

## 2. PHÂN TÍCH CẤU TRÚC SÁCH VÀ CẤU TRÚC BÀI HỌC

### 2.1. Phân tích ma trận nội dung/hoạt động

Căn cứ vào nội dung yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực được quy định trong Chương trình giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo, sách giáo khoa Giáo dục thể chất 2 được xây dựng gồm ba phần chính: Kiến thức chung, Vận động cơ bản và Thể thao tự chọn. Cụ thể như sau:

**Bảng 1. Cấu trúc sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất 2**

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
<b>PHẦN MỘT. KIẾN THỨC CHUNG</b>					
<b>Vệ sinh cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện</b>	<b>1. Vệ sinh cá nhân.</b>  <b>2. Đảm bảo an toàn trong tập luyện.</b>	+ Biết thực hiện vệ sinh cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện.	+ Biết và bước đầu thực hiện được vệ sinh cá nhân.	Năng lực tự chủ và tự học:  + Tự thực hiện được vệ sinh cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện.  Năng lực giao tiếp và hợp tác:  + Giúp đỡ bạn trong quá trình tập luyện.	+ Có ý thức trách nhiệm trong việc vệ sinh cá nhân và đảm bảo an toàn trong tập luyện.
<b>PHẦN HAI. VẬN ĐỘNG CƠ BẢN (45 tiết)</b>					
<b>Đội hình đội ngũ (14 tiết)</b>	<b>Bài 1. Chuyển đội hình hàng dọc, hàng ngang thành đội hình vòng tròn (5 tiết)</b>  1. Chuyển đội hình hàng dọc thành đội hình vòng tròn.  2. Chuyển đội hình hàng ngang thành đội hình vòng tròn.	+ Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên để tập luyện.  + Thực hiện được chuyển đội hình hàng dọc/hàng ngang thành vòng tròn và ngược lại.	+ Nhận biết và thực hiện được các động tác chuyển đội hình hàng dọc/hàng ngang thành vòng tròn và ngược lại, giậm chân tại chỗ.	Năng lực tự chủ và tự học:  + Tự giác trong quá trình tập luyện và tham gia trò chơi vận động.  Năng lực giao tiếp và hợp tác:  + Nhận xét và giúp đỡ bạn thực hiện bài tập trên lớp.	+ Chăm chỉ, ham học đối với kiến thức mới về đội hình đội ngũ.  + Nhân ái, giúp đỡ bạn khi thực hiện bài tập trên lớp.

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 2. Chuyển đội hình vòng tròn thành đội hình hàng dọc, hàng ngang (5 tiết)</b></p> <p>1. Chuyển đội hình vòng tròn thành đội hình hàng dọc.</p> <p>2. Chuyển đội hình vòng tròn thành đội hình hàng ngang.</p> <p><b>Bài 3. Giậm chân tại chỗ, đứng lại (4 tiết)</b></p> <p>Giậm chân tại chỗ, đứng lại.</p>	<p>+ Thực hiện được động tác giậm chân tại chỗ.</p> <p>+ Tham gia tích cực trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ.</p> <p>+ Hoàn thành lượng vận động của bài tập.</p> <p>+ Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.</p> <p>+ Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.</p>	<p>+ Có ý thức thường xuyên vận động để phát triển thể lực.</p>	<p>+ Trao đổi, hợp tác tham gia các trò chơi vận động rèn luyện đội hình đội ngũ.</p> <p>Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:</p> <p>+ Thực hiện được các yêu cầu giáo viên đưa ra trong buổi học.</p> <p>+ Sáng tạo trong quá trình tập luyện theo nhóm và cặp đôi.</p>	<p>+ Trung thực khi tham gia tập luyện và trò chơi hỗ trợ đội hình đội ngũ.</p>
<b>Bài tập thể dục (7 tiết)</b>	<p><b>Bài 1. Động tác vươn thở và động tác tay (1 tiết)</b></p> <p>1. Động tác vươn thở.</p> <p>2. Động tác tay.</p> <p><b>Bài 2. Động tác chân và động tác lườn (2 tiết)</b></p> <p>1. Động tác chân.</p> <p>2. Động tác lườn.</p>	<p>+ Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên.</p> <p>+ Thực hiện được các động tác bài tập thể dục.</p> <p>+ Tham gia tích cực các trò chơi hỗ trợ khéo léo.</p>	<p>+ Nhận biết và thực hiện được các động tác trong bài tập thể dục.</p> <p>+ Có ý thức thường xuyên thực hiện các động tác trong bài tập thể dục để rèn luyện khả năng khéo léo.</p>	<p>Năng lực tự chủ và tự học:</p> <p>+ Có ý thức tự giác tập luyện bài tập thể dục.</p> <p>+ Chủ động thực hiện các bài tập tại nhà và ngoài giờ học.</p> <p>Năng lực giao tiếp và hợp tác:</p>	<p>+ Chăm chỉ, tự giác tập luyện các động tác trong bài tập thể dục.</p> <p>+ Nhân ái, biết giúp đỡ bạn bè khi tập luyện và tham gia trò chơi hỗ trợ khéo léo.</p>

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 3. Động tác bụng và động tác toàn thân (2 tiết)</b></p> <p>1. Động tác bụng.</p> <p>2. Động tác toàn thân.</p> <p><b>Bài 4. Động tác nhảy và động tác điều hoà (2 tiết)</b></p> <p>1. Động tác nhảy.</p> <p>2. Động tác điều hoà.</p>	<p>+ Hoàn thành lượng vận động của bài tập.</p> <p>+ Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.</p> <p>+ Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.</p>		<p>+ Trao đổi, nhận xét và giúp đỡ bạn trong quá trình tập luyện theo nhóm và cặp đôi.</p> <p>+ Phối hợp với bạn tham gia các trò chơi hỗ trợ khéo léo.</p> <p>Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:</p> <p>+ Sáng tạo giải quyết các yêu cầu của trò chơi vận động.</p>	<p>+ Có ý thức trách nhiệm với bản thân trong việc tập luyện nâng cao sức khoẻ.</p> <p>+ Trung thực khi tham gia tập luyện và trò chơi vận động trên lớp.</p>
<b>Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản (24 tiết)</b>	<p><b>Bài 1. Đi theo hướng thẳng (4 tiết)</b></p> <p>1. Đi theo hướng thẳng.</p> <p>2. Đi trên vạch kẻ thẳng.</p> <p>3. Đi kiễng gót theo hướng thẳng.</p> <p>4. Đi bằng gót chân theo hướng thẳng.</p> <p>5. Đi bước dồn ngang theo hướng thẳng.</p>	<p>+ Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên.</p> <p>+ Thực hiện được các vận động phối hợp đi chuyển theo hướng thẳng và đi chuyển theo các hướng.</p> <p>+ Thực hiện được các động tác quý, ngồi cơ bản.</p> <p>+ Tham gia tích cực trò chơi rèn luyện kỹ năng vận động và phản xạ.</p>	<p>+ Nhận biết và thực hiện được các động tác di chuyển theo hướng thẳng, di chuyển theo các hướng, các động tác quý, ngồi cơ bản.</p> <p>+ Có ý thức thường xuyên vận động và tập luyện các bài tập để phát triển thể lực và phản xạ.</p>	<p>Năng lực tự chủ và tự học:</p> <p>+ Tự giác thực hiện các động tác khi tập luyện cá nhân và ngoài giờ lên lớp.</p> <p>Năng lực giao tiếp và hợp tác:</p> <p>+ Có khả năng nhận xét, trao đổi, giúp bạn thực hiện các động tác khi tập luyện theo nhóm và cặp đôi.</p>	<p>+ Chăm chỉ, ham học hỏi các kiến thức mới trong bài tập tư thế, kỹ năng vận động.</p> <p>+ Nhân ái, biết giúp đỡ bạn khi thực hiện các động tác mới, ôn động tác cũ và tham gia trò chơi rèn luyện kỹ năng vận động và phản xạ.</p>

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 2. Đi thay đổi hướng (5 tiết)</b></p> <p>1. Đi trên đường ngoằn ngoèo.</p> <p>2. Đi chuyển hướng phải – trái.</p> <p>3. Đi luôn vật chuẩn.</p> <p>4. Đi theo vòng cung.</p> <p>5. Đi theo hướng thẳng – quay đầu.</p> <p><b>Bài 3. Chạy theo hướng thẳng (5 tiết)</b></p> <p>1. Chạy theo hướng thẳng.</p> <p>2. Chạy có mang vật trên tay theo hướng thẳng.</p> <p>3. Đi kết hợp chạy theo hướng thẳng.</p> <p><b>Bài 4. Chạy thay đổi hướng (4 tiết)</b></p> <p>1. Chạy trên đường ngoằn ngoèo.</p> <p>2. Chạy đổi hướng trái.</p> <p>3. Chạy đổi hướng phải – trái.</p> <p>4. Chạy luôn vật chuẩn.</p> <p>5. Chạy vòng vật chuẩn.</p>	<p>+ Hoàn thành lượng vận động của bài tập.</p> <p>+ Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.</p> <p>+ Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.</p>		<p>+ Phối hợp với bạn tham gia trò chơi rèn luyện kỹ năng vận động và phân xạ trên lớp.</p> <p>Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:</p> <p>+ Phối hợp với bạn để giải quyết các nhiệm vụ giáo viên đưa trên lớp.</p>	<p>+ Trung thực khi tham gia tập luyện và trò chơi vận động trên lớp.</p>

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 5. Các động tác ngồi cơ bản</b> (3 tiết)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ngồi kiễng hai gót chân.</li> <li>2. Ngồi bệt thẳng chân.</li> <li>3. Ngồi khoanh chân.</li> </ol> <p><b>Bài 6. Các động tác quỳ cơ bản</b> (3 tiết)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Quỳ thấp.</li> <li>2. Quỳ cao.</li> <li>3. Quỳ trên một chân.</li> </ol>				
<b>PHẦN BA. THỂ THAO TỰ CHỌN (18 tiết)</b>					
<b>Thể dục nhịp điệu</b> (18 tiết)	<p><b>Bài 1. Các tư thế đầu cổ kết hợp chân cơ bản</b> (4 tiết)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Các tư thế đầu cổ kết hợp chân kiễng gót.</li> <li>2. Các tư thế đầu cổ kết hợp đẩy hông.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên.</li> <li>+ Thực hiện được các động tác đầu, cổ, vai, thân mình kết hợp kiễng gót, đẩy hông và nhún gối.</li> <li>+ Tham gia tích cực trò chơi vận động hỗ trợ môn thể dục nhịp điệu.</li> <li>+ Hoàn thành lượng vận động của bài tập.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Nhận biết được vai trò môn thể dục nhịp điệu đối với sự phát triển cơ thể.</li> <li>+ Thực hiện được các động tác đầu, cổ, vai, tư thế thân mình kết hợp với kiễng gót, đẩy hông và nhún gối.</li> </ul>	<p>Năng lực tự chủ và tự học:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Tự giác thực hiện các bài tập, động tác thể dục nhịp điệu theo yêu cầu của giáo viên.</li> </ul> <p>Năng lực giao tiếp và hợp tác:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>+ Có khả năng nhận xét, đánh giá và giúp bạn thực hiện động tác đúng trong quá trình tập luyện.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Chăm chỉ thực hiện các động tác thể dục nhịp điệu.</li> <li>+ Tôn trọng và giúp đỡ bạn trong quá trình tập luyện và tham gia trò chơi vận động.</li> </ul>

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 2. Các tư thế tay kết hợp chân cơ bản (4 tiết)</b></p> <p>1. Các tư thế tay vai kết hợp chân kiễng gót.</p> <p>2. Các tư thế tay ngực kết hợp nhún gối.</p> <p><b>Bài 3. Các tư thế của thân kết hợp nhún gối (5 tiết)</b></p> <p>1. Gập và ngửa thân.</p> <p>2. Nghiêng thân sang trái – phải kết hợp nhún gối.</p> <p><b>Bài 4. Các tư thế của chân kết hợp nhún gối (5 tiết)</b></p> <p>1. Đặt gót ra trước kết hợp nhún gối.</p> <p>2. Duỗi chân sang ngang kết hợp nhún gối.</p> <p>3. Đưa chân ra sau kết hợp nhún gối.</p>	<p>+ Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.</p> <p>+ Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.</p>	<p>+ Tích cực tập luyện trong các buổi tập.</p> <p>+ Tự giác tập luyện ngoài giờ học.</p>	<p>+ Hợp tác với bạn thực hiện các trò chơi vận động trên lớp.</p> <p>Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:</p> <p>+ Có khả năng giải quyết các nhiệm vụ của giáo viên trong buổi tập.</p>	<p>+ Có ý thức trách nhiệm với bản thân trong tập luyện để nâng cao sức khỏe.</p> <p>+ Trung thực khi tham gia các trò chơi vận động.</p>
<b>Bóng đá (18 tiết)</b>	<p><b>Bài 1. Bài tập không bóng (3 tiết)</b></p> <p>1. Bài tập sức nhanh chân.</p> <p>2. Chạy nhanh về trước.</p>	<p>+ Biết quan sát tranh ảnh và động tác mẫu của giáo viên.</p>	<p>+ Nhận biết được vai trò của môn bóng đá đối với sự phát triển của cơ thể.</p>	<p>Năng lực tự chủ và tự học:</p> <p>+ Tự giác, tích cực tham gia các bài tập trong bóng đá.</p>	<p>+ Không phân biệt đối xử với bạn trong quá trình tập luyện môn bóng đá.</p>

Tên chủ đề	Nội dung	Yêu cầu cần đạt	Năng lực môn học	Năng lực chung	Phẩm chất
	<p><b>Bài 2. Làm quen với bóng (5 tiết)</b></p> <p>1. Tiếp xúc bóng bằng đùi.</p> <p>2. Tung bóng lên cao.</p> <p>3. Lăn bóng trên mặt đất qua vạch kẻ sẵn.</p> <p>4. Chạm bóng bằng gan bàn chân.</p> <p><b>Bài 3. Đá bóng (5 tiết)</b></p> <p>1. Tại chỗ đá bóng cố định qua vạch kẻ sẵn.</p> <p>2. Di chuyển đá bóng cố định qua vạch kẻ sẵn.</p> <p>3. Di chuyển vòng vật chuẩn và đá bóng cố định vào cầu môn.</p> <p><b>Bài 4. Dẫn bóng (5 tiết)</b></p> <p>1. Dẫn bóng qua vạch kẻ sẵn.</p> <p>2. Dẫn bóng chậm – dừng bóng theo hiệu lệnh.</p> <p>3. Dẫn bóng luồn qua hai vật chuẩn.</p>	<p>+ Thực hiện được các bài tập không bóng, làm quen với bóng, đá bóng, dẫn bóng.</p> <p>+ Tham gia tích cực trò chơi vận động hỗ trợ môn bóng đá.</p> <p>+ Hoàn thành lượng vận động của bài tập.</p> <p>+ Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.</p> <p>+ Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.</p>	<p>+ Thực hiện được các bài tập không bóng, bài tập làm quen với bóng, bài tập đá bóng, bài tập dẫn bóng.</p> <p>+ Tích cực tập luyện trên lớp và tự giác tập luyện ngoài giờ học.</p>	<p>+ Tìm tòi, học hỏi và tự tập ngoài giờ lên lớp theo gợi ý của giáo viên.</p> <p>Năng lực giao tiếp và hợp tác:</p> <p>+ Có khả năng nhận xét, đánh giá và giúp bạn thực hiện bài tập trong quá trình tập luyện.</p> <p>+ Hợp tác thực hiện các trò chơi vận động trên lớp.</p> <p>Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo:</p> <p>+ Chủ động giải quyết các yêu cầu giáo viên đưa ra trong buổi tập và trò chơi vận động.</p>	<p>+ Tôn trọng và biết giúp đỡ bạn trong tập luyện và tham gia trò chơi vận động.</p> <p>+ Chăm chỉ, tự giác hoàn thành bài tập trong quá trình tập luyện.</p> <p>+ Trung thực khi tham gia các bài tập và trò chơi rèn luyện trên lớp.</p>

*Giáo viên có thể tùy chỉnh số tiết từng bài tùy vào tình hình thực tế dạy học nhưng tổng số tiết mỗi chủ đề không đổi.*