

**KẾ HOẠCH GIẢNG DẠY HỌC KỲ 1**  
**MÔN : GDTC 11 ( BÓNG CHUYỀN )**  
**NĂM HỌC : 2023 - 2024**  
*(Từ 15/08/2023 đến 13/01/2024)*

<b>TUẦN</b>	<b>THỜI GIAN</b>	<b>TIẾT</b>	<b>NỘI DUNG</b>
	<b>CHỦ ĐỀ 1:</b> <b>VAI TRÒ, TÁC DỤNG CỦA MÔN BÓNG CHUYỀN ĐỐI VỚI SỰ PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT – MỘT SỐ ĐIỀU LUẬT THI ĐẤU MÔN BÓNG CHUYỀN</b>		
1	15/08/2023 Đến 19/08/2023	1,2	Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất. Trò chơi phát triển thể lực.
2	21/08/2023 Đến 26/08/2023	3,4	Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền Trò chơi phát triển thể lực.
3	28/08/2023 Đến 02/09/2023	5,6	
	<b>CHỦ ĐỀ 2:</b> <b>KỸ THUẬT DI CHUYỂN VÀ CHUYỀN BÓNG</b>		
4	04/09/2023 Đến 09/09/2023	7	Kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập hình thành kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: + Tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhào người đỡ bóng + Đi chậm kết hợp nhào người đỡ bóng - Trò chơi: Ai nhanh hơn
		8	Kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập hình thành kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhào người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhào người đỡ bóng + Học: Thực hiện kỹ thuật nhào người đỡ bóng
5	11/09/2023 Đến 16/09/2023	9	Kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập hình thành kỹ thuật nhào người đỡ bóng bằng một tay: + Ôn: tại chỗ thực hiện mô phỏng động tác nhào người đỡ bóng; đi chậm kết hợp nhào người đỡ bóng

			+ Ôn: Thực hiện kỹ thuật nhoài người đỡ bóng - Trò chơi: Chạy đổi hướng
		10	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản: + Di chuyển về phía trước + Di chuyển ngang chạm vật - Trò chơi: Ai nhanh hơn
6	18/09/2023 Đến 23/09/2023	11	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản: + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật + Học: Di chuyển liên hoàn - Trò chơi: Chạy đổi hướng
		12	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản: + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn - Trò chơi: Ai nhanh hơn
7		13	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản: + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn + Học: Di chuyển bắt bóng - Trò chơi: Chạy đổi hướng
		14	- Ôn tập: Kỹ thuật di chuyển bắt bóng
8	02/10/2023 Đến 07/10/2023	15	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản: + Ôn: Di chuyển về phía trước; di chuyển ngang chạm vật; di chuyển liên hoàn; di chuyển bắt bóng - Trò chơi vận động “Chạy đổi hướng”
		16	Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay: - Bài tập hình thành kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay - Bài tập củng cố các bước di chuyển cơ bản
9	09/10/2023 Đến 14/10/2023	17	- Một số điều luật thi đấu môn bóng chuyền - Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Tại chỗ mô phỏng động tác + Tại chỗ tung bắt bóng - Trò chơi: Đùng làm rơi bóng
		18	- Ôn tập: Kỹ thuật nhoài người đỡ bóng bằng một tay
10	16/10/2023 Đến	19	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng + Học: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu

	21/10/2023	20	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng + Ôn: Tung chuyền bóng cao tay sau đầu - Trò chơi: Đứng làm rơi bóng
11	23/10/2023 Đến	21	ÔN TẬP GIỮA KỲ 1
	28/10/2023	22	<b>KIỂM TRA GIỮA HỌC KỲ 1</b>
12	30/10/2023 Đến 04/11/2023	23	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu + Học: Phối hợp di chuyển chuyền bóng - Trò chơi: Đứng làm rơi bóng
		24	- Vai trò, tác dụng của môn bóng chuyền đối với sự phát triển thể chất - Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng
13	06/11/2023 Đến 11/11/2023	25	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng + Học: Chuyền bóng 3 người - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu
		26	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tại chỗ mô phỏng động tác; tại chỗ tung bắt bóng; tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng + Ôn: Chuyền bóng 3 người - Trò chơi: Đứng làm rơi bóng
14	13/11/2023 Đến 18/11/2023	27	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người + Học: Chuyền bóng tới vị trí quy định - Trò chơi: Chuyền bóng sau đầu
		28	Kĩ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu: + Ôn: tung chuyền bóng cao tay sau đầu; phối hợp di chuyển chuyền bóng; chuyền bóng 3 người + Ôn: Chuyền bóng tới vị trí quy định - Trò chơi: Đứng làm rơi bóng
<b>CHỦ ĐỀ 3: KĨ THUẬT PHÁT VÀ ĐẬP BÓNG</b>			
15	20/11/2023 Đến	29	Kĩ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Tại chỗ mô phỏng động tác + Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng - Trò chơi: Thi ném bóng

	25/11/2023	30	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng + Học: Phát bóng qua lại
16	27/11/2023 Đến	31	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại + Học: Phát bóng tại vạch 3m
	02/12/2023	32	- Kỹ thuật chuyền bóng cao tay sau đầu
17	04/12/2023 Đến	33	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại + Ôn: Phát bóng tại vạch 3m - Trò chơi: Thi phát bóng
	09/12/2023	34	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m + Học: Phát bóng tại vị trí cách lưới 6m
18	11/12/2023 Đến	35	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Tại chỗ mô phỏng động tác; mô phỏng động tác tiếp xúc bóng; phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m
	16/12/2023	36	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Phát bóng qua lại; Phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m + Học: Phát bóng cuối sân - Trò chơi: Thi phát bóng
19	18/12/2023 Đến	37	ÔN TẬP HỌC KỲ 1
	23/12/2023	38	<b>KIỂM TRA HỌC KỲ 1</b>
20	25/12/2023 Đến	39	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Phát bóng qua lại; phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân - Trò chơi: Thi ném bóng
	30/12/2023	40	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân + Học: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng
21	01/01/2024 Đến	41	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: phát bóng tại vạch 3m; phát bóng tại vị trí cách lưới 6m; phát bóng cuối sân + Ôn: Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng
	06/01/2024	42	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: Phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng

			+ Học: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay - Trò chơi: Thi ném bóng
22	08/01/2024 Đến 13/01/2024	43	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay - Trò chơi: Thi phát bóng
		44	Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt: + Ôn: phát bóng cuối sân; phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng + Ôn: Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay - Trò chơi: Thi ném bóng

*TP. Hồ Chí Minh, ngày 23 tháng 7 năm 2023*

**Hiệu Trưởng duyệt**

**Tổ trưởng bộ môn**

**HOÀNG THÁI DƯƠNG**

**MAI THÀNH LẬP**