SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO     **CỘNG HOÀ XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**

THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**Độc lập - Tự Do - Hạnh Phúc**

**TRƯỜNG THPT NĂNG KHIẾU TDTT H.BC**

*Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 04 tháng 5 năm 2020*

**KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY (LẦN 3)**

**MÔN: THỂ DỤC - LỚP 12** (Chương trình chuẩn)

**HỌC KỲ II - NĂM HỌC 2019 – 2020**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TUẦN** | **Tiết**  **PPCT** | **Nội dung chương trình** | | | **Ghi chú** |
| **1**  6 –> 12/01 | 1-2 | TTTC 1  Chạy bền | | - Bóng rổ  - Kỹ thuật chạy bền trên địa hình tự nhiên |  |
| **2**  13 –> 19/01 | 3-4 | Đá cầu  TTTC1  Chạy bền | | - Tâng cầu tự do  - Bóng rổ  - Kỹ thuật chạy bền trên địa hình tự nhiên |  |
| **3**  10 ->16/2 | 5-6 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **4**  30/3 ->5/4 | 7-8 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **5**  6 -> 12/4 | 8-9 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **6**  13 -> 19/4 | 10-11 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **7**  20 -> 26/4 | 12-13 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **8**  27/4 -> 3/5 | 14-15 | Bài tập phát triển thể lực: Cơ bụng, cơ lưng.... | | | Trực tuyến |
| **9**  4 -> 10/5 | 16-17 | Cầu lông TTTC2 | Cầu lông TTTC2 | |  |
| **10**  11 -> 17/5 | 18-19 | Cầu lông TTTC2  Chạy bền | -Đánh cầu cao tay bằng thuận tay  -Bóng chuyền  - Theo kế hoạch giảng dạy của giáo viên  - Nam chạy 3 vòng (600m, nữ chạy 2 vòng (400m ) | |  |
| **11**  18 -> 24/5 | 20-21 | Cầu lông TTTC2  Chạy bền | - Đánh cầu cao tay bằng thuận tay, đánh cầu cao trái tay. Học luật cầu lông  - Bóng chuyền  - Nam chạy 4 vòng (800m, nữ chạy 2 vòng (400m) | |  |
| **12**  25 -> 31/5 | 22-23 | Cầu lông TTTC2  Chạy bền | - Bài tập phối hợp chiến thuật, đánh cầu cao thuận – trái tay và thi đấu tập.  - Bóng chuyền  - Nam chạy 4 vòng (800m nữ, chạy 2 vòng (400m) | |  |
| **13**  1 -> 7/6 | 24-25 | **Ôn tập KTHKII** | | |  |
| **14**  8 -> 14/6 | 26-27 | **KTHKII** | | | **Kiểm tra HKII** |
| **15**  15 -> 21/6 | 28-29 | **Kiểm tra lại các em học sinh chưa đạt** | | |  |
| **16**  22 -> 28/6 | 30-31 | **Rèn luyện thể lực** | | |  |
| **17**  29/6 -> 5/7 | 32-33 | **Rèn luyện thể lực** | | |  |
| **18**  6 -> 12/7 | 34-35 | **Rèn luyện thể lực** | | |  |

**Duyệt của BGH**

**Hiệu Phó chuyên môn** **Tổ trưởng chuyên môn**

(đã ký) (đã ký)

**Trần Thị Huyền Trang Mai Thành Danh Toại**

*Nơi nhận :*

* *BGH;*
* *GV trong tổ;*
* *Lưu hồ sơ.*