

KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY MÔN THỂ DỤC TỰ CHỌN KHỐI 12
Năm học 2023-2024

1/ Môn bóng đá

STT (1)	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI GIỜ (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân	1	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân	1	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
3	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân	1	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Kĩ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân	1	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Kĩ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân	1	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Kĩ thuật đá bóng bằng mu trong bàn chân	1	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Kĩ thuật đá bóng bằng mu ngoài bàn chân	1	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kĩ thuật đá bóng bằng mu ngoài bàn chân	1	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Kĩ thuật đá bóng bằng mu ngoài bàn chân	1	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Kĩ thuật đá bóng bằng mu ngoài bàn chân	1	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Thi đấu	1	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Thi đấu	1	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Thi đấu	1	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 14	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
15	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 15	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)
16	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 16	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
17	Kĩ thuật động tác giả	1	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Kĩ thuật động tác giả	1	Tuần 18	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
19	Chiến thuật tấn công trong bóng đá	1	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
20	Chiến thuật tấn công trong bóng đá	1	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Chiến thuật tấn công trong bóng đá	1	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Chiến thuật phòng thủ trong bóng đá	1	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Chiến thuật phòng thủ trong bóng đá	1	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Chiến thuật phòng thủ trong bóng đá	1	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Chiến thuật phòng thủ trong bóng đá	1	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
30	Chiến thuật phòng thủ trong bóng đá	1	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Chiến thuật tấn công trong bóng đá	1	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Chiến thuật tấn công trong bóng đá	1	Tuần 32	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)
33	Phối hợp một số kĩ thuật cơ bản và thi đấu	1	Tuần 33	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
34	Thi đấu	1	Tuần 34	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
35	Thi đấu	1	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

2/ Môn cầu lông

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Kĩ thuật đánh cầu cao thuận tay	1	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Kĩ thuật đánh cầu cao thuận tay	1	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
3	Kĩ thuật đánh cầu cao thuận tay	1	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Kĩ thuật đánh cầu cao trái tay	1	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Kĩ thuật đánh cầu cao trái tay	1	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Kĩ thuật đánh cầu cao trái tay	1	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Kĩ thuật đánh cầu cao trái tay	1	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kĩ thuật đập cầu	1	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Kĩ thuật đập cầu	1	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Kĩ thuật đập cầu	1	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Kĩ thuật đập cầu	1	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Kĩ thuật bạt cầu thuận tay(k11)	1	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Kĩ thuật bạt cầu thuận tay	1	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Kĩ thuật bạt cầu thuận tay	1	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	Kĩ thuật bạt cầu trái tay	1	Tuần 15	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
16	Kĩ thuật bạt cầu trái tay	1	Tuần 16	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
17	Kĩ thuật bạt cầu trái tay	1	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 18	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
19	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
20	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường (k11)	1	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	1	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	1	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	1	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường	1	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kt cơ bản	1	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kt cơ bản	1	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kt cơ bản	1	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
30	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu(k10)	1	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 32	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
33	Phối hợp một số kt cơ bản và thi đấu	1	Tuần 33	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)
34	Thi đấu	1	Tuần 34	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
35	Thi đấu	1	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

3/ Bóng rổ

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Kĩ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ một tay trên cao	1	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Kĩ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ một tay trên cao	1	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
3	Kĩ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ một tay trên cao	1	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Kĩ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ một tay trên cao(k10)	1	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ một tay trên cao	1	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ một tay trên cao	1	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ một tay trên cao	1	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ hai tay trước ngực	1	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ hai tay trước ngực	1	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ hai tay trước ngực	1	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Kĩ thuật ném rổ tại chỗ hai tay trước ngực	1	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 14	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
15	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 15	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)
16	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 16	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
17	Chiến thuật tấn công và đột phá qua người chuyên bóng	1	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Chiến thuật tấn công và đột phá qua người chuyên bóng	1	Tuần 18	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
19	Chiến thuật tấn công và đột phá qua người chuyên bóng	1	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
20	Chiến thuật tấn công và đột phá qua người chuyên bóng	1	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	1	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	1	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	1	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	1	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Chiến thuật phòng thủ kèm người chống yểm hộ	1	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
30	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 32	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
33	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 33	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
34	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 34	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)
35	Thi đấu trong môn bóng rổ	1	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường

4/ Bóng chuyền

STT	BÀI HỌC (1)	SỐ TIẾT (2)	THỜI ĐIỂM (3)	THIẾT BỊ DẠY HỌC (4)	ĐỊA ĐIỂM DẠY HỌC (5)
1	Một số điều luật cơ bản về sân tập, dụng cụ và thi đấu bóng chuyền	1	Tuần 1	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
2	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 2	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
3	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 3	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
4	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 4	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
5	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 5	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
6	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 6	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
7	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 7	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
8	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu	1	Tuần 8	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
9	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 9	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
10	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 10	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
11	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 11	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
12	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 12	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
13	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 13	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
14	Kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà	1	Tuần 14	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
15	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 15	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
16	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 16	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)
17	Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 17	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
18	Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 18	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
19	Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 19	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
20	Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt	1	Tuần 20	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
21	Kĩ thuật đập bóng xoay người	1	Tuần 21	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
22	Kĩ thuật đập bóng xoay người	1	Tuần 22	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
23	Kĩ thuật đập bóng xoay người	1	Tuần 23	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
24	Kĩ thuật đập bóng xoay người	1	Tuần 24	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
25	Chiến thuật tấn công đội hình 2-4	1	Tuần 25	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
26	Chiến thuật tấn công đội hình 2-4	1	Tuần 26	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
27	Chiến thuật tấn công đội hình 2-4	1	Tuần 27	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
28	Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến	1	Tuần 28	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
29	Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến	1	Tuần 29	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
30	Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến	1	Tuần 30	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
31	Chiến thuật phòng thủ đội hình số 6 tiến	1	Tuần 31	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
32	Thi đấu	1	Tuần 32	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
33	Thi đấu	1	Tuần 33	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
34	Thi đấu	1	Tuần 34	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường
35	Thi đấu	1	Tuần 35	SGV, Tranh ảnh minh họa	Sân trường



BAN GIÁM HIỆU

PHÓ HIỆU TRƯỞNG

Nguyễn Hồng Anh

NGƯỜI LẬP KẾ HOẠCH

Phạm Trần Phú Vĩnh

