

#### IV. GỢI Ý KẾ HOẠCH DẠY HỌC CÁC CHỦ ĐỀ

Giáo viên có thể chủ động tùy chỉnh số tiết từng bài tùy vào tình hình thực tế dạy học nhưng tổng số tiết mỗi chủ đề không đổi.

##### GỢI Ý KẾ HOẠCH DẠY HỌC CÁC CHỦ ĐỀ

STT	Tên bài	Số tiết
<b>PHẦN MỘT. KIẾN THỨC CHUNG</b>		
1	Vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện	
<b>PHẦN HAI. VẬN ĐỘNG CƠ BẢN</b>		
2	<b>Chủ đề. Đội hình đội ngũ</b>	<b>14</b>
	Bài 1. Tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ và tập hợp hàng dọc, dóng hàng dọc, điểm số	5
	Bài 2. Tập hợp hàng ngang, dóng hàng ngang, điểm số, dàn hàng và dồn hàng	5
	Bài 3. Động tác quay trái, quay phải và quay sau	4
3	<b>Chủ đề. Bài tập thể dục</b>	<b>7</b>
	Bài 1. Động tác vươn thở và động tác tay	1
	Bài 2. Động tác chân và động tác vặn mình	2
	Bài 3. Động tác bụng	1
	Bài 4. Động tác phối hợp	1
	Bài 5. Động tác điều hoà	2
4	<b>Chủ đề. Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản</b>	<b>24</b>
	Bài 1. Tư thế vận động cơ bản của đầu, cổ	4
	Bài 2. Tư thế vận động cơ bản của tay	5
	Bài 3. Tư thế vận động cơ bản của chân	5
	Bài 4. Vận động phối hợp của thân mình	5
	Bài 5. Vận động phối hợp của các khớp	5

<b>PHẦN BA. THỂ THAO TỰ CHỌN</b>		
	<b>Chủ đề. Thể dục nhịp điệu</b>	<b>18</b>
<b>5</b>	Bài 1. Các động tác khởi động	1
	Bài 2. Các tư thế tay cơ bản kết hợp kiễng gót và đẩy hông	5
	Bài 3. Các tư thế chân và tay cơ bản kết hợp nhún gối	6
	Bài 4. Các bước nhún di chuyển kết hợp vũ đạo tay	6
	<b>Chủ đề. Bóng đá</b>	<b>18</b>
<b>6</b>	Bài 1. Hoạt động không bóng	3
	Bài 2. Làm quen với bóng	5
	Bài 3. Đá bóng	5
	Bài 4. Dẫn bóng	5

