Phụ lục I

KHUNG KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN HỌC CỦA TỔ CHUYÊN MÔN

(Kèm theo Công văn số 5512/BGDĐT-GDTrH ngày 18 tháng 12 năm 2020 của Bộ GDĐT)

TRƯỜNG TH&THCS ĐIỀN XÁ
TỔ THCS - TN

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

KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN HỌC
MÔN GIÁO DỤC MÔN GDTC 7
(Năm học 2025 - 2026)

I.Đặc điểm tình hình

1.Số lớp: 01 ; Số học sinh: 46

2.Tình hình đội ngũ: Số Giáo viên: ….

+ Trình độ đào tạo: CĐ: ….; Đại học: ….; Trên đại học: 0

+ Mức đạt chuẩn nghề nghiệp: Tốt: … ; Khá: .. ; Đạt: 0 ; Chưa đạt: 0

3. Thiết bị dạy học:

STT	Thiết bị dạy học	Số lượng	Các bài thí nghiệm/thực hành	Ghi chú
1	Còi	3 cái	Tất cả các tiết dạy	
2	Đồng hồ bấm giờ	02 cái	Chủ đề: Chạy cự ly ngắn (60m)	
3	Trang cát	1 cái	Chủ đề: Nhảy xa kiểu ngồi	
4	Cầu đá	50 quả	Chủ đề TTTC: Đá cầu	
5	Thước dây 30m	1 cái	Chủ đề: Nhảy xa kiểu ngồi	
6	Lưới đá cầu	5 cái	Chủ đề TTTC: Đá cầu	

7	Cờ hiệu	4 cái	Chủ đề: Chạy cự ly ngắn (60m)	
8	Dây đích	1 cái	Chủ đề: Chạy cự ly ngắn (60m)	

II. Kế hoạch dạy học

1.Phân phối chương trình

STT	Bài học (1)	Số tiết (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Năng lực số	Ghi chú
19	Bài 1: Bài TD liên hoàn 32 nhịp (Từ nhịp 1- 16	03	**1. Về kiến thức** - Thực hiện đúng từ nhịp 1 đến nhịp 16 của BTD liên hoàn 32 nhịp - Biết cách chơi trò chơi vận động phát triển năng lực khéo léo: kẹp bóng di chuyển (hoặc do Gv chọn) **2. Về năng lực** **2.1 Năng lực chung:** + Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: thông qua việc đọc thông tin trong SGK, quan sát các hình và tranh, ảnh. + Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện bài Thể dục liên hoàn 32 nhịp (từ nhịp 1 đến nhịp 16). **2.2: Năng lực đặc thù** + Thực hiện đúng bài Thể dục liên dục liên hoàn 32 nhịp (từ nhịp 1 đến nhịp 16) + Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện, biệt hoàn 32 nhịp (từ nhịp 1 đến nhịp 16); biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; biết vận dụng những kiến thức đã học vào hoạt động sinh hoạt, tập luyện TDTT hằng ngày. **3. Về phẩm chất**	**1.1TC1a:** **1.3TC1b:**	

			- Bài học góp phần bồi dưỡng tinh thần trách nhiệm, cụ thể đã khơi dậy ở HS: - Hăng hái, tích cực, cố gắng vươn lên để đạt kết quả tốt - Đoàn kết giúp đỡ bạn bè trong quá trình tập luyện.		
20	Bài 2: Bài TD liên hoàn 32 nhịp (Từ nhịp 17- 32)	04	**1. Kiến thức** **-** Bài tập phát triển năng lực phối hợp vận động : Nâng gối gập bụng, Phối hợp bật tách, chụm chân và động tác tay - Luyện tập từ nhịp 1-24 bài thể dục - Trò chơi vận động phát triển năng lực khéo léo: di chuyển tung bóng vào giỏ (hoặc do GV chọn) **2. Năng lực** **2.1 Năng lực chung:** + Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: thông qua việc đọc thông tin trong SGK, quan sát các hình và tranh, ảnh. + Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện bài Thể dục liên hoàn 32 nhịp (từ nhịp 17 đến nhịp 32). **2.2: Năng lực đặc thù** + Thực hiện đúng bài Thể dục liên dục liên hoàn 32 nhịp (từ nhịp 17 đến nhịp 32) + Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện, biệt hoàn 32 nhịp (từ nhịp 17 đến nhịp 32); biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; biết vận dụng những kiến thức đã học vào hoạt động sinh hoạt, tập luyện TDTT hằng ngày. **3. Về phẩm chất** - Bài học góp phần bồi dưỡng tinh thần trách nhiệm, cụ thể đã khơi dậy ở HS:	**1.3TC1b:**	**Giao bài tập qua OLM**

			- Hăng hái, tích cực, cố gắng vươn lên để đạt kết quả tốt - Đoàn kết giúp đỡ bạn bè trong quá trình tập luyện.		
21	Bài 1: Kỹ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân (5 tiết)	5	**1. Kiến thức** - Biết thực hiện kĩ thuật tâng cầu bằng má trong bàn chân, biết một số cơ bản về lưới, cột căng lưới trong môn đá cầu, - Tự giác, tích cực trong tập luyện. **2. Năng lực** - Bài học góp phần hình thành, phát triển các năng lực cho học sinh sau đây: **2.1. Năng lực chung** - Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh chủ động thực hiện được các yêu cầu bài học - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thuật ngữ kết hợp với hình ảnh để trình bày thông tin về động tác, biết hợp tác nhóm để thực hiện nhiệm vụ được giao. **2.2. Năng lực đặc thù** - Thực hiện cơ bản đúng các nội dung bài học - Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. - Tự sửa được các động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Thể hiện được lượng vận động của bài học. **3. Về phẩm chất** - Bài học góp phần bồi dưỡng tinh thần trách nhiệm, cụ thể đã khơi dậy ở HS: - Hăng hái, tích cực, cố gắng vươn lên để đạt kết quả tốt - Đoàn kết giúp đỡ bạn bè trong quá trình tập luyện	**1.1TC1a:** **1.3TC1b:**	
22	Bài 2: Kỹ thuật phát cầu	6	**1. Kiến thức:**		**Giao bài tập qua OLM**

	cao chân chính diện bằng mu bàn chân (6 tiết)		-Biết thực hiện kỹ thuật phát cầu cao chân chính diện bằng mu bàn chân - Bài tập phát triển sức mạnh chân: Chạy nâng cao đùi, bật nhảy trái, phải. - Trò chơi vận động phát triển năng lực khéo léo: Thi phát cầu vào ô tính điểm. (hoặc do GV chọn). **2. Về năng lực** - Bài học góp phần hình thành, phát triển các năng lực cho học sinh sau đây: **2.1. Năng lực chung** - Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh chủ động thực hiện được các yêu cầu bài học - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thuật ngữ kết hợp với hình ảnh để trình bày thông tin về động tác, biết hợp tác nhóm để thực hiện nhiệm vụ được giao. **2.2. Năng lực đặc thù** - Nhận biết được các kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân trong tập luyện và thi đấu. **-** Biết thực hiện vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trước tập luyện. **-** Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện. - Tự sửa được các động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Thể hiện được lượng vận động của bài học. **3. Về phẩm chất** - Bài học góp phần bồi dưỡng tinh thần trách nhiệm, cụ thể đã khơi dậy ở HS: - Hăng hái, tích cực, cố gắng vươn lên để đạt kết quả tốt - Đoàn kết giúp đỡ bạn bè trong quá trình tập luyện.		
23	Kiểm tra giữa kỳ II	1	1. Kiến thức: - Thực hiện được nội dung yêu cầu của bài kiểm tra	Tuần 24 -Thực hành	

			2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	- Thời gian 45 phút	
24	Bài 3: Kỹ thuật đỡ cầu bằng đùi	6	**1. Về kiến thức** - Biết cách thực hiện được các động tác bổ trợ, kỹ thuật đỡ cầu bằng đùi - Biết cách điều chỉnh, sửa sai động tác và nhận xét kết quả thông qua tập luyện - Tự giác, tích cực hoàn thành yêu cầu của bài tập và đoàn kết trong tập luyện **2. Về năng lực** - Bài học góp phần hình thành, phát triển các năng lực cho học sinh sau đây: **2.1. Năng lực chung** - Năng lực tự chủ và tự học: Học sinh chủ động thực hiện được các yêu cầu bài học - Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thuật ngữ kết hợp với hình ảnh để trình bày thông tin về động tác, biết hợp tác nhóm để thực hiện nhiệm vụ được giao. **2.2. Năng lực đặc thù** - Nhận biết được các kĩ thuật phát cầu thấp chân chính diện bằng mu bàn chân trong tập luyện và thi đấu. - Biết thực hiện vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trước tập luyện. - Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.		

			- Tự sửa được các động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện - Thể hiện được lượng vận động của bài học. **3. Về phẩm chất** - Bài học góp phần bồi dưỡng tinh thần trách nhiệm, cụ thể đã khơi dậy ở HS: - Hăng hái, tích cực, cố gắng vươn lên để đạt kết quả tốt - Đoàn kết giúp đỡ bạn bè trong quá trình tập luyện.		
	Bài 4: Kỹ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân	7	**1. Kiến thức** - Biết cách thực hiện được các động tác bổ trợ, kỹ thuật chuyền cầu bằng má trong bàn chân; phối hợp kĩ thuật di chuyển tiến, lùi và chuyền cầu bằng má trong bàn chân - Biết cách điều chỉnh, sửa sai động tác và nhận xét kết quả thông qua tập luyện - Tự giác, tích cực hoàn thành yêu cầu của bài tập và đoàn kết trong tập luyện. **2. Năng lực** **2.1. Năng lực chung** + Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: thông qua việc đọc thông tin trong SGK, quan sát các hình và tranh, ảnh. + Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: thông qua các hoạt động nhóm để thực hiện kĩ thuật di chuyển ngang và tâng cầu bằng đùi. **2.2. Năng lực đặc thù** + Thực hiện được kĩ thuật chuyền cầu bằng mu bàn chân, các bà tập phát triển tố chất thể lực, nắm được mọt số luật cơ bản trong đá cầu,tham gia các Trò chơi vận động phát triển khéo léo. + Biết chỉnh sửa động tác sai thông qua nghe, quan sát và tập luyện; biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận	**Giao bài tập qua OLM**	

			động phù hợp với nội dung bài học; biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện; biết vận dụng những kiến thức đã học để rèn luyện nâng cao khả năng vận động và phát triển thể lực. **3. Phẩm chất** - Tích cực, tự giác trong học tập và vận dụng để rèn luyện thân thể hằng ngày.		
	Kiểm tra cuối kỳ II	1	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Tuần 32 -Thực hành - Thời gian 45 phút	
	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	2	1. Kiến thức: - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra 2. Về năng lực - Năng lực chung: Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - Năng lực đặc thù + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. 3. Về phẩm chất - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt		

2. Kiểm tra đánh giá định kì

Bài kiểm tra, đánh giá	**Thời gian (1)**	**Thời điểm (2)**	**Yêu cầu cần đạt (3)**	**Hình thức (4)**
Kiểm tra giữa học kì I	45 phút	Tuần 9 tiết 18	**1. Kiến thức:** - Thực hiện cơ bản đúng nội dung yêu cầu cuả bài kiểm tra **2. Về năng lực** **- Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác **- Năng lực đặc thù** + Tự thực hiện và trình bày đúng được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt .	Thực hành
Kiểm tra cuối học kì I	45 phút	Tuần 17 tiết 34	**1. Kiến thức:** - Thực hiện đúng nội dung yêu cầu cuả bài kiểm tra **2. Về năng lực** **- Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác **- Năng lực đặc thù** + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Kiểm tra đánh giá thể lực học sinh chạy 30m và	45 phút	Tuần 18 Tiết 35+36	**1. Kiến thức:** - Thực hiện đúng nội dung yêu cầu cuả bài kiểm tra **2. Về năng lực** **- Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác **- Năng lực đặc thù**	Thực hành

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
nằm ngửa gập bụng.			+ Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	
Kiểm tra giữa học kì II	45 phút	Tuần 24 tiết 48	**1. Kiến thức:** - Thực hiện được nội dung yêu cầu của bài kiểm tra **2. Về năng lực** - **Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - **Năng lực đặc thù** + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành
Kiểm tra cuối học kì II	45 phút,	Tuần 32 tiết 64	**1. Kiến thức:** - Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra **2. Về năng lực** - **Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác - **Năng lực đặc thù** + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** - Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành

Bài kiểm tra, đánh giá	Thời gian (1)	Thời điểm (2)	Yêu cầu cần đạt (3)	Hình thức (4)
Kiểm tra đánh giá thể lực học sinh bật xa, và chạy tùy sức 5 phút.	45 phút	Tuần 35 69+70	**1. Kiến thức:** **-** Thực hiện nội dung yêu cầu của bài kiểm tra **2. Về năng lực** **- Năng lực chung:** Hs chủ động thực hiện được kĩ thuật động tác **- Năng lực đặc thù** + Tự thực hiện và trình bày được nội dung kiểm tra + Thành tích đạt theo yêu cầu. **3. Về phẩm chất** **-** Tự giác, tích cực trong thi, kiểm tra - Luôn cố gắng để đạt kết quả tốt	Thực hành

3. Kiểm tra đánh giá thường xuyên, định kỳ

Hình thức KTĐG (1)	Bài học (2)	Thời gian (3)	Thời điểm (4)	Công cụ (5)	Ghi chú (6)
Thường xuyên (1)	Chủ đề 1-2	Tiết 3-17	Tuần 2-9	- Kiểm tra lý thuyết - Bài thực hành	
Thường xuyên (2)	Chủ đề 2-3	Tiết 19-32	Tuần 10-16	- Kiểm tra lý thuyết - Bài thực hành	
ĐK- giữa học kì 1	Chủ đề 1	Tiết 18	Tuần 9	- Bài thực hành	

ĐK - cuối học kì 1	Chủ đề 3	Tiết 34	Tuần 17	- Bài thực hành	
Thường xuyên (3)	Chủ đề 4	Tiết 37 - 50	Tuần 19-25	- Kiểm tra lý thuyết - Bài thực hành	
Thường xuyên (4)	Chủ đề 4- 5	Tiết 53 - 62	Tuần 27-31	- Kiểm tra lý thuyết - Bài thực hành	
ĐK- giữa học kì 2	Chủ đề 5	Tiết 50	Tuần 25	- Bài thực hành	
ĐK - cuối học kì 2	Chủ đề 5	Tiết 66	Tuần 33	- Bài thực hành	

(1) Thời gian làm bài kiểm tra, đánh giá.

(2) Tuần thứ, tháng, năm thực hiện bài kiểm tra, đánh giá.

(3) Yêu cầu (mức độ) cần đạt đến thời điểm kiểm tra, đánh giá (theo phân phối chương trình).

(4) Hình thức bài kiểm tra, đánh giá: viết (trên giấy hoặc trên máy tính); bài thực hành; dự án học tập.

V. Các nội dung khác (nếu có):

.....

Điền xá, ngày 05 tháng 01 năm 2026

TỔ CHUYÊN MÔN

Phạm Văn Hường

KT.HIỆU TRƯỞNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG

U.B.N.D XÃ ĐIỀN XÁ T. QUẢNG NINH
TRƯỜNG TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC CƠ SỞ ĐIỀN XÁ

Hoàng Thị Lan