

Số: 101 /KH-THPTNHH

Tp. Hồ Chí Minh, ngày 15 tháng 09 năm 2022

KẾ HOẠCH THỰC HIỆN THỂ DỤC GIỮA GIỜ
NĂM HỌC 2022 - 2023

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

Nhằm nâng cao sức khỏe, thể chất và tạo thói quen tập luyện thể dục hàng ngày cho học sinh.

Tạo không khí vui tươi, thoải mái để học sinh tập, sinh hoạt ngoại khóa, góp phần phát triển phong trào thi đua “xây dựng trường học thân thiện, học sinh tích cực”.

2. Yêu cầu

Giáo viên thể dục chủ động nghiên cứu, tập luyện để dạy, sửa chữa động tác cho học sinh vào đầu giờ thể dục đảm bảo thực hiện đúng các bài tập giữa giờ theo nội dung được thống nhất.

Học sinh cần nhận thức đánh giá và thực hiện đúng yêu cầu của giáo viên khi tập; tác phong phải khẩn trương khi ra tập trung; thực hiện đúng động tác, tập điều theo nhạc khi học tập, biểu diễn;

Giáo viên chủ nhiệm chủ động đôn đốc, nhắc nhở học sinh ra tập luyện tập đảm bảo đúng thời gian theo quy định, nghiêm túc thực hiện bài thể dục;

Ban chấp hành Đoàn thanh niên chủ động tập trung học sinh, kiểm tra sĩ số, ý thức thực hiện làm căn cứ đánh giá xếp loại, thi đua khối học sinh.

Giáo viên dạy thể dục có trách nhiệm hướng dẫn học sinh lớp mình giảng dạy bài tập thể dục giữa giờ theo quy định

II. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM, THÀNH PHẦN

1. Thời gian

- Bài thể dục giữa giờ: Triển khai thực hiện trong giờ giải lao (20 phút) sau tiết học thứ 2 buổi sáng hàng ngày tại trường.
- Duy trì thường xuyên tập thể dục giữa giờ và hướng dẫn học sinh tập thể dục buổi sáng vào giờ ra chơi lần 1 (8g30 – 9g00). Học sinh xen kẽ tập TD giữa giờ theo khối/ các ngày trong tuần.
- Thời gian tập giữa giờ được phân chia như sau (do điều kiện về diện tích sân tập):

Tuần 1	Thứ	Ba	Tư	Năm
	Khối/ lớp	12A1,12A2,12A3,	11A1,11A2,11A3,	10A1,10A2,10A3,

		12A4, 12A5, 12A6, 12A7, 12A8	11A4, 11A5, 11A6, 11A7	10A4, 10A5, 10A6, 10A7
Tuần 2	Thứ	Ba	Tư	Năm
	Khối/ lớp	12CT, 12CLH, 12CV, 12CA, 12TH, 12D1, 12D2, 12D3, 12B1, 12B2	11CT, 11CL, 11CH, 11CV, 11CA, 11TH, 11D1, 11D2, 11D3, 11B	10CT, 10CL, 10CH, 10CV, 10CA, 10TH1, 10TH2, 10D1, 10D2

- Địa điểm: Sân trường.

2. Thành phần: Giáo viên thể dục, học sinh, BCH Đoàn trường, giám thị, GVCN.

III. NỘI DUNG KẾ HOẠCH

1. Nội dung

Học sinh thực hiện bài thể dục nhịp điệu với bài nhạc vui nhộn, bài nhảy do giáo viên thể dục biên soạn phù hợp với lứa tuổi và đặc điểm tâm sinh lý học sinh nhà trường.

2. Thời gian thực hiện: từ ngày 03.10.2022

Lưu ý: Giáo viên thể dục và các lớp chủ động về thời gian và địa điểm để hướng dẫn và tập luyện từ ngày 19.09.2022 đến 02.10.2022

IV. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

1. Ban giám hiệu nhà trường xây dựng kế hoạch, chỉ đạo, khiển khai kế hoạch đến toàn trường; kiểm tra giám sát thực hiện kế hoạch của giáo viên và học sinh.
2. Tổ thể dục biên soạn bài nhảy (báo cáo Ban giám hiệu bài lựa chọn), phân công giáo viên thực hiện dạy, tập luyện cho học sinh đảm bảo đúng động tác, đúng yêu cầu và phân công cá thành viên tổ chức thể dục hàng ngày. Bố trí vị trí tập thể dục cho các khối lớp hợp lý.
3. Ban chấp hành Đoàn thanh niên cần làm tốt công tác tổ chức, đôn đốc học sinh tập trung, phân công đội cờ đỏ trực kiểm tra (việc tập trung, xếp hàng, thực hiện bài tập) và đánh giá thi đua nghiêm túc khi thực hiện hoạt động tập thể dục giữa giờ.
4. Giáo viên chủ nhiệm các lớp và giáo viên chủ nhiệm các lớp trực tuần tham gia kiểm tra đôn đốc học sinh thực hiện bài thể dục giữa giờ, có hình thức động viên, phê bình, kiểm điểm kịp thời.

Nơi nhận:

- Sở GD&ĐT, Phòng CTTT;
- Lưu VT.

**KT. HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**

Phạm Phương Bình