**KHUNG CHƯƠNG TRÌNH MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 2**

**Năm học 2021-2022**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tiết** | **Tuần** | **Tên bài** | | **Nội dung** | **Ghi chú** |
| **Học kì 1** | | |  |
| **Chủ đề: Đội hình đội ngũ** | | |  |
| 1 | **1** | Giới thiệu chương trình | | - Giới thiệu tóm tắt chương trinhg GDTC lớp 2 cả năm. Tổ chức lớp.  - Trò chơi “lò cò tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực | **T1** |
| 2 | Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn.  - Trò chơi “lò cò tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực | **T2** |
| 3 | **2** | Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Chuyển đội hình hàng vòng tròn thành đội hình hàng dọc.  - Trò chơi “lò cò tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực | **T3** |
| 4 | Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Ôn tập chuyển đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại.  - Trò chơi “lò cò tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực | **T4** |
| 5 | **3** | Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Ôn tập chuyển đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại.  - Trò chơi “lò cò tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực | **T5** |
| 6 | Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn.  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê.  - Bài tập phát triển thể lực | **T1** |
| 7 | **4** | Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Chuyển đội hình hàng vòng tròn thành đội hình hàng ngang.  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê.  - Bài tập phát triển thể lực | **T2** |
| 8 | Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Ôn tập chuyển đội hình hàng ngang thành vòng tròn và ngược lại.  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê.  - Bài tập phát triển thể lực | **T3** |
| 9 | **5** | Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Ôn tập chuyển đội hình hàng ngang thành vòng tròn và ngược lại.  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê.  - Bài tập phát triển thể lực | **T4** |
| 10 | Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại. | | - Ôn tập chuyển đội hình hàng ngang thành vòng tròn và ngược lại.  - Trò chơi “bịt mắt bắt dê.  - Bài tập phát triển thể lực | **T5** |
| 11 | **6** | Giậm chân tại chỗ, đứng lại | | - Học động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.  - Trò chơi “chạy đổi chỗ vỗ tay nhau”  - Bài tập phát triển thể lực | **T1** |
| 12 | Giậm chân tại chỗ, đứng lại | | - Ôn động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.  - Trò chơi “chạy đổi chỗ vỗ tay nhau”  - Bài tập phát triển thể lực | **T2** |
| 13 | **7** | Giậm chân tại chỗ, đứng lại | | - Ôn động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.  - Trò chơi “chạy đổi chỗ vỗ tay nhau”  - Bài tập phát triển thể lực | **T3** |
| 14 | Giậm chân tại chỗ, đứng lại | | - Ôn động tác giậm chân tại chỗ, đứng lại.  - Trò chơi “chạy đổi chỗ vỗ tay nhau”  - Bài tập phát triển thể lực | **T4** |
|  | | | **Chủ đề: Bài thể dục** | | |
| 15 | **8** | Động tác vươn thở, động tác tay | | - Động tác vươn thở.  - Trò chơi “ném trúng đích”  - Bài tập phát triển thể lực | **T1** |
| 16 | Động tác vươn thở, động tác tay | | - Động tác tay.  - Trò chơi “ném trúng đích”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 17 | **9** | Động tác vươn thở, động tác tay | | - Ôn động tác vươn thở, tay.  - Trò chơi “ném trúng đích”  - Bài tập phát triển thể lực | **T3** |
| 18 | Động tác chân, động tác lườn, động tác bụng. | | - Động tác chân.  - Trò chơi “chèo thuyền”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 19 | **10** | Động tác chân, động tác lườn, động tác bụng. | | - Động tác lườn.  - Trò chơi “chèo thuyền”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 20 | Động tác chân, động tác lườn, động tác bụng. | | - Động tác bụng.  - Trò chơi “chèo thuyền”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 21 | **11** | Động tác chân, động tác lườn, động tác bụng. | | - Ôn động tác chân, lườn, bụng.  - Trò chơi “chèo thuyền”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 22 | Động tác phối hợp, động tác nhảy, động tác diều hòa. | | - Động tác phối hợp.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 23 | **12** | Động tác phối hợp, động tác nhảy, động tác diều hòa. | | - Động tác nhảy.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 24 | Động tác phối hợp, động tác nhảy, động tác diều hòa. | | - Động tác điều hòa.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 25 | **13** | Động tác phối hợp, động tác nhảy, động tác diều hòa. | | - Ôn động tác phối hợp, nhảy, điểu hòa.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 26 | Bài thể dục | | - Ôn bài thể dục.  - Trò chơi “mèo đuổi chuột”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T5** |
| **Chủ đề: Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản** | | | | | |
| 27 | **14** | Bài tập di chuyển theo vạch kẻ thẳng | | - Đi theo vạch kẻ thẳng hai tay phối hợp tự nhiên.  - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 28 | Bài tập di chuyển theo vạch kẻ thẳng | | - Đi theo vạch kẻ thẳng, hai tay dang ngang.  - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 29 | **15** | Bài tập di chuyển theo vạch kẻ thẳng | | - Đi theo vạch kẻ thẳng, hai tay dơ cao.  - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 30 | Bài tập di chuyển theo vạch kẻ thẳng | | - Đi kiễng gót theo vạch kẻ thẳng, hai tay chống hông.  - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 31 | **16** | Bài tập di chuyển theo vạch kẻ thẳng | | - Bài tập phối hợp đi theo vạch kể thẳng  - Trò chơi “nhảy đúng nhảy nhanh”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T5** |
| 32 | Bài tập phối hợp di chuyển vòng trái, vòng phải. | | - Đi theo vạch kẻ vòng trái (phải), hai tay phối hợp tự nhiên.  - Trò chơi “bỏ khăn”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 33 | **17** | Bài tập phối hợp di chuyển vòng trái, vòng phải. | | - Đi theo vạch kẻ vòng trái (phải), hai tay dang ngang.  - Trò chơi “bỏ khăn”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 34 | Bài tập phối hợp di chuyển vòng trái, vòng phải. | | - Đi kiễng gót theo vạch kẻ vòng trái (phải), hai tay chống hông.  - Trò chơi “bỏ khăn”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 35 | **18** | **Trải nghiệm biểu diễn**  **bài thể dục phát triển chung với nhạc.** | | Trải nghiệm biểu diễn Bài thể dục. | **Trải nghiệm theo nhạc** |
| 36 | Sơ kết học kì 1 | | Nhắc lại những kiến thức đã học. |  |
|  |  | **Học kì 2** | | | |
| 37 | **19** | Bài tập phối hợp di chuyển vòng trái, vòng phải. | | - Bài tập phối hợp đi thường theo vạch kẻ vòng trái, vòng phải.  - Trò chơi “bỏ khăn”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 38 | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ thẳng | | - Đi nhanh dần theo vạch kẻ thẳng hai tay phối hợp tự nhiên.  - Trò chơi “Con cóc là cậu ông trời”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 39 | **20** | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ thẳng | | - Đi nhanh dần theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông.  - Trò chơi “Con cóc là cậu ông trời”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 40 | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ thẳng | | - Đi nhanh chuyển sang chạy theo vạch kẻ thẳng.  - Trò chơi “Con cóc là cậu ông trời”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 41 | **21** | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ thẳng | | - Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ thẳng.  - Trò chơi “Con cóc là cậu ông trời”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 42 | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ sang trái, sang phải. | | - Đi nhanh dần theo vạch kẻ vòng trái (phải), hai tay phối hợp tự nhiên.  - Trò chơi “Di chuyển tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 43 | **22** | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ sang trái, sang phải. | | - Đi nhanh dần theo vạch kẻ vòng trái (phải), hai tay dang ngang.  - Trò chơi “Di chuyển tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 44 | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ sang trái, sang phải. | | - Đi nhanh chuyển sang chạy theo vạch kẻ hướng trái (phải), hai tay phối hợp tự nhiên.  - Trò chơi “Di chuyển tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 45 | **23** | Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ sang trái, sang phải. | | - Bài tập phối hợp di chuyển nhanh dần theo vạch kẻ hướng trái, hướng phải.  - Trò chơi “Di chuyển tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T4** |
| 46 | Các động tác quỳ ngồi cơ bản | | - Ngồi xổm, ngồi kiễng 2 gót chân.  - Trò chơi “vượt hố tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 47 | **24** | Các động tác quỳ ngồi cơ bản | | - Ngồi bệt thẳng chân.  - Trò chơi “vượt hố tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 48 | Các động tác quỳ ngồi cơ bản | | - Quỳ thấp, quỳ cao.  - Trò chơi “vượt hố tiếp sức”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| 49 | **25** | Bài tập phối hợp các tư thế quỳ ngồi cơ bản | | - Bài tập 1.  - Trò chơi “Tung vòng vào đích”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T1** |
| 50 | Bài tập phối hợp các tư thế quỳ ngồi cơ bản | | - Bài tập 2.  - Trò chơi “Tung vòng vào đích”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T2** |
| 51 | **26** | Bài tập phối hợp các tư thế quỳ ngồi cơ bản | | - Bài tập 3.  - Trò chơi “Tung vòng vào đích”  - Bài tập phát triển thể lực. | **T3** |
| **Chủ đề: Thể thao tự chọn** | | | | | |
| 52 | **26** | Động tác di chuyển không bóng. | | - Động tác nhảy: nhảy bằng 2 chân và nhảy bằng 1 chân.  - Trò chơi “nhảy ôm bóng tiếp sức”.  - Phát triển thể lực. | **T1** |
| 53 | **27** | Động tác di chuyển không bóng. | | - Ôn động tác nhảy: nhảy bằng 2 chân và nhảy bằng 1 chân.  - Trò chơi “nhảy ôm bóng tiếp sức”.  - Phát triển thể lực. | **T2** |
| 54 | Động tác di chuyển không bóng. | | - Động tác nhảy đứng.  - Trò chơi “nhảy ôm bóng tiếp sức”.  - Phát triển thể lực. | **T3** |
| 55 | **28** | Động tác di chuyển không bóng. | | - Ôn động tác nhảy đứng.  - Trò chơi “nhảy ôm bóng tiếp sức”.  - Phát triển thể lực. | **T4** |
| 56 | Động tác dẫn bóng | | - Động tác khởi động với bóng.  - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức.  - Phát triển thể lực. | **T1** |
| 57 | **29** | Động tác dẫn bóng | | - Động tác dẫn bóng cao tay tại chỗ và di chuyển nhanh dẫn lên trước.  - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức.  - Phát triển thể lực. | **T2** |
| 58 | Động tác dẫn bóng | | - Ôn động tác dẫn bóng cao tay tại chỗ và di chuyển nhanh dẫn lên trước.  - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức.  - Phát triển thể lực. | **T3** |
| 59 | **30** | Động tác dẫn bóng | | - Ôn động tác dẫn bóng cao tay tại chỗ và di chuyển nhanh dẫn lên trước.  - Trò chơi “dẫn bóng tiếp sức.  - Phát triển thể lực. | **T4** |
| 60 | Động tác tung - bắt bóng bằng hai tay | | - Động tác tại chỗ tung bóng ra trước bằng hai tay.  - Trò chơi “lăn bóng bằng tay”.  - Phát triển thể lực. | **T1** |
| 61 | **31** | Động tác tung - bắt bóng bằng hai tay | | - Ôn động tác tại chỗ tung bóng ra trước bằng hai tay.  - Trò chơi “lăn bóng bằng tay”.  - Phát triển thể lực. | **T2** |
| 62 | Động tác tung - bắt bóng bằng hai tay | | - Động tác di chuyển tung bắt bóng bằng hai tay.  - Trò chơi “lăn bóng bằng tay”.  - Phát triển thể lực. | **T3** |
| 63 | **32** | Động tác tung - bắt bóng bằng hai tay | | - Ôn động tác di chuyển tung bắt bóng bằng hai tay.  - Trò chơi “lăn bóng bằng tay”.  - Phát triển thể lực. | **T4** |
| 64 | Động tác ném rổ hai tay trước ngực | | - Động tác tại chỗ ném rổ hai tay trước ngực cự ly gần.  - Trò chơi “Chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  - Phát triển thể lực. | **T1** |
| 65 | **33** | Động tác ném rổ hai tay trước ngực | | - Ôn động tác tại chỗ ném rổ hai tay trước ngực cự ly gần.  - Trò chơi “Chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  - Phát triển thể lực. | **T2** |
| 66 | Động tác ném rổ hai tay trước ngực | | - Ôn động tác tại chỗ ném rổ hai tay trước ngực cự ly gần.  - Trò chơi “Chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  - Phát triển thể lực. | **T3** |
| 67 | **34** | Động tác ném rổ hai tay trước ngực | | - Ôn động tác tại chỗ ném rổ hai tay trước ngực cự ly gần.  - Trò chơi “Chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  - Phát triển thể lực. | **T4** |
| 68 | Động tác ném rổ hai tay trước ngực | | - Ôn động tác tại chỗ ném rổ hai tay trước ngực cự ly gần.  - Trò chơi “Chuyền nhanh, nhảy nhanh”.  - Phát triển thể lực. | **T5** |
| 69 | **35** | Trải nghiệm : **Thi đua tâng cầu và chuyền cầu** | | **Thi đua ném bóng vào rổ** | **Trải nghiệm** |
| 70 | Tổng kết môn học | | Tổng kết môn học |  |