

TRƯỜNG: THCS PHAN BÁ PHIẾN
TỔ: KHOA HỌC XÃ HỘI
Họ và tên giáo viên: Trần Anh Thuận

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

KẾ HOẠCH GIÁO DỤC CỦA GIÁO VIÊN
MÔN HỌC/HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC GDTC, LỚP 8
(Năm học 2023 - 2024)

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
1	1	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng.</i>	- Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức bền	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	2	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kĩ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- Giậm nhảy đá lăng. - Một số động tác bổ trợ giậm nhảy đá lăng.	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường
2	3	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong chạy giữa quãng.</i>	- Khắc phục hiện tượng “cực điểm” trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	4	Nhảy cao kiểu bước	<i>Kĩ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	- Ôn kĩ thuật giậm nhảy đá lăng. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
		qua.				
3	5	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền. 	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	6	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kĩ thuật giậm nhảy đá lăng.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn kĩ thuật giậm nhảy đá lăng. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao. - Trò chơi phát triển sức mạnh. 	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường
4	7	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát. - Trò chơi phát triển sức bền. 	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	8	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kĩ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Cách xác định hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Trò chơi phát triển sức mạnh. 	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường
5	9	Chạy cự li trung bình	<i>Bài tập bổ trợ trong xuất phát và tăng tốc độ sau xuất phát.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Một số điều luật thi đấu chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền 	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	10	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kĩ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn hướng chạy đà, điểm giậm nhảy và cách đo đà. - Kĩ thuật chạy đà và kết hợp với giậm nhảy. 	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường
	11	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Phối hợp chạy giữa quãng và chạy về đích. 	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
6			<i>bình.</i>	- Trò chơi phát triển sức bền.		
	12	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy.</i>	- Ôn kỹ thuật chạy đà kết hợp với giậm nhảy. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, đồng hồ, vôi,	Sân vận động trường
7	13	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Phối hợp các giai đoạn của kỹ thuật chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	14	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- Kỹ thuật trên không. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân vận động trường
8	15	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	16	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- Ôn kỹ thuật trên không. Kỹ thuật rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân vận động trường
9	17	Chạy cự li trung bình	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li trung bình.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn trong chạy cự ly trung bình. - Trò chơi phát triển sức bền.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	
	18	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm).</i>	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, đồng hồ, vôi, dây đích	Sân vận động trường
		Nhảy cao	<i>Kỹ thuật trên không</i>	- Ôn kỹ thuật trên không và rơi	Còi, tranh nhảy	Sân vận động

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
10	19	kiểu bước qua.	và rơi xuống cát (đệm).	xuống cát (đệm). - Trò chơi phát triển sức mạnh.	cao, trụ, nệm	trường
	20	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ I (CCLTB)				
11	21	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	22	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Động tác chạy tại chỗ - Động tác tay ngực - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
12	23	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	24	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay ngực. - Động tác vươn người, động tác bật tách chụm chân. - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
13	25	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
		Bài Tập	<i>Bài thể dục nhịp điệu</i>	- Ôn động tác chạy tại chỗ và tay	Còi, tranh bài TD,	Sân vận động

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
	26	Thể Dục	<i>(động tác chạy tại chỗ, tay ngực. vươn người, bật tách chụm chân).</i>	ngực, vươn người và động tác bật tách chụm chân. - Trò chơi phát triển khéo léo.	vôi.	trường
14	27	Nhảy cao kiểu bước qua.	<i>Phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn kĩ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Một số điều luật trong thi đấu nhảy cao.	Còi, tranh nhảy cao, trụ, nệm	Sân vận động trường
	28	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Động tác lườn, bật nhảy co gối - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
15	29	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Luân phiên dẫn bóng cao, thấp tay. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	30	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Ôn động tác đã học - Động tác di chuyển chéo, bật nhảy- tay cao. - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
	31	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kĩ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn luân phiên dẫn bóng cao, thấp tay.	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
16				- Trò chơi vận động		
	32	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
17	33	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động.	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	34	Bài Tập Thể Dục	<i>Bài thể dục nhịp điệu (động tác lườn, bật nhảy co gối, di chuyển chéo, bật nhảy-tay cao).</i>	- Ôn các động tác đã học - Trò chơi phát triển khéo léo.	Còi, tranh bài TD, vôi.	Sân vận động trường
18	35	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn dẫn bóng quay trước sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	36	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I <i>(Bài Thể Dục nhịp điệu)</i>				Sân vận động trường
	37	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Bố trí bàn đạp và cách đóng bàn đạp. - Trò chơi phát triển sức mạnh.	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
19	38	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Dẫn bóng quay sau sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
20	39	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Kỹ thuật xuất phát thấp. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
	40	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn dẫn bóng quay sau sang phải, sang trái. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
21	41	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Xuất phát thấp và chạy lao sau xuất phát.</i>	- Kỹ thuật chạy lao sau xuất phát. -- Trò chơi phát triển sức nhanh.	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
	42	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn: Dẫn bóng cao, thấp tay; dẫn bóng quay trước, sau sang phải sang trái. - Trò chơi vận động.	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
22	43	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
	44	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật dẫn bóng</i>	- Ôn các kỹ thuật đã học - Một số điều luật trong thi đấu bóng rổ.	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
		Chạy cự ly	<i>Phối hợp chạy lao</i>	- Ôn phối hợp chạy lao sau xuất	Còi, bàn đạp, vôi,	Sân vận động

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
23	45	ngắn (100m)	<i>sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	phát và chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh	đồng hồ	trường
	46	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động.	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
24	47	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng.</i>	- Ôn phối hợp xuất phát, chạy lao sau xuất phát và chạy giữa quãng. - Một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
	48	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyển bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	
25	49	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	- Phối hợp giữa chạy giữa quãng và chạy về đích. - Trò chơi phát triển sức nhanh	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây xích	Sân vận động trường
	50	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyển và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	51	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	- Phối hợp các giai đoạn chạy cự ly ngắn. - Trò chơi phát triển sức nhanh.	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây xích	Sân vận động trường
		TTTC	<i>Kỹ thuật chuyển và</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ bắt bóng hai	Còi, tranh KT bóng	Sân vận động

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
26	52	(Bóng rổ)	<i>bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	tay trên đầu. - Trò chơi vận động	rổ	trường
27	53	Chạy cự ly ngắn (100m)	<i>Phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn.</i>	- Ôn phối hợp các giai đoạn chạy cự li ngắn (100m) - Trò chơi phát triển sức nhanh.	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ, dây xích	Sân vận động trường
	54	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Ôn kỹ thuật tại chỗ chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	
28	55	KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ II (NỘI DUNG CCLN 100m)				
	56	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
29	57	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội. - Trò chơi vận động.	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
	58	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trên đầu.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
30	59	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
	60	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Ôn kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
			<i>thấp.</i>	- Trò chơi vận động		
31	61	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Ôn kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp. - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	
	62	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
32	63	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Bài tập bổ trợ - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ, bóng.	Sân vận động trường
	64	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, bàn đập, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
33	65	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	66	TTTC (Bóng rổ)	<i>Kỹ thuật hai bước ném rổ một tay dưới thấp.</i>	- Bài tập phối hợp đồng đội - Trò chơi vận động	Còi, bàn đập, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường
34	67	KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ II (TTTC Bóng Rổ)				
	68	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 1&2	- Bật xa tại chỗ - Nằm ngửa gập bụng	Còi, bàn đập, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường

Tuần	Tiết	Chủ đề	Tên bài	Nội dung	Thiết bị dạy học	Địa điểm dạy học
35	69	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 3	Chạy 30m xuất phát cao	Còi, tranh KT bóng rổ	Sân vận động trường
	70	Kiểm tra (TLCN)	Nội dung 4	Chạy tùy sức 5 phút	Còi, bàn đạp, vôi, đồng hồ	Sân vận động trường

TỔ TRƯỞNG
(Ký và ghi rõ họ tên)



Nguyễn Đức Nghiêm

Tam Tiến ngày 06 tháng 9 năm 2023
GIÁO VIÊN
(Ký và ghi rõ họ tên)