

KẾ HOẠCH DẠY HỌC GDTC LỚP 10 HỌC KỲ 1
MÔN : BÓNG CHUYỀN
NĂM HỌC : 2022 - 2023
(Từ 22/08/2022 đến 07/01/2023)

TUẦN	THỜI GIAN	TIẾT	BÀI DẠY	NỘI DUNG	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
1	22/08/2022 Đến 27/08/2022	1,2	Sơ lược lịch sử phát triển – Một số điều luật cơ bản môn Bóng chuyền.	Sơ lược lịch sử phát triển – Một số điều luật cơ bản môn Bóng chuyền.	-Học sinh nhớ được lịch sử của môn học. -Biết một số điều luật trong môn bóng chuyền.
2	29/08/2022 Đến 03/09/2022	3,4	Kĩ thuật tư thế chuẩn bị, di chuyển và chuyền bóng cơ bản.	-Kĩ thuật tư thế chuẩn bị. (Bài tập 1,2,3,4).	-Biết được TTCB cơ bản trong bóng chuyền.
3	05/09/2022 Đến 10/09/2022	5,6		-Kĩ thuật di chuyển cơ bản. (Bài tập 1,2,3,4).	-Hiểu được kĩ thuật di chuyển cơ bản.
4	12/09/2022 Đến 17/09/2022	7,8		-Kĩ thuật di chuyển cơ bản. (Ôn bài tập 3,4)	-Thực hiện được bài tập di chuyển cơ bản.
5	19/09/2022 Đến 24/09/2022	9,10		-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (Bài tập 1,3,4).	-Hiểu được kĩ thuật chuyền bóng thấp tay.
6	26/09/2022 Đến 01/10/2022	11,12		-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 1,3,4. Tập bài tập 2)	-Thực hiện tương đối kĩ thuật chuyền bóng thấp tay.
7	03/10/2022 Đến 08/10/2022	13,14		-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 2,4. Tập bài tập 5)	-Thực hiện được kĩ thuật chuyền bóng thấp tay.(tương đối).
8	10/10/2022 Đến 15/10/2022	15,16		-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 5. Tập bài tập 6)	-Thực hiện được kĩ thuật chuyền bóng thấp tay.(tương đối).
9	17/10/2022 Đến 22/10/2022	17,18		-Ôn tập -Kiểm Tra giữa kì I.(1 tiết).	-Thực hiện được kĩ thuật động tác.
10	24/10/2022 Đến 29/10/2022	19,20		-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 5,6. Tập bài tập 7).	-Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.
11	31/10/2022 Đến 05/11/2022	21,22		-Kĩ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Bài tập 1,2)	-Nắm được kĩ thuật động tác.

TUẦN	THỜI GIAN	TIẾT	BÀI DẠY	NỘI DUNG	YÊU CẦU CẦN ĐẠT
12	07/11/2022 Đến 12/11/2022	23,24		-Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 1,2.-Tập bài tập 3,4).	-Nắm được kỹ thuật động tác.
13	14/11/2022 Đến 19/11/2022	25,26		-Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 3,4).	-Thực hiện động tác ở mức tương đối.
14	21/11/2022 Đến 26/11/2022	27,28		-Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 3,4.- Tập bài tập 5).	-Thực hiện động tác ở mức tương đối.
15	28/11/2022 Đến 03/12/2022	29,30		-Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 5. – Tập bài tập 6,7).	Thực hiện được kỹ thuật động tác.
16	05/12/2022 Đến 10/12/2022	31,32		-Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. (Ôn bài tập 5,6,7).	Thực hiện được kỹ thuật động tác.
17 - 18	12/12/2022 Đến 24/12/2022	33-36		Ôn tập và Kiểm tra học kì 1	
19	26/12/2022 Đến 31/12/2022	37,38	Kỹ thuật Phát bóng, đập bóng và chắn bóng cơ bản.	-Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. (Bài tập 1,2).	-Biết được kỹ thuật động tác.tập mô phỏng động tác.
20	02/01/2023 Đến 07/01/2023	39,40		-Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. (Ôn bài tập 1,2. Tập bài tập 3)	-Thực hiện động tác phát bóng ở mức tương đối.

TP. Hồ Chí Minh, ngày 28 tháng 7 năm 2022

Duyệt của Hiệu Trưởng

Tổ trưởng bộ môn

HOÀNG THÁI DƯƠNG

MAI THÀNH LẬP