

Học kì I: 18 tuần x 2 tiết = 36 tiết

Học kì II: 17 tuần x 2 tiết = 34 tiết

Cả năm: 35 tuần x 2 tiết = 70 tiết

<i>Tuần</i>	<i>Tiết</i>	<i>NỘI DUNG (HỌC KỲ I)</i>
1	1 + 2	- Kiến thức chung: Dinh dưỡng trong thể thao và sử dụng các yếu tố thiên nhiên (không khí, nước, ánh sáng...) để rèn luyện sức khỏe và phát triển các tổ chất thể lực. Giới thiệu lịch sử và quá trình phát triển môn BC. - Trang bị cho HS kỹ năng phòng chống đuối nước; trang bị kiến thức, kỹ năng PCCC cho HS và đảm bảo an toàn trong giờ học.
2	3 + 4	- Học: Tư thế chuẩn bị - Học: Kỹ thuật di chuyển cơ bản - Thể lực do GV chọn
3	5 + 6	- Ôn: Kỹ thuật di chuyển cơ bản - Học: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Thể lực do GV chọn
4	7 + 8	- Ôn: Kỹ thuật di chuyển cơ bản. - Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Thể lực do GV chọn
5	9 + 10	- Ôn: Kỹ thuật di chuyển cơ bản. - Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Thể lực do GV chọn.
6	11 + 12	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Học: Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Học: Một số điều luật cơ bản Bóng chuyền. - Thể lực do GV chọn
7	13 + 14	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Thể lực: Do GV chọn
8	15 + 16	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt.

		- Học: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Thẻ lực do GV chọn
9	17 18	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước. - Kiểm tra đánh giá giữa kỳ 1: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt.
10	19 + 20	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Thẻ lực do GV chọn
11	21 + 22	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Thẻ lực do GV chọn
12	23 + 24	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật. - Học: Một số điều luật cơ bản môn Bóng Chuyền. - Thẻ lực do GV chọn
13	25 + 26	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật. - Thẻ lực do GV chọn
14	27 + 28	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Thẻ lực do GV chọn
15	29 + 30	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
16	31 + 32	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
17	33 + 34	- Ôn: Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay và chuyển bóng cao tay bằng hai tay trước mặt.

		- Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
18	35 36	- Kiểm tra đánh giá cuối kỳ I: Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt.
Tuần	Tiết (KHDH)	NỘI DUNG (HỌC KỲ II)
19	37 + 38	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Thẻ lực do GV chọn
20	39 + 40	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Thẻ lực do GV chọn
21	41 + 42	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Thẻ lực do GV chọn
22	43 + 44	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Học: Một số điều luật cơ bản môn Bóng chuyền. - Thẻ lực do GV chọn
23	45 + 46	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Đấu tập
24	47 + 48	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Đấu tập
25	49 + 50	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt.

		- Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Đấu tập
26	51 + 52	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Ôn: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. - Đấu tập
27	53 + 54	- Kiểm tra đánh giá giữa kỳ II: Kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt.
28	55 + 56	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
29	57 + 58	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
30	59 + 60	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
31	61 + 62	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
32	63 + 64	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
33	65 + 66	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
34	67 + 68	- Ôn: Kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. - Bài tập phối hợp kỹ thuật - Đấu tập
35	69 + 70	- Kiểm tra đánh giá cuối kỳ II: Phối hợp chuyền bóng thấp tay và chuyền bóng cao tay qua lưới.

Ban Giám hiệu

Tổ trưởng CM

Giáo viên

Phạm Thị Chín