

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN 8
TRƯỜNG THCS CHÁNH HƯNG

NỘI DUNG KIẾN THỨC KHỐI 7 - TUẦN 4 +5

MÔN TOÁN KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp:7	§5+6: LŨY THỪA CỦA MỘT SỐ HỮU TỈ
Hoạt động 1: Khám phá bài học mới – Ví dụ	1. Lũy thừa với số mũ tự nhiên Lũy thừa bậc n của một số hữu tỷ x, kí hiệu là X^n, là tích của n thừa số x (n là số tự nhiên lớn hơn 1). Với $x \in \mathbb{Q}$, $n \in \mathbb{N}$, $n > 1$ ta có: $x^n = \underbrace{x \cdot x \cdot x \cdot \dots \cdot x}_{n \text{ chu } x}$ X^n đọc là x mũ n hoặc x lũy thừa n hoặc lũy thừa bậc n của x; x gọi là cơ số, n gọi là số mũ. + Nếu $x = \frac{a}{b}$ thì $x^n = \left(\frac{a}{b}\right)^n = \frac{a^n}{b^n} (b \neq 0)$ + $X^0 = 1$ (với $x \neq 0$) + $X^1 = x$ (với $x \neq 0$) Chú ý: + $1^n = 1$, $0^n = 0$ ($n \neq 0$) + Lũy thừa bậc chẵn của một số âm là một số dương. + Lũy thừa bậc lẻ của một số âm là một số âm. + Nếu $x = \frac{a}{b} (a, b \in \mathbb{Z}, b \neq 0)$ thì $x^n = \left(\frac{a}{b}\right)^n = \frac{a^n}{b^n} (b \neq 0)$. Ví dụ: + Tính: $\left(\frac{-3}{4}\right)^3 = \frac{(-3)^3}{4^3} = \frac{-27}{64}$ + Tính: $(-3, 5)^2 = (-3,5) \cdot (-3,5) = 12,25$ 2. Tích và thương của hai lũy thừa cùng cơ số Với số tự nhiên a, ta đã biết: $a^m \cdot a^n = a^{m+n}$ $a^m : a^n = a^{m-n} (a \neq 0, m \geq n)$ Cũng như vậy, đối với số hữu tỉ x, ta có các công thức: $X^m \cdot X^n = X^{m+n}$ (Khi nhân hai lũy thừa cùng cơ số, ta giữ nguyên cơ số và cộng hai số mũ) $X^m : X^n = X^{m-n} (x \neq 0, m \geq n)$ (Khi chia hai lũy thừa cùng cơ số khác 0, ta giữ nguyên cơ số và lấy số mũ của lũy thừa bị chia trừ đi mũ của lũy thừa chia) Ví dụ: + Tính $\left(\frac{5}{3}\right)^5 : \left(\frac{5}{3}\right)^2 = \left(\frac{5}{3}\right)^{5-2} = \left(\frac{5}{3}\right)^3 = \frac{125}{27}$ + Tính: $(3, 2)^2 \cdot (3, 2)^2 = (3, 2)^{2+2} = (3, 2)^4$ 3. Lũy thừa của lũy thừa Khi tính lũy thừa của một lũy thừa, ta giữ nguyên cơ số và nhân hai số mũ Ta có công thức: $(X^m)^n = X^{m \cdot n}$ Ví dụ: + Tính: $(4^2)^3 = 4^{2 \cdot 3} = 4^6 = 4096$. + Tính: $(2^4)^4 = 2^{4 \cdot 4} = 2^{16} = 216$.
Vận dụng- Luyện tập	1/Tính và so sánh: a) $(2,5)^2$ và $2^2 \cdot 5^2$

	$b) \left(\frac{1}{2} \cdot \frac{3}{4}\right)^3 \text{ và } \left(\frac{1}{2}\right)^3 \cdot \left(\frac{3}{4}\right)^3$ 2/ Tính: $a) \left(\frac{1}{3}\right)^5 \cdot 3^5$ $b) (1,5)^3 \cdot 8$ 3/ Tính và so sánh: $a) \left(\frac{-2}{3}\right)^3 \text{ và } \frac{(-2)^3}{3^3}$ $b) \frac{10^5}{2^5} \text{ và } \left(\frac{10}{2}\right)^5$
Hoạt động 2: <i>Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.</i>	- Học sinh hoàn thành phiếu học tập (trả lời câu hỏi ngắn tuần tự về nội dung bài học, điền khuyết, trắc nghiệm,) - Học sinh hoàn thành bài tập về nhà có trong SGK hoặc bài tập do giáo viên soạn - Học sinh nộp bài cho giáo viên qua các phần mềm dạy học online, như: trang lophoc.hcm.edu.vn, Classroom, ... - GV kiểm tra mức độ hoàn thành nhiệm vụ học tập của học sinh thông qua các báo cáo của nhóm trưởng hoặc qua các hình ảnh, sản phẩm học tập mà học sinh nộp. GV nhận xét và đánh giá.

NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp: 7	LUYỆN TẬP
Luyện tập – Vận dụng	1/ Đưa các biểu thức sau về dạng lũy thừa của một số hữu tỷ: $a) 2^4 \cdot 8^3$ $b) 2^{24} : 4^3$ $c) 125^3 : 25$ $d) 4^{12}$ 2/ Đưa các biểu thức sau về dạng lũy thừa của một số hữu tỷ $a) \frac{3^2 \cdot 27^4}{9^3}$ $b) \frac{3^4 \cdot 3^5}{3^3}$ $c) \frac{2^3 \cdot 8^3}{4^5}$ $d) \frac{125^2 \cdot 25^2}{5^4}$ 3/ Tính $\frac{72^2}{24^2}$; $\frac{(-7,5)^3}{(2,5)^3}$; $\frac{15^3}{27}$
Hoạt động 2: <i>Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.</i>	- Học sinh hoàn thành phiếu học tập (trả lời câu hỏi ngắn tuần tự về nội dung bài học, điền khuyết, trắc nghiệm,) - Học sinh hoàn thành bài tập về nhà có trong SGK hoặc bài tập do giáo viên soạn - Học sinh nộp bài cho giáo viên qua các phần mềm dạy học online, như: trang lophoc.hcm.edu.vn, Classroom, ... - GV kiểm tra mức độ hoàn thành nhiệm vụ học tập của học sinh thông qua các báo cáo của nhóm trưởng hoặc qua các hình ảnh, sản phẩm học tập mà học sinh nộp. GV nhận xét và đánh giá.

NỘI DUNG KIẾN THỨC TUẦN 4

(Từ 27/9 đến 2/10)

MÔN: HÌNH HỌC. KHỐI 7

NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp: 7	LUYỆN TẬP
Luyện tập- Vận dụng	1. Chọn câu trả lời đúng trong các câu sau: $a)$ Hai đường thẳng không có điểm chung thì song song với nhau. $b)$ Hai đoạn thẳng không có điểm chung thì song song với nhau. $c)$ Hai đường thẳng phân biệt không cắt nhau thì song song với nhau. $d)$ Hai đoạn thẳng phân biệt không cắt nhau thì song song với nhau. 2. Điền vào chỗ trống để được câu đúng: $a)$ Nếu hai đường thẳng a, b cắt đường thẳng c tạo thành một cặp góc so le trong ... thì $a // b$. $b)$ Nếu hai đường thẳng a, b cắt đường thẳng m tạo thành một cặp góc đồng vị ... thì $a // b$. $c)$ Nếu hai đường thẳng d, d' cắt đường thẳng xy tạo thành một cặp góc trong cùng phía ... thì $d // d'$. 3. Quan sát hình vẽ dưới đây và đoán nhận các cặp đường thẳng song song. Sau đó dùng dụng cụ để kiểm tra lại.

4. Cho hình vẽ dưới đây.

The diagram shows two lines, a and b , intersected by a transversal line. At the intersection with line a , the top-right angle is labeled 120° and the bottom-left angle is labeled 2 . At the intersection with line b , the bottom-left angle is labeled 60° and the top-right angle is labeled 1 . The lines a and b are labeled at their top ends.

NỘI DUNG KHÍ BÀI CỦA HỌC SINH
§5. TIỀN ĐỀ O-CLIT VỀ ĐƯỜNG THẲNG SONG SONG

1. Tiền đề O-clit

Qua một điểm ở ngoài một đường thẳng chỉ có một đường thẳng song song với đường thẳng đó.

2. Tính chất của hai đường thẳng song song

Nếu một đường thẳng cắt hai đường thẳng song song thì:

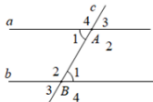
- Hai góc so le trong bằng nhau.
- Hai góc đồng vị bằng nhau.
- Hai góc trong cùng phía bù nhau.

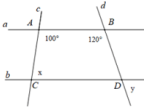
Ví dụ:

Cho hình vẽ.

Nếu $a // b$ thì

$$\left\{ \begin{array}{l} \hat{A}_1 = \hat{B}_1 \\ \hat{A}_3 = \hat{B}_1 \\ \hat{A}_2 + \hat{B}_1 = 180^\circ \end{array} \right.$$





1/ Cho hình vẽ dưới đây, biết c. Tính x, y

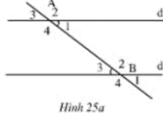
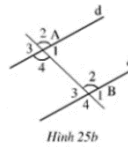
2/ Cho hình vẽ dưới đây với $a // b$. Tìm số đo x và y.

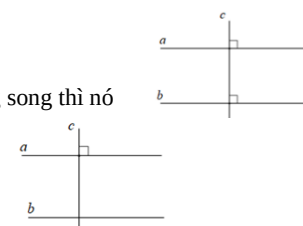
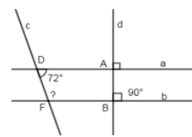
MÔN TOÁN KHỐI 7 TUẦN 5
MÔN: ĐẠI SỐ . KHỐI 7

MÔN: ĐẠI SỐ - KHỐI 7	
NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp: 7	§7. TỈ LỆ THỨC
Hoạt động 1: Khám phá bài học mới – Ví dụ	1. Định nghĩa Tỉ lệ thức là một đẳng thức của hai số $\frac{a}{b} = \frac{c}{d}$ (a,d gọi là ngoại tỉ; c,b gọi là trung tỉ) 2. Tính chất a) Tính chất cơ bản: Nếu $\frac{a}{b} = \frac{c}{d}$ thì $ad = bc$ b) Điều kiện để bốn số thành lập tỉ lệ thức: Nếu $ad=bc$ và $a,b,c,d \neq 0$ thì ta có các tỉ lệ thức:

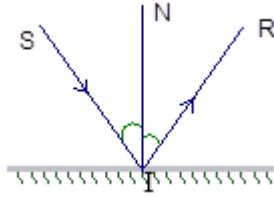
NỘI DUNG KIẾN THỨC TUẦN 5

(Từ 4/10 đến 8/10)
MÔN: HÌNH HỌC. KHỐI 7

NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp: 7	LUYỆN TẬP
Hoạt động 1: Luyện tập - vận dụng)	Bài 1: Cho hình 24 ($a \parallel b$). Hãy nêu tên các cặp góc bằng nhau của hai tam giác CAB và CDE Bài 2: Điền vào chỗ (...) 1) Hình 25a  +) Biết $d \parallel d'$ (h.25a) thì suy ra: $\hat{A}_1 = \hat{B}_3$ và b) ... và c) ... +) Nếu một đường thẳng cắt hai đường thẳng song song thì: a) ... b) ... c) ... 2) Hình 25b  +) a) $\hat{A}_4 = \hat{B}_2$ hoặc b) ... hoặc c) ... thì suy ra $d \parallel d'$ +) Nếu một đường thẳng cắt hai đường thẳng mà a) ... hoặc b) ... hoặc c) ... thì hai đường thẳng đó song song với nhau. Bài 3: Hai đường thẳng $x'x$ và $y'y$ song song với nhau bị cắt bởi một cát tuyến tại 2 điểm A và B. Gọi At là tia phân giác của $\hat{x}AB$. a) Tia At có cắt đường thẳng $y'y$ không? Vì sao? b) Cho $\hat{x}AB = 80^\circ$. Tính $\hat{ACB}$
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	- Học sinh hoàn thành phiếu học tập (trả lời câu hỏi ngắn tuần tự về nội dung bài học, điền khuyết, trắc nghiệm,) - Học sinh hoàn thành bài tập về nhà có trong SGK hoặc bài tập do giáo viên soạn - Học sinh nộp bài cho giáo viên qua các phần mềm dạy học online, như: trang lophoc.hcm.edu.vn, Classroom, ... - GV kiểm tra mức độ hoàn thành nhiệm vụ học tập của học sinh thông qua các báo cáo của nhóm trưởng hoặc qua các hình ảnh, sản phẩm học tập mà học sinh nộp. GV nhận xét và đánh giá.

NỘI DUNG	NỘI DUNG GHI BÀI CỦA HỌC SINH
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp: 7	§6. TỪ VUÔNG GÓC ĐẾN SONG SONG
Hoạt động 1: Khám phá bài học mới – Ví dụ	1. Quan hệ giữa tính vuông góc và tính song song của ba đường thẳng Hai đường thẳng phân biệt cùng vuông góc với một đường thẳng thứ ba thì chúng song song với nhau. 1. Quan hệ giữa tính vuông góc và tính song song của ba đường thẳng +) Hai đường thẳng phân biệt cùng vuông góc với một đường thẳng thứ ba thì chúng song song với nhau. Nếu $c \perp a$ và $c \perp b$ thì $a \parallel b$  +) Một đường thẳng vuông góc với một trong hai đường thẳng song song thì nó cũng vuông góc với đường thẳng kia. Nếu $a \parallel b$ và $c \perp a$ thì $c \perp b$ 2. Ba đường thẳng song song Hai đường thẳng phân biệt cùng song song với một đường thẳng thứ ba thì chúng cùng song song với nhau. Ba đường thẳng d, d', d'' song song với nhau từng đôi một thì ta nói 3 đường thẳng ấy song song với nhau. Kí hiệu $d \parallel d' \parallel d''$. Cho hình vẽ sau:  Vận dụng- Luyện tập Biết $a \perp d$, $b \perp d$, $\angle ADF = 72^\circ$. Tính $\angle DFB$
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	- Học sinh hoàn thành phiếu học tập (trả lời câu hỏi ngắn tuần tự về nội dung bài học, điền khuyết, trắc nghiệm,) - Học sinh hoàn thành bài tập về nhà có trong SGK hoặc bài tập do giáo viên soạn - Học sinh nộp bài cho giáo viên qua các phần mềm dạy học online, như: trang lophoc.hcm.edu.vn, Classroom, ... - GV kiểm tra mức độ hoàn thành nhiệm vụ học tập của học sinh thông qua các báo cáo của nhóm trưởng hoặc qua các hình ảnh, sản phẩm học tập mà học sinh nộp. GV nhận xét và đánh giá.

MÔN LÝ KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học Bài 3: Ứng dụng của định luật truyền thẳng ánh sáng	Lưu ý các em học sinh: + Ghi vào tập tên bài, nội dung trọng tâm. + Làm các bài tập bên dưới
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu	BÀI 4: ĐỊNH LUẬT PHẢN XẠ ÁNH SÁNG . Gương phẳng: Là một mặt phẳng có bề mặt nhẵn, bóng có thể phản xạ ánh sáng chiếu tới nó. - Ảnh của vật quan sát được trong gương gọi là ảnh của vật tạo bởi gương phẳng. C1. Mặt kính, mặt nước, mặt tường ốp gạch men nhẵn bóng, miếng kim loại nhẵn bóng. . . II. Định luật phản xạ ánh sáng: a. Tia sáng SI gặp gương bị hắt lại cho tia sáng IR, IR gọi là tia phản xạ. Hiện tượng này gọi là hiện tượng phản xạ ánh sáng. Một số khái niệm:  SI: Tia tới I: điểm tới IN: đường pháp tuyến IR: tia phản xạ $\widehat{SIN} = i$ là góc tới. $\widehat{SIR} = i'$ là góc phản xạ + Định luật phản xạ ánh sáng: Tia phản xạ nằm trong cùng một mặt phẳng với tia tới và đường pháp tuyến tại điểm tới. Góc phản xạ luôn luôn bằng góc tới.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	<u>Đưa vào thông tin vừa đọc, tìm hiểu, học sinh hoàn thành các câu hỏi sau:</u> Câu 1: Tia sáng tới gương phẳng hợp với tia phản xạ một góc 120° . Hỏi góc tới có giá trị là bao nhiêu? A. 90° B. 75° C. 60° D. 30° Câu 2: Khi tia tới vuông góc với mặt gương phẳng thì góc phản xạ có giá trị bằng: A. 0° B. 45° C. 90° D. 180° Câu 3: Khi chiếu một tia sáng tới gương phẳng thì góc tạo bởi tia phản xạ và tia tới có tính chất: A. bằng hai lần góc tới. B. bằng góc tới. C. bằng nửa góc tới. D. Tất cả đều sai. Câu 4: Chọn câu đúng? A. Tia phản xạ nằm trong mặt phẳng chứa tia tới và đường pháp tuyến với gương tại điểm tới. B. Tia phản xạ, tia tới và đường pháp tuyến với gương tại điểm tới cùng nằm trong một mặt phẳng. C. Mặt phẳng chứa tia tới và đường pháp tuyến với gương tại điểm tới cũng chứa tia phản xạ. D. Cả A, B, C. Câu 5: Vật nào sau đây không thể xem là gương phẳng? A. Màn hình tivi. B. Mặt tờ giấy trắng. C. Mặt hồ nước trong D. Miếng thủy tinh phẳng nhẵn

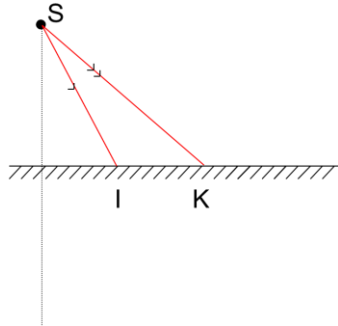
MÔN LÝ KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học	Bài 5: ẢNH CỦA VẬT TẠO BỞI GƯƠNG PHẪNG
Hoạt động 1: Đọc nội dung trọng tâm bài	<u>Học sinh đọc kỹ nội dung trọng tâm của bài:</u> Bài 5: ẢNH CỦA VẬT TẠO BỞI GƯƠNG PHẪNG I. Tính chất của ảnh tạo bởi gương phẳng - Ảnh ảo của một vật tạo bởi gương phẳng không hứng được trên màn chắn và lớn bằng vật.

-Khoảng cách từ một điểm của vật đến gương bằng khoảng cách từ ảnh của điểm đó đến gương.

II. Giải thích sự tạo thành ảnh bởi gương phẳng

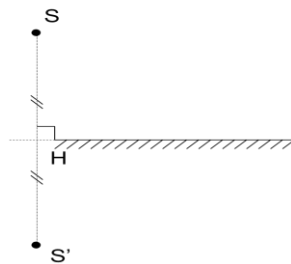
Học sinh đọc và làm theo hướng dẫn sau:



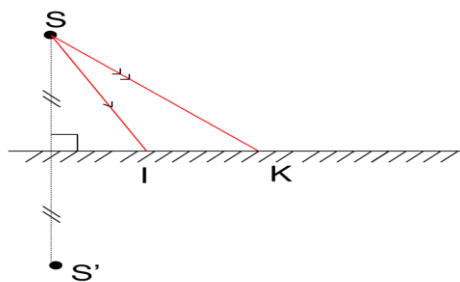
Hình trên vẽ một điểm sáng S đặt trước gương phẳng và hai tia sáng xuất phát từ S tới gương.

a. Hãy vẽ ảnh S' của S tạo bởi gương phẳng bằng cách vận dụng tính chất của ảnh.

-> Hướng dẫn vẽ: lấy S' đối S qua gương



b. Từ đó vẽ hai tia phản xạ ứng với hai tia tới SI và SK.

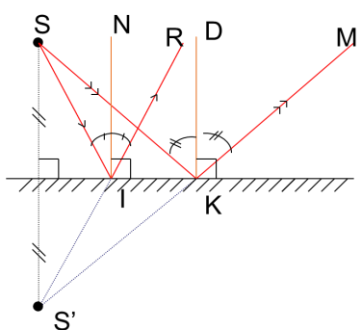


->Hướng dẫn vẽ:

Lần lượt dựng:

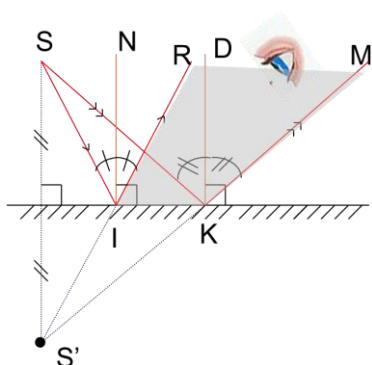
+pháp tuyến IN-> vẽ tia phản xạ IR

+pháp tuyến KD-> vẽ tia phản xạ KM



c. Đánh dấu một vị trí đặt mắt để nhìn thấy ảnh S'

-> Hướng dẫn trả lời: Để nhìn thấy ảnh S', mắt phải đặt trong Vùng giới hạn vngiữa hai tia phản xạ IR và KM (như hình vẽ).



d. Giải thích vì sao ta nhìn thấy ảnh S' mà không hứng được ảnh đó trên màn chắn ?

-> Hướng dẫn trả lời: Không hứng được ảnh trên màn chắn là vì các tia phản xạ lọt vào mắt có đường kéo dài đi qua ảnh S'

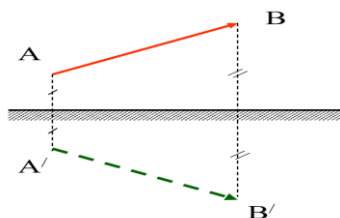
Kết luận:

-Ta nhìn thấy ảnh ảo S' vì các tia phản xạ lọt vào mắt có đường kéo dài đi qua ảnh S'

-Ảnh của một vật là tập hợp ảnh của tất cả các điểm trên vật

II. Vận dụng

Vẽ ảnh của một mũi tên đặt trước 1 gương phẳng



Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.

Dựa vào thông tin vừa đọc, học sinh hoàn thành các câu hỏi sau:

Tính chất của ảnh tạo bởi gương phẳng

1) Ảnh của một vật tạo bởi gương phẳng hứng được trên màn chắn không? Ảnh đó gọi là ảnh gì?

.....

2) Nhận xét về độ lớn của ảnh so với vật?

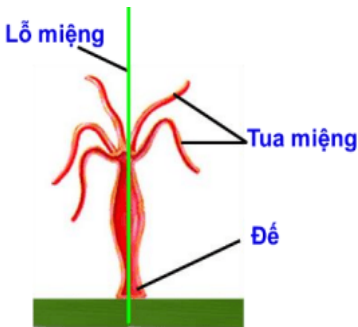
.....

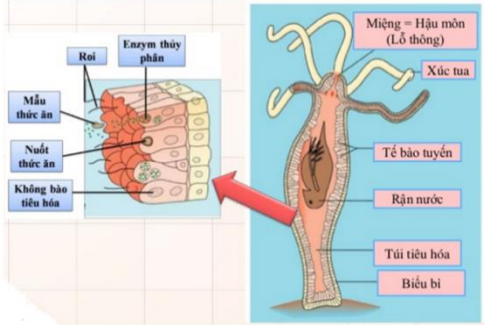
3) So sánh khoảng cách từ vật đến gương với khoảng cách từ ảnh đến gương?

	
--	----------------

MÔN SINH KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
BÀI 7: Đặc điểm chung và vai trò thực tiễn của ngành Động vật nguyên sinh - Khổi 7	Lưu ý các em học sinh: + Ghi vào tập tên bài, nội dung trọng tâm theo HĐ 1. + Tự tìm hiểu thông tin từ tài liệu internet, SGK để thực hiện các câu hỏi theo yêu cầu ở hoạt động 1 và 2 trước giờ học trực tuyến.
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	Nội dung ghi bài I. Đặc điểm chung - Cơ thể có kích thước hiển vi. - Chỉ một tế bào nhưng đảm nhiệm mọi chức năng sống. - Sinh sản vô tính theo kiểu phân đôi - Phần lớn: di dưỡng; di chuyển bằng chân giả, lông bơi hoặc roi bơi, một số không di chuyển. II. Vai trò thực tiễn - Là thức ăn của nhiều động vật lớn hơn trong nước: trùng giày, trùng biến hình, trùng roi,... - Chỉ thị về độ sạch của môi trường nước: trùng biến hình, trùng giày,... - Có ý nghĩa về mặt địa chất: trùng lỗ,... - Một số không nhỏ động vật nguyên sinh gây ra bệnh nguy hiểm cho người và động vật: trùng sốt rét, cầu trùng,... H: Qua bài học này em hãy trả lời các câu hỏi sau: 1. Đặc điểm chung nào của ĐVNS vừa đúng cho loài sống tự do lẫn loài sống kí sinh? 2. Hãy kể tên một số động vật nguyên sinh gây bệnh ở người và cách truyền bệnh?
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Luyện tập: Mức độ nhận biết Câu 1: Đặc điểm nào dưới đây không phổ biến ở các loài động vật nguyên sinh? A. Kích thước hiển vi. B. Di chuyển bằng chân giả, lông hoặc roi bơi. C. Sinh sản hữu tính. D. Cơ thể có cấu tạo từ một tế bào. Câu 2: Nhóm nào dưới đây gồm toàn những động vật nguyên sinh có chân giả? A. Trùng biến hình, trùng sốt rét. B. Trùng biến hình, trùng kiết lị. C. Trùng kiết lị, trùng roi xanh. D. Trùng giày, trùng kiết lị. Đặn dò: Đọc phần “Em có biết”? - Xem trước bài 8 SGK/29.

NỘI DUNG	GHI CHÚ
BÀI 8: THỦY TỨC	Lưu ý các em học sinh: chỉ ghi vào vở tên bài và hoàn thành yêu cầu phần Thu hoạch.
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	I. Hình dạng ngoài và di chuyển - Cơ thể hình trụ, đối xứng tỏa tròn - Di chuyển chậm theo kiểu sâu đo hoặc lộn đầu  II. Cấu tạo trong Cơ thể gồm 2 phần: • Phần dưới là đế, bám vào giá thể • Phần trên gồm lỗ miệng và tua miệng tỏa ra - Cơ thể gồm 2 lớp tế bào: • Lớp ngoài: tế bào gai và tế bào mô bì - cơ, tế bào sinh sản, tế bào thần kinh

	- Lớp trong: tế bào mô cơ - tiêu hóa  III. Dinh dưỡng - Thức ăn: sinh vật thủy sinh - Bắt mồi bằng tua miệng - Tiêu hóa thức ăn trong túi tiêu hóa - ruột túi IV. Sinh sản - Mọc chồi - Sinh sản hữu tính - Tái sinh
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	THU HOẠCH Củng cố: (Mức độ nhận biết) Câu 1: Thủy tức là động vật đại diện cho - Ngành động vật nguyên sinh Ngành ruột khoang - Ngành thân mềm - Ngành chân khớp Câu 2: Môi trường sống của thủy tức là Nước ngọt - Nước mặn - Nước lợ - Trên cạn Câu 3: Thủy tức có hình dạng như thế nào? Dạng trụ dài. - Hình cầu. - Hình đĩa. - Hình nấm. Câu 4: Cơ thể thủy tức có kiểu đối xứng nào? - Không đối xứng Đối xứng tỏa tròn - Đối xứng hai bên - Tất cả đều đúng Câu 5: Điền cụm từ thích hợp vào chỗ trống để hoàn thiện nghĩa câu sau Tua miệng thủy tức chứa nhiều ... (1) ... có chức năng ... (2) (1): tế bào gai; (2): tự vệ và bắt mồi (1): tế bào gai; (2): tự vệ và bắt mồi (1): tế bào sinh sản; (2): sinh sản và di chuyển (1): tế bào thần kinh; (2): di chuyển và tự vệ Dặn dò: Đọc phần “Em có biết?” - Xem trước bài 9/SGK

MÔN SINH KHỐI 7 TUẦN 5

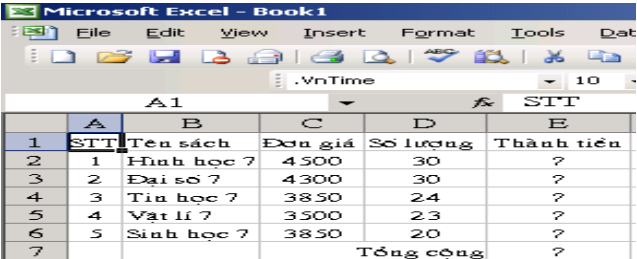
NỘI DUNG	GHI CHÚ
Bài 9: Đa dạng ngành ruột khoang - Khối 7	Lưu ý các em học sinh: - Ghi vào tập tên bài, nội dung trọng tâm ở hoạt động 1. - Tự tìm hiểu thông tin từ tài liệu internet, bài 9/SGK để thực hiện nhiệm vụ ở hoạt động 2 trước ở nhà.
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	Bài 9 :ĐA DẠNG NGÀNH RUỘT KHOANG I.Sửa: - Cơ thể hình trụ, đối xứng tỏa tròn. - Thích nghi với lối sống bơi lội tự do bằng cách co bóp dù đẩy nước qua lỗ miệng, và tiến về phía ngược lại. - Tua miệng có tế bào gai => gây bông, ngứa. - Là động vật ăn thịt.

	II.Hải quỳ : -Cơ thể hình trụ, đối xứng tỏa tròn. -Sống bám vào bờ đá, ăn động vật,có màu sắc rực rỡ. III.San hô: -Cơ thể hình trụ, đối xứng tỏa tròn. -Sống bám .Phát triển khung xương bất độngvà tổ chức cơ thể theo kiểu tập đoàn (cơ thể con không tách rời ra mà dính với cơ thể mẹ),có màu sắc rực rỡ -Có tế bào gai => bắt mồi và tự vệ																														
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	<i>Yêu cầu HS đọc phần thông tin SGK cung cấp và chọn đáp án đúng (Mức độ nhận biết-hiểu)</i> Câu 1:Đặc điểm nào dưới đây không có ở hải quỳ? A. Kiểu ruột hình túi. B. Cơ thể đối xứng tỏa tròn C. Sống thành tập đoàn D. Thích nghi với lối sống bám. Câu 2: Sinh sản kiểu này chồi ở san hô khác thủy tức ở điểm nào? A.San hô nảy chồi, cơ thể con tách khỏi bố mẹ khi còn non; thủy tức nảy chồi, cơ thể con tách khỏi bố mẹ khi trưởng thành. B. San hô nảy chồi, cơ thể con không tách khỏi bố mẹ; thủy tức nảy chồi, khi chồi trưởng thành sẽ tách khỏi cơ thể mẹ sống độc lập. C. San hô nảy chồi, cơ thể con tách khỏi bố mẹ khi trưởng thành ; thủy tức khi chồi trưởng thành vẫn không tách khỏi cơ thể mẹ sống độc lập. D. San hô nảy chồi, cơ thể con không tách khỏi bố mẹ ; thủy tức khi chồi chưa trưởng thành đã tách khỏi cơ thể mẹ sống độc lập. Câu 3: Đặc điểm nào dưới đây có ở sứa? A. Miệng ở phía dưới. B. Di chuyển bằng tua miệng. C. Cơ thể dẹp hình lá. D. Không có tế bào tự vệ. Câu 4: Sự khác nhau giữa san hô và thủy tức trong sinh sản vô tính mọc chồi ? Câu 5: Cành san hô thường dùng để trang trí là bộ phận nào của cơ thể chúng ? Câu 6: (Mức độ vận dụng) Để đề phòng chất độc khi tiếp xúc với một số động vật ngành Ruột khoang phải có phương tiện gì ? BTVN: Đọc phần “Em có biết?” Xem trước bài 10 SGK/trang 36																														
NỘI DUNG TIẾT 10: Đặc điểm chung và vai trò ngành ruột khoang	GHI CHÚ Lưu ý các em học sinh: + Ghi vào tập tên bài, nội dung trọng tâm theo HĐ 1. + Tự tìm hiểu thông tin từ tài liệu internet, SGK để thực hiện các câu hỏi theo yêu cầu ở hoạt động 1 và 2 trước giờ học trực tuyến. + Trình bày báo cáo nhiệm vụ được giao.																														
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	I.Đặc điểm chung: - Cơ thể có đối xứng tỏa tròn - Dạng ruột túi - Thành cơ thể có 2 lớp tế bào - Tự vệ và tấn công bằng tế bào gai II.Vai trò của ngành ruột khoang: H: Qua thông tin SGK mục II, kết hợp tài liệu từ internet, em hãy trả lời câu hỏi sau: Trình bày vai trò của <table><tr><th>TT</th><th>Đại diện</th><th>Thủy tức</th><th>Sứa</th><th>San hô</th></tr><tr><td></td><td>Đặc điểm</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>1</td><td>Kiểu đối xứng</td><td>Toả tròn</td><td>Toả tròn</td><td>Toả tròn</td></tr><tr><td>2</td><td>Cách di chuyển</td><td>Lộn đầu, sâu đo</td><td>Lộn đầu co bóp dù</td><td>Không di chuyển</td></tr><tr><td>3</td><td>Cách dinh dưỡng</td><td>Dị dưỡng</td><td>Dị dưỡng</td><td>Dị dưỡng</td></tr><tr><td>7</td><td>Sống đơn độc, tập đoàn.</td><td>Đơn độc</td><td>Đơn độc</td><td>Tập đoàn</td></tr></table> ngành ruột khoang (Có lợi-có hại).	TT	Đại diện	Thủy tức	Sứa	San hô		Đặc điểm				1	Kiểu đối xứng	Toả tròn	Toả tròn	Toả tròn	2	Cách di chuyển	Lộn đầu, sâu đo	Lộn đầu co bóp dù	Không di chuyển	3	Cách dinh dưỡng	Dị dưỡng	Dị dưỡng	Dị dưỡng	7	Sống đơn độc, tập đoàn.	Đơn độc	Đơn độc	Tập đoàn
TT	Đại diện	Thủy tức	Sứa	San hô																											
	Đặc điểm																														
1	Kiểu đối xứng	Toả tròn	Toả tròn	Toả tròn																											
2	Cách di chuyển	Lộn đầu, sâu đo	Lộn đầu co bóp dù	Không di chuyển																											
3	Cách dinh dưỡng	Dị dưỡng	Dị dưỡng	Dị dưỡng																											
7	Sống đơn độc, tập đoàn.	Đơn độc	Đơn độc	Tập đoàn																											
	Bài tập Trắc nghiệm (Mức độ nhận biết- hiểu): Câu 1: Các loài ruột khoang không có đặc điểm																														

Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	A. Sống trong môi trường nước, đối xứng tỏa tròn, ruột dạng túi B. Hình thành bào xác C. Đầu có tế bào gai để tự vệ và tấn công D. Cấu tạo thành cơ thể gồm hai lớp tế bào. Câu 2: Không thuộc vai trò của ngành ruột khoang đối với sinh giới và con người A. Góp phần tạo sự cân bằng sinh thái B. Một số loài ruột khoang có giá trị thực phẩm C. Là nguồn nguyên liệu quý làm đồ trang sức D. Lọc sạch môi trường nước nơi chúng sinh sống +Dẫn dò: Học sinh học bài và trả lời câu hỏi 2,3,4 SGK trang 38 +Đọc mục “ Em có biết”
--	---

MÔN TIN HỌC KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG		GHI CHÚ																
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp		BÀI 3. THỰC HIỆN TÍNH TOÁN TRÊN TRANG TÍNH																
Hoạt động 1: Xem lại nội dung tiết trước và làm theo yêu cầu.		1. Kiểm tra kiến thức cũ																
		<table><tr><td></td><td>Hoạt động:</td><td>Nội dung:</td></tr><tr><td>Hoạt động 1:</td><td>Một bảng tính gồm nhiều trang tính.</td><td></td></tr><tr><td>Hoạt động 2:</td><td>Nêu các thành phần chính của trang tính?</td><td></td></tr><tr><td>Hoạt động 3:</td><td>Để sửa dữ liệu của một ô ta làm thế nào?</td><td></td></tr><tr><td>Hoạt động 4:</td><td>Nêu cách chọn các đối tượng trên trang tính?</td><td></td></tr></table>			Hoạt động:	Nội dung:	Hoạt động 1:	Một bảng tính gồm nhiều trang tính.		Hoạt động 2:	Nêu các thành phần chính của trang tính?		Hoạt động 3:	Để sửa dữ liệu của một ô ta làm thế nào?		Hoạt động 4:	Nêu cách chọn các đối tượng trên trang tính?	
	Hoạt động:	Nội dung:																
Hoạt động 1:	Một bảng tính gồm nhiều trang tính.																	
Hoạt động 2:	Nêu các thành phần chính của trang tính?																	
Hoạt động 3:	Để sửa dữ liệu của một ô ta làm thế nào?																	
Hoạt động 4:	Nêu cách chọn các đối tượng trên trang tính?																	
		1. Sử dụng công thức để tính toán : Các kí hiệu được sử dụng để kí hiệu các phép toán trong công thức :																
		<table><tr><td>+</td><td>Kí hiệu phép cộng, ví dụ: =13+5</td></tr><tr><td>-</td><td>Kí hiệu phép trừ, ví dụ: =21-7</td></tr><tr><td>*</td><td>Kí hiệu phép nhân, ví dụ: =3*5</td></tr><tr><td>/</td><td>Kí hiệu phép chia, ví dụ: =18/2</td></tr><tr><td>^</td><td>Kí hiệu phép lấy lũy thừa, ví dụ: =6^2</td></tr><tr><td>%</td><td>Kí hiệu phép lấy phần trăm, ví dụ: =6%</td></tr><tr><td>(và)</td><td>Dùng để làm các dấu gộp các phép toán, ví dụ: =(5+7)/2</td></tr></table>		+	Kí hiệu phép cộng, ví dụ: =13+5	-	Kí hiệu phép trừ, ví dụ: =21-7	*	Kí hiệu phép nhân, ví dụ: =3*5	/	Kí hiệu phép chia, ví dụ: =18/2	^	Kí hiệu phép lấy lũy thừa, ví dụ: =6^2	%	Kí hiệu phép lấy phần trăm, ví dụ: =6%	(và)	Dùng để làm các dấu gộp các phép toán, ví dụ: =(5+7)/2	
+	Kí hiệu phép cộng, ví dụ: =13+5																	
-	Kí hiệu phép trừ, ví dụ: =21-7																	
*	Kí hiệu phép nhân, ví dụ: =3*5																	
/	Kí hiệu phép chia, ví dụ: =18/2																	
^	Kí hiệu phép lấy lũy thừa, ví dụ: =6^2																	
%	Kí hiệu phép lấy phần trăm, ví dụ: =6%																	
(và)	Dùng để làm các dấu gộp các phép toán, ví dụ: =(5+7)/2																	
		- Công thức dùng ở bảng tính phải có dấu bằng phía trước.																
		2. Nhập công thức : - Muốn nhập công thức vào ô tính ta thực hiện các bước sau: + Chọn ô cần nhập công thức : + Gõ dấu = ; + Nhập công thức ; + Nhấn Enter. * Muốn chỉnh sửa hoặc thay đổi công thức ta thực hiện các bước sau : + Chọn ô tính chứa công thức và nhấp chuột vào công thức hiển thị trên thanh công thức rồi thực hiện chỉnh sửa. + Có thể chọn ô tính và nhấn phím F2 (hoặc nhấp đúp chuột vào ô tính) rồi chỉnh sửa công thức ngay tại ô tính. + Nhấn Enter . -Khi nhập công thức vào ô tính thì nội dung công thức cũng được hiển thị tại thanh công thức. Sau khi nhập xong, nhấn Enter thì tại ô tính sẽ hiển thị kết quả tính toán theo công thức. Nếu chọn ô chứa công thức thì nội dung công thức sẽ hiển thị ở thanh công thức.																
Hoạt động 2: Nội dung bài mới		3. Sử dụng địa chỉ trong công thức :																

Hoạt động 3: Cũng cố	- Ta có thể tính toán với dữ liệu có trong các ô thông qua địa chỉ các ô, khối, cột hoặc hàng. - Như vậy các phép tính mà không dùng đến địa chỉ thì mỗi lần tính toán ta phải gõ lại công thức và ngược lại nếu sử dụng công thức có địa chỉ khi ta thay đổi giá trị kết quả tự động thay đổi theo. 1. Cũng cố - Sử dụng địa chỉ trong công thức để tính toán trong bảng sau :  - Tính các ô <i>Thành tiền</i> = <i>Đơn giá</i> * <i>Số lượng</i> - Tính <i>Tổng cộng</i> bằng cách cộng địa chỉ các ô trong cột thành tiền.
------------------------------------	---

MÔN TIN HỌC KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp	BÀI 3. SỬ DỤNG CÁC HÀM ĐỂ TÍNH TOÁN
Hoạt động 1: Xem lại nội dung tiết trước và làm theo yêu cầu. Hoạt động 2: Nội dung bài mới	1. Kiểm tra kiến thức cũ Bài tập 4/31 SGK Thực hành lập bảng tính và sử dụng công thức. Lập bảng điểm của em như hình 1.26 Lập công thức để tính điểm tổng kết theo từng môn học vào các ô tương ứng trong cột G. - Điểm tổng kết là trung bình cộng của các điểm kiểm tra sau khi đã nhân hệ số. $= (KT\ 15p + KT1T1x\ 2 + KT1T2x2 + KTHKx3)/8$ - GV chốt kết quả đúng để HS hoàn thiện sản phẩm của mình. 1. Hàm trong chương trình bảng tính - Hàm là công thức được định nghĩa từ trước. - Hàm được sử dụng để thực hiện tính toán theo công thức với các giá trị dữ liệu cụ thể. - Giúp việc tính toán dễ dàng và nhanh chóng. 2. Cách sử dụng hàm Điểm chung: Mỗi hàm đều gồm có 2 ▪ phần: tên hàm và tên biến ▪ Các biến được liệt kê trong cặp dấu ngoặc đơn, cách nhau bởi dấu phẩy hoặc chấm phẩy. Giữa tên hàm và dấu ngoặc đơn không có bất kì kí tự nào khác 3. Một số hàm thường dùng a. Hàm tính tổng $=SUM(a,b,c,...)$ b. Hàm tính trung bình $=AVERAGE(a,b,c,...)$ c. Hàm xác định giá trị lớn nhất $=MAX(a,b,c,...)$ d. Hàm xác định giá trị nhỏ nhất $=MIN(a,b,c,...)$ -Nhóm 1 Hàm tính tổng: Tên hàm: SUM Chức năng: Cho kết quả là tổng của các dữ liệu số trong các biến. Cú pháp: $=SUM(a,b,c,...)$ - Trong đó các biến a, b, c,... đặt cách nhau bởi dấu phẩy là các số hay địa chỉ của các ô tính. (Số lượng các biến là không hạn chế). VD1: =Sum(2,3,5) VD2: =Sum (A1,B1,5) VD3: =Sum(A1:A3)
Hoạt động 3: Cũng cố	- Nhóm 2: Hàm tính giá trị trung bình:

	Tên hàm: AVERAGE Chức năng: cho kết quả là giá trị trung bình của các dữ liệu số có trong các biến. Cú pháp: AVERAGE (a,b,c,...) - Trong đó a,b,c,... là các biến là các số hay địa chỉ của ô cần tính. VD1: =Average(25,50,75) =Average(A1:A3) =Average(A2:A4,45) =Average(A1:A4) - Nhóm 3 <i>Hàm xác định giá trị lớn nhất.</i> Tên hàm: MAX Chức năng: Cho kết quả là giá trị lớn nhất trong các biến Cú pháp: =MAX(a,b,c,...) VD1: =Max(47,64,4,13,56) cho kết quả là 64. <table border="1"> <tr><th></th><th>A</th></tr> <tr><td>1</td><td>25</td></tr> <tr><td>2</td><td>50</td></tr> <tr><td>3</td><td>75</td></tr> <tr><td>4</td><td>105</td></tr> </table> VD2 : =Max(A1:A4) cho kết quả là 105. - Nhóm 4 <i>Hàm xác định giá trị nhỏ nhất:</i> - Tên hàm: Min - Công dụng: Cho kết quả là giá trị nhỏ nhất trong các biến. - Cú pháp: Min(a,b,c,...) - Ví dụ: =Min(47,64,4,13,56) kết quả là 4. Cho bảng tính sau: <table border="1"> <tr><th></th><th>A</th></tr> <tr><td>1</td><td>25</td></tr> <tr><td>2</td><td>50</td></tr> <tr><td>3</td><td>75</td></tr> <tr><td>4</td><td>105</td></tr> </table> =Min(A1:A4) kết quả là 25.		A	1	25	2	50	3	75	4	105		A	1	25	2	50	3	75	4	105
	A																				
1	25																				
2	50																				
3	75																				
4	105																				
	A																				
1	25																				
2	50																				
3	75																				
4	105																				

MÔN CÔNG NGHỆ KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	BÀI 6: BIỆN PHÁP SỬ DỤNG, CẢI TẠO VÀ BẢO VỆ ĐẤT
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	I. VÌ SAO PHẢI SỬ DỤNG ĐẤT HỢP LÍ ? Diện tích đất trồng trọt có hạn, vì vậy phải sử dụng đất hợp lí. II. BIỆN PHÁP CẢI TẠO VÀ BẢO VỆ ĐẤT: Để khắc phục những tính chất xấu của đất như chua, mặn, phèn, bạc màu...đất cần được cải tạo thì năng suất cây trồng mới cao. Những biện pháp thường dùng để cải tạo và bảo vệ đất là: canh tác, thủy lợi và bón phân. ***DẶN DÒ - Các em chép nội dung bài vào tập. - Học bài - Xem trước bài 7
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá	Em hãy học thuộc nội dung hoạt động 1 và trả lời các câu hỏi sau:

giá quá trình tự học.	- Vì sao phải sử dụng đất hợp lí ? - Những biện pháp nào thường dùng để cải tạo và bảo vệ đất ?
-----------------------	--

MÔN CÔNG NGHỆ KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	<u>BÀI 7: TÁC DỤNG CỦA PHÂN BÓN TRONG TRỒNG TRỌT</u>
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	III. PHÂN BÓN LÀ GÌ ? Phân bón là thức ăn của cây. Có 3 nhóm phân bón: -Phân hữu cơ: phân chuồng, phân xanh, phân rác, than bùn, khô dầu... -Phân hóa học: phân đạm (N), phân lân (P), phân kali (K), phân đa nguyên tố, phân vi lượng... -Phân vi sinh: phân vi sinh chuyển hóa đạm, phân vi sinh chuyển hóa lân... IV. TÁC DỤNG CỦA PHÂN BÓN: Phân bón làm tăng độ phì nhiêu của đất, tăng năng suất cây trồng và chất lượng nông sản. . ***DẶN DÒ – Các em chép nội dung bài vào tập. – Học bài – Xem trước bài 8
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Em hãy học thuộc nội dung hoạt động 1 và trả lời các câu hỏi sau: – Phân bón là gì ? Có những nhóm phân bón nào ? Cho ví dụ. – Phân bón có tác dụng gì ?

MÔN THỂ DỤC KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	CỰ LY NGẮN Kỹ thuật đánh đích
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	Cự ly chạy ngắn gồm 4 giai đoạn : xuất phát – chạy lao – giữa quãng – kết thúc. I. Giai đoạn 4 : Chạy về đích - Khi cách đích khoảng 15 – 20m cần tập trung hết sức lực để duy trì tốc độ. Tốt nhất nên gấp thân về trước để tận dụng hiệu quả đạp sau. - Người chạy hoàn thành cự li 100m khi có một bộ phận của thân trên (trừ đầu và tay) chạm vào mặt phẳng thẳng đứng có chứa vạch đích. Bởi vậy, ở bước chạy cuối cùng, người chạy phải chủ động gấp thân trên về trước. Có 2 cách chạy về đích ➤ Cách 1 : cách về đích bằng ngực - gấp thân về trước chạm ngực vào dây đích (mặt phẳng đích). ➤ Cách 2 :cách về đích bằng vai - kết hợp vừa gấp thân trên về trước vừa xoay thân để một vai chạm đích Lưu ý : Không nhảy về đích, vì sẽ chậm – sau khi nhảy lên, cơ thể chuyển động (bay về trước) chỉ theo quán tính, nên tốc độ chậm dần đều. - Sau khi về đích cần chạy tiếp vài bước theo quán tính và giữ thẳng bằng để khỏi ngã, không dừng đột ngột khi về đích tránh va chạm với người cùng về đích. II. Hiện tượng cực điểm trong khi chạy Nguyên nhân: ➤ sau khi hoạt động chạy được vài phút, cơ thể xuất hiện một trạng thái tạm thời gọi là cực điểm. Cực điểm làm giảm tạm thời khả năng làm việc của cơ thể. ➤ Do rối loạn điều hòa chức năng tạm thời, nhu cầu của các cơ rất cao, mà khả năng vận chuyển O ₂ chưa đáp ứng kịp thời. Cho nên sản phẩm của trao đổi chất bị ứ đọng lại trong cơ, dẫn đến cực điểm.(thường xảy ra ở cự ly ngắn 300m,400m,500m) Biểu hiện: - Các bạn sinh viên y được cảm thấy tức ngực, khó thở, đánh trống ngực, vận động bó buộc và muốn bỏ cuộc - Các dấu hiệu bên ngoài là thở nhanh và nông, mạch nhanh, hàm lượng CO ₂ trong máu và khi thở ra tăng cao, pH của máu giảm mồ hôi ra nhiều. III. Cách khắc phục cực điểm : ➤ Muốn tránh cực điểm không nên tăng lượng vận động 1 cách đột ngột sẽ dẫn đến sự biến đổi lớn về sinh lý mà ta cần duy trì hoạt động với cường độ đều.

	➤ Các bạn phải nỗ lực rất lớn dùng ý trí để vượt qua cực điểm và một số thao tác đặc biệt như chạy chậm lại một chút, hít thở sâu hơn... Phải rèn luyện để có trình độ chuyên môn cao và có khả năng chịu đựng nợ dưỡng. Trước khi vận động cần khởi động kỹ ➤ Khi hoạt động của cơ thể bớt khó khăn, thực hiện động tác thoải mái hơn, hô hấp trở lại bình thường có nghĩa là trải qua cực điểm và bước vào Hô hấp lần 2 IV. Một số lưu ý khi chạy ngắn an toàn ✓ Khởi động kỹ trước khi chạy ✓ Trang phục chạy bộ phù hợp (quần áo thể thao co giãn và thấm hút mồ hôi tốt) ✓ Bỏ sung nước cho cơ thể để tránh hiện tượng mất nước có thể xảy ra ✓ Ăn nhẹ trước buổi chạy ngắn khoảng 30 phút ✓ Mang giày thể thao tập luyện
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	V. Các bài tập bổ trợ phát triển trong chạy cự ly ngắn - Bài 1 : Cho người học chạy lặp lại 30m – 50m,. - Bài 2 : Chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi, chạy đạp sau, chạy tăng tốc độ (tăng dần cự ly, tần số và độ dài bước chạy). - Bài 3 : Chạy tăng tốc độ sau đó chạy theo quán tính từ 60 – 70m. . - Bài 4 : Tập đánh tay (đứng tại chỗ, tăng dần biên độ và tần số động tác). - Bài 5 : Chạy biến tốc các đoạn ngắn (40 – 60m). - Bài 6 : Chạy tăng tốc độ từ đường thẳng vào đường vòng (60 – 80m) - Bài 7 : Chạy tăng tốc độ từ đường vòng ra đường thẳng (60 – 80m) - Bài 8 : Chạy lặp lại 60m với tốc độ 70 – 80% tốc độ tối đa - Bài 9 : Chạy chậm 6 – 10m làm động tác đánh đích. - Bài 10 : Chạy 50m làm động tác đánh đích.

MÔN THỂ DỤC KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	CỰ LY NGẮN Luật thi đấu cự ly ngắn
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	I. Đường chạy cự ly ngắn Mỗi VĐV phải có 1 ô chạy riêng với độ rộng tối thiểu 1,22m và tối đa 1,25m. Vạch giới hạn ô chạy rộng 5cm, chỉ có vạch bên phải mỗi ô chạy là nằm trong độ rộng của mỗi ô chạy. Tất cả các ô chạy phải có độ rộng bằng nhau. Độ dốc theo hướng chạy của đường chạy không được vượt quá 1/1000. Vạch xuất phát và vạch đích có màu trắng, rộng 5cm. Cự ly thi đấu được đo từ mép sau vạch xuất phát đến mép trước vạch đích. II. Vị trí đường chạy của vận động viên: Số VĐV mỗi đợt tùy theo số ô có trên sân. Khi có đông VĐV thi thì phải tiến hành các cuộc thi loại (loại, bán kết, chung kết). Chọn VĐV vào vòng trong dựa vào thành tích. Cách chọn đó phải thông báo trước cho VĐV. Việc bố trí đợt chạy và ô chạy cho VĐV là do Ban tổ chức quyết định trên cơ sở ưu tiên các VĐV xuất sắc: chạy ở các ô tốt, không bị loại sớm, không loại đồng đội... VĐV không được tự ý đổi ô chạy. III. Quy định trong xuất phát Khi đã vào chỗ xuất phát, vì bất cứ lý do nào VĐV chưa sẵn sàng thì trọng tài sẽ cho VĐV lùi lại khỏi vị trí vào chỗ và trọng tài sẽ xếp hàng lại. Khi có lệnh “vào chỗ” hoặc “sẵn sàng” mỗi VĐV không được chậm trễ, ngay lập tức vào tư thế sẵn sàng chờ lệnh xuất phát. Luật không quy định về thời gian “vào chỗ”, “sẵn sàng” hay “chạy”, trọng tài phát lệnh có thể cho VĐV chạy ngay hoặc chờ lâu hơn để tất cả VĐV ổn định và đứng tư thế xuất phát. IV. Xác định thời gian chạy Xác định thời gian chạy: Hiện có 2 cách để xác định thời gian chạy, dùng đồng hồ bấm bằng tay và dùng thiết bị điện tử tự động. Thành tích chạy là thời gian từ khi có tia lửa hoặc khói súng phát lệnh tới khi có một bộ phận bất kì của cơ thể (trừ đầu, cổ, tay, chân, bàn chân, bàn tay) chạm vào mặt thẳng đứng chứa mép của vạch đích gần nhất Trong mỗi đợt chạy có 3 trọng tài bấm thời gian cho VĐV về đích đầu tiên Nếu có 2 trong 3 đồng hồ có thời gian giống nhau thì thành tích của 2 đồng hồ đó là thành tích chính thức của VĐV về đích. Nếu cả 3 đồng hồ có thời gian khác nhau thì lấy thành tích đồng hồ chính giữa là thành tích chính thức

	của VĐV về đích. Nếu chỉ có 2 đồng hồ mà thời gian khác nhau thì lấy thời gian dài hơn là thành tích chính thức của VĐV về đích. V. Lỗi xuất phát (phạm quy) VĐV rời khỏi bàn đạp trước, khi chưa nghe được tiếng súng phát lệnh(Cướp xuất phát). VĐV không tuân thủ mệnh lệnh “vào chỗ” hoặc “ sẵn sàng” một cách nghiêm túc trong thời gian hợp lý. Sau khi vào chỗ VĐV quấy rầy các VĐV khác trong đợt chạy bằng tiếng ồn hoặc các hành vi khác ảnh hưởng đến quá trình xuất phát của cả đợt. Trọng tài phát lệnh và trọng tài bắt phạm quy nào cho rằng lần xuất phát đó không công bằng sẽ bắn 1 phát súng để gọi VĐV lại. Bất kỳ VĐV nào phạm quy ngay lần đầu tiên của mỗi đợt chạy sẽ bị truất quyền thi đấu của nội dung đó. Bằng cách phát cờ đỏ ngay đường chạy của VĐV phạm quy. VĐV phải chạy đúng trong ô chạy của mình. VI. Cấm sử dụng chất kích thích trong thi đấu thể dục, thể thao Doping là chất có tác dụng đẩy nhanh tốc độ tuần hoàn máu, làm tăng khối lượng máu chảy về tim, tăng cường thể lực và sự tập trung cho các vận động viên, có 3 loại Doping Doping “cơ” tác dụng tăng cường sức mạnh của cơ bắp do sự sản sinh hoocmon. Doping “máu” tác dụng đưa tế bào hồng cầu chưa oxi, được đưa vào máu của cơ thể làm đưa oxi đến cơ bắp được nhanh hơn, từ đó cơ thể hoạt động ở tầng suất cao, mạnh mẽ và bền bỉ hơn. Doping “thần kinh” tác dụng làm cho vận động viên không mệt mỏi và đuổi sức Tác hại khôn lường của DOPING ✓ Khi chất kích thích trong cơ thể của người dùng hết tác dụng, lúc này sẽ có dấu hiệu ảnh hưởng trực tiếp tới sức khỏe người dùng, cơ thể cực kỳ mệt mỏi, đuổi sức hoặc thậm chí có thể ảnh hưởng đến tính mạng ✓ Các vận động viên nữ có xu hướng bị nam tính hóa : giọng nói trầm hơn, nổi mụn, mọc râu, ✓ Các vận động viên nam vô sinh ✓ Làm yếu cơ, to các đầu chi ✓ Gây tán huyết, sốt, nổi mẩn ngứa, suyễn nặng, nhiễm khuẩn gan, hoặc thậm chí nghiêm trọng hơn là nhiễm HIV ✓ Suy tim, suy thận, loại được phẩm bị cấm này còn có thể gây bệnh gan ứ huyết, ung thư gan ✓ Khi sử dụng Doping trong thể thao, sẽ bị buộc hủy bỏ kết quả thi đấu và phạt tiền.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Hs ôn tập các luật thi đấu cự li ngắn

MÔN ÂM NHẠC KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Tiết 4: + Nhạc lý: Nhịp $\frac{4}{4}$ - Cách đánh nhịp $\frac{4}{4}$ + TĐN số 2: Ánh trăng
HD 1: + Nhạc lý: Nhịp $\frac{4}{4}$ - Cách đánh nhịp $\frac{4}{4}$ + TĐN số 2: Ánh trăng (HS viết cả 2 phần này vào vở)	Nhạc lý : Nhịp $\frac{4}{4}$ 1. Nhịp $\frac{4}{4}$ Nhịp $\frac{4}{4}$ còn có kí hiệu là nhịp C, mỗi nhịp có 4 phách, mỗi phách bằng một nốt đen. Phách thứ nhất là phách mạnh, phách thứ hai là phách nhẹ, phách thứ ba là phách mạnh vừa, phách thứ tư là phách nhẹ. Nốt tròn () có trường độ bằng 4 nốt đen. Tập đọc nhạc : TĐN số 2 Ánh trăng Nhạc Pháp Lời Việt : LÊ MINH CHÂU Nhanh vừa  Nhìn bầu trời trăng sáng soi cùng chúng em vui đùa. Đèn rọi trời như ánh sao hoà ánh trăng đêm rằm. Trăng trung thu trăng hoà bình sáng lung linh ánh vàng. Tưng tưng từng tiếng trống vang nhịp mùa ca tung bùng.

HD 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học: Cho HS quan sát và nhận xét bài TĐN2 bằng một số câu hỏi	❖ Nhận xét bài TĐN số 2: “Ánh trăng” - Bài TĐN viết ở nhịp mấy? - Trường độ gồm các hình nốt? - Bài TĐN 2 gồm mấy câu? - Nhận xét về nhạc lí: - Nêu định nghĩa nhịp 4_4 - Cách đánh nhịp 4_4
HD3: Thực hành: GV hướng dẫn HS đọc nhạc	- Hs đọc tên nốt nhạc bài TĐN số 2 - Ghép lời ca - Hs đọc nốt nhạc + ghép lời ca + đánh nhạc nhịp TĐN số 2

MÔN ÂM NHẠC KHỐI 7 TUẦN 5

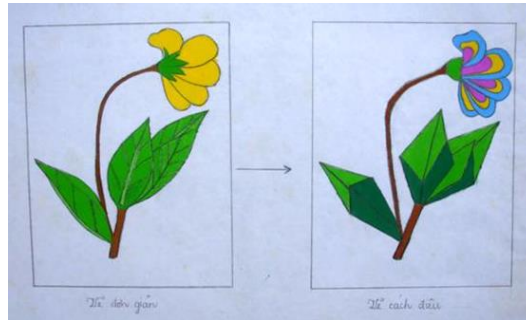
NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7 HD 1: Tập đọc nhạc số 3: “ĐẤT NƯỚC TƯƠI ĐẸP SAO” (HS viết phần này vào vở)	Tiết 5: Tập đọc nhạc số 3: “Đất nước tươi đẹp sao” 
HD 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học	- Nhận xét bài TĐN số 3: “Đất nước tươi đẹp sao” + Bài TĐN viết ở nhịp mấy? Nhạc của nước nào? Nhạc sĩ nào dịch lời Việt? + Trường độ gồm các hình nốt nào? + Bài TĐN 3 gồm mấy câu?
HD3: Thực hành	- Hs đọc tên nốt nhạc bài TĐN số 3 - Ghép lời ca - Hs đọc nốt nhạc + ghép lời ca + đánh nhạc nhịp

MÔN MỸ THUẬT KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
	Bài 4 VTT TẠO HOA TIẾT TRANG TRÍ
Hoạt động 1: TÌM HIỂU BÀI	I. Quan sát, nhận xét - Là những hình ảnh có thực trong tự nhiên: có cây, hoa lá, con vật, sóng nước, mây trời,... - Hoa tiết đó được cách điệu, đơn giản hoá nhưng nó dựa trên các đặc điểm của sự vật nên vẫn giữ được nét đặc trưng của sự vật đó. II. Cách vẽ: - Lựa chọn hoa tiết - Quan sát mẫu thật - Tạo hoa tiết trang trí
Hoạt động 2: THỰC HÀNH BÀI VẼ Lưu ý: Học sinh có thể sử dụng giấy	BÀI TẬP Chép một mẫu hoa lá sau đó cách điệu thành hoa tiết.

vẽ hoặc giấy tập.
Học sinh ko có màu vẽ có thể
sử dụng màu viết chì hoặc
màu bút bi.

GỢI Ý BÀI VẼ.



MÔN MỸ THUẬT KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
	BÀI: TRANH PHONG CẢNH
Hoạt động 1: TÌM HIỂU BÀI	I. Tìm và chọn nội dung đề tài: - Tranh phong cảnh là tranh vẽ về các vùng miền khác nhau như: miền núi, miền biển, đồng bằng....và Thành phố. II. Cách vẽ: 1. Tìm và chọn nội dung. 2. Tìm hình 3. Vẽ chi tiết. 4. Vẽ màu.
Hoạt động 2: THỰC HÀNH BÀI VẼ Lưu ý: Học sinh có thể sử dụng giấy vẽ hoặc giấy tập. Học sinh ko có màu vẽ có thể sử dụng màu viết chì hoặc màu bút bi.	BÀI TẬP Hãy vẽ một bức tranh phong cảnh mà em thích. BÀI VẼ THAM KHẢO



MÔN VĂN KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI BÀI
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7 Hoạt động 1: Mở sách giáo khoa trang 48-49 và thực hiện các yêu cầu. 1. Đọc phần chú thích (48-49) Gạch chân các câu chứa thông tin mà em cho là quan trọng. -Đọc để hiểu các từ khó và kí hiệu đặc biệt được sử dụng trong bài viết. 2. Đọc văn bản (trang 48) -Em có nhận xét gì về hình thức, thể thơ của bài ca dao 2 ? 3: Hướng dẫn HS phân tích Bài ca dao 2 Bài ca dao là lời của ai? Em hiểu cụm từ “Thương thay” như thế nào? Nêu ý nghĩa của sự lặp lại của cụm từ này trong bài ca dao? Hãy phân tích những nỗi thương thân của người lao động qua các hình ảnh ẩn dụ trong bài ca dao? 4: Hướng dẫn tổng kết Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7 Hoạt động 1: Mở sách giáo khoa trang 51-52 và thực hiện các yêu cầu. 1. Đọc phần chú thích (51-52) Gạch chân các câu chứa thông tin mà em cho là quan trọng. -Đọc để hiểu các từ khó và kí hiệu đặc biệt được sử dụng trong bài viết. 2. Đọc văn bản (trang 51) -Em có nhận xét gì về hình thức, thể thơ của bài ca dao 1? 3: Hướng dẫn HS phân tích Bài ca dao 1 Bài 1 chân dung chú tôi được giới thiệu như thế nào? Qua những chi tiết ấy giúp em cảm nhận gì về “chú tôi”? Bài ca dao châm biếm hạng người nào trong xã hội? Trong xã hội ta còn có những người như thế không? Chúng ta cần phải có thái độ như thế nào? 4: Hướng dẫn tổng kết Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học . * HƯỚNG DẪN VỀ NHÀ *Đối với bài cũ - Học thuộc - nắm chắc nội dung, ý nghĩa hai bài ca dao đã học. *Đối với bài mới - Chuẩn bị: Đại từ ? Thế nào là đại từ ?	Văn bản : NHỮNG CÂU HÁT THAN THÂN (dạy bài 2) I. Giới thiệu chung * Ca dao than thân: - Hiện thực về đời sống của người lao động dưới chế độ cũ: Nghèo khó, vất vả, bị áp bức...trong xã hội. II. Đọc hiểu văn bản 1. Đọc - hiểu chú thích 2. Kết cấu – bố cục - Hình thức diễn đạt: thơ lục bát. - PTBĐ: biểu cảm. 3. Phân tích Bài ca dao 2 - Lời người lao động thương cho thân phận những người khốn cùng và cũng là chính mình. - Điệp từ: thương thay → Tô đậm nỗi thương cảm xót xa, sự đồng cảm sâu sắc cho những cuộc đời cay đắng, vất vả, lận đận. - Phép đối, từ láy gợi tả. - Hình ảnh ẩn dụ, tượng trưng: Con tằm, con kiến, con hạc, con cuốc → Nỗi khổ nhiều bề của thân phận những người lao động trong xã hội cũ 4. Tổng kết Ghi nhớ (SGK - 49) NHỮNG CÂU HÁT CHÂM BIẾM (dạy bài 1) I. Giới thiệu chung * Ca dao châm biếm: phản ánh những hiện tượng bất bình thường trong cuộc sống, có ý nghĩa châm biếm. II. Đọc hiểu văn bản 1. Đọc - hiểu chú thích 2. Kết cấu – bố cục - Hình thức diễn đạt: thơ lục bát. - PTBĐ: biểu cảm. 3. Phân tích Bài ca dao số 1: Giới thiệu chân dung chú tôi: - Hay từ hay tằm - Hay nước chè đặc - Hay nằm ngủ trưa - Ước ngày mưa - Đêm thừa trống canh → Phép liệt kê, từ ngữ mỉa mai, nói ngược, giọng điệu nhẹ nhàng, bông đùa. => Giễu cợt, châm biếm nhân vật chú tôi. => Chế giễu hạng người lười biếng, nghiện ngập. 4. Tổng kết

? Có mấy loại đại từ ? Ví dụ ?	* Ghi nhớ (SGK/53) III. Luyện tập. Em làm bài phần tập luyện tập trang 50, 53 vào vở ghi nhé.
--------------------------------	--

MÔN VĂN KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI BÀI
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Văn bản : SÔNG NÚI NƯỚC NAM (Nam quốc sơn hà – Lý Thường Kiệt ?)
Hoạt động 1: Mở sách giáo khoa trang 63 -64 và thực hiện các yêu cầu. 1. Đọc phần chú thích (63 -64) Gạch chân các câu chứa thông tin mà em cho là quan trọng về tác giả và bài thơ "Nam quốc sơn Hà"? ? Bài thơ ra đời trong hoàn cảnh nào? 2.Đọc hiểu văn bản. HS đọc văn bản tìm hiểu từ khó, bố cục, thể thơ. 3: Hướng dẫn HS phân tích -GV hướng dẫn học sinh tìm hiểu hai câu thơ đầu. -GV hướng dẫn học sinh tìm hiểu hai câu thơ cuối. 4: Hướng dẫn tổng kết Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7 Hoạt động 1: Mở sách giáo khoa trang 65 -66 - 67 và thực hiện các yêu cầu. 1. Đọc phần chú thích (66 -67) Gạch chân các câu chứa thông tin mà em cho là quan trọng về tác giả và bài thơ. - Bài thơ ra đời trong hoàn cảnh nào? 2.Đọc hiểu văn bản. HS đọc văn bản tìm hiểu từ khó, bố cục, thể thơ. 3: Hướng dẫn HS phân tích -GV hướng dẫn học sinh tìm hiểu hai câu thơ đầu.	I. Giới thiệu chung 1. Tác giả - Chưa rõ. - Sau này nhiều sách ghi là Lý Thường Kiệt 2. Tác phẩm - Ra đời trong cuộc kháng chiến chống quân xâm lược Tống - Thời Lí. - Được coi là bản tuyên ngôn độc lập lần thứ nhất. II. Đọc hiểu văn bản 1. Đọc - hiểu chú thích 2. Kết cấu, bố cục - Thể thơ: Thất ngôn tứ tuyệt (4 câu, 7 chữ). - Bố cục: 2 phần + Hai câu đầu: Tuyên bố chủ quyền. + Hai câu cuối: Khẳng định chiến thắng. 3. Phân tích 3.1. Hai câu thơ đầu: - Ngôn ngữ trang trọng, ý thơ đanh thép. => Khẳng định chủ quyền lãnh thổ của đất nước 3.2. Hai câu cuối → Khẳng định niềm tin, ý chí quyết tâm chiến thắng kẻ thù bảo vệ Tổ quốc, bảo vệ độc lập dân tộc. 4.3. Ghi nhớ (SGK - 65) III. Luyện tập. Em làm bài phần tập luyện tập trang 65 vào vở ghi nhé. PHÒ GIÁ VỀ KINH (Tụng giá hoàn kinh sư – Trần Quang Khải) I. Giới thiệu chung 1. Tác giả a. Trần Quang Khải là con trai thứ ba của vua Trần Thái Tông. 2. Tác phẩm - Hoàn cảnh ra đời của bài thơ: Sau chiến thắng Hàm Tử, Chương Dương II. Đọc – hiểu văn bản 1. Đọc - hiểu chú thích 2. Kết cấu, bố cục - Thể thơ: ngũ ngôn tứ tuyệt. - Bố cục : 2 phần. + Hai câu đầu Chiến thắng hào hùng của dân tộc. + Hai câu cuối: Khát vọng thái bình thịnh trị của dân tộc. 3. Phân tích. a. Hai câu đầu. - Sử dụng động từ mạnh, giọng điệu khỏe khoắn, phấn chấn, tự hào => Lòng tự hào, chiến thắng oanh liệt, hào hùng của dân tộc. b. Hai câu cuối.

-GV hướng dẫn học sinh tìm hiểu hai câu thơ cuối. 4: Hướng dẫn tổng kết Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học * HƯỚNG DẪN BÀI TẬP VỀ NHÀ * Đối với bài cũ - Thuộc lòng bản phiên âm, dịch thơ, thuộc ghi nhớ hai bài thơ * Đối với bài mới : Chuẩn bị: “Từ Hán Việt.” Và trả lời trước 1 số câu hỏi: Phần II: Từ ghép Hán Việt trang 70 và phần I trang 81,82	- Âm điệu sâu lắng, cảm xúc => Lối động viên xây dựng và phát triển đất nước, khát vọng thái bình, thịnh trị. 4. Tổng kết * Ghi nhớ (SGK/68) III. Luyện tập. Em làm bài phân tập luyện tập trang 68 vào vở ghi nhé.
---	---

MÔN SỬ KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 6: CÁC QUỐC GIA PHONG KIẾN ĐÔNG NAM Á. (2 tiết) 1. Sự hình thành của vương quốc cổ Đông Nam Á a. Điều kiện tự nhiên: Khu vực Đông Nam Á ngày nay gồm 11 nước, chịu ảnh hưởng của gió mùa tạo nên 2 mùa (mùa mưa và mùa khô). + Thuận lợi: phát triển nông nghiệp trồng lúa. + Khó khăn: gây ra lũ lụt, hạn hán. b. Sự hình thành các vương quốc cổ: - Khoảng 10 thế kỉ đầu sau Công nguyên: + Cham-pa ở trung bộ Việt Nam. + Phù Nam ở sông Mê Công. + Các vương quốc ở sông Mê Nam và trên các đảo In-đô-nê-xi-a. 2. Sự hình thành và phát triển của các quốc gia phong kiến Đông Nam Á a. Từ thế kỉ X – XVIII: thời kì phát triển thịnh vượng. + Ấn-đô-nê-xi-a: Vương triều Mô-giô-pa-hit (1213 – 1527) + Campuchia: Thời kì Ăngco (IX – XV) + Mianma: Vương triều Pa-gan (XI) + Thái Lan: Vương quốc Su-khô-thay (XIII) + Lào: Vương quốc Lan Xạng (XV – XVII) + Ngoài ra còn có Đại Việt, Champa... b. Từ nửa sau thế kỉ XVIII: suy yếu kéo dài đến khi phương Tây xâm lược (trừ Thái Lan). 3. Vương quốc Campuchia (Học sinh đọc sách giáo khoa). 4. Vương quốc Lào (Học sinh đọc sách giáo khoa).
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	+ Hs gạch dưới 4 đoạn in nghiêng (sgk/18, 19, 20, 21) + Đọc và xem kĩ lược đồ hình 16 (sgk/22) + Các nước thời nay: . Gia-va: In-đô-nê-xi-a . Xiêm: Thái lan . Miên Điện: Mi-an-ma + Hs xem bảng tra cứu thuật ngữ cuối sgk/152- 155.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	1/ Kể tên đầy đủ 11 nước Đông nam á ngày nay? 2/ Thời kì Ăng-co (thế kỉ IX- XV) ở Cam-pu-chia phát triển thịnh vượng ra sao? 3/ Hs trả lời câu hỏi số 2 cuối bài (sgk/22)

MÔN SỬ KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ			
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 7: NHỮNG NÉT CHUNG VỀ XÃ HỘI PHONG KIẾN			
	1. Sự hình thành và phát triển của xã hội phong kiến (hs đọc sgk/23)			
	2. Cơ sở kinh tế – xã hội của xã hội phong kiến			
		XHPK phương Tây	XHPK phương Đông	Nhận xét
	Cơ sở kinh tế	Nông nghiệp đóng kín trong lãnh địa	Nông nghiệp đóng kín trong công xã nông thôn	Giống nhau
	Giai cấp cơ bản	Lãnh chúa, nông nô	Địa chủ, nông dân	Đều bóc lột.
Phương thức bóc lột	Tô thuế	Tô thuế	Giống nhau	
3. Nhà nước phong kiến				

	- Chế độ quân chủ: thể chế nhà nước do Vua đứng đầu. + <i>Phương Đông</i> : vua có nhiều quyền lực. + <i>Châu Âu</i> : lúc đầu bị hạn chế.
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	- Hs đọc sgk mục 1 (trang 23). - Các thuật ngữ: lãnh chúa, nông nô, nô tì, địa chủ, quân chủ (xem bảng tra cứu thuật ngữ cuối sgk/152-155).
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	1/ Lập bảng thống kê so sánh xã hội phong kiến phương Tây với phương Đông về: cơ sở kinh tế, các giai cấp cơ bản, phương thức bóc lột. 2/ Thế nào là chế độ quân chủ?

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp	LÀM BÀI TẬP LỊCH SỬ
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	HS ÔN TẬP THẬT KỸ CÁC BÀI ĐÃ HỌC (1...7)
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	1/ Hs xem lại các bài trọng tâm đã học: bài 2, 3, 4, 6, 7. 2/ Có thể mở sách giáo khoa tự trả lời lại các câu hỏi cuối bài của các bài trọng tâm nêu trên.

MÔN ĐỊA KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 7: MÔI TRƯỜNG NHIỆT ĐỚI GIÓ MÙA
Hoạt động 1: Học sinh đọc tài liệu SGK (hoặc xem SGK trực tuyến), xem các hình ảnh, lược đồ, biểu đồ trong SGK.	I/ Khí hậu - Vị trí: Khí hậu nhiệt đới gió mùa là loại khí hậu đặc sắc của đới nóng, điển hình là ở Nam Á và Đông Nam Á. - Hai mùa gió chính: + Mùa hạ: gió mùa mùa hạ thổi từ Ấn Độ Dương và Thái Bình Dương tới, đem theo không khí mát mẻ và mưa lớn. + Mùa đông: Gió mùa mùa đông thổi từ lục địa châu Á ra biển, mang theo không khí khô và lạnh. - Đặc điểm: + Nhiệt độ và lượng mưa thay đổi theo mùa gió + Thời tiết diễn biến thất thường. + Lượng mưa trung bình năm: 1500mm – 2500mm.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	- Quan sát biểu đồ nhiệt độ và lượng mưa hình 7.3 và 7.4 cho biết: + Nhiệt độ cao nhất: + Nhiệt độ thấp nhất: + Biên độ nhiệt: + Lượng mưa cao nhất: + Lượng mưa thấp nhất:

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 7: MÔI TRƯỜNG NHIỆT ĐỚI GIÓ MÙA
Hoạt động 1: Học sinh đọc tài liệu SGK (hoặc xem SGK trực tuyến), xem các hình ảnh, lược đồ, biểu đồ trong SGK.	II/ Các đặc điểm khác của môi trường - Là môi trường đa dạng và phong phú của đới nóng. - Gió mùa có ảnh hưởng lớn đến cảnh sắc thiên nhiên và cuộc sống của con người. - Nam Á và Đông Nam Á là những khu vực thích hợp cho việc trồng cây lương thực (đặc biệt là cây lúa nước) và cây công nghiệp lâu năm. - Đây là nơi sớm tập trung đông dân trên thế giới. - Tuỳ thuộc vào lượng mưa và sự phân bố mưa trong năm mà có các thảm thực vật khác nhau: + Nơi mưa nhiều: rừng cũng có nhiều tầng nhưng không bằng rừng rậm xanh quanh năm. + Nơi mưa ít có đồng cỏ cao nhiệt đới.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	- Trình bày sự đa dạng của môi trường nhiệt đới gió mùa.

MÔN ĐỊA KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 10: DÂN SỐ VÀ SỨC ÉP DÂN SỐ TỚI TÀI NGUYÊN, MÔI TRƯỜNG Ở ĐỚI NÓNG (Tiết 1)
Hoạt động 1: Học sinh đọc tài	I/ Dân số:

liệu SGK (hoặc xem SGK trực tuyến), xem các hình ảnh, lược đồ, biểu đồ trong SGK.	+ 50 % dân số trên thế giới sống ở đới nóng nhưng kinh tế còn chậm phát triển + Dân số tăng nhanh dẫn đến bùng nổ dân số, tác động xấu đến phát triển kinh tế, đời sống con người và tài nguyên, môi trường
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Phân tích hình 10.1 (trang 34 SGK) để thấy mối quan hệ giữa sự gia tăng dân số tự nhiên quá nhanh với tình trạng thiếu lương thực ở châu Phi?

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Bài 10: DÂN SỐ VÀ SỨC ÉP DÂN SỐ TỚI TÀI NGUYÊN, MÔI TRƯỜNG Ở ĐỚI NÓNG(Tiết 2)
Hoạt động 1: Học sinh đọc tài liệu SGK (hoặc xem SGK trực tuyến), xem các hình ảnh, lược đồ, biểu đồ trong SGK.	II/ Sức ép của dân số tới tài nguyên, môi trường: + Tài nguyên thiên nhiên bị cạn kiệt, suy giảm + Môi trường bị ô nhiễm => Chất lượng cuộc sống của người dân thấp + Để giảm bớt sức ép của dân số đến tài nguyên và môi trường cần: - Giảm tỷ lệ gia tăng dân số - Phát triển kinh tế - Nâng cao đời sống người dân => Tác động tích cực đến tài nguyên và môi trường
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	Nêu một vài dẫn chứng để thấy rõ sự khai thác rừng quá mức sẽ có tác động xấu tới môi trường.

MÔN ANH KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Unit 3 (A1,2)-Unit 3 (B1,2,3)-Unit 3 (B5,6)
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	A. VOCABULARY - put /pʊt/ (v): đặt đồ - washing machine /'wɒʃɪŋ mə'ʃiːn/ (n): máy giặt - refrigerator /rɪ'frɪdʒəreɪtə(r)/ (n): tủ lạnh - electric stove /ɪ'lektrɪk stəʊv/: lò điện - sink /sɪŋk/ (n): bồn rửa - shower /'ʃaʊə(r)/ (n): vòi tắm hoa sen - closet /'klɒzɪt/ (n): tủ quần áo - interesting/ 'ɪntrəstɪŋ/ (a): thú vị - friendly /'frendli/(a): thân thiện - modern /'mɒdn/ (a): hiện đại - narrow /'nærəʊ/ (a): hẹp - clever /'kleɪvə(r)/ (a): lanh lợi - sour/ 'saʊə(r)/(a): chua - colorful /'kʌləfl/(a): sặc sỡ B. GRAMMAR I.Exclamation with What (Câu cảm với What) 1/. With count Nouns (Với danh từ đếm được) What + a/an + Adjective + Noun (số ít)! What + Adjective + Noun (Số nhiều)! Ex: What a beautiful Christmas tree! (Cây giăng sinh đẹp quá!) What an interesting film! (Phim hay quá!) What difficult exercises! (Những bài tập khó quá!) 2/ With Non-count Nouns (Với danh từ không đếm được) What + Adjective + Noun ! Ex: What hot weather! (Thời tiết nóng quá!) Notes: Cấu trúc câu cảm với What... có thể có Subject + Verb cuối câu. Ex: What delicious food they serve!(Họ phục vụ thức ăn ngon quá!) What a lovely house you have!(Bạn có căn nhà xinh quá!) II.Exclamation with How (Câu cảm với How) How + Adjective + Subject + Linking verb ! Linking verb: động từ liên kết như to be, to become, to feel...

	Ex: How beautiful the princess is! (Công chúa đẹp làm sao!) How long this lesson is! (Bài học này dài quá!) How + Adverb + Subject + Verb ! Ex: How well he swim! (Anh ấy bơi giỏi quá!) How fast she runs! (Cô ấy chạy nhanh quá!)
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	C. PRACTICE Dùng câu cảm thán với “what” và “How” để viết lại những câu sau 1. It is a terrible dish. ⇒ What..... =>How..... 2. These boys are very naughty. ⇒ What..... =>How..... 3. His drawing is very perfect. ⇒ How..... 4. He draws a perfect picture. ⇒ What..... 5. He writes very carelessly. ⇒ What.....

MÔN ANH KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ		
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp 7	Unit 4 (A1,2,3) Unit 4 (A5,6)		
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	B. VOCABULARY <table border="1"> <tr> <td> - primary School /'praɪməri skul/ (n): trường tiểu học - secondary school /'sekənˌdəri skul/ (n): trường trung học cơ sở - high school /haɪ skul/ (n): trường phổ thông trung học - uniform /'juː.nɪ.fɔːm/ (n): đồng phục - schedule /'skedʒul/ (n): lịch trình, chương trình - timetable /'taɪm teɪbəl / (n): thời khóa biểu - library /'laɪbrəri/ (n): thư viện </td><td> - plan /plæn/ (n): sơ đồ (hướng dẫn mượn sách) - index /'ɪndeks/ (n): mục lục (sách thư viện) - order /'ɔːdə/ (n): thứ tự - title /'taɪtl/ (n): tiêu đề - set /set/ (n): bộ - shelf /ʃelf/ (n): giá sách + shelves (n): giá sách (số nhiều) </td></tr> </table> D. GRAMMAR I/ Revision: Telling the time - Ôn tập: Cách nói giờ Ôn tập: Cách nói giờ. 1. Giờ chẵn: It's + số giờ+ o'clock (sharp). 2. Giờ có phút kèm theo 1. Giờ chẵn: It's + số giờ+ o'clock (sharp) Ex: It's ten o'clock. (Bây giờ là 10 giờ)/It's five o'clock sharp. (Năm giờ đúng) 2. Giờ có phút kèm theo a/- Trong giao tiếp hàng ngày (everyday English): Ta dùng It + be + số giờ+ số phút Ex: It's eight-fifteen : 8.15 (8 giờ 15) It's ten twenty-two: 10.22 (10 giờ 22) b/- Trong cách nói trang trọng (formal English) ■ Khi số phút nhỏ hơn 30: It + be + số phút + past + số giờ Ex: It's ten past seven: 7 giờ 10-It's twenty-five past three: 3 giờ 25 ■ Khi số phút bằng 30: It + be + half past + số giờ Ex: It's half past eleven: 11 giờ 30 (11 giờ rưỡi) ■ Khi số phút lớn hơn 30: It + be + số phút tới giờ kế + to + giờ kế Ex: It's ten to five: 5 giờ kém 10 (4 giờ 50) - It's six to eight: 8 giờ kém 6 (7 giờ 54) ■ Khi số phút là 15, ta có thể dùng a quarter thay thế Ex: It's fifteen past nine = It's (a) quarter past nine: 9 giờ 15	- primary School /'praɪməri skul/ (n): trường tiểu học - secondary school /'sekənˌdəri skul/ (n): trường trung học cơ sở - high school /haɪ skul/ (n): trường phổ thông trung học - uniform /'juː.nɪ.fɔːm/ (n): đồng phục - schedule /'skedʒul/ (n): lịch trình, chương trình - timetable /'taɪm teɪbəl / (n): thời khóa biểu - library /'laɪbrəri/ (n): thư viện	- plan /plæn/ (n): sơ đồ (hướng dẫn mượn sách) - index /'ɪndeks/ (n): mục lục (sách thư viện) - order /'ɔːdə/ (n): thứ tự - title /'taɪtl/ (n): tiêu đề - set /set/ (n): bộ - shelf /ʃelf/ (n): giá sách + shelves (n): giá sách (số nhiều)
- primary School /'praɪməri skul/ (n): trường tiểu học - secondary school /'sekənˌdəri skul/ (n): trường trung học cơ sở - high school /haɪ skul/ (n): trường phổ thông trung học - uniform /'juː.nɪ.fɔːm/ (n): đồng phục - schedule /'skedʒul/ (n): lịch trình, chương trình - timetable /'taɪm teɪbəl / (n): thời khóa biểu - library /'laɪbrəri/ (n): thư viện	- plan /plæn/ (n): sơ đồ (hướng dẫn mượn sách) - index /'ɪndeks/ (n): mục lục (sách thư viện) - order /'ɔːdə/ (n): thứ tự - title /'taɪtl/ (n): tiêu đề - set /set/ (n): bộ - shelf /ʃelf/ (n): giá sách + shelves (n): giá sách (số nhiều)		

	It's fifteen to ten = It's (a) quarter to ten: 9 giờ 45 II/ Remember 1/What time + do/does + S + V.... ? 2/What is Lan studying at 8.40 ? 3/When/ what time do you have English? 4/What is your favorite subject?
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	C.PRACTICE : Chọn đáp án đúng nhất 1. What time do you go to school, Mai? A. Yes, at 6.45 a.m B. 6.45 a.m C. At 2.45 a.m D. At 6.45 a.m 2. Do you like English or Geography, Minh? A. No, I don't like Geography. B. I like English. C. Yes, I like English. D. Yes, I like English and Geography. 3. What are you doing now, Chi? A. I am doing my homework. B. Chi is doing her homework C. Yes, I am doing my homework. D. I am not doing the housework. 4. Do your classes start at 7 a.m? A. They do. B. Yes, they do. C. Yes, they start. D. No, they aren't.

MÔN GD CD KHỐI 7 TUẦN 4

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp	BÀI 3: TỰ TRỌNG
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	1. Truyền đọc “Một tâm hồn cao thượng”(HS tự đọc sách trang 8,9,10) + Hành động của Rô-be: - Là em bé mồ côi nghèo khổ, bán diêm. - Cầm một đồng tiền vàng đi đổi lấy tiền lẻ để trả lại tiền thừa cho tác giả. + Bị xe chẹt không trả tiền thừa được. + Sai em đến trả lại tiền thừa. + Vì sao Rô-be làm như vậy? - Muốn giữ đúng lời hứa - Không muốn người khác nghĩ mình nói dối, lấy cắp. - Không muốn người khác coi thường, xúc phạm đến danh dự, mất lòng tin ở mình. * Nhận xét: + Là người có ý thức trách nhiệm cao. + Tôn trọng mình, người khác. + Có một tâm hồn cao thượng. - Biểu hiện của tự trọng: + Không quay cốp, giữ đúng lời hứa, dũng cảm nhận lỗi, cư xử đàng hoàng, nói năng lịch sự, kính trọng thầy cô, bảo vệ danh dự cá nhân, tập thể... - Biểu hiện không tự trọng: + Sai hẹn, sống buông thả, không biết xấu hổ, bắt nạt người khác, nịnh bợ, luồn cúi, không trung thực, dối trá... 2. Nội dung bài học: a. Khái niệm + Tự trọng là biết coi trọng và giữ gìn phẩm cách, biết điều chỉnh hành vi của mình cho phù hợp với các chuẩn mực xã hội. + Coi trọng và giữ gìn phẩm cách có nghĩa là coi trọng danh dự, giá trị con người mình; không làm điều xấu có hại đến danh dự bản thân, không chấp nhận sự xúc phạm cũng như lòng thương hại của người khác. b. Biểu hiện Cư xử đàng hoàng, đúng mực, cử chỉ, lời nói có văn hoá; nếp sống gọn gàng, sạch sẽ; tôn trọng người khác, biết giữ lời hứa; luôn hoàn thành tốt nhiệm vụ, không để ai nhắc nhở, chê trách. c. Ý nghĩa + Giúp con người có nghị lực vượt qua khó khăn để hoàn thành nhiệm vụ, có ý chí vươn lên để tự hoàn thiện mình + Tránh được những việc làm xấu có hại cho bản thân, gia đình và xã hội. + Được mọi người quý trọng. d. Cách rèn luyện + Phải chú ý giữ gìn danh dự của mình + Luôn trung thực với mọi người và với bản thân mình; phải tránh những thói xấu, thói gian dối
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	-Làm bài tập a, b,c trang 11,12 vào tập. -Xem trước bài 5

MÔN GD&CD KHỐI 7 TUẦN 5

NỘI DUNG	GHI CHÚ
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp	Bài 5: YÊU THƯƠNG CON NGƯỜI
Hoạt động 1: Đọc tài liệu và thực hiện các yêu cầu.	1. Truyện đọc: “Bác Hồ đến thăm người nghèo” sách trang 15,16. Gợi ý trả lời câu hỏi: a. Những chi tiết nào trong truyện thể hiện sự quan tâm, thông cảm và giúp đỡ của Bác Hồ đối với gia đình chị Chín? Những chi tiết trong truyện thể hiện sự quan tâm, thông cảm và giúp đỡ của Bác Hồ đối với gia đình chị Chín: • Bác Hồ đến bên các cháu, âu yếm xoa đầu rồi phát quà tết cho các cháu. • Bác Hồ quan tâm hỏi han về hoàn cảnh gia đình chị Chín: “ Mẹ con thím có bị đói không? Hay là Cháu có đi học không?...”. • Bác ân cần dặn dò chị về việc làm ăn và học hành. • Chị thị UB thành phố Hà Nội tạo công ăn việc làm cho gia đình chị Chín. b. Những chi tiết ấy biểu hiện đức tính gì của Bác Hồ? • Những chi tiết trên biểu hiện đức tính yêu thương mọi người của Bác Hồ. c. Em hiểu thế nào là yêu thương con người? • Yêu thương con người là quan tâm, giúp đỡ lẫn nhau, nhất là những lúc họ gặp phải khó khăn, hoạn nạn. 2. Nội dung bài học a) Khái niệm yêu thương con người: Yêu thương con người là quan tâm, giúp đỡ làm những điều tốt đẹp cho người khác, nhất là những người gặp hoạn nạn, khó khăn. * Biểu hiện yêu thương con người: • Sẵn sàng giúp đỡ, thông cảm sẻ chia • Biết tha thứ, hi sinh cho người khác. b) Ý nghĩa: - Là truyền thống quý báu của dân tộc, cần được giữ gìn và phát huy. - Sẽ được mọi người yêu quý và kính trọng. * Tục ngữ: Thương người như thể thương thân.
Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học.	- Ghi nội dung bài học vào tập. - Làm bài tập a, b ,c trang 16,17 - Đọc và tìm hiểu trước bài 7