

Thành phố Hồ Chí Minh, ngày 14 tháng 9 năm 2021

KẾ HOẠCH HOẠT ĐỘNG CÂU LẠC BỘ CẦU LÔNG NĂM HỌC 2021 – 2022

I. MỤC ĐÍCH – YÊU CẦU

- Giáo viên theo hướng dẫn của BGH trường xây dựng kế hoạch hoạt động câu lạc bộ cầu lông đáp ứng các yêu cầu về thực hiện nhiệm vụ của năm học 2021-2022, phù hợp với triết lý giáo dục, tầm nhìn, sứ mệnh của nhà trường.
- Các hoạt động của giáo viên cần chú trọng mục tiêu dạy học cho học sinh đảm bảo các tiêu chí về học tập chất lượng cao và học tập liên văn hoá của nhà trường nhằm giúp các em học sinh hướng đến việc học tập để có nhận thức đúng đắn, làm một công dân tốt, có đầy đủ kỹ năng để trở thành một công dân kỹ thuật số, công dân toàn cầu, trang bị kiến thức liên văn hóa để thích ứng với đô thị thông minh và quá trình hội nhập quốc tế; học tập để trở thành một công dân có trách nhiệm, người con hiếu thảo, xây dựng gia đình hạnh phúc; học tập để có nghề nghiệp hiệu quả, nuôi mình và gia đình; học tập để đóng góp cho thành phố và đất nước. Các em có thể làm việc và học tập như một công dân toàn cầu nhưng vẫn giữ được nét văn hóa và truyền thống của dân tộc Việt Nam.
- Nhằm rèn luyện cho học sinh tính kỷ luật, tác phong nhanh nhẹn, tính tập thể và các kỹ thuật cơ bản trong cầu lông.
- Nhằm trang bị cho học sinh một số kiến thức và kỹ năng trong cầu lông. Rèn luyện sự nhanh nhẹn, khéo léo và phát triển thể lực cho học sinh.
- Học sinh tuân theo sự hướng dẫn của HLV, tập luyện nghiêm túc, không đùa giỡn, không làm việc riêng.
- Tích cực tập luyện, phát triển kỹ năng cần thiết cho môn học. Vận dụng các kiến thức đã học vào thực tiễn và trong thi đấu.

II. ĐỐI TƯỢNG THAM DỰ

- Học sinh trường Quốc tế Á Châu có đam mê, yêu thích bộ môn cầu lông.

III. KẾ HOẠCH THỜI GIAN

Thời gian	Công việc	Người thực hiện
Tháng 9	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh hoạt đội, phổ biến một số công việc, kỷ luật đội. - Bầu 1 chủ tịch, 1 phó chủ tịch, 1 thư ký và 1 đội trưởng. - Lịch học: chia thành 2 ca, ca 1: 7h30 – 9h30, ca 2: 9h30 – 11h30. - Làm quen cơ bản với môn cầu lông. - Học các kỹ thuật khởi động chuyên môn. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 10	<ul style="list-style-type: none"> - Học một số kỹ thuật: Cách cầm vợt, cách giao cầu, di chuyển đơn bước, đa bước. - Tập luyện 2 em một nhóm các động tác cơ bản của môn cầu lông - Thực hành đấu tập. - Giao lưu với CLB Cầu Lông cơ sở Cao thắng. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 11	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn tập các kỹ thuật đã học. - Học kỹ thuật đánh cầu thấp –cao thuận tay, trái tay. - Thực hành đấu tập. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 12	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn tập các kỹ thuật đã học. - Học kỹ thuật đánh cầu bả nhỏ. - Tập bài tập thể lực: ném cầu xa, lắc cổ tay. - Thực hành đấu tập. - Đề xuất giao lưu với cầu thủ nổi tiếng. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 1	<ul style="list-style-type: none"> - Học kỹ thuật đập cầu chính diện và chéo. - Thực hành đấu tập. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 2	<ul style="list-style-type: none"> - Đập cầu bên thuận tay và trái tay. - Nhảy dây nâng cao sức bền và độ dẻo cổ tay - Thực hành đấu tập. - Giao lưu với CLB Cầu lông cơ sở Văn thánh. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 3	<ul style="list-style-type: none"> - Học kỹ thuật đánh bạt cầu lao ngang. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên.

Thời gian	Công việc	Người thực hiện
	<ul style="list-style-type: none"> - Phổ biến luật và nội quy thi đấu ở nội dung đơn và đôi. - Tập luyện chuẩn bị thi đấu giao lưu với các cơ sở. 	- Học sinh.
Tháng 4	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn lại tất cả kỹ thuật cơ bản, chỉnh sửa cho học sinh. - Bật cóc 4 bước. - Tập luyện chuẩn bị thi đấu giao lưu với các cơ sở. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.
Tháng 5	<ul style="list-style-type: none"> - Ôn tập chiến thuật và tham gia thi đấu giao lưu với các cơ sở, hội thao hệ thống cuối năm học. 	<ul style="list-style-type: none"> - Huấn luyện viên. - Học sinh.

IV. CÁC GIẢI ĐẤU HỌC SINH THAM GIA:

GIẢI ĐẤU	THỜI GIAN DỰ KIẾN	ĐỐI TƯỢNG THAM GIA
Vô địch học sinh Quận 10	Tháng 10 năm 2021	Học sinh đạt giải nhất, nhì, ba môn cầu lông trong giải thể thao truyền thống của trường tổ chức hàng năm và ưu tiên các học viên của CLB.
Vô địch học sinh TP.HCM	Tháng 11 năm 2021	Học sinh đạt giải trong giải vô địch học sinh Quận 10 và được HLV quận tuyển chọn để đại diện thi đấu.

V. KẾT QUẢ TẬP LUYỆN

- Huấn luyện viên tiến hành nhận xét tình hình tập luyện của từng học sinh, chỉ ra các khuyết điểm và hướng dẫn cách cải thiện nhằm nâng cao các kỹ năng cho học sinh.
- Tổng kết các kết quả đạt được và đúc kết các kiến thức để cho học sinh nắm rõ hơn nhằm nâng cao chất lượng của câu lạc bộ ngày càng phát triển.

HIỆU TRƯỞNG

GV lập kế hoạch

Hồ Thanh Cường