

TRƯỜNG: LÊ THÀNH CÔNG
TỔ: Mĩ Thuật - Âm Nhạc - GDTC
Họ và tên giáo viên: Nguyễn Đức Duy

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: GIÁO DỤC THỂ CHẤT.

Năm học 2025 – 2026

- Lớp được phân công giảng dạy: khối 6, 7
- Lớp được phân công chủ nhiệm: không
- Nhiệm vụ khác được phân công kiêm nhiệm: không

II. KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY:

a/ Khối lớp 6:

STT	Bài học	Số tiết	Thời điểm	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
1	Kiến thức chung về Chế độ dinh dưỡng trong tập luyện thể dục thể thao (chăm sóc sức khỏe).	0	Dạy lồng ghép.	Máy tính hoặc Laptop, máy chiếu.	Sân trường THCS Lê Thành Công
2	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 12. Chủ đề 2: Ném bóng. Động tác hỗ trợ kỹ thuật Ném bóng. Trò chơi phát triển sức mạnh tay – ngược.	2	Tuần 1	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phân kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
3	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 12.	2	Tuần 2.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phân kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công

	<p>Chủ đề 2: Ném bóng. Động tác bổ trợ kỹ thuật Ném bóng. Trò chơi phát triển sức mạnh tay – ngực.</p>				
4	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 13 đến nhịp 20. Chủ đề 2: Ném bóng. Kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thẳng bằng. Trò chơi phát triển sức mạnh tay – ngực.</p>	2	Tuần 3	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
5	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 13 đến nhịp 20. Chủ đề 2: Ném bóng. Kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thẳng bằng. Trò chơi phát triển sức mạnh tay – ngực.</p>	2	Tuần 4.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
6	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Ôn tập Bài thể dục liên hoàn. Chủ đề 2: Ném bóng. Kỹ thuật chạy đà. Trò chơi phát triển sức mạnh tay – ngực.</p>	2	Tuần 5	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
7	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện Bài thể dục liên hoàn. Chủ đề 2: Ném bóng. Kỹ thuật chạy đà.</p>	2	Tuần 6.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công

8	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Ôn tập Bài thể dục liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật.</p>	2	Tuần 7.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
9	<p>Kiểm tra giữa kì 1: (GV chọn 1 nội dung: Bài TD liên hoàn hoặc kỹ thuật Ném bóng).</p> <p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p>	4	Tuần 8 và Tuần 9	Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra. Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch hoặc băng keo, mắc cơ (chóp nón).	Sân trường THCS Lê Thành Công
10	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kỹ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Phối hợp các giai đoạn kỹ thuật.</p>	2	Tuần 10	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
11	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kỹ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện kỹ thuật.</p>	2	Tuần 11	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
12	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật.</p>	2	Tuần 12	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
13	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện kỹ thuật.</p>	2	Tuần 13	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Quả bóng đen, lưới chắn bóng, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công

14	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Ôn tập. Một số điều luật cơ bản trong Ném bóng.</p>	2	Tuần 14	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Quả bóng đen, lưới chắn bóng, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
15	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Ôn tập.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 1: (GV chọn 1 nội dung đã dạy ở HKI).</p>	4	Tuần 15 và tuần 16.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Quả bóng đen, lưới chắn bóng, thước dây. Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra.	Sân trường THCS Lê Thành Công
16	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật. Một số điều luật cơ bản trong Ném bóng.</p>	2	Tuần 17	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Quả bóng đen, lưới chắn bóng, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
17	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện và nâng cao.</p>	2	Tuần 18	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Quả bóng đen, lưới chắn bóng, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
18	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 19	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.	Sân trường THCS Lê Thành Công

				- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
19	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 20	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
20	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 21	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.v 	Sân trường THCS Lê Thành Công
21	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông</p>	2	Tuần 22	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động 	Sân trường THCS Lê Thành Công

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.			<p>tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
22	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 23	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
23	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 24	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

24	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Hoàn thiện kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 25.	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
25	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p> <p>Kiểm tra giữa kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền.)</p>	2	Tuần 26	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
26	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 27	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

				- Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
27	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Tuần 28	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	Sân trường THCS Lê Thành Công
28	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Tuần 29	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, sân bóng chuyền- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	Sân trường THCS Lê Thành Công
29	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Tuần 30	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông.	Sân trường THCS Lê Thành Công

				<ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
30	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 31	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
31	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên. Kiểm tra cuối kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyên).</p>	4	Tuần 32 và tuần 33	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
32	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: : Môn Đá cầu và Cầu Lông</p>	2	Tuần 34	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông 	Sân trường THCS Lê Thành Công

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.			<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
33	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Ôn tập – đấu tập.	2	Tuần 35	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

b/ Khối lớp 7:

STT	Bài học	Số tiết	Thời điểm	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
1	Kiến thức chung về Lựa chọn và sử dụng các yếu tố của môi trường tự nhiên trong tập luyện.	0	Dạy lồng ghép.	Máy tính hoặc Laptop, máy chiếu.	Sân trường THCS Lê Thành Công
2	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 17. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ.	2	Tuần 1	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
3	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 17. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật giậm nhảy và bước bộ.	2	Tuần 2.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
4	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 18 đến nhịp 32. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.	2	Tuần 3	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công

5	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 18 đến nhịp 32.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Động tác hỗ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</p>	2	Tuần 4.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
6	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Tuần 5	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
7	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Tuần 6.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
8	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Ôn tập bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Kỹ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Tuần 7.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
9	<p>Kiểm tra giữa kì 1: (GV chọn 1 nội dung: Bài TD liên hoàn hoặc Nhảy xa kiểu ngồi).</p> <p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p>	4	Tuần 8 và Tuần 9	Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra. Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
10	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kỹ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi.</p>	2	Tuần 10	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công

	Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.				Lê Thành Công
11	Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.	2	Tuần 11	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
12	Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Hoàn thiện kĩ thuật.	2	Tuần 12	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
13	Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Hoàn thiện kĩ thuật.	2	Tuần 13	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
14	Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện kĩ thuật. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Hoàn thiện kĩ thuật. Một số điều luật cơ bản trong Nhảy xa.	2	Tuần 14	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
15	Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Ôn tập. Kiểm tra cuối kì 1: (GV chọn 1 nội dung đã dạy ở HKI).	4	Tuần 15 và tuần 16.	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Dây thun và nệm nhảy xa, thước dây. Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra.	Sân trường THCS Lê Thành Công

16	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật. Một số điều luật cơ bản trong Nhảy xa.</p>	2	Tuần 17	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
17	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Hoàn thiện và nâng cao.</p>	2	Tuần 18	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	Sân trường THCS Lê Thành Công
18	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác bổ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 19	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Lê Thành Công
19	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác bổ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 20	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

				- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
20	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 21	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
21	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 22	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
22	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông</p>	2	Tuần 23	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động 	Sân trường THCS Lê Thành Công

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.			<p>tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
23	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 24	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
24	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Hoàn thiện kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 25.	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

25	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.Kiểm tra giữa kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyên.)</p>	2	Tuần 26	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, sân bóng chuyên, quả bóng chuyên, bộ trụ lưới, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón). Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.</p>	Sân trường THCS Lê Thành Công
26	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 27	<p>- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.</p>	Sân trường THCS Lê Thành Công
27	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 28	<p>- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông.</p>	Sân trường THCS Lê Thành Công

				<ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
28	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 29	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
29	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 30	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
30	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông</p>	2	Tuần 31	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông 	Sân trường THCS Lê Thành Công

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.			<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
31	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền.)</p>	4	<p>Tuần 32 và tuần 33</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công Lê Thành Công
32	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 34	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tăng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công

33	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Đá cầu và Cầu Lông Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	Tuần 35	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	Sân trường THCS Lê Thành Công
----	---	---	---------	---	-------------------------------

III. KẾ HOẠCH KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ ĐỊNH KỲ

1. Khối 6,7

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian	Thời điểm	Yêu cầu cần đạt	Hình thức
Giữa Học kỳ 1	45 phút (1 tiết)	Tuần 8, 9 (Từ 27/10 đến 08/11/2025)	Đạt yêu cầu trong việc nắm được kiến thức nội dung kiểm tra. Đạt yêu cầu về kỹ năng thực hiện động tác của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về năng lực). Đạt yêu cầu về thái độ trong học tập của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về phẩm chất).	Bài thực hành của một trong những nội dung (chủ đề) đã học đến thời điểm tuần 8 của HKI.
Cuối Học kỳ 1	45 phút (1 tiết)	Tuần 14,15 (từ 08/12 đến 20/12/2025)	Đạt yêu cầu trong việc nắm được kiến thức nội dung kiểm tra. Đạt yêu cầu về kỹ năng thực hiện động tác của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về năng lực). Đạt yêu cầu về thái độ trong học tập của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về phẩm chất).	Bài thực hành của một trong những nội dung (chủ đề) đã học trong HKI.
Giữa Học kỳ 2	45 phút (1 tiết)	Tuần 28 (từ 16/03)	Đạt yêu cầu trong việc nắm được kiến thức nội dung kiểm tra.	Bài thực hành của một trong những nội

		đến 21/03/2026) là tuần 26 CM	Đạt yêu cầu về kỹ năng thực hiện động tác của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về năng lực). Đạt yêu cầu về thái độ trong học tập của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về phẩm chất).	dung (chủ đề) đã học đến thời điểm tuần 27 của HKII.
Cuối Học kỳ 2	45 phút (1 tiết)	Tuần 33 & 34 (từ 20/4 đến 02/05/2026) là tuần 32, 33 CM	Đạt yêu cầu trong việc nắm được kiến thức nội dung kiểm tra. Đạt yêu cầu về kỹ năng thực hiện động tác của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về năng lực). Đạt yêu cầu về thái độ trong học tập của nội dung kiểm tra (Yêu cầu cần đạt về phẩm chất).	Bài thực hành của một trong những nội dung (chủ đề) đã học trong HKII.

2. Chuyên đề lựa chọn: không

3. Nhiệm vụ khác (nếu có) :

* Công tác chuyên môn Giáo dục thể chất

+ Thực hiện kế hoạch tổ chức các hoạt động giáo dục của Nhóm chuyên môn.

+ Thực hiện kế hoạch dạy học môn học của Nhóm chuyên môn.

+ Phụ trách chung các hoạt động Thể dục thể thao trong và ngoài Nhà trường.

+ Giáo viên hỗ trợ và hướng dẫn học sinh tham gia giải thể thao học sinh cấp Xã, cấp Thành phố.

+ Tham gia dự giờ, kiểm tra đánh giá chuyên môn Giáo viên trong Nhóm chuyên môn.

+ Tiếp tục Bồi dưỡng thường xuyên, tập huấn CTGDPT 2018 (theo lịch của Sở giáo dục và Đào tạo TPHCM).

+ Kiểm tra đánh giá xếp loại thể lực học sinh (*Theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/09/2008*).

+ Thực hiện giảng dạy đúng chương trình khung đã thống nhất.

+ Đăng kí chiến sĩ thi đua cơ sở năm học 2025 – 2026.

* Bồi dưỡng học sinh năng khiếu Thể dục thể thao

- + Tham gia trực tiếp hướng dẫn học sinh có thành tích thi đấu tốt giải cấp trường tham gia giải Thể thao cấp Thành phố.
- + Giúp các em học sinh phát khả năng và năng khiếu của bản thân.
- + Thời gian bồi dưỡng: Tháng 11/2025, các ngày thứ 7 trong tuần (4 tiết/tuần).

GIÁO VIÊN



Nguyễn Đức Duy

TỔ TRƯỞNG



Ngô Thị Kim Hoàng

Nhà Bè, ngày 05 tháng 09 năm 2025
DUYỆT CỦA BGH



Cao Huy Bằng

TRƯỜNG THCS LÊ THÀNH CÔNG

TỔ: Công Nghệ - Mĩ Thuật – Âm Nhạc - GDTC

Họ và tên giáo viên: NGUYỄN ĐỨC DUY

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM

Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN

(Năm học 2025 – 2026)

- Lớp được phân công giảng dạy: Khối 6, 7
- Lớp được phân công chủ nhiệm: Không
- Nhiệm vụ khác được phân công kiêm nhiệm: Không

I. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình lớp 6

STT	Bài học	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Nội dung tích hợp/ lồng ghép
1	Kiến thức chung về Lựa chọn và sử dụng các yếu tố của môi trường tự nhiên trong tập luyện.	0		
2	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 17. Chủ đề 2: Ném bóng Động tác hỗ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	

	Kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.			
3	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 1 đến nhịp 17.</p> <p>Chủ đề 2: Ném Bóng Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kĩ thuật giậm nhảy và bước bộ.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	
4	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 18 đến nhịp 32.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	
5	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài thể dục liên hoàn: Từ nhịp 18 đến nhịp 32.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phần kẽ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	

6	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2:Ném bóng. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.
7	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2:Ném bóng. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.
8	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Ôn tập bài TD liên hoàn.</p> <p>Chủ đề 2:Ném bóng. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây
9	<p>Kiểm tra giữa kì 1: (GV chọn 1 nội dung: Bài TD liên hoàn hoặc Nhảy xa kiểu ngồi).</p> <p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p>	4	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây
10	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây

	<p>Chủ đề 2:Ném bóng. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>			
11	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật xuất phát cao - chạy lao sau xuất phát. Chủ đề 2:Ném bóng. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	
12	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2:Ném bóng. Hoàn thiện kĩ thuật.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây.	
13	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2:Ném Bóng. Hoàn thiện kĩ thuật.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	
14	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện kĩ thuật. Chủ đề 2:Ném bóng.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, quả bóng đen, lưới chắn bóng, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), thước dây	

	<p>Hoàn thiện kĩ thuật.</p> <p>Một số điều luật cơ bản trong Nhảy xa.</p>			
15	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Ôn tập.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 1: (GV chọn 1 nội dung đã dạy ở HKI).</p>	4	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Dây thun và nệm nhảy xa, thước dây. Thiết bị dụng cụ phù hợp với nội dung kiểm tra.</p>	
16	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao kĩ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện và nâng cao kĩ thuật. Một số điều luật cơ bản trong Nhảy xa.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.</p>	
17	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 60m. Hoàn thiện và nâng cao.</p> <p>Chủ đề 2: Ném bóng. Hoàn thiện và nâng cao.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ, thước dây, bóng</p>	
18	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật 	

	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>		<p>cơ bản của môn Cầu lông.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
19	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình.</p> <p>Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
20	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình.</p> <p>Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	

21	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
22	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
23	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. 	

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.		<ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
24	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình.</p> <p>Hoàn thiện kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
25	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p> <p>Kiểm tra giữa kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền hoặc Đá cầu)</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	

26	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ, sân bóng chuyên, quả bóng chuyên, bộ trụ lưới, phan kê vạch, mắc cơ (chóp nón), Cầu khế.	
27	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu Lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
28	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
29	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.	

	Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.		<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
30	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
31	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền hoặc Đá cầu)</p>	4	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 	

			- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
32	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <p>- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông</p> <p>- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông.</p> <p>- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.</p> <p>- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.</p>	
33	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ.</p> <p>- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông</p> <p>- Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông.</p> <p>- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.</p> <p>- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.</p>	

2. Phân phối chương trình lớp 7

STT	Bài học	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Nội dung tích hợp/lồng ghép
1	Kiến thức chung về Sử dụng các yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh sáng,...) và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển thể chất.	0		
2	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài tập thể dục nhịp điệu với bông tua – Phần 1. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi Động tác hỗ trợ kỹ thuật Nhảy cao kiểu nằm nghiêng. Kỹ thuật giậm nhảy và đá lăng.	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
3	Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Bài tập thể dục nhịp điệu với bông tua – Phần 1. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi.	2	. Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	

	<p>Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</p> <p>Kỹ thuật giậm nhảy và đá lăng.</p>			
4	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục.</p> <p>Bài tập thể dục nhịp điệu với bông tua – Phần 2.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi.</p> <p>Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</p> <p>Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.</p>	
5	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục.</p> <p>Bài tập thể dục nhịp điệu với bông tua – Phần 2.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi.</p> <p>Động tác bổ trợ kỹ thuật Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</p> <p>Kỹ thuật chạy đà và giậm nhảy.</p>	2	<p>. Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.</p>	
6	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục.</p> <p>Hoàn thiện bài thể dục nhịp điệu với bông tua.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy cao kiểu nằm nghiêng.</p> <p>Kỹ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.</p>	

7	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Hoàn thiện bài thể dục nhịp điệu với bông tua.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
8	<p>Chủ đề 4: Bài tập thể dục. Ôn tập bài TD nhịp điệu với bông tua.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngồi. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
9	<p>Kiểm tra giữa kì 1: (GV chọn 1 nội dung: Bài TD nhịp điệu với bông tua hoặc Nhảy cao kiểu nằm nghiêng).</p> <p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng. Cách đóng bàn đạp.</p>	4	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
10	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao sau xuất phát.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	

	<p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>			
11	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Kỹ thuật xuất phát thấp - chạy lao sau xuất phát. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Kĩ thuật chạy đà và giậm nhảy. Kĩ thuật trên không và tiếp đất.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
12	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Hoàn thiện kĩ thuật.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
13	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích. Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Hoàn thiện kĩ thuật.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	

14	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Hoàn thiện kĩ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Hoàn thiện kĩ thuật. Một số điều luật cơ bản trong Nhảy cao.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
15	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Ôn tập.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 1: (GV chọn 1 nội dung đã dạy ở HKI).</p>	4	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
16	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Hoàn thiện và nâng cao kĩ thuật.</p> <p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Hoàn thiện và nâng cao kĩ thuật. Các điều luật cơ bản trong Nhảy cao.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	
17	<p>Chủ đề 1: Chạy cự li ngắn 100m. Hoàn thiện và nâng cao.</p>	2	Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, phấn kẻ vạch, mắc cơ (chóp nón), đồng hồ bấm giờ. Hồ cát nhảy xa, dây thun và nệm nhảy xa, thước dây.	

	<p>Chủ đề 2: Nhảy xa kiểu ngòi. Hoàn thiện và nâng cao.</p>			
18	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác bổ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
19	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Động tác bổ trợ kỹ thuật chạy, kỹ thuật chạy giữa quãng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
20	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật 	

	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>		<p>cơ bản của môn Cầu lông.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
21	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình.</p> <p>Xuất phát cao và chạy trên đường vòng.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
22	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình.</p> <p>Kỹ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	

3.
Kế

23	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Kĩ thuật chạy giữa quãng và về đích.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>. Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
24	<p>Chủ đề 3: Chạy cự ly trung bình. Hoàn thiện kỹ thuật.</p> <p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<p>Còi, tranh ảnh kỹ thuật động tác, đồng hồ bấm giờ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
25	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kĩ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 	

hoạch kiểm tra đánh giá thường xuyên Khối 7, 9

	Kiểm tra giữa kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền – Môn Đá cầu)		- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
26	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
27	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu Lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
28	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông– Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.	

			- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
29	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
30	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p>	2	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện. 	
31	<p>Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu.</p> <p>Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.</p> <p>Kiểm tra cuối kì 2: (GV chọn 1 nội dung đã dạy trong Bóng chuyền – Môn Đá cầu)</p>	4	<ul style="list-style-type: none"> - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 	

			- Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
31	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn Cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	
33	Chủ đề 5: Thể thao tự chọn: Môn cầu lông – Môn Đá cầu. Thực hiện theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên.	2	- Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung môn Cầu lông - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Thực hiện kỹ thuật tâng cầu bằng mu bằng chân và kỹ thuật phát cầu bằng mu chính diện.	

Kiểm tra, đánh giá định kỳ

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
Giữa Học kỳ 1	45 phút	Tuần 8, 9	- Nhận biết: Nêu được các giai đoạn thực hiện kỹ thuật động tác, tên bài tập.	Thực hành

		(từ 27/10 đến 08/11/2025)	<ul style="list-style-type: none"> - Thông hiểu: Mô tả được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Hiểu được cách thực hiện. - Vận dụng: Thực hiện được kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể tự nhận xét về thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể hướng dẫn các bạn tập luyện, góp ý nhận xét cho các bạn. - Vận dụng cao: Tự tổ chức tập luyện theo nhóm hoặc theo hướng dẫn. Chỉ ra được sai lầm thường mắc và cách khắc phục. Nắm được một số điều luật cơ bản. 	
Cuối Học kỳ 1	45 phút	Tuần 14, 15 (từ 08/12 đến 20/12/2026)	<ul style="list-style-type: none"> - Nhận biết: Nêu được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, tên bài tập. - Thông hiểu: Mô tả được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Hiểu được cách thực hiện. - Vận dụng: Thực hiện được kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể tự nhận xét về thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể hướng dẫn các bạn tập luyện, góp ý nhận xét cho các bạn. - Vận dụng cao: Tự tổ chức tập luyện theo nhóm hoặc theo hướng dẫn. Chỉ ra được sai lầm thường mắc và cách khắc phục. Nắm được một số điều luật cơ bản. 	Thực hành
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 28	<ul style="list-style-type: none"> - Nhận biết: Nêu được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, tên bài tập. 	Thực hành

		(từ 16/03 đến 21/03/2026) là tuần 26 CM.	<ul style="list-style-type: none"> - Thông hiểu: Mô tả được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Hiểu được cách thực hiện. - Vận dụng: Thực hiện được kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể tự nhận xét về thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể hướng dẫn các bạn tập luyện, góp ý nhận xét cho các bạn. - Vận dụng cao: Tự tổ chức tập luyện theo nhóm hoặc theo hướng dẫn. Chỉ ra được sai lầm thường mắc và cách khắc phục. Nắm được một số điều luật cơ bản. 	
Cuối Học kỳ 2	45 phút	Tuần 33, 34 (từ 20/04 đến 02/05/2026) là tuần 32, 33 CM.	<ul style="list-style-type: none"> - Nhận biết: Nêu được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, tên bài tập. - Thông hiểu: Mô tả được các giai đoạn thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Hiểu được cách thực hiện. - Vận dụng: Thực hiện được kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể tự nhận xét về thực hiện kĩ thuật động tác, bài tập. Có thể hướng dẫn các bạn tập luyện, góp ý nhận xét cho các bạn. - Vận dụng cao: Tự tổ chức tập luyện theo nhóm hoặc theo hướng dẫn. Chỉ ra được sai lầm thường mắc và cách khắc phục. Nắm được một số điều luật cơ bản. 	Thực hành

II. Nhiệm vụ khác (nếu có):

* Công tác chuyên môn Giáo dục thể chất

- + Thực hiện kế hoạch tổ chức các hoạt động giáo dục của Nhóm chuyên môn.
- + Thực hiện kế hoạch dạy học môn học của Nhóm chuyên môn.
- + Phụ trách chung các hoạt động Thể dục thể thao trong và ngoài Nhà trường.
- + Giáo viên hỗ trợ và hướng dẫn học sinh tham gia giải thể thao học sinh cấp Xã, cấp Thành Phố.
- + Tham gia dự giờ, kiểm tra đánh giá chuyên môn Giáo viên trong Nhóm chuyên môn.
- + Tiếp tục Bồi dưỡng thường xuyên, tập huấn CTGDPT 2018 (theo lịch của Sở giáo dục và Đào tạo TPHCM).
- + Kiểm tra đánh giá xếp loại thể lực học sinh (*Theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/09/2008*).
- + Thực hiện giảng dạy đúng chương trình khung đã thống nhất.
- + Đăng kí chiến sĩ thi đua cơ sở năm học 2025 – 2026.

* Bồi dưỡng học sinh năng khiếu Thể dục thể thao

- + Tham gia trực tiếp hướng dẫn học sinh có thành tích thi đấu tốt giải cấp trường tham gia giải Thể thao cấp Thành phố.
- + Giúp các em học sinh phát khả năng và năng khiếu của bản thân.
- + Thời gian bồi dưỡng: Tháng 11/2025, các ngày thứ 7 trong tuần (4 tiết/tuần).

Nhà Bè, ngày 05 tháng 09 năm 2025

GIÁO VIÊN

TỔ TRƯỞNG

DUYỆT CỦA BGH



Nguyễn Đức Duy

Ngô Thị Kim Hoàng

Cao Huy Bằng