

TP. Hồ Chí Minh, ngày 16 tháng 9 năm 2024

Số:

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT
Năm học 2024 - 2025

I. Đặc điểm tình hình

1. Số lớp – học sinh:

Khối	Số lớp	Tổng số học sinh	Ghi chú
10	21	1054	
11	19	910	
12	19	884	

2. Tình hình đội ngũ:

STT	Họ và tên	Trình độ chuyên môn	Xếp loại Chuẩn nghề nghiệp	Nhiệm vụ trong năm học 2024-2025
1	Văn Công Hoàng	Cử nhân	Tốt	- Tổ trưởng chuyên môn - Nhóm trưởng khối 12 - Giảng dạy khối 10,12
2	Vũ Trường Hải	Thạc sĩ	Tốt	- Giảng dạy khối 12
3	Hà Văn Oanh	Cử nhân	Tốt	- Nhóm trưởng khối 11 - Giảng dạy khối 11, 12
4	Phan Hoài Nhân	Cử nhân	Tốt	- Nhóm trưởng khối 10 - Giảng dạy khối 10,12
5	Lê Xuân Hùng	Cử nhân	Tốt	Giảng dạy khối 10, 12
6	Huỳnh Tấn Khanh	Cử nhân	Tốt	Giảng dạy khối 11, 12
7	Trần Thị Ngọc Phiến	Cử nhân	Tốt	Giảng dạy khối 11, 12

3. Thiết bị dạy học:

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Trụ cầu lông	3 bộ		
2	Trụ bóng chuyền	1 bộ		

3	Khung thành bóng đá	1 bộ		
4	Bàn đạp chạy ngắn	5 bộ		
5	Nệm nhảy cao	4 cái		
6	Bàn lật tỷ số	2 cái		

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	Kho để thiết bị dạy học	1	Cất giữ và bảo quản dụng cụ tập luyện.	

II. Kế hoạch dạy học

1. Kế hoạch dạy học môn học: Các phụ lục đính kèm

2. Kiểm tra, đánh giá định kỳ

Bài kiểm tra, đánh giá	Khối lớp	Thời gian	Thời điểm	Yêu cầu cần đạt	Hình thức
Giữa học kỳ I	10		Tuần 8	Kiểm tra kiến thức, kỹ năng nội dung từ tuần 1 - 7	Thực hành
	11				
	12				
Cuối học kỳ I	10		Tuần 16	Kiểm tra kiến thức, kỹ năng của nội dung từ tuần 9 -15	
	11				
	12				
Giữa học kỳ II	10		Tuần 8	Kiểm tra kiến thức, kỹ năng của nội dung từ tuần 1 - 7	
	11				
	12				
Cuối học kỳ II	10		Tuần 16	Kiểm tra kiến thức, kỹ năng của nội dung từ tuần 9 -15	
	11				
	12				

3. Tổ chức dạy học trực tuyến:

STT	Khối	Bài/ Chuyên đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt
1	10	Phần 2: Chủ đề 1 Bài 1: Kỹ thuật giao cầu thuận và trái tay	10	Học sinh hiểu và nắm rõ kỹ thuật giao cầu thuận và trái tay và đánh cầu cao thuận tay.

		Bài 2: Kỹ thuật đánh cầu cao thuận tay		
2	11	Phần 2: Chủ đề 2 Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận và trái tay	10	Học sinh hiểu và nắm rõ kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận và trái tay.
3	12	Phần 1: Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	Học sinh hiểu và nắm rõ các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất.

III. Các hoạt động giáo dục khác

1. Hoạt động trải nghiệm bộ môn

- Hình thức: Tổ chức hội thao cho học sinh
- Chủ đề: Hội thao Học sinh chào mừng Ngày Nhà giáo Việt nam 20 /11
- Thời gian thực hiện: Tháng 11/2024
- Đối tượng học sinh: Học sinh toàn trường
- Phân công phụ trách: Thầy Văn Công Hoàng

2. Sinh hoạt tổ chuyên môn theo nghiên cứu bài học.

- Chủ đề 3 - Khối 11
- Thời gian thực hiện: HKII
- Phân công phụ trách: Thầy Vũ Trường Hải

3. Bồi dưỡng, hướng dẫn học sinh tham gia các cuộc thi: Tham gia giải Hội khỏe phù đồng cấp Thành phố

4. Phụ đạo học sinh yếu.

- Giáo viên có nhiệm vụ phụ đạo học sinh yếu, kém của lớp mình phụ trách; theo dõi, kiểm tra, phát hiện sớm các học sinh yếu không theo kịp chương trình, thông báo tình hình học tập của học sinh cho giáo viên chủ nhiệm, Tổ trưởng và Phó Hiệu trưởng phụ trách để tổ chức phối hợp với cha mẹ học sinh.

- Nội dung ôn tập, phụ đạo chủ yếu tập trung vào việc bù lấp những kiến thức còn thiếu hụt, những kỹ năng còn yếu của học sinh từ những học kỳ, năm học trước. Củng cố, ôn tập, hệ thống hoá, khắc sâu những kiến thức đã học để học sinh nắm vững kiến thức cơ bản theo chuẩn kiến thức, kỹ năng môn học đã quy định.

- Chương trình phụ đạo thực hiện theo kế hoạch phụ đạo đã được tổ, nhóm chuyên môn thống nhất xây dựng cho từng khối lớp. Trong quá trình phụ đạo, có thể điều chỉnh kế hoạch, nội dung và phương pháp cho phù hợp với từng đối tượng học sinh

DUYỆT CỦA HIỆU TRƯỞNG

TỔ TRƯỞNG CHUYÊN MÔN

Hàn Thanh Tùng

Văn Công Hoàng

PHỤ LỤC KẾ HOẠCH DẠY HỌC (PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH)
(Đính kèm Kế hoạch giáo dục bộ môn số 256/KH-THPT THĐ ngày 16/9/2024)

KHỐI LỚP 10

Tuần	Bài/ Chủ đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Ghi chú
HỌC KỲ I				
09/9/2024 đến 15/9/2024	PHẦN 1- KIẾN THỨC CHUNG Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	- Biết sử dụng một số yếu tố thiên nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển các tổ chất thể lực. - Tự giác, tích cực tham gia các hoạt động tập luyện TDTT trong môi trường tự nhiên để rèn luyện và nâng cao sức khỏe.	
16/9/2024 đến 22/9/2024	PHẦN 2 - TTTC CẦU LÔNG Bài 1: Lịch sử môn cầu lông: Một số điều luật trong thi đấu đơn, đôi trong cầu lông	2	- Biết sơ lược về lịch sử môn cầu lông trên thế giới và Việt Nam. - Có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
23/9/2024 đến 29/9/2024	Bài 2: a. Kỹ thuật cầm cầu, cầm vợt và Kỹ thuật di chuyển: cơ bản; Trò chơi phát triển sức nhanh, mạnh của chân và khả năng khéo léo.	2	- Thực hiện được kỹ thuật cầm cầu, vợt và TTCB, kỹ thuật di chuyển đơn bước, đa bước. - Có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
30/9/2024 đến 06/10/2024	Ôn Kỹ thuật di chuyển cơ bản: di chuyển đơn bước, nhiều bước. Trò chơi phát triển các tổ chất thể lực.	2	- Thực hiện được kỹ thuật di chuyển đơn bước, đa bước. - Có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
07/10/2024 đến 13/10/2024	- Ôn Kỹ thuật di chuyển cơ bản: di chuyển đơn bước, nhiều bước. - Trò chơi phát triển các tổ chất thể lực.	2	- Thực hiện ôn tập, khắc phục các lỗi sai cho các em. - Tăng cường thể lực cho các em về sức nhanh, bền.	
14/10/2024 đến 20/10/2024	Bài 2: b. Kỹ thuật đánh cầu thấp tay: Học kỹ thuật đánh cầu thấp thuận tay, thấp trái tay.	2	- Thực hiện được kỹ thuật đánh cầu thấp thuận tay và thấp trái tay. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác - Tự giác, tích cực tập luyện.	

	- Giới thiệu một số quy định về kích thước và thiết bị trên sân			
21/10/2024 đến 27/10/2024	Ôn tập kiểm tra giữa HKI	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKI	
28/10/2024 đến 03/11/2024	Kiểm tra giữa HKI Nội dung: Kỹ thuật cầm vợt, cầm cầu và di chuyển			
04/11/2024 đến 10/11/2024	- Ôn kỹ thuật đánh cầu thấp thuận tay, thấp trái tay	6	- Thực hiện được kỹ thuật di chuyển tiến, lùi phải đánh cầu thấp thuận tay.	
11/11/2024 đến 17/11/2024	- Học phối hợp kỹ thuật di chuyển tiến, di chuyển ngang phải đánh cầu thấp thuận tay		- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	
18/11/2024 đến 24/11/2024			- Tự giác, tích cực tập luyện.	
25/11/2024 đến 01/12/2024	Chủ Đề 2: Kỹ thuật giao cầu và kỹ thuật đánh cầu cao tay.	6	- Thực hiện được kỹ thuật giao cầu thuận tay và trái tay.	
02/12/2024 đến 08/12/2024	Bài 1: Kỹ thuật giao cầu.		- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	
09/12/2024 đến 15/12/2024	- Kỹ thuật giao cầu thuận tay. - Kỹ thuật giao cầu trái tay. - Trò chơi vận động.		-Tự giác, tích cực tập luyện.	
16/12/2024 đến 22/12/2024	Ôn tập kiểm tra cuối HKI Ôn Kỹ thuật giao cầu thuận, giao cầu trái tay. Học một số quy định về giao cầu. Luyện tập, trò chơi	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKI - Thực hiện được kỹ thuật giao cầu thuận tay và trái tay. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác. - Tự giác, tích cực tập luyện.	
23/12/2024 đến 29/12/2024	Kiểm tra cuối HKI Nội dung: Giao cầu thuận tay, trái tay vào ô qui định			
30/12/2024 đến 05/01/2025	Bài 2: Kỹ thuật đánh cầu cao thuận tay.	4	- Thực hiện được kỹ thuật đánh cầu cao thuận tay. Biết phối hợp với đồng đội. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	

06/01/2025 đến 12/01/2025				
HỌC KỲ II				
13/01/2025 đến 09/02/2025	- Ôn kĩ thuật đánh cầu cao thuận tay	4	- Biết phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao thuận tay; phối hợp với đồng đội trong tập luyện và thi đấu.	
03/02/2025 đến 09/02/2025	- Học phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao thuận tay.		- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác	
10/02/2025 đến 16/02/2025	Bài 3: Kĩ thuật đánh cầu cao trái tay.	4	- Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao trái tay. Biết phối hợp với đồng đội.	
17/02/2025 đến 23/02/2025			- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác	
24/02/2025 đến 02/3/2025	- Ôn kĩ thuật đánh cầu cao trái tay. - Học phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay.	2	- Biết phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay; phối hợp với đồng đội trong tập luyện và thi đấu. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	
03/3/2025 đến 09/3/2025	Ôn tập kiểm tra giữa HKII - Ôn kĩ thuật đánh cầu cao trái tay. - Học phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay.	2	- Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKII. - Biết phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay; phối hợp với đồng đội trong tập luyện và thi đấu.	
10/3/2025 đến 16/3/2025	Kiểm tra giữa HKII Nội dung: Kĩ thuật đánh cầu cao thuận và trái tay			
17/3/2025 đến 23/3/2025	Bài 4: Kĩ thuật đánh cầu cao xa.	2	- Thực hiện được kĩ thuật đánh cầu cao xa. Biết phối hợp với đồng đội. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	
24/3/2025 đến 30/3/2025	- Ôn kĩ thuật đánh cầu cao trái tay. - Học phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay.	2	- Biết phối hợp kĩ thuật di chuyển lùi đánh cầu cao trái tay; phối hợp với đồng đội trong tập luyện và thi đấu. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác	

31/3/2025 đến 06/4/2025				
07/4/2025 đến 13/4/2025	Chủ đề 3: Kỹ thuật đập cầu và phối hợp một số kỹ thuật cơ bản. Bài 1: Kỹ thuật đập cầu. - Kỹ thuật đập cầu. - Một số quy định về luật thi đấu đôi trong môn cầu lông	2	- Thực hiện được cơ bản các kỹ thuật đập cầu, phối hợp di chuyển lùi, ngang đập cầu. - Phối hợp được một số kỹ thuật đánh cầu trong tập luyện và thi đấu. - Biết điều chỉnh, sửa động tác thông qua nghe, quan sát tập luyện của bản thân, tổ, nhóm. - Có tinh thần tập thể, thể hiện sự yêu thích môn cầu lông và sự tăng tiến thể lực trong tập luyện và thi đấu.	
14/4/2025 đến 20/4/2025	Ôn tập: - Kỹ thuật đập cầu. - Một số quy định về luật thi đấu đôi trong môn cầu lông	4	- Phối hợp được một số kỹ thuật đánh cầu trong tập luyện và thi đấu.	
21/4/2025 đến 27/4/2025			- Biết điều chỉnh, sửa động tác thông qua nghe, quan sát tập luyện của bản thân, tổ, nhóm.	
28/4/2025 đến 04/5/2025	Ôn tập kiểm tra cuối HKII	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKII	
05/5/2025 đến 11/5/2025	Kiểm tra cuối HKII Nội dung: Phối hợp kỹ thuật di chuyển ngang đập cầu thuận tay			
12/5/2025 đến 18/5/2025	Bài 2: Phối hợp một số kỹ thuật cơ bản và thi đấu.	4	- Biết phối hợp kỹ thuật trong tập luyện và thi đấu.	
19/5/2025 đến 25/5/2025	- Phối hợp một số kỹ thuật cơ bản trong môn cầu lông. - Một số quy định về lỗi đánh cầu trong thi đấu cầu lông.		- Biết điều chỉnh, sửa sai động tác.	

KHỐI LỚP 11

Tuần	Bài/ Chủ đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Ghi chú
HỌC KỲ I				
09/9/2024 đến 15/9/2024	PHẦN 1 - KIẾN THỨC CHUNG Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	- Biết sử dụng một số yếu tố thiên nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển các tổ chất thể lực. - Tự giác, tích cực tham gia các hoạt động tập luyện TDTT trong môi trường tự nhiên để rèn luyện và nâng cao sức khỏe.	
16/9/2024 đến 22/9/2024	PHẦN 1: THỂ THAO TỰ CHỌN Chủ đề 1: Vai trò, tác dụng của môn Cầu lông, kỹ thuật bật cầu.	2	- Nắm được tác dụng của việc lựa chọn môn Cầu lông để tập luyện. - Biết rõ những tác dụng khi tham gia tập luyện môn Cầu lông đối với thể chất	
23/9/2024 đến 29/9/2024	Bài 1: Vai trò, tác dụng của môn Cầu lông đối với sự phát triển thể chất.			
30/9/2024 đến 06/10/2024	Bài 2. - Kỹ thuật bật cầu thuận tay.	6	- Yêu cầu hiểu rõ kỹ thuật bật cầu, thấy sự khác nhau giữa bỏ nhỏ và đánh cầu cao xa.	
07/10/2024 đến 13/10/2024	- Kỹ thuật bật cầu trái tay. + Mô phỏng kỹ thuật bật cầu thuận và trái tay.		- Thực hiện được kỹ thuật bật cầu thuận và trái tay. - Tập luyện nhiệt tình.	
14/10/2024 đến 20/10/2024	+ Tại chỗ thực hiện bật cầu theo đường thẳng và đường chéo. + Di chuyển bật cầu theo đường thẳng và đường chéo. + Bật cầu vào ô qui định.			
21/10/2024 đến 27/10/2024	Ôn tập kiểm tra giữa HKI	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKI	
28/10/2024 đến 03/11/2024	Kiểm tra giữa HKI Nội dung: Kỹ thuật bật cầu thuận và trái tay			

04/11/2024 đến 10/11/2024	Chủ đề 2: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới. Bài 1: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận tay. Bài 2: Kỹ thuật đánh cầu trên lưới trái tay. - Mô phỏng kỹ thuật đánh cầu trên lưới thuận và trái tay. - Tại chỗ thực hiện đánh cầu trên lưới thuận và trái tay theo đường thẳng và đường chéo. - Di chuyển trên lưới đánh cầu trên lưới thuận và trái tay theo đường thẳng và đường chéo. - Di chuyển tiến trái, tiến phải đánh cầu trên lưới	12	- Yêu cầu hiểu rõ kỹ thuật đánh cầu trên lưới. Thực hiện được kỹ thuật này. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác. - Tự giác, tích cực tập luyện.	
11/11/2024 đến 17/11/2024				
18/11/2024 đến 24/11/2024				
25/11/2024 đến 01/12/2024				
02/12/2024 đến 08/12/2024				
09/12/2024 đến 15/12/2024				
16/12/2024 đến 22/12/2024	Ôn tập kiểm tra cuối HKI	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKI	
23/12/2024 đến 29/12/2024	Kiểm tra cuối HKI Nội dung: Đánh cầu trên lưới thuận và trái tay			
30/12/2024 đến 05/01/2025	- Thực hiện bài tập phối hợp giữa bật cầu và đánh cầu trên lưới. - Áp dụng 2 kỹ thuật vào thi đấu	4	Nắm chắc 2 kỹ thuật để áp dụng đúng thời điểm khi thi đấu.	
06/01/2025 đến 12/01/2025				
HỌC KỲ II				
13/01/2025 đến 09/02/2025	Chủ đề 3. Kỹ thuật bả nhỏ và chiến thuật phân chia khu vực đánh cầu. Bài 1. Kỹ thuật bả nhỏ thuận tay và chiến thuật phân chia khu vực trên dưới. a. Kỹ thuật bả nhỏ thuận tay	6	- Yêu cầu thực hiện tốt kỹ thuật bả nhỏ thuận tay, phối hợp di chuyển phân chia khu vực trên dưới. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác. -Tự giác, tích cực tập luyện.	
03/02/2025 đến 09/02/2025				
10/02/2025 đến 16/02/2025				

	- Mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ thuận tay. - Tại chỗ thực hiện bỏ nhỏ thuận tay. - Di chuyển trên lưới bỏ nhỏ thuận tay. - Di chuyển tiến phải thực hiện bỏ nhỏ thuận tay. b. chiến thuật phân chia khu vực trên dưới. - Phối hợp di chuyển đánh cầu theo khu vực trên, dưới. - Phối hợp chiến thuật phân chia khu vực trên, dưới đánh cầu bên phải hoặc bên trái. - Trò chơi phát triển sức mạnh.			
17/02/2025 đến 23/02/2025	Bài 2. Kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay và chiến thuật phân chia khu vực theo đường trung tâm. a. Kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay - Mô phỏng kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay. - Tại chỗ thực hiện bỏ nhỏ trái tay. - Di chuyển trên lưới bỏ nhỏ trái tay. - Di chuyển tiến trái thực hiện bỏ nhỏ trái tay. b. chiến thuật phân chia khu vực trung tâm. - Phối hợp di chuyển đánh cầu theo khu vực trung tâm. - Phối hợp chiến thuật phân chia khu vực trên, dưới đánh cầu bên phải hoặc bên trái.	4	- Yêu cầu thực hiện tốt kĩ thuật bỏ nhỏ trái tay, phối hợp di chuyển phân chia khu vực trên dưới. - Biết điều chỉnh, sửa sai động tác. - Tự giác, tích cực tập luyện.	
24/02/2025 đến 02/3/2025				

	- Trò chơi phát triển sức mạnh.			
03/3/2025 đến 09/3/2025	Ôn tập kiểm tra giữa HKII	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKII	
10/3/2025 đến 16/3/2025	Kiểm tra giữa HKII Nội dung: Di chuyển bỏ nhỏ thuận và trái tay			
17/3/2025 đến 23/3/2025	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. a. Kỹ thuật treo cầu thuận tay. - Mô phỏng kỹ thuật treo cầu thuận tay. - Tại chỗ thực hiện treo cầu theo đường thẳng. - Di chuyển lùi phải treo cầu theo đường thẳng và đường chéo. b. Kỹ thuật đánh cầu tấn công theo đường	6	- Yêu cầu nắm rõ và thực hiện tương đối tốt kỹ thuật treo cầu thuận tay và chiến thuật đánh cầu tấn công theo đường. -Tự giác, tích cực tập luyện.	
24/3/2025 đến 30/3/2025				
31/3/2025 đến 06/4/2025				
07/4/2025 đến 13/4/2025	Bài 2. Chiến thuật đánh cầu tấn công theo điểm và phối hợp một số kỹ thuật cơ bản. - Phối hợp kỹ thuật bạt cầu với kỹ thuật bỏ nhỏ và kỹ thuật đánh cầu trên lưới. - Phối hợp kỹ thuật treo cầu với kỹ thuật bỏ nhỏ và kỹ thuật đánh cầu trên lưới.	6	Yêu cầu nắm bắt rõ các kỹ thuật, nhận định pha cầu và quyết định thực hiện động tác.	
07/4/2025 đến 13/4/2025				
21/4/2025 đến 27/4/2025				
29/4/2025 đến 04/5/2025	Ôn tập kiểm tra cuối HKII	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKII	

05/5/2025 đến 11/5/2025	Kiểm tra cuối HKII			
	Nội dung: - Phối hợp kĩ thuật bịt cầu với kĩ thuật bỏ nhỏ và kĩ thuật đánh cầu trên lưới. - Phối hợp kĩ thuật treo cầu với kĩ thuật bỏ nhỏ và kĩ thuật đánh cầu trên lưới.			
12/5/2025 đến 18/5/2025	Thực hiện các bài phối hợp và áp dụng cho thi đấu.	2	Yêu cầu tích cực thực hiện các bài tập phối hợp cho nhuần nhuyễn.	
19/5/2025 đến 25/5/2025				

KHỐI LỚP 12

Tuần	Bài/ Chủ đề	Số tiết	Yêu cầu cần đạt	Ghi chú
HỌC KỲ I				
09/9/2024 đến 15/9/2024	PHẦN 1 - KIẾN THỨC CHUNG Chủ đề: Sử dụng các yếu tố tự nhiên, dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất	2	- Biết sử dụng một số yếu tố thiên nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực. - Tự giác, tích cực tham gia các hoạt động tập luyện TDTT trong môi trường tự nhiên để rèn luyện và nâng cao sức khỏe.	
16/9/2024 đến 22/9/2024	PHẦN 2: THỂ THAO TỰ CHỌN - CẦU LÔNG	6	- Nắm và hiểu rõ vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khỏe và xã hội.	
23/9/2024 đến 29/9/2024	Chủ đề 1: Những vấn đề chung. Bài 1: Vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khỏe và xã hội; lập kế hoạch tập luyện môn Cầu lông.		- Từ đó biết cách phát huy các thế mạnh của môn Cầu lông để nâng cao sức khỏe và thể lực.	
30/9/2024 đến 06/10/2024	a. Vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khỏe và xã hội. - Vai trò, ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với sức khỏe.		- Biết cách lập kế hoạch tập luyện môn Cầu lông cho bản thân và nhóm.	

	- Vai trò và ảnh hưởng của môn Cầu lông đối với xã hội. b. Lập kế hoạch tập luyện môn Cầu lông. - Trình tự kế hoạch tập luyện môn Cầu lông - Kế hoạch tập luyện môn Cầu lông.			
07/10/2024 đến 13/10/2024	Bài 2: Một số điều luật và phương pháp trọng tài trong thi đấu môn Cầu lông. a. Một số điều luật trong môn Cầu lông. b. Phương pháp trọng tài trong thi đấu môn Cầu lông. - Trách nhiệm và quyền hạn của trọng tài - Vị trí của trọng tài trong mỗi trận đấu. - Một số ký hiệu cơ bản của trọng tài môn Cầu lông.	4	- Yêu cầu nắm rõ số điều luật trong môn Cầu lông. Áp dụng tốt vào tập luyện và thi đấu. - Nắm rõ phương pháp trọng tài môn Cầu lông. Tổ chức được các trận đấu và các giải đấu. - Xem và hiểu được các ký hiệu của trọng tài và diễn biến trận đấu.	
14/10/2024 đến 20/10/2024				
21/10/2024 đến 27/10/2024	Ôn tập kiểm tra giữa HKI - Luyện tập: Phương pháp trọng tài trong thi đấu môn Cầu lông. - Một số bài tập phát triển thể lực.	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKI	
28/10/2024 đến 03/11/2024	Kiểm tra giữa HKI Tổ chức thi đấu trong lớp, kiểm tra kiến thức cơ bản về một số điều luật môn Cầu lông			
04/11/2024 đến 10/11/2024	CHỦ ĐỀ 2: KỸ THUẬT BỎ NHỎ Bài 1: Kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay. - Mô phỏng kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay.	6	- Yêu cầu thực hiện được kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay, áp dụng được vào thi đấu. - Biết phối hợp với các động tác khác, có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	

11/11/2024 đến 17/11/2024	- Tại chỗ thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay. - Tại chỗ thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay qua lại. - Di chuyển thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận tay.			
18/11/2024 đến 24/11/2024	* Một số bài tập phát triển thể lực.			
25/11/2024 đến 01/12/2024	Bài 2: Kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay. - Mô phỏng kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay. - Tại chỗ thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay. - Tại chỗ thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay qua lại. - Di chuyển thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay. * Một số bài tập phát triển thể lực.	6	- Yêu cầu thực hiện được kỹ thuật bỏ nhỏ chéo trái tay, áp dụng được vào thi đấu. - Biết phối hợp với các động tác khác, có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
02/12/2024 đến 08/12/2024				
09/12/2024 đến 15/12/2024				
16/12/2024 đến 22/12/2024	Ôn tập kiểm tra cuối HKI	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKI	
23/12/2024 đến 29/12/2024	Kiểm tra cuối HKI Nội dung: Phối hợp thực hiện kỹ thuật bỏ nhỏ chéo thuận, trái tay			
30/12/2024 đến 05/01/2025	- Cho lớp tổ chức giao lưu trong lớp, nội dung; + Đôi nam + Đôi nữ	4	- Tổ chức và nắm rõ các yêu cầu, nắm rõ luật thi đấu. - Tham gia tích cực.	
06/01/2025 đến 12/01/2025				

HỌC KỲ II				
13/01/2025 đến 09/02/2025	CHỦ ĐỀ 3: KỸ THUẬT CHẶN CẦU SÁT LƯỚI VÀ DI CHUYỂN LÙI CHÉO ĐẬP CẦU Bài 1. Kỹ thuật chặn cầu sát lưới. - Tại chỗ thực hiện kỹ thuật chặn cầu sát lưới. - Tại chỗ thực hiện kỹ thuật chặn cầu sát lưới với nhau. - Di chuyển thực hiện kỹ thuật chặn cầu sát lưới. * Một số bài tập phát triển thể lực.	8	- Yêu cầu thực hiện được kỹ thuật chặn cầu sát lưới, áp dụng được vào thi đấu. - Biết phối hợp với các động tác khác, có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
03/02/2025 đến 09/02/2025				
10/02/2025 đến 16/02/2025				
17/02/2025 đến 23/02/2025				
24/02/2025 đến 02/3/2025				
	Bài 2. Kỹ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu. - Mô phỏng kỹ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu. - Di chuyển lùi chéo đập không cầu. - Di chuyển thực hiện kỹ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu. * Một số bài tập phát triển thể lực.	2	- Yêu cầu thực hiện được Kỹ thuật di chuyển lùi chéo đập cầu, áp dụng được vào thi đấu. - Biết phối hợp với các động tác khác, có ý thức tự giác và tinh thần tập thể trong tập luyện.	
03/3/2025 đến 09/3/2025	Ôn tập kiểm tra giữa HKII	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra giữa HKII	
10/3/2025 đến 16/3/2025	Kiểm tra giữa HKII Nội dung: Phối hợp chặn cầu sát lưới và di chuyển lùi chéo đập cầu			
17/3/2025 đến 23/3/2025	CHỦ ĐỀ 4: CHIẾN THUẬT TẤN CÔNG Bài 1. Chiến thuật giao cầu trong thi đấu Cầu lông.	10	- Yêu cầu nắm tốt các kỹ thuật giao cầu, giao cầu cao xa và giao cầu thấp gần. - Nắm rõ luật giao cầu, và thực hiện giao chính xác.	
24/3/2025 đến 30/3/2025				

31/3/2025 đến 06/4/2025	+ Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đơn. + Chiến thuật giao cầu trong thi đấu đôi. * Một số bài tập phát triển thể lực.			
07/4/2025 đến 13/4/2025				
14/4/2025 đến 20/4/2025				
21/4/2025 đến 27/4/2025	Bài 2. Chiến thuật tấn công trong thi đấu đôi. - Tập đôi nam, đôi nữ và đôi nam nữ.	2	Yêu cầu nắm tốt các kĩ thuật cơ bản trong cầu lông.	
28/4/2025 đến 04/5/2025	Ôn tập kiểm tra cuối HKII	2	Ôn tập kiến thức và kỹ năng kiểm tra cuối HKII	
05/5/2025 đến 11/5/2025	Kiểm tra cuối HKII Nội dung: Thực hiện bài tập phối hợp, đánh cầu cao xa, bỏ nhỏ, đập cầu			
12/5/2025 đến 18/5/2025	Tổ chức giải đấu đôi trong lớp	31- 34	Thực hiện nghiêm túc giải đấu, nắm tốt luật thi đấu, trọng tài.	
19/5/2025 đến 25/5/2025				