**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 NGUYỄN DU**  **TỔ: LÝ-HÓA-SINH-TD**  Họ và tên giáo viên: **PHAN THẾ HƯNG** | **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN**

**MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC GDTC, LỚP 6**

(Năm học 2023 - 2024)

**I. Kế hoạch dạy học**

**1. Phân phối chương trình**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| STT | Tên bài | Nội dung | | Số tiết  (2) | | Thời điểm  (3) | Thiết bị dạy học  (4) | Địa điểm dạy học  (5) | |
| 1 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng*** | Cách cầm bóng, tung và bắt bóng bằng một tay, hai tay. | | 1 | | Tuần 1 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 2 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li trung bình*** | - Các động tác bổ trợ: Đi, chạỵ thở sâu theo nhịp đơn, nhịp kép; chạy theo đường hình số tám.  - Trò chơi phát triển sức bền (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 1 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 3 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng*** | - Hai tay phối hợp tung và bắt bóng.  - Ôn tung và bắt bóng bằng một tay, hai tay  - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực. | | 1 | | Tuần 2 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 4 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li trung bình*** | - Các động tác bổ trợ: Chạỵ theo đường dích dắc, chạy luồn cọc.  - Trò chơi chuyền bóng nhanh qua 2 chân. | | 1 | | Tuần 2 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 5 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng*** | - Ném bóng bằng một tay trên cao.  - Ôn động tác hai tay phối hợp tung và bắt bóng.  - Trò chơi đội nào ném bóng xa hơn. | | 1 | | Tuần 3 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 6 | ***Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng*** | - KT chạy giữa quãng trên đường thẳng.  - Trò chơi phát triển sức bền (do Gv chọn). | | 1 | | Tuần 3 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 7 | ***Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng*** | - Kĩ thuật ra sức cuối cùng.  - Ôn kĩ thuật ném bóng bằng một tay trên cao.  - Trò chơi con sâu đo. | | 1 | | Tuần 4 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 8 | ***Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng*** | - KT chạy giữa quãng trên đường vòng.  - Ôn KT chạy giữa quãng trên đường thẳng.  - Trò chơi ai nhảy dây nhiều hơn. | | 1 | | Tuần 4 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 9 | ***Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng*** | Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng. | | 1 | | Tuần 5 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 10 | ***Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng*** | - Ôn KT chạy giữa quãng trên đường thẳng, vòng.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu Điền Kinh. | | 1 | | Tuần 5 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 11 | ***Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng*** | - Kĩ thuật giữ thăng bằng.  - Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng.  - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực. | | 1 | | Tuần 6 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 12 | ***Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về địch*** | - KT xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát.  - Trò chơi phát triển sức bền (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 6 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 13 | ***Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng*** | Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. | | 1 | | Tuần 7 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 14 | ***Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về đích*** | - KT chạy về đích.  - Phối hợp các giai đoạn trong chạy cự li trung bình.  - Ôn KT xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu điền kinh. | | 1 | | Tuần 7 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 15 | ***Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng*** | - Ôn kĩ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.  - Trò chơi phát triển sức mạnh tay-ngực. | | 1 | | Tuần 8 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 16 | ***Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát và chạy về địch*** | - Ôn KT các giai đoạn chạy cự li trung bình.  - Trò chơi nhảy bao bố. | | 1 | | Tuần 8 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 17 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | - Kĩ thuật tư thế chuẩn bị chạy và chạy đà.  - Trò chơi đẩy gậy. | | 1 | | Tuần 9 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 18 | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)** | | | 1 | | Tuần 9 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 19 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | - Ôn kĩ thuật bị chạy và chạy đà. | | 1 | | Tuần 10 | Còi, tranh TD, hố nhảy xa | Sân trường | |
| 20 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 11. | | 1 | | Tuần 10 | Còi, tranh TD, hố nhảy xa | Sân trường | |
| 21 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | - Ôn kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà.  - Ôn các giai đoạn trong ném bóng | | 1 | | Tuần 11 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 22 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | ***-*** Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 11.  - Trò chơi đi qua dây. | | 1 | | Tuần 11 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 23 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | - Ôn kĩ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà.  - Ôn các giai đoạn trong ném bóng | | 1 | | Tuần 12 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 24 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | - Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 12 đến nhịp 23.  - Ôn bài thể dục liên hoàn các nhịp đã học. | | 1 | | Tuần 12 | Còi, tranh TD, hố nhảy xa | Sân trường | |
| 25 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | - Ôn các giai đoạn ném bóng.  - Một số luật cơ bản trong thi đấu ném bóng. | | 1 | | Tuần 13 | Còi, bóng su, vôi, thước. | Sân trường | |
| 26 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | - Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 23.  - Trò chơi chuyển vòng. | | 1 | | Tuần 13 | Còi, tranh TD, hố nhảy xa | Sân trường | |
| 27 | ***Chuẩn bị chạy đà và chạy đà*** | Ôn các giai đoạn ném bóng | | 1 | | Tuần 14 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 28 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | - Bài thể dục liên hoàn từ nhịp 24 đến nhịp 30.  - Ôn BTD liên hoàn các nhịp đã học. | | 1 | | Tuần 14 | Còi, tranh TD, hố nhảy xa | Sân trường | |
| 29 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | - Một số động tác bổ trợ với bóng: Tung và bắt bóng trên cao.  - Trò chơi VĐ (do GV chọn). | | 1 | | Tuần 15 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 30 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | Ôn bài thể dục liên hoàn từ nhịp 1 đến 30. | | 1 | | Tuần 15 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 31 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | Một số động tác bổ trợ với bóng: Chuyền bóng xung quanh thân người, lăn bóng giữa hai chân. | | 1 | | Tuần 16 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 32 | ***Bài thể dục liên hoàn*** | Hoàn thiện bài TD liên hoàn từ nhịp 1 đến nhịp 30. | | 1 | | Tuần 16 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 33 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | Một số động tác bổ trợ với bóng: Chuyền bóng vòng quanh chân trước, đập và bắt bóng nẩy lên bằng hai tay. | | 1 | | Tuần 17 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 34 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn.*** | Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi. | | 1 | | Tuần 17 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 35 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | - KT di chuyển: Bước trượt ngang sang phải.  - Ôn một số động tác bổ trợ đã học | | 1 | | Tuần 18 | Còi, tranh TD | Sân trường | |
| 36 | **KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I**  **(Bài Thể Dục Liên Hoàn)** | | | 1 | | Tuần 18 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
|  | **HỌC KÌ II** | | | | | | | | |
| 37 | ***Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn.*** | - Kĩ thuật chạy đạp sau.  - Trò chơi chạy tiếp sức. | | 1 | | Tuần 19 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 38 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | - KT di chuyển: Bước trượt ngang sang trái.  - Ôn KT di chuyển: Bước trượt ngang sang phải. | | 1 | | Tuần 19 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 39 | ***Chạy giữa quãng*** | - Kĩ thuật chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập chạy cự li ngắn.  - Ôn KT chạy đạp sau | | 1 | | Tuần 20 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 40 | ***Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển*** | - Ôn KT di chuyển sang phải, sang trái.  - Trò chơi lăn và đổi bóng trên đường dích dắt. | | 1 | | Tuần 20 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 41 | ***Chạy giữa quãng*** | - Ôn kĩ thuật chạy giữa quãng, cách thở trong luyện tập chạy cự li ngắn.  - Trò chơi người thừa thứ ba. | | 1 | | Tuần 21 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 42 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - KT dẫn bóng tại chỗ.  - Ôn KT di chuyển sang phải, sang trái. | | 1 | | Tuần 21 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 43 | ***Xuất phát và chạy lao sau xuất phát*** | Kĩ thuật xuất phát cao. | | 1 | | Tuần 22 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 44 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn KT dẫn bóng tại chỗ.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 22 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 45 | ***Xuất phát và chạy lao sau xuất phát*** | - Kĩ thuật chạy lao sau xuất phát.  - Ôn kĩ thuật xuất phát cao.  - Trò chơi phát triển sức nhanh. | | 1 | | Tuần 23 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 46 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | KT dẫn bóng trên đường thẳng. | | 1 | | Tuần 23 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 47 | ***Xuất phát và chạy lao sau xuất phát*** | - Ôn KT xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.  ***-***  Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK. | | 1 | | Tuần 24 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 48 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | - Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 24 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 49 | ***Chạy về đích*** | ***-***  Kĩ thuật chạy về đích (chạy băng qua đích).  - Trò chơi phát triển sức nhanh. | | 1 | | Tuần 25 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 50 | ***Chạy về đích*** | ***-*** Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.  - Trò chơi đổi bóng nhanh trên đường dích dắc. | | 1 | | Tuần 25 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 51 | ***Chạy về đích*** | ***-*** Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ĐK. | | 1 | | Tuần 26 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 52 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | ***-*** Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ. | | 1 | | Tuần 26 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 53 | ***Kĩ thuật dẫn bóng*** | ***-*** Ôn KT dẫn bóng tại chỗ và trên đường thẳng. | | 1 | | Tuần 27 | Còi, tranh TD, đồng hồ bấm giờ | Sân trường | |
| 54 | **KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 60m)** | | | 1 | | Tuần 27 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 55 | ***Kĩ thuât chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - KT tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 28 |  | Sân trường | |
| 56 | ***Kĩ thuât chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - Ôn KT tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 28 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 57 | ***Kĩ thuât chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - Ôn KT tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 29 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 58 | ***Kĩ thuât chuyền bóng và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - Ôn KT tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Trò chơi giành bóng. | | 1 | | Tuần 29 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 59 | ***Kĩ thuât chuyền bóng và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - Ôn KT chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 30 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 60 | ***Kĩ thuât chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực*** | - Ôn KT chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực.  - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu bóng rổ. | | 1 | | Tuần 30 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 61 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai. | | 1 | | Tuần 31 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 62 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | - Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.  - Trò chơi vận động (do GV chọn). | | 1 | | Tuần 31 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 63 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai. | | 1 | | Tuần 32 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 64 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | - Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.  - Trò chơi ném bóng chính xác | | 1 | | Tuần 32 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 65 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai. | | 1 | | Tuần 33 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 66 | ***Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai*** | - Ôn KT tại chỗ ném rổ một tay trên vai.  - Trò chơi vận động (do GV chọn) | | 1 | | Tuần 33 | Còi, tranh TD, bóng rổ | Sân trường | |
| 67 | **KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)** | | | 1 | | Tuần 34 | Còi, bóng rổ | Sân trường | |
| 68 | ***Nội dung 1&2*** | - Bật xa tại chổ  - Nằm ngửa gập bụng | | 1 | | Tuần 34 | Còi TD, thước dây | Sân trường | |
| 69 | ***Nội dung 3*** | Chạy 30m xuất phát cao | | 1 | | Tuần 35 | Còi, đồng hồ, thước dây | Sân trường | |
| 70 | ***Nội dung 4*** | Chạy tuỳ sức 5 phút | |  | |  |  |  | |
| **TỔ TRƯỞNG**  C:\Users\HP\Downloads\chữ_kí-removebg-preview.png  *Nguyễn Thị Hằng Ni* | | |  | | Đại Sơn, *ngày 06 tháng 9 năm 2023*  **GIÁO VIÊN**  **z5060623481421_7c73f314bc71b1405580bb129d3f1675**  ***Phan Thế Hưng*** | | | |