

Phụ lục XII

KẾ HOẠCH DẠY HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN

(Kèm theo Quyết định số 215/QĐ-THCSNLB ngày 30 tháng 9 năm 2024 của Hiệu trưởng Trường THCS Nguyễn Lương Bằng)

A. MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 6

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp: 13; Số học sinh: 495; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có):0

2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 04; Trình độ đào tạo: Đại học: 3; Trên đại học: 1

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt:....; Khá:.....; Đạt:.....; Chưa đạt:.....

3. Thiết bị dạy học: (Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Bộ tranh kiến thức chung (Dinh dưỡng - yếu tố đảm bảo sự sống cho cơ thể, Giá trị dinh dưỡng của các nhóm thực phẩm)	04 bộ	- Bài học: Kiến thức chung	
2	Bộ tranh bài Thể dục liên hoàn khối 6	04 bộ	- Bài Thể dục liên hoàn (32 nhịp)	
3	Bộ tranh Kỹ thuật chạy cự li ngắn khối 6	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật chạy cự li ngắn	
4	Trụ - lưới (Đá cầu) - quả cầu đá.	02 bộ (50 quả cầu)	- Bài học: Chủ đề tự chọn môn Đá cầu	
5	Bộ tranh Kỹ thuật Ném bóng khối 6	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật Ném bóng	
6	Bộ tranh Kỹ thuật Chạy cự li trung bình khối 6	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật chạy cự li trung bình	

4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập (Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Nhà đa năng	01	Dạy học Thể dục, Đá cầu....	
2	Sân tập TD, đường chạy bền	01	Dạy học chủ đề Chạy cự li trung bình	
3	Sân tập TD, đường chạy nhanh (60m)	01	Dạy học chủ đề Chạy cự li ngắn	
4	Sân tập TD (sân Ném bóng)	01	Dạy học chủ đề Ném bóng	
5	Sân Đá cầu	03	Dạy Chủ đề tự chọn môn: Đá cầu	

II. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình.

TT	Bài học	Số tiết	Yêu cầu cần đạt
----	---------	---------	-----------------

1	Kiến thức chung		<p>- <i>Về Kiến thức:</i> HS nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản có ảnh hưởng trong tập luyện và phát triển thể chất, yếu tố đảm bảo sự sống cho cơ thể; Giá trị dinh dưỡng của các nhóm thực phẩm.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> HS biết vận dụng các yếu tố dinh dưỡng cơ bản có ảnh hưởng trong tập luyện và phát triển thể chất, yếu tố đảm bảo sự sống cho cơ thể; Giá trị dinh dưỡng của các nhóm thực phẩm.</p>
2	Bài Thể dục liên hoàn (32 nhịp)	07	<p>- <i>Về kiến thức:</i> HS biết cách thực hiện các nhịp của bài thể dục liên hoàn.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được đúng các nhịp của bài thể dục liên hoàn. Chính sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện bài thể dục liên hoàn, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
3	Kỹ thuật chạy cự ly ngắn (Chạy nhanh)	12	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (60m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (60m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ đã học. Chính sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong chạy cự ly ngắn (60m), biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
4	Kỹ thuật Ném Bóng	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> HS nắm được các giai đoạn trong Kỹ thuật ném bóng (Chuẩn bị - chạy đà - ra sức cuối cùng - giữ thẳng bằng), các bài tập bổ trợ, phối hợp các giai đoạn ném bóng.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được các giai đoạn trong Kỹ thuật ném bóng, thực hiện được các bài tập bổ trợ, phối hợp các giai đoạn ném bóng.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
5	Kỹ thuật chạy cự ly trung bình (Chạy bền)	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> HS biết cách phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình, khắc phục các hiện tượng cực điểm. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình, khắc phục các hiện tượng cực điểm, một số các bài tập bổ trợ sức bền. một số các bài tập bổ trợ đã học.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
6	Đá cầu	23	<p>- <i>Về kiến thức:</i> HS nắm được những Về kiến thức cơ bản, những kỹ – chiến thuật cơ bản về môn Đá cầu. Biết một số điều trong luật của môn thể thao Đá cầu.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được những Về kiến thức cơ bản, những kỹ – chiến thuật cơ bản và biết điều chỉnh sửa sai động tác, biết chủ động tìm tòi sưu tầm tranh ảnh về môn Đá cầu.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn</p>

			trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
7	Kiểm tra	08	<p>Kiến thức:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra <p>Về năng lực</p> <ul style="list-style-type: none"> - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>Về phẩm chất</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt
8	Kiểm tra RLTT		Kiểm tra, đánh giá thể lực học sinh cuối năm. (Bật xa; chạy tùy sức 5p; chạy 30m xp cao; nằm ngửa gập bụng)

2. 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 kì 1	45 phút	Tuần 8	<p>1. Kiến thức:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra <p>2. Về năng lực</p> <ul style="list-style-type: none"> - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>3. Về phẩm chất</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt 	Thực hành
Cuối học kì 1	45 phút	Tuần 17	<p>1. Kiến thức:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra <p>2. Về năng lực</p> <ul style="list-style-type: none"> - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>3. Về phẩm chất</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt 	Thực hành
Giữa học kì 2	45 phút	Tuần 25	<p>1. Kiến thức:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra <p>2. Về năng lực</p> <ul style="list-style-type: none"> - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>3. Về phẩm chất</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt 	Thực hành
Cuối học	45 phút	Tuần 34	1. Kiến thức:	Thực

kì 2			<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt 	hành
------	--	--	--	------

B. MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 7

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp:15; Số học sinh: 690; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có);

2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 05; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 1 Đại học: 2 ; Trên đại học:2

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt:....; Khá: 4.; Đạt:.....; Chưa đạt:.....

3. Thiết bị dạy học: (Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Bộ tranh kiến thức	04 bộ	- Bài học: Kiến thức chung	
2	Bộ tranh bài Thể dục liên hoàn khối 7	04 bộ	- Bài Thể dục liên hoàn (32 nhịp)	
3	Bộ tranh Kỹ thuật chạy cự li ngắn khối 7	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật chạy cự li ngắn	
4	Trụ - lưới (Đá cầu) - quả cầu đá.	02 bộ (50 quả cầu)	- Bài học: Chủ đề tự chọn môn Cầu lông	
5	Bộ tranh Kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi lớp 7	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật Nhảy xa kiểu ngồi	
6	Bộ tranh Kỹ thuật Chạy cự li trung bình khối 7	04 bộ	- Bài học: Kỹ thuật chạy cự li trung bình	

4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập (Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Nhà đa năng	01	Dạy học Thể dục....	
2	Sân tập TD, đường chạy bền	01	Dạy học chủ đề Chạy cự li trung bình	
3	Sân tập TD, đường chạy nhanh (60m)	01	Dạy học chủ đề Chạy cự li ngắn	
4	Sân Đá cầu	03	Dạy Chủ đề tự chọn môn: Đá cầu	
5	Hố nhảy xa	01	Dạy Chủ đề tự chọn môn: Nhảy xa kiểu ngồi	

II. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình

TT	Bài học	Số tiết	Yêu cầu cần đạt
1	Kiến thức chung		<ul style="list-style-type: none"> - Về Kiến thức: HS nhận biết được các yếu tố của môi trường tự nhiên có lợi cho sức khỏe để tập luyện TĐTT. - Về năng lực; HS biết lựa chọn và vận dụng các yếu tố của môi trường

			tự nhiên có lợi cho sức khỏe để tập luyện TDTT. - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
2	Bài Thể dục liên hoàn (32 nhịp)	07	- <i>Về kiến thức:</i> HS biết cách thực hiện các nhịp của bài thể dục liên hoàn. - <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được đúng các nhịp của bài thể dục liên hoàn. Chính sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện bài thể dục liên hoàn, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học, biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
3	Kỹ thuật chạy cự ly ngắn (chạy nhanh)	12	- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (60m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực. - <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (60m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ đã học. Chính sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong chạy cự ly ngắn (60m), biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
4	Nhảy xa kiểu ngồi	10	- <i>Về kiến thức:</i> HS biết cách thực hiện các giai đoạn của nhảy xa kiểu ngồi, các động tác bổ trợ. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực. - <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được các động tác bổ trợ, hoàn thiện các giai đoạn của nhảy xa kiểu ngồi - Thực hiện được một số các bài tập bổ trợ sức mạnh của chân. - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
5	Chạy cự ly trung bình	10	- <i>Về kiến thức:</i> HS biết cách phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình, khắc phục các hiện tượng cực điểm. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực. - <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình, khắc phục các hiện tượng cực điểm, một số các bài tập bổ trợ sức bền. một số các bài tập bổ trợ đã học. - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
6	TTTC Đá cầu	23	- <i>Về kiến thức:</i> HS nắm được những Về kiến thức cơ bản, những kỹ - chiến thuật cơ bản về môn Đá cầu - <i>Về năng lực:</i> HS thực hiện được những Về kiến thức cơ bản, những kỹ - chiến thuật cơ bản và biết điều chỉnh sửa sai động tác, biết chủ động tìm tòi sưu tầm tranh ảnh về môn Đá cầu để phục vụ bài học, biết vận dụng tập luyện hàng ngày, một số các bài tập bổ trợ đã học. - <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
7	Kiểm tra	08	Kiến thức:

		<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kỹ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt
8	Kiểm tra RLTT	Kiểm tra, đánh giá thể lực học sinh cuối năm. (Bật xa; chạy tùy sức 5p; chạy 30m xp cao; nằm ngửa gập bụng)

2. 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 kì 1	45 phút	Tuần 8	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kỹ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Cuối học kì 1	45 phút	Tuần 17	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kỹ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Giữa học kì 2	45 phút	Tuần 25	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kỹ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Cuối học kì 2	45 phút	Tuần 34	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực	Thực hành

			<ul style="list-style-type: none"> - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. <p>3. Về phẩm chất</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt
--	--	--	---

C. MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 8

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp: 12; Số học sinh: 555 HS ; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có):

2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 03; Trình độ đào tạo: Đại học: 02 ; Trên đại học: 1

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt: 02 ; Khá:; Đạt:.....; Chưa đạt:.....

3. Thiết bị dạy học:(Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Tranh TD 8	01 bộ	Bài học: Bài thể dục	
2	Lưới, trụ Đá cầu(cầu đá)	02 bộ (50 quả cầu)	Bài học: Đá cầu	
3	Nệm (xà – cọc), cờ, thước dây, còi...	02 bộ	Bài học: Nhảy cao	
4	Sân (đường chạy bên) cờ, còi.	01	Bài học: Chạy cự li ngắn, chạy bền	

4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập(Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Nhà đa năng	01	Dạy học môn Đá cầu, bài Thể dục...	
2	Sân tập, đường chạy bền	01	Dạy học môn Chạy cự li ngắn, Chạy cự li trung bình	
3	Nệm, cột, xà	02	Dạy học môn nhảy cao	
4	Sân Đá cầu	02	Dạy Chủ đề tự chọn môn: Đá cầu	

II. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình

TT	Bài học (1)	Số tiết (2)	Yêu cầu cần đạt (3)
1	Kiến thức chung		<ul style="list-style-type: none"> - Về Kiến thức: HS nhận biết được cách sử dụng dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT. - Về năng lực; HS biết lựa chọn và sử dụng dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT. - Về phẩm chất: Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
2	Bài thể dục nhịp điệu	7	<ul style="list-style-type: none"> - Về kiến thức: Biết cách thực hiện và hô đúng nhịp từ động tác của Bài thể dục nhịp điệu. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu của nội dung bài học - Về năng lực: Thực hiện cơ bản đúng bài Thể dục liên tục nhịp điệu. Chính sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện bài thể dục nhịp điệu, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận

			<p>xét kết quả tập luyện; biết vận dụng những kiến thức đã học vào hoạt động sinh hoạt, tập luyện TDTT hằng ngày.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
3	Chạy cự ly ngắn	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (100m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ. . Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (100m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong chạy cự ly ngắn (100m), biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
4	Nhảy cao	12	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong kỹ thuật Nhảy cao kiểu Bước qua, các bài tập bổ trợ.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong Nhảy cao kiểu Bước qua, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong Nhảy cao kiểu Bước qua, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
5	Chạy cự li trung bình	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình. Biết một số điều luật cơ bản trong chạy cự li trung bình. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản các giai đoạn trong chạy cự li trung bình. Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình. Biết một số điều luật cơ bản trong chạy cự li trung bình. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong Chạy cự li trung bình, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
6	Đá cầu	23	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện Tâng cầu bằng má ngoài bàn chân, phát cầu thấp chân nghiêng mình, đỡ cầu bằng ngực và mu bàn chân. Một số luật cơ bản về môn đá cầu, các bài tập bổ trợ.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng Tâng cầu bằng má ngoài bàn chân, phát cầu thấp chân nghiêng mình, đỡ cầu bằng ngực và mu bàn chân. Một số luật cơ bản về môn đá cầu, các bài tập bổ trợ. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong Chạy cự li trung bình, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét</p>

			kết quả tập luyện; - <i>Về phẩm chất</i> : Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
7	Kiểm tra	08	Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra Về năng lực - Năng lực chung : Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt
8	Kiểm tra RLTT		Kiểm tra, đánh giá thể lực học sinh cuối năm. (Bật xa; chạy tùy sức 5p; chạy 30m xấp cao; nằm ngửa gập bụng)

2. 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 kì 1	45 phút	Tuần 8	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung : Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Cuối học kì 1	45 phút	Tuần 17	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung : Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Giữa học kì 2	45 phút	Tuần 25	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung : Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra	Thực hành

			- Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	
Cuối học kì 2	45 phút	Tuần 34	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành

D. MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 9

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp: 11; Số học sinh: HS 473; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn (nếu có): HS

2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 03; Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 1 Đại học: 02 ; Trên đại học: 1

Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên: Tốt: 02 ; Khá:; Đạt:.....; Chưa đạt:.....

3. Thiết bị dạy học:(Trình bày cụ thể các thiết bị dạy học có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Tranh TD 9	01 bộ	Bài học: Bài thể dục	
2	Lưới, trụ Đá cầu(<i>cầu đá</i>)	02 bộ (<i>50 quả cầu</i>)	Bài học: Đá cầu	
3	Nệm (<i>xà – cọc</i>), còi...	02 bộ	Bài học: Nhảy cao	
4	Sân (<i>đường chạy bên</i>) cờ, còi.	01	Bài học: Chạy cự li ngắn, chạy bên	

4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập(Trình bày cụ thể các phòng thí nghiệm/phòng bộ môn/phòng đa năng/sân chơi/bãi tập có thể sử dụng để tổ chức dạy học môn học/hoạt động giáo dục)

TT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Nhà đa năng	01	Dạy học môn Đá cầu, bài thể dục nhịp điệu.....	
2	Hố cát	01	Dạy học môn nhảy xa	
3	Sân tập, đường chạy bên	01	Dạy học môn Chạy cự li ngắn, Chạy cự li trung bình	
4	Nệm, cột, xà	01	Dạy học môn nhảy cao	
5	Sân Đá cầu	02	Dạy Chủ đề tự chọn môn: Đá cầu	

II. Kế hoạch dạy học

1. Phân phối chương trình

TT	Bài học (1)	Số tiết (2)	Yêu cầu cần đạt (3)
1	Kiến thức chung		<ul style="list-style-type: none"> - Về Kiến thức: HS nhận biết được cách sử dụng các yếu tố tự nhiên – để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể. - Về năng lực; HS biết lựa chọn cách sử dụng các yếu tố tự nhiên – để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể. - Về phẩm chất: Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.
2	Bài thể dục nhịp	7	- Về kiến thức: Biết cách thực hiện và hô đúng nhịp từ động tác của Bài thể dục nhịp điệu. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù

	điều		<p>hợp với yêu cầu của nội dung bài học</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng bài Thể dục liên tục nhịp điệu. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện bài thể dục nhịp điệu, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; biết vận dụng những kiến thức đã học vào hoạt động sinh hoạt, tập luyện TDTT hằng ngày.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
3	Chạy cự ly ngắn	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện phối hợp được các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (100 m). Biết một số điều luật cơ bản trong chạy cự ly ngắn. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển các tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong chạy cự ly ngắn (100m) Một số động tác hồi tĩnh sau khi chạy, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong chạy cự ly ngắn (100m), biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
4	Nhảy cao nằm nghiêng	12	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong kỹ thuật Nhảy cao nằm nghiêng. Biết một số điều luật cơ bản trong nhảy cao. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản đúng các giai đoạn trong Nhảy cao nằm nghiêng, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong Nhảy cao kiểu Bước qua, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
5	Chạy cự ly trung bình	10	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự ly trung bình. Biết một số điều luật cơ bản trong chạy cự ly trung bình. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực.</p> <p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự ly trung bình. Biết một số điều luật cơ bản trong chạy cự ly trung bình. Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực, các bài tập bổ trợ đã học. Chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện trong Chạy cự ly trung bình, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện;</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
6	Đá cầu	23	<p>- <i>Về kiến thức:</i> Biết cách thực hiện kỹ thuật tâng bóng cầu, kỹ thuật phát cầu cao chân nghiêng mình, kỹ thuật chắn cầu. Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu đá cầu. Lựa chọn một số trò chơi bổ trợ.</p>

			<p>- <i>Về năng lực:</i> Thực hiện cơ bản kĩ thuật tăng búng cầu, kĩ thuật phát cầu cao chân nghiêng mình, kĩ thuật chắn cầu. Biết một số điều luật cơ bản trong thi đấu đá cầu. Các bài tập bổ trợ đã học</p> <p>+ Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.</p> <p>+Biết xử lí linh hoạt một số tình huống khi phối hợp đồng đội, Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện.</p> <p>- <i>Về phẩm chất:</i> Tích cực, tự giác trong học tập, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.</p>
7	Kiểm tra	08	<p>Kiến thức:</p> <p>- Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra</p> <p>Về năng lực</p> <p>- Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác</p> <p>- Năng lực đặc thù</p> <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra</p> <p>+ Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>Về phẩm chất</p> <p>- Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra</p> <p>- Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt</p>
8	Kiểm tra RLTT		Kiểm tra, đánh giá thể lực học sinh cuối năm. (Bật xa; chạy tùy sức 5p; chạy 30m xp cao; nằm ngửa gập bụng)

2. 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 kì 1	45 phút	Tuần 7	<p>1. Kiến thức:</p> <p>- Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra</p> <p>2. Về năng lực</p> <p>- Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác</p> <p>- Năng lực đặc thù</p> <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra</p> <p>+ Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>3. Về phẩm chất</p> <p>- Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra</p> <p>- Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt</p>	Thực hành
Cuối học kì 1	45 phút	Tuần 16	<p>1. Kiến thức:</p> <p>- Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra</p> <p>2. Về năng lực</p> <p>- Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác</p> <p>- Năng lực đặc thù</p> <p>+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra</p> <p>+ Thành tích đạt theo yêu cầu.</p> <p>3. Về phẩm chất</p> <p>- Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra</p> <p>- Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt</p>	Thực hành
Giữa học kì 2	45 phút	Tuần 24	<p>1. Kiến thức:</p> <p>- Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra</p> <p>2. Về năng lực</p> <p>- Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động</p>	Thực hành

			tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	
Cuối học kì 2	45 phút	Tuần 33	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành

(1) Thời gian làm bài kiểm tra, đánh giá.

(2) Tuần thứ, tháng, năm thực hiện bài kiểm tra, đánh giá.

(3) Yêu cầu (mức độ) cần đạt đến thời điểm kiểm tra, đánh giá (theo phân phối chương trình).

(4) Hình thức bài kiểm tra, đánh giá: viết (trên giấy hoặc trên máy tính); bài thực hành; dự án học tập.

Liên Chiểu, ngày 11 tháng 9 năm 2024

KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

(Ký và ghi rõ họ tên)

TỔ TRƯỞNG

(Ký và ghi rõ họ tên)

(Đã ký)

Đã ký)

Đình Thế Phong

Nguyễn Hồng Hiến