

KẾ HOẠCH DẠY HỌC
MÔN HỌC: GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI LỚP 6
(Năm học 2024 – 2025)

(Kèm theo Kế hoạch số 662/KH- TrTHCS, ngày 27/8/2024 của trường THCS Hồng Thái Đông)

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp: 04; Số học sinh: 172 ; Số học sinh học chuyên đề lựa chọn: Không.
2. Tình hình đội ngũ: Số giáo viên: 25 Trình độ đào tạo: Cao đẳng: 0 ; Đại học: 24; Trên đại học: 01
Mức đạt chuẩn nghề nghiệp giáo viên : Tốt: 22; Khá: 0; Đạt: 0 (03 GV hợp đồng dưới 01 năm)

3. Thiết bị dạy học:

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi, Tranh ảnh	2	Tất cả các tiết dạy	GV tự trang bị
2	Đồng hồ bấm giây	2	Chủ đề: chạy cự ly ngắn (60m)	GV tự trang bị
3	Bóng ném	30	Chủ đề: ném bóng	
4	Quả bóng đá	30	Chủ đề: TTTC (Bóng đá)	

4. Phòng học bộ môn/phòng thí nghiệm/phòng đa năng/sân chơi, bãi tập

STT	Tên phòng	Số lượng	Phạm vi và nội dung sử dụng	Ghi chú
1	Sân thể chất	01	Các bài học trong KHGD	

II. Kế hoạch dạy học

Cả năm: 35 tuần x 2 tiết/tuần = 70 tiết
Học kỳ I: 18 tuần x 2 tiết/tuần = 36 tiết
Học kỳ II: 17 tuần x 2 tiết/tuần = 34 tiết

STT/Tên chủ đề	Tên bài	Số tiết	Tiết theo PPCC	Yêu cầu cần đạt	Ghi chú
HỌC KÌ I					
1. Chủ đề 1: Bài tập thể dục (7 tiết)	Bài 1: Bài Thể dục liên hoàn 32 nhịp - Học từ nhịp 1 đến nhịp 16.	3 Tiết	1,2,3	1. Kiến thức - Thực hiện đúng từ nhịp 1 đến nhịp 16 của bài thể dục liên hoàn 32 nhịp. 2. Năng lực - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 3. Phẩm chất - Hăng hái, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn 32 nhịp – từ nhịp 17-32	4 Tiết	4,5,6,7	1. Kiến thức - Thực hiện đúng từ nhịp 17 đến nhịp 32 của bài thể dục liên hoàn 32 nhịp. 2. Năng lực - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 3. Phẩm chất - Tự giác tích cực và biết điều khiển tổ nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập.	

2. Chủ đề 2: Chạy cự ly ngắn (60m) (10 tiết)	Bài 1: Kỹ thuật chạy giữa quãng và các động tác bổ trợ	4 Tiết	8,9,10, 11	1. Kiến thức - Hiểu được kỹ thuật chạy giữa quãng. 2. Năng lực - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phát triển sức nhanh. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 3. Phẩm chất - Hoàn thành lượng vận động của bài tập. - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
	Bài 2: Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát, kỹ thuật về đích.	6 Tiết	12,13,15 16,17,18	1. Kiến thức - Hiểu được các kỹ thuật xuất phát cao và tăng tốc độ sau xuất phát + về đích. 2. Năng lực - Thực hiện được các kỹ thuật xuất phát cao và tăng tốc độ sau xuất phát + về đích. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
Kiểm tra giữa kì I Bài Thẻ đục 32 động tác		1 Tiết	14	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra. 2. Năng lực - Thực hiện đúng bài Thẻ đục 32 động tác - Vận dụng trong các giờ học thẻ đục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	

3. Chủ đề 3: Ném bóng (14 tiết)	Bài 1: Kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng	5 Tiết	19,20,21 22,23	1. Kiến thức - Nắm được kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng. 2. Năng lực - Thực hiện được kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng - Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
	Bài 2: Kỹ thuật Chạy đà	5 Tiết	24,25,26 27,28	1. Kiến thức - Nắm được kỹ thuật chạy đà. 2. Năng lực - Thực hiện được kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng - Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện - Vận dụng được kiến thức, kỹ năng đã học để rèn luyện hằng ngày.	
	Bài 3: Phối hợp các giai đoạn Ném bóng	4 Tiết	29,30,33 34	1. Kiến thức - Nắm được kỹ thuật các giai đoạn trong Ném bóng. 2. Năng lực - Thực hiện được liên hoàn các giai đoạn kỹ thuật Ném bóng - Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện	

				- Vận dụng được kiến thức, kỹ năng đã học để rèn luyện hằng ngày.	
Ôn tập và kiểm tra cuối kì I Ném bóng		2 Tiết	31,32	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung ôn tập và kiểm tra: Ném bóng 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung ôn tập kiểm tra: Ném bóng - Vận dụng trong các giờ học thể dục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	
Kiểm tra đánh giá thể lực học sinh (Bật xa tại chỗ và chạy 30m xuất phát cao)		2 Tiết	35,36	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung kiểm tra 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.	
HỌC KÌ II					
4. Chủ đề 4: Chạy cự ly trung bình (7 tiết)	Bài 1: Kỹ thuật chạy giữa quãng	3 tiết	37,38,39	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện kỹ thuật chạy giữa quãng. 2. Năng lực - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phát triển sức bền.	

				- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
	Bài 2: Kỹ thuật xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát, kỹ thuật về đích.	4 Tiết	40,41,42 43	1. Kiến thức - Biết cách phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. 2. Năng lực - Thực hiện được các bài tập bổ trợ và biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phát triển sức bền. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện.	
5. Chủ đề 5: Thể thao tự chọn Bóng đá. (22 tiết)	Bài 1 : Kỹ thuật di chuyển.	6 Tiết	44,45,46 47,49, 50	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện kỹ thuật chạy thẳng, chạy lùi, chạy vòng cung trong tập luyện môn Bóng đá. 2. Năng lực - Thực hiện được kỹ thuật chạy thẳng, chạy lùi, chạy vòng cung trong tập luyện môn Bóng đá. - Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện; biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học 3. Phẩm chất - Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.	

Kiểm tra giữa kì II Chạy cự ly 60m		1 Tiết	48	1. Kiến thức Thực hiện tốt kỹ thuật và thành tích chạy cự ly 60m 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung kiểm tra - Vận dụng trong các giờ học thể dục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	
5. Chủ đề 5: Thể thao tự chọn (Bóng đá). (22 tiết)	Bài 2 : Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân.	5 Tiết	51,52,53 54,55	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Biết một số điều luật cơ bản trong bóng đá. 2. Năng lực - Thực hiện được kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân. quốc tịch và một - Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện; biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học. 3. Phẩm chất - Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.	
	Bài 3 : Kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân.	6 Tiết	56,57,58 59,60,61	1.Kiến thức - Biết cách thực hiện kỹ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân.	

			- Biết một số điều luật cơ bản trong bóng đá. 2. Năng lực + Thực hiện được kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân. + Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện; biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học 3. Phẩm chất - Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.	
	Bài 4 : Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân. - Trang bị kiến thức, kĩ năng bơi và cứu đuối an toàn	5 tiết	62,63,64 67,68 1. Kiến thức – Biết cách thực hiện kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân. – Biết một số quy định cơ bản về kích thước sân bóng đá. - <i>Nắm được kiến thức, kĩ năng bơi và cứu đuối an toàn.</i> 2. Năng lực + Thực hiện được kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân. + Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện, biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học 3. Phẩm chất - Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.	

- Ôn tập cuối kỳ 2 : Luyện tập kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân. - Kiểm tra cuối kì II: Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân luân qua cọc.		1 Tiết 1 tiết	65,66	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra: Bóng đá 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung kiểm tra: Bóng đá. - Vận dụng trong các giờ học thể dục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	
Kiểm tra đánh giá thể lực HS (Nội dung: Nằm ngửa gập bụng và chạy tùy sức 5 phút)		2 tiết	69,70	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra (do GV chọn) 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung kiểm tra (do GV chọn) 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.	

* 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 7	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra.	Thực hành Bài thể dục 32 động tác

			2. Năng lực - Thực hiện đúng bài Thẻ đục 32 động tác - Vận dụng trong các giờ học thẻ đục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều	
Cuối Học kỳ 1	45 phút	Tuần 16	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung ôn tập và kiểm tra: Ném bóng 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung ôn tập kiểm tra: Ném bóng - Vận dụng trong các giờ học thẻ đục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	Thực hành Ném bóng
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 24	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung ôn tập và kiểm tra Tăng cầu, di chuyển ngang. 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung ôn tập kiểm tra - Vận dụng trong các giờ học thẻ đục và tự tập hàng ngày. 3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	Thực hành
Cuối Học kỳ 2	45 phút	Tuần 33	1. Kiến thức - Biết cách thực hiện các nội dung kiểm tra: Bóng đá 2. Năng lực - Thực hiện đúng các nội dung kiểm tra: Bóng đá. - Vận dụng trong các giờ học thẻ đục và tự tập hàng ngày.	Thực hành Bóng đá

			3. Phẩm chất - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện	
--	--	--	---	--