|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG:THCS…………………….****TỔ: …………..**Họ và tên giáo viên:……… |  **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM** **Độc lập - Tự do - Hạnh phúc** |

**KẾ HOẠCH GIÁO DỤC MÔN THỂ DỤC LỚP 6- SGK CTST**

**I. Kế hoạch dạy học**

**II. Phân phối chương trình**

**CẢ NĂM: 70 tiết**

Học kì I: 18 tuần x 2 tiết/ tuần= 36 tiết

Học kì II: 17 tuần x 2 tiết/ tuần= 34 tiết

**HỌC KÌ 1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Chủ đề** | **Tuần** | **Tiết** | **Tên bài** |
| **1. CHẠY CỰ LI NGẮN** |  | 1 | Bài 1: Động tác bổ trợ kĩ thuật chạy, kĩ thuật chạy cự li ngắn |
|  | 2 | Bài 1: Động tác bổ trợ kĩ thuật chạy, kĩ thuật chạy cự li ngắn |
|  | 3 | Bài 2: Chạy giữa quãng |
|  | 4 | Bài 2: Chạy giữa quãng |
|  | 5 | Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát |
|  | 6 | Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát |
|  | 7 | Bài 3: Xuất phát và chạy lao sau xuất phát |
|  | 8 | Bài 4: Chạy về đích |
|  | 9 | Bài 4: Chạy về đích |
|  | 10 | Bài 4: Chạy về đích |
| **2. NÉM BÓNG** |  | 11 | Bài 1. Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng |
|  | 12 | Bài 1. Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng |
|  | 13 | Bài 1. Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng |
|  | 14 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 15 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 16 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 17 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 18 | **Kiểm tra đánh giá giữa kì I** |
|  | 19 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 20 | Bài 2. Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng |
|  | 21 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
|  | 22 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
|  | 23 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
|  | 24 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
|  | 25 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
| **3. CHẠY CỰ LI TRUNG BÌNH** |  | 26 | Bài 3. Chuẩn bị chạy đà và chạy đà |
|  | 27 | Bài 1. Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li trung bình |
|  | 28 | Bài 1. Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li trung bình |
|  | 29 | Bài 2. Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng |
|  | 30 | Bài 2. Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng |
|  | 31 | Bài 2. Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng |
|  | 32 | Bài 3. Xuất phát, tăng tốc độ sau, xuất phát và chạy về đích |
|  | 33 | Bài 3. Xuất phát, tăng tốc độ sau, xuất phát và chạy về đích |
|  | 34 | Bài 3. Xuất phát, tăng tốc độ sau, xuất phát và chạy về đích |
|  | 35 | **Kiểm tra đánh giá kì I** |
|  | 36 | **Kiểm tra đánh giá kì I** |
| **HỌC KÌ 2** |
| **4. BÀI TẬP THỂ DỤC** |  | 37 | Bài 1. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 1 đến nhịp 11) |
|  | 38 | Bài 1. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 1 đến nhịp 11) |
|  | 39 | Bài 2. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 12 đến nhịp 23) |
|  | 40 | Bài 2. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 12 đến nhịp 23) |
|  | 41 | Bài 2. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 24 đến nhịp 30) |
|  | 42 | Bài 2. Bài thể dục liên hoàn (nhịp 24 đến nhịp 30) |
| PHẦN BA. THỂ THAO TỰ CHỌN |
|  |  | 43 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 44 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 45 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 46 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 47 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 48 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 49 | Bài 1. Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước |
|  |  | 50 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 51 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 52 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 53 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 54 | **Kiểm tra giữa kì II** |
|  |  | 55 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 56 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 57 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 58 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 59 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 60 | Bài 2. Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái |
|  |  | 61 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 62 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 63 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 64 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 65 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 66 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 67 | Bài 3. Kĩ thuật phát cầu trái tay |
|  |  | 68 | Ôn tập  |
|  |  | 69 | **Kiểm tra đánh giá kìII** |
|  |  | 70 | **Kiểm tra đánh giá kìII** |