

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 LÊ VĂN TÂM  
TỔ: TỰ NHIÊN

Họ và tên giáo viên: Châu Quang Vũ

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 8

(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	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng.</i>	- Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức bền	1	Tuần 1	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường
2	<i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- Giậm nhảy đá lăng. - Một số động tác bổ trợ giậm nhảy đá lăng.	1	Tuần 1	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
3	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy</i>	- Khắc phục hiện tượng “cực	1	Tuần 2	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường

	<i>giữa quãng.</i>	điểm” trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.				
4	<b><i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i></b>	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 2	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
5	<b><i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i></b>	- Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	1	Tuần 3	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường
6	<b><i>Kỹ thuật giậm nhảy đá lăng.</i></b>	- Ôn kỹ thuật giậm nhảy đá lăng. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 3	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
7	<b><i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i></b>	- Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền.	1	Tuần 4	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường
8	<b><i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i></b>	- Cách xác định hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 4	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
9	<b><i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i></b>	- Một số điều luật thi đấu chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền	1	Tuần 5	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường
10	<b><i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i></b>	- Ôn hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Kỹ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy.	1	Tuần 5	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
11	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy</i></b>	- Phối hợp chạy giữa quãng và	1	Tuần 6	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường

	<b><i>cự li trung bình.</i></b>	chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức bền.				
12	<b><i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i></b>	- Ôn kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 6	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
13	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i></b>	- Phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	1	Tuần 7	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân trường
14	<b><i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i></b>	- Kỹ thuật trên không. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 7	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
15	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i></b>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	1	Tuần 8	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân trường
16	<b><i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i></b>	- Ôn kỹ thuật trên không. Kỹ thuật rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 8	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
17	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i></b>	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	1	Tuần 9	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân trường
18	<b><i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i></b>	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 9	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
19	<b><i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i></b>	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).	1	Tuần 10	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân trường

		- Trò chơi phát triển sức mạnh.				
20	KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)</b>	1	Tuần 10	Còi, Vôi, dây đích, đồng hồ	Sân trường
21	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.  - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 11	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
22	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Động tác chạy tại chỗ - Động tác tay ngực - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 11	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
23	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 12	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
24	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay ngực. - Động tác vươn người, động tác bật tách chụm chân. - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 12	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
25	<i>Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 13	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
26	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay ngực, vươn người và động tác bật tách chụm chân.	1	Tuần 13	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường

		- Trò chơi phát triển khéo léo.				
27	<b><i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i></b>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao.	1	Tuần 14	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân trường
28	<b><i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i></b>	- Động tác lườn, bật nhảy co gối - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 14	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
29	<b><i>Kĩ thuật di chuyển, chuyền bóng cao tay bằng hai tay.</i></b>	- Thực hiện theo nhóm di chuyển, chuyền bóng cao tay bằng hai tay. - Trò chơi vận động	1	Tuần 15	Còi, bóng chuyền	Sân trường
30	<b><i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i></b>	- Ôn động tác đã học - Động tác di chuyển chéo, bật nhảy- tay cao. - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 15	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
31	<b><i>Kĩ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình.</i></b>	- Thực hiện theo nhóm chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 16	Còi, bóng chuyền	Sân trường
32	<b><i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i></b>	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 16	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
33	<b><i>Kĩ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp</i></b>	- Thực hiện theo nhóm chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát	1	Tuần 17	Còi, bóng chuyền	Sân trường

	<i>tay nghiêng mình.</i>	bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động				
34	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	1	Tuần 17	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
35	<i>Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình, đệm bóng.</i>	- chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình, đệm bóng. - Trò chơi vận động	1	Tuần 18	Còi, bóng chuyền	Sân trường
36	KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I</b> <b>(Bài Thể Dục nhịp điệu)</b>	1	Tuần 18	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân trường
37	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Bố trí bàn đạp và cách đóng bàn đạp. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	1	Tuần 19	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường
38	<i>Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình, đệm bóng.</i>	- chuyền bóng cao tay bằng hai tay, phát bóng thấp tay nghiêng mình, đệm bóng. - Trò chơi vận động	1	Tuần 19	Còi, bóng chuyền	Sân trường
39	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Kỹ thuật xuất phát thấp. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	1	Tuần 20	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường
40	<i>Kỹ thuật đệm bóng, phát bóng thấp tay nghiêng mình, biết được một số điểm trong luật bóng chuyền, vận dụng vào đấu tập.</i>	Kỹ thuật đệm bóng, phát bóng thấp tay nghiêng mình, biết được một số điểm trong luật bóng chuyền, vận dụng vào đấu tập.	1	Tuần 20	Còi, bóng chuyền	Sân trường

		- Trò chơi vận động				
41	<b><i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i></b>	- Kỹ thuật chạy lao sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	1	Tuần 21	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường
42	<b><i>Kỹ thuật đệm bóng, phát bóng thấp tay nghiêng mình, biết được một số điểm trong luật bóng chuyền, vận dụng vào đấu tập.</i></b>	Kỹ thuật đệm bóng, phát bóng thấp tay nghiêng mình, biết được một số điểm trong luật bóng chuyền, vận dụng vào đấu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 21	Còi, bóng chuyền	Sân trường
43	<b><i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i></b>	- Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	1	Tuần 22	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường
44	<b><i>Thực hiện được bài tập phối hợp, vận dụng vào đấu tập.</i></b>	Bài tập phối hợp, vận dụng vào đấu tập.	1	Tuần 22	Còi, bóng chuyền	Sân trường
45	<b><i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i></b>	- Ôn phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	1	Tuần 23	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường
46	<b><i>Bài tập phối hợp (bài 1), thực hiện được bài tập phối hợp (bài tập 2), vận dụng vào đấu tập.</i></b>	- Bài tập phối hợp (bài 1), thực hiện được bài tập phối hợp (bài tập 2), vận dụng vào đấu tập. - Trò chơi vận động.	1	Tuần 23	Còi, bóng chuyền	Sân trường
47	<b><i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i></b>	- Ôn phối hợp xuất phát, chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh	1	Tuần 24	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân trường

48	<b><i>Bài tập phối hợp (bài tập 2), vận dụng vào đấu tập.</i></b>	- Bài tập phối hợp (bài tập 2), vận dụng vào đấu tập.  - Trò chơi vận động	1	Tuần 24	Còi, bóng chuyền	Sân trường
49	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i></b>	- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	1	Tuần 25	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây dích	Sân trường
50	<b><i>Bài tập phối hợp (bài tập 3), vận dụng vào đấu tập.</i></b>	- Bài tập phối hợp (bài tập 3), vận dụng vào đấu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 25	Còi, bóng chuyền	Sân trường
51	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i></b>	- Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	1	Tuần 26	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây dích	Sân trường
52	<b><i>Bài tập phối hợp (bài tập 3), vận dụng vào đấu tập.</i></b>	- Bài tập phối hợp (bài tập 3), vận dụng vào đấu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 26	Còi, bóng chuyền	Sân trường
53	<b><i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i></b>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m) - Trò chơi phát triển sức nhanh.	1	Tuần 27	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây dích	Sân trường
54	<b><i>Bài tập phối hợp, vận dụng vào đấu tập.</i></b>	- Ôn bài tập phối hợp, vận dụng vào đấu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 27	Còi, bóng chuyền	Sân trường
55	KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 100m)</b>	1	Tuần 28	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây dích	Sân trường
56	<b><i>Bài tập phối hợp, vận dụng</i></b>	- Ôn bài tập phối hợp, vận dụng	1	Tuần	Còi, bóng chuyền	Sân trường



	<b>vào đầu tập.</b>	vào đầu tập. - Trò chơi vận động		28		
57	<b>Bài tập phối hợp, vận dụng vào đầu tập.</b>	- Ôn bài tập phối hợp, vận dụng vào đầu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 29	Còi, bóng chuyền	Sân trường
58	<b>Bài tập phối hợp, vận dụng vào đầu tập.</b>	- Ôn bài tập phối hợp, vận dụng vào đầu tập. - Trò chơi vận động	1	Tuần 29	Còi, bóng chuyền	Sân trường
59	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 30	Còi, bóng chuyền	Sân trường
60	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 30	Còi, bóng chuyền	Sân trường
61	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 31	Còi, bóng chuyền	Sân trường
62	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 31	Còi, bóng chuyền	Sân trường
63	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 32	Còi, bóng chuyền	Sân trường
64	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.	1	Tuần 32	Còi, bóng chuyền	Sân trường

		- Trò chơi vận động				
65	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 33	Còi, bóng chuyên	Sân trường
66	<b>Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình.</b>	- Kĩ thuật phát bóng thấp tay nghiêng mình. - Trò chơi vận động	1	Tuần 33	Còi, bóng chuyên	Sân trường
67	KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ	<b>KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (BÓNG RÔ)</b>	1	Tuần 34	Còi, bóng rôt, vôi	Sân trường
68	<b>Nội dung 1&amp;2</b>	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	1	Tuần 34	Thước, còi, vôi, thảm	Sân trường
69	<b>Nội dung 3</b>	Chạy 30m xuất phát cao	1	Tuần 35	Đồng hồ, thước, dây dịch	Sân trường
70	<b>Nội dung 4</b>	Chạy tùy sức 5 phút	1	Tuần 35	Đồng hồ, thước, dây dịch	Sân trường

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

Tổ chức hoạt động HKPD cấp trường, bồi dưỡng HS tham gia HKPD cấp huyện

**TỔ TRƯỞNG**  
(Ký và ghi rõ họ tên)

**ĐỖ HỒNG BẢO THIÊN**

Tam Mỹ Tây, ngày 06 tháng 9 năm 2023  
**GIÁO VIÊN**



**CHÂU QUANG VŨ**

