

Số: /KH-THCS&THPTQT

Quài Tỗ, ngày tháng năm 2025

## KẾ HOẠCH

### **Bồi dưỡng năng khiếu và hoạt động câu lạc bộ thể thao năm học 2025 - 2026**

*Căn cứ Công văn số 4567/BGDĐT-GDPT ngày 05/8/2025 của Bộ Giáo dục và Đào tạo V/v hướng dẫn tổ chức dạy học 2 buổi/ngày đối với giáo dục phổ thông năm học 2025-2026;*

*Căn cứ Công văn 2540/SGDĐT-GDTrH của Sở Giáo dục và Đào tạo ngày 24/8/2025 về việc hướng dẫn một số nội dung về tổ chức dạy học 2 buổi/ngày đối với giáo dục phổ thông;*

*Căn cứ Kế hoạch số 325/KH-THCS&THPT QT ngày 23/08/202 của về Kế hoạch giáo dục năm học 2025-2026 trường THCS&THPT Quài Tỗ;*

*Căn cứ Kế hoạch số 326/KH-THCS&THPTQT ngày 23/08/2025 về việc tổ chức học 2 buổi trên ngày năm học 2025-2026 của trường THCS&THPT Quài Tỗ,*

Trường THCS&THPT Quài Tỗ xây dựng Kế hoạch bồi dưỡng năng khiếu và hoạt động cho câu lạc bộ (CLB) Bóng chuyền, Bóng đá năm học 2025-2026 như sau:

#### **I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU**

##### **1. Mục đích**

- Tạo sân chơi lành mạnh, bổ ích giúp học sinh rèn luyện sức khỏe, phát triển thể lực.
- Phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao cho học sinh.
- Nâng cao sức khỏe, tinh thần đoàn kết, kỷ luật và ý thức trách nhiệm cho HS.
- Góp phần xây dựng phong trào văn hóa, văn nghệ, thể dục thể thao của nhà trường, chào mừng các ngày lễ lớn.
- Hình thành kỹ năng sống: hợp tác, kỷ luật, tinh thần đoàn kết, thân ái.

##### **2. Yêu cầu**

- Các hoạt động được tổ chức thường xuyên, đảm bảo nội dung phong phú, thiết thực và phù hợp với lứa tuổi học sinh THCS, THPT
- Học sinh tham gia phải nghiêm túc thực hiện nội quy và các yêu cầu của huấn luyện viên/người phụ trách. Có đủ đồ dùng học tập cho môn học.
- Tổ chức tập luyện, thi đấu đúng kế hoạch, an toàn, hiệu quả.
- Đảm bảo 100% thành viên CLB tham gia tích cực, nhiệt tình.

#### **II. KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG CỦA CÁC CÂU LẠC BỘ**

##### **1. CLB Bóng chuyền**

- Thời gian: Từ tháng 9/2025 đến tháng 5/2026, tập luyện vào buổi chiều thứ 2 và thứ 4 mỗi tuần theo kế hoạch của trường.
- Địa điểm: Sân trường THCS&THPT Quài Tỗ
- Huấn luyện viên: Trần Quang Đạo, Tòng Văn Thắm
- Số lượng học sinh đăng ký tham gia: tối thiểu 15 học sinh.
- Nội dung huấn luyện:

<b>Tháng</b>	<b>Nội dung</b>
9/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật đệm thấp tay, chuyền bóng, phát bóng, đập bóng. - Kiểm tra ban đầu.
10/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật đệm thấp tay, chuyền bóng, phát bóng, đập bóng.
11/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật đệm thấp tay, chuyền bóng, phát bóng, đập bóng, chắn bóng.
12/2025	- Một số bài tập thể lực. - Một số bài tập chiến thuật. - Một số điểm luật. - Thi đấu tập
01, 02/2026	- Một số bài tập thể lực. - Một số bài tập chiến thuật. - Thi đấu tập
03/2026	- Một số bài tập thể lực. - Một số bài tập chiến thuật. - Thi đấu tập
04/2026	- Thi đấu giao lưu, giải trong CLB
05/2026	- Thi đấu giao lưu, giải trong CLB - Tổng kết CLB

## **2. CLB Bóng đá**

- Thời gian: Từ tháng 9/2025 đến tháng 5/2026, tập luyện vào buổi chiều thứ 3 và thứ 5 mỗi tuần theo kế hoạch của trường.
- Địa điểm: Sân trường THCS&THPT Quài Tở.
- Huấn luyện viên: Đinh Duy Hưng, Nguyễn Tiến Mạnh.
- Số lượng học sinh đăng ký tham gia: tối thiểu 15 học sinh.
- Nội dung huấn luyện:

<b>Tháng</b>	<b>Nội dung</b>
9/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật dâng bóng, cảm giác bóng . - Nâng cao và bước đầu hoàn thiện kỹ thuật đá, nhận, dẫn bóng bằng mu trong, lòng, mu giữa - Bước đầu làm quen kỹ thuật đánh đầu
10/2025	- Kỹ thuật dâng bóng, cảm giác bóng . - Nâng cao và bước đầu hoàn thiện kỹ thuật đá, nhận, dẫn bóng bằng mu trong, lòng, mu giữa. - Học chiến thuật tấn công.

<b>Tháng</b>	<b>Nội dung</b>
11/2025	- Kỹ thuật tăng bóng, cảm giác bóng . - Nâng cao và bước đầu hoàn thiện kỹ thuật đá, nhận, dẫn bóng bằng mu trong, lòng, mu giữa. - Học chiến thuật tấn công. - Tổ chức giải bóng đá khối THCS cấp trường
12/2025	- Nâng cao và bước đầu hoàn thiện kỹ thuật đá, nhận, dẫn bóng bằng mu trong, lòng, mu giữa. - Học chiến thuật tấn công. - Tập luyện kỹ thuật đánh đầu. - Thi đấu giao lưu
01, 02/2026	- Nâng cao kỹ thuật đá, nhận bóng bằng mu trong, lòng bàn chân. - Học chiến thuật tấn công, phòng ngự. - Thi đấu tập - Thẻ lực - Tổ chức giải bóng đá cấp THPT cấp trường
03/2026	- Nâng cao kỹ thuật dẫn bóng, động tác giả. - Học chiến thuật tấn công, phòng ngự. - Thi đấu tập
04/2026	- Nâng cao và hoàn thiện kỹ thuật nhận bóng ( lòng, đùi, ngực ); tranh cướp bóng - Thẻ lực. - Thi Đấu giao lưu
05/2026	- Sức nhanh - Nâng cao và hoàn thiện kỹ thuật nhận bóng (lòng, đùi, ngực); tranh cướp bóng - Tổng kết CLB

### **3. CLB Bóng Pickleball**

– Thời gian: Từ tháng 9/2025 đến tháng 5/2026, tập luyện vào buổi chiều thứ 6 mỗi tuần theo kế hoạch của trường.

– Địa điểm: Sân trường THCS&THPT Quài Tở.

– Huấn luyện viên: Đinh Duy Hưng.

– Số lượng học sinh đăng ký tham gia: tối thiểu 15 học sinh.

– Nội dung huấn luyện:

<b>Tháng</b>	<b>Nội dung</b>
9/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật di chuyển, Volley, Dink, giao bóng, trả giao bóng . - Kiểm tra ban đầu.
10/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng.

<b>Tháng</b>	<b>Nội dung</b>
	- Kỹ thuật di chuyển, Volley, Dink, giao bóng, trả giao bóng .
11/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Kỹ thuật di chuyển, Volley, Dink, giao bóng, trả giao bóng .
12/2025	- Một số bài tập cơ bản làm quen bóng. - Một số điểm luật. - Kỹ thuật di chuyển, Volley, Dink, giao bóng, trả giao bóng .
01, 02/2026	- Một số bài tập thể lực. - Một số bài tập chiến thuật. - Thi đấu tập
03/2026	- Một số bài tập thể lực. - Một số bài tập chiến thuật. - Thi đấu tập
04/2026	- Thi đấu giao lưu, giải trong CLB
05/2026	- Thi đấu giao lưu, giải trong CLB - Tổng kết CLB

#### **4. Kinh phí hoạt động**

<b>TT</b>	<b>Nội dung chi</b>	<b>Số lượng</b>	<b>Đơn vị</b>	<b>Đơn giá</b>	<b>Thành tiền</b>
1	Bóng chuyền	20	quả	500.000	10.000.000
2	Bóng đá	20	quả	300.000	6.000.000
3	Bóng Pickleball	100	quả	20.000	2.000.000
<b>TỔNG</b>					<b>18.000.000</b>

- Nguồn kinh phí được trích từ các nguồn thu hợp pháp theo quy định.

### **III. Tổ chức thực hiện**

#### **1. Ban Giám hiệu**

- Chỉ đạo chung hoạt động của CLB theo đúng quy định của Sở Giáo dục và kế hoạch năm học của nhà trường.
- Bố trí cơ sở vật chất (sân bãi, phòng tập, dụng cụ...) đảm bảo an toàn.
- Phân công giáo viên phụ trách, giáo viên hỗ trợ và phối hợp các bộ phận liên quan.
- Kiểm tra, giám sát, đánh giá hiệu quả hoạt động của CLB; điều chỉnh phù hợp, kịp thời.
- Chỉ đạo công tác đảm bảo an toàn, y tế và phòng ngừa rủi ro trong tập luyện.

#### **2. Giáo viên phụ trách huấn luyện**

- Xây dựng kế hoạch tập luyện theo tuần, tháng, học kỳ phù hợp với lứa tuổi, thể lực và năng lực học sinh.
- Tổ chức sinh hoạt định kỳ: hướng dẫn kỹ thuật, chiến thuật, thể lực, luật thi đấu...
- Đảm bảo an toàn tập luyện, hướng dẫn khởi động – thả lỏng đúng kỹ thuật.
- Kiểm tra, theo dõi tiến bộ của học sinh; phân nhóm học sinh (cơ bản – nâng cao).
- Lựa chọn, bồi dưỡng đội tuyển tham gia giải thể thao các cấp.

- Phối hợp GVCN, y tế và Đoàn – Đội trong quản lý học sinh suốt thời gian sinh hoạt CLB.

### **3. Giáo viên chủ nhiệm lớp**

- Thông tin đến học sinh và phụ huynh về nội dung, thời gian sinh hoạt CLB.
- Theo dõi thái độ, ý thức tham gia của học sinh trong CLB; phối hợp cùng giáo viên phụ trách để nhắc nhở, động viên học sinh.
- Hỗ trợ quản lý học sinh khi CLB tổ chức hoạt động ngoại khóa, thi đấu, giao lưu.
- Đánh giá sự tiến bộ về ý thức, tinh thần tập luyện đưa vào nhận xét rèn luyện của học sinh (nếu có).

### **4. Nhân viên Y tế học đường**

- Kiểm tra điều kiện an toàn sân bãi, dụng cụ tập luyện trước mỗi buổi sinh hoạt theo phân công.
- Hướng dẫn quy trình xử lý chấn thương cơ bản: bong gân, căng cơ, xây xát...
- Theo dõi sức khỏe của học sinh trong quá trình tập luyện; hỗ trợ sơ cứu khi có sự cố.
- Chuẩn bị thuốc – dụng cụ y tế cần thiết; báo cáo các nguy cơ mất an toàn cho Ban Giám hiệu.

### **5. Tổ chức Đoàn – Đội**

- Tuyên truyền, vận động học sinh tham gia CLB; truyền thông các hoạt động của CLB trên bảng tin, fanpage nhà trường.
- Hỗ trợ tổ chức các giải đấu, hội thao, giao lưu, các sự kiện khen thưởng.
- Theo dõi nề nếp, kỷ luật của học sinh trong giờ sinh hoạt CLB.

Trên đây là kế hoạch Bồi dưỡng năng khiếu và hoạt động câu lạc bộ thể thao năm học 2025 - 2026. Ban Giám hiệu nhà trường yêu cầu các tổ chức, đoàn thể, các cán bộ, giáo viên và nhân viên nghiêm túc triển khai thực hiện./.

**HIỆU TRƯỞNG**

**Hoàng Xuân Bình**

**CHỦ NHIỆM**



**Đinh Duy Hưng**

***Nơi nhận:***

- BGH (b/c);
- Tổ CM, tổ VP, GVCN, HS (t/h);
- Đoàn - Đội (phối hợp);
- Lưu VT./.