**PHỤ LỤC KHUNG NỘI DUNG THIẾT KẾ BÀI DẠY MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT**

*(Kèm theo Kế hoạch số /KH-SGDĐT ngày /8/2025 của Sở GDĐT)*

**I. Sách giáo khoa lớp 10**

Bộ sách giáo khoa Kết nối tri thức với cuộc sống của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam được phê duyệt theo Quyết định số 725/QĐ-UBND ngày 28/4/2022 của UBND tỉnh Điện Biên phê duyệt Danh mục sách giáo khoa lớp 3, lớp 7 và lớp 10 sử dụng trong cơ sở giáo dục phổ thông trên địa bàn tỉnh Điện Biên (môn Tiếng Anh sử dụng sách giáo khoa Tiếng Anh 10 Global Success).

**II. Nội dung thiết kế bài dạy**

| **STT** | **Bài học** | **Số tiết** | **Yêu cầu cần đạt** |
| --- | --- | --- | --- |
| **1** | Chủ đề: sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất | **2** | - Nhận biết được các yếu tố có lợi, có hại của môi trường tự nhiên đối với sức khỏe và sự phát triển thể chất.  - Bước đầu nhận biết được chế độ dinh dưỡng hợp lí, cần thiết đối với hoạt động luyện tập thể dục thể thao. |
|  | **Chủ đề 1: Sơ lược lịch sử phát triển – một số điều luật cơ bản về sân tập, dụng cụ và thi đấu bóng chuyền** |  |  |
| 2 | Bài 1: Sơ lược lịch sử phát triển môn bóng chuyền thế giới và việt nam | 2 | - Nắm được sơ lược lịch sử hình thành và phát triển môn bóng chuyền thế giới.  - Nắm được sơ lược lịch sử hình thành và phát triển môn bóng chuyền ở Việt Nam. |
| 3 | Bài 2: Một số điều luật cơ bản về sân tập, dụng cụ và thi đấu bóng chuyền | 2 | - Hiểu được một số điều luật cơ bản của môn Cầu lông.  - Vận dụng được những điều đã học vào trong tập luyện và thi đấu. |
|  | **Chủ đề 2: Kĩ thuật tư thế chuẩn bị, di chuyểnvà chuyền bóng cơ bản** |  |  |
| 4 | Bài 1: Kĩ thuật tư thế chuẩn bị | 2 | Thực hiện được kĩ thuật các tư thế chuẩn bị cơ bản trong môn Bóng chuyền. |
| 5 | Bài 2: Kĩ thuật di chuyển cơ bản | 3 | Thực hiện được các bước di chuyển cơ bản trong môn Bóng chuyền. |
| 6 | Bài 3: Kĩ thuật chuyền bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt | 10 | - HS nhận biết và thực hiện được các giai đoạn trong kĩ thuật chuyển bóng thấp tay bằng hai tay trước mặt trong bóng chuyển.  - Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai kĩ thuật chuyển bóng thấp tay. |
| 7 | Bài 4:Kĩ thuật chuyền bóng cao tay bằng hai tay trước mặt | 11 | - HS nhận biết và thực hiện được các giai đoạn trong kĩ thuật chuyển bóng cao tay trước mặt trong bóng chuyển.  - Biết điều chỉnh, sửa các lỗi sai kĩ thuật chuyển bóng cao tay. |
| 8 | Chủ đề 3: Kĩ thuật phát bóng, đập bóng và chắn bóng cơ bản |  |  |
| 9 | Bài 1.Kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt | 10 (Thực hiện tiết 1 và tiết 2) | -HS nhận biết và thực hiện được các giai đoạn kĩ thuật phát bóng thấp tay trước mặt. Biết điều chỉnh, tự sửa sai và giúp bạn sửa sai khi thực hiện động tác.  -Giúp HS có thể vận dụng kĩ thuật phát bóng trong các tình huống cụ thể trong thi đấu và tập luyện môn bóng chuyền. |