47	Tuần 24	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	và tăng tốc độ sau XP - Ôn tập: Phối hợp trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát - chạy giữa quãng. - Học: Một số điều luật trong thi đấu điền kinh. Trò chơi: Chuyển bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).			gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	
48	Bài 2: Phối hợp trong giai đoạn xuất phát và tăng tốc độ sau XP - Ôn tập: Phối hợp xuất phát- tăng tốc độ sau xuất phát - chạy giữa quãng. - Trò chơi: Chuyển bóng tiếp sức (hoặc do Gv chọn).	Tiết 48	Tuần 24	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
49	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình - Học: Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích Trò chơi: Hái năm (Hoặc do GV chọn).	Tiết 49	Tuần 25	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường

50	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình - Ôn tập: Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. - Học: Phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật chạy cự li trung bình. Trò chơi: Hái nấm (Hoặc do GV chọn).	Tiết 50	Tuần 25	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
51	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình - Ôn tập: Phối hợp các giai đoạn của kĩ thuật chạy cự li trung bình. - Trò chơi: Hái nấm (Hoặc do GV chọn).	Tiết 51	Tuần 26	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
52	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình - Hoàn thiện các giai đoạn của kĩ thuật và nâng cao thành tích chạy cự li trung bình. - Trò chơi: Hái nấm (Hoặc do GV chọn).	Tiết 52	Tuần 26	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm	Sân GDTC của trường

				giây	
53	Kiểm tra đánh giá giữa kỳ II: Chạy cự li trung bình)	Tiết 53	Tuần 27	- Trang phục gọn gàng, kế hoạch bài dạy, còi, thước dây, bóng, tranh ảnh, sách GDTC. Dây đánh đích, Đồng hồ bấm giây	Sân GDTC của trường
54	Bài 1: Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ - Học: Giậm nhảy và bước bộ - Trò chơi: Thi ai bật nhảy xa hơn (Hoặc do GV chọn).	Tiết 54	Tuần 27	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
55	Bài 1: Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ - Ôn tập: Giậm nhảy và bước bộ. - Học: Một số điều luật trong thi đấu điền kinh Trò chơi: Thi ai bật nhảy xa hơn (Hoặc do GV chọn).	Tiết 55	Tuần 28	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
56	Bài 1: Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ	Tiết 56	Tuần 28	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài	Sân GDTC của trường

	- Ôn tập: Giậm nhảy và bước bộ. - Học: Một số điều luật trong thi đấu điền kinh Trò chơi: Thi ai bật nhảy xa hơn (Hoặc do GV chọn).cao.			dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	
57	Bài 2: Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy - Ôn tập: Giậm nhảy và bước bộ. - Học: Cách đo đà; chạy đà - Trò chơi: Ai chạm bóng nhiều lần (Hoặc do GV chọn).	Tiết 57	Tuần 29	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
58	Bài 2: Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy - Ôn tập: Chạy đà- giậm nhảy – bước bộ - Trò chơi: Ai chạm bóng nhiều lần (Hoặc do GV chọn).	Tiết 58	Tuần 29	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
59	Bài 2: Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy - Ôn tập: Chạy đà- giậm nhảy – bước bộ Trò chơi: Ai chạm bóng nhiều lần (Hoặc do GV chọn).	Tiết 59	Tuần 30	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
60	Bài 3: Kỹ thuật bay trên không và rơi	Tiết 60	Tuần 30	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	xuống đất - Ôn tập: Kỹ thuật chạy đà – giậm nhảy - Học: Kỹ thuật bay trên không - Trò chơi: Nhảy dây tiếp sức (hoặc do GV chọn).			gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	
61	Bài 3: Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống đất - Ôn tập: Kỹ thuật chạy đà- giậm nhảy - bay trên không - Học: Kỹ thuật rơi xuống đất - Trò chơi: Nhảy dây tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 61	Tuần 31	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
62	Bài 3: Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống đất - Ôn tập: Kỹ thuật chạy đà- giậm nhảy - bay trên không - rơi xuống đất - Trò chơi: Nhảy dây tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 62	Tuần 31	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC...	Sân GDTC của trường
63	Bài 3: Kỹ thuật bay trên không và rơi xuống đất - Luyện tập: Chạy đà- giậm nhảy -trên không- rơi xuống đất. - Trò chơi: Nhảy dây tiếp sức (hoặc do GV chọn).	Tiết 63	Tuần 32	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
64	Bài 4: Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật	Tiết 64	Tuần 32	- Trang phục gọn	Sân GDTC của trường

	nhảy xa kiểu ngồi - Ôn tập: chạy đà - giậm nhảy – bước bộ trên không. - Học: Phối hợp các giai đoạn nhảy xa kiểu ngồi - Trò chơi: Lò cò vượt rào (hoặc do Gv chọn).			gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	
65	Bài 4: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi - Ôn tập: Phối hợp các giai đoạn nhảy xa kiểu ngồi. - Học: một số điều luật trong thi đấu điền kinh. - Trò chơi: Lò cò vượt rào (hoặc do Gv chọn).	Tiết 65	Tuần 33	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
66	Bài 4: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi - Ôn tập: Phối hợp các giai đoạn nhảy xa kiểu ngồi Trò chơi: Lò cò vượt rào (hoặc do Gv chọn).	Tiết 66	Tuần 33	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh, sách GDTC....	Sân GDTC của trường
67	Bài 4: Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa kiểu ngồi - Ôn tập: nội dung kiểm tra đánh giá cuối học kỳ II. - Hoàn thiện và nâng cao thành tích nhảy xa kiểu ngồi.	Tiết 67	Tuần 34	- Trang phục gọn gàng, Kế hoạch bài dạy, Còi, Thước dây, Xẻng, Tranh ảnh,	Sân GDTC của trường

	- Trò chơi: Lò cò vượt rào (hoặc do Gv chọn).			sách GDTC....	
68	Kiểm tra đánh giá cuối kỳ II: Gv không lựa chọn nội dung đã kiểm tra giữa kỳ II	Tiết 68	Tuần 34		Sân GDTC của trường
69	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 69	Tuần 35		Sân GDTC của trường
70	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	Tiết 70	Tuần 35		Sân GDTC của trường

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC MÔN THỂ DỤC 9

Tên chương	Mục tiêu cơ bản	Kiến thức cơ bản	Đồ dùng giảng dạy	Phương pháp tổ chức	TLTK	Thực hành thực tế	Kiểm tra
Chương I: Một số hướng dẫn tập luyện sức bền	- Giúp cho học sinh có một số hiểu biết về sức bền, phương pháp tập luyện phát triển sức bền	- Biết một số nguyên tắc, phương pháp đơn giản tập luyện phát triển sức bền - Biết vận dụng khi học giờ thể dục và tự tập hàng ngày.	Kế hoạch dạy học	- Giảng giải cho học sinh làm được	SGK	Lớp học	
Chương II: ĐHĐN	- Giúp cho học sinh nâng cao, hoàn thiện kỹ năng ĐHĐN đã học	- Hoàn thiện những kỹ năng ĐHĐN đã học - Vận dụng vào thực	Kế hoạch dạy học, còi	- Thi phạm giảng giải kỹ thuật cho học sinh - Tổ chức đội hình tập	SGV	Sân TD	45'

	để rèn luyện tư thế tác phong và nề nếp kỹ thuật, góp phần hình thành nhân cách	tiễn ở trường và ngoài nhà trường		sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét			
Chương III: Bài TD phát triển chung :	- Nhằm rèn luyện các nhóm cơ chính của cơ thể, phát triển thể lực chung và rèn luyện tư thế cơ bản	- Thực hiện cả bài đúng động tác, đúng thứ tự, nhịp, phương hướng và biên độ - Biết vận dụng tự tập hàng ngày	Kế hoạch dạy học, còi giáo án	- Làm mẫu , phân tích - Tổ chức đội hình tập - Giáo viên viên quan sát sửa sai	SGV	Ngoài trời	45'
Chương IV: Chạy ngắn	- Tiếp tục giúp cho học sinh có những hiểu biết cần thiết về kỹ thuật chạy 60m để tập luyện phát triển sức mạnh	- Bước đầu hoàn thiện kỹ thuật chạy 60m đạt tiêu chuẩn RLTT - Biết một số điểm trong luật điền kinh - Biết vận dụng khi tập luyện và thi đấu	Bàn đạp, còi , đồng hồ còi	- Thi phạm, phân tích - Tổ chức đội hình tập - Giáo viên viên quan sát sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét	SGV, STK, luật	Sân TD	45'
Chương V: Chạy bền	Tiếp tục nâng cao một số hiểu biết và rèn luyện kỹ thuật để phát triển sức bền cho học sinh	- nâng cao khả năng chạy bền - Đạt tiêu chuẩn RLTT - Biết vận dụng những điều đã học để tự tập luyện sức bền	Kế hoạch dạy học, bàn đạp, còi , đồng hồ còi	- Thi phạm, phân tích - Tổ chức đội hình tập - Giáo viên viên quan sát sửa sai	SGV, STK, luật	Sân TD	45'
Chương	- Giúp học sinh củng	- Hoàn thiện kỹ thuật	Kế hoạch	-Giáo viên làm mẫu	SGV,	Sân TD	45'

VI Nhảy cao	cố, nâng cao một số hiểu biết về kiến thức, kỹ năng nhảy cao và luật để rèn luyện thể lực chung sức mạnh chân, nâng cao thành tích	nhảy cao kiểu "Bước qua" và nâng cao thành tích" - Biết được một số điểm cơ bản trong luật điền kinh - Biết vận dụng trong tập luyện, thi đấu	dạy học, hố cát, Đệm còi, thước cột, xà	phân tích - Tổ chức HS tập cho học sinh - Giáo viên sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét	STK, luật		
Chương VII: Nhảy xa:	Giúp cho học sinh củng cố, nâng cao những hiểu biết kỹ thuật, phương pháp tập luyện, để tiếp tục rèn luyện thể lực, phát triển sức mạnh chân và nâng cao thành tích	- Thực hiện hoàn chỉnh 4 giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu "Ngồi" và nâng cao thành tích - Biết một số điểm trong luật điền kinh - Biết vận dụng để tập luyện và thi đấu	Kế hoạch dạy học, hố cát, còi, thước dây	- Giáo viên làm mẫu phân tích - Tổ chức ĐH lập cho học sinh - Giáo viên sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét	SGV, STK, luật	Sân TD	45'
Chương VIII: Môn TT tự chọn: Bóng đá	Tiếp tục giúp học sinh có những kiến thức cơ bản về kỹ thuật bóng đá, củng cố và nâng cao khả năng thực hiện kỹ thuật, thành tích	- Hoàn thiện kỹ thuật, thực hiện tương đối tốt dẫn bóng đá bóng bằng má trong má ngoài bàn chân, một số chiến thuật đơn giản.	Kế hoạch dạy học, bóng đá, còi	-Giáo viên làm mẫu phân tích - Tổ chức ĐH lập cho học sinh - Giáo viên sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét	SGV, STK, luật	Sân TD	45'

Chương IX: Đá cầu	- Giúp học sinh củng cố, nâng cao kỹ thuật động tác đã học kết hợp với học mới về kỹ thuật, chiến thuật và phương pháp tập luyện để rèn luyện sức khỏe phát triển thể lực	- Biết và thực hiện đúng kỹ thuật động tác học ở lớp 8 - Biết và thực hiện cơ bản đúng kỹ thuật động tác - Biết thực hiện ở mức ban đầu chiến thuật đá đôi và tiếp tục học một số điều của luật đá cầu để vận dụng trong tập luyện, thi đấu	Kế hoạch dạy học, cầu, còi, lưới, cột	- Giáo viên làm mẫu phân tích - Tổ chức ĐH lập cho học sinh - Giáo viên sửa sai - Phân nhóm tập luyện - Thi đấu - Nhận xét	SGV, STK, luật	Sân TD	45'
Hoạt động ngoại khoá(HK PD cấp trường)	Trang bị cho HS kiến thức kỹ năng cơ bản cũng như kĩ chiến thuật một số nội dung thi đấu HKPD cấp trường là: Bơi, bóng đá, điền kinh, cờ vua.	- Thực hiện tốt một số kỹ năng cơ bản các ND bên, thực hiện được một số kỹ chiến thuật cơ bản, áp dụng thi đấu thực tiễn thi đấu HKPD trường cũng như thi đấu cấp huyện.	Kế hoạch dạy học cầu đá, đồng hồ, thước dây, cờ vua..	- GV thi phạm động tác - Phân tích động tác - Tổ chức tiến hành tập luyện tập, thi đấu - giao lưu giữa các trường học hỏi kinh nghiệm	SGK, STK, luật thi đấu	Thi đấu ngoài trời, trong nhà	- Thi đấu theo kế hoạch, HKPD trường, phòng

TỔ PHÓ

(Ký và ghi rõ họ tên)

Lục Ba ngày 30 tháng 8 năm 2022

GIÁO VIÊN

(Ký và ghi rõ họ tên)

Nguyễn Thị Linh

Đặng Đình Tuân