



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

HỒ ĐẮC SƠN - VŨ ANH TUẤN
NGUYỄN XUÂN ĐOÀN - NGUYỄN THỊ HÀ
LÊ TRƯỜNG SƠN CHẤN HẢI - NGÔ VIỆT HOÀN

TÀI LIỆU TẬP HUẤN GIÁO VIÊN

môn

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

(Tài liệu lưu hành nội bộ)

LỚP

6

Bộ sách: Kết nối tri thức với cuộc sống

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



QUY ƯỚC VIẾT TẮT TRONG TÀI LIỆU

GDTC	Giáo dục thể chất
GV	Giáo viên
HS	Học sinh
NXBGDVN	Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam
LVD	Lượng vận động
THCS	Trung học cơ sở
TCVD	Trò chơi vận động
TDTT	Thể dục thể thao



MỤC LỤC

PHẦN MỘT. HƯỚNG DẪN CHUNG	4
I – GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA	5
1. Khái quát về chương trình môn Giáo dục thể chất cấp Trung học cơ sở	5
2. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất	6
3. Những điểm mới cơ bản của sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất	7
II – PHÂN TÍCH CẤU TRÚC SÁCH VÀ CẤU TRÚC BÀI HỌC	8
1. Phân tích ma trận nội dung/hoạt động	8
2. Phân tích cấu trúc các chủ đề/bài học	10
3. Cấu trúc của các bài học	12
III – PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC	12
1. Những yêu cầu cơ bản về phương pháp trong Giáo dục thể chất	12
2. Hướng dẫn, gợi ý phương pháp, hình thức tổ chức các hoạt động dạy học	15
IV – KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ HỌC TẬP	18
1. Kiểm tra, đánh giá năng lực và phẩm chất	18
2. Một số gợi ý về nội dung và tiêu chí kiểm tra, đánh giá trong Giáo dục thể chất	20
V – HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG NGUỒN TÀI NGUYÊN SÁCH VÀ CÁC HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ CỦA NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM	23
1. Cam kết hỗ trợ GV, cán bộ quản lý trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử	23
2. Hướng dẫn khai thác và sử dụng nguồn tài nguyên trong dạy học	24
VI – KHAI THÁC THIẾT BỊ VÀ HỌC LIỆU TRONG DẠY HỌC	26
VII – MỘT SỐ LƯU Ý LẬP KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT	27
1. Lập kế hoạch dạy học môn học	27
2. Biên soạn kế hoạch bài dạy tiết học (giáo án)	27

PHẦN HAI. GỢI Ý, HƯỚNG DẪN DẠY HỌC MỘT SỐ DẠNG BÀI **29**

I – DẠY HỌC CÁC DẠNG BÀI **29**

1. Bài tập thể dục **29**
2. Chạy cự li ngắn, chạy cự li trung bình, ném bóng **29**
3. Các môn thể thao tự chọn **30**
4. Tổ chức trò chơi vận động **31**

II – DẠY HỌC THEO CHỦ ĐỀ (minh họa bằng chủ đề Bóng đá – Bài 1) **32**

Chủ đề 2. Bóng đá **32**

- A. Nội dung và kế hoạch bài dạy chủ đề **32**
- B. Mục tiêu và yêu cầu cần đạt của chủ đề **32**
- C. Nội dung và phương pháp dạy học chủ đề **33**
 - Bài trong sách giáo khoa **34**
 - Bài trong sách giáo viên **39**

PHẦN BA. CÁC NỘI DUNG KHÁC **43**

1. Hướng dẫn sử dụng sách giáo viên **43**
 - a) Cấu trúc SGK
 - b) Sử dụng SGK hiệu quả
2. Giới thiệu danh mục sách bổ trợ, sách tham khảo **44**

I – GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA**1. Khái quát về chương trình môn Giáo dục thể chất cấp Trung học cơ sở****a) Mục tiêu chung của môn học**

Môn GDTC giúp HS hình thành, phát triển kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, kĩ năng vận động, thói quen luyện tập TDTT và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tâm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao.

b) Mục tiêu và yêu cầu cần đạt của môn học đối với cấp THCS

Môn GDTC giúp HS tiếp tục củng cố và phát triển: Các kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, vệ sinh thân thể và vận động cơ bản; thói quen luyện tập và kĩ năng TDTT; nếp sống lành mạnh, hoà đồng và trách nhiệm; ý thức tự giác, tích cực vận dụng những điều đã học để tham gia các hoạt động TDTT; bồi dưỡng năng khiếu thể thao.

Môn học GDTC giúp HS hình thành và phát triển năng lực thể chất với các thành phần sau: Năng lực chăm sóc sức khoẻ, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động TDTT. Yêu cầu cần đạt về năng lực thể chất gồm:

TT	Năng lực đặc thù	Yêu cầu cần đạt
1	Chăm sóc sức khoẻ	<ul style="list-style-type: none">– Hình thành nền nếp vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong luyện tập TDTT.– Có kiến thức cơ bản và ý thức thực hiện chế độ dinh dưỡng trong luyện tập và đời sống hằng ngày để bảo vệ, tăng cường sức khoẻ.– Tích cực tham gia các hoạt động tập thể trong môi trường tự nhiên để rèn luyện sức khoẻ.

2	Vận động cơ bản	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu được vai trò quan trọng của các kĩ năng vận động cơ bản đối với việc phát triển các tổ chất thể lực. - Thực hiện thuần thục các kĩ năng vận động cơ bản được học trong chương trình môn học. - Hình thành được thói quen vận động để phát triển các tổ chất thể lực.
3	Hoạt động TDTT	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu được vai trò, ý nghĩa của TDTT đối với cơ thể và cuộc sống. - Lựa chọn được và thường xuyên luyện tập nội dung thể thao phù hợp để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực. - Tham gia có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong luyện tập TDTT và các hoạt động khác trong cuộc sống.

2. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất

a) Quan điểm và định hướng chung

- Tuân thủ định hướng đổi mới giáo dục phổ thông từ chú trọng truyền thụ kiến thức sang giúp HS hình thành, phát triển toàn diện phẩm chất và năng lực.
- Tuân thủ Chương trình Giáo dục phổ thông tổng thể và chương trình môn học GDTC năm 2018.
- Bám sát các tiêu chuẩn SGK mới theo Thông tư số 33/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành ngày 22 tháng 12 năm 2017.
- Kế thừa, phát huy những thành quả của chương trình GDTC hiện hành; cập nhật những thành tựu của khoa học TDTT và khoa học sư phạm hiện đại.

b) Phát huy quyền tự chủ, năng lực sáng tạo của nhà trường trong tổ chức hoạt động dạy và học

- Tạo điều kiện để các nhà trường tự chủ về kế hoạch bài dạy phù hợp với điều kiện của vùng, miền.
- Tạo điều kiện để GV tự chủ, sáng tạo trong sắp xếp thứ tự nội dung và phân phối thời lượng cụ thể cho từng nội dung của bài học, tiết học.
- Dành nhiều thời gian trên lớp cho HS thực hành nội dung và phương pháp luyện tập, rèn luyện năng lực tự học, tự tìm kiếm và vận dụng kiến thức mới.

c) Góp phần thực hiện mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực của HS

- Đa dạng hoá hình thức tổ chức học tập theo hướng tích hợp mục tiêu hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu, năng lực chung với năng lực cốt lõi của môn học.

- Hình thành, phát triển nhu cầu, thói quen luyện tập TĐTT; khả năng lựa chọn và sử dụng môn thể thao phù hợp để luyện tập vì sức khỏe.
- Hình thành và phát triển ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng.

3. Những điểm mới cơ bản của sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất

a) Điểm mới về cấu trúc mục tiêu

- Thông qua quá trình GDTC, đồng thời hình thành, phát triển ở HS các phẩm chất (yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm), năng lực chung (tự chủ và tự học, giao tiếp và hợp tác, giải quyết vấn đề và sáng tạo) và năng lực cốt lõi của môn học (chăm sóc sức khỏe, vận động cơ bản, hoạt động TĐTT).
- Chú trọng trang bị cho HS phương pháp thực hành các bài tập vận động, phương pháp luyện tập cá nhân, luyện tập nhóm. coi phát triển năng lực tự học, tự rèn luyện là sản phẩm quan trọng của quá trình GDTC.
- Hình thành, phát triển nhu cầu, thói quen luyện tập TĐTT, khả năng lựa chọn và sử dụng môn thể thao phù hợp để luyện tập vì sức khỏe.
- Hình thành và phát triển ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng.

b) Điểm mới về cấu trúc nội dung

- Nội dung môn học được cấu trúc theo chủ đề, mỗi tiết học chỉ gồm nội dung của một chủ đề nhằm đảm bảo tính liên tục, hệ thống và kế thừa trong quá trình rèn luyện thể lực, phát triển kỹ năng vận động cho HS.
- Các bài tập vận động được lựa chọn trên cơ sở ưu tiên phát triển năng lực phối hợp vận động, nhằm hình thành khả năng tiếp thu nhanh và có hiệu quả các bài tập vận động mới.
- Bài tập vận động 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; 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.

c) Điểm mới về quyền của GV và nhà trường

GV và nhà trường chủ động:

- Sắp xếp trình tự dạy học các chủ đề phù hợp với điều kiện của nhà trường, điều kiện của vùng, miền.
- Xây dựng kế hoạch và tiến trình thực hiện nội dung, thời lượng bài học, tiết học.
- Biên soạn, bổ sung nội dung, tiến trình dạy học các môn thể thao tự chọn.
- Điều chỉnh số tiết học giữa các bài trong một chủ đề phù hợp với điều kiện dạy học và khả năng tiếp thu của HS.

d) Điểm mới về tổ chức thực hiện nội dung môn học

- Tiết học được tổ chức thực hiện thông qua các hoạt động, HS tham gia vào các hoạt động của tiết học với vai trò chủ thể.
- Dành nhiều thời gian để HS thực hành nội dung và phương pháp luyện tập thông qua hoạt động cá nhân, hoạt động nhóm.
- Nội dung môn GDTC được thực hiện theo chủ đề với nhiều phương án:
 - + Các chủ đề được thực hiện lần lượt theo hình thức “cuốn chiếu” (hết chủ đề này sang chủ đề khác).
 - + Xen kẽ thực hiện hai chủ đề (trong một tuần, tiết 1 chủ đề A, tiết 2 chủ đề B).
 - + Mỗi chủ đề được thực hiện và kết thúc trọn vẹn trong một học kì.
 - + Mỗi chủ đề không nhất thiết phải thực hiện và kết thúc trọn vẹn trong một học kì.

đ) Điểm mới về cấu trúc sách

- Đồng thời phục vụ hoạt động dạy của GV và hoạt động học của HS.
- Tạo điều kiện để HS tự học và vận dụng kiến thức mới.
- Nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức hoạt động dạy và học các chủ đề được trình bày thông qua các hoạt động của bài học.
- Nội dung của chủ đề được cấu trúc theo bài, thứ tự các bài được sắp xếp theo trình tự sư phạm và đặc điểm của dạy học động tác; mỗi bài gồm một số tiết, GV chủ động phân chia nội dung cụ thể cho từng tiết học phù hợp với năng lực vận động, trình độ thể lực của HS và điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường.

II – PHÂN TÍCH CẤU TRÚC SÁCH VÀ CẤU TRÚC BÀI HỌC

1. Phân tích ma trận nội dung/hoạt động

Sách có cấu trúc gồm ba phần, mỗi phần được cấu trúc thành các chủ đề:

TT	Phần	Cấu trúc các phần
1	Kiến thức chung	<i>Chủ đề:</i> Chế độ dinh dưỡng trong luyện tập TDTT
2	Vận động cơ bản	<i>Chủ đề 1.</i> Chạy cự li ngắn (60 m)
		<i>Chủ đề 2.</i> Ném bóng
		<i>Chủ đề 3.</i> Chạy cự li trung bình
		<i>Chủ đề 4.</i> Bài tập thể dục
3	Thể thao tự chọn	<i>Chủ đề 1.</i> Cầu lông
		<i>Chủ đề 2.</i> Bóng đá
		<i>Chủ đề 3.</i> Bóng rổ

Mỗi chủ đề chứa đựng trong đó:

- Nội dung của một môn thể thao hoặc một loại hình vận động, được cấu trúc và sắp xếp theo một trình tự mang tính sư phạm (các bài).
- Nội dung các hoạt động học tập được sắp xếp theo trình tự từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp nhằm hiện thực hoá mục tiêu và yêu cầu cần đạt đối với HS.

Dưới đây là một ví dụ về ma trận thể hiện mối quan hệ giữa nội dung của chủ đề với các hoạt động học tập nhằm chuyển hoá mục tiêu, yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực được quy định tại chương trình thành phẩm chất và năng lực của bản thân HS:

TT	Quy định của chương trình		Hoạt động học tập của HS
	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	
1	<p>Chạy cự li ngắn (60 m)</p> <ul style="list-style-type: none"> – Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn. – Các giai đoạn chạy cự li ngắn. – Trò chơi phát triển sức nhanh. 	<ul style="list-style-type: none"> – Biết một số điều luật trong thi đấu chạy cự li ngắn. – Thực hiện được các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy. – Làm quen với các giai đoạn chạy cự li ngắn. – Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động nhằm phát triển sức nhanh. – Tự giác, tích cực, trong luyện tập. – Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện. – Biết sửa sai động tác. – Hoàn thành LVD của bài tập. – Vận dụng được kiến thức, kĩ năng đã học để tự rèn luyện. 	<ul style="list-style-type: none"> – Thông qua quan sát tranh ảnh, động tác mẫu và lắng nghe lời giới thiệu của GV, HS nhận biết được: <ul style="list-style-type: none"> + Cấu trúc và hình thức thực hiện các động tác bổ trợ (chạy bước nhỏ, chạy nâng cao đùi và đạp sau), các giai đoạn chạy cự li ngắn (xuất phát và chạy tăng tốc độ sau xuất phát, chạy giữa quãng, chạy về đích). + Phương pháp và hình thức tổ chức luyện tập các giai đoạn chạy cự li ngắn. – Luyện tập các động tác bổ trợ và các giai đoạn chạy cự li ngắn thông qua hoạt động cá nhân, hoạt động cặp đôi, hoạt động nhóm. – Thực hành các trò chơi phát triển sức nhanh. – Thực hành chỉ huy nhóm tổ luyện tập, nêu nhận xét về kết quả luyện tập của các bạn trong nhóm. – Thực hành các bài tập và yêu cầu vận dụng.

2. Phân tích cấu trúc các chủ đề/bài học

a) Căn cứ xác định chủ đề

- Căn cứ vào nội dung dạy học được quy định tại chương trình GDTC cấp THCS.
- Căn cứ vào mục tiêu, loại hình nội dung, tính chuyên biệt về phương pháp và cách thức tổ chức hoạt động 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.

b) Mục đích cấu trúc chủ đề

- Tạo ra tính riêng biệt, tính trọn vẹn của từng nội dung môn học trong quá trình thực hiện.
- Tạo điều kiện thuận lợi để các nhà trường 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 hỗ 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 kỹ năng vận động; đảm bảo tính hợp lý giữa nội dung với thời lượng học tập được quy định trong từng tuần.

c) Cấu trúc chủ đề

Nội dung GDTC lớp 6 được trình bày gồm tám chủ đề:

- Nội dung kiến thức, kỹ năng của mỗi chủ đề được xác định trên cơ sở: Phù hợp với khả năng tiếp thu, năng lực vận động, 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 quy định của chương trình.
- Số lượng và thứ tự sắp xếp các bài trong mỗi chủ đề được xác định trên cơ sở:
 - + Phù hợp với cấu trúc kỹ thuật và đặc điểm hoạt động của môn thể thao.
 - + Phù hợp với cấu trúc sư phạm và đặc điểm của phương pháp dạy học động tác.
- Phần kiến thức chung không cấu trúc thành các bài, không quy định số tiết thực hiện (GV chủ động lựa chọn nội dung để lồng ghép vào các tiết học).

TT	Phần	Cấu trúc chủ đề				
		Tên chủ đề	Tên bài	Số tiết		
1	Kiến thức chung	<i>Chủ đề:</i> Chế độ dinh dưỡng trong luyện tập TDTT	Không cấu trúc thành bài, không quy định số tiết			
2	Vận động cơ bản	<i>Chủ đề 1.</i> Chạy cự li ngắn – 60 m (10 tiết)	Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li ngắn	2		
			Chạy giữa quãng	2		
			Xuất phát và chạy lao sau xuất phát	3		
			Chạy về đích	3		
		<i>Chủ đề 2.</i> Ném bóng (14 tiết)	Các động tác bổ trợ kĩ thuật ném bóng	3		
			Ra sức cuối cùng và giữ thăng bằng	5		
			Chuẩn bị chạy đà và chạy đà	6		
		<i>Chủ đề 3.</i> Chạy cự li trung bình (8 tiết)	Các động tác bổ trợ kĩ thuật chạy cự li trung bình	2		
			Chạy giữa quãng trên đường thẳng, đường vòng	3		
			Xuất phát, tăng tốc độ sau xuất phát	3		
			Chạy về đích			
		<i>Chủ đề 4.</i> Bài tập thể dục (7 tiết)	Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 1 đến nhịp 11)	2		
			Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 12 đến nhịp 23)	2		
			Bài thể dục liên hoàn (từ nhịp 24 đến nhịp 30)	3		
		3	Thể thao tự chọn	<i>Chủ đề 1.</i> Cầu lông (24 tiết)	Bài tập bổ trợ và di chuyển đơn bước	7
					Kĩ thuật đánh cầu thấp tay bên phải, bên trái	10
Kĩ thuật phát cầu trái tay	7					
<i>Chủ đề 2.</i> Bóng đá (24 tiết)	Bài tập bổ trợ trong bóng đá			6		
	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân			6		
	Kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân			6		
	Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân			6		
<i>Chủ đề 3.</i> Bóng rổ (24 tiết)	Bài tập bổ trợ với bóng và kĩ thuật di chuyển			6		
	Kĩ thuật dẫn bóng			6		
	Kĩ thuật chuyền và bắt bóng hai tay trước ngực			6		
	Kĩ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên vai			6		

3. Cấu trúc của các bài học

Các bài học trong mỗi chủ đề có cấu trúc chung gồm bốn hoạt động:

a) Hoạt động mở đầu

- Giới thiệu mục tiêu và yêu cầu cần đạt của bài.
- Nội dung và hình thức khởi động (khởi động chung, khởi động chuyên môn).

b) Hoạt động hình thành kiến thức mới

- Nội dung kiến thức mới của bài (cấu trúc động tác, bài tập vận động, kĩ thuật môn thể thao; nội dung một số điều luật thi đấu của môn thể thao).
- Phương pháp luyện tập (thứ tự, yêu cầu thực hiện).

c) Hoạt động luyện tập

- Nội dung, hình thức, yêu cầu luyện tập cá nhân.
- Nội dung, hình thức, yêu cầu phối hợp luyện tập cặp đôi, luyện tập nhóm.

d) Hoạt động vận dụng

- Nội dung, yêu cầu, tình huống vận dụng.
- Câu hỏi vận dụng.

III – PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC

1. Những yêu cầu cơ bản về phương pháp trong Giáo dục thể chất

a) Đặc trưng của GDTC nội khoá ở cấp THCS

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

- HS tham gia vào quá trình GDTC trong điều kiện: Trực tiếp, chủ động, nỗ lực cao về hoạt động thể lực và ý chí.
- Quá trình GDTC trường học, dù trong bất cứ hoàn cảnh nào luôn đòi hỏi HS chủ động, trực tiếp thực hiện các nhiệm vụ vận động (bài tập, động tác, trò chơi,...), chủ động chuyển hoá nội dung, phương pháp vận động (được GV truyền thụ) thành kiến thức, kĩ năng vận động của bản thân.
- HS chỉ có được sự phát triển về thể lực, kĩ năng vận động bằng sự nỗ lực của chính bản thân mình.
- Nội dung và yêu cầu của GDTC chỉ đạt hiệu quả khi: HS tích cực, chủ động trong học tập và tự học; biết cách tự học và phối hợp nhóm, tổ để thực hiện bài tập vận động.

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, GDTC trường học cần phát triển theo hướng:

- Đồng bộ hoá quá trình hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu, năng lực chung và năng lực đặc thù (năng lực chăm sóc sức khoẻ, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động TĐTT).
- Hình thành và phát triển ở HS năng lực và nhu cầu tự học, tự rèn luyện thân thể phải trở thành mục tiêu, sản phẩm quan trọng của hoạt động dạy và học.

b) Những vấn đề chung về phương pháp GDTC

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.
- Coi hình thành, phát triển năng lực tự học, tự tổ chức hoạt động học tập và tự kiểm tra đánh giá 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.
- 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 gây ấn tượng và thu hút là điều kiện quan trọng để tích cực hoá quá trình nhận thức, hình thành nhu cầu luyện tập.
- Sử dụng phương pháp lặp lại trong mỗi tiết học cần tránh sự đơn điệu, nhằm chán bằng cách thay đổi có chủ đích yêu cầu, hình thức và bối cảnh thực hiện bài tập. Nội dung luyện tập cần được “nhắc lại” thông qua hoạt động vận dụng với các thứ bậc khác nhau để HS ghi nhớ và hình thành kĩ năng.

- Tạo ra sức hấp dẫn của tiết học thông qua phương pháp trò chơi với nội dung và yêu cầu phù hợp với định hướng tác động của chủ đề. 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 ba 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 luyện tập với yêu cầu cao hơn, HS tiếp thu chậm được luyện tập với hệ thống bài tập và phương pháp phù hợp.
 - + 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.

c) Những yêu cầu cơ bản về phương pháp trong GDTC

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.

- Yêu cầu về phương pháp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu

Thông qua việc tổ chức các hoạt động GDTC, 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 tập luyện 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.

- Yêu cầu về 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.

- Yêu cầu về 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 nề 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, kỹ 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.

2. Hướng dẫn, gợi ý phương pháp, hình thức tổ chức các hoạt động dạy học

a) Hoạt động mở đầu (khởi động)

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

- 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 kỹ năng đã có với kiến thức và kỹ 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 lượng vận động cao hơn.

- Nội dung và phương thức hoạt động

- + Chuẩn bị tâm lý 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, trò chơi có LVĐ tương đối thấp.

- 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.

b) Hoạt động hình thành kiến thức mới

– 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.

– 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 tập luyện 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.
- + Gợi 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.

– 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 về động tác.
- + HS có được những nhận biết đầu tiên về cách thức thực hiện bài tập.

c) Hoạt động luyện tập

– 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.

– *Nội dung và phương thức hoạt động*

+ Tổ chức cho HS luyện tập theo các hình thức: Cá nhân, cặp đôi, nhóm, cả lớp; tăng cường phối hợp giữa các thành viên trong nhóm 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.

– *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 tập luyện; kiến thức về kĩ thuật động tác và phương pháp tập luyện.

+ 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 cặp đôi, nhóm luyện tập.

d) Hoạt động vận dụng

– *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 tập luyện; vận dụng bài tập, kĩ năng để đáp ứng nhu cầu của bản thân và giải quyết yêu cầu của thực tiễn cuộc sống.

– *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 tập luyện ở nhà.

– Sản phẩm

- + Kiến thức được khắc sâu và mở rộng hơn; kỹ 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.

đ) Hoạt động tìm tòi, mở rộng

Đối với HS cấp THCS, hoạt động tìm tòi sáng tạo không cấu trúc thành một hoạt động chính của tiết 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.

– Mục đích

- + Khuyến khích HS bước đầu biết liên hệ với những hoạt động gần gũi trong đời sống.
- + Hình thành nhu cầu học hỏi, trao đổi lẫn nhau trong tập thể lớp và bạn bè.
- + Hình thành, phát triển khả năng tự học, tìm kiếm thông tin và bổ sung kiến thức, kỹ năng.

– Nội dung và phương thức hoạt động

- + Sử dụng nội dung bài tập để tiến hành các TCVD; 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.

– 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.
- + Khả năng tự học và tìm kiếm thông tin.

IV – KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ HỌC TẬP

1. Kiểm tra, đánh giá năng lực và phẩm chất

a) Mục tiêu kiểm tra, đánh giá

Kiểm tra, 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,

kip 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 lý nhằm không ngừng nâng cao chất lượng giáo dục.

b) Nguyên tắc kiểm tra, đánh giá

- Kiểm tra, đánh giá kết quả học tập của HS phải căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt 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.
- Kiểm tra, đánh giá phải bảo đảm toàn diện, khách quan, có phân hoá; kết hợp giữa kiểm tra, 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 cha mẹ HS. HS được biết thông tin về hình thức, thời điểm, cách đánh giá và chủ động tham gia quá trình đánh giá.
- Kiểm tra, 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 kích lệ tinh thần tập luyện của HS, qua đó khuyến khích HS tham gia các hoạt động TDTT ở trong và ngoài nhà trường.

c) Hình thức kiểm tra, đánh giá

- *Kiểm tra, đánh giá thường xuyên và định kì:*
 - + *Đánh giá thường xuyên:* Bao gồm đánh giá chính thức (thông qua các hoạt động thực hành, luyện tập, trình diễn,...) 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.
- *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 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.

d) Yêu cầu kiểm tra, đánh giá

- Điều quan tâm đầu tiên của kiểm tra, đánh giá trong GDTC 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 kỹ 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 với 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 môn học đã quy định: Thể lực ban đầu, vốn kỹ năng ban đầu đối với từng nội dung học mới, khả năng tiếp thu và quá trình hình thành kỹ năng vận động, sự tăng trưởng đạt được sau mỗi học kì hoặc sau mỗi nội dung học tập.

đ) Nội dung kiểm tra, đánh giá

Nội dung kiểm tra, đánh giá bao gồm:

- Các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung.
- Kiến thức chung về GDTC, kiến thức về bài tập vận động, môn thể thao (cách thực hiện động tác, kỹ thuật; phương pháp luyện tập, luật thi đấu,...).
- Kỹ năng thực hành động tác, kỹ thuật của môn thể thao (mức độ chính xác về phương hướng và vị trí của động tác trong không gian; năng lực liên kết động tác; khả năng định hướng và giữ thăng bằng; tốc độ và nhịp điệu thực động tác,...).
- Trình độ thể lực (theo lứa tuổi và tiêu chuẩn do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành).

e) Phương pháp kiểm tra, đánh giá

Các phương pháp kiểm tra, đánh giá kiến thức, kỹ năng và thể lực:

- Phương pháp kiểm tra viết (tự luận, trắc nghiệm khách quan).
- Phương pháp hỏi – đáp.
- Phương pháp quan sát.
- Kiểm tra, đánh giá thông qua kết quả thực hiện các nội dung vận động (số lần, tốc độ, cự li,...).

2. Một số gợi ý về nội dung và tiêu chí kiểm tra, đánh giá trong Giáo dục thể chất

a) Nội dung, tiêu chí kiểm tra, đánh giá kết quả học tập chủ đề Bài tập thể dục

TT	Nội dung kiểm tra, đánh giá	Tiêu chí Kiểm tra, 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 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

TT	Nội dung kiểm tra, đánh giá	Tiêu chí Kiểm tra, đánh giá	Các mức đánh giá		
			Hoàn thành tốt	Hoàn thành	Chưa hoàn thành
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

b) 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. Để quá trình kiểm tra được diễn ra an toàn và đạt kết quả tốt, GV cần lưu ý:

- 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.

V – HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG NGUỒN TÀI NGUYÊN SÁCH VÀ CÁC HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ CỦA NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

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

Trong bối cảnh việc ứng dụng công nghệ thông tin (CNTT) trong giáo dục được Đảng và Nhà nước định hướng và chỉ đạo xuyên suốt tại Nghị quyết số 29 –NQ/TW ngày 04 tháng 11 năm 2013 của Ban Chấp hành Trung ương 8 khoá XI, Nghị quyết số 44/NQ – CP ngày 09 tháng 6 năm 2014 của Chính phủ ban hành Chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 29–NQ/TW, Quyết định số 117/QĐ – TTg ngày 25/01/2017 phê duyệt Đề án “Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong quản lí và hỗ trợ các hoạt động dạy – học, nghiên cứu khoa học góp phần nâng cao chất lượng giáo dục và đào tạo giai đoạn 2016 – 2020, định hướng đến năm 2025”, NXBGDVN đã khẩn trương triển khai việc ứng dụng CNTT trong công tác tập huấn GV sử dụng các bộ SGK của NXBGDVN, cũng như phát triển các công cụ và học liệu điện tử giúp khai thác tối ưu giá trị của các bộ SGK.

Cụ thể hơn, kể từ năm 2019, NXBGDVN giới thiệu hai nền tảng sau: Thứ nhất, nền tảng sách điện tử **Hành trang số** cho phép người dùng truy cập phiên bản số hoá của SGK mới và các học liệu điện tử bám sát chương trình SGK, qua đó giúp phong phú hoá tài liệu dạy và học, đồng thời khuyến khích người dùng ứng dụng các công cụ CNTT trong quá trình tiếp cận chương trình mới. Song hành cùng **Hành trang số**, nền tảng Tập huấn trực tuyến hỗ trợ GV toàn quốc trong việc tiếp cận các tài liệu tập huấn, bổ trợ và hướng dẫn giảng dạy chương trình SGK mới vào bất kì thời điểm nào trong năm học. Các tài liệu chính thống được cung cấp từ NXBGDVN xuyên suốt tới các cấp quản lí giáo dục và GV sử dụng bộ SGK.

NXBGDVN cam kết thực hiện việc hỗ trợ GV, cán bộ quản lí trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử sử dụng hai nền tảng **Hành trang số** và **Tập huấn** như sau:

a) Tiếp tục cập nhật nguồn tài nguyên sách đôi dào

Trong năm 2021, NXBGDVN tiếp tục thường xuyên cập nhật thông tin, cung cấp kho tài nguyên bao gồm: học liệu điện tử hỗ trợ việc dạy và học, tài liệu tập huấn GV. Tiến độ cập nhật kho tài nguyên sẽ đồng hành với tiến trình thay SGK chương trình mới. Dự kiến khối lượng học liệu điện tử được đăng tải trên **Hành trang số** năm 2021 là hơn 10.000 học liệu, bao gồm lớp 1, lớp 2 và lớp 6 Chương trình SGK mới. Ngoài ra, tài nguyên tập huấn GV trực tuyến và các thông tin giới thiệu về bộ SGK sẽ được đăng tải nhanh chóng và kịp thời từ giai đoạn đầu năm 2021.

b) Đảm bảo cách thức tiếp cận nguồn tài nguyên sách dễ dàng, có tính ứng dụng cao

Đối với nền tảng sách điện tử **Hành trang số**, việc tiếp cận học liệu điện tử theo sách được thực hiện qua hai bước sau: (1) Người dùng cào tem phủ nhũ phía sau bìa sách để nhận mã sách điện tử; (2) Người dùng đăng nhập trên nền tảng **Hành trang số** và nhập mã sách điện tử đối với cuốn sách mình muốn mở học liệu điện tử. Sau khi hệ thống xác nhận mã sách chính xác, người dùng được mở toàn bộ học liệu điện tử đi kèm cuốn sách.

Đối với nền tảng **Tập huấn**, các tài liệu tập huấn được đăng tải rộng rãi và được truy cập bất kì thời điểm trong năm. Người dùng có thể sử dụng tính năng **Trải nghiệm ngay** để tiếp cận tài liệu mà không cần đăng nhập. Người dùng có thể xem trực tiếp tài liệu trên nền tảng hoặc tải về máy để phục vụ mục đích học tập.

c) Hỗ trợ thường xuyên trong năm học

Nhằm hỗ trợ tối đa các thầy cô giáo và HS trên cả nước sử dụng hiệu quả hai nền tảng trong dạy và học, cũng như cung cấp thông tin về các nguồn tài nguyên sách được đăng tải, NXBGDVN đã và đang triển khai Đường dây hỗ trợ: 1900 4503 (08:00 – 17:00, từ thứ 2 đến thứ 6). Các câu hỏi liên quan tới nền tảng **Tập huấn** và **Hành trang số**, thầy cô giáo và HS có thể gửi về địa chỉ email: taphuan.sgk@nxbgd.vn và hotro.hts@aes-group.edu.vn để được giải đáp.

Ngoài ra, **Hướng dẫn sử dụng** cũng được đăng tải trên hai nền tảng và chia sẻ rộng rãi. Các quý thầy cô có thể trực tiếp tra cứu và tìm hiểu.

2. Hướng dẫn khai thác và sử dụng nguồn tài nguyên trong dạy học

a) Giới thiệu về Hành trang số: hanhtrangso.nxbgd.vn

Hành trang số là nền tảng Sách điện tử của NXBGDVN, được truy cập tại tên miền hanhtrangso.nxbgd.vn. Hành trang số cung cấp phiên bản số hoá của SGK theo chương trình mới và cung cấp các học liệu điện tử hỗ trợ nội dung SGK cũng như các công cụ hỗ trợ việc giảng dạy của GV, học tập của HS.

Hành trang số bao gồm ba tính năng chính: Sách điện tử, Luyện tập và Thư viện. Tính năng Sách điện tử cung cấp trải nghiệm đọc và tương tác phiên bản số hoá của SGK theo chương trình mới. Trong đó, **Hành trang số** tôn trọng trải nghiệm đọc sách truyền thống với giao diện lật trang mềm mại, mục lục dễ tra cứu, đồng thời cung cấp các công cụ như: phóng to, thu nhỏ. Người dùng truy cập SGK mọi lúc mọi nơi, sử dụng đa dạng thiết bị điện thoại, máy tính bảng hay laptop, phục vụ đồng thời việc giảng dạy trên lớp và việc tự học tại nhà.

Tính năng Thư viện cung cấp hệ thống kho học liệu điện tử bổ trợ chương trình SGK mới. Tại đây, người dùng tiếp cận trực quan học liệu điện tử dưới ba định dạng chính:

Video, Gif/ Hình ảnh, Âm thanh. Các học liệu điện tử được sắp xếp khoa học theo mục lục SGK và bám sát hình ảnh, chương trình, qua đó giúp sinh động và phong phú bài học. Hành trang số đồng thời cung cấp hệ thống Bài giảng tham khảo, gồm hai nội dung: Bài giảng dạng Power Point với các tương tác tham khảo được thiết kế sẵn, song hành cùng Kịch bản dạy học tham khảo. Qua đó, *Hành trang số* mong muốn hỗ trợ GV trong việc thiết kế bài giảng sử dụng học liệu điện tử.

b) Giới thiệu về Tập huấn: *taphuan.nxbgd.vn*

Tập huấn là nền tảng Tập huấn GV trực tuyến của NXBGDVN, được truy cập tại tên miền: ***taphuan.nxbgd.vn***. Tập huấn cung cấp tài liệu tập huấn GV với đa dạng nội dung và định dạng, nhằm hỗ trợ GV toàn quốc trong việc tiếp cận tài liệu tập huấn, hỗ trợ hướng dẫn giảng dạy chương trình SGK mới vào bất kì thời điểm trong năm học.

Việc cấp tài khoản trên Tập huấn được triển khai có hệ thống, cấp trên thiết lập cho cấp dưới trực thuộc: Sở Giáo dục và Đào tạo cấp tài khoản cho các Phòng Giáo dục và Đào tạo, Phòng Giáo dục và Đào tạo cấp tài khoản cho Nhà trường, Nhà trường cấp tài khoản cho GV. Việc cấp tài khoản có hệ thống đảm bảo GV được định danh, nhờ vậy các cấp quản lí có thể nắm bắt, đánh giá, quản trị hiệu quả triển khai tập huấn tại địa phương.

Đối với tài khoản GV: Tính năng Tập huấn cung cấp các khoá tập huấn đối với các môn học của các bộ SGK. Các khoá tập huấn đăng tải những tài liệu tập huấn do NXBGDVN biên soạn dưới đa dạng các định dạng: Power Point, PDF/Word, Video,... và được phân loại theo các nhóm nội dung: Tài liệu tập huấn, Bài giảng tập huấn, Tiết học minh hoạ, Video tập huấn trực tuyến, Video hướng dẫn sử dụng thiết bị dạy học,... hỗ trợ thầy cô giáo truy cập bất kì thời điểm trong năm học. Mỗi khoá tập huấn đăng tải Bài kiểm tra – đánh giá tương ứng, sau khi kết thúc khoá tập huấn, GV thực hiện Bài kiểm tra và hệ thống sẽ thực hiện việc chấm điểm tự động. Đối với tài khoản cấp quản lí giáo dục (Sở Giáo dục và Đào tạo, Phòng Giáo dục và Đào tạo, Nhà trường): Tính năng Tài liệu bổ sung cho phép các cơ quan quản lí giáo dục đăng tải các tài liệu tập huấn bổ trợ của địa phương, qua đó các cấp dưới trực thuộc sẽ tiếp cận được nguồn tài nguyên này. Tính năng Thống kê cung cấp số liệu thống kê về thông tin định danh và kết quả tập huấn của GV trực thuộc, trong đó các số liệu được hệ thống thể hiện trực quan qua bảng biểu, biểu đồ và có thể trích xuất định dạng Excel phục vụ công tác báo cáo của cấp quản lí giáo dục.

c) Giới thiệu về nguồn tài nguyên học liệu điện tử

Nhằm phục vụ công tác tập huấn GV, NXBGDVN đã đăng tải các tài liệu tập huấn của các bộ SGK với đa dạng định dạng và nội dung như: Video tiết học minh hoạ, Tài liệu tập huấn (PDF, Power Point, Word),... Các tài liệu được phân tách theo từng môn học, đảm bảo dễ tiếp cận và sử dụng tại bất kì thời điểm trong năm học.

Khoản 2 Điều 2 Thông tư 12/2016/TT-BGD&ĐT quy định: Học liệu điện tử là tập hợp các phương tiện điện tử phục vụ dạy và học, bao gồm: sách giáo trình, SGK, tài liệu tham khảo, bài kiểm tra đánh giá, bản trình chiếu, bảng dữ liệu, các tệp âm thanh, hình ảnh, video, bài giảng điện tử, phần mềm dạy học, thí nghiệm ảo,... Học liệu điện tử được phân làm 2 loại: (1) Tương tác một chiều: học liệu được số hoá dưới các định dạng như video, audio, hình ảnh,... Hình thức tương tác chủ yếu giữa người học và hệ thống là một chiều; (2) Tương tác hai chiều: người học có thể tương tác hai chiều hoặc nhiều chiều với hệ thống, giảng viên và người học khác để thu được lượng kiến thức, kinh nghiệm tối đa.

Các học liệu điện tử đều bám sát hình ảnh và nội dung của bộ sách, tuân thủ triết lý bộ sách, tham vấn SGK, được tác giả hướng dẫn và thẩm định.

d) Hướng dẫn sử dụng nguồn tài nguyên học liệu điện tử trong các hoạt động dạy học

Các thầy cô giáo có thể linh động sử dụng các nguồn tài nguyên do NXBGDVN cung cấp như sau:

- Đối với kho học liệu điện tử được đính kèm trên trang sách điện tử và được tổng hợp tại tính năng Thư viện, các thầy cô giáo có thể tải về hoặc sử dụng trực tiếp nguồn học liệu dồi dào và bổ ích này đối với việc: biên soạn giáo án, chuẩn bị bài giảng điện tử; sử dụng làm tư liệu giảng dạy trực tiếp trên lớp cho tiết HS động, thú vị và hiệu quả; chia sẻ hoặc tải về thiết bị cá nhân. Qua đó, việc nguồn tài nguyên sẽ hỗ trợ mang đến hình ảnh trực quan nhằm thu hút sự chú ý của HS và nâng cao chất lượng bài giảng.
- Ngoài ra các thầy cô giáo cũng được khuyến nghị sử dụng linh hoạt các công cụ hỗ trợ trên nền tảng **Hành trang số** kết hợp cùng máy trình chiếu, trong đó bao gồm các công cụ như: Luyện tập trực quan các bài tập đi kèm chấm điểm tự động; Đọc sách điện tử; Xem trực tiếp các học liệu bổ trợ được đính kèm trên trang sách điện tử.

VI – KHAI THÁC THIẾT BỊ VÀ HỌC LIỆU TRONG DẠY HỌC

Thiết bị và học liệu dạy học là một thành tố có ý nghĩa quan trọng trong quá trình dạy học các môn học nói chung và môn GDTC nói riêng. Điều này xuất phát từ đặc điểm tâm sinh lý của HS THCS, thông qua trực quan sinh động, các em có thể dễ dàng chiếm lĩnh kiến thức. Mặt khác, dạy học theo hướng phát triển năng lực không thể thiếu thiết bị dạy học, sân tập và dụng cụ luyện tập, bởi đó vừa là công cụ, vừa là nguồn tri thức để từ đó HS khai thác và nắm bắt được những kiến thức cần thiết.

Trên cơ sở Danh mục thiết bị dạy học tối thiểu lớp 6 môn GDTC mà Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành theo Thông tư số 44/2020/TT-BGD&ĐT ngày 03 tháng 11 năm 2020 và thực tế thiết bị, học liệu phục vụ cho việc dạy học môn GDTC hiện có. Tùy vào điều kiện cụ thể mỗi nhà trường, mỗi GV có thể vận dụng linh hoạt, sáng tạo theo hướng sau:

- Với các thiết bị tính trên đơn vị trường, căn cứ điều kiện thực tiễn về quy mô lớp/trường, số điểm trường có thể thay đổi số lượng tăng/giảm cho phù hợp, đảm bảo đủ số lượng cho HS thực hành.

- Tất cả các tranh/ảnh dùng cho GV nêu trong thông tư có thể thay thế bằng tranh/ảnh điện tử hoặc các video/clip (dùng chung hoặc riêng) để thực hiện việc dạy sao cho hiệu quả.
 - Đối với các thiết bị dành cho HS, căn cứ thực tế số lượng HS của từng trường có thể điều chỉnh tăng/giảm số lượng thiết bị cho phù hợp, đảm bảo đủ số lượng cho HS thực hành.
- Tóm lại, căn cứ vào Danh mục thiết bị dạy học tối thiểu lớp 6 môn GDTC mà Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành, các trường chủ động mua sắm đủ số lượng và chủng loại.

VII – MỘT SỐ LƯU Ý LẬP KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

1. Lập kế hoạch dạy học môn học

a) 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, đảm bảo cho chương trình GDTC được thực hiện có hiệu quả và có số tiết thực dạy đạt tỉ lệ cao nhất.
- 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.
- Phân phối nội dung và thời lượng của bài thành tiết học; điều chỉnh số tiết giữa các bài của mỗi chủ đề trên cơ sở phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường, trình độ thể lực và năng lực vận động của số đông HS.
- 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 (không kể nội dung thuộc phần kiến thức chung) chỉ mang ý nghĩa là phương tiện nhằm nâng cao hiệu quả dạy và học của tiết học.

b) Các bước lập kế hoạch bài dạy môn học

- Xác định tiến trình thực hiện các chủ đề (trình tự, thời điểm thực hiện trong từng học kì và từng năm học).
- Xác định thời lượng (số tiết) thực tế cho từng bài của chủ đề.
- Phân phối nội dung cụ thể của mỗi bài cho từng tiết học.
- Xác định thời điểm kiểm tra định kì (giữa học kì, cuối học kì, cuối năm học).
- Tổng hợp thành kế hoạch bài dạy môn học.

2. Biên soạn kế hoạch bài dạy tiết học (giáo án)

a) Cấu trúc nội dung

- Căn cứ vào cơ sở khoa học TDDT, buổi tập có cấu trúc gồm ba phần: Khởi động, trọng động, hồi tĩnh.

- Căn cứ cấu trúc sư phạm, tiết học gồm ba phần: Mở đầu, cơ bản, kết thúc.
- Căn cứ vào cách tổ chức tiết học theo định hướng phát triển năng lực của HS, tiết học gồm bốn hoạt động cơ bản: 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 được trình bày theo cấu trúc gồm năm hoạt động sau (không kể phần nêu mục tiêu, 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 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 hai HS (cặp đôi).
 - + Luyện tập nhóm.
 - + Trò chơi.
- 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).

b) Hình thức trình bày

Giáo án có thể được cấu trúc dưới hai hình thức:

- Chia cột.
- Không chia cột.

I – DẠY HỌC CÁC DẠNG BÀI

1. Bài tập thể dục

Bên cạnh việc sử dụng có hiệu quả các phương pháp dạy học động tác, phương pháp giáo dục các tố chất thể lực, quá trình dạy học bài tập thể dục cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Khai thác những hiểu biết sẵn có của HS về bài tập thể dục 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 thể dục, rèn luyện cách thực hiện động tác, cách đếm nhịp, cách phát hiện sai sót khi luyện tập (sai sót về hướng, cách thực hiện động tác, khẩu lệnh, tư thế,...).
- 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,...
- 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.

2. Chạy cự li ngắn, chạy cự li trung bình, ném bóng

- Cần tuân thủ quy trình dạy học động tác (thông qua ba 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 nguyên vẹn 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.
- Sử dụng hợp lí phương pháp giáo dục các tố chất thể lực trên cơ sở ưu tiên phát triển năng lực phối hợp vận động.
- Phối hợp hài hòa giữa các phương pháp tập luyện có định mức chặt chẽ (về số lần lặp lại, quãng nghỉ, tốc độ, cự li,...) nhằm đồng thời rèn luyện kĩ năng vận động, phát triển các tố chất thể lực đặc trưng của môn học (sức nhanh tần số, sức mạnh tốc độ, sức bền chung).
- 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 và thể lực. 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; đối với HS có những hạn chế về thể lực cần được quan tâm sử dụng LVĐ hợp lí.
- 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.
- Có thể thay thế, đổi mới trò chơi bằng các trò chơi dân gian, TCVĐ có cùng hướng tác động để rèn luyện kĩ năng vận động và thể lực.
- 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. Các môn thể thao tự chọn

- Về tổ chức luyện tập: Đảm bảo để HS được luyện tập với bóng và sân tập có kích thước, trọng lượng phù hợp với lứa tuổi.
- Sử dụng có các bài tập dẫn dắt và bổ trợ phù hợp với đối tượng, giai đoạn học tập và loại hình kĩ thuật.
- Hoạt động luyện tập được tiến hành theo thứ tự:
 - + Làm quen với vợt, cầu hoặc bóng.

- + Luyện tập từ không cầu, không bóng đến có cầu, có bóng.
- + Luyện tập từ chậm đến nhanh, từ tại chỗ đến di động; từ một kĩ thuật đến liên kết, phối hợp nhiều kĩ thuật.
- Kết hợp giữa dạy học kĩ thuật và rèn luyện thể lực (phù hợp với đặc trưng hoạt động thể lực của môn thể thao tự chọn); giữa dạy học kĩ thuật và chiến thuật.

4. Tổ chức trò chơi vận động

TCVĐ thường được cấu trúc với hai phần cơ bản: Nội dung trò chơi và cách tiến hành trò chơi. 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.

Sử dụng phương pháp trò chơi trong quá trình dạy học động cần lưu ý một số vấn đề sau:

- 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 trò chơi đồng thời là lộ trình tiếp thu và 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 từng loại tổ 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.

TCVĐ 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 TCVĐ, 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 tĩnh), mục tiêu và nội dung của chủ đề.

II – DẠY HỌC THEO CHỦ ĐỀ (Minh họa bằng chủ đề Bóng đá – Bài 1)

CHỦ ĐỀ 2. BÓNG ĐÁ (24 tiết)

A – NỘI DUNG VÀ KẾ HOẠCH BÀI DẠY CHỦ ĐỀ

I – NỘI DUNG CHỦ ĐỀ

Bài	Tên bài	Nội dung	Số tiết
1	Bài tập bổ trợ trong bóng đá	- Bài tập bổ trợ không bóng - Bài tập bổ trợ có bóng - Trò chơi vận động	6
2	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân	- Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu Bóng đá - Trò chơi vận động	6
3	Kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân	- Kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân - Một số điều luật cơ bản trong thi đấu Bóng đá - Trò chơi vận động	6
4	Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân	- Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân - Trò chơi vận động	6

II – KẾ HOẠCH BÀI DẠY

TT	Tên bài	Kế hoạch bài dạy			
		Tiết 1 – 6	Tiết 7 – 12	Tiết 13 – 18	Tiết 19 – 24
1	Bài tập bổ trợ trong bóng đá	+			
2	Kĩ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân		+		
3	Kĩ thuật dừng bóng bằng lòng bàn chân			+	
4	Kĩ thuật dẫn bóng bằng lòng bàn chân				+

B – MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU CẦN ĐẠT CỦA CHỦ ĐỀ

I – MỤC TIÊU

- Trang bị cho HS một số kiến thức, kĩ năng ban đầu về môn Bóng đá.
- Rèn luyện và phát triển thể lực, năng lực phối hợp vận động.
- Hình thành và phát triển nhu cầu, thói quen thường xuyên tự rèn luyện thân thể.

II – YÊU CẦU CẦN ĐẠT

1. Kiến thức

- Nhận biết được mục đích, tác dụng luyện tập Bóng đá.
- Nhận biết, ghi nhớ được tên gọi, cấu trúc của một số kĩ thuật trong Bóng đá.
- Biết cách thực hiện và vận dụng các bài tập vận động của chủ đề.
- Biết cách phối hợp nhóm để luyện tập.

2. Kĩ năng

- Thực hiện được các bài tập kĩ thuật theo yêu cầu về cấu trúc, trình tự và nhịp điệu.
- Bước đầu thể hiện khả năng phối hợp đồng đội trong luyện tập.
- Phát hiện và tự sửa chữa được một số sai sót đơn giản trong luyện tập.

3. Thể lực

- Bước đầu có cảm giác đúng về phương hướng, tốc độ và khả năng dùng sức khi thực hiện các bài tập vận động.
- Có sự phát triển về thể lực chung, năng lực liên kết vận động và nhịp điệu.

4. Thái độ

- Tích cực, tự giác trong luyện tập.
- Có nhu cầu thường xuyên vận động cơ thể.

Chủ đề 2

BÓNG ĐÁ



Bài 1

Bài tập bổ trợ trong bóng đá

1 Mở đầu

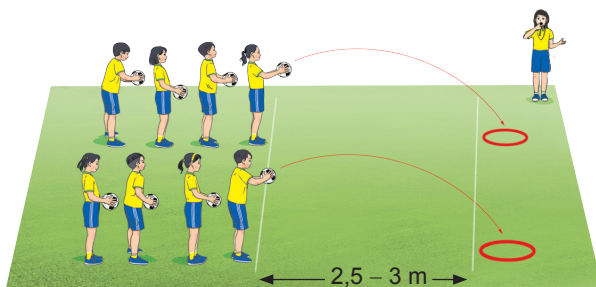
a) Mục tiêu, yêu cầu cần đạt

- Thực hiện được các bài tập bổ trợ không bóng và có bóng.
- Tích cực hợp tác với bạn trong luyện tập, chủ động, mạnh dạn trong hoạt động nhóm.

b) Khởi động

- Khởi động chung:
 - + Chạy tại chỗ.
 - + Xoay các khớp: Cổ, cổ tay, cổ chân, khuỷu tay, vai, hông, gối, ép dọc, ép ngang.

- Trò chơi hỗ trợ khởi động: *Tung bóng trúng vòng tròn*
- + Chuẩn bị: Các bạn tham gia trò chơi được chia thành nhiều đội, mỗi đội đứng thành một hàng dọc sau vạch tung bóng.
- + Thực hiện: Lần lượt từng bạn của mỗi đội tung bóng vào vòng tròn trên sân. Trong mỗi lượt chơi, mỗi bạn chỉ tung bóng một lần, đội có số lần tung bóng vào vòng tròn nhiều nhất là đội thắng cuộc.



Hình 1. Trò chơi Tung bóng trúng vòng tròn

2 Kiến thức mới

a) Bài tập bổ trợ không bóng

- Chạy đá lăng cẳng chân:
- + TTCB: Hai chân đứng hẹp hơn vai.
- + Đá lăng cẳng chân ra trước: Luân phiên đưa nhanh từng chân ra trước, lên cao. Chân duỗi thẳng ở khớp gối, bàn chân duỗi tự nhiên, gót chân cách mặt đất 10 – 15 cm.
- + Đá lăng cẳng chân sang hai bên: Luân phiên đưa nhanh từng cẳng chân ra bên ngoài, lên cao. Chân gập ở khớp gối, đầu gối hướng ra trước, vào trong, má ngoài bàn chân hướng lên trên, bàn chân cách mặt đất 25 – 30 cm.
- + Đá lăng cẳng chân vào trong: Luân phiên đưa nhanh từng cẳng chân vào trong, lên cao. Chân gập ở khớp gối, đầu gối hướng ra trước, sang bên, má trong bàn chân hướng lên trên, bàn chân cách mặt đất 25 – 30 cm.



Hình 2. Chạy đá lăng cẳng chân ra trước

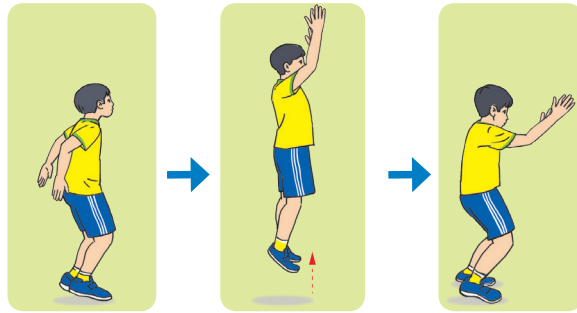


Hình 3. Chạy đá lăng cẳng chân sang hai bên



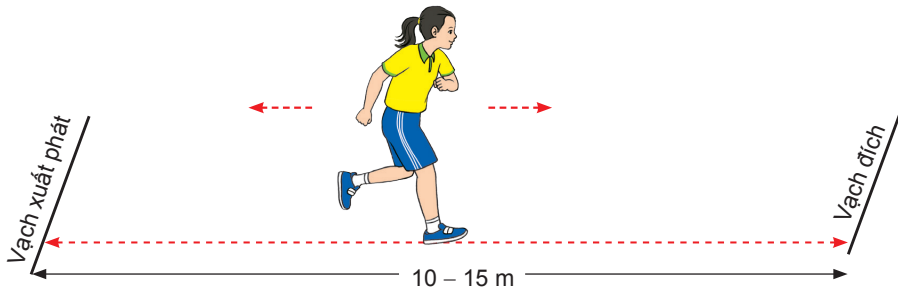
Hình 4. Chạy đá lăng cẳng chân vào trong

- Tại chỗ bật lên cao bằng hai chân:
- + TTCB: Hai chân đứng rộng bằng vai, gối khuyu, hai tay ở phía sau.
- + Thực hiện: Đồng thời đạp mạnh hai chân xuống đất và đánh mạnh hai tay từ sau ra trước, lên cao để đưa cơ thể bật thẳng lên. Khi rơi xuống, chạm đất bằng nửa trước hai bàn chân, gối khuyu. Hai tay dừng trước mặt để giữ thẳng bằng.



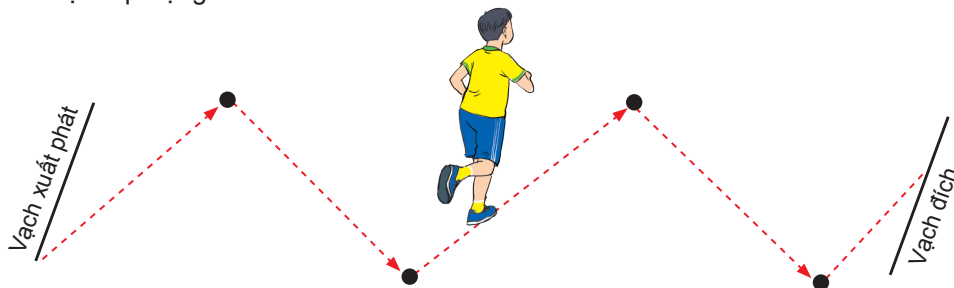
Hình 5. Tại chỗ bật lên cao bằng hai chân

- Chạy tiến, lùi theo vạch giới hạn: Chạy tăng tốc đến vạch đích, sau đó hạ thấp trọng tâm, chạy lùi về vị trí xuất phát.



Hình 6. Chạy tiến, lùi theo vạch giới hạn

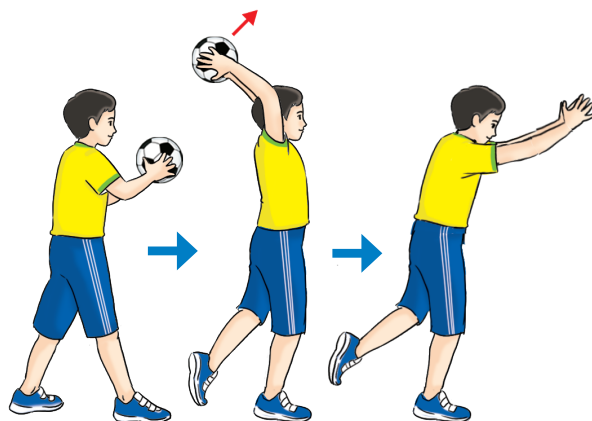
- Chạy chuyển hướng theo đường dích dắc: Chạy và chuyển hướng nhanh theo đường dích dắc, khi chuyển hướng chú ý giảm tốc độ và hạ thấp trọng tâm cơ thể.



Hình 7. Chạy chuyển hướng theo đường dích dắc

b) Bài tập bỏ trợ có bóng

- Ném bóng xa bằng hai tay trên đầu:
- + TTCB: Đứng chân trước, chân sau hoặc hai chân rộng bằng vai, hai tay cầm bóng trước ngực.
- + Thực hiện: Đưa bóng lên cao ra sau đầu, thân người ưỡn căng và gập nhanh ra trước, hai tay ném bóng qua đầu ra trước.



Hình 8. Ném bóng xa bằng hai tay trên đầu

- Kẹp bóng bằng hai chân bật nhảy ra trước:
- + TTCB: Người đứng thẳng, dùng hai cẳng chân kẹp bóng.
- + Thực hiện: Hai gối khụy, thân hơi ngả ra trước và bật nhảy liên tục ra trước.



Hình 9. Kẹp bóng bằng hai chân bật nhảy ra trước

3 Luyện tập

a) Luyện tập cá nhân

Luyện tập các bài tập bổ trợ không bóng và có bóng, từ tại chỗ đến di chuyển, từ chậm đến nhanh.

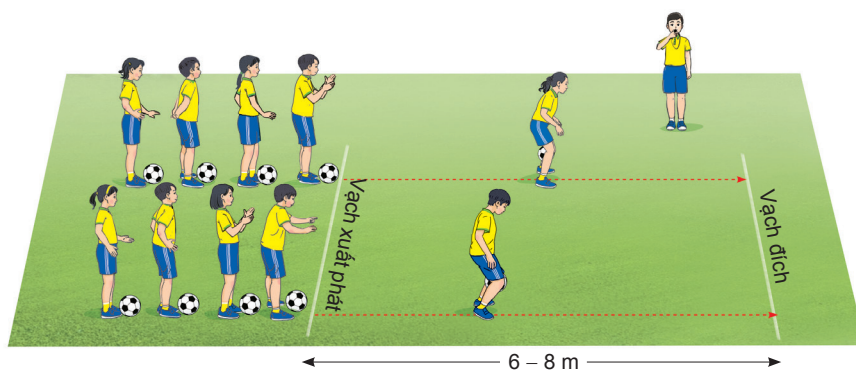
b) Luyện tập nhóm

- Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập làm quen với bóng.
- Quan sát, đánh giá kết quả luyện tập của các bạn trong nhóm.

c) Trò chơi vận động

Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích

- Mục đích: Rèn luyện sức mạnh và khả năng phối hợp của hai chân.
- Chuẩn bị: Các bạn tham gia trò chơi được chia thành nhiều đội, mỗi đội đứng thành một hàng dọc sau vạch xuất phát.
- Thực hiện: Lần lượt từng bạn của mỗi đội kẹp bóng giữa hai cẳng chân bật nhảy nhanh đến đích. Bạn tiếp theo chỉ xuất phát khi bạn thực hiện trước đã vượt qua vạch đích, đội hoàn thành đầu tiên là đội thắng cuộc.



Hình 10. Trò chơi Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích

4 Vận dụng

- Sử dụng các bài tập bổ trợ, trò chơi đã học để luyện tập hằng ngày và vui chơi cùng các bạn.
- Tại sao phải luyện tập các bài tập bổ trợ không bóng và có bóng theo thứ tự từ tại chỗ đến di động, từ chậm đến nhanh?

Bài trong sách giáo viên

Bài 1. Bài tập bổ trợ trong bóng đá (6 tiết)

A – MỤC TIÊU VÀ YÊU CẦU ĐẠT

I – MỤC TIÊU

Luyện tập các bài tập bổ trợ không bóng và có bóng.

II – YÊU CẦU CẦN ĐẠT

- Kiến thức: Nhận biết được các hình thức làm quen với bóng và di chuyển không bóng, biết cách tập luyện.
- Kỹ năng: Thực hiện được yêu cầu của các bài tập.
- Thể lực: Có sự phát triển về thể lực chung, năng lực liên kết vận động và nhịp điệu.
- Thái độ: Tích cực hợp tác với bạn trong luyện tập, chủ động, mạnh dạn trong hoạt động nhóm.

B – HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG DẠY HỌC

I – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG MỞ ĐẦU

(Hoạt động chung cả lớp)

1. Hoạt động của GV

- Giới thiệu nội dung, nhiệm vụ học tập.
- Sử dụng phương tiện trực quan giúp HS có nhận biết ban đầu về bóng đá:
 - + Hình dáng sân bãi luyện tập và thi đấu bóng đá.
 - + Kích thước và trọng lượng bóng.
 - + Các loại hình hoạt động cơ bản của bóng đá.
- Đặt câu hỏi để thu hút, kích lệ sự tập trung chú ý và khai thác vốn hiểu biết của HS về bóng đá:
 - + Đâu là tố chất thể lực tiêu biểu của hoạt động luyện tập và thi đấu bóng đá: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo, mềm dẻo?
 - + Bóng đá là môn thể thao phù hợp với lứa tuổi nào?
 - + Hãy kể tên những loại hình vận động cơ bản của bóng đá.
- 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 hoạt động đơn giản, quen thuộc (chạy tại chỗ, xoay các khớp, trò chơi hỗ trợ khởi động).

2. Hoạt động của HS

- Quan sát hình ảnh, liên hệ với những hiểu biết đã có về bóng đá.
- Suy nghĩ, thảo luận tìm câu trả lời câu hỏi của GV.
- Thực hiện bài tập khởi động cơ thể.

II – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG HÌNH THÀNH KIẾN THỨC MỚI

(Hoạt động chung cả lớp)

1. Hoạt động của GV

a) Giới thiệu nội dung kiến thức mới

Giới thiệu mục đích, tác dụng luyện tập các bài tập bổ trợ. Sử dụng hình ảnh trực quan và động tác mẫu giới thiệu các bài tập bổ trợ:

Bài tập bổ trợ không bóng

- Chạy đá lăng cẳng chân:
 - + TTCB: Hai chân đứng hẹp hơn vai.
 - + Đá lăng cẳng chân ra trước: Luân phiên đưa nhanh từng chân ra trước, lên cao. Chân duỗi thẳng ở khớp gối, bàn chân duỗi tự nhiên, gót chân cách mặt đất 10 – 15 cm.
 - + Đá lăng cẳng chân sang hai bên: Luân phiên đưa nhanh từng cẳng chân ra bên ngoài, lên cao. Chân gập ở khớp gối, đầu gối hướng ra trước, vào trong, má ngoài bàn chân hướng lên trên, bàn chân cách mặt đất 25 – 30 cm.
 - + Đá lăng cẳng chân vào trong: Luân phiên đưa nhanh từng cẳng chân vào trong, lên cao. Chân gập ở khớp gối, đầu gối hướng ra trước, sang bên, má trong bàn chân hướng lên trên, bàn chân cách mặt đất 25 – 30 cm.
- Tại chỗ bật lên cao bằng hai chân:
 - + TTCB: Hai chân đứng rộng bằng vai, gối khụy, hai tay ở phía sau.
 - + Thực hiện: Đồng thời đạp mạnh hai chân xuống đất và đánh mạnh hai tay từ sau ra trước, lên cao để đưa cơ thể bật thẳng lên. Khi rơi xuống, chạm đất bằng nửa trước hai bàn chân, gối khụy để giảm chấn động. Hai tay dùng trước mặt để giữ thẳng bằng.
- Chạy tiến, lùi theo vạch giới hạn: Chạy tăng tốc đến vạch đích, sau đó hạ thấp trọng tâm, chạy lùi về vị trí xuất phát.
- Chạy chuyển hướng theo đường đích dắc: Chạy và chuyển hướng nhanh theo đường đích dắc, khi chuyển hướng chú ý giảm tốc độ và hạ thấp trọng tâm cơ thể.

Bài tập bổ trợ có bóng

- Ném bóng xa bằng hai tay trên đầu:
 - + TTCB: Đứng chân trước, chân sau hoặc hai chân rộng bằng vai, hai tay cầm bóng trước ngực.
 - + Thực hiện: Đưa bóng lên cao ra sau đầu, thân người uốn căng và gập nhanh ra trước, hai tay ném bóng qua đầu ra trước.
- Kẹp bóng bằng hai chân bật nhảy ra trước:
 - + TTCB: Người đứng thẳng, dùng hai cẳng chân kẹp bóng.
 - + Thực hiện: Hai gối khụy, thân hơi ngả ra trước và bật nhảy liên tục ra trước.

b) Hướng dẫn HS làm quen động tác mới

- Cho HS thực hiện thử bài tập theo hình ảnh đã ghi nhớ.

- Cho HS đồng loạt luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.
- Chỉ dẫn các sai sót thường gặp trong luyện tập và cách sửa chữa:
 - + Chạy đá lăng cẳng chân các hướng: Chạy thiếu lực, thời gian cơ thể ở trên không ngắn, không đủ để thực hiện động tác.
 - + Bật cao tại chỗ: Bật nhảy thiếu lực, chưa phối hợp được lực của hai tay.
 - + Chạy chuyển hướng: Chuyển hướng chậm, không hạ thấp trọng tâm.
 - + Ném bóng xa bằng hai tay trên đầu: Lực hai tay không cân đối; chưa phối hợp được lực của thân người, cẳng tay, cổ tay, các ngón tay khi ném bóng.
 - + Kẹp bóng bằng hai chân bật nhảy ra trước: Vị trí kẹp bóng không cân xứng, bóng bị rơi khi bật nhảy.

2. 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 các bài tập.
- Thực hiện thử các bài tập.
- Luyện tập theo khẩu lệnh và động tác mẫu của GV.

III – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG LUYỆN TẬP

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

1. Hoạt động của GV

a) Tổ chức hoạt động luyện tập

- Phổ biến nội dung và yêu cầu luyện tập.
- Hướng dẫn trình tự luyện tập: Từ tại chỗ đến di động, từ chậm đến nhanh, từ không bóng đến có bóng.
- Tổ chức các hình thức luyện tập: Cá nhân, cặp đôi, nhóm, cả lớp.
- Quan sát, đánh giá, chỉ dẫn hoạt động luyện tập của HS.
- Hướng dẫn HS phát hiện và sửa chữa sai sót khi thực hiện bài tập.

b) Tổ chức trò chơi vận động hỗ trợ bóng đá

Trò chơi *Kẹp bóng bật nhảy nhanh về đích*

- Mục đích: Rèn luyện sức mạnh và khả năng phối hợp của hai chân.
- Chuẩn bị: HS tham gia trò chơi được chia thành nhiều đội, mỗi đội đứng thành một hàng dọc sau vạch xuất phát.
- Thực hiện: Lần lượt từng HS của mỗi đội kẹp bóng giữa hai cẳng chân bật nhảy nhanh đến đích. HS tiếp theo chỉ xuất phát khi HS thực hiện trước đã vượt qua vạch đích, đội hoàn thành đầu tiên là đội thắng cuộc.

2. Hoạt động của HS

a) Luyện tập cá nhân

- Thực hiện nội dung và trình tự luyện tập theo hướng dẫn của GV.
- Luyện tập các động tác làm quen với bóng theo thứ tự: Từ không bóng đến có bóng, từ chậm đến nhanh.
- Luyện tập các động tác di chuyển không bóng theo thứ tự: Từ tại chỗ (mô phỏng) đến di chuyển, từ chậm đến nhanh.

b) Luyện tập nhóm

- Luân phiên chỉ huy nhóm luyện tập: Làm quen với bóng, di chuyển không bóng.
- Quan sát, đánh giá kết quả luyện tập của các bạn trong nhóm.

c) Luyện tập chung cả lớp

Trò chơi vận động bổ trợ luyện tập bóng đá.

IV – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG VẬN DỤNG

(Hoạt động theo nhóm, cả lớp)

1. Hoạt động của GV

- Thay đổi hình thức và yêu cầu luyện tập theo hướng: Tăng tốc độ, cự li, mức độ dùng sức khi thực hiện bài tập, phối hợp thực hiện hai hoặc ba bài tập theo trình tự.
- Đặt câu hỏi để HS liên hệ và vận dụng:
 - + Các động tác bổ trợ có ý nghĩa như thế nào đối với luyện tập bóng đá?
 - + Di chuyển không bóng có tác dụng gì trong tập luyện và thi đấu bóng đá?
- Hướng dẫn HS vận dụng các bài tập và trò chơi để tự luyện tập.

2. Hoạt động của HS

- Thực hiện bài tập vận dụng theo yêu cầu của GV.
- Thảo luận trả lời câu hỏi của GV.
- Sử dụng các bài tập, trò chơi đã học để rèn luyện thân thể, vui chơi cùng các bạn.
- Vận dụng kiến thức của bài học để tự kiểm tra, đánh giá kết quả luyện tập.

C – TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG KẾT THÚC TIẾT HỌC

(Hoạt động chung cả lớp)

1. Hoạt động hồi phục sau luyện tập

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

2. 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 và thể lực của HS.
- Giao nhiệm vụ và yêu cầu cần đạt để HS tự học.
- Hướng dẫn sử dụng SGK để tự học và chuẩn bị cho bài học mới.

1. Hướng dẫn sử dụng sách giáo viên

a) Cấu trúc SGK

- SGK được cấu trúc gồm hai phần:
 - + Phần một. Những vấn đề chung về GDTC cấp THCS.
 - + Phần hai. Nội dung và phương pháp dạy học các chủ đề.
- Cấu trúc nội dung Phần một
 - + Giới thiệu chương trình môn học.
 - + Phương pháp giáo dục.
 - + Đánh giá kết quả giáo dục.
 - + Cấu trúc nội dung GDTC 6.
 - + Hướng dẫn sử dụng SGK.
 - + Giới thiệu tài liệu tham khảo.
- Cấu trúc nội dung Phần hai
 - + Cấu trúc nội dung và kế hoạch bài dạy chủ đề.
 - + Mục tiêu và yêu cầu cần đạt của chủ đề.
 - + Nội dung và phương pháp dạy học các chủ đề.

b) Sử dụng SGK hiệu quả

- Nhà trường và GV 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 nhận thức lứa tuổi, nguồn dinh dưỡng về thức ăn, hoa quả và nước uống sẵn có ở nước ta.
 - + Lồng ghép mục đích, tác dụng luyện tập chủ đề trong hoạt động mở đầu và hình thành kiến thức mới của các tiết học 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.
 - + 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.
- Trên cơ sở mục tiêu, yêu cầu cần đạt của chủ đề và bài học, GV chủ động:
 - + 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 Giáo dục và Đào tạo.
- + Xác định nội dung và tiêu chí kiểm tra đánh giá thường xuyên, định kì phù hợp với chỉ đạo, hướng dẫn của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

2. Giới thiệu danh mục sách bổ trợ, sách tham khảo

a) Tài liệu về trường học mới và phương pháp dạy học

1. Đặng Tự Ân, *Mô hình trường học mới Việt Nam – nhìn từ góc độ thực tiễn và lí luận*, 2016.
2. Đặng Tự Ân, *Mô hình trường học mới Việt Nam – phương pháp giáo dục*, 2017.
3. Nguyễn Vinh Hiển, *Sách giáo khoa hướng tới phương pháp dạy học phát triển năng lực*, NXBGDVN, 2018.

b) Tài liệu chuyên môn

1. Phạm Vĩnh Thông (Chủ biên) – Hoàng Mạnh Cường – Phạm Hoàng Dương, *Trò chơi vận động và vui chơi giải trí*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội, 1999.
2. Trường Đại học Thể dục thể thao 1, *Điện kinh*, NXB Thể dục thể thao, 2000.
3. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Thể dục*, NXB Thể dục thể thao, 2000.
4. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Y học thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao, 2000.
5. BS. Nguyễn Ý Đức, *Dinh dưỡng và thực phẩm*, NXB Y học, 2000.
6. *Luật Bóng đá 7 người*, NXB Thể dục thể thao, 2001.
7. Phạm Vĩnh Thông, *Trò chơi vận động rèn luyện của trẻ*, NXB Văn hoá dân tộc, 2002.
8. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Lí luận và phương pháp thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao, 2006.
9. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Bóng đá*, NXB Thể dục thể thao, 2007.
10. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Dinh dưỡng thể thao và sức khoẻ*, NXB Thể dục thể thao, 2008.
11. Trần Đồng Lâm (Chủ biên), *Thể dục 6*, SGK, NXB Giáo dục Việt Nam, 2010.
12. Trần Đồng Lâm (Chủ biên), *Thể dục 7*, SGK, NXB Giáo dục Việt Nam, 2010.
13. Trần Đồng Lâm (Chủ biên), *Thể dục 8*, SGK, NXB Giáo dục Việt Nam, 2010.
14. Trần Đồng Lâm (Chủ biên), *Thể dục 9*, SGK, NXB Giáo dục Việt Nam, 2010.
15. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Giảng dạy và tập luyện kĩ thuật bóng rổ*, NXB Thể dục thể thao, 2012.
16. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, *Cầu lông*, NXB Thể dục thể thao, 2016.
17. *Luật Cầu lông*, NXB Thể thao và Du lịch, 2018.
18. *Luật thi đấu điện kinh*, NXB Thể thao và Du lịch, 2018.
19. *Luật Bóng rổ – ban hành theo quyết định 156/QĐ-VBF ngày 30/1/2019 của Liên đoàn Bóng rổ Việt Nam*.

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 Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Biên tập nội dung: PHẠM VĨNH THÔNG

Thiết kế sách: THÁI MỸ DUNG

Trình bày bìa: PHẠM VIỆT QUANG

Sửa bản in: PHẠM VĨNH THÔNG

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

– Sách điện tử: *hanhtrangso.nxbgd.vn*

– Tập huấn online: *taphuan.nxbgd.vn*

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

TÀI LIỆU TẬP HUẤN GIÁO VIÊN

MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT 6

(BỘ KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG)

Mã số:

Inbản, (QĐ) khổ 19 x 26.5cm

Đơn vị in: địa chỉ

Số QĐXB:/CXBIPH//GD

Số ĐKXB: /QĐ - GD - HN ngày ... tháng ... năm 20...

In xong nộp lưu chiểu tháng ... năm 20...