**Phụ lục I**

**KHUNG KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN**

(*Kèm theo Công văn số 4104/SGDĐT-GDTrH ngày 24/12/2020 của Sở GD và ĐT*)

|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG: THPT CHU VĂN AN**  **TỔ: GDTC-GDQP&AN-SỬ-TIN HỌC** | **CỘNGHÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**  **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN**

**MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC: GDTC , LỚP: 10,11,12**

(Năm học 2025 - 2026)

**I. Đặc điểm tình hình**

**1. Số lớp:** 20 **; Số học sinh:** 868 **; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn** (nếu có)**:**

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

**Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên [[1]](#footnote-1):** Tốt:.....03........; Khá:.......00....; Đạt:......00.........; Chưa đạt:..00......

**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)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| STT | Thiết bị dạy học | Số lượng | Các bài thí nghiệm/thực hành | Ghi chú |
| 1 | Bóng chuyền | 15 quả |  |  |
| 2 | Vợt cầu lông | 30 cặp |  |  |
| 3 | Ống cầu lông | 10 ống |  |  |
| 4 | Cầu đá | 200 trái |  |  |
| 5 | Lưới CL, BC, ĐC | 05 cái |  |  |

**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)*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| STT | Tên phòng | Số lượng | Phạm vi và nội dung sử dụng | Ghi chú |
| 1 | Sân bóng chuyền | 1 | Cả năm |  |
| 2 | Sân cầu lông  Sân đá cầu | 1  1 | Cả năm |  |

**II. Kế hoạch dạy học lớp 10**

1. **Kế hoạch dạy học 10 ( Môn Đá cầu A )**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Bài học** | **Số tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** | |
| **I** | **CHỦ ĐỀ 1. LỊCH SỬ MÔN ĐÁ CẦU, KĨ THUẬT DI CHUYỂN VÀ KĨ THUẬT TÂNG CẦU** | | | | | |
| 1 | - Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất  - Sơ lược về lịch sử môn đá cầu. | 1 | Tuần 1 | Máy chiếu | Trong lớp | |
| 2 | - Kĩ thuật di chuyển một bước.  - Bài tập phát triển sức mạnh của chân và khả năng bật nhảy: Nhảy dây | 2 | Tuần 1 | Tranh ảnh kĩ thuật, dây nhảy | Sân trường | |
| 3 | - Ôn kĩ thuật di chuyển một bước.  - Một số quy định cơ bản về sân đá cầu  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Di chuyển tiến, lùi tiếp sức | 3 | Tuần 2 | Tranh ảnh kĩ thuật | Sân trường | |
| 4 | - Kĩ thuật tâng cầu bằng đùi  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Vượt chướng ngại vật tâng cầu tiếp sức” | 4 | Tuần 2 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | Sân trường | |
| 5 | - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng đùi  - Bài tập phát triển sức mạnh của chân và khả năng bật nhảy: Nhảy lò cò | 5 | Tuần 3 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 6 | - Ôn kĩ thuật di chuyển một bước  - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng đùi  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Di chuyển tiến, lùi tiếp sức | 6 | Tuần 3 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 7 | - Ôn kĩ thuật di chuyển một bước  - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng đùi  - Bài tập phát triển sức mạnh của chân và khả năng bật nhảy: Bật bục đổi chân | 7 | Tuần 4 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | Sân trường | |
| 8 | - Kĩ thuật di chuyển nhiều bước  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy hai chân theo các ô quy định | 8 | Tuần 4 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 9 | - Ôn kĩ thuật di chuyển nhiều bước  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Làm theo tín hiệu” | 9 | Tuần 5 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 10 | - Ôn kĩ thuật di chuyển nhiều bước  - Dinh dưỡng để phát triển thể chất | 10 | Tuần 5 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 11 | *Kiểm tra thường xuyên:* *Kĩ thuật tâng cầu bằng đùi* | 11 | Tuần 6 |  |  | |
| 12 | - Kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Chạy nâng cao đùi | 12 | Tuần 6 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 13 | - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Thi tâng cầu” | 13 | Tuần 7 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 14 | - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân  - Một số quy định cơ bản về lưới trong môn đá cầu | 14 | Tuần 7 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 15 | - Ôn kĩ thuật di chuyển nhiều bước  - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân | 15 | Tuần 8 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 16 | - Ôn kĩ thuật di chuyển nhiều bước  - Ôn kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân | 16 | Tuần 8 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 17 | *Kiểm tra giữa kì I: Kĩ thuật tâng cầu bằng mu bàn chân* | 17 | Tuần 9 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| **II** | **CHỦ ĐỀ 2: KỸ THUẬT GIAO CẦU VÀ ĐỠ CẦU** | | | | | |
| 1 | - Kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Đứng lên ngồi xuống liên tục | 18 | Tuần 9 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 2 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Một số quy định cơ bản về lỗi giao cầu và đỡ giao cầu | 19 | Tuần 10 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 3 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Đá cầu trúng đích” | 20 | Tuần 10 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 4 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy ưỡn thân liên tục | 21 | Tuần 11 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 5 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Mèo đuổi chuột” | 22 | Tuần 11 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 6 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Chạy tốc độ tại chỗ kết hợp di chuyển | 23 | Tuần 12 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 7 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “ Đá cầu trúng đích” | 24 | Tuần 12 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 8 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy ưỡn thân liên tục | 25 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 9 | *Kiểm tra thường xuyên: Kĩ thuậtgiao cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân* | 26 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 10 | - Kĩ thuật đỡ cầu bằng đùi  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy đổi chân liên tục | 27 | Tuần 14 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 11 | - Ôn kĩ thuật đỡ cầu bằng đùi  - Bài tập phát triển thể lực: Nằm sấp ưỡn thân | 28 | Tuần 14 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 12 | - Kĩ thuật đỡ cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Giăng lưới bắt cá” | 29 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 13 | - Ôn kĩ thuật đỡ cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Nằm ngửa gập bụng | 30 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 14 | - Kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Đỡ cầu tiếp sức” | 31 | Tuần 16 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 15 | - Ôn kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy đổi chân liên tục | 32 | Tuần 16 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 16 | - Ôn kĩ thuật đỡ cầu bằng đùi, đỡ cầu bằng mu bàn chân và đỡ cầu bằng ngực  - Một số quy định cơ bản về các nội dung thi đấu trong môn đá cầu | 33 | Tuần 17 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 17 | - Kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy đá lăng chân ra trước | 34 | Tuần 17 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 18 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Chuyền cầu tiếp sức” | 35 | Tuần 18 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 19 | *Kiểm tra cuối học kì I: Kĩ thuật đỡ cầu bằng ngực* | 36 | Tuần 18 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 20 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Một số quy định cơ bản về giao cầu | 37 | Tuần 19 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 21 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Bài tập phát triển thể lực: Bật nhảy đá lăng chân ngang | 38 | Tuần 19 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 22 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Bắt quân” | 39 | Tuần 20 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 23 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Bài tập phát triển thể lực: Phối hợp bật nhảy đá lăng chân dọc và ngang | 40 | Tuần 20 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 24 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Chuyền cầu tiếp sức” | 41 | Tuần 21 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 25 | - Ôn kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo và phản xạ: “Bắt quân” | 42 | Tuần 21 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| **III** | **CHỦ ĐỀ 3. KĨ THUẬT CHUYỀN CẦU VÀ PHỐI HỢP MỘT SỐ KĨ THUẬT** | | | | | |
| 1 | - Kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Đứng lên ngồi xuống bằng một chân | 43 | Tuần 22 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 2 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Đội nào khéo hơn” | 44 | Tuần 22 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 3 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Chạy nhanh từ 20 – 30m | 45 | Tuần 23 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 4 | *Kiểm tra thường xuyên: Kĩ thuật giao cầu thấp chân nghiêng mình* | 46 | Tuần 23 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 5 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Chọi cóc” | 47 | Tuần 24 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 6 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Một số quy định cơ bản về tình trạng của cầu | 48 | Tuần 24 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 7 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Phối hợp tâng cầu nhiều lần | 49 | Tuần 25 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 8 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Đội nào khéo hơn” | 50 | Tuần 25 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 9 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Đứng lên ngồi xuống bằng một chân | 51 | Tuần 26 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 10 | *Kiểm tra giữa kì II: Kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân* | 52 | Tuần 26 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 11 | - Kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Bật bục | 53 | Tuần 27 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | | Sân trường |
| 12 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Chuyền cầu tiếp sức” | 54 | Tuần 27 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 13 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Chạy 20m xuất phát ở các tư thế khác nhau | 55 | Tuần 28 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 14 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Đàn vịt nào nhanh” | 56 | Tuần 28 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 15 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Di chuyển nhanh trên sân theo tín hiệu | 57 | Tuần 29 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 16 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Một số quy định cơ bản về cách tính điểm trong thi đấu đá cầu | 58 | Tuần 29 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 17 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: Bật bục | 59 | Tuần 30 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | | Sân trường |
| 18 | - Ôn kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân  - Trò chơi phát triển sức mạnh của chân và khả năng khéo léo: “Chuyền cầu tiếp sức” | 60 | Tuần 30 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 19 | *Kiểm tra thường xuyên: Kĩ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân* | 61 | Tuần 31 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 20 | - Phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Bài tập phát triển thể lực: Di chuyển tiến, lùi đổi hướng theo tín hiệu | 62 | Tuần 31 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 21 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Giành cầu” | 63 | Tuần 32 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 22 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Bài tập phát triển thể lực: Xoạc ngang | 64 | Tuần 32 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 23 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Phối hợp giữ cầu” | 65 | Tuần 33 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 24 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Bài tập phát triển thể lực: Xoạc dọc | 66 | Tuần 33 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 25 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Một số quy định về số lần chạm cầu | 67 | Tuần 34 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 26 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Trò chơi phát triển sức mạnh và khả năng khéo léo: “Giành cầu” | 68 | Tuần 34 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 27 | - Ôn phối hợp một số kĩ thuật trong tập luyện và thi đấu đá cầu  - Bài tập phát triển thể lực: Chạy 30m XPC | 69 | Tuần 35 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 28 | *Kiểm tra cuối học kì II: Kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân* | 70 | Tuần 35 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |

**III. Kế hoạch dạy học lớp 11 ( Đá cầu B )**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Bài học** | **Số tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** | |
| **I** | **Chủ đề 1: Vai trò, tác dụng của môn đá cầu; kĩ thuật tâng cầu và đỡ cầu** | | | | | |
| 1 | - Học: + Bản chất của sự rèn luyện thân thể trong môi trường tự nhiên  + Vai trò, tác dụng của môn đá cầu với sự phát triển thể chất | 1 | Tuần 1 | Máy chiếu | Trong lớp | |
| 2 | - Học: + Kĩ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân  + Cơ chế tác dụng của 1 số phương pháp rèn luyện thân thể trong môi trường tự nhiên | 2 | Tuần 1 | Tranh ảnh kĩ thuật, dây nhảy | Sân trường | |
| 3 | - Học: Dinh dưỡng trước, trong và sau khi tập luyện TDTT  - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Thi tâng cầu tăng dần độ khó” | 3 | Tuần 2 | Tranh ảnh kĩ thuật | Sân trường | |
| 4 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển sức mạnh và khả năng bật nhảy: “Chạy hất má trong bàn chân lên cao” | 4 | Tuần 2 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | Sân trường | |
| 5 | - Học: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má trong bàn chân  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Hoàng anh, Hoàng yến” | 5 | Tuần 3 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 6 | - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má trong bàn chân  - Bài tập phát triển sức mạnh và khả năng bật nhảy: “Bật bục qua lại” | 6 | Tuần 3 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 7 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân  - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má trong bàn chân | 7 | Tuần 4 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | Sân trường | |
| 8 | - Học: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Trò chơi phát triển thể lực: “Tâng cầu tiếp sức theo vòng tròn” | 8 | Tuần 4 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 9 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: “Nhảy dây tốc độ” | 9 | Tuần 5 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 10 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: “Chạy 30m xuất phát cao” | 10 | Tuần 5 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 11 | - Học: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má ngoài bàn chân  - Trò chơi phát triển thể lực: “Lăn bóng qua hầm” | 11 | Tuần 6 |  |  | |
| 12 | - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má ngoài bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: “Bật bục đổi chân” | 12 | Tuần 6 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 13 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má ngoài bàn chân | 13 | Tuần 7 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 14 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má ngoài bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực: “Chạy 30m xuất phát cao” | 14 | Tuần 7 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 15 | - Ôn: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân  - Ôn: Kĩ thuật đỡ cầu bằng má ngoài bàn chân | 15 | Tuần 8 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 16 | - Học: Kĩ thuật búng cầu  - Trò chơi phát triển thể lực: “Tâng, búng cầu tiếp sức” | 16 | Tuần 8 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 17 | - Ôn: Kĩ thuật búng cầu  - Bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động: “Chạy con thoi 4x10m” | 17 | Tuần 9 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 18 | *Kiểm tra giữa kì I: Kĩ thuật tâng cầu bằng má ngoài bàn chân* | 18 | Tuần 9 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 19 | - Ôn: Kĩ thuật búng cầu  - Bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động: “Nhảy dây kép” | 19 | Tuần 10 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 20 | - Học: Kĩ thuật chắn cầu bằng ngực  - Trò chơi phát triển thể lực: “Đội nào nhanh hơn” | 20 | Tuần 10 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 21 | - Ôn: Kĩ thuật chắn cầu bằng ngực  - Bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động: “Chạy luồn cọc mốc” | 21 | Tuần 11 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 22 | - Ôn: Kĩ thuật búng cầu  - Ôn: Kĩ thuật chắn cầu bằng ngực | 22 | Tuần 11 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 23 | - Ôn: Kĩ thuật búng cầu  - Ôn: Kĩ thuật chắn cầu bằng ngực | 23 | Tuần 12 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 24 | - Ôn: Kĩ thuật búng cầu  - Ôn: Kĩ thuật chắn cầu bằng ngực | 24 | Tuần 12 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| **II** | **Chủ đề 2:Giao cầu** | | | | | |
| 1 | - Học: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Đội đạt điểm tốt” | 25 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 2 | - Học: Một số quy định về đổi sân và thời gian giải lao trong luật thi đấu đá cầu  - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện | 26 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 3 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện  - Bài tập phát triển sức bền tốc độ: “Bật nhảy chụm – tách chân” | 27 | Tuần 14 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 4 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Xây cầu qua sông” | 28 | Tuần 14 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 5 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện  - Bài tập phát triển sức bền tốc độ: “Di chuyển tiến – lùi dọc sân đá cầu” | 29 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 6 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Đội đạt điểm tốt” | 30 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 7 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện | 31 | Tuần 16 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 8 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân chính diện | 32 | Tuần 16 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 9 | - Hoc: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Giao cầu vào ô tính điểm” | 33 | Tuần 17 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 10 | *Kiểm tra cuối học kì I: Kĩ thuật*  *giao cầu cao chân chính diện* | 34 | Tuần 17 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 11 | *Kiểm tra theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể: XPC chạy nhanh 30m* | 35 | Tuần 18 | Sổ đánh giá HS | Sân trường | |
| 12 | *Kiểm tra theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể: Chạy tùy sức 5 phút* | 36 | Tuần 18 | Sổ đánh giá HS | Sân trường | |
| 13 | - Học: Một số quy định cơ bản về vị trí của trọng tài trong luật thi đấu đá cầu  - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình | 37 | Tuần 19 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 14 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình  - Bài tập phát triển sức bền tốc độ: “Đứng lên, ngồi xuống” | 38 | Tuần 19 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 15 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Giao cầu dích dắc” | 39 | Tuần 20 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 16 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình  - Bài tập phát triển sức bền tốc độ: “Bật cóc” | 40 | Tuần 20 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 17 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Giao cầu vào ô tính điểm” | 41 | Tuần 21 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 18 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình | 42 | Tuần 21 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| 19 | - Ôn: Kĩ thuật giao cầu cao chân nghiêng mình | 43 | Tuần 22 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | Sân trường | |
| **III** | **Chủ đề 3: Kĩ thuật đá cầu tấn công và chiến thuật tấn công cơ bản** | | | | | |
| 1 | - Học: Kĩ thuật đá móc cầu bằng mu bàn chân (cúp ngược)  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Đội nào chính xác” | 44 | Tuần 22 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 2 | - Ôn: Kĩ thuật đá móc cầu bằng mu bàn chân (cúp ngược)  - Bài tập phát triển sức mạnh: “Bật cao tại chỗ” | 45 | Tuần 23 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 3 | - Ôn: Kĩ thuật đá móc cầu bằng mu bàn chân (cúp ngược)  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Đan cầu” | 46 | Tuần 23 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 4 | - Học: Phối hợp tâng cầu và đá móc cầu bằng mu bàn chân  - Trò chơi phát triển sức nhanh và khả năng khéo léo: “Đội nào chính xác” | 47 | Tuần 24 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 5 | - Ôn: Phối hợp tâng cầu và đá móc cầu bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển sức mạnh: “Chống sấp thẳng hai tay” | 48 | Tuần 24 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 6 | - Ôn: Phối hợp tâng cầu và đá móc cầu bằng mu bàn chân | 49 | Tuần 25 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 7 | - Ôn: Phối hợp tâng cầu và đá móc cầu bằng mu bàn chân | 50 | Tuần 25 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 8 | - Ôn: Phối hợp tâng cầu và đá móc cầu bằng mu bàn chân | 51 | Tuần 26 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 9 | *Kiểm tra giữa kì II: Kĩ thuật*  *thuật đá móc cầu bằng mu bàn chân* | 52 | Tuần 26 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 10 | - Học: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi)  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Phối hợp đá cầu trúng đích” | 53 | Tuần 27 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | | Sân trường |
| 11 | - Học: Một số quy định về các lỗi trong luật thi đấu đá cầu  - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi) | 54 | Tuần 27 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 12 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi)  - Bài tập phát triển sức mạnh: “Bật nhảy đá lăng chân cao” | 55 | Tuần 28 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 13 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi)  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Đổi cầu” | 56 | Tuần 28 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 14 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi)  - Bài tập phát triển sức mạnh: “Bật nhảy với tay cao” | 57 | Tuần 29 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 15 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi) | 58 | Tuần 29 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 16 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi) | 59 | Tuần 30 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá, bục | | Sân trường |
| 17 | - Ôn: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân (cúp xuôi) | 60 | Tuần 30 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 18 | + Sơ lược về chiến thuật thi đấu trong môn đá cầu  + Chiến thuật tấn công cơ bản | 61 | Tuần 31 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 19 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Đội giữ cầu tài ba” | 62 | Tuần 31 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 20 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Bài tập phát triển sức bền: “Nhảy dây đơn” | 63 | Tuần 32 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 22 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Di chuyển tâng cầu tiếp sức” | 64 | Tuần 32 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 23 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Trò chơi phát triển khả năng khéo léo: “Đội giữ cầu tài ba” | 65 | Tuần 33 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 24 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Thi đấu đá cầu | 66 | Tuần 33 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 25 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Thi đấu đá cầu | 67 | Tuần 34 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 26 | - Ôn: Chiến thuật tấn công cơ bản  - Thi đấu đá cầu | 68 | Tuần 34 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 27 | *Kiểm tra cuối học kì II: Kĩ thuật đá vô lê cầu bằng mu bàn chân* | 69 | Tuần 35 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |
| 28 | *Kiểm tra theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể* | 70 | Tuần 35 | Tranh ảnh kĩ thuật, quả cầu đá | | Sân trường |

**IV. Kế hoạch dạy học lớp 11 Bóng chuyền (B)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Bài học** | **Tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| **I** | **Chủ đề 1: Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất – Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền** | | | | |
| 1 | Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất | 0 | Xen kẽ vào tiết học trong học kì I | SGK, máy chiếu | Sân bóng chuyền |
| 2 | Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền |
| **II** | **Chủ đề 2: Kĩ thuật di chuyển và chuyền bóng** | | | | |
| 1 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng  + Đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 1 | Tuần 1 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 2 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  + Học: Thực hiện kĩ thuật nhoài người đỡ bóng | 2 | Tuần 1 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 3 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  + Ôn: Thực hiện kĩ thuật nhoài người đỡ bóng  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 3 | Tuần 2 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 4 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Di chuyển về phía trước  + Di chuyển ngang chạm vật  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 4 | Tuần 2 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 5 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật  + Học: Di chuyển liên hoàn  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 5 | Tuần 3 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 6 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 6 | Tuần 3 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 7 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn  + Học: Di chuyển bắt bóng  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 7 | Tuần 4 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 8 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật di chuyển bắt bóng | 8 | Tuần 4 |  | Sân bóng chuyền |
| 9 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn; di chuyển bắt bóng  - Trò chơi vận động “Chạy đổi hướng” | 9 | Tuần 5 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 10 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản | 10 | Tuần 5 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 11 | - Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền  - Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Tại chỗ mô phỏng động tác  + Tại chỗ tung bắt bóng  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 11 | Tuần 6 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 12 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay | 12 | Tuần 6 | Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 13 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng  + Học: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 13 | Tuần 7 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 14 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng  + Ôn: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 14 | Tuần 7 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 15 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu  + Học: Phối hợp di chuyển chuyền bóng  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 15 | Tuần 8 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 16 | - Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất  - Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng | 16 | Tuần 8 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 17 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng  + Học: Chuyền bóng 3 người  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 17 | Tuần 9 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 18 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng  + Ôn: Chuyền bóng 3 người  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 18 | Tuần 9 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 19 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người  + Học: Chuyền bóng tới vị trí quy định  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 19 | Tuần 10 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 20 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người  + Ôn: Chuyền bóng tới vị trí quy định  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 20 | Tuần 10 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| **III** | **Chủ đề 3: Kĩ thuật phát và đập bóng** | | | | |
| 1 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Tại chỗ mô phỏng động tác  + Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  - Trò chơi: Thi ném bóng | 21 | Tuần 11 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 2 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Học: Phát bóng qua lại | 22 | Tuần 11 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 3 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại  + Học: Phát bóng tại vạch 3m | 23 | Tuần 12 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 4 | *- Kiểm tra giữa kì I:* Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu | 24 | Tuần 12 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 5 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại  + Ôn: Phát bóng tại vạch 3m  - Trò chơi: Thi phát bóng | 25 | Tuần 13 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 6 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m  + Học: Phát bóng tại vị trí cách lưới 6m | 26 | Tuần 13 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 7 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m | 27 | Tuần 14 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 8 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng qua lại;Phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m  + Học: Phát bóng cuối sân  - Trò chơi: Thi phát bóng | 28 | Tuần 14 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 9 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  - Trò chơi: Thi ném bóng | 29 | Tuần 15 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 10 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  + Học: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng | 30 | Tuần 15 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 11 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  + Ôn: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng | 31 | Tuần 16 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 12 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Học: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi ném bóng | 32 | Tuần 16 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 13 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi phát bóng | 33 | Tuần 17 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 14 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi ném bóng | 34 | Tuần 17 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 15 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Mô phỏng động tác đập bóng xoay người  + Mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 35 | Tuần 18 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 16 | *- Kiểm tra cuối kỳ I:* Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt | 36 | Tuần 18 |  |  |
| 17 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  + Học: Đập bóng treo  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 37 | Tuần 19 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 18 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  + Ôn: Đập bóng treo  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 38 | Tuần 19 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 19 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo  + Học: Đập bóng 1 bước đà | 39 | Tuần 20 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 20 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo  + Ôn: Đập bóng 1 bước đà | 40 | Tuần 20 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 21 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà  + Học: Đập bóng 3 bước đà | 41 | Tuần 21 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 22 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 42 | Tuần 21 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 23 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  + Học: Đập bóng ở vị trí số 4 | 43 | Tuần 22 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 24 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 4  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 44 | Tuần 22 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 25 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4  + Học: Đập bóng ở vị trí số 2 | 45 | Tuần 23 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 26 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 2  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 46 | Tuần 23 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 27 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4; đập bóng ở vị trí số 2  + Học: Đập bóng ở vị trí số 3 | 47 | Tuần 24 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 28 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật đập bóng 3 bước đà | 48 | Tuần 24 |  |  |
| 29 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4; đập bóng ở vị trí số 2  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 3  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 49 | Tuần 25 | Tranh;  Bóng chuyền |  |
| **IV** | **Chủ đề 4: Chiến thuật thi đấu cơ bản** | | | | |
| 1 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4  + Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  - Trò chơi: Chuyền bóng tiếp sức | 50 | Tuần 25 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 2 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  - Trò chơi: Lò cò tiếp sức | 51 | Tuần 26 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 3 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  + Học: Bài tập 3:Chuyền 2 chuyền bóng tấn công ở vị trí số 3 | 52 | Tuần 26 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 4 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  + Ôn: Bài tập 3:Chuyền 2 chuyền bóng tấn công ở vị trí số 3 | 53 | Tuần 27 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 5 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 2, 3  + Học: Bài tập 4: Từ vị trí số 2, chuyền 2 di chuyển về vị trí số 3 thực hiện chuyền bóng tấn công  - Trò chơi: Lò cò tiếp sức | 54 | Tuần 27 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 6 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 3; 4  + Học: Bài tập 5: Từ vị trí số 4, chuyền 2 di chuyển về vị trí số 3 thực hiện chuyền bóng tấn công | 55 | Tuần 28 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 7 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật đập bóng ở vị trí số 4 | 56 | Tuần 28 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 8 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 4; 5  + Học: Bài tập 6: Xoay vòng đổi vị trí, phối hợp tấn công  - Trò chơi phát triển thể lực: Lò cò tiếp sức | 57 | Tuần 29 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 9 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Bài tập 1: Di chuyển mô phỏng khi chuyền 2 ở vị trí số 1 làm nhiệm vụ phát bóng  + Bài tập 2: Di chuyển mô phỏng của chuyền 2 ở vị trí số 5 khi đồng đội phát bóng  - Trò chơi: Chuyền bóng thâp tay tiếp sức | 58 | Tuần 29 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 10 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển mô phỏng khi chuyền 2 ở vị trí số 1 làm nhiệm vụ phát bóng; Bài tập 2: Di chuyển mô phỏng của chuyền 2 ở vị trí số 5 khi đồng đội phát bóng  - Trò chơi: Chuyền bóng tiếp sức | 59 | Tuần 30 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 11 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 1; Bài tập 2  + Học: Bài tập 3: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 4 với 1 người chắn | 60 | Tuần 30 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 12 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 2; 3  + Học: Bài tập 4: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 4 với 2 người chắn | 61 | Tuần 31 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 13 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 3; 4  + Học: Bài tập 5: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 3 với 1 người chắn | 62 | Tuần 31 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 14 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 4; 5  + Học: Bài tập 6: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 3 với 2 người chắn  - Trò chơi: Bật cóc tiếp sức | 63 | Tuần 32 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 15 | *- Kiểm tra giữa kì II:* Kĩ thuật đập bóng ở vị trí số 3 | 64 | Tuần 32 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 16 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 5; 6  + Học: Bài tập 7: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 2 với 1 người chắn | 65 | Tuần 33 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 17 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 6; 7  + Học: Bài tập 8: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 2 với 2 người chắn  - Trò chơi: Chuyền bóng thâp tay tiếp sức | 66 | Tuần 33 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 18 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 7; 8  + Học: Bài tập 9: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 4 với 1 và 2 người chắn  - Trò chơi: Bật cóc tiếp sức | 67 | Tuần 34 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 19 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 9  + Học: Bài tập 10: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 3 với 1 và 2 người chắn; Bài tập 11: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 2 với 1 và 2 người chắn | 68 | Tuần 34 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 20 | *- Kiểm tra cuối kì II:* Kĩ thuật đập bóng xoay người | 69 | Tuần 35 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 21 | *- Kiểm tra TCRLTT: Chạy tuỳ sức 5 phút* | 70 | Tuần 35 | Đồng hồ bấm giây | Sân bóng chuyền |

**V. Kế hoạch dạy học lớp 12 Đá cầu (C)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Bài học** | **TT tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| **Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất** | | | | | |
| Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển TC | | Lồng ghép vào tiết 1 | | Máy chiếu | Trong lớp |
| **I** | **Chủ đề 1: Những vấn đề chung** | | | | |
| 1 | - Bài 1. Vai trò, ảnh hưởng của môn Đá cầu đối với sức khoẻ và xã hội; Lập kế hoạch tập luyện môn Đá cầu (Tiết 1)  - Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển TC | 1 | Tuần 1 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 2 | Bài 1. Vai trò, ảnh hưởng của môn Đá cầu đối với sức khoẻ và xã hội; Lập kế hoạch tập luyện môn Đá cầu (Tiết 2) | 2 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 3 | Bài 2. Phương pháp trọng tài trong thi đấu môn Đá cầu (Tiết 1) | 3 | Tuần 2 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 4 | Bài 2. Phương pháp trọng tài trong thi đấu môn Đá cầu (Tiết 2) | 4 | Máy chiếu | Trong lớp |
| **II** | **Chủ đề 2. Kĩ thuật tấn công** | | | | |
| 1 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Học: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân | 5 | Tuần 3 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 2 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Trò chơi: “Đội nhanh, đội khéo” | 6 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 3 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực | 7 | Tuần 4 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 4 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Học: Một số điều luật về hội ý trong trận đấu  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân | 8 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 5 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực | 9 | Tuần 5 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 6 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Trò chơi: “Giao cầu chính xác” | 10 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 7 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Bài tập phát triển thể lực | 11 | Tuần 6 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 8 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân  - Trò chơi: “Đội nhanh, đội khéo” | 12 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 9 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân | 13 | Tuần 7 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 10 | Bài 1. Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân:  - Ôn: Kĩ thuật đá cầu tấn công bằng mu bàn chân | 14 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 11 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Học: Kĩ thuật đẩy cầu | 15 | Tuần 8 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 12 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Trò chơi: “Phối hợp nhanh, khéo ” | 16 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 13 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 17 | Tuần 9 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 14 | *Kiểm tra giữa học kì I: Kĩ thuật đẩy cầu* | 18 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 15 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Trò chơi: “Đội đạt điểm tốt nhất ” | 19 | Tuần 10 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 16 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 20 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 17 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Trò chơi: “Phối hợp nhanh, khéo ” | 21 | Tuần 11 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 18 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 22 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 19 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu  - Trò chơi: “Đội đạt điểm tốt nhất ” | 23 | Tuần 12 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 20 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Học: Một số điều luật về quyền và nghĩa vụ của VĐV khi tham gia thi đấu môn Đá cầu  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu | 24 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 21 | Bài 2. Kĩ thuật đẩy cầu:  - Ôn: Kĩ thuật đẩy cầu | 25 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 22 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Học: Kĩ thuật đánh đầu | 26 | Tuần 13 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 23 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Trò chơi: “Đội đánh đầu chính xác” | 27 | Tuần 14 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 3 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Bài tập phát triển thể lực | 28 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 4 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Trò chơi: “Chọn điểm tốt” | 29 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 5 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Bài tập phát triển thể lực | 30 | Tuần 15 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 6 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Học: Một số điều luật về vị trí của VĐV trên sân trong thi đấu môn Đá cầu  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu | 31 | Tuần 16 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 7 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Trò chơi: “Đội đánh đầu chính xác” | 32 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 8 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu  - Bài tập phát triển thể lực | 33 | Tuần 17 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 9 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu | 34 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 10 | Bài 3. Kĩ thuật đánh đầu:  - Ôn: Kĩ thuật đánh đầu | 35 | Tuần 18 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 11 | *- Kiểm tra cuối kì I: Kĩ thuật đánh đầu .* | 36 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| **III.** | **Chủ đề 3: Chiến thuật đá cầu** | | | | |
| 12 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Học: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn | 37 | Tuần 19 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 13 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn  - Trò chơi: “Tranh cầu” | 38 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 14 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn  - Bài tập phát triển thể lực | 39 | Tuần 20 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 15 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn | 40 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 16 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Học: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi và thi đấu ba | 41 | Tuần 21 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 17 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi và thi đấu ba  - Trò chơi: “Tranh cầu” | 42 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 18 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi và thi đấu ba  - Bài tập phát triển thể lực | 43 | Tuần 22 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 19 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi và thi đấu ba  - Trò chơi: “Tranh cầu” | 44 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 20 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi và thi đấu ba  - Bài tập phát triển thể lực | 45 | Tuần 23 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 21 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Học: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu đôi | 46 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 1 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Chuyền cầu qua lại” | 47 | Tuần 24 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 2 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 48 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 3 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu đôi | 49 | Tuần 25 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 4 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu đôi | 50 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 5 | *Kiểm tra giữa học kì II: Kĩ thuật*  *đánh đầu* | 51 | Tuần 26 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 6 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Học: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu ba | 52 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 7 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu ba  - Trò chơi: “Chuyền cầu qua lại” | 53 | Tuần 27 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 8 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu ba  - Bài tập phát triển thể lực | 54 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 9 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu ba | 55 | Tuần 28 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 10 | Bài 2: Chiến thuật phòng thủ  - Ôn: Chiến thuật phòng thủ trong thi đấu ba | 56 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 11 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Học: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đơn | 57 | Tuần 29 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 12 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đơn  - Trò chơi: “Phối hợp tấn công chính xác” | 58 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 13 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đơn | 59 | Tuần 30 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 14 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Học: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi | 60 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 15 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 61 | Tuần 31 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 16 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi | 62 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 17 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Học: Chiến thuật tấn công trong thi đấu ba | 63 | Tuần 32 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 18 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu ba  - Trò chơi: “Phối hợp tấn công chính xác” | 64 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 19 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu ba | 65 | Tuần 33 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 20 | Bài 3. Chiến thuật tấn công  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu ba | 66 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 21 | **Kiểm tra cuối kì II:**  Kĩ thuật đánh đầu | 67 | Tuần 34 | Tranh ảnh kĩ thuật đá cầu, cầu đá,… | Sân GDTC |
| 22 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** XPC chạy nhanh 30m | 68 | Đồng hồ bấm giây, cờ | Sân GDTC |
| 23 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** Chạy tùy sức 5 phút | 69 | Tuần 35 | Đồng hồ bấm giây, cờ | Sân GDTC |
| 24 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** Nằm ngửa gập bung, bật xa tại chỗ | 70 | Tuần 35 | Thảm, thước dây, đồng hồ bấm giây | Sân GDTC |

**2. Chuyên đề lựa chọn** (đối với cấp trung học phổ thông)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Chuyên đề** | **Số tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| 1 |  |  |  |  |  |

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

- Huấn luyện học sinh tham gia Hội khoẻ Phù Đổng tỉnh

**VI. Kế hoạch giảng dạy lớp 12 môn Bóng chuyền( B)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Bài học** | **Tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| **I** | **Chủ đề 1: Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất – Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền** | | | | |
| 1 | Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất | 0 | Xen kẽ vào tiết học trong học kì I | SGK, máy chiếu | Sân bóng chuyền |
| 2 | Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền |
| **II** | **Chủ đề 2: Kĩ thuật di chuyển và chuyền bóng** | | | | |
| 1 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng  + Đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 1 | Tuần 1 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 2 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  + Học: Thực hiện kĩ thuật nhoài người đỡ bóng | 2 | Tuần 1 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 3 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhoài người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhoài người đỡ bóng  + Ôn: Thực hiện kĩ thuật nhoài người đỡ bóng  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 3 | Tuần 2 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 4 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Di chuyển về phía trước  + Di chuyển ngang chạm vật  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 4 | Tuần 2 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 5 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật  + Học: Di chuyển liên hoàn  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 5 | Tuần 3 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 6 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn  - Trò chơi: Ai nhanh hơn | 6 | Tuần 3 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 7 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn  + Học: Di chuyển bắt bóng  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 7 | Tuần 4 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 8 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật di chuyển bắt bóng | 8 | Tuần 4 |  | Sân bóng chuyền |
| 9 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản:  + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn; di chuyển bắt bóng  - Trò chơi vận động “Chạy đổi hướng” | 9 | Tuần 5 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 10 | Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay:  - Bài tập hình thành kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay  - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản | 10 | Tuần 5 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 11 | - Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền  - Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Tại chỗ mô phỏng động tác  + Tại chỗ tung bắt bóng  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 11 | Tuần 6 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 12 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay | 12 | Tuần 6 | Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 13 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng  + Học: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 13 | Tuần 7 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 14 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng  + Ôn: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 14 | Tuần 7 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 15 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu  + Học: Phối hợp di chuyển chuyền bóng  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 15 | Tuần 8 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 16 | - Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất  - Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng | 16 | Tuần 8 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 17 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng  + Học: Chuyền bóng 3 người  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 17 | Tuần 9 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 18 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng  + Ôn: Chuyền bóng 3 người  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 18 | Tuần 9 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 19 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người  + Học: Chuyền bóng tới vị trí quy định  - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu | 19 | Tuần 10 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 20 | Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu:  + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người  + Ôn: Chuyền bóng tới vị trí quy định  - Trò chơi: Đừng làm rơi bóng | 20 | Tuần 10 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| **III** | **Chủ đề 3: Kĩ thuật phát và đập bóng** | | | | |
| 1 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Tại chỗ mô phỏng động tác  + Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  - Trò chơi: Thi ném bóng | 21 | Tuần 11 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 2 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng  + Học: Phát bóng qua lại | 22 | Tuần 11 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 3 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại  + Học: Phát bóng tại vạch 3m | 23 | Tuần 12 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 4 | *- Kiểm tra giữa kì I:* Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu | 24 | Tuần 12 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 5 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại  + Ôn: Phát bóng tại vạch 3m  - Trò chơi: Thi phát bóng | 25 | Tuần 13 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 6 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m  + Học: Phát bóng tại vị trí cách lưới 6m | 26 | Tuần 13 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 7 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m | 27 | Tuần 14 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 8 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng qua lại;Phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m  + Học: Phát bóng cuối sân  - Trò chơi: Thi phát bóng | 28 | Tuần 14 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 9 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  - Trò chơi: Thi ném bóng | 29 | Tuần 15 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 10 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  + Học: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng | 30 | Tuần 15 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 11 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân  + Ôn: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng | 31 | Tuần 16 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 12 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: Phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Học: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi ném bóng | 32 | Tuần 16 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 13 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi phát bóng | 33 | Tuần 17 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 14 | Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt:  + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng  + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay  - Trò chơi: Thi ném bóng | 34 | Tuần 17 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 15 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Mô phỏng động tác đập bóng xoay người  + Mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 35 | Tuần 18 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 16 | *- Kiểm tra cuối kỳ I:* Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt | 36 | Tuần 18 |  |  |
| 17 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  + Học: Đập bóng treo  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 37 | Tuần 19 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 18 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới  + Ôn: Đập bóng treo  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 38 | Tuần 19 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 19 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo  + Học: Đập bóng 1 bước đà | 39 | Tuần 20 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 20 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người; mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo  + Ôn: Đập bóng 1 bước đà | 40 | Tuần 20 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 21 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà  + Học: Đập bóng 3 bước đà | 41 | Tuần 21 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 22 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: mô phỏng động tác đập bóng xoay người trên lưới; đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 42 | Tuần 21 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 23 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  + Học: Đập bóng ở vị trí số 4 | 43 | Tuần 22 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 24 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng treo; đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 4  - Trò chơi: Chạy tiếp sức | 44 | Tuần 22 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 25 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4  + Học: Đập bóng ở vị trí số 2 | 45 | Tuần 23 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 26 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 1 bước đà; đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 2  - Trò chơi: Chạy đổi hướng | 46 | Tuần 23 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 27 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4; đập bóng ở vị trí số 2  + Học: Đập bóng ở vị trí số 3 | 47 | Tuần 24 | Tranh;  Bóng chuyền | Sân bóng chuyền |
| 28 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật đập bóng 3 bước đà | 48 | Tuần 24 |  |  |
| 29 | Kĩ thuật đập bóng xoay người:  + Ôn: đập bóng 3 bước đà; đập bóng ở vị trí số 4; đập bóng ở vị trí số 2  + Ôn: Đập bóng ở vị trí số 3  - Trò chơi: Đập bóng tính điểm | 49 | Tuần 25 | Tranh;  Bóng chuyền |  |
| **IV** | **Chủ đề 4: Chiến thuật thi đấu cơ bản** | | | | |
| 1 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4  + Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  - Trò chơi: Chuyền bóng tiếp sức | 50 | Tuần 25 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 2 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  - Trò chơi: Lò cò tiếp sức | 51 | Tuần 26 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 3 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  + Học: Bài tập 3:Chuyền 2 chuyền bóng tấn công ở vị trí số 3 | 52 | Tuần 26 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 4 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển, xoay vòng, mô phỏng đội hình đỡ phát bóng khi người chuyền 2 ở vị trí 2,3,4; Bài tập 2: Đập bóng ở vị trí số 4 và số 2  + Ôn: Bài tập 3:Chuyền 2 chuyền bóng tấn công ở vị trí số 3 | 53 | Tuần 27 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 5 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 2, 3  + Học: Bài tập 4: Từ vị trí số 2, chuyền 2 di chuyển về vị trí số 3 thực hiện chuyền bóng tấn công  - Trò chơi: Lò cò tiếp sức | 54 | Tuần 27 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 6 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 3; 4  + Học: Bài tập 5: Từ vị trí số 4, chuyền 2 di chuyển về vị trí số 3 thực hiện chuyền bóng tấn công | 55 | Tuần 28 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 7 | *- Kiểm tra thường xuyên:* Kĩ thuật đập bóng ở vị trí số 4 | 56 | Tuần 28 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 8 | Chiến thuật tấn công đội hình 2 – 4:  + Ôn: Bài tập 4; 5  + Học: Bài tập 6: Xoay vòng đổi vị trí, phối hợp tấn công  - Trò chơi phát triển thể lực: Lò cò tiếp sức | 57 | Tuần 29 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 9 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Bài tập 1: Di chuyển mô phỏng khi chuyền 2 ở vị trí số 1 làm nhiệm vụ phát bóng  + Bài tập 2: Di chuyển mô phỏng của chuyền 2 ở vị trí số 5 khi đồng đội phát bóng  - Trò chơi: Chuyền bóng thâp tay tiếp sức | 58 | Tuần 29 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 10 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 1: Di chuyển mô phỏng khi chuyền 2 ở vị trí số 1 làm nhiệm vụ phát bóng; Bài tập 2: Di chuyển mô phỏng của chuyền 2 ở vị trí số 5 khi đồng đội phát bóng  - Trò chơi: Chuyền bóng tiếp sức | 59 | Tuần 30 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 11 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 1; Bài tập 2  + Học: Bài tập 3: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 4 với 1 người chắn | 60 | Tuần 30 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 12 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 2; 3  + Học: Bài tập 4: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 4 với 2 người chắn | 61 | Tuần 31 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 13 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 3; 4  + Học: Bài tập 5: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 3 với 1 người chắn | 62 | Tuần 31 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 14 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 4; 5  + Học: Bài tập 6: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 3 với 2 người chắn  - Trò chơi: Bật cóc tiếp sức | 63 | Tuần 32 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 15 | *- Kiểm tra giữa kì II:* Kĩ thuật đập bóng ở vị trí số 3 | 64 | Tuần 32 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 16 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 5; 6  + Học: Bài tập 7: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 2 với 1 người chắn | 65 | Tuần 33 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 17 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 6; 7  + Học: Bài tập 8: Mô phỏng đội hình di chuyển khi đối phương đập bóng ở vị trí số 2 với 2 người chắn  - Trò chơi: Chuyền bóng thâp tay tiếp sức | 66 | Tuần 33 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 18 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 7; 8  + Học: Bài tập 9: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 4 với 1 và 2 người chắn  - Trò chơi: Bật cóc tiếp sức | 67 | Tuần 34 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 19 | Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến:  + Ôn: Bài tập 9  + Học: Bài tập 10: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 3 với 1 và 2 người chắn; Bài tập 11: Phòng thủ quả đập bóng ở vị trí số 2 với 1 và 2 người chắn | 68 | Tuần 34 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 20 | *- Kiểm tra cuối kì II:* Kĩ thuật đập bóng xoay người | 69 | Tuần 35 | Bóng chuyền, lưới | Sân bóng chuyền |
| 21 | *- Kiểm tra TCRLTT: Chạy tuỳ sức 5 phút* | 70 | Tuần 35 | Đồng hồ bấm giây | Sân bóng chuyền |

**VI. Kế hoạch giảng dạy lớp 12 môn Cầu lông ( C )**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Bài học** | **TT tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| **Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất** | | | | | |
| Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển TC | | Lồng ghép vào tiết 1 | | Máy chiếu | Trong lớp |
| **I** | **Chủ đề 1: Những vấn đề chung** | | | | |
| 1 | - Bài 1. Vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Cầu lông (Tiết 1)  - Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển TC | 1 | Tuần 1 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 2 | Bài 1. Vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khoẻ và xã hội; Kế hoạch tập luyện môn Cầu lông (Tiết 2) | 2 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 3 | Bài 2. Một số điều luật thi đấu; Phương pháp trọng tài cầu lông (Tiết 1) | 3 | Tuần 2 | Máy chiếu | Trong lớp |
| 4 | Bài 2. Một số điều luật thi đấu; Phương pháp trọng tài cầu lông (Tiết 2) | 4 |  | Máy chiếu | Trong lớp |
| **II** | **Chủ đề 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ** | | | | |
| 1 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Học: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay | 5 | Tuần 3 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 2 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Trò chơi: “Bỏ nhỏ trúng đích” | 6 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 3 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Bài tập phát triển thể lực | 7 | Tuần 4 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 4 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Trò chơi: “Di chuyển đổi cầu tiếp sức” | 8 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 5 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Bài tập phát triển thể lực | 9 | Tuần 5 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 6 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Trò chơi: “Bỏ nhỏ trúng đích” | 10 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 7 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Bài tập phát triển thể lực | 11 | Tuần 6 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 8 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Trò chơi: “Di chuyển đổi cầu tiếp sức” | 12 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 9 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay  - Bài tập phát triển thể lực | 13 | Tuần 7 | Vợt, cầu, lưới cầu lông |  |
| 10 | Bài 1. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay | 14 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 11 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Học: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay | 15 | Tuần 8 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 12 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Trò chơi: “Bỏ nhỏ chéo trái tay tiếp sức” | 16 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 13 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Bài tập phát triển thể lực | 17 | Tuần 9 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 14 | *Kiểm tra giữa học kì I: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay* | 18 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 15 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Trò chơi: “Di chuyển 3 vị trí tiếp sức” | 19 | Tuần 10 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 16 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Bài tập phát triển thể lực | 20 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 17 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Trò chơi: “Bỏ nhỏ chéo trái tay tiếp sức” | 21 | Tuần 11 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 18 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Bài tập phát triển thể lực | 22 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 19 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Trò chơi: “Di chuyển 3 vị trí tiếp sức” | 23 | Tuần 12 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 20 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Bài tập phát triển thể lực | 24 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 21 | Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay:  - Ôn: Kĩ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay  - Trò chơi: “Bỏ nhỏ chéo trái tay tiếp sức” | 25 | Tuần 13 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| **III** | **Chủ đề 3: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới và di chuyển lùi chéo đập cầu** | | | | |
| 1 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Học: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới | 26 | Tuần 13 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 2 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Trò chơi: “Chặn cầu vào ô tính điểm” | 27 | Tuần 14 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 3 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Bài tập phát triển thể lực | 28 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 4 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Trò chơi: “ Phối hợp chặn cầu và đập cầu tiêp sức” | 29 | Tuần 15 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 5 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Bài tập phát triển thể lực | 30 | Tuần 15 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 6 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Trò chơi: “Chặn cầu vào ô tính điểm” | 31 | Tuần 16 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 7 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Bài tập phát triển thể lực | 32 | Vợt, cầu, lưới cầu lông |  |
| 8 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Trò chơi: “ Phối hợp chặn cầu và đập cầu tiêp sức” | 33 | Tuần 17 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 9 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới  - Bài tập phát triển thể lực | 34 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 10 | Bài 1. Kĩ thuật chặn cầu sát lưới :  - Ôn: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới | 35 | Tuần 18 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 11 | *- Kiểm tra cuối kì I: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới.* | 36 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 12 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Học: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu | 37 | Tuần 19 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 13 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Trò chơi: “Di chuyển lùi chéo đập cầu vào ô quy định” | 38 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 14 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 39 | Tuần 20 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 15 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Trò chơi: “Di chuyển lùi chéo ném cầu trúng đích” | 40 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 16 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 41 | Tuần 21 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 17 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Trò chơi: “Di chuyển lùi chéo đập cầu vào ô quy định” | 42 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 18 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 43 | Tuần 22 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 19 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Trò chơi: “Di chuyển lùi chéo ném cầu trúng đích” | 44 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 20 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Bài tập phát triển thể lực | 45 | Tuần 23 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 21 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu  - Ôn: Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu | 46 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| **IV** | **Chủ đề 4: Chiến thuật tấn công** | | | | |
| 1 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Học: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn | 47 | Tuần 24 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 2 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn  - Trò chơi: “Giao cầu thấp gần tấn công trên lưới vào ô” | 48 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 3 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn  - Bài tập phát triển thể lực | 49 | Tuần 25 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 4 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn  - Trò chơi: “Di chuyển dích dắc tiếp sức” | 50 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 5 | *Kiểm tra giữa học kì II: Kĩ thuật chặn cầu sát lưới* | 51 | Tuần 26 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 6 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Học: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi | 52 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 7 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Giao cầu thấp gần tấn công trên lưới vào ô” | 53 | Tuần 27 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 8 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 54 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 9 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Di chuyển dích dắc tiếp sức” | 55 | Tuần 28 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 10 | Bài 1: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông  - Ôn: Chiến thuật giao cầu trong thi đấu cầu lông | 56 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 11 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Học: Chiến thuật tấn công đường trung tâm trong thi đấu đôi | 57 | Tuần 29 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 12 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công đường trung tâm trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Di chuyển mô phỏng đánh cầu tiếp sức” | 58 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 13 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công đường trung tâm trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 59 | Tuần 30 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 14 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công đường trung tâm trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Di chuyển mô phỏng đánh cầu tiếp sức” | 60 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 15 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Học: Chiến thuật tấn công cuối sân trong thi đấu đôi | 61 | Tuần 31 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 16 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công cuối sân trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Tấn công cuối sân” | 62 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 17 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công cuối sân trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 63 | Tuần 32 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 18 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công cuối sân trong thi đấu đôi  - Trò chơi: “Di chuyển mô phỏng đánh cầu tiếp sức” | 64 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 19 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công cuối sân trong thi đấu đôi  - Bài tập phát triển thể lực | 65 | Tuần 33 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 20 | Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi  - Ôn: Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi | 66 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 21 | **Kiểm tra cuối kì II:**  Kĩ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu | 67 | Tuần 34 | Vợt, cầu, lưới cầu lông | Sân trường |
| 22 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** XPC chạy nhanh 30m | 68 | Đồng hồ bấm giây, cờ | Sân GDTC |
| 23 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** Chạy tùy sức 5 phút | 69 | Tuần 35 | Đồng hồ bấm giây, cờ | Sân GDTC |
| 24 | **Kiểm tra, đánh giá TCRLTT:** Nằm ngửa gập bung, bật xa tại chỗ | 70 | Tuần 35 | Thảm, thước dây, đồng hồ bấm giây | Sân GDTC |

**2. Chuyên đề lựa chọn** (đối với cấp trung học phổ thông)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Chuyên đề** | **Số tiết** | **Thời điểm** | **Thiết bị dạy học** | **Địa điểm dạy học** |
| 1 |  |  |  |  |  |

**Nhiệm vụ khác (nếu có):**

- Huấn luyện học sinh tham gia Hội khoẻ Phù Đổng tỉnh 2025-2026

**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 kỳ 1 | 45 phút | Tuần 9 | Thực hiện tốt được kỹ thuật động tác đã học | Thực hành |
| Cuối Học kỳ 1 | 45 phút | Tuần 18 | Thực hiện tốt được kỹ thuật động tác đã học | Thực hành |
| Giữa Học kỳ 2 | 45 phút | Tuần 26 | Thực hiện tốt được kỹ thuật động tác đã học | Thực hành |
| Cuối Học kỳ 2 | 45 phút | Tuần 34 | Thực hiện tốt được kỹ thuật động tác đã học | 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.*

**VIII. Các nội dung khác (nếu có):**

.......................................................................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................................................................

.......................................................................................................................................................................................................

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TỔ TRƯỞNG**  *(Ký và ghi rõ họ tên)*  Nguyễn Văn En | **TỔ PHÓ**  (Ký và ghi rõ họ tên  Trương Phụng Thọ | *…., ngày tháng năm 20…*  **HIỆU TRƯỞNG**  *(Ký và ghi rõ họ tên)* |  |  |  |

1. [↑](#footnote-ref-1)