**PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH MÔN VẬT LÍ LỚP 10**

**NĂM HỌC 2022 - 2023**

**Cả năm: 35 tuần, 70 tiết+35 tiết chuyên đề**

1. **HỌC KÌ I**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tuần** | **Tiết** | **Nội dung dạy học** | **Số tiết** | **Thiết bị** | **Địa điểm** | **Ghi chú** |
| 1 | 1 | Làm quen với Vật lí học | 2 |  | Lớp học |  |
| 2 |  | Lớp học |  |
| 3 | Các quy tắc an toàn trong phòng thí nghiệm Vật lí | 1 | Đồng hồ đa năng  Vôn kế  Ampe kế | Lớp học |  |
| 2 | 4 | Thực hành tính sai số trong phép đo. Ghi kết quả đo.(t1) | 2 | Thí nghiệm đơn giản để HS xác định sai số | Lớp học |  |
| 5 | Thực hành tính sai số trong phép đo. Ghi kết quả đo.(t2) | Lớp học |  |
| 6 | Độ dịch chuyển và quãng đường đi được(t1) | 2 | Máy chiếu hoặc ti vi lớn | Lớp học |  |
| 3 | 7 | Độ dịch chuyển và quãng đường đi được(t2) | Lớp học |  |
| 8 | Tốc độ và vận tốc(t1) | 2 | Dụng cụ chụp hoạt nghiệm. | Lớp học |  |
| 9 | Tốc độ và vận tốc(t2) | Lớp học |  |
| 4 | 10 | Thực hành: đo tốc độ của vật chuyển động | 1 | Bộ thiết bị thực hành đo tốc độ của chuyển động như: đồng hồ đo thời gian hiện số, cổng quang điện.... | PBM |  |
| 11 | Đồ thị độ dịch chuyển – thời gian(t1) | 2 | MC | Lớp học |  |
| 12 | Đồ thị độ dịch chuyển – thời gian(t2) | Lớp học |  |
| 5 | 13 | Chuyển động thẳng biến đổi. Gia tốc(t1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 14 | Chuyển động thẳng biến đổi. Gia tốc(t2) |  | Lớp học |  |
| 15 | Chuyển động thẳng biến đổi đều | 1 |  | Lớp học |  |
| 6 | 16 | Sự rơi tự do | 1 |  | Lớp học |  |
| 17 | Thực hành: đo gia tốc rơi tự do(t1) | 2 | Các dụng cụ thí nghiệm trong phòng thí nghiệm dùng để đo gia tốc rơi tự do: máng đứng có gắn dây rọi, vật thép hình trụ, nam châm điện dùng để giữ và thả trụ thép, cổng quang điện, giá đỡ ba chân có vít chỉnh, đồ hồ do thời gian hiện số, công tắc kép | PBM |  |
| 18 | Thực hành: đo gia tốc rơi tự do(t2) | PBM |  |
| 7 | 19 | Chuyển động ném(t1) |  | MC | Lớp học |  |
| 20 | Chuyển động ném(t2) | 1 | Lớp học |  |
| 21 | Tổng hợp và phân tích lực. Cân bằng lực(t1) | 1 | MC | Lớp học |  |
| 8 | 22 | Tổng hợp và phân tích lực. Cân bằng lực(t2) | 1 | Lớp học |  |
| 23 | Chủ đề. Các định luật Niu tơn (tiết 1) | 1/5 | Bộ thí nghiệm kiểm chứng định luật Newton | Lớp học |  |
| 24 | Chủ đề. Các định luật Niu tơn (tiết 2) | 2/5 | Lớp học |  |
| 9 | 25 | Ôn tập | 5 |  | Lớp học |  |
| 26 | Kiểm tra giữa kì I |  | Lớp học |  |
| 27 | Chủ đề. Các định luật Niu tơn (tiết 3) | 3/5 | Bộ thí nghiệm kiểm chứng định luật Newton | Lớp học |  |
| 10 | 28 | Chủ đề. Các định luật Niu tơn (tiết 4) | 4/5 | Lớp học |  |
| 29 | Chủ đề. Các định luật Niu tơn (tiết 5) | 5/5 | Lớp học |  |
| 30 | Trọng lực và lực căng | 2 | MC | Lớp học |  |
| 31 | Trọng lực và lực căng | Lớp học |  |
| 11 | 32 | Lực ma sát(t1) | 2 | Một vài mẩu gỗ, con lăn để làm thí nghiệm ở các Hình 18.2, 18.3, 18.4 SGK.  Lực kế, mặt kính, mặt gỗ, mặt giấy nhám để làm thí nghiệm ở Hình 18.4 SGK | Lớp học |  |
| 33 | Lực ma sát(t2) | Lớp học |  |
| 12 | 34 | Lực cản và lực nâng | 1 |  | Lớp học |  |
| T1CĐ | Bài 1. Sơ lược về sự phát triển của vật lí học (tiết 1) | 2 | MC | Lớp học |  |
| T2CĐ | Bài 1. Sơ lược về sự phát triển của vật lí học (tiết 2) | Lớp học |  |
| 13 | T3CĐ | Bài 2. Giới thiệu các lĩnh vực nghiên cứu trong vật lí học (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| T4CĐ | Bài 2. Giới thiệu các lĩnh vực nghiên cứu trong vật lí học (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| T5CĐ | Bài 2. Giới thiệu các lĩnh vực nghiên cứu trong vật lí học (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| 14 | T6CĐ | Bài 2. Giới thiệu các lĩnh vực nghiên cứu trong vật lí học (tiết 4) | MC | Lớp học |  |
| T7CĐ | Bài 3. Giới thiệu các ứng dụng của vật lí trong một số ngành nghề (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| T8CĐ | Bài 3. Giới thiệu các ứng dụng của vật lí trong một số ngành nghề (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| 15 | T9CĐ | Bài 3. Giới thiệu các ứng dụng của vật lí trong một số ngành nghề (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| T10CĐ | Bài 3. Giới thiệu các ứng dụng của vật lí trong một số ngành nghề (tiết 4) | MC | Lớp học |  |
| T11CĐ | Bài 4. Xác định phương hướng (tiết 1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 16 | T12CĐ | Bài 4. Xác định phương hướng (tiết 1) |  | Lớp học |  |
| T13CĐ | Bài 5. Đặc điểm chuyển động nhìn thấy của một số thiên thể trên nền trời sao (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| T14CĐ | Bài 5. Đặc điểm chuyển động nhìn thấy của một số thiên thể trên nền trời sao (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| 17 | T15CĐ | Bài 5. Đặc điểm chuyển động nhìn thấy của một số thiên thể trên nền trời sao (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| 35 | Ôn tập |  | Lớp học |  |
| 36 | Kiểm tra HK I |  |  | Lớp học |  |
| 18 | T16CĐ | Bài 5. Đặc điểm chuyển động nhìn thấy của một số thiên thể trên nền trời sao (tiết 4) |  | MC | Lớp học |  |
| T17CĐ | Bài 6. Nhật thực, nguyệt thực, thủy triều (tiết 1) | 2 | MC | Lớp học |  |
| T18CĐ | Bài 6. Nhật thực, nguyệt thực, thủy triều (tiết 2) | MC | Lớp học |  |

1. **HỌC KÌ II**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tuần** | **Tiết** | **Nội dung dạy học** | **Số tiết** | **Thiết bị** | **Địa điểm** | **Ghi chú** |
| 19 | T19CĐ | Bài 6. Nhật thực, nguyệt thực, thủy triều (tiết 3) | 2 | MC | Lớp học |  |
| T20CĐ | Bài 6. Nhật thực, nguyệt thực, thủy triều (tiết 4) | MC | Lớp học |  |
| 37 | Ví dụ giải các bài toán về động lực học | 2 |  | Lớp học |  |
| 20 | 38 | Ví dụ giải các bài toán về động lực học |  | Lớp học |  |
| 39 | Bài 21. Mômen lực. Cân bằng của vật rắn (tiết 1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 40 | Bài 21. Mômen lực. Cân bằng của vật rắn (tiết 2) |  | Lớp học |  |
| 21 | 41 | Bài 22. Thực hành: Tổng hợp lực (tiết 1) | 2 | Các dụng cụ thí nghiệm trong phòng thí nghiệm dùng để xác định tổng hợp lực: Lực kế ;quả trọng,thước kẹp, bảng đo góc, bẳng từ,… | PBM |  |
| 42 | Bài 22. Thực hành: Tổng hợp lực (tiết 2) | PBM |  |
| 43 | Chủ đề. Năng lượng. Công, công suất cơ học (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| 22 | 44 | Chủ đề. Năng lượng. Công, công suất cơ học (tiết 2) | Lớp học |  |
| 45 | Chủ đề. Năng lượng. Công, công suất cơ học (tiết 3) | Lớp học |  |
| 46 | Chủ đề. Năng lượng. Công, công suất cơ học (tiết 4) | Lớp học |  |
| 23 | 47 | Chủ đề. Động năng, thế năng. Cơ năng và định luật bảo toàn cơ năng (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| 48 | Chủ đề. Động năng, thế năng. Cơ năng và định luật bảo toàn cơ năng (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| 49 | Chủ đề. Động năng, thế năng. Cơ năng và định luật bảo toàn cơ năng (tiết 3) |  | Lớp học |  |
| 24 | 50 | Chủ đề. Động năng, thế năng. Cơ năng và định luật bảo toàn cơ năng (tiết 4) |  | Lớp học |  |
| 51 | Hiệu suất (T1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 52 | Hiệu suất (T2) |  | Lớp học |  |
| 25 | 53 | Chủ đề. Động lượng. Định luật bảo toàn động lượng (tiết 1) | 4 | Thí nghiệm ảo và các hình ảnh minh họa các hiện tượng liên quan đến động lượng, xung lượng | Lớp học |  |
| 54 | Chủ đề. Động lượng. Định luật bảo toàn động lượng (tiết 2) | Lớp học |  |
| 55 | Chủ đề. Động lượng. Định luật bảo toàn động lượng (tiết 3) | Lớp học |  |
| 26 | 56 | Chủ đề. Động lượng. Định luật bảo toàn động lượng (tiết 4) | Lớp học |  |
| 57 | Ôn tập | 1 |  | Lớp học |  |
| 58 | Kiểm tra giữa kì II | 1 |  | Lớp học |  |
| 27 | 59 | Bài 30. Thực hành: Xác định động lượng của vật trước và sau va chạm (tiết 1) | 2 | TN | PBM |  |
| 60 | Bài 30. Thực hành: Xác định động lượng của vật trước và sau va chạm (tiết 2) | PBM |  |
| 61 | Chủ đề. Động học của chuyển động tròn đều (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| 28 | 62 | Chủ đề. Động học của chuyển động tròn đều (tiết 2) | Lớp học |  |
| 63 | Chủ đề. Động học của chuyển động tròn đều (tiết 3) | Lớp học |  |
| 64 | Chủ đề. Động học của chuyển động tròn đều (tiết 4) | Lớp học |  |
| 29 | 65 | Bài 33. Biến dạng của vật rắn (tiết 1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 66 | Bài 33. Biến dạng của vật rắn (tiết 2) |  | Lớp học |  |
| 67 | Bài 34. Khối lượng riêng. Áp suất chất lỏng (tiết 1) | 2 |  | Lớp học |  |
| 30 | 68 | Bài 34. Khối lượng riêng. Áp suất chất lỏng (tiết 2) |  | Lớp học |  |
| T21CĐ | Bài 7. Sự cần thiết phải bảo vệ môi trường (tiết 1) | 3 | MC | Lớp học |  |
| T22CĐ | Bài 7. Sự cần thiết phải bảo vệ môi trường (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| 31 | T23CĐ | Bài 7. Sự cần thiết phải bảo vệ môi trường (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| T24CĐ | Bài 8. Tác động của việc sử dụng năng lượng hiện nay đối với Việt Nam (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| T25CĐ | Bài 8. Tác động của việc sử dụng năng lượng hiện nay đối với Việt Nam (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| 32 | T26CĐ | Bài 8. Tác động của việc sử dụng năng lượng hiện nay đối với Việt Nam (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| T27CĐ | Bài 8. Tác động của việc sử dụng năng lượng hiện nay đối với Việt Nam (tiết 4) | MC | Lớp học |  |
| T28CĐ | Bài 9. Sơ lược về các chất gây ô nhiễm môi trường (tiết 1) | 4 | MC | Lớp học |  |
| 33 | T29CĐ | Bài 9. Sơ lược về các chất gây ô nhiễm môi trường (tiết 2) | MC | Lớp học |  |
| T30CĐ | Bài 9. Sơ lược về các chất gây ô nhiễm môi trường (tiết 3) | MC | Lớp học |  |
| T31CĐ | Bài 9. Sơ lược về các chất gây ô nhiễm môi trường (tiết 4) | MC | Lớp học |  |
| 34 | 69 | Ôn tập (kiểm tra cuối HK II) |  |  | Lớp học |  |
| 70 | Kiểm tra cuối HK II |  |  | Lớp học |  |
| T32CĐ | Bài 10. Năng lượng tái tạo và một số công nghệ thu năng lượng tái tạo (tiết 1/4) | 4 | MC | Lớp học |  |
| 35 | T33CĐ | Bài 10. Năng lượng tái tạo và một số công nghệ thu năng lượng tái tạo (tiết 2/4) | MC | Lớp học |  |
| T34CĐ | Bài 10. Năng lượng tái tạo và một số công nghệ thu năng lượng tái tạo (tiết 3/4) | MC | Lớp học |  |
| T35CĐ | Bài 10. Năng lượng tái tạo và một số công nghệ thu năng lượng tái tạo (tiết 4/4) | MC | Lớp học |  |

|  |  |
| --- | --- |
| *Nam Sách, ngày tháng 8 năm 2022*  **TM. BAN GIÁM HIỆU**  **PHÓ HIỆU TRƯỞNG** | *Nam Sách, ngày tháng 8 năm 2022*  **TỔ TRƯỞNG** |