

*Bình Thuận, ngày 21 tháng 9 năm 2023*

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 6**  
**Năm học: 2023 – 2024**

Công văn số 3899/BGDĐT-GDTrH ngày 03/8/2023 của Bộ GDĐT về việc triển khai thực hiện Chương trình giáo dục trung học năm học 2023-2024 (gọi tắt là Công văn 3899);

Công văn Quyết định 1516/QĐ-UBND ngày 10/8/2023 của UBND tỉnh Đắk Lắk về việc Ban hành Kế hoạch thời gian năm học 2023-2024 đối với giáo dục mầm non, giáo dục phổ thông và giáo dục thường xuyên trên địa bàn tỉnh Đắk Lắk;

Căn cứ Công văn số 1387/SGDĐT-GDTrH-GDTX ngày 25/8/2023 của Sở Giáo dục và Đào tạo về việc hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục trung học năm học 2023-2024;

Căn cứ Công văn số 284/PGDĐT-THCS, ngày 07 tháng 9 năm 2023 của Phòng Giáo dục và Đào tạo TX Buôn Hồ về việc hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục trung học năm học 2023-2024;

Thực hiện Kế hoạch số 23/KH-HV, ngày 20 tháng 9 năm 2023 của Trường THCS Hùng Vương về việc triển khai xây dựng và thực hiện chương trình giáo dục các môn học năm học 2023-2024;

Căn cứ vào tình hình thực tế. Tổ bộ môn: KHTN - GDTC xây dựng Kế hoạch giáo dục bộ môn GDTC 6 năm học 2023-2024 như sau:

**I. Phân phối chương trình.**

**Học kì I (Từ ngày..05.....tháng.....09.....năm 2022)**

Tiết PPCT	Bài học	Nội dung	Số tiết	Tuần	Thiết bị dạy học	Địa điểm
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
<b>Phần 1: Kiến thức chung: Chế độ dinh dưỡng trong luyện tập Thể dục thể thao</b>						
0	Chế độ dinh	- Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe và sự phát triển thể chất.	Dạy lồng ghép vào	Tuần 1, 2, 3	0	Sân trường

	dưỡng trong luyện tập Thể dục thể thao	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinh dưỡng đối với sức khỏe và phát triển thể chất.</li> <li>- Chế độ dinh dưỡng hợp lý trong quá trình luyện tập thể dục thể thao.</li> </ul>	một số tiết học			
<b>Phần 2: Vận động cơ bản – Thể thao tự chọn</b>						
<b>Chủ đề 1: Bài thể dục</b>						
<b>1</b>	Bài 1: Bài thể dục	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Học từ nhịp 1 – 11.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>	2	Tuần 1	Còi, đồng hồ bấm giây, nậm(maxco), tranh kỹ thuật động tác bài thể dục	Sân trường
<b>2</b>	liên hoàn (Từ nhịp 1 – 11)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn từ nhịp 1 – 11.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>		Tuần 1		
<b>3</b>	Bài 2: Bài thể dục liên hoàn	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn từ nhịp 1 – 11.</li> <li>- Học từ nhịp 12 – 23.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>	2	Tuần 2	Còi, đồng hồ bấm giây, nậm(maxco), tranh kỹ thuật động tác bài thể dục	Sân trường
<b>4</b>	(Từ nhịp 12 – 23)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn từ nhịp 1 – 23.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>		Tuần 2		
<b>5</b>	Bài 3: Bài thể dục liên hoàn	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn từ nhịp 1 – 23.</li> <li>- Học từ nhịp 24 – 30.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>	3	Tuần 3	Còi, đồng hồ bấm giây, nậm(maxco), tranh kỹ thuật động tác bài thể dục	Sân trường
<b>6</b>	(Từ nhịp 1 – 30)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hoàn thiện bài TD từ nhịp 1 – 30.</li> <li>- Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)</li> </ul>		Tuần 3		

7	24 – 30)	- Hoàn thiện bài TD từ nhịp 1 – 30. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)		Tuần 4	dục	
8	Kiểm tra TX Bài thể dục		1	Tuần 4	- Còi	- Sân Thể dục
Chủ đề 2: Chạy cự ly trung bình						
9	Bài 1: Các động tác bổ trợ	- Học: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn; Đi, chạy thở sâu theo nhịp kép; Chạy theo đường hình số 8. - Trò chơi phát triển sức bền (gv chọn).	2	Tuần 5	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), tranh kĩ thuật các giai đoạn chạy cự ly trung bình	Sân trường
10	kĩ thuật chạy cự ly trung bình	- Ôn: Đi, chạy thở sâu theo nhịp đơn; Đi, chạy thở sâu theo nhịp kép. - Học: Chạy luôn cộc; Chạy theo đường dích dắc. - Trò chơi phát triển sức bền (gv chọn).		Tuần 5		
11	Bài 2: Chạy giữa quãng	- Ôn: Một số động tác bổ trợ, trò chơi chạy cự ly trung bình đã học (gv chọn). - Học: Kĩ thuật chạy giữa quãng trên đường thẳng.	3	Tuần 6	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), tranh kĩ thuật các giai đoạn chạy cự ly trung bình	Sân trường
12	trên đường thẳng,	- Ôn: Một số động tác bổ trợ, trò chơi chạy cự ly trung bình đã học (gv chọn). Kĩ thuật chạy giữa quãng trên đường thẳng. - Học: Kĩ thuật chạy giữa quãng trên đường vòng.		Tuần 6		
13	đường vòng	- Ôn: Một số động tác bổ trợ chạy cự ly trung bình đã học (gv chọn). - Tập phối hợp giữa kĩ thuật chạy trên đường thẳng với kĩ thuật chạy trên đường vòng. - Trò chơi phát triển sức bền (gv chọn).		Tuần 7		
14	Bài 3: Xuất phát,	- Ôn: Một số động tác bổ trợ chạy cự ly trung bình đã học (gv chọn). - Tập phối hợp giữa kĩ thuật kĩ thuật chạy trên đường thẳng với kĩ thuật chạy trên đường vòng. - Học: Xuất phát cao và chạy tăng tốc độ sau xuất phát; Chạy về đích.	3	Tuần 7	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc	Sân trường

15	tăng tốc độ sau xuất phát	- Hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật chạy cự ly trung bình. - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy. - Trò chơi phát triển sức bền (gv chọn).		Tuần 8	o), tranh kĩ thuật các giai đoạn chạy cự ly trung bình	
16	và chạy về đích	- Hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật chạy cự ly trung bình, nâng cao thành tích. - Trò chơi phát triển sức bền (gv chọn).		Tuần 8		
17	Kiểm tra giữa HK 1( Chạy bền)		1	Tuần 9	- Còi, dây đích, cờ tay	- Sân Thể dục
Chủ đề 3: Đá cầu						
18	Bài 1. Kĩ thuật di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi	- Học: Di chuyển ngang; Tung cầu và tâng cầu bằng đùi. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).	6	Tuần 9	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), tranh kĩ thuật tâng cầu bằng đùi	Sân trường
19		- Ôn: Di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 10		
20		- Ôn: Di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 10		
21		- Ôn: Di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 11		
22		- Ôn: Di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi, nâng cao thành tích. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 11		
23		- Ôn: Di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi, nâng cao thành tích. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 12		

24	Bài 2. Kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng mu bàn chân	- Ôn: Di chuyển ngang và tăng cầu bằng đùi. - Học: Kỹ thuật di chuyển tiến, lùi.	6	Tuần 12	Còi, đồng hồ bấm giây, năm(maxc o), tranh kỹ thuật tăng cầu bằng mu bàn chân	Sân trường
25		- Ôn: Kỹ thuật di chuyển ngang, kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng đùi. - Học: Tăng cầu bằng mu bàn chân.		Tuần 13		
26		- Ôn: Kỹ thuật di chuyển ngang, kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng đùi. - Tăng cầu bằng mu bàn chân. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn).		Tuần 13		
27		- Ôn: Kỹ thuật di chuyển ngang, kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng đùi. - Tăng cầu bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực (gv chọn).		Tuần 14		
28		- Ôn: Kỹ thuật di chuyển ngang, kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực (gv chọn).		Tuần 14		
29		- Ôn: Kỹ thuật di chuyển ngang, kỹ thuật di chuyển tiến, lùi và tăng cầu bằng đùi, tăng cầu bằng mu bàn chân. - Trò chơi vận động bổ trợ kỹ thuật tăng cầu (gv chọn).		Tuần 15		
30	Bài 3. Kỹ thuật phát cầu thấp	- Ôn: Một số kỹ thuật di chuyển, kỹ thuật tăng cầu đã học. - Học: Kỹ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân.	6	Tuần 15	Còi, đồng hồ bấm giây, năm(maxc o), tranh kỹ	Sân trường
31		- Ôn: Một số kỹ thuật di chuyển, kỹ thuật tăng cầu đã học.		Tuần 16		

	chân	- Kỹ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân.			thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân, cột đa năng, lưới đá cầu	
32	chính diện bằng mu bàn chân	- Ôn: Một số kĩ thuật di chuyển, kĩ thuật tâng cầu đã học. Kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực, trò chơi ( gv chọn).		Tuần 16		
33		- Ôn: Một số kĩ thuật di chuyển, kĩ thuật tâng cầu đã học. Kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực, trò chơi ( gv chọn).		Tuần 17		
34		- Ôn: Một số kĩ thuật di chuyển, kĩ thuật tâng cầu đã học. Kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực, trò chơi ( gv chọn). - Một số điều luật cơ bản trong môn đá cầu.		Tuần 17		
35		- Ôn: Một số kĩ thuật di chuyển, kĩ thuật tâng cầu đã học. Kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân. - Một số bài tập thể lực, trò chơi ( gv chọn). - Một số điều luật cơ bản trong môn đá cầu.		Tuần 18		
36	Kiểm tra cuối HK1(Đá cầu)		1	Tuần 18	- Cột, lưới đá cầu - Còi, cầu đá	- Sân Thể dục - Sân đá cầu(nếu có)
Tổng học kì I			36 tiết	18 tuần		
Học kì II (Từ ngày.....tháng.....năm 2024)						
37	Bài 4. Kĩ	- Ôn: Một số kĩ thuật đá cầu, trò chơi hỗ trợ đá cầu đã học.	6	Tuần 19	Còi, đồng hồ bấm	Sân trường

	thuật	- Học: Kỹ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân.			giây, nắm(maxco), tranh kỹ thuật	
38	chuyền cầu bằng	- Ôn: Một số kỹ thuật đá cầu, trò chơi bổ trợ đá cầu đã học. - Kỹ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân.		Tuần 19		
39	mu bàn chân	- Ôn: Phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân, chuyền cầu bằng mu bàn chân. - Bài tập phát triển các tố chất thể lực, trò chơi (gv chọn).		Tuần 20	chuyền cầu bằng mu bàn chân, cột đa năng, lưới đá cầu	
40		- Hoàn thiện các kỹ thuật di chuyển, tăng cầu, chuyền cầu, phát cầu đã học. - Bài tập phát triển các tố chất thể lực, trò chơi (gv chọn). - Một số qui định về trang phục thi đấu đá cầu.		Tuần 20		
41		- Hoàn thiện các kỹ thuật di chuyển, tăng cầu, chuyền cầu, phát cầu đã học. - Bài tập phát triển các tố chất thể lực, trò chơi (gv chọn).		Tuần 21		
42		- Hoàn thiện các kỹ thuật di chuyển, tăng cầu, chuyền cầu, phát cầu đã học. - Bài tập phát triển các tố chất thể lực, trò chơi (gv chọn).		Tuần 21		
<b>Chủ đề 4: Chạy cự ly ngắn 60m</b>						
43	Bài 1: Các động tác bổ trợ	- Các yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe và sự phát triển thể chất. - Học: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi. - Trò chơi phát triển sức nhanh(gv chọn)	2	Tuần 22	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxco), tranh kỹ thuật chạy	Sân trường
44	kỹ thuật chạy cự ly ngắn	- Ôn: Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi. - Học: Chạy đạp sau. - Trò chơi phát triển sức nhanh gv chọn)		Tuần 22	cự ly ngắn 60m	

<b>45</b>	Kiểm Tra TX: Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự ly ngắn	- Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi. - Chạy đạp sau.	<b>1</b>	Tuần 23	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm (maxco), tranh kĩ thuật chạy cự ly ngắn 60m	Sân trường
<b>46</b>	Bài 2:	- Dinh dưỡng đối với sức khỏe và phát triển thể chất. - Ôn: Các động tác bổ trợ. - Học: Chạy giữa quãng	<b>2</b>	Tuần 23	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm (maxco), tranh kĩ thuật chạy cự ly ngắn 60m	Sân trường
<b>47</b>	Chạy giữa quãng	- Ôn: Các động tác bổ trợ, chạy giữa quãng. - Cách thở trong khi chạy nhanh. - Trò chơi phát triển sức nhanh(gv chọn)		Tuần 24		
<b>48</b>	Bài 3: Xuất phát	- Chế độ dinh dưỡng hợp lý trong quá trình luyện tập thể dục thể thao. - Ôn: Các động tác bổ trợ, chạy giữa quãng. - Học: Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát.	<b>3</b>	Tuần 24	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), cờ xuất phát, tranh kĩ thuật chạy cự ly ngắn 60m	Sân trường
<b>49</b>	và chạy lao sau	- Ôn: Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát, chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh(gv chọn)		Tuần 25		
<b>50</b>	xuất phát	- Ôn: Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát, chạy giữa quãng. - Trò chơi phát triển sức nhanh(gv chọn) - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy.		Tuần 25		
<b>51</b>	Bài 4: Chạy về	- Ôn: Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát, chạy giữa quãng. - Học: Chạy về đích.	<b>3</b>	Tuần 26	Còi, đồng hồ bấm giây,	Sân trường



	đích	- Trò chơi phát triển sức nhanh(gv chọn)			nắm(maxc o), cò xuất phát, tranh kĩ thuật chạy cự ly ngắn 60m	
52		- Hoàn thiện các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m). -Trò chơi phát triển sức nhanh( gv chọn)		Tuần 26		
53		- Hoàn thiện các giai đoạn chạy cự li ngắn (60m). -Trò chơi phát triển sức nhanh (gv chọn) - Một số điều luật trong thi đấu các môn chạy.		Tuần 27		
54	Kiểm tra giữa HK2 ( Chạy ngắn)		1	Tuần 27	- Còi, dây đích, phần vẽ	- Sân Thể dục
Chủ đề 5: Ném bóng						
55	Bài 1:	- Học: Cách cầm bóng, tung và bắt bóng bằng hai tay, một tay. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)	3	Tuần 28	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), bóng ném, lưới chắn bóng, tranh kĩ thuật các giai đoạn ném bóng	Sân trường
56	Các động tác hỗ trợ kĩ thuật ném bóng	- Ôn: Cách cầm bóng, tung và bắt bóng bằng hai tay, một tay, hai tay phối hợp tung và bắt bóng. - Học: Ném bóng bằng một tay trên cao. - Trò chơi phát triển khéo léo (gv chọn)		Tuần 28		
57		- Ôn: Các động tác hỗ trợ kĩ thuật ném bóng đã học. - Ném bóng bằng một tay trên cao.		Tuần 29		
58	Kiểm Tra TX: Các động tác hỗ trợ kĩ thuật ném bóng	- Ném bóng bằng một tay trên cao.		Tuần 29		

<b>59</b>	Bài 2: Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học.</li> <li>- Học: Kỹ thuật ra sức cuối cùng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).</li> </ul>	<b>5</b>	Tuần 30	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), bóng ném, lưới chắn bóng, tranh kỹ thuật các giai đoạn ném bóng	Sân trường
<b>60</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học.</li> <li>- Ôn: Kỹ thuật ra sức cuối cùng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).</li> </ul>		Tuần 30		
<b>61</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học; Kỹ thuật ra sức cuối cùng.</li> <li>- Học: Giữ thăng bằng.</li> </ul>		Tuần 31		
<b>62</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học.</li> <li>- Phối hợp kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn)</li> </ul>		Tuần 31		
<b>63</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học.</li> <li>- Phối hợp kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).</li> </ul>		Tuần 32		
<b>64</b>	Bài 3:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Các động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng đã học; Phối hợp kỹ thuật ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.</li> <li>- Học: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà.</li> </ul>	<b>6</b>	Tuần 32	Còi, đồng hồ bấm giây, nắm(maxc o), bóng ném, lưới chắn bóng, tranh kỹ thuật các giai đoạn ném bóng	Sân trường
<b>65</b>	Chuẩn bị chạy đà và chạy	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Chuẩn bị chạy đà và chạy đà.</li> <li>- Tập phối hợp giữa kỹ thuật chuẩn bị chạy đà và chạy đà với phối hợp ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng.</li> </ul>		Tuần 33		
<b>66</b>	đà	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ôn: Một số bài tập hỗ trợ ném bóng đã học.</li> <li>- Hoàn thiện các giai đoạn kỹ thuật ném bóng.</li> <li>- Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).</li> </ul>		Tuần 33		

67		- Ôn: Một số bài tập bổ trợ ném bóng đã học. - Hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật ném bóng. - Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).		Tuần 34		
68		- Hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật ném bóng, nâng cao thành tích. - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu ném bóng. - Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).		Tuần 34		
69		- Ôn: Một số bài tập bổ trợ ném bóng đã học. - Hoàn thiện các giai đoạn kĩ thuật ném bóng, nâng cao thành tích. - Trò chơi phát triển sức mạnh tay - ngực (gv chọn).		Tuần 35		
70	Kiểm tra cuối HK2 (Ném bóng)		1	Tuần 35	- Bóng ném(bóng tennis) - Còi, phần vẽ	- Sân Thể dục
Tổng học kì II			34 tiết	17 tuần		
Cả năm học			70 tiết	35 tuần		

**II. Nhiệm vụ khác (nếu có):** (Bồi dưỡng học sinh giỏi; Tổ chức hoạt động giáo dục) Không.

**DUYỆT CỦA BGH**  
(Ký, ghi rõ họ tên và đóng dấu)

**Tạ Công Lâm Quốc Bảo**

**DUYỆT CỦA TỔ CM**  
(Ký, ghi rõ họ tên)



**Lê Thị Thanh**

**NGƯỜI XÂY DỰNG**  
(Ký, ghi rõ họ tên)



**Hồ Thị Hồng Phú**