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 HUYỆN BÌNH CHÁNH**

*Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 4 tháng 01 năm 2021.*

**KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY**

**MÔN : THỂ DỤC- LỚP 11** (Chương trình chuẩn)

**HỌC KỲ II - NĂM HỌC 2020 – 2021**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TUẦN** | **TÊN BÀI DẠY** | **Nội dung chương trình** | **Tiết**  **PPCT** | **PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC** | **ĐỒ DÙNG DẠY HỌC** |
| **1**  11/01 – 17/01 | Lý thuyết  Nhảy cao | -Nguyên tắc vừa sức  Chạy đà – giậm nhảy  Một số động tác bỗ trợ ( do GV chọn ) | 1-2 | Dạy ngoài lớp học | SGK Nhảy cao |
| **2**  18/01 – 24/01 | Nhảy cao  Đá cầu | -Chạy đà – giậm nhảy – trên không , một số động tác bổ trợ kỹ thuật ( do GV chọn )  -Một số động tác bổ trợ kỹ thuật và bài tập phát triển thể lực ( do GV chọn )  -Một số động tác bổ trợ đã học ở lớp 10 | 3-4 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy  Cầu đá |
| **3**  25/01 – 31/01 | Nhảy cao  Đá cầu | - Chạy đà – giậm nhảy – trên không , giai đoạn tiếp đất  -Tâng “giật” cầu  - Một số bài tập kỹ thuật đá cầu do giáo viên chọn | 5-6 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy  Cầu đá |
| **4**  01/02 - 07/02 | Nhảy cao  Đá cầu | - Hòan chỉnh bốn giai đọan kỹ thuật .  - Một số động tác bổ trợ kỹ thuật và bài tập phát triển thể lực ( do GV chọn )  - Một số điểm trong luật điền kinh phần nhảy cao  - Kỹ thuật tâng cầu ( nhịp 1 ) - đá tấn công chính diện bằng mu chân bàn chân  -Một số bài tập kỹ thuật đá cầu ( do GV chọn ) | 7-8 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy  Cầu đá |
| **5**  15/02– 21/02 | Nhảy cao  Đá cầu | Ôn tập hoàn thiện kỹ thuật nhảy cao  Hoàn chỉnh kỹ thuật, một số bài tập nâng cao thành tích ( do GV chọn )  - Kỹ thuật tâng cầu ( nhịp 1 ) - đá tấn công bằng mu bàn chân  - Một số điểm trong luật đá cầu | 9-10 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy  Cầu đá |
| **6**  22/02– 28/02 | Đá cầu  Nhảy cao | - Kiểm tra  - Ôn tập nội dung kiểm tra theo kế hoạch của GV  - Chạy trên địa hình tự nhiên hoặc do GV chọn . | 11-12 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy  Cầu đá |
| **7**  01/3– 07/3 | Nhảy cao  Chạy bền | - Kiểm tra Nhảy cao  - Chạy bền trên địa bàn hình thực nhiên | 13-14 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy |
| **8**  08/3– 14/3 | Nhảy cao  Chạy bền | - Kiểm tra lại một số em chưa đạt hoặc chưa kiểm tra.  - Kiểm tra chạy bền ( nữ 800m, nam 1500m) | 15-16 | Dạy ngoài lớp học | Nệm nhảy |
| **9**  15/3– 21/3 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 17-18 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **10**  22/3– 28/3 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 19-20 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **11**  29/3– 04/4 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 21-22 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **12**  05/4–>11/4 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 23-24 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **13**  12/4 – 18/4 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 25-26 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **14**  19/4 - 25/4 | TTTC1 | Kế hoạch giảng dạy của giáo viên  ( bóng đá, bóng chuyền, cầu lông) | 27-28 | Dạy ngoài lớp học | Bóng |
| **15**  26/4– 02/5 | **KTHKII** | | | | |
| **16**  03/5– 09/5 | **Kiểm tra lại học sinh chưa kiểm tra** | | | | |
| **17**  10/5– 16/5 | **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 Toạ**

*Nơi nhận :*

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