

KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY GIÁO DỤC THỂ CHẤT KHỐI 11
Năm học 2023-2024

1 Môn cầu lông

1.1 Phân phối chương trình

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Chủ đề 1. Vai trò và tác dụng của môn Cầu lông – kỹ thuật bật cầu Bài 1. Vai trò và tác dụng cơ bản của môn Cầu lông – kỹ thuật bật cầu thuận tay	2	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
3	kỹ thuật bật cầu thuận tay	2	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Ôn: kỹ thuật bật cầu thuận tay	2	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Bài 2. kỹ thuật bật cầu trái tay	2	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Ôn: Kỹ thuật bật cầu trái tay	2	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Ôn:Kỹ thuật bật cầu trái tay	2	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kiểm tra ĐĐGgk1: kỹ thuật bật cầu thuận tay – trái tay	2	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Chủ đề 2. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới Bài 1. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay	2	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay	2	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay	2	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay	2	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Bài 2. Kỹ thuật đánh cầu trên lưới trái tay	2	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới trái tay	2	Tuần 14	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
15	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới trái tay	2	Tuần 15	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
16	Ôn: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới trái tay	2	Tuần 16	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
17	Ôn tập HK1: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay - trái tay	2	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Kiểm tra ĐĐGck1: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay - trái tay	2	Tuần 18	Còi, cầu, vợt, lưới... các dụng cụ phục vụ kiểm tra.	Sân trường
19	Chủ đề 3. Kỹ thuật bỏ nhỏ và chiến thuật phân chia khu vực đánh cầu Bài 1. Kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và chiến thuật phân chia khu vực trên lưới.	2	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
20	Ôn: Kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và chiến thuật phân chia khu vực trên lưới.	2	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Ôn: Kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay và chiến thuật phân chia khu vực trên lưới.	2	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay Bài 2. Kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay và chiến thuật phân chia khu vực theo đường trung tâm	2	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Ôn: Kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay và chiến thuật phân chia khu vực theo đường trung tâm	2	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Ôn: Kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay và chiến thuật phân chia khu vực theo đường trung tâm	2	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Ôn: Kỹ thuật bỏ nhỏ trái tay và chiến thuật phân chia khu vực theo đường trung tâm	2	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Kiểm tra ĐĐGck2: kỹ thuật bỏ nhỏ thuận tay – trái tay	2	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Chủ đề 4. Kỹ thuật treo cầu thuận tay và phối hợp kỹ thuật, chiến thuật cơ bản Bài 1. Kỹ thuật treo cầu thuận tay và chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	2	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Ôn: Kỹ thuật treo cầu thuận tay và chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	2	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Ôn: Kỹ thuật treo cầu thuận tay và chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	2	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
30	Kĩ thuật treo cầu thuận tay và chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	2	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Ôn tập HK2: : Kĩ thuật treo cầu thuận tay Bài 2. Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kĩ thuật cơ bản	2	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Kiểm tra ĐĐGck2:: Kĩ thuật treo cầu thuận tay	2	Tuần 32	Còi, cầu, vợt, lưới... các dụng cụ phục vụ kiểm tra.	Sân trường
33	Ôn: Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kĩ thuật cơ bản	2	Tuần 33	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
34	Ôn: Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kĩ thuật cơ bản	2	Tuần 34	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
35	Ôn: Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kĩ thuật cơ bản	2	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

1.2 Kiểm tra đánh giá, định kì

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
Giữa Học kỳ 1	45 phút	Tuần 8	Thực hiện được kĩ thuật bạt cầu thuận tay – trái tay	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 1	90 phút	Tuần 16	Thực hiện đúng kĩ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay - trái tay	Kiểm tra thực hành
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 26	Thực hiện được kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay – trái tay	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 2	90 phút	Tuần 32	Thực hiện được kĩ thuật treo cầu thuận tay	Kiểm tra thực hành

2/ Môn bóng rổ

2.1 Phân phối chương trình

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Chủ đề 1: Vai trò, tác dụng của môn bóng rổ, kĩ thuật di chuyển và kĩ thuật dẫn bóng	2	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI GIỜ (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
	Bài 1: Vai trò, tác dụng của môn bóng rổ, kỹ thuật di chuyển và kỹ thuật tại chỗ một tay dẫn bóng đổi hướng				
3	Ôn: Kỹ thuật di chuyển và kỹ thuật tại chỗ một tay dẫn bóng đổi hướng	2	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Ôn: Kỹ thuật di chuyển và kỹ thuật tại chỗ một tay dẫn bóng đổi hướng	2	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Bài 2: Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng	2	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Ôn: Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng	2	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Ôn: Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng	2	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kiểm tra ĐĐGgk1: Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng	2	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Chủ đề 2: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng và đột phá Bài 1: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng	2	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Ôn: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng.	2	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Ôn: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng	2	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Ôn: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng	2	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Bài 2: Kỹ thuật đột phá qua người bước thuận	2	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Ôn: Kỹ thuật đột phá qua người bước thuận	2	Tuần 14	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
15	Ôn: Kỹ thuật đột phá qua người bước thuận	2	Tuần 15	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
16	Ôn: Kỹ thuật đột phá qua người bước thuận	2	Tuần 16	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
17	Ôn tập HK1: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng	2	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Kiểm tra ĐĐGck1: Kỹ thuật chuyền, bắt bóng	2	Tuần 18	Các dụng cụ phục vụ kiểm tra.	Sân trường
19	Chủ đề 3: Kỹ thuật nhảy ném rổ và chiến thuật tấn công trong bóng rổ	2	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI GIỜ (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
	Bài 1: Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao				
20	Ôn: Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	2	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Ôn: Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	2	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Bài 2: Chiến thuật tấn công, phối hợp yểm hộ ngang và phối hợp đột phá qua người chuyên bóng.	2	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Ôn: Chiến thuật tấn công, phối hợp yểm hộ ngang và phối hợp đột phá qua người chuyên bóng.	2	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Ôn: Chiến thuật tấn công, phối hợp yểm hộ ngang và phối hợp đột phá qua người chuyên bóng.	2	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Ôn: Chiến thuật tấn công, phối hợp yểm hộ ngang và phối hợp đột phá qua người chuyên bóng.	2	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Kiểm tra ĐĐGgk2: Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao Chủ đề 4: Chiến thuật phòng thủ và thi đấu Bài 1: Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	2	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Ôn: Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	2	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Ôn: Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	2	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Ôn: Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	2	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
30	Bài 2: Thi đấu trong bóng rổ.	2	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Ôn tập HK2: Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	2	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Kiểm tra ĐĐGgk2 Kỹ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	2	Tuần 32	Các dụng cụ phục vụ kiểm tra.	Sân trường
33	Thi đấu trong bóng rổ	2	Tuần 33	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI GIỜ (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
34	Thi đấu trong bóng rổ	2	Tuần 34	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
35	Thi đấu trong bóng rổ	2	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

2.2 Kiểm tra đánh giá định kì

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
Giữa Học kỳ 1	45 phút	Tuần 8	Thực hiện được kĩ thuật tại chỗ một tay dẫn bóng đổi hướng.	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 1	90 phút	Tuần 16	Thực hiện đúng kĩ thuật chuyên, bắt bóng	Kiểm tra thực hành
Giữa Học kỳ 2	45 phút	Tuần 26	Thực hiện cơ bản kĩ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	Kiểm tra thực hành
Cuối Học kỳ 2	90 phút	Tuần 32	Thực hiện đúng kĩ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	Kiểm tra thực hành

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

STT	Chuyên đề (1)	Số tiết (2)	Yêu cầu cần đạt (3)
1	Kĩ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao	1	- Giúp HS có thể linh hoạt vận dụng kĩ thuật tại chỗ nhảy ném rổ một tay trên cao - Các tình huống cụ thể trong tập luyện và thi đấu môn Bóng rổ. - Rèn luyện cho HS tinh thần trách nhiệm, trung thực, ham học hỏi và tinh thần đồng đội trong tập luyện và thi đấu môn Bóng rổ.

4. Tổ chức dạy học qua internet:

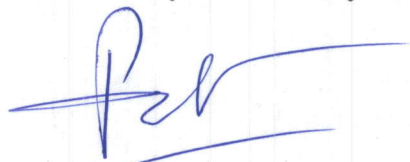
STT	Nội dung/ chuyên đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Hình thức thực hiện	Công cụ/ phần mềm
1	sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng rèn luyện sức	2	Nhận biết được các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng, rèn luyện thể chất	Video hướng dẫn	LMS

	khỏe, phát triển thể chất				
2	Bài khởi động TDTT	4	Thực hiện được các động tác khởi động 3 phần: Chung, Di chuyển, Căn cơ.	Video hướng dẫn Học sinh tự tập luyện tại nhà.	LMS
3	Bài thể dục giữa giờ	8	Thực hiện được bài thể dục giữa giờ 10 động tác.	Video hướng dẫn Học sinh tự tập luyện tại nhà.	LMS
4	Lý thuyết cầu lông, bóng rổ	6	Nắm một số nội dung cơ bản về kỹ thuật động tác trong môn cầu lông, Bóng rổ	Video bài giảng Học sinh trả lời câu hỏi trực tuyến.	LMS
5	Một số điều luật cơ bản	6	Nắm một số nội dung cơ bản về luật bóng rổ, bóng chuyền	Video bài giảng Học sinh trả lời câu hỏi trực tuyến.	LMS

BAN GIÁM HIỆU
TRƯỜNG THPT HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Hồng Anh

NGƯỜI LẬP KẾ HOẠCH


Phạm Trần Phú Vinh