



TÀI LIỆU TẬP HUẤN SGK

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

LỚP 1



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

CHỮ VIẾT TẮT TRONG TÀI LIỆU

CTGDPT: Chương trình Giáo dục phổ thông

ĐHĐN : Đội hình đội ngũ

GDTC : Giáo dục thể chất

GV : Giáo viên

HS : Học sinh

HĐ : Hoạt động

LVĐ : Lượng vận động

NL : Năng lực

PPDH : Phương pháp dạy học

RLTT : Rèn luyện thân thể

SGK : Sách giáo khoa

SGV : Sách giáo viên

TCVĐ : Trò chơi vận động

TDTT : Thể dục thể thao

A – GIỚI THIỆU CHUNG VỀ BỘ SÁCH GIÁO KHOA CÙNG HỌC ĐỂ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC

1. NHỮNG VẤN ĐỀ CƠ BẢN CỦA SÁCH GIÁO KHOA PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC

1.1. Quan niệm về sách giáo khoa

- Chương trình GDPT đã được Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành là pháp lệnh, mà GDPT cần tuân thủ. Mỗi địa phương có thể sử dụng nhiều bộ SGK khác nhau để triển khai CT GDPT mới.
- SGK cụ thể hoá Chương trình, SGK là một trong những tài liệu hướng dẫn dạy học quan trọng.
- SGK cung cấp kiến thức nền tảng, làm cơ sở phát triển những phẩm chất và năng lực người học.

1.2. Trình bày trong sách giáo khoa

Trình bày các sự kiện, cung cấp các tình huống cụ thể, cân nhắc các quá trình học tập của HS.

1.3. Cấu trúc của một đơn vị kiến thức

Có nhiều cấu trúc đa dạng phụ thuộc vào các đặc trưng của các chủ đề được đưa ra.

1.4. Lựa chọn nội dung

- Các khái niệm quan trọng đều được liên hệ đến những kinh nghiệm của cuộc sống thực.
- Nội dung dựa trên nền tảng kiến thức, thiết kế cho người học.
- Khi lựa chọn nội dung cần xem xét về tiện ích.

Dựa trên những đặc trưng cơ bản về SGK phát triển năng lực để định hướng phát triển SGK Cùng học để phát triển năng lực.

2. ĐỊNH HƯỚNG PHÁT TRIỂN BỘ SÁCH GIÁO KHOA CÙNG HỌC ĐỂ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC

2.1. Nguyên tắc cơ bản

- Thực hiện nhiệm vụ nêu trong Chương trình Giáo dục phổ thông tổng thể: Đổi mới Chương trình và SGK theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực, đảm bảo tính thống nhất trong toàn quốc và phù hợp với đặc thù mỗi địa phương;
- SGK cần tuân thủ và cụ thể hoá Chương trình (định hướng tiếp cận, mục tiêu, yêu cầu cần đạt, đổi mới phương pháp dạy – học và đánh giá);
- Đảm bảo kế thừa những yếu tố tích cực của SGK Việt Nam và vận dụng hợp lí kinh nghiệm quốc tế về phát triển SGK hiện đại: *SGK là một kế hoạch cho những hoạt động học tập tích cực của HS, giúp phát triển năng lực chuyên môn, góp phần hình thành và phát triển những phẩm chất và năng lực chung. SGK tạo điều kiện để HS tự học và chứng tỏ khả năng vận dụng sáng tạo. SGK góp phần đổi mới phương pháp dạy học, giúp GV tổ chức tốt các hoạt động học tập của HS.*

2.2. Định hướng phát triển

Việc phát triển từ Chương trình đến SGK cần được nghiên cứu và thực hiện một cách bài bản, khoa học:

- SGK phải chứa đựng nội dung môn học giúp cho mỗi HS có thể phát triển năng lực đặc thù của môn học, góp phần phát triển năng lực chung.
- SGK phải thể hiện nội dung môn học sao cho có thể cải thiện hiệu quả việc học và vận dụng kiến thức môn học vào thực tiễn và các môn học khác.
- SGK phải dễ hiểu, hấp dẫn và thân thiện với HS.
- SGK cần linh hoạt theo cách mà GV có thể vận dụng tùy theo đặc điểm của trường học hoặc địa phương của họ. SGK không phải là tài liệu duy nhất cần tuân thủ mà được xem như một minh họa của quan điểm tích hợp của Chương trình.
- SGK và tài liệu tham khảo bổ trợ (sách và học liệu điện tử, thiết bị đồ dùng dạy học,...) cần được xây dựng đồng bộ, hỗ trợ phát triển tốt nhất những năng lực cần có của HS.

3. CẤU TRÚC SÁCH GIÁO KHOA VÀ TÀI LIỆU THAM KHẢO BỔ TRỢ

3.1. Mô hình cấu trúc sách giáo khoa là mô hình hoạt động

Nội dung mỗi bài trong SGK được thể hiện dưới dạng một hệ thống các hoạt động học. Theo đặc trưng mỗi môn học, cấp học, các tác giả nghiên cứu tìm ra các loại hình hoạt động học thích hợp; sử dụng các loại hình hoạt động đó để thể hiện nội dung mỗi đơn vị kiến thức một cách hợp lý.

SGV có cấu trúc hai trong một: Mỗi bài trong SGV có những bài tương ứng thu nhỏ của SGK. Nội dung chính của mỗi bài trong SGV là hướng dẫn tổ chức các HĐ học tập của HS. Có 3 hình thức tổ chức HĐ học tập cơ bản: HĐ cá nhân, HĐ nhóm, HĐ cả lớp. SGV gợi ý lựa chọn loại hình tổ chức HĐ cho mỗi HĐ tương ứng trong SGK. Khi dạy học, tùy theo đối tượng cụ thể, GV thực hiện tổ chức HĐ học tập một cách linh hoạt, tạo một không khí học tập sôi nổi để HS cùng học, cùng trải nghiệm.

3.2. Hệ thống sách và tài liệu tham khảo bổ trợ

Bộ sách Cùng học để phát triển năng lực gồm 3 loại tài liệu:

- Sách in giấy: SGK, SGV, Vở hoặc sách bài tập.*
- Thiết bị giáo dục: Mỗi môn học có đủ thiết bị, đồ dùng đi kèm. Về cơ bản, thiết bị, đồ dùng dạy học phù hợp Danh mục thiết bị tối thiểu của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Riêng với ba môn Toán, Tiếng Việt và Tự nhiên và Xã hội lớp 1, có bổ sung, điều chỉnh cho phù hợp.*
- Học liệu điện tử ở Tiểu học: Mỗi môn học ở mỗi lớp có 3 học liệu điện tử:*
 - Sách Mềm – Vở bài tập. Chuyển thể từ VBT sang dạng tương tác.
 - Sách Mềm – Tự kiểm tra, đánh giá. Với mỗi bài trong SGK, có một số câu hỏi, bài tập để HS tự thực hiện; qua đó tự đánh giá về khả năng nắm vững nội dung cơ bản của bài.

- Tư liệu bài giảng dành cho GV. Phân loại các loại hình bài học trong SGK. Với mỗi loại bài học, thiết kế bài giảng mẫu, kèm theo các tài liệu bổ trợ để GV có thể sử dụng khi dạy học.

Ngoài ra, còn có những học liệu khác, như: ngân hàng câu hỏi, tài liệu tập huấn giáo viên,... để GV, HS tham khảo.

4. NHỮNG ĐẶC TRƯNG CỦA BỘ SÁCH CÙNG HỌC ĐỂ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC

Bộ sách Cùng học để phát triển năng lực đã được biên soạn ở lớp 1 có nhiều ưu điểm nổi bật:

- 4.1.** Mức độ tiếp cận kiến thức hợp lí, vừa đáp ứng yêu cầu của Chương trình, vừa phù hợp với sức học của đại đa số HS ở tất cả các vùng miền, đảm bảo sự thân thiện, gần gũi với mọi HS, GV.

Ở mỗi môn học, sách bảo đảm sự hài hoà giữa các hoạt động hình thành kiến thức, rèn kĩ năng với hoạt động thực hành, vận dụng kiến thức vào thực tiễn cuộc sống.

- 4.2.** Sách dễ sử dụng, phù hợp cho việc tự học của HS, cho việc giảng dạy của GV và việc theo dõi, phối hợp của phụ huynh HS.

Việc phát triển từ Chương trình đến SGK được nghiên cứu và thực hiện một cách bài bản, khoa học để đảm bảo rằng SGK phải dễ sử dụng, hấp dẫn và phù hợp để HS tự học hiệu quả.

- 4.3.** Sách có độ mở thích hợp, thuận tiện cho việc cập nhật thông tin và bổ sung kiến thức theo vùng miền.

Bộ sách được biên soạn giúp GV có thể vận dụng linh hoạt theo đặc điểm của từng trường học hoặc địa phương.

- 4.4.** Bộ sách góp phần đổi mới phương pháp dạy và học; giúp HS thực hiện nhiệm vụ học hiệu quả, giúp GV tổ chức tốt các hoạt động học tập cũng như các hoạt động kiểm tra, đánh giá học tập của HS.

Bộ sách được thiết kế theo mô hình HĐ. Trong đó, nội dung mỗi bài trong SGK được thể hiện qua các HĐ học; SGV hướng dẫn tổ chức các HĐ học đó. Cách thiết kế này tạo điều kiện cho HS học tích cực, chủ động; GV dạy học linh hoạt và sáng tạo.

- 4.5.** Bộ sách có một thiết kế mỹ thuật tổng thể, nhất quán và khoa học. Mỗi cuốn sách được thiết kế đẹp, hấp dẫn, hiện đại, giàu tiện ích và dễ dàng sử dụng cho mỗi HS, GV.

- 4.6.** Bộ sách là tài liệu dạy học hoàn chỉnh, bao gồm: sách giấy (SGK, SGV, VBT); thiết bị, đồ dùng dạy học; sách mềm (sách điện tử). Hệ thống phần mềm và học liệu điện tử dành cho GV và HS sẽ hỗ trợ việc dạy – học giúp nâng cao hiệu quả dạy – học, đáp ứng kì vọng của GV, HS và phụ huynh HS.

B – TÀI LIỆU TẬP HUẤN DẠY HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 1

Phần một

HƯỚNG DẪN CHUNG

1. GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT 1

1.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học

a) Quan điểm, định hướng biên soạn nội dung sách giáo khoa

Môn Giáo dục thể chất góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục, phát triển phẩm chất và năng lực của HS, trọng tâm là:

- Trang bị cho HS kiến thức, kĩ năng chăm sóc sức khỏe, kiến thức và kĩ năng vận động. Chú trọng giúp HS sớm hoàn thiện kĩ năng vận động cơ bản.
- Hình thành nhu cầu và thói quen luyện tập TDTT, khả năng lựa chọn và sử dụng bài tập vận động, môn thể thao phù hợp để luyện tập nhằm nâng cao sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực.
- Hình thành và phát triển ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng.

Nội dung và tiến trình GDTC được thiết kế với phương châm:

- Phản ánh nội dung cơ bản của Chương trình và định hướng phát triển năng lực.
- Tôn trọng và phát huy vai trò chuyên môn, sáng tạo của GV.
- Luôn hướng tới giáo dục HS có nhận thức đúng đắn về vai trò và tác dụng của luyện tập TDTT, coi đó là nền tảng để phát triển tính tích cực và khả năng tự học.

Bài tập vận động được lựa chọn và phát triển trên cơ sở:

- Vận dụng sáng tạo khung nội dung và tỉ lệ thời lượng của chương trình.
- Đảm bảo tính đa dạng, mới lạ, hấp dẫn; gắn gũi với hoạt động vận động của lứa tuổi, có thể sử dụng để vui chơi, luyện tập hằng ngày.
- Đáp ứng nhu cầu vận động của HS theo từng độ tuổi; có tác dụng phát triển nhu cầu khám phá, chinh phục giới hạn bản thân, kích thích tính tích cực và nỗ lực trong học tập, rèn luyện.
- Ưu tiên phát triển năng lực phối hợp vận động nhằm tăng cường và mở rộng vốn kĩ năng vận động, hình thành khả năng tiếp thu nhanh và có hiệu quả các bài tập vận động mới.
- Duy trì, phát triển năng lực mềm dẻo – năng lực vốn có của lứa tuổi thiếu niên, nhi đồng.

Kiểm tra, đánh giá:

- Lấy kiểm tra, đánh giá thường xuyên và phát triển năng lực tự đánh giá của HS làm động lực để tích cực hoá hoạt động học tập.
- Tạo điều kiện tốt nhất để HS nhận thức được năng lực vận động, trình độ thể lực của bản thân và kết quả của sự nỗ lực trong học tập.
- Coi sự phát triển và mức độ phát triển về năng lực vận động, trình độ thể lực của HS (so với kết quả đánh giá ban đầu trong từng năm học của mỗi HS) là một trong những sản phẩm quan trọng nhất của quá trình GDTC.

Tổ chức và triển khai quá trình GDTC:

- Thực hiện nguyên tắc “cá biệt hoá” trên “diện rộng” trong suốt quá trình GDTC, đảm bảo nội dung và yêu cầu của mỗi giờ học luôn phù hợp với khả năng và đặc điểm cá nhân của mỗi HS.
- Thực hiện kiểm tra thể lực ban đầu, lập “Hồ sơ” theo dõi tình trạng sức khoẻ, trình độ thể lực của HS trong hoạt động GDTC ở mỗi nhà trường.
- Đảm bảo sự kết hợp giữa gia đình và nhà trường để tăng cường hiệu quả GDTC đối với HS.
- Đảm bảo sự tăng trưởng về năng lực vận động, trình độ thể lực cho HS qua từng giai đoạn học tập.

b) Định hướng GDTC cấp Tiểu học theo mô hình “Cùng học để phát triển năng lực”

GDTC cấp Tiểu học cần đáp ứng các yêu cầu sau:

- Trực tiếp phát triển thể chất HS.
- Đảm bảo tính đồng bộ giữa trang bị kiến thức với rèn luyện kĩ năng vận động và phát triển toàn diện các tố chất thể lực.
- Hình thành và phát triển tính tích cực vận động, khả năng sử dụng các bài tập TDTT để tự rèn luyện thân thể.
- Góp phần hình thành, phát triển các phẩm chất và năng lực chung, khả năng vận dụng kiến thức và kĩ năng đã được trang bị vào thực tiễn cuộc sống.
- Kết hợp giữa đáp ứng nhu cầu vận động của số đông HS với phát triển năng khiếu thể thao.

Tổ chức HĐ dạy học môn GDTC theo mô hình “Cùng học để phát triển năng lực” được hiểu là quá trình rèn luyện cho HS về thể chất, về khả năng tự học, chủ động biến kiến thức, kĩ năng mới trở thành tri thức và năng lực của bản thân.

1.2. Những điểm mới của SGK môn GDTC lớp 1

1.2.1. Về nội dung

Nội dung từng chủ đề được thiết kế với các điểm mới cơ bản sau:

- Cụ thể hoá mục tiêu và yêu cầu cần đạt (về kiến thức, kĩ năng, thể lực và thái độ) của quá trình học tập, rèn luyện theo chủ đề.
- Xác định phạm vi, loại hình bài tập vận động phù hợp với khả năng tiếp thu, trình độ thể lực của từng lứa tuổi cấp Tiểu học.
- Cụ thể hoá loại hình tổ chức thể lực tiêu biểu cần rèn luyện thông qua các chủ đề.
- Mỗi bài tập vận động hoặc động tác được trình bày theo cấu trúc: hình vẽ – mô tả cấu trúc – mô tả cách thực hiện – hình thức tổ chức luyện tập và vận dụng.
- Nội dung và cách tổ chức các TCVD luôn gắn liền với mục tiêu, định hướng tác động của chủ đề.

1.2.2. Về cấu trúc nội dung

- Mỗi chủ đề là một loại hình bài tập vận động (có sự khác nhau về mục tiêu, hình thái và cách thể hiện) hướng tới các năng lực đặc thù và yêu cầu cần đạt của chương trình.
- Nội dung mỗi chủ đề được cấu trúc thành một số bài (không cấu trúc thành từng tiết học).
- Mỗi bài được thiết kế theo trình tự gồm 4 HĐ: Mở đầu, Kiến thức mới; Luyện tập, Vận dụng, đảm bảo cho HS có thể tự học dưới sự hướng dẫn của GV.

1.2.3. Về tổ chức thực hiện

- Tăng tính chủ động của GV và nhà trường, đảm bảo cho chương trình GDTC được thực hiện có hiệu quả và có số tiết thực dạy đạt tỉ lệ cao nhất.
- Nhà trường và GV chủ động xây dựng tiến trình dạy học; sắp xếp thứ tự dạy học các chủ đề phù hợp với điều kiện của nhà trường, điều kiện khí hậu và thời tiết của vùng, miền (mùa “nước nổi” ở đồng bằng sông Cửu Long; mùa mưa ở miền Trung; mùa đông ở vùng núi phía Bắc).
- GV chủ động:
 - + Cụ thể hoá tiến trình thực hiện các bài học trong từng chủ đề (phân phối nội dung, kế hoạch thực hiện cho từng tiết học) trên nguyên tắc: Đảm bảo mạch kiến thức, tính hệ thống của nội dung chủ đề; đảm bảo tính sư phạm, tính hiệu quả của quá trình GDTC.
 - + Lựa chọn nội dung, hình thức khởi động (HĐ mở đầu) phù hợp với nội dung và yêu cầu của tiết học.
 - + Lựa chọn, thay thế, bổ sung TCVD, trò chơi dân gian nhằm tăng cường hiệu quả thực hiện nội dung của tiết học, bài học.

- + Lựa chọn, sử dụng các trò chơi truyền thống nhằm bảo tồn, phát huy giá trị văn hoá của địa phương trên cơ sở đảm bảo tính khoa học, tính hiệu quả của tiết học.
- Đối với tiết học: Cấu trúc nội dung cơ bản của mỗi tiết học chỉ bao gồm nội dung của một chủ đề. Việc lồng ghép, sử dụng nội dung của chủ đề khác chỉ mang ý nghĩa là phương tiện nhằm nâng cao hiệu quả dạy và học của tiết học.
- Môn học có thể được tổ chức thực hiện với nhiều phương án:
- + Các chủ đề và bài học trong một chủ đề được thực hiện nối tiếp nhau (hết chủ đề này tiếp sang chủ đề khác – theo hình thức “cuốn chiếu”).
- + Đồng thời thực hiện hai chủ đề (luân phiên thực hiện các tiết học của hai chủ đề trong mỗi tuần – mỗi tiết một chủ đề).

1.2.4. Về phương pháp dạy học

Nhằm phát triển năng lực HS (năng lực chung, năng lực đặc thù của GDTC), phương pháp GDTC ở cấp Tiểu học hướng tới những đổi mới cơ bản sau:

- Sử dụng có hiệu quả các phương pháp chuyên biệt của GDTC (phương pháp dạy học động tác, phương pháp giáo dục các tổ chức thể lực) trong mối quan hệ hài hoà và vận dụng sáng tạo các phương pháp, kĩ thuật dạy học tích cực (dạy học nhóm, dạy học giải quyết vấn đề, dạy học khám phá,...).
- Đổi mới căn bản hình thức tổ chức HĐ giờ học theo hướng: Tăng cường hoạt động nhóm, tổ; tạo điều kiện để HS thực hành giờ học với vai trò chủ thể.
- Thực hiện “cá biệt hoá trên diện rộng” – phương pháp và hình thức dạy học hướng tới HS, phù hợp với đặc điểm cá nhân nhằm tối đa hoá tiềm năng của từng HS (dạy học phân hoá).
- Dạy học tích hợp (dạy học giúp HS phát triển khả năng huy động tổng hợp kiến thức, kĩ năng,... thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau) để giải quyết có hiệu quả các vấn đề trong học tập, lĩnh hội tri thức và rèn luyện kĩ năng.

1.2.5. Về kiểm tra, đánh giá

Hoạt động kiểm tra, đánh giá hướng tới những đổi mới sau:

- Thực hiện “Quy định về đánh giá, xếp loại thể lực HS, sinh viên” theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo.
- Thông qua kiểm tra, đánh giá giúp HS nhận thấy những tiến bộ và hạn chế của bản thân về các mặt: kiến thức, kĩ năng, trình độ thể lực và thái độ.
- Thông qua kiểm tra, đánh giá, GV nhận thấy mức độ tiến bộ về trình độ thể lực, năng lực vận động của từng HS trong mỗi học kì, năm học.
- Kết quả kiểm tra, đánh giá về năng lực vận động, trình độ thể lực của từng HS được thông báo đến phụ huynh HS trong các cuộc họp thường niên giữa gia đình và nhà trường.

2. CẤU TRÚC SÁCH, PHẦN, CHỦ ĐỀ VÀ BÀI HỌC

2.1. Cấu trúc chung của SGK GDTC 1

Sách có cấu trúc gồm 3 phần:

- *Phần một.* Kiến thức chung
- *Phần hai.* Vận động cơ bản
- *Phần ba.* Thể thao tự chọn

2.2. Cấu trúc các phần của SGK GDTC 1

Mỗi phần được cấu trúc từ 1 đến 3 chủ đề:

- Kiến thức chung: 1 chủ đề (Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ trong luyện tập).
- Vận động cơ bản: 3 chủ đề (Đội hình đội ngũ, Bài tập thể dục, Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản).
- Thể thao tự chọn: Giới thiệu 2 chủ đề (Môn bơi, Bóng đá).

2.3. Cấu trúc các chủ đề của SGK GDTC 1

2.3.1. Giới thiệu chung về cấu trúc chủ đề

a) Căn cứ xác định chủ đề

- Căn cứ vào nội dung các phần của chương trình GDTC cấp Tiểu học, mỗi nội dung được cấu trúc thành một chủ đề.
- Căn cứ vào mục tiêu, loại hình nội dung, tính chuyên biệt về phương pháp và cách tổ chức HĐ dạy học, đặc điểm kiểm tra, đánh giá và yêu cầu cần đạt đối với HS.
- Căn cứ vào hình thái và đặc điểm thể hiện, đặc trưng hoạt động thể lực và hiệu quả tác động của loại hình bài tập vận động đối với cơ thể.

Mỗi loại hình kiến thức, bài tập vận động được cấu trúc thành một chủ đề với số tiết thực hiện tương ứng với tỉ lệ thời lượng được quy định tại chương trình môn học.

b) Mục đích cấu trúc chủ đề

- Tạo ra tính riêng biệt, tính trọn vẹn của từng nội dung môn học.
- Tạo điều kiện thuận lợi để các nhà trường tổ chức dạy học theo chủ đề; chủ động lựa chọn, sắp xếp thứ tự thực hiện nội dung chương trình phù hợp với điều kiện của địa phương.
- Đảm bảo tính hệ thống, tính thống nhất về nội dung, phương pháp trong mỗi giai đoạn dạy học; đảm bảo tính hiệu quả tác động của các bài tập dẫn dắt, bài tập bổ trợ được lựa chọn để giải quyết nhiệm vụ của các tiết học.
- Phát huy có hiệu quả mức độ “lưu dấu vết” của quá trình rèn luyện kĩ năng vận động trên cơ sở: Đảm bảo mạch kiến thức, kĩ năng của tiến trình dạy và học; đảm bảo tính hợp lí về giãn cách giữa các buổi luyện tập trong một tuần, một tháng,...

2.3.2. Cấu trúc chủ đề

- SGK GDTC 1 được trình bày theo 6 chủ đề.
- Độ lớn kiến thức, kĩ năng của mỗi chủ đề được xác định trên cơ sở: Phù hợp với khả năng tiếp thu, năng lực vận động và trình độ thể lực của số đông HS.
- Mỗi chủ đề gồm một số bài học, được xác định tương ứng với hàm lượng nội dung và quỹ thời gian của chủ đề.

TT	Phần	Chủ đề		Số tiết	
		Tên chủ đề	Số bài	Số tiết	Tỉ lệ
1	Kiến thức chung	Chủ đề. Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	0	0	
2	Vận động cơ bản	Chủ đề 1. Đội hình đội ngũ	4	14	20%
		Chủ đề 2. Bài tập thể dục	3	7	10%
		Chủ đề 3. Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản	5	25	35%
3	Thể thao tự chọn	Chủ đề 4. Môn bơi	3	17	25%
		Chủ đề 5. Bóng đá			
Kiểm tra, đánh giá				7	10%
Tổng cộng				70	100%

2.3.3. Nội dung các chủ đề

Chủ đề. Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập

Gồm hai nội dung (không cấu trúc thành các bài học):

- Vệ sinh sân tập
- Chuẩn bị dụng cụ luyện tập

Chủ đề 1. Đội hình đội ngũ (14 tiết)

- Bài 1. Tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ (2 tiết)
- Bài 2. Tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số (4 tiết)
- Bài 3. Tập hợp đội hình hàng ngang, dóng hàng, dàn hàng, dồn hàng, điểm số (4 tiết)
- Bài 4. Động tác quay các hướng (4 tiết)

Chủ đề 2. Bài tập thể dục (7 tiết)

- Bài 1. Động tác vươn thở, tay, chân (2 tiết)
- Bài 2. Động tác vặn mình, bụng (2 tiết)
- Bài 3. Động tác toàn thân, điều hoà (3 tiết)

Chủ đề 3. Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản (25 tiết)

- Bài 1. Tư thế vận động cơ bản của đầu, cổ (3 tiết)
- Bài 2. Tư thế vận động cơ bản của tay (4 tiết)
- Bài 3. Tư thế vận động cơ bản của chân (4 tiết)
- Bài 4. Vận động phối hợp của cơ thể (7 tiết)
- Bài 5. Vận động phối hợp của cơ thể (tiếp theo – 7 tiết)

Chủ đề 4. Môn bơi (17 tiết)

- Bài 1. Tập thở khi hoạt động trong nước (5 tiết)
- Bài 2. Ngụp trong nước (6 tiết)
- Bài 3. Di chuyển trong nước (6 tiết)

Chủ đề 5. Bóng đá (17 tiết)

- Bài 1. Hoạt động làm quen với bóng (5 tiết)
- Bài 2. Hoạt động không bóng (6 tiết)
- Bài 3. Hoạt động có bóng (6 tiết)

2.4. Cấu trúc các bài

Mỗi bài được cấu trúc gồm 4 mục:

- Mở đầu: Mục tiêu và yêu cầu cần đạt; nội dung và hình thức khởi động.
- Kiến thức mới: Khẩu lệnh; hình thái biểu hiện và cấu trúc của bài tập, động tác; cách thực hiện.
- Luyện tập: Nội dung, hình thức, phương pháp và trình tự luyện tập.
- Vận dụng: Nội dung, hình thức vận dụng bài tập, động tác.

3. PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC

3.1. Một số vấn đề chung về phương pháp dạy học

3.1.1. Đặc trưng của GDTC nội khoá ở cấp Tiểu học

Xuất phát từ đặc thù của môn học, hoạt động dạy học môn GDTC có một số đặc trưng cơ bản sau:

- Trực tiếp tác động, phát triển cho HS: Năng lực phối hợp vận động; năng lực thể chất; năng lực liên kết với bạn để thực hiện có hiệu quả bài tập.
- HS chủ động và trực tiếp thực hành các nhiệm vụ vận động (bài tập, động tác, trò chơi,...), chủ động chuyển hoá nội dung, cách vận động được GV truyền thụ thành kiến thức, kĩ năng vận động của bản thân.

- HS trực tiếp thực hành bài tập vận động để phát triển các tố chất thể lực.
- HS trực tiếp thực hành các hình thức phối hợp nhóm, tổ để hoàn thành nội dung, yêu cầu của bài tập vận động, của môn thể thao tự chọn.
- Thông qua hoạt động học tập, HS được hình thành và phát triển năng lực tự chủ và sáng tạo, năng lực giao tiếp và hợp tác.
- HS chỉ có thể hoàn thành nhiệm vụ học tập bằng sự nỗ lực của chính bản thân.

Như vậy, hoạt động GDTC nội khoá, tự thân nó đã chứa đựng các yếu tố cơ bản của dạy học tích cực và dạy học theo hướng phát triển năng lực.

Tuy nhiên, trước yêu cầu của đổi mới giáo dục, thực tiễn GDTC ở trường học đã bộc lộ một số hạn chế sau:

- Dạy học theo định hướng phát triển năng lực HS, đặc biệt là phát triển năng lực chung, năng lực tự học chưa được quan tâm đúng mức, hiệu quả chưa cao.
- Trang bị, rèn luyện cho HS phương pháp và nhu cầu tự học chưa trở thành mục tiêu, nội dung cốt lõi của hoạt động dạy và học.

Vì vậy, sử dụng và đổi mới phương pháp dạy học trong GDTC cần được tiến hành trên cơ sở:

- Phối hợp đồng bộ và hiệu quả giữa phương pháp chuyên biệt của GDTC với các phương pháp và kĩ thuật dạy học khác.
- Tạo nhiều điều kiện để HS được tham gia vào quá trình học tập với vai trò chủ thể (không chỉ đồng loạt thực hiện bài tập dưới sự điều khiển của GV), chú trọng chuyển giao nhiệm vụ, phương pháp học tập cho HS để biến quá trình giáo dục thành quá trình tự giáo dục.
- Xem hình thành, phát triển năng lực tự học, tự tổ chức HĐ học tập cho HS là một trong những mục tiêu và sản phẩm cốt lõi của mỗi giờ học, của cả quá trình dạy học; là tiền đề để hình thành năng lực tự chủ, tự học suốt đời.
- Hình thành và phát triển nhu cầu học tập cho HS thông qua:
 - + Tạo cơ hội để HS nhận biết, khám phá năng lực vận động, trình độ thể lực của bản thân.
 - + Cụ thể hoá nhiệm vụ, yêu cầu cần đạt trong suốt quá trình GDTC cho mỗi HS.
 - + Tạo điều kiện để HS có thể vận dụng, phát huy kiến thức, kinh nghiệm vận động đã tích lũy khi giải quyết nhiệm vụ mới.
 - + Gắn nội dung học tập với tình huống, bối cảnh có ý nghĩa của thực tiễn sinh hoạt hằng ngày để HS nhận thấy giá trị của nhiệm vụ học tập.

3.1.2. Một số định hướng về phương pháp của chương trình GDTC

a) Định hướng chung

Môn học GDTC vận dụng phương pháp giáo dục tích cực, lấy HS làm trung tâm, thực hiện chuyển quá trình giáo dục thành tự giáo dục; GV là người thiết kế, tổ chức, cố vấn, trọng tài, hướng dẫn hoạt động luyện tập cho HS, tạo môi trường học tập thân thiện để khuyến khích HS tích cực tham gia các hoạt động luyện tập, tự luyện tập, tự mình trải nghiệm, tự mình phát triển bản thân và phát triển thể chất.

Đa dạng hoá các hình thức tổ chức dạy học, cân đối giữa hoạt động tập thể lớp, hoạt động nhóm nhỏ và cá nhân, giữa dạy học bắt buộc và dạy học tự chọn, để đảm bảo vừa phát triển năng lực thể chất, vừa phát triển các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung. Tích hợp kiến thức một số môn học khác, một số bài hát, bản nhạc,... để tạo không khí vui tươi, hưng phấn trong luyện tập, làm cho HS yêu thích và đam mê luyện tập thể thao.

b) Định hướng phương pháp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu và năng lực chung

– Phương pháp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu

Thông qua việc tổ chức các hoạt động học tập, GV giúp HS rèn luyện tính trung thực, tình cảm bạn bè, đồng đội, tinh thần trách nhiệm và ý thức tự giác, chăm chỉ luyện tập để phát triển hài hoà về thể chất, tinh thần, có những phẩm chất và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, có sức khoẻ, có văn hoá, đáp ứng yêu cầu sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc.

– Phương pháp hình thành, phát triển năng lực chung

- + **Đối với năng lực tự chủ và tự học:** Tổ chức HS thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, tra cứu thông tin, lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ học tập.
- + **Đối với năng lực giao tiếp và hợp tác:** Tạo cơ hội cho HS được thường xuyên trao đổi, trình bày, chia sẻ và thực hiện ý tưởng trong thực hành bài tập vận động, trò chơi, thi đấu có tính đồng đội.
- + **Đối với năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:** Tạo cơ hội để HS phát hiện, đề xuất cách giải quyết vấn đề một cách khách quan, trung thực và sáng tạo.

c) Định hướng phương pháp hình thành, phát triển năng lực thể chất

- **Hình thành, phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ:** Tạo cơ hội cho HS huy động những hiểu biết, kinh nghiệm sẵn có để hình thành ý thức và kiến thức chăm sóc sức khoẻ; tăng cường giao nhiệm vụ ở nhà, đồng thời phối hợp với phụ huynh HS giúp đỡ HS thực hiện nền nếp giữ gìn vệ sinh, chăm sóc sức khoẻ bản thân.
- **Hình thành, phát triển năng lực vận động cơ bản:** Khai thác ưu thế của GDTC để hình thành, phát triển các tố chất thể lực, kĩ năng vận động, khả năng thích ứng và trí nhớ vận động cho HS.
- **Hình thành, phát triển năng lực hoạt động TDTT:** Quan tâm phát hiện, hướng dẫn HS luyện tập các môn TDTT phù hợp với sở thích, sở trường; tạo cơ hội cho HS được quan sát và tham gia các trò chơi, các hoạt động cổ vũ và thi đấu thể thao, khơi dậy niềm đam mê và khả năng hoạt động TDTT.

3.2. Phương pháp tiến hành các hoạt động của tiết học

3.2.1. Hoạt động mở đầu (khởi động)

Khởi động tư duy, chuẩn bị tâm thế và khởi động cơ thể.

a) Mục đích

- Chuẩn bị tâm thế, tạo hứng thú cho HS khi bước vào một tiết học mới; tạo mối liên tưởng giữa kiến thức và kĩ năng đã có với kiến thức và kĩ năng mới; kích thích mong muốn khám phá nội dung mới sẽ học.
- Nâng cao mức độ hoạt động của các cơ quan chức năng, chuẩn bị cho cơ thể bước vào hoạt động mới với cường độ và khối lượng vận động cao hơn.

b) Nội dung và phương thức hoạt động

- Chuẩn bị tâm lí cho HS: Giới thiệu nội dung tiết học với những câu hỏi, tình huống có sức thu hút sự tập trung chú ý của HS (trong bối cảnh vui tươi, nhẹ nhàng).
- Khởi động cơ thể: Sử dụng bài tập, TCVĐ có cường độ vận động tương đối thấp.

c) Sản phẩm

- Là những dự đoán, liên tưởng về chủ đề mới; là không khí háo hức tìm tòi, khám phá, được hình thành trong mỗi HS đối với nội dung của tiết học; là những nhận biết, ghi nhớ ban đầu về kiến thức mới.
- Cơ thể HS đã được chuẩn bị để sẵn sàng thực hiện các bài tập vận động một cách có hiệu quả và an toàn nhất.

3.2.2. Hoạt động hình thành kiến thức mới

a) Mục đích

- Trang bị và hình thành cho HS những kiến thức mới.
- Thay đổi những nhận thức và quan niệm chưa đúng có thể đã có trước đây hoặc do tiếp thu chưa đầy đủ ở bài học trước.
- Tổ chức cho HS tiếp cận với động tác mới, bài tập mới.

b) Nội dung và phương thức hoạt động

- Cung cấp cho HS một cách có hệ thống nội dung kiến thức mới. Giúp HS nhận biết được hình thái, cấu trúc nội dung và yêu cầu thực hiện bài tập, bước đầu cảm nhận được nhiệm vụ luyện tập.
- Giới thiệu khái quát kĩ thuật động tác bằng lời nói, hình ảnh và động tác làm mẫu; phân tích nội dung, cấu trúc, phương hướng chuyển động. Giới thiệu lại kĩ thuật động tác bằng hình ảnh quay chậm hoặc làm mẫu mô phỏng của GV. Kết hợp hướng dẫn HS phương pháp quan sát và nhận biết thông tin từ hình ảnh.

- HS tự nghiên cứu hoặc trao đổi trong nhóm về hình thái, cấu trúc động tác; thực hiện thử bài tập (ở mức độ mô phỏng), tiếp xúc với dụng cụ luyện tập để tạo cảm giác ban đầu, để tìm hiểu đối tượng cần chiếm lĩnh.
- Tổ chức để HS tập từng động tác hoặc liên hoàn một số động tác theo động tác mẫu và dưới sự chỉ đạo của GV; luyện tập trong điều kiện không đòi sự nỗ lực cao về thể lực hoặc không có dụng cụ; với sự hỗ trợ của người khác hoặc với các vật chuẩn.
- Gọi ý để HS hiểu đúng nội dung và yêu cầu của bài tập; hướng dẫn HS sử dụng các vật chuẩn cần thiết để thực hiện đúng tốc độ, biên độ, phương hướng của bài tập.

c) Sản phẩm

- HS chú ý quan sát và biết cách quan sát các hình ảnh trực quan.
- HS nhận biết được vai trò, tác dụng của bài tập; nhận dạng, ghi nhớ được hình ảnh và yêu cầu thực hiện động tác; có thể mô tả bằng lời một cách khái quát và sơ lược nhất về động tác.
- HS có được những cảm nhận đầu tiên về cách thực hiện bài tập.

Do đặc thù của HS lớp 1, kiến thức và nội dung về một động tác có thể phải được GV nhắc lại nhiều lần ở các tiết học tiếp theo.

3.2.3. Hoạt động luyện tập

a) Mục đích

- HS từng bước được hình thành, củng cố và hoàn thiện về kiến thức, kĩ năng thực hiện bài tập theo hướng chuẩn mực, bền vững; biến kiến thức, kĩ năng mới thành kiến thức, kĩ năng của bản thân.
- Hình thành và phát triển cho HS: tính tích cực, chủ động trong học tập; khả năng quan sát, phối hợp giải quyết nhiệm vụ học tập.

b) Nội dung và phương thức hoạt động

- Tổ chức cho HS luyện tập theo các hình thức: cá nhân, nhóm, tổ; tăng cường phối hợp giữa các thành viên trong nhóm, tổ nhằm phát triển khả năng giao tiếp, hợp tác, đánh giá và tự đánh giá.
- Dẫn dắt HS thực hiện nhiệm vụ vận động với sự tăng dần về độ khó (tăng tốc độ thực hiện, độ chính xác, biên độ và mức độ dùng sức; giảm dần vai trò của các yếu tố hỗ trợ, vật chuẩn,...).
- Bước đầu tạo điều kiện để HS so sánh, nhận xét động tác của HS khác, thông qua đó hình thành kĩ năng quan sát và khắc sâu kiến thức mới.

c) Sản phẩm

- Mức độ hình thành, phát triển về: Thái độ đối với nhiệm vụ học tập; nhận thức đối với vai trò, tác dụng của hoạt động luyện tập; kiến thức về kĩ thuật động tác và phương pháp luyện tập.

- Mức độ ổn định, chính xác về kĩ năng thực hiện bài tập; khả năng thực hiện bài tập trong điều kiện có độ khó tăng dần.
- Sự tăng trưởng về thể lực, đặc biệt là năng lực phối hợp vận động.
- Khả năng phối hợp, tổ chức nhóm, tổ luyện tập.

3.2.4. Hoạt động vận dụng

a) Mục đích

- củng cố kiến thức và kĩ năng mới.
- Giảm mức độ sai sót, tăng cường tính nhịp điệu và sự hợp lí về khả năng dùng sức.
- Phát triển khả năng thực hiện bài tập vận động trong các điều kiện khó khăn, phức tạp hơn (tăng tốc độ, tăng mức độ dùng sức, tăng mức độ chính xác, tăng độ khó của điều kiện thực hiện).
- Hình thành và phát triển khả năng tự học, tự luyện tập; vận dụng bài tập, kĩ năng để đáp ứng nhu cầu của bản thân và giải quyết yêu cầu của thực tiễn cuộc sống.

b) Nội dung và phương thức hoạt động

- Thực hành kiến thức và kĩ năng mới trong các điều kiện mới, tình huống mới; phối hợp nhiều kĩ năng đã có với kĩ năng mới để giải quyết nhiệm vụ vận động mới nảy sinh.
- Tự giải quyết nhiệm vụ vận động trên cơ sở phối hợp nhóm; tự luyện tập ở nhà.

c) Sản phẩm

- Kiến thức được khắc sâu và mở rộng hơn; kĩ năng đã được phát triển lên mức độ mới, ổn định hơn, ít sai sót hơn.
- Biết tự tập; biết ứng dụng để phục vụ hoạt động học tập và đời sống.
- Có thể tự đánh giá và phát hiện sai sót về động tác của bản thân, của các bạn.

3.2.5. Hoạt động tìm tòi, mở rộng

Đối với HS lớp 1 và cấp Tiểu học, GV có thể:

- Chọn lọc, phối hợp sử dụng cùng với hoạt động vận dụng.
- nêu vấn đề để hình thành và nuôi dưỡng ở HS nhu cầu tìm tòi, sáng tạo.

a) Mục đích

- Khuyến khích HS bước đầu biết liên hệ với những hoạt động gần gũi trong cuộc sống.
- Hình thành nhu cầu học hỏi, trao đổi lẫn nhau trong tập thể lớp và bạn bè.

b) Nội dung và phương thức hoạt động

- Sử dụng nội dung bài tập để tiến hành các TCVĐ; phức tạp hoá hoàn cảnh và môi trường thực hiện để kích thích tính sáng tạo, khả năng độc lập giải quyết vấn đề của HS.

- GV gợi ý các vấn đề có liên quan đến nội dung học tập để HS có thể tìm cách giải quyết thông qua trao đổi với bạn và gia đình.
- Giao nhiệm vụ tìm kiếm và mở rộng thông tin có liên quan đến nội dung học tập.

c) Sản phẩm

- Khả năng ứng dụng nội dung vận động trong khi tham gia trò chơi.
- Khả năng xử lý các tình huống nảy sinh một cách tương đối hợp lý và có hiệu quả.

3.3. Một số điểm cần lưu ý về phương pháp dạy học các chủ đề

3.3.1. Dạy học đội hình đội ngũ

Lựa chọn và sử dụng phương pháp dạy học ĐHĐN đối với HS lớp 1, cần lưu ý một số vấn đề về phương pháp như sau:

- Sử dụng rộng rãi các loại hình trực quan, hướng dẫn HS cách quan sát và ghi nhớ hình ảnh trực quan.
- Tạo “khái niệm ban đầu” với hình ảnh rúc rỡ, ấn tượng và thu hút là điều kiện quan trọng để tích cực hoá quá trình nhận thức, hình thành nhu cầu luyện tập ĐHĐN đối với HS.
- “Hoạt động hình thành kiến thức” cần ưu tiên phương pháp cho HS luyện tập theo động tác mẫu của GV (bắt chước), sử dụng phương pháp lặp lại trong mỗi tiết học cần tránh sự đơn điệu, nhàm chán. Nội dung luyện tập cần được “nhắc lại” và vận dụng trong nhiều tiết học tiếp theo để HS ghi nhớ và hình thành kĩ năng.
- Quan tâm sử dụng phương pháp rèn luyện tư thế, rèn luyện khả năng định hướng trong không gian, khả năng liên kết động tác và thăng bằng.
- Quan tâm sử dụng và hướng dẫn HS sử dụng các phương tiện hỗ trợ về phương hướng, tốc độ và nhịp điệu: vật chuẩn, nhịp vỗ tay, hướng chỉ tay của GV,...
- Luôn tạo ra sức hấp dẫn của tiết học thông qua phương pháp trò chơi. Phối hợp sử dụng các trò chơi có LVĐ tương đối cao để tạo ra LVĐ thích hợp cho các tiết học có LVĐ tương đối thấp.
- Phân chia nhóm học tập cho HS cần lưu ý 3 tiêu chí:
 - + Mọi HS đều được quan tâm và đối xử công bằng.
 - + Tạo điều kiện để những HS có khả năng tiếp thu nhanh được học vượt nội dung, HS tiếp thu chậm được luyện tập với hệ thống bài tập và phương pháp riêng.
 - + Hoán đổi HS giữa các nhóm, đảm bảo cho HS vừa có thể hỗ trợ lẫn nhau, vừa được quan tâm có tính chuyên biệt.

3.3.2. *Dạy học bài tập thể dục*

Bên cạnh việc sử dụng có hiệu quả các phương pháp dạy học truyền thống (phương pháp phân chia, phương pháp hợp nhất, phương pháp lặp lại,...), quá trình dạy học bài tập phát triển chung cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Khai thác những hiểu biết sẵn có của HS về bài tập phát triển chung để thu hút khả năng chú ý, phát huy tính tích cực, chủ động trong học tập.
- Tạo điều kiện để HS có những trải nghiệm ban đầu về động tác: Thực hiện thử động tác sau khi GV cho quan sát tranh ảnh hoặc động tác mẫu (hoạt động cá nhân).
- Tăng cường hoạt động nhóm (HS tự quản), tạo điều kiện để HS được chủ động thâm nhập sâu vào quá trình học tập. Hướng dẫn HS nội dung hoạt động nhóm: Thảo luận về lợi ích, tác dụng của luyện tập bài tập phát triển chung, rèn luyện cách thực hiện động tác, cách hô khẩu lệnh, cách phát hiện sai sót khi luyện tập (sai sót về hướng, cách thực hiện động tác, khẩu lệnh, tư thế,...).
- Phối hợp giữa luyện tập với TCVD để phát triển khả năng vận dụng, khả năng tập trung chú ý và ý thức trách nhiệm của HS đối với tập thể lớp và nhóm, tổ.
- Phát triển có chủ đích các tố chất thể lực (có liên quan trực tiếp đến bài tập thể dục) và năng lực tự học.
- Phối hợp giữa ôn tập với dạy học nội dung mới trong mối tương quan đảm bảo tính kế thừa cao, phát huy năng lực vận dụng kiến thức, kĩ năng đã có để tiếp thu kiến thức mới, kĩ năng mới.

3.3.3. *Dạy học tư thế và kĩ năng vận động cơ bản*

a) *Rèn luyện tư thế vận động cơ bản*

Bài tập rèn luyện tư thế bao gồm các động tác tương đối đơn giản, dễ tập, dễ nhớ. Tuy nhiên có những đòi hỏi không đơn giản đối với HS lớp 1:

- Bước đầu hình thành cảm giác cơ tương đối chính xác về các tư thế của đầu, cổ, tay, chân.
- Thực hiện động tác với yêu cầu tương đối cao về độ chính xác của hướng, góc độ.
- Duy trì được sự ổn định của tư thế ở trạng thái tĩnh (dù chỉ 5 – 10 giây / lần thực hiện).
- Bước đầu biết tự kiểm tra và điều chỉnh tư thế (về phương hướng, góc độ).

Vì vậy, việc sử dụng phương pháp dạy học đối với nội dung rèn luyện tư thế cơ bản cần lưu ý một số vấn đề cơ bản sau:

- Sử dụng không gian luyện tập có nhiều vật chuẩn để HS có điều kiện so sánh, đối chiếu về hướng của động tác.
- Cần phối hợp sử dụng hợp lí các TCVD có nội dung vui tươi và sôi nổi để không gây cảm giác buồn chán, đơn điệu.

- Chủ động tăng cường mật độ động của tiết học bằng các bài tập hoặc TCVD có cường độ vận động tương đối lớn.

b) Rèn luyện kĩ năng vận động cơ bản

- Cần tuân thủ quy trình dạy học động tác (thông qua 3 giai đoạn: dạy học ban đầu; học sâu; củng cố và tiếp tục hoàn thiện). Đối với giai đoạn dạy học ban đầu, việc sử dụng phương pháp phân chia và hợp nhất cần căn cứ vào đặc điểm của động tác và khả năng tiếp thu của HS.
- Sử dụng hợp lí phương pháp lặp lại trong toàn bộ quá trình dạy học để đảm bảo: đạt được mục tiêu rèn luyện kĩ năng vận động cơ bản, hình thành và bước đầu ổn định kĩ năng thực hiện các động tác.
- Quan tâm theo dõi và phát hiện kịp thời những sai sót cơ bản trong quá trình luyện tập của HS; thường xuyên nhắc lại động tác đã học thông qua nội dung ôn tập ở các tiết học tiếp theo.
- Cần thực hiện có hiệu quả nguyên tắc đối xử cá biệt trong quá trình rèn luyện kĩ năng vận động cơ bản. Đối với những HS có năng lực tiếp thu tốt cần quan tâm, tạo điều kiện học vượt nội dung để sớm hình thành kĩ năng vận động và có độ ổn định cao.
- Sử dụng rộng rãi phương pháp tổ chức dạy học theo hoạt động, tạo nhiều điều kiện và thời gian trong một tiết học để HS được thực hành các hoạt động học tập với vai trò chủ thể (trên cơ sở tăng cường hoạt động nhóm). Duy trì kiểm tra, đánh giá thường xuyên để tích cực hoá hoạt động học tập ở nhà đối với từng HS.
- Sử dụng hợp lí phương pháp giáo dục các tổ chức thể lực trên cơ sở ưu tiên phát triển năng lực phối hợp vận động – tiền đề quan trọng đối với HS lớp 1 để sớm hoàn thiện kĩ năng vận động cơ bản.
- Có thể thay thế các trò chơi nêu trên bằng các trò chơi dân gian, TCVD có cùng hướng tác động để rèn luyện kĩ năng vận động và phản xạ cho HS.
- Trò chơi rèn luyện phản xạ với tín hiệu biết trước, phản xạ với vật thể di động cần đòi hỏi HS: tốc độ thực hiện động tác tương đối cao, khả năng thực hiện động tác tương đối chính xác (tương ứng với khả năng của lứa tuổi).

3.3.5. Dạy học thể thao tự chọn

a) Môn bơi

- Về tổ chức luyện tập:
 - + Luôn tổ chức và tiến hành hoạt động dạy học trong điều kiện có độ an toàn cao (mức nước trong bể bơi, điều kiện vệ sinh, điều kiện bảo hộ và cứu đuối, thời tiết,...).
 - + Thường xuyên duy trì kỉ luật cao trong luyện tập (HS chỉ thực hiện bài tập dưới sự điều khiển, hướng dẫn của GV; phân công HS luyện tập, giám sát lẫn nhau theo nhóm,...).
 - + Kịp thời phát hiện tình trạng sức khỏe của HS; điều khiển và giám sát chặt chẽ LVD của tiết học.

- + Đảm bảo mọi hoạt động của HS luôn trong tầm quan sát của GV.
- + Sử dụng rộng rãi các biện pháp để khắc phục tình trạng “sợ nước” của HS.
- + Giới thiệu và luyện tập các động tác theo trật tự “cạn trước, nước sau”.
- Về trình tự tiến hành các nội dung luyện tập:
 - + Phổ biến yêu cầu và kĩ luật luyện tập.
 - + Tập thở (hít vào bằng miệng, thở ra bằng miệng và mũi,...).
 - + Tập ngụp, tập nổi trong nước.
 - + Tập di chuyển trong nước.

b) Bóng đá

- Về tổ chức luyện tập: đảm bảo để HS được luyện tập với bóng có kích thước, trọng lượng phù hợp với lứa tuổi.
- Hoạt động luyện tập được tiến hành theo thứ tự:
 - + Hoạt động làm quen với bóng.
 - + Hoạt động không bóng.
 - + Hoạt động có bóng.

3.3.6. Phương pháp thực hiện trò chơi vận động trong các chủ đề

TCVĐ thường được cấu trúc từ 2 phần cơ bản: nội dung trò chơi và cách tiến hành trò chơi. Đối với HS lớp 1, để thực hiện trò chơi đạt được mục đích, GV cần đồng thời:

- Dạy HS nội dung trò chơi.
- Dạy HS cách thực hiện trò chơi.

Phương pháp trò chơi được sử dụng với một số lưu ý sau:

- Cần có tiến trình thực hiện nội dung và yêu cầu của trò chơi như quá trình dạy học động tác để đảm bảo: kĩ năng thực hành các động tác không bị phá vỡ trong quá trình chơi. Tiến trình thực hiện các trò chơi, đồng thời là lộ trình hoàn thiện kĩ năng động tác.
- Yêu cầu và nội dung đánh giá (để xếp thứ hạng thắng cuộc) của trò chơi được tăng dần theo khả năng và điều kiện luyện tập của HS (phù hợp với khả năng tiếp thu và hình thành kĩ năng vận động).
- Phương pháp thực hiện và yêu cầu về kết quả đạt được của mỗi loại trò chơi phải tương ứng định hướng phát triển về từng loại tố chất và năng lực.
- Chuẩn bị địa điểm và phương tiện hợp lí, đảm bảo quá trình chơi được diễn ra hiệu quả và an toàn.

- TCVD trong từng chủ đề được biên soạn theo mục đích và nội dung của Chương trình, có định hướng tác động nhằm góp phần hình thành, củng cố kĩ năng vận động và phát triển thể lực cho HS theo mục tiêu của chủ đề. Vì vậy:
- + Các yêu cầu về: tốc độ vận động, độ chính xác về phương hướng và tư thế; thời gian thực hiện và số lần lặp lại, độ lớn của LVĐ,... phải được lựa chọn phù hợp với mục đích sử dụng, với mục tiêu của chủ đề.
- + GV chủ động sử dụng các TCVD, trò chơi dân gian sẵn có của địa phương để tăng sự mới lạ về nội dung và sự đa dạng của hình thức thực hiện tiết học. Tuy nhiên, các trò chơi phải có nội dung và định hướng tác động phù hợp với mục đích của tiết học (khởi động, bổ trợ, luyện tập, hồi phục), mục tiêu và nội dung của chủ đề.

4. KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ HỌC TẬP

4.1. Một số quy định về kiểm tra, đánh giá của Chương trình Giáo dục thể chất

4.1.1. Mục tiêu đánh giá

Đánh giá kết quả GDTC là hoạt động thu thập thông tin và so sánh mức độ đạt được của HS so với yêu cầu cần đạt của môn học, nhằm cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về sự tiến bộ của HS; mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của Chương trình để trên cơ sở đó điều chỉnh hoạt động dạy học và cách tổ chức quản lí nhằm không ngừng nâng cao chất lượng giáo dục.

4.1.2. Nguyên tắc đánh giá

- Đánh giá kết quả giáo dục phải căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt đối với từng lớp học, cấp học trong chương trình môn GDTC, theo các tiêu chuẩn đánh giá thể lực HS do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành, chú trọng kĩ năng vận động và hoạt động TDTT của HS.
- Đánh giá phải bảo đảm toàn diện, khách quan, có phân hoá; kết hợp giữa đánh giá thường xuyên và định kì; kết hợp giữa đánh giá của GV, tự đánh giá và đánh giá của HS, đánh giá của phụ huynh HS. HS được biết thông tin về hình thức, thời điểm, cách đánh giá và chủ động tham gia quá trình đánh giá.
- Đánh giá phải coi trọng sự tiến bộ của HS về năng lực, thể lực và ý thức học tập; có tác dụng thúc đẩy và hỗ trợ HS phát triển các phẩm chất và năng lực; tạo được hứng thú và khích lệ tinh thần luyện tập của HS; qua đó khuyến khích HS tham gia các hoạt động TDTT ở trong và ngoài nhà trường.

4.1.3. Hình thức đánh giá

a) Đánh giá thường xuyên và đánh giá định kì

- **Đánh giá thường xuyên:** Bao gồm đánh giá chính thức (thông qua các hoạt động thực hành, luyện tập,...) và đánh giá không chính thức (bao gồm quan sát trên lớp, đối thoại, HS tự đánh giá,...) nhằm thu thập những thông tin về quá trình hình thành, phát triển năng lực của từng HS.

- **Đánh giá định kì:** được tiến hành vào giữa học kì I, cuối học kì I, giữa học kì II và cuối năm học. Nội dung đánh giá chú trọng đến kĩ năng thực hành, thể lực của HS; phối hợp với đánh giá thường xuyên cung cấp thông tin để phân loại HS và điều chỉnh nội dung, phương pháp giáo dục.

b) Đánh giá định tính và đánh giá định lượng

- **Đánh giá định tính:** kết quả học tập được mô tả bằng lời nhận xét hoặc biểu thị bằng các mức xếp loại. HS có thể sử dụng hình thức này để tự đánh giá sau khi kết thúc mỗi nội dung, mỗi chủ đề; hoặc GV sử dụng để đánh giá thường xuyên. Đánh giá định tính được sử dụng chủ yếu ở cấp Tiểu học.
- **Đánh giá định lượng:** kết quả học tập được biểu thị bằng điểm số theo thang điểm 10. GV sử dụng hình thức đánh giá này đối với đánh giá thường xuyên chính thức và đánh giá định kì. Đánh giá định lượng được sử dụng chủ yếu ở cấp THCS và cấp THPT.

4.2. Yêu cầu đánh giá

- Điều quan tâm đầu tiên của kiểm tra, đánh giá trong GDTC theo mô hình Cùng học để phát triển năng lực là giúp cho HS nhận ra: những tiến bộ của bản thân thông qua học tập; sự tăng trưởng về năng lực vận động và trình độ thể lực so với chính mình ở giai đoạn trước đó; mức độ đã đạt được so với yêu cầu chung và so với các bạn trong tập thể lớp; cần phải tiếp tục học tập và rèn luyện như thế nào.
- Hình thành và phát triển ở HS động cơ, tính tích cực trong học tập (là yêu cầu có tính xuyên suốt của quá trình học tập).
- Đánh giá mức độ tăng trưởng về kĩ năng vận động và trình độ thể lực của HS sau từng học kì là một trong những thông báo quan trọng của nhà trường đối với phụ huynh HS; là điều kiện để tạo ra sự phối hợp giữa gia đình và nhà trường trong công tác GDTC. Để thực hiện được điều đó, GV phải lập sổ theo dõi quá trình học tập của HS theo nội dung của môn học đã quy định: Thể lực ban đầu, vốn kĩ năng ban đầu đối với từng nội dung học mới, khả năng tiếp thu và quá trình hình thành kĩ năng vận động, sự tăng trưởng đạt được sau mỗi học kì hoặc sau mỗi nội dung học tập.

4.3. Một số lưu ý về kiểm tra thể lực định kì

Kiểm tra thể lực của HS được triển khai theo định kì mỗi năm một lần vào cuối năm học; nội dung đánh giá cần tuân theo các tiêu chuẩn đánh giá thể lực HS do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành (mục 2, phần VII Chương trình môn học GDTC).

Để quá trình kiểm tra được diễn ra an toàn và đạt kết quả tốt, GV cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Lập kế hoạch về nội dung, phương tiện, thời gian, địa điểm và nhân sự thực hiện.
- Lập danh sách HS thuộc diện đủ điều kiện sức khoẻ để đánh giá.
- Chuẩn bị biên bản đánh giá theo các tiêu chí quy định.
- Kết quả đánh giá (sau khi xử lí số liệu và tổng hợp) phải được báo cáo với Ban giám hiệu nhà trường và thông báo cho phụ huynh HS.

5. HƯỚNG DẪN KHAI THÁC, SỬ DỤNG NGUỒN TÀI NGUYÊN SÁCH VÀ CÁC HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ CỦA NXBGDVN

5.1. Cam kết hỗ trợ giáo viên, cán bộ quản lí trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử

Công ty CP Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội (HEID) – Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam cam kết sẽ đồng hành cùng với các cơ sở giáo dục, thầy cô giáo, phụ huynh và HS trong quá trình sử dụng bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực, thể hiện ở 6 nội dung sau:

- (1) Công ty cam kết thực hiện cơ chế hỗ trợ, phục vụ kịp thời, đầy đủ, đồng bộ SGK và tài liệu bổ trợ cho HS và GV.
- (2) Cam kết tổ chức tập huấn miễn phí cho toàn bộ cán bộ quản lí giáo dục, GV sử dụng SGK theo hình thức trực tiếp hoặc trực tuyến do các Tổng Chủ biên, Chủ biên và tác giả đảm nhiệm.
- (3) Mỗi GV sẽ được cấp một tài khoản miễn phí để khai thác, sử dụng học liệu điện tử, bao gồm: sách điện tử, các bài giảng mẫu, thí nghiệm mô phỏng, hệ thống bài kiểm tra, đánh giá, kho tài liệu tham khảo,...
- (4) Công ty cam kết giúp các cơ sở giáo dục xây dựng phần mềm quản lí học tập, kết nối giữa nhà trường với phụ huynh HS.
- (5) Đặc biệt, hằng năm vào dịp hè, Công ty tổ chức mời GV cốt cán trong các môn có thực hành, thí nghiệm ở các địa phương về trung tâm thực nghiệm của Công ty để tập huấn về thực hành, thí nghiệm.
- (6) Ngay từ khi bộ sách hoàn thiện, Công ty đã thành lập bộ phận thường trực xử lí các vướng mắc, hỗ trợ các cơ sở giáo dục, các nhà trường, thầy cô giáo trong hành trình sử dụng bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực.

Thống kê các học liệu điện tử đi kèm bộ SGK lớp 1

STT	Môn học lớp 1	Học liệu điện tử						
		Sách Mềm – Vở bài tập	Sách Mềm – Tự kiểm tra, đánh giá	Tư liệu giảng dạy (Powerpoint)	Video bài giảng	Sách giáo viên (bản điện tử)	Sách Mềm – Sách giáo viên	Sách Mềm – Sách học sinh
1	Tiếng Việt	x	x	x	x	x	x	x
2	Toán	x	x	x	x	x	x	x
3	TN và XH	x	x	x	x	x	x	x
4	Đạo đức	x	x	x	x	x	x	x
5	Mĩ thuật	x		x	x	x	x	x
6	Âm nhạc		x	x	x	x	x	x
7	Hoạt động trải nghiệm		x	x	x	x	x	x
8	Giáo dục thể chất			x	x	x	x	x

5.2. Cách thức khai thác và hướng dẫn sử dụng nguồn tài nguyên sách trong dạy học

Hiện nay, tại trang Web sgk.sachmem.vn đã có những tài liệu về bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực.

(a) Tài liệu về bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực:

- Những điều cần biết về bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực
- Các bài Giới thiệu SGK gồm bản Powerpoint và Video cho mỗi môn học
- Các bản Thuyết minh SGK cho mỗi môn học
- SGK bản mềm cho mỗi môn học
- Sách Mềm – Vở bài tập (Chuyển thể từ VBT in sang dạng tương tác; đã có demo một số bài)

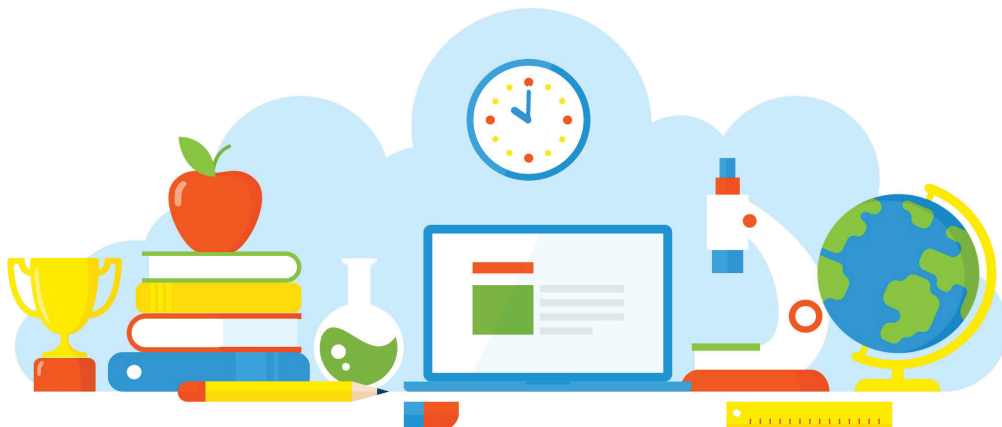
- *Sách Mềm – Tự kiểm tra, đánh giá* (đã có demo một số bài)
- *SGV bản mềm* cho mỗi môn học
- *SGV tương tác* (bản demo Sách Mềm cho Toán 1, Tiếng Việt 1, Tự nhiên và Xã hội 1)
- *Powerpoint hỗ trợ từng bài dạy* (bản demo cho Toán 1, Tiếng Việt 1, Tự nhiên và Xã hội 1)
- *Tài liệu tập huấn GV*, kèm theo *Một số video bài dạy mẫu* gồm hai loại: không có Powerpoint hỗ trợ và có Powerpoint hỗ trợ, cho mỗi môn học

GV, phụ huynh, học sinh có thể xem miễn phí các tài liệu trên trang Web đã nêu. Ngoài những tài liệu nêu trên, các tác giả sẽ cung cấp thêm những sản phẩm khác, nhằm đáp ứng tối đa nhu cầu học tập tích cực của HS và giảng dạy hiệu quả của GV.

(b) Giáo viên, học sinh, phụ huynh sử dụng các tài nguyên này thế nào?

Một số gợi ý để GV sử dụng hiệu quả:

- Để nắm được các thông tin đầy đủ về cả bộ sách nói chung và môn học nói riêng, GV có thể xem “Những điều cần biết về bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực” và “Thuyết minh SGK môn học”.
- Để dạy học hiệu quả một môn học, GV nên:
 - + Đầu tiên, xem **SGK bản mềm** và **SGV bản mềm** để tìm hiểu sơ bộ và bước đầu cảm nhận về sách.
 - + Tiếp theo, xem bài **Giới thiệu, Tài liệu tập huấn** rồi đến các **video** và các học liệu hỗ trợ cho HS.
 - + Với Sách Mềm – Tự kiểm tra đánh giá, GV có thể dùng để đánh giá HS, xác định rõ mỗi HS đang ở mức độ nào sau khi học xong mỗi bài học, từ đó có kế hoạch hướng dẫn lại cho HS còn chưa vững hoặc bồi dưỡng thêm cho HS có năng khiếu, tư chất tốt để ươm mầm tài năng.
- Một số gợi ý cho HS và phụ huynh HS:
 - + HS sử dụng Sách Mềm – Vở bài tập tương tác sẽ thấy hấp dẫn hơn, hứng thú hơn VBT giấy. Hơn nữa sau khi thực hiện xong mỗi bài tập, HS được đánh giá ngay. Nếu HS quên kiến thức cơ bản thì đã có đường link tới video hướng dẫn lại kiến thức liên quan đến bài tập để HS ôn lại rồi tiếp tục làm bài tập.
 - + HS sử dụng Sách Mềm – Tự kiểm tra đánh giá để xem mình đã đạt mức độ nào (chưa đạt, thực hành cơ bản được, vận dụng đơn giản được, vận dụng sáng tạo) sau khi học xong mỗi bài học. Phụ huynh HS qua đó cũng biết rõ về tình hình học tập của con em mình.



HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ

Kèm theo sách giáo khoa **GIÁO DỤC THỂ CHẤT 1** Cùng học để phát triển năng lực

Truy cập trang mạng để xem minh họa trực tuyến: sgk.sachmem.vn

Giới thiệu

Sách Mềm là một hệ thống phần mềm kèm theo các học liệu điện tử được xây dựng nhằm mục đích giúp nâng cao hiệu quả giảng dạy và học tập.

Học liệu điện tử kèm theo sách giáo khoa Giáo dục thể chất 1 Cùng học để phát triển năng lực là một phần trong hệ thống **Sách Mềm**. Trong giai đoạn đầu, học liệu điện tử này có 5 sản phẩm chính như sau:

1. Sách giáo viên (bản điện tử)

Là phiên bản điện tử của SGV được đưa lên mạng internet giúp GV dễ dàng tiếp cận, sử dụng.

2. Tư liệu giảng dạy (Powerpoint)

Là hệ thống các bài soạn điện tử Powerpoint được xây dựng bám sát theo nội dung SGV, SGK kèm theo các hình ảnh, âm thanh, video, hiệu ứng tương tác:

- Góp phần đổi mới phương pháp dạy và học.
- Giúp GV:
 - Giảm bớt thời gian, công sức chuẩn bị tư liệu bài giảng.
 - Có thêm công cụ, tư liệu trực quan, sinh động, hấp dẫn phục vụ việc giảng dạy.
 - Ứng dụng hiệu quả công nghệ thông tin vào giảng dạy.
- Giúp HS:
 - Hứng thú tiếp thu bài học.
 - Dễ tiếp thu bài học.
 - Nâng cao hiệu quả học tập.

3. Video tiết học (minh hoạ)

Một số tiết học thực tế được quay phim và dựng thành video để làm tư liệu cho GV tham khảo.

4. Sách Mềm – Sách giáo viên

Là phần mềm bài soạn điện tử tương tác, được xây dựng bám sát theo nội dung SGK, SGK kèm theo các hình ảnh, âm thanh, video, hiệu ứng tương tác, trực quan, sinh động.

- Góp phần đổi mới phương pháp dạy và học.
- Giúp GV:
 - Giảm bớt thời gian, công sức chuẩn bị tư liệu bài giảng.
 - Có thêm công cụ, tư liệu trực quan, sinh động, hấp dẫn phục vụ việc giảng dạy.
 - Ứng dụng hiệu quả công nghệ thông tin vào giảng dạy.
- Giúp HS:
 - Hứng thú tiếp thu bài học.
 - Dễ tiếp thu bài học.
 - Nâng cao hiệu quả học tập.

5. Sách Mềm – Sách giáo khoa

Là phần mềm sách điện tử tương tác, được xây dựng bám sát theo nội dung SGK kèm theo các hình ảnh, âm thanh, video, hiệu ứng tương tác, trực quan, sinh động.

6. KHAI THÁC THIẾT BỊ VÀ HỌC LIỆU TRONG DẠY HỌC

6.1. Về thiết bị dạy học bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực

Công ty cổ phần Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội (HEID) – Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam có hai dòng sản phẩm, dòng sản phẩm thiết bị THỰC và dòng sản phẩm thiết bị ẢO. Đây là các sản phẩm bám sát và dùng riêng cho bộ SGK Cùng học để phát triển năng lực.

– Các thiết bị THỰC, bao gồm ba sản phẩm chính, đó là:

- + Bộ đồ dùng thực hành Toán và Tiếng Việt.
- + Bộ tranh dùng cho tiết học Kể chuyện (Tiếng Việt).
- + Bộ tranh Tự nhiên và Xã hội.

– Các thiết bị ẢO, bao gồm ba sản phẩm chính, đó là:

- + Tư liệu bài giảng dành cho GV.
- + Vở bài tập có tương tác.
- + Tự kiểm tra, đánh giá.

6.2. Về học liệu điện tử của bộ sách CÙNG HỌC ĐỂ PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC

Học liệu điện tử kèm theo SGK gồm 3 sản phẩm chính, đó là:

- (1) Tư liệu bài giảng dành cho GV: Phân loại các loại hình bài học trong SGK. Với mỗi loại bài, thiết kế bài giảng mẫu, kèm theo các tư liệu hỗ trợ để GV có thể sử dụng khi dạy học.
- (2) Sách Mềm – Vở bài tập: Chuyển thể từ Vở bài tập sang dạng tương tác.
- (3) Sách Mềm – Tự kiểm tra, đánh giá. Với mỗi bài trong SGK, có một vài câu hỏi, bài tập để HS tự thực hiện, qua đó tự đánh giá về khả năng nắm vững nội dung cơ bản của bài.

Xin các quý vị hãy tự thử trải nghiệm ở tài khoản demo trực tuyến sau

Truy cập website : <https://sachmem.vn>

Tài khoản đăng nhập:

Email: `sgk@heid.vn`

Mật khẩu : `sachgiaokhoa`

7. MỘT SỐ LƯU Ý LẬP KẾ HOẠCH DẠY HỌC THEO THÔNG TƯ 3866

Để hoạt động tổ chức dạy học trên lớp đạt được mục đích hình thành các năng lực của môn học cũng như các năng lực chung, các phẩm chất được quy định trong Chương trình, GV cần lập kế hoạch tổ chức dạy học phù hợp với chính đối tượng HS của lớp mình, trường mình. Kế hoạch tổ chức dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 1 có thể đi theo tiến trình hướng dẫn tổ chức các hoạt động học của SGK, tuy nhiên để phù hợp với đối tượng, GV cần lưu ý một số điểm sau:

- Yêu cầu cần đạt: GV có thể diễn đạt lại rõ hơn các yêu cầu về kiến thức, kĩ năng, thái độ.
- Dụng cụ luyện tập, đồ dùng dạy học: GV ưu tiên chuẩn bị các dụng cụ luyện tập, đồ dùng thực tế sẵn có nhưng cần đảm bảo an toàn và hợp vệ sinh hoặc tự làm đồ dùng dạy học phù hợp với đối tượng. Có thể phát triển các vật liệu học tập đa dạng, phù hợp với văn hoá của địa phương.
- Tổ chức các hoạt động dạy học: Tùy theo trình độ của HS, có thể phân bổ thời gian, trọng tâm cho các hoạt động: Khởi động cơ thể kĩ trước khi luyện tập các bài tập có yêu cầu LVĐ cao, sau giờ học phải thực hiện việc hồi tĩnh, thả lỏng cơ thể đúng mức; xác định nội dung cần nhấn mạnh, khai thác các vật liệu học (hình ảnh SGK, kinh nghiệm của HS, vật thật,...) HS cần tương tác,... để có thể hình thành năng lực cho HS, xác định các kĩ thuật dạy học và phương pháp dạy học phù hợp với đối tượng HS hướng tới hình thành năng lực; Định hướng các kết luận/chốt cho hoạt động.
- Xây dựng kế hoạch đánh giá: Xây dựng nội dung đánh giá ở mỗi bài học, đối tượng, hình thức và cách đánh giá trong các hoạt động học, hay kết thúc bài học.
- Rút kinh nghiệm sau các giờ lên lớp: GV đánh giá lại quá trình tổ chức dạy học, kết quả học tập của HS, xác định điều đã làm tốt, điều gì cần điều chỉnh và hướng điều chỉnh cho các tiết học sau.

Phần hai

GỢI Ý, HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC DẠY HỌC MỘT SỐ DẠNG BÀI

Trong khuôn khổ tài liệu, xin giới thiệu 2 dạng bài (Mỗi dạng bài gồm: Bài học trong SGK, Hướng dẫn tổ chức dạy học):

DẠNG BÀI THỨ NHẤT

BÀI HỌC TRONG SÁCH GIÁO KHOA

Bài 2

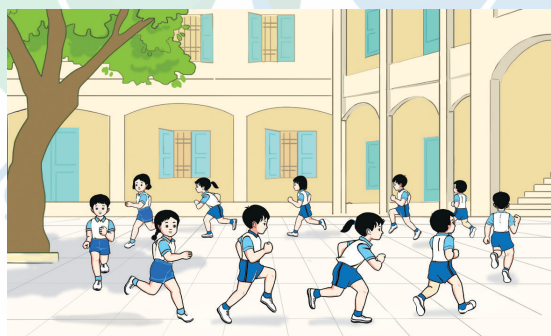
Tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số

1) Mở đầu

Mục tiêu và yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được động tác tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số.
- Tích cực, tự giác tham gia luyện tập.

Khởi động



Chạy chậm trên sân trường

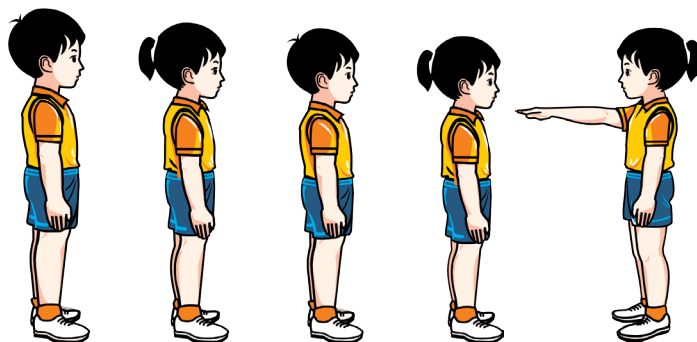
Trò chơi hỗ trợ khởi động



Trò chơi Lộn cầu vồng

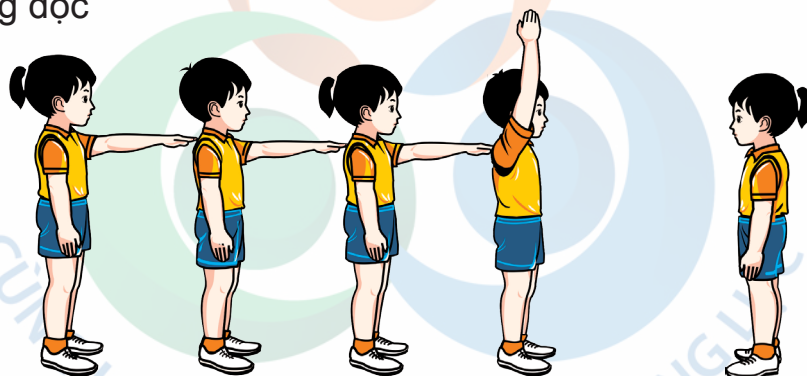
2) Kiến thức mới

a) Tập hợp đội hình một hàng dọc

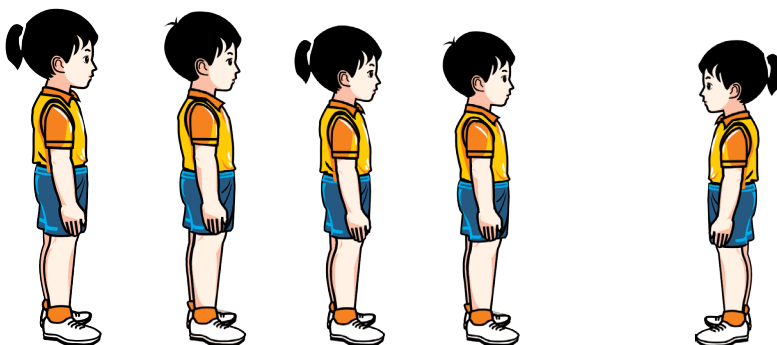


- Khẩu lệnh: “Thành một hàng dọc – Tập hợp!”.
- Động tác: Sau khi hô khẩu lệnh, người chỉ huy đưa thẳng tay phải ra trước. Bạn đầu hàng đứng đối diện người chỉ huy, các bạn lần lượt đứng theo thứ tự từ thấp đến cao.

b) Dóng hàng dọc

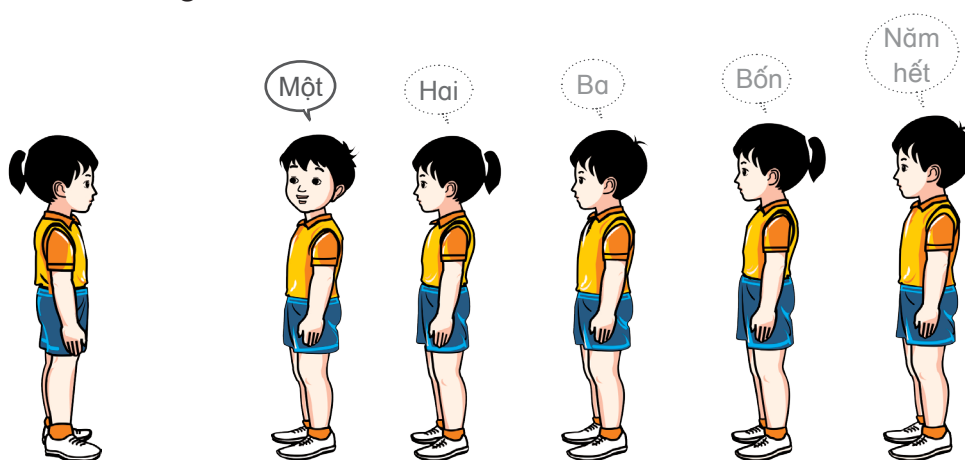


- Khẩu lệnh: “Nhìn trước – Thẳng!”.
- Động tác: Người đầu hàng đưa tay phải lên cao, các bạn phía sau đưa thẳng tay trái ra trước, đầu ngón tay chạm vai bạn đứng trước.



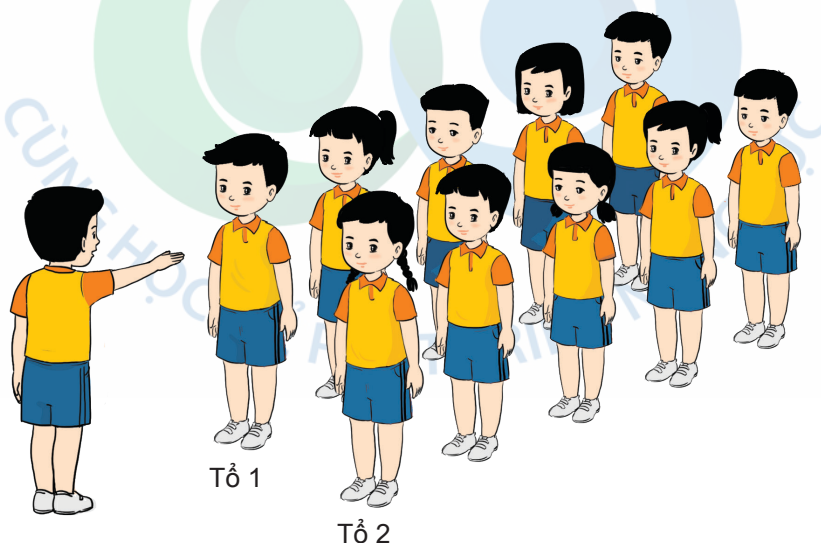
- Khẩu lệnh: “Thôi!”.
- Động tác: Hạ tay xuống, trở về tư đứng nghiêm.

c) Điểm số hàng dọc



- Khẩu lệnh: “Từ một đến hết – Điểm số!”.
- Động tác: Từ trước ra sau, từng bạn lần lượt quay đầu sang trái hô to số thứ tự của mình rồi trở về tư thế ban đầu. Người cuối hàng giữ nguyên tư thế, hô số thứ tự và hô “Hết!”.

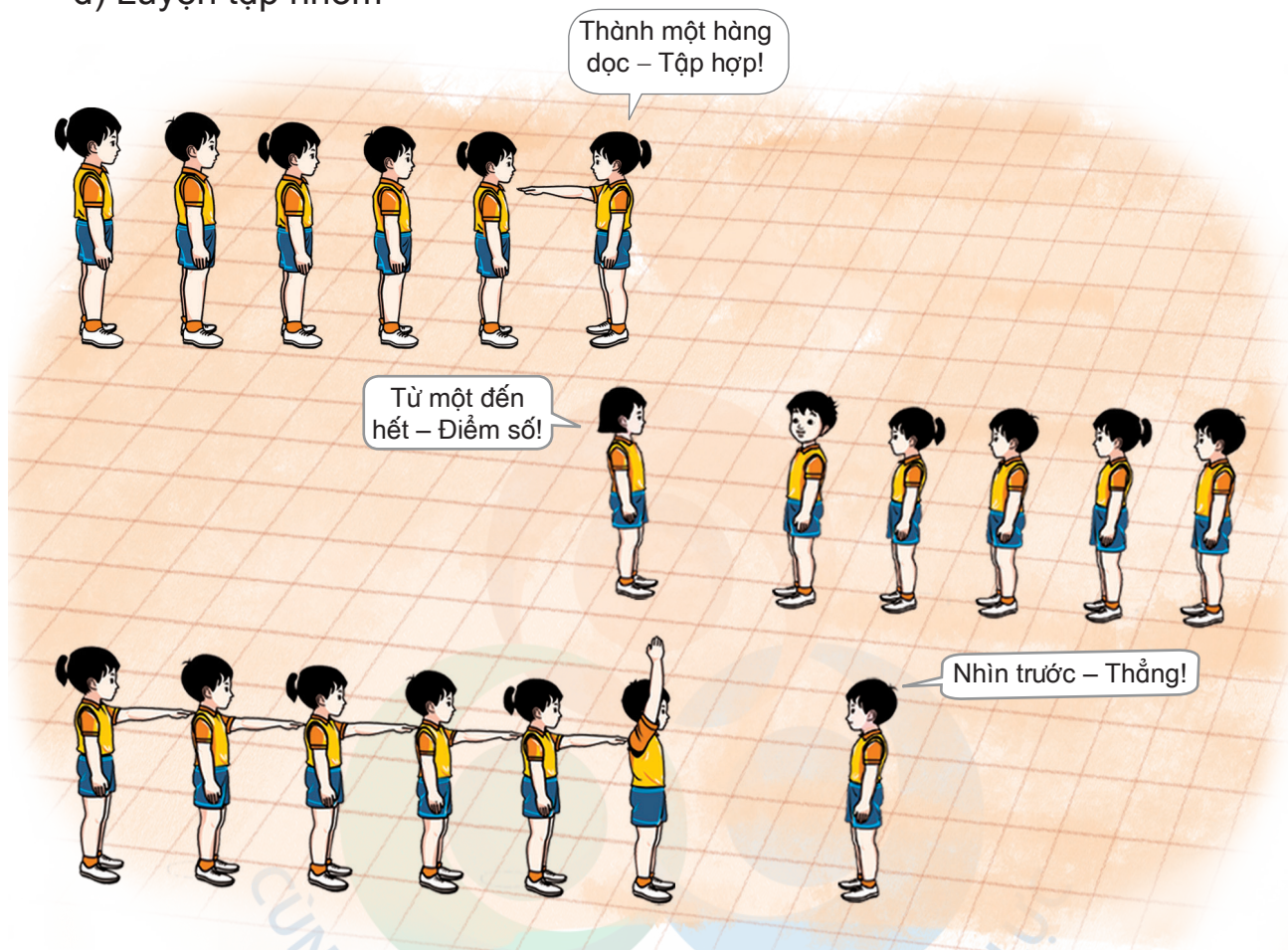
d) Tập hợp đội hình hai (ba, bốn,...) hàng dọc



- Khẩu lệnh: “Thành hai (ba, bốn,...) hàng dọc – Tập hợp!”.
- Động tác: Sau khi hô khẩu lệnh, người chỉ huy đưa thẳng tay phải ra trước. Tổ 1 đứng đối diện người chỉ huy, Tổ 2 đứng bên trái Tổ 1.

3 Luyện tập

a) Luyện tập nhóm



b) Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ

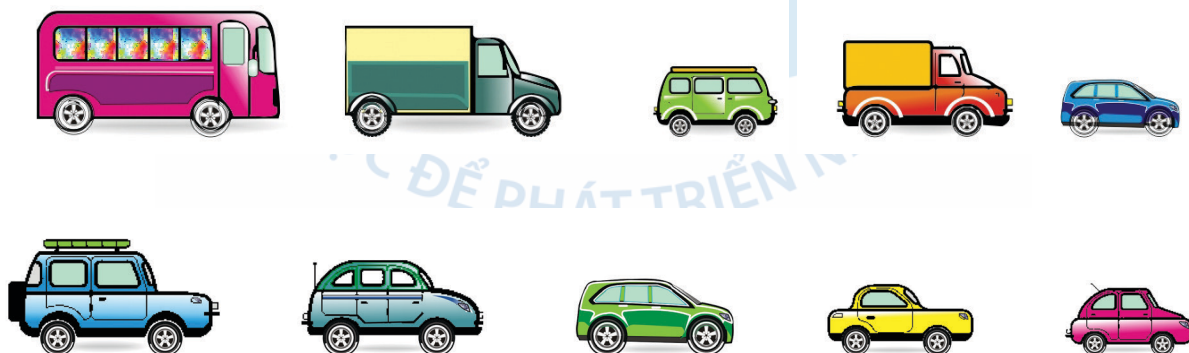


4 Vận dụng

- Tự xếp đồ chơi thành một hàng dọc.



- Tự xếp ô tô và tìm hàng dọc được xếp đúng và đẹp.



HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC DẠY HỌC

BÀI TẬP HỢP ĐỘI HÌNH HÀNG DỌC, DÓNG HÀNG, ĐIỂM SỐ (4 TIẾT)

THUỘC CHỦ ĐỀ 1. ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ (PHẦN VẬN ĐỘNG CƠ BẢN)

1. MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU CẦN ĐẠT

a) Mục tiêu

Rèn luyện tập hợp đội hình một hàng dọc, dóng hàng, điểm số.

b) Yêu cầu cần đạt

- *Kiến thức:* Biết cách luyện tập các động tác.
- *Kỹ năng:* Thực hiện được các động tác theo khẩu lệnh.
- *Thế lực:* Bước đầu liên kết được các cử động của động tác đúng cấu trúc, trình tự; có sự phát triển về năng lực định hướng.
- *Thái độ:* Tích cực học tập, mạnh dạn phối hợp nhóm để luyện tập.

2. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Giới thiệu nội dung bài học. Sử dụng phương tiện trực quan giúp HS nhận biết về hàng dọc; đội hình một hàng dọc và nhiều hàng dọc; hình thái biểu hiện của động tác dóng hàng, điểm số theo hàng dọc.
- Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS về hàng dọc:
 - + Nhận biết hàng dọc của người, của đồ vật sau khi quan sát tranh ảnh.
 - + Kể về những hàng dọc thường gặp trong đời sống hằng ngày?
 - + Mọi người thường xếp hàng dọc khi nào, ở đâu?
- Tổng hợp, nhận xét ý kiến của HS, đưa ra phương án trả lời đúng.
- Khởi động cơ thể: Tổ chức và hướng dẫn HS khởi động cơ thể (chạy chậm trên sân trường, chơi trò chơi *Lộn cầu vòng*).

b) Hoạt động của HS

- Quan sát hình ảnh, ghi nhớ, liên tưởng về đội hình hàng dọc; cùng các bạn tìm câu trả lời câu hỏi của GV.
- Thực hiện các bài tập khởi động cơ thể.

Bài 2

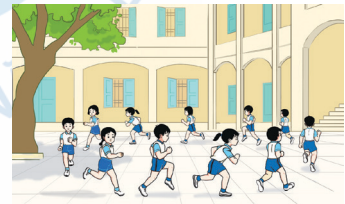
Tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số

1) Mở đầu

Mục tiêu và yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được động tác tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số.
- Tích cực, tự giác tham gia luyện tập.

Khởi động



Chạy chậm trên sân trường

Trò chơi hỗ trợ khởi động



Trò chơi Lộn cầu vòng

3. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động của GV

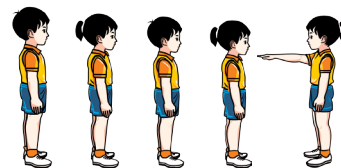
- Sử dụng hình ảnh trực quan, động tác mẫu giới thiệu cho HS về:
- Sự khác biệt giữa đội hình hàng dọc và hàng ngang.
- Cấu trúc đội hình hàng dọc, cách tập hợp đội hình hàng dọc (lần lượt đứng sau HS làm chuẩn theo thứ tự từ thấp đến cao).
- Động tác dóng hàng, điểm số hàng dọc.
- Giới thiệu khái quát về: Mục đích, tác dụng và yêu cầu luyện tập; khẩu lệnh và cách thực hiện các động tác theo khẩu lệnh.
- Cho HS tự tập thử (cách hô khẩu lệnh, động tác làm chuẩn, động tác điểm số) để có cảm nhận ban đầu về động tác.
- Sắp xếp đội hình mẫu để HS nhận biết: Trình tự tập hợp đội hình một hàng dọc theo khẩu lệnh; trình tự sắp xếp và cự li đứng giữa người trước, người sau; trình tự thực hiện động tác dóng hàng, điểm số theo hàng dọc.
- Sắp xếp thứ tự đội hình một hàng dọc cho từng tổ.
- Cho HS tập hợp hàng dọc theo khẩu lệnh của GV (mỗi tổ thành một hàng dọc, cả lớp thành ba, bốn hàng dọc); đồng loạt thực hiện động tác dóng hàng, điểm số hàng dọc theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.
- Chỉ dẫn một số sai sót thường gặp khi luyện tập.

b) Hoạt động của HS

- Quan sát hình ảnh, lắng nghe GV giới thiệu về động tác mới và cách luyện tập.
- Ghi nhớ tên động tác, khẩu lệnh; hình thành biểu tượng đúng về động tác.
- Thực hiện thử các động tác theo hình ảnh đã ghi nhớ.
- Đồng loạt thực hiện các động tác theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.

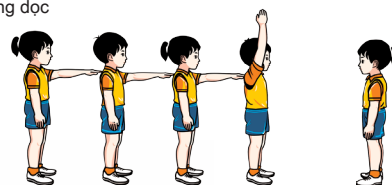
2 Kiến thức mới

a) Tập hợp đội hình một hàng dọc

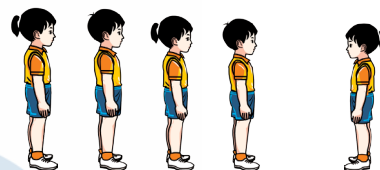


- Khẩu lệnh: "Thành một hàng dọc – Tập hợp!".
- Động tác: Sau khi hô khẩu lệnh, người chỉ huy đưa thẳng tay phải ra trước. Bạn đầu hàng đứng đối diện người chỉ huy, các bạn lần lượt đứng theo thứ tự từ thấp đến cao.

b) Dóng hàng dọc



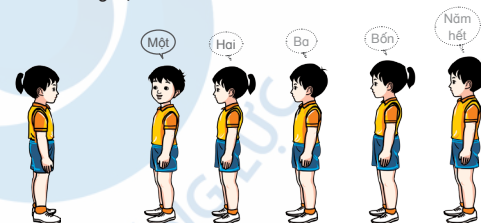
- Khẩu lệnh: "Nhìn trước – Thẳng!".
- Động tác: Người đầu hàng đưa tay phải lên cao, các bạn phía sau đưa thẳng tay trái ra trước, đầu ngón tay chạm vai bạn đứng trước.



- Khẩu lệnh: "Thôi!".
- Động tác: Hạ tay xuống, trở về tư thế đứng nghiêm.

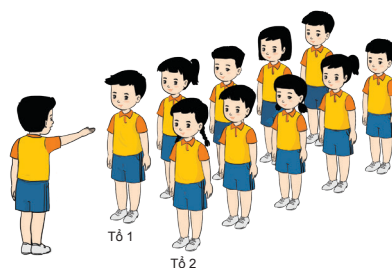
12

c) Điểm số hàng dọc



- Khẩu lệnh: "Từ một đến hết – Điểm số!".
- Động tác: Từ trước ra sau, từng bạn lần lượt quay đầu sang trái hô to số thứ tự của mình rồi trở về tư thế ban đầu. Người cuối hàng giữ nguyên tư thế, hô số thứ tự và hô "Hết!".

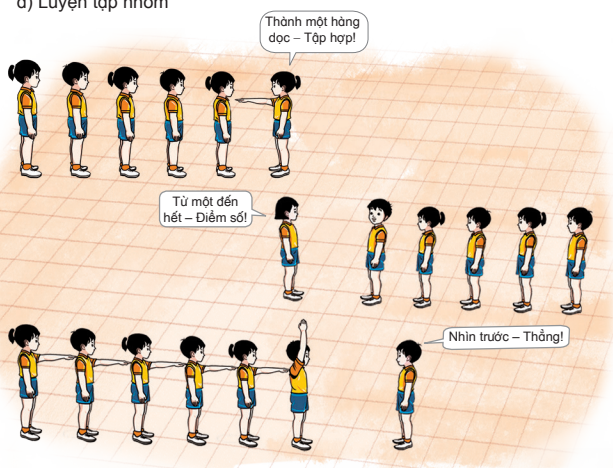
d) Tập hợp đội hình hai (ba, bốn,...) hàng dọc



- Khẩu lệnh: "Thành hai (ba, bốn,...) hàng dọc – Tập hợp!".
- Động tác: Sau khi hô khẩu lệnh, người chỉ huy đưa thẳng tay phải ra trước. Tổ 1 đứng đối diện người chỉ huy, Tổ 2 đứng bên trái Tổ 1.

3) Luyện tập

a) Luyện tập nhóm



b) Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ



Trò chơi Điểm số nhanh

4. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

(Hoạt động cá nhân, theo cặp đôi, theo nhóm, cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Phổ biến nội dung và yêu cầu ôn tập: tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ.
- Phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập: hô khẩu lệnh; tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số.
- Tổ chức các hình thức luyện tập cho HS: cá nhân, theo cặp đôi, theo nhóm, cả lớp.
- Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.
- Tổ chức và điều khiển HS thực hiện trò chơi rèn luyện ĐHĐN.

b) Hoạt động của HS

- Hoạt động cá nhân: tập hô khẩu lệnh; phối hợp giữa tự hô khẩu lệnh và mô phỏng động tác dóng hàng, điểm số; tự đánh giá kết quả luyện tập.
- Hoạt động theo cặp đôi: luân phiên hô khẩu lệnh và mô phỏng thực hiện động tác dóng hàng, điểm số; tập nêu nhận xét và đánh giá kết quả luyện tập của bạn.
- Hoạt động theo nhóm: luân phiên chỉ huy nhóm ôn tập (tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ), tập hợp một hàng dọc, dóng hàng, điểm số, tập hợp hai (ba, bốn,...) hàng dọc; tập nêu nhận xét và sửa chữa sai sót giữa các HS trong nhóm.
- Hoạt động chung cả lớp: Trò chơi rèn luyện ĐHĐN.

5. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

(Hoạt động theo nhóm, cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Đặt câu hỏi để HS liên hệ, vận dụng nội dung học tập với thực tiễn:
- + Cần tập hợp hàng dọc, dóng hàng, điểm số khi nào?
- + Phân biệt đúng, sai khi dóng hàng, điểm số (sau khi quan sát hình ảnh)?

+ Phân biệt sự giống và khác nhau giữa đội hình một hàng dọc và nhiều hàng dọc.

– Thay đổi yêu cầu luyện tập:

+ Tăng dần yêu cầu về nhịp độ, mức độ rõ ràng, dứt khoát khi hô khẩu lệnh.

+ Tăng tốc độ, mức độ chuẩn xác khi dóng hàng và điểm số.

– Phối hợp thực hiện các động tác trong nhiều điều kiện khác nhau:

+ Thay đổi hướng tập hợp đội hình.

+ Tăng số lượng HS trong mỗi hàng dọc khi dóng hàng, điểm số.

– Cho HS phối hợp tập hợp hàng dọc với đứng nghiêm, đứng nghỉ.

– Hướng dẫn HS nội dung và cách tự luyện tập trong các điều kiện khác nhau.

Vận dụng

• Tự xếp đồ chơi thành một hàng dọc.



• Tự xếp ô tô và tìm hàng dọc được xếp đúng và đẹp.



b) Hoạt động của HS

– Trả lời câu hỏi vận dụng của GV.

– Thực hiện yêu cầu vận dụng của GV.

– Phối hợp giữa tập hợp đội hình hàng dọc với luyện tập đứng nghiêm, đứng nghỉ, dóng hàng, điểm số.

6. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC TIẾT HỌC

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động hồi phục sau tập luyện

Cho HS thực hiện các động tác hoặc trò chơi có tác dụng thả lỏng cơ thể (có vận động nhẹ nhàng, vui tươi).

b) Nhận xét hoạt động học tập và giao nhiệm vụ về nhà

– Nhận xét về thái độ, kết quả học tập, khả năng vận dụng, tư thế và thể lực của HS.

– Giao nhiệm vụ về nhà và yêu cầu cần đạt để HS tự học.

– Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị cho bài học mới.

DẠNG BÀI THỨ HAI

BÀI HỌC TRONG SÁCH GIÁO KHOA

Bài 2

Ngụp trong nước

1) Mở đầu

Mục tiêu và yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được các bài tập ngụp trong nước.
- Tích cực, tự giác tham gia luyện tập.

Khởi động



Chạy tại chỗ

Xoay các khớp

Trò chơi hỗ trợ khởi động



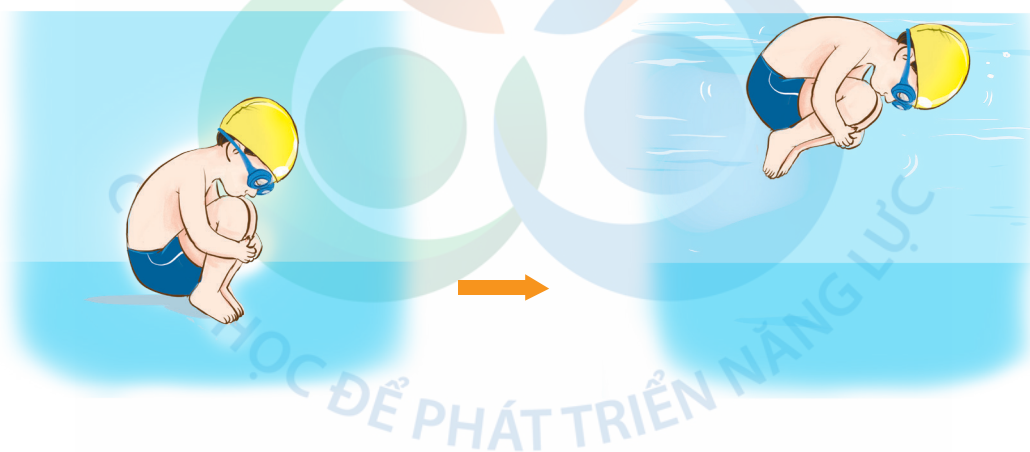
Trò chơi Kéo cưa lừa xẻ

2) Kiến thức mới

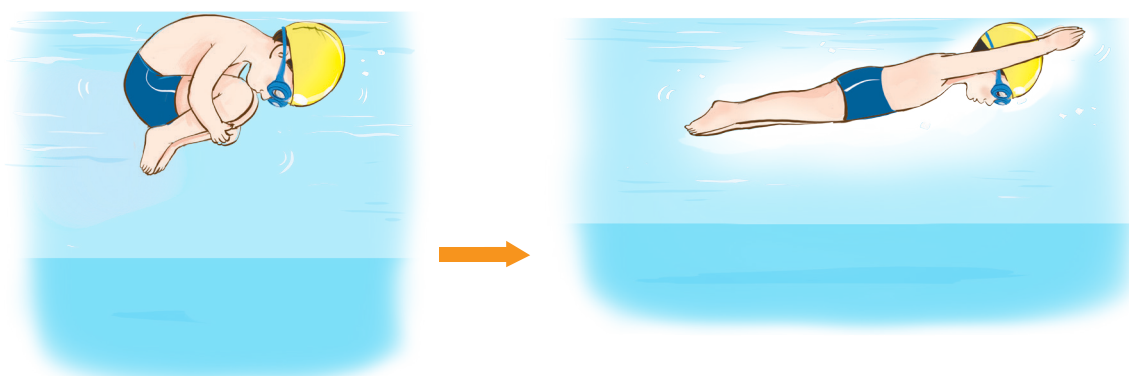
a) Ngụp tại chỗ trong nước



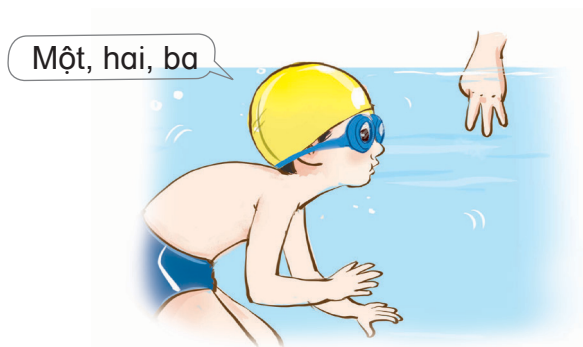
b) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi trong nước



c) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi và duỗi người trong nước

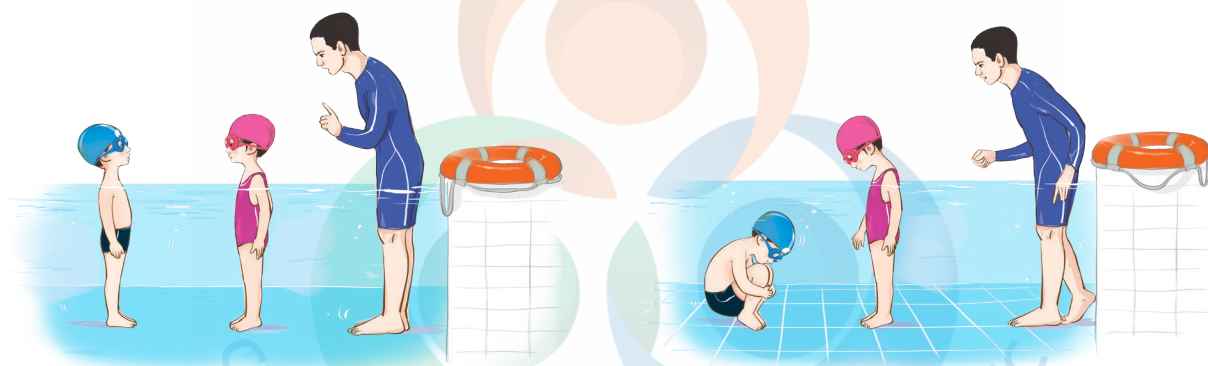


d) Ngụp tại chỗ kết hợp quan sát trong nước

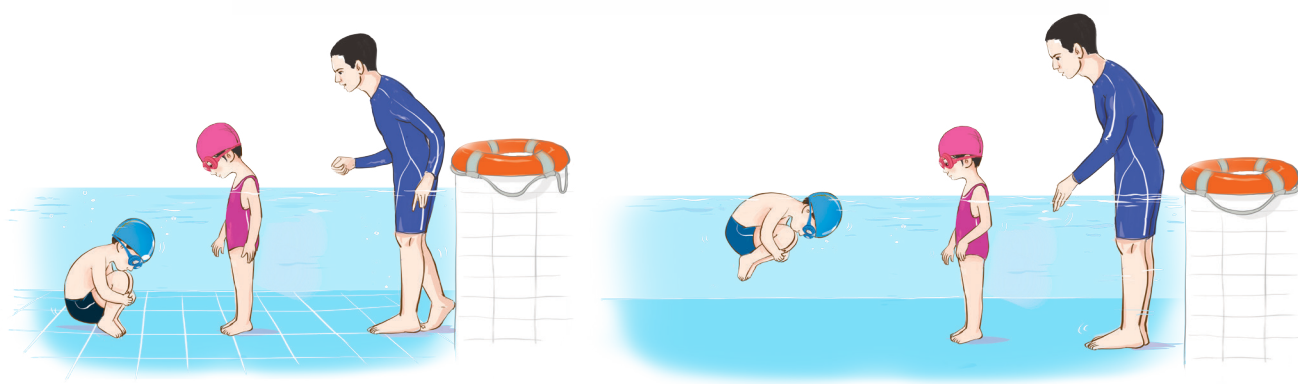


3) **Luyện tập**

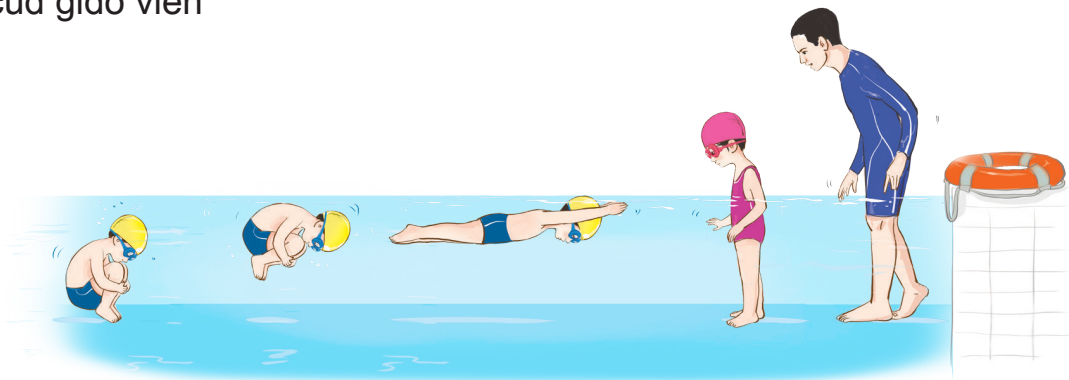
a) Tập ngụp tại chỗ trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



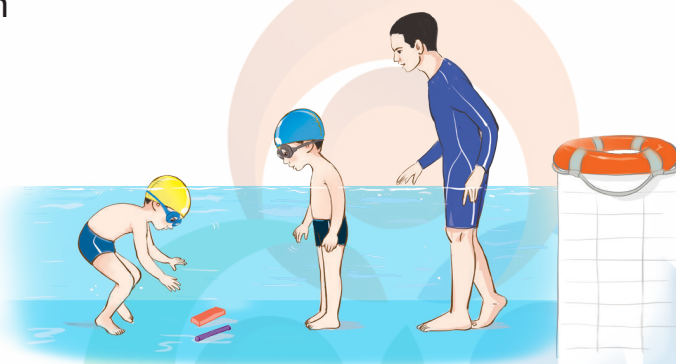
b) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



c) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi và duỗi người trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



d) Ngụp tại chỗ kết hợp tập quan sát trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



đ) Trò chơi vận động hỗ trợ tập bơi



Trò chơi *Ngụp trong nước đếm số ngón tay*

4 Vận dụng

- Tập hít vào thật sâu bằng miệng và thở ra từ từ bằng miệng khi tập thể dục buổi sáng.
- Vì sao luôn phải tập ngụp trong nước theo cặp đôi dưới sự quan sát của giáo viên?

HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC DẠY HỌC

BÀI NGỤP TRONG NƯỚC (6 TIẾT)

THUỘC CHỦ ĐỀ 4. MÔN BƠI (PHẦN THỂ THAO TỰ CHỌN)

1. MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU CẦN ĐẠT

a) Mục tiêu

Rèn luyện khả năng ngụp trong nước.

b) Yêu cầu cần đạt

- **Kiến thức:** Biết cách thực hiện các bài tập ngụp trong nước.
- **Kĩ năng:** Thực hiện được yêu cầu của các bài tập ngụp trong nước.
- **Thế lực:** Liên kết được các hoạt động của bài tập theo thứ tự luyện tập.
- **Thái độ:** Tích cực, tự giác và kỉ luật cao trong luyện tập.

Bài 2

Ngụp trong nước

1) Mở đầu

Mục tiêu và yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được các bài tập ngụp trong nước.
- Tích cực, tự giác tham gia luyện tập.

Khởi động



Trò chơi hỗ trợ khởi động



Trò chơi Kéo cửa lùa xe

2. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Giới thiệu nội dung tiết học.
- Sử dụng phương tiện trực quan giúp HS nhận biết về: ngồi trong nước; nổi trong nước; đuổi người trong nước; quan sát trong nước.
- Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý của HS:
 - + Biểu hiện để nhận biết ngụp trong nước là gì? (toàn thân ở dưới mặt nước).
 - + Điều gì không thể làm được khi ngụp trong nước? (hít vào).
- Tổng hợp, nhận xét ý kiến của HS; đưa ra phương án trả lời đúng.
- Khởi động cơ thể: tổ chức và hướng dẫn HS khởi động cơ thể bằng các bài tập chạy, xoay các khớp, trò chơi,...).

b) Hoạt động của HS

- Quan sát hình ảnh, nhận biết về hoạt động ngụp trong nước.
- Suy nghĩ, thảo luận tìm câu trả lời câu hỏi của GV.
- Thực hiện các bài tập khởi động cơ thể.

3. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI (TRÊN CẠN)

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Giới thiệu mục đích, tác dụng luyện tập ngụp trong nước.
 - Sử dụng hình ảnh trực quan giới thiệu cấu trúc, tên gọi, hình thức biểu hiện của các bài tập ngụp trong nước.
 - Làm mẫu, giới thiệu yêu cầu và cách thực hiện các bài tập.
 - Cho HS thực hiện thử (mô phỏng) bài tập theo hình ảnh đã ghi nhớ.
 - Cho HS đồng loạt luyện tập mô phỏng theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.
 - Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa:
- + Cố gắng nín thở lâu hơn hướng dẫn của GV khi ngồi trong nước.
 - + Thở ra quá nhanh, quá sớm khi tập nổi (nên cơ thể nhanh chóng chìm xuống).
 - + Không duỗi được thân người trong nước.

b) Hoạt động của HS

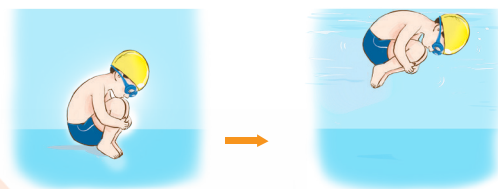
- Quan sát hình ảnh và động tác mẫu của GV, ghi nhớ cấu trúc, trình tự thực hiện, hình thành biểu tượng đúng về bài tập.
- Thực hiện thử bài tập.
- Mô phỏng bài tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.

2) Kiến thức mới

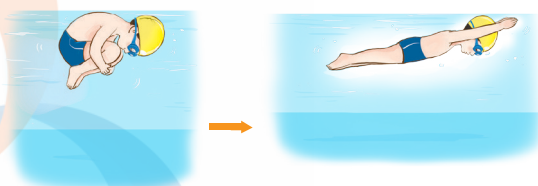
a) Ngụp tại chỗ trong nước



b) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi trong nước



c) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi và duỗi người trong nước



d) Ngụp tại chỗ kết hợp quan sát trong nước



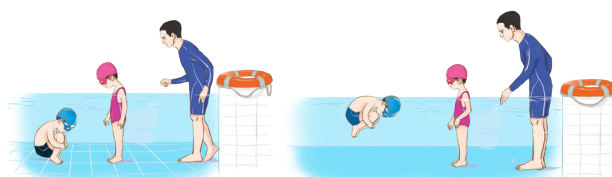
69

3) Luyện tập

a) Tập ngụp tại chỗ trong nước theo hướng dẫn của giáo viên

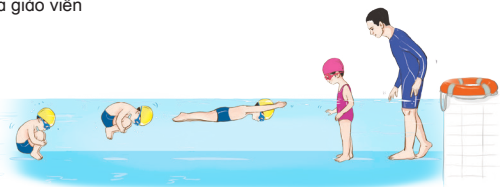


b) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi trong nước theo hướng dẫn của giáo viên

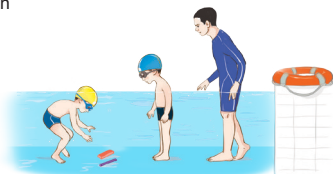


70

c) Ngụp tại chỗ kết hợp tập nổi và đuổi người trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



d) Ngụp tại chỗ kết hợp tập quan sát trong nước theo hướng dẫn của giáo viên



đ) Trò chơi vận động hỗ trợ tập bơi



Trò chơi Ngụp trong nước đếm số ngón tay

4 Vận dụng

- Tập hít vào thật sâu bằng miệng và thở ra từ từ bằng miệng khi tập thể dục buổi sáng.
- Vì sao luôn phải tập ngụp trong nước theo cặp đôi dưới sự quan sát của giáo viên?

71

4. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP (TRONG NƯỚC)

(Hoạt động theo cặp đôi, theo nhóm, cả lớp)

a) Hoạt động của GV

- Phổ biến nội dung và yêu cầu ôn tập: tập thở bằng miệng, nín thở và thở ra trong nước.
- Tổ chức đội hình, phân công cặp đôi, nhóm, tổ luyện tập và giám sát lẫn nhau.
- Điều khiển, chỉ dẫn, đánh giá hoạt động luyện tập của HS.
- Tổ chức và điều khiển HS thực hiện trò chơi hỗ trợ tập bơi.

b) Hoạt động của HS

- Thực hiện nội dung và trình tự luyện tập theo hướng dẫn và giám sát của GV.
- Phối hợp với bạn luân phiên thực hiện bài tập và hỗ trợ, giám sát lẫn nhau.
- Tự đánh giá kết quả luyện tập và nhận xét kết quả luyện tập của bạn cùng nhóm.
- Tham gia trò chơi hỗ trợ tập bơi.

5. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

(Hoạt động theo nhóm, cả lớp)

a) Hoạt động của GV

Phối hợp thực hiện các động tác trong điều kiện thay đổi:

- Vịn tay bạn hoặc thành bể bơi luân phiên đứng lên (thân người nhô lên khỏi mặt nước) hít vào bằng miệng, ngồi xuống (ngụp trong nước) nín thở và thở ra bằng miệng.
- Tập nổi, tập đuổi người trong nước với sự hỗ trợ của bạn.

b) Hoạt động của HS

Thực hiện yêu cầu vận dụng của GV.

6. TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC TIẾT HỌC

(Hoạt động chung cả lớp)

a) Hoạt động hồi phục sau tập luyện

Cho HS thực hiện các động tác hoặc trò chơi có tác dụng thả lỏng cơ thể (có vận động nhẹ nhàng, vui tươi).

b) Nhận xét hoạt động học tập và giao nhiệm vụ về nhà

- Nhận xét về thái độ, kết quả học tập của HS.
- Hướng dẫn sử dụng SGK: quan sát, ghi nhớ bài tập mới thông qua hình vẽ.

CÁC NỘI DUNG KHÁC

1. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG SÁCH GIÁO VIÊN

1.1. Cấu trúc SGK

SGV gồm hai phần:

- *Phần một.* Những vấn đề chung về GDTC cấp Tiểu học.
- *Phần hai.* Nội dung và phương pháp dạy học các chủ đề.

Mỗi chủ đề gồm các nội dung cơ bản sau:

- Mục tiêu và yêu cầu cần đạt.
- Nội dung.
- Phương pháp dạy học.
- Hướng dẫn dạy học theo bài.

1.2. Hướng dẫn sử dụng SGK

- GV và nhà trường chủ động:
 - + Sắp xếp trình tự dạy học các chủ đề, biên soạn tiến trình thực hiện bài học, tiết học; lựa chọn và sử dụng hợp lý bài tập khởi động, trò chơi khởi động, trò chơi rèn luyện kĩ năng.
 - + Lựa chọn, thực hiện nội dung “Kiến thức chung” phù hợp với thời điểm, điều kiện sử dụng sân tập và dụng cụ luyện tập, đảm bảo học đi đôi với hành.
 - + Lồng ghép nội dung “Mục đích, tác dụng rèn luyện,...” trong hoạt động mở đầu và hình thành kiến thức mới của các tiết học (thuộc chủ đề) theo hướng làm tăng tính mới lạ, hấp dẫn của tiết học.
 - + Biên soạn (bổ sung), xây dựng tiến trình thực hiện các môn thể thao tự chọn (theo số tiết đã được Chương trình quy định) phù hợp với điều kiện của nhà trường và nhu cầu của HS.
- Mục tiêu, yêu cầu cần đạt trong từng bài được cụ thể hoá, chi tiết hoá nhằm giúp GV:
 - + Có căn cứ để lựa chọn phương pháp, hình thức thực hiện các bài tập vận động phù hợp với định hướng phát triển từng loại hình năng lực và tố chất thể lực.
 - + Xây dựng kế hoạch tác động, phát triển năng lực vận động cho HS phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, đảm bảo cho HS đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực theo quy định của Bộ GD&ĐT.
 - + Xác định nội dung và tiêu chí kiểm tra, đánh giá thường xuyên, định kì.

- Năng lực phối hợp vận động (tổ chất khéo léo) của HS được tác động, phát triển thông qua các năng lực cụ thể sau: năng lực liên kết vận động, năng lực định hướng, năng lực thăng bằng, năng lực nhịp điệu, năng lực phản ứng, năng lực thích ứng.

1.3. Gợi ý về tiêu chí đánh giá kết quả học tập một số chủ đề

1.3.1. Tiêu chí kiểm tra, đánh giá kết quả học tập chủ đề “Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập”

TT	Nội dung đánh giá	Tiêu chí đánh giá	Các mức đánh giá		
			Hoàn thành tốt	Hoàn thành	Chưa hoàn thành
1	Kiến thức	Mức độ nhận biết mục đích, tác dụng vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết các hình thức vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết dụng cụ dùng để vệ sinh sân tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết những việc cần làm để bảo vệ sức khỏe bản thân khi vệ sinh sân tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết những việc cần làm để giữ gìn an toàn khi chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
2	Kĩ năng	Khả năng thực hành hoạt động vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Thực hành cơ bản đúng hướng dẫn	Còn một vài sai sót	Còn nhiều sai sót
		Khả năng phối hợp nhóm, tổ khi vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Thực hành cơ bản đúng hướng dẫn	Còn một vài sai sót	Còn nhiều sai sót
3	Thái độ	Tích tích cực trong hoạt động vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Tích cực	Tích cực, chưa thường xuyên	Chưa tích cực
		Tinh thần giúp đỡ bạn trong hoạt động vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ luyện tập	Thường xuyên giúp đỡ bạn	Có biểu hiện, chưa thường xuyên	Chưa biết giúp đỡ bạn

1.3.2. Tiêu chí kiểm tra, đánh giá kết quả học tập chủ đề “Đội hình đội ngũ”

TT	Nội dung đánh giá	Tiêu chí đánh giá	Các mức đánh giá		
			Hoàn thành tốt	Hoàn thành	Chưa hoàn thành
1	Kiến thức	Mức độ nhận biết mục đích, tác dụng luyện tập ĐHDN	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết các khẩu lệnh	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết tên gọi và động tác	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ ghi nhớ cách thực hiện động tác	Ghi nhớ cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Chưa ghi nhớ
		Mức độ nhận biết các sai sót đơn giản khi luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết yêu cầu thực hiện động tác	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
2	Kĩ năng	Khả năng thực hiện động tác theo khẩu lệnh	Thực hiện cơ bản đúng, nhanh	Thực hiện cơ bản đúng, chưa nhanh	Thực hiện chưa đúng
		Khả năng phân biệt bên phải, bên trái	Phân biệt cơ bản đúng, nhanh	Phân biệt cơ bản đúng, chưa nhanh	Phân biệt chưa đúng
		Tư thế thực hiện bài tập	Cơ bản đúng, rõ ràng, dứt khoát	Cơ bản đúng, thiếu dứt khoát	Chưa đúng
		Khả năng tự hô khẩu lệnh kết hợp thực hiện động tác	Rõ ràng, đúng nhịp	Đúng, chưa rõ ràng	Chưa thực hiện được
		Khả năng phát hiện, sửa chữa một số sai sót đơn giản trong luyện tập	Phát hiện đúng, sửa chữa nhanh	Phát hiện đúng, sửa chữa chưa nhanh	Không phát hiện được
3	Thể lực	Khả năng liên kết các cử động khi thực hiện động tác	Đúng thứ tự, có tính liên tục	Đúng thứ tự, thiếu tính liên tục	Sai thứ tự, thiếu liên tục
		Khả năng định hướng khi thực hiện động tác	Cơ bản đúng, nhanh	Cơ bản đúng, chưa nhanh	Nhiều nhầm lẫn
		Tính nhịp điệu khi thực hiện động tác	Đúng nhịp, đảm bảo tính liên tục	Đúng nhịp, thiếu tính liên tục	Không đúng nhịp
		Khả năng giữ thăng bằng khi thực hiện động tác	Cơ bản giữ được thăng bằng	Chưa hoàn toàn giữ được thăng bằng	Liên tục mất thăng bằng
4	Thái độ	Tích cực, mạnh dạn và có nhu cầu hợp tác trong luyện tập	Có biểu hiện tốt, thường xuyên	Có biểu hiện tốt, chưa thường xuyên	Chưa có biểu hiện
		Bước đầu biểu hiện tính kỉ luật, trách nhiệm trong học tập	Có biểu hiện tốt, thường xuyên	Có biểu hiện tốt, chưa thường xuyên	Chưa có biểu hiện
		Bước đầu có nhu cầu tự luyện tập, hoàn thành bài tập về nhà	Có biểu hiện tốt, thường xuyên	Có biểu hiện tốt, chưa thường xuyên	Chưa có biểu hiện

1.3.3. Tiêu chí kiểm tra, đánh giá kết quả học tập chủ đề “Bài tập thể dục”

TT	Nội dung đánh giá	Tiêu chí đánh giá	Các mức đánh giá		
			Hoàn thành tốt	Hoàn thành	Chưa hoàn thành
1	Kiến thức	Mức độ nhận biết mục đích, tác dụng luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết các nhịp của động tác	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết tên gọi và động tác	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ ghi nhớ cách thực hiện động tác	Ghi nhớ cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Chưa ghi nhớ
		Mức độ nhận biết các sai sót đơn giản khi luyện tập	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
		Mức độ nhận biết yêu cầu thực hiện động tác	Nhận biết cơ bản đúng	Còn thiếu hoặc có một vài nhầm lẫn	Nhận biết chưa đúng
2	Kĩ năng	Khả năng thực hiện động tác theo nhịp đếm	Thực hiện cơ bản đúng, nhanh	Thực hiện cơ bản đúng, chưa nhanh	Thực hiện chưa đúng
		Khả năng dùng sức	Dùng sức cơ bản hợp lí	Dùng sức tương đối hợp lí	Không có lực
		Hướng thực hiện động tác	Thực hiện động tác đúng hướng	Cơ bản đúng hướng, còn một vài sai sót	Còn nhiều sai sót
		Tư thế thực hiện động tác	Tư thế cơ bản đúng, rõ ràng, dứt khoát	Cơ bản đúng, thiếu dứt khoát	Chưa đúng
		Khả năng tự đếm nhịp kết hợp thực hiện động tác	Rõ ràng, đúng nhịp	Đúng, chưa rõ ràng	Chưa thực hiện được
		Khả năng phát hiện, sửa chữa một số sai sót đơn giản trong luyện tập	Phát hiện đúng, sửa chữa nhanh	Phát hiện đúng, sửa chữa chưa nhanh	Không phát hiện được
3	Thể lực	Khả năng liên kết các cử động của động tác	Đảm bảo tính liên tục của động tác	Chưa liên tục	Không thuộc động tác
		Khả năng định hướng khi thực hiện động tác	Cơ bản đúng, chính xác	Cơ bản đúng, chưa hoàn toàn chính xác	Không đúng
		Tính nhịp điệu khi thực hiện động tác	Đúng nhịp hô, liên tục	Đúng nhịp hô, thiếu liên tục	Không đúng nhịp, rời rạc
		Khả năng giữ thăng bằng khi thực hiện động tác	Giữ thăng bằng tốt	Chưa hoàn toàn giữ được thăng bằng	Liên tục mất thăng bằng
4	Thái độ	Tích cực, mạnh dạn và có nhu cầu hợp tác trong luyện tập	Biểu hiện tốt, thường xuyên	Có biểu hiện, chưa thường xuyên	Chưa có biểu hiện
		Tích cực trong hoạt động nhóm, hoàn thành bài tập về nhà	Biểu hiện tốt, thường xuyên	Có biểu hiện tốt, chưa thường xuyên	Chưa có biểu hiện

1.4. Gợi ý về biên soạn giáo án

- Giáo án có thể được cấu trúc dưới nhiều hình thức: Chia cột hoặc không chia cột.
- Căn cứ vào cơ sở khoa học tự nhiên của cấu trúc buổi tập và cấu trúc sự phạm của buổi tập, sao cho giáo án luôn bao gồm ba phần sau: chuẩn bị, cơ bản và kết thúc.

Tuy nhiên, căn cứ vào cách tổ chức tiết học theo định hướng phát triển năng lực của HS, giáo án phải thể hiện được bốn hoạt động cơ bản sau:

- + Hoạt động mở đầu
- + Hoạt động hình thành kiến thức mới
- + Hoạt động luyện tập
- + Hoạt động vận dụng

Vì vậy, để phù hợp với đặc điểm của môn học GDTC, giáo án có thể được trình bày theo cấu trúc sau:

- Mục đích, nhiệm vụ, yêu cầu,... của tiết học.
- Hoạt động mở đầu (gồm nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và thời lượng tiến hành các hoạt động khởi động tâm lí, khởi động cơ thể).
- Hoạt động hình thành kiến thức mới (gồm nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và thời lượng tiến hành các bước hoạt động):
 - + Giới thiệu hình thái biểu hiện, cấu trúc và cách thực hiện động tác hoặc bài tập vận động (thông qua lời giới thiệu, hình ảnh, động tác mẫu của GV).
 - + Cho HS tự thực hiện thử động tác; HS đồng loạt thực hiện động tác theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.
- Hoạt động luyện tập (gồm nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và thời lượng tiến hành các hoạt động):
 - + Luyện tập cá nhân
 - + Luyện tập nhóm 2 HS (cặp đôi)
 - + Luyện tập nhóm từ 3 đến 5 HS
- Hoạt động vận dụng (gồm nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và thời lượng tiến hành hoạt động).
- Hoạt động kết thúc tiết học (gồm nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và thời lượng tiến hành hoạt động).

2. HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG SÁCH MỀM – TỰ KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ

Với mỗi bài trong SGK, có một số câu hỏi hoặc bài tập để HS vận dụng luyện tập ngoài giờ chính khoá. GV cũng có thể đánh giá kết quả luyện tập của HS theo 3 mức độ: hoàn thành tốt, hoàn thành, chưa hoàn thành. GV có thể sử dụng thêm kênh thông tin này để đánh giá mức độ tiếp thu của HS. Từ đó có kế hoạch giúp đỡ hoặc bồi dưỡng những HS có kết quả luyện tập ở mức độ chưa hoàn thành.

3. HƯỚNG DẪN TÍCH HỢP TÀI LIỆU GIÁO DỤC ĐỊA PHƯƠNG

SGK *Giáo dục thể chất 1* đã thể hiện nội dung môn Giáo dục thể chất lớp 1 thông qua những bài tập theo nội dung vận dụng vào thực tế ở các vùng miền khác nhau. Với mỗi địa phương, khi cần GV có thể mô tả lại nội dung cho sát với tình hình thực tế của địa phương, trường, lớp mình.

MỤC LỤC

	Trang
A - Giới thiệu chung về bộ sách giáo khoa Cùng học để phát triển năng lực	3
B - Tài liệu tập huấn môn Giáo dục thể chất lớp 1	6
<i>Phần một.</i> Hướng dẫn chung	6
1. Giới thiệu sách giáo khoa Giáo dục thể chất 1	6
2. Cấu trúc sách, phần, chủ đề và bài học	10
3. Phương pháp dạy học	12
4. Kiểm tra, đánh giá kết quả học tập	22
5. Hướng dẫn khai thác, sử dụng nguồn tài nguyên sách và các học liệu điện tử của NXBGD	24
6. Khai thác thiết bị và học liệu trong dạy học	28
7. Một số lưu ý lập kế hoạch theo Thông tư 3866	29
<i>Phần hai.</i> Gợi ý, hướng dẫn tổ chức dạy học một số dạng bài	30
Dạng bài thứ nhất - Bài học trong sách giáo khoa - <i>Bài 2.</i> Tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số	30
Hướng dẫn tổ chức dạy học - Bài Tập hợp đội hình hàng dọc, dóng hàng, điểm số (4 tiết)	35
Dạng bài thứ hai - Bài học trong sách giáo khoa - <i>Bài 2.</i> Ngụp trong nước	39
Hướng dẫn tổ chức dạy học - Bài Ngụp trong nước (6 tiết)	43
<i>Phần ba.</i> Các nội dung khác	46
1. Hướng dẫn sử dụng sách giáo viên	46
2. Hướng dẫn sử dụng sách Mềm – Tự kiểm tra, đánh giá	50
3. Hướng dẫn tích hợp Tài liệu giáo dục địa phương	50

*Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam xin trân trọng cảm ơn
các tác giả có tác phẩm, tư liệu được sử dụng, trích dẫn
trong cuốn sách này.*

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Chủ tịch Hội đồng Thành viên NGUYỄN ĐỨC THÁI
Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập PHAN XUÂN THÀNH

Biên tập nội dung: PHẠM VĨNH THÔNG – NGUYỄN THỊ NGỌC BẢO

Biên tập mỹ thuật: BÙI QUANG TUẤN

Thiết kế sách: TẠ XUÂN PHƯƠNG

Trình bày bìa: BÙI QUANG TUẤN – PHÙNG DUY TÙNG

Minh họa: TẠ HỮU MẠNH

Sửa bản in: PHẠM VĨNH THÔNG

Chế bản: CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ VÀ PHÁT TRIỂN GIÁO DỤC HÀ NỘI

**Bản quyền © (2019) thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam
và Công ty cổ phần Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội.**

Xuất bản phẩm đã đăng ký quyền tác giả. Tất cả các phần của nội dung cuốn sách này đều không được sao chép, lưu trữ, chuyển thể dưới bất kì hình thức nào khi chưa có sự cho phép bằng văn bản của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam và Công ty cổ phần Đầu tư và Phát triển Giáo dục Hà Nội.

**TÀI LIỆU TẬP HUẤN DẠY HỌC THEO SÁCH GIÁO KHOA MỚI
MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 1**

Mã số: 8I740A9

Mã số ISBN: 978–604–0–19526–5

Inbản, (QĐ) khổ 19 x 26.5cm

Đơn vị in: địa chỉ

Số QĐXB: 4833–2019/CXBIPH/13–1585/GD

Số ĐKXB: /QĐ – GD – HN ngày ... tháng ... năm 2020

In xong nộp lưu chiểu tháng ... năm 2020