

KHUNG KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN

TRƯỜNG: THCS LÊ VĂN TÂM
TỔ: TỰ NHIÊN
Họ và tên giáo viên: Châu Quang Vũ

CỘNGHÒA 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 9

(Năm học 2023 - 2024)

I. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình:

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)
1	<i>Lý thuyết TD 9</i>	- Một số hướng dẫn tập luyện sức bền (mục 1). Lập phiếu điều tra sức khỏe.	Tiết 1	Tuần 1	Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
2	<i>Lý thuyết TD 9</i>	- Một số hướng dẫn tập luyện sức bền (mục 2). - Biên chế lớp: Chọn ban cán sự, phân chia tổ nhóm, quy định học tập bộ môn. - Mục tiêu, nội dung chương trình TD 9 (tóm tắt)	Tiết 2		Còi, tranh, ván giậm nhảy	Sân Giáo dục thể chất
3	<i>Bài TD</i>	- Học từ nhíp 1 - 10 Bài thể dục	Tiết 3	Tuần 2	Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể

	Chạy ngắn	phát triển chung (nam, nữ riêng). - Trò chơi phát triển sức nhanh (do GV chọn); - Học xuất phát từ nhiều tư thế khác nhau: Đứng mặt, vai hoặc lưng hướng chạy.				chất
4	Chạy ngắn Chạy bền	- Ôn Trò chơi "Chạy tiếp sức con thoi"; Tư thế sẵn sàng xuất phát. - Chạy trên địa hình tự nhiên, giới thiệu hiện tượng "cực điểm" và cách khắc phục.	Tiết 4		Còi, tranh, ván giậm nhảy	Sân Giáo dục thể chất
5	Bài TD Chạy ngắn	- Ôn từ nhịp 1 - 10 Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng); học mới từ nhịp 11 - 19(nam) và từ nhịp 11 - 19(nữ). - Trò chơi "Chạy đuổi"; Ngồi mặt hướng chạy - Xuất phát, tư thế sẵn sàng xuất phát.	Tiết 5	Tuần 3	Còi, tranh ảnh,	Sân Giáo dục thể chất
6	Bài TD Chạy ngắn Chạy bền	- Ôn từ nhịp 1 - 19 của nam và từ nhịp 1 - 19 của nữ. - Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Tại chỗ đánh tay. - Chạy trên địa hình tự nhiên, giới thiệu hiện tượng "chuột rút" và cách khắc phục.	Tiết 6		Còi, tranh, ván giậm nhảy	Sân Giáo dục thể chất
7	Bài TD Chạy ngắn	- Ôn từ nhịp 1 - 19 bài TD của nam và nữ; Học mới từ nhịp 20 - 25 của nam và nữ - Giới thiệu một số điều luật của nội dung chạy ngắn.	Tiết 7	Tuần 4	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát	Sân Giáo dục thể chất
8	Bài TD	- Ôn từ nhịp 1 - 25 Bài thể dục	Tiết 8		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất

	Chạy ngắn Chạy bền	phát triển chung (nam, nữ riêng). - Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Xuất phát cao chạy nhanh. - Giới thiệu hiện tượng choáng, ngất và cách khắc phục.				chất
9	Bài TD Chạy ngắn	- Ôn từ nhịp 1 - 25(nam), từ nhịp 1 - 25 (nữ); Học: từ nhịp 26 – 29 (nữ) và nhịp 26 – 36(nam) - Ôn chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau; Xuất phát cao chạy nhanh, ngồi vai hướng chạy – xuất phát, ngồi lưng hướng chạy - xuất phát.	Tiết 9	Tuần 5	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát	Sân Giáo dục thể chất
10	Bài TD Chạy ngắn Chạy bền	- Ôn bài TD từ nhịp 1-36(nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ) - Ôn Xuất phát cao - chạy nhanh (cự li 40 - 60m); Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao (18 - 20m). - Chạy trên địa hình tự nhiên.	Tiết 10		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
11	Bài TD Chạy ngắn	- Ôn bài TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 29 (nữ); Học: từ nhịp 30– 36 (nữ). - Ôn một số bài tập bổ trợ do GV chọn , trò chơi "Chạy tiếp sức con thoi"; Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao.	Tiết 11	Tuần 6	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát, đồng hồ bấm giây	Sân Giáo dục thể chất
12	Bài TD Chạy ngắn Chạy bền	- Ôn bài TD từ nhịp 1 - 36 (nam), từ nhịp 1 - 36 (nữ); Học: từ nhịp 37– 45 (nam). - Ôn Xuất phát thấp - chạy lao và chạy giữa quãng (cự li 50m). - Chạy trên địa hình tự nhiên	Tiết 12		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất

13	Bài TD Chạy ngắn	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn bài TD từ nhịp 1 - 45 (nam), từ nhịp 1 - 36 (nữ); Học: từ nhịp 37– 45 (nữ). - Một số động tác bổ trợ kĩ thuật, trò chơi "Lò cò tiếp sức" hoặc do GV chọn; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (60m); Học: Chạy về đích và đánh đích. 	Tiết 13	Tuần 7	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát, đồng hồ bấm giây, dây đích.	Sân Giáo dục thể chất
14	Bài TD Chạy ngắn Chạy bền	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (50m) hoặc do GV chọn; Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần chạy cự li ngắn). - Chạy trên địa hình tự nhiên. 	Tiết 14		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
15	Bài TD Chạy ngắn	<ul style="list-style-type: none"> - Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao – Chạy giữa quãng (50m) hoặc do GV chọn. 	Tiết 15	Tuần 8	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát, đồng hồ bấm giây, dây đích,.	Sân Giáo dục thể chất
16	Bài TD Chạy ngắn	<ul style="list-style-type: none"> - Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (50m); Giới 	Tiết 16		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất

	Chạy bền	thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần chạy cự li ngắn). - Chạy trên địa hình tự nhiên				
17	Bài TD Chạy ngắn	- Bài thể dục phát triển chung(nam, nữ riêng) - Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau;	Tiết 17	Tuần 9	Còi, tranh ảnh, cờ xuất phát, đồng hồ bấm giây, dây đích.	Sân Giáo dục thể chất
18	Bài TD Chạy ngắn Chạy bền	- Bài thể dục phát triển chung (nam, nữ riêng). - Ôn một số bài tập phát triển sức nhanh, chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - Chạy giữa quãng (50m); Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần chạy cự li ngắn). - Chạy trên địa hình tự nhiên	Tiết 18		Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
19	Bài TD	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I	Tiết 19	Tuần 10	Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
20	Chạy ngắn Nhảy xa Chạy bền	- Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh do GV chọn; Chạy bước nhỏ, chạy đạp sau; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m). - Học phối hợp chạy đà 3 - 5 bước - giậm nhảy (vào ván giậm); Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân (do GV chọn).	Tiết 20		Còi, đồng hồ bấm giây, dây đích.	Sân Giáo dục thể chất

		- Chạy trên địa hình tự nhiên.				
21	Chạy ngắn Nhảy xa	- Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh do GV chọn; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m). - Ôn Chạy đà 3 - 5 bước phối hợp giậm nhảy - trên không; Một số động tác hỗ trợ các giai đoạn chạy đà - giậm nhảy - "bước bộ" trên không (do GV chọn).	Tiết 21	Tuần 11	Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
22	Chạy ngắn Nhảy xa Chạy bền	- Ôn Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m); một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh (do GV chọn). - Ôn phối hợp Chạy đà 3 - 5 bước - giậm nhảy - "bước bộ" và tiếp đất bằng chân lằng; Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật giậm nhảy, - Chạy trên địa hình tự nhiên.	Tiết 22		Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
23	Chạy ngắn Nhảy xa	- Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m), có thể kiểm tra thử (do GV chọn). - Ôn Chạy đà - giậm nhảy - trên không - tiếp đất bằng hai chân; Một số động tác hỗ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân (do GV chọn).	Tiết 23	Tuần 12	Còi, tranh,	Sân Giáo dục thể chất
24	Chạy ngắn	- Ôn một số bài tập, trò chơi phát triển sức nhanh; Xuất phát thấp - chạy lao - chạy giữa quãng - về đích (60m), có thể kiểm tra	Tiết 24		Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất

		thường xuyên(do GV chọn).				
25	Nhảy xa TTTC	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	Tiết 25	Tuần 13	Còi, tranh, ván giậm nhảy, thước dây.	Sân Giáo dục thể chất
26	Nhảy xa TTTC Chạy bền	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Chạy trên địa hình tự nhiên	Tiết 26		Còi, tranh ảnh, Bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
27	Nhảy xa TTTC	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	Tiết 27	Tuần 14	Còi, tranh, ván giậm nhảy, thước dây, Bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
28	Nhảy xa TTTC Chạy bền	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". Trò chơi: do GV chọn. - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Chạy trên địa hình tự nhiên.	Tiết 28		Còi, tranh ảnh Bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
29	Nhảy xa	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật nhảy xa "kiểu ngồi".	Tiết 29	Tuần 15	Còi, Bóng đá	Sân Giáo dục thể chất

	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
31	Nhảy xa Chạy bền	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân, hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa "kiểu ngồi". - Chạy trên địa hình tự nhiên	Tiết 30		Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
31	Nhảy xa TTTC	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân; - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	Tiết 31	Tuần 16	Còi, bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
32	Nhảy xa TTTC	- Một số động tác bổ trợ, bài tập phát triển sức mạnh chân; - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.	Tiết 32		Còi, tranh ảnh, bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
33	TTTC	Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. (có thể kiểm tra thường xuyên)	Tiết 33	Tuần 17	Còi, bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
34	Nhảy xa	Ôn tập cuối học kì I	Tiết 34		Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
35	Nhảy xa	Kiểm tra cuối kì 1	Tiết 35	Tuần 18	Còi, thước dây	Sân Giáo dục thể chất
36	Nhảy xa	Kiểm tra cuối kì 1	Tiết 36		Còi, thước dây	Sân Giáo dục thể chất
37	Nhảy cao	- Ôn một số động tác bổ trợ kỹ thuật nhảy cao (do GV chọn); giai đoạn chạy đà (đo đà, chỉnh	Tiết 37	Tuần 19	Còi, tranh ảnh, đệm, xà.	Sân Giáo dục thể chất

	TTTC	<p>đà, đặt chân giậm nhảy vào điểm giậm nhảy).</p> <p>- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>				
38	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<p>- Ôn Giai đoạn chạy đà (đo đà, chỉnh đà, đặt chân vào điểm giậm nhảy); Giai đoạn giậm nhảy và tập phối hợp chạy đà - giậm nhảy.</p> <p>- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	Tiết 38		Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng rổ	Sân Giáo dục thể chất
39	Nhảy cao TTTC	<p>- Ôn một số động tác bổ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua" (do GV chọn); Chạy đà chính diện - giậm nhảy co chân qua xà.</p> <p>- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	Tiết 39		Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
40	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<p>- Ôn một số động tác bổ trợ chạy đà</p> <p>- giậm nhảy (do GV chọn); Giai đoạn trên không và tiếp đất (nhảy cao kiểu "bước qua").</p> <p>- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p> <p>- Chạy trên địa hình tự nhiên.</p>	Tiết 40	Tuần 20	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng rổ	Sân Giáo dục thể chất
41	Nhảy cao TTTC	<p>- Ôn một số động tác bổ trợ kỹ thuật, tập phối hợp 4 giai đoạn (chạy đà - giậm nhảy - trên không và tiếp đất) kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua".</p> <p>- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.</p>	Tiết 41	Tuần 21	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất

42	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, tập phối hợp 4 giai đoạn (chạy đà - giậm nhảy - trên không và tiếp đất) kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua"; Giới thiệu một số điểm cơ bản của Luật điền kinh (phần nhảy cao). - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Chạy trên địa hình tự nhiên. 	Tiết 42		Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng rổ	Sân Giáo dục thể chất
43	Nhảy cao TTTC	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. 	Tiết 43	Tuần 22	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
44	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Chạy trên địa hình tự nhiên. 	Tiết 44		Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng rổ	Sân Giáo dục thể chất
45	Nhảy cao TTTC	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao kiểu "bước qua". - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. 	Tiết 45	Tuần 23	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, cờ, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
46	Nhảy cao	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. 	Tiết 46		Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	Sân Giáo dục thể chất

	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
	Chạy bền	- Chạy trên địa hình tự nhiên.				
47	Nhảy cao	- Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.	Tiết 47	Tuần 24	Còi, tranh ảnh, đệm, xà.Còi, cờ, dây đích, tranh ảnh	Sân Giáo dục thể chất
	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
48	Nhảy cao	- Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.	Tiết 48	Tuần 24	Còi, tranh ảnh, đệm, xà.Còi, bóng đá	Sân Giáo dục thể chất
	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
	Chạy bền	- Chạy trên địa hình tự nhiên.				
49	Nhảy cao	- Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.		Tuần 25	Còi, tranh ảnh, đệm, xà.Còi, bóng đá	
	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
50	Nhảy cao	- Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích.		Tuần 25	Còi, tranh ảnh, đệm, xà.Còi, bóng đá	
	TTTC	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV.				
	Chạy bền	- Chạy trên địa hình tự nhiên.				

51	Nhảy cao TTTC	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. 		Tuần 26	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
52	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV - Chạy trên địa hình tự nhiên. 			Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
53	Nhảy cao TTTC	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn một số động tác hỗ trợ kỹ thuật, phát triển thể lực (do GV chọn); Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. 		Tuần 27	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
54	Nhảy cao TTTC Chạy bền	<ul style="list-style-type: none"> - Luyện tập hoàn thiện kỹ thuật và nâng cao thành tích. - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Chạy trên địa hình tự nhiên. 			Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
55	TTTC Đá cầu	<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân, tăng cầu bằng má trong bàn chân: Chuyển cầu bằng mu bàn chân hoặc do GV chọn. 		Tuần 28	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
56	Đá cầu	<ul style="list-style-type: none"> - Tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân, tăng cầu bằng má 			Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi,	

	Chạy bền	trong bàn chân: Chuyển cầu bằng mu bàn chân hoặc do GV chọn - Chạy trên địa hình tự nhiên.			bóng đá	
57	TTTC Đá cầu	- Thực hiện theo kế hoạch dạy học của GV. - Tang cầu bằng đùi, tang cầu bằng mu bàn chân, tang cầu bằng má trong bàn chân: Chuyển cầu bằng mu bàn chân hoặc do GV chọn.		Tuần 29	Còi, tranh ảnh, đệm, xà. Còi, bóng đá	
58	TTTC	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II			.Còi, bóng đá	
59	Đá cầu	- + Ôn Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; Di chuyển bước đơn ra sau (chéch phải, chéch trái). + Học: Một số chiến thuật trong thi đấu đơn, đôi.		Tuần 30	Cầu đá, còi	
60	Chạy bền	Chạy trên địa hình tự nhiên. (có thể kiểm tra thường xuyên)				
61	Đá cầu	+ Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; một số bài tập phối hợp, thi đấu đơn hoặc kiểm tra thử do GV chọn. + Ôn Phát cầu chính diện bằng mu bàn chân; Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân; đỡ cầu bằng ngực hoặc do GV chọn; Một số bài tập phối hợp ...		Tuần 31	Cầu đá, còi	
62	Đá cầu	- Đá cầu chính diện bằng mu bàn chân, Phát cầu chính diện hoặc đỡ cầu bằng ngực do GV chọn. (có thể kiểm tra thường xuyên			Cầu đá, còi	

63	Nhảy cao	Ôn tập cuối học kì II		Tuần 32	Xà, đệm, thước đo.	
64	Nhảy cao	Ôn tập cuối học kì II			Xà, đệm, thước đo.	
65	Nhảy cao	Kiểm tra cuối kì 2		Tuần 33	Xà, đệm, thước đo.	
66	Nhảy cao	Kiểm tra cuối kì 2			Xà, đệm, thước đo.	
67	Kiểm tra thể lực Căn cứ Quyết định số 53/20008/QĐ-BGD-ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD-ĐT ban hành qui định về việc: Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên;	(Nội dung 1) Bật xa tại chỗ		Tuần 34	Còi, thước đo	
68	Kiểm tra thể lực Căn cứ Quyết định số 53/20008/QĐ-BGD-ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD-ĐT ban hành qui định về việc: Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên;	(Nội dung 2) Chạy tùy sức 5 phút			Còi , Đồng hồ	
69	Kiểm tra thể lực Căn cứ Quyết định số 53/20008/QĐ-BGD-ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD-ĐT ban hành qui định về việc: Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên;	(Nội dung 3) Chạy 30m XPC		Tuần 35	Còi , Đồng hồ	
70	Kiểm tra thể lực Căn cứ Quyết định	(Nội dung 4) gập thân 30 giây			Còi , Đồng hồ	

	số 53/20008/QĐ- BGD-ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD-ĐT ban hành qui định về việc: Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên;					
--	--	--	--	--	--	--

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

Tổ chức Hội khỏe phù đồng cấp trường, ngoại khóa, tham gia giải thể thao học sinh cấp huyện.

TỔ TRƯỞNG

Tam Mỹ Tây, ngày 10 tháng 9 năm 2023

GIÁO VIÊN



ĐỖ HỒNG BẢO THIÊN

CHÂU QUANG VŨ