

3.2. Hướng dẫn và gợi ý phương pháp, hình thức tổ chức dạy học/tổ chức hoạt động

3.2.1. Hướng dẫn và gợi ý phương pháp tổ chức dạy học

Môn Giáo dục thể chất có đặc trưng là dạy học động tác và phát triển có chủ đích các tố chất thể lực, vậy nên việc sử dụng các phương pháp dạy học theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực học sinh cần phải đáp ứng được yêu cầu về đặc trưng này của môn học. Trong dạy học động tác và giáo dục tố chất thể lực, thường sử dụng phương pháp thực hành để hình thành và phát triển thành phần năng lực vận

động cơ bản. Phương pháp trò chơi được sử dụng chủ yếu trong việc hình thành và phát triển thành phần năng lực hoạt động thể dục thể thao. Ngoài ra, trong dạy học môn Giáo dục thể chất còn kết hợp việc sử dụng rộng rãi dạy học hợp tác, phương pháp sử dụng lời nói và phương pháp trực quan góp phần định hướng và phát triển các phẩm chất chủ yếu, năng lực chung và năng lực chăm sóc sức khoẻ.

a) Phương pháp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu

Thông qua việc tổ chức các hoạt động, giáo viên giúp học sinh rèn luyện tính trung thực, tự giác, chăm chỉ, phát triển hài hoà về thể chất, tinh thần học tập bạn bè, đồng đội, tinh thần trách nhiệm và ý thức tập luyện để có những phẩm chất và năng lực cần thiết, trở thành người công dân có trách nhiệm, có sức khoẻ, có văn hoá.

b) Phương pháp hình thành, phát triển năng lực chung

– Hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học: Trong dạy học môn Giáo dục thể chất, giáo viên tổ chức cho học sinh thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, tra cứu thông tin, lập kế hoạch và thực hiện các bài tập thực hành, từ đó hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học cho học sinh.

– Hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác: Môn Giáo dục thể chất tạo cơ hội cho học sinh thường xuyên được trao đổi, trình bày, chia sẻ và phối hợp thực hiện ý tưởng trong tập luyện, các trò chơi, các hoạt động thi đấu có tính đồng đội. Từ đó, học sinh được hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác.

– Hình thành và phát triển năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu và vận dụng linh hoạt các phương pháp tập luyện, giáo viên tạo cơ hội cho học sinh vận dụng kiến thức để tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể, bước đầu hình thành thói quen tập thể dục một cách đều đặn và thường xuyên.

c) Phương pháp hình thành, phát triển năng lực thể chất

– Hình thành và phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ: Giáo viên tạo cơ hội cho học sinh huy động những hiểu biết, kinh nghiệm sẵn có để hình thành ý thức và kiến thức về chăm sóc sức khoẻ; tăng cường giao nhiệm vụ ở nhà, đồng thời phối hợp với cha mẹ học sinh giúp đỡ học sinh thực hiện nền nếp giữ gìn vệ sinh, chăm sóc sức khoẻ bản thân.

– Hình thành và phát triển năng lực vận động cơ bản: Giáo viên khai thác ưu thế của Giáo dục thể chất là một loại hình giáo dục mà nội dung chuyên biệt là dạy học vận động (động tác) và sự phát triển có chủ định các tố chất vận động của con người. Các giai đoạn dạy học động tác nhằm hình thành ở học sinh kĩ năng vận động, khả năng vận dụng vào thực tế. Việc tổ chức các hoạt động vận động (bài tập và trò chơi vận động,...) giúp học sinh hình thành và phát triển được các tố chất thể lực cơ bản như: nhanh, mạnh, bền, khéo léo, mềm dẻo,... cũng như khả năng thích ứng của cơ thể và trí nhớ vận động.

– Hình thành và phát triển năng lực hoạt động thể dục thể thao: Giáo viên vận dụng nguyên tắc giáo dục cá biệt, quan tâm phát hiện và hướng dẫn học sinh tập luyện các môn thể dục thể thao phù hợp với sở thích, sở trường; tạo cơ hội cho học sinh được quan sát và tham gia các trò chơi, các hoạt động cổ vũ và thi đấu thể thao, từ đó khơi dậy niềm đam mê hoạt động thể dục thể thao, khả năng hoạt động thể dục thể thao, phát triển khả năng trình diễn và thi đấu.

d) Định hướng tiếp cận phương pháp dạy học môn Giáo dục thể chất

– Lựa chọn phương pháp phù hợp với bối cảnh giáo dục (trong đó, giáo viên cần chú ý đến điều kiện thực tế của địa phương, nhà trường).

– Sử dụng những phương pháp có khả năng cao nhất đáp ứng việc thực hiện được mục tiêu của chủ đề/hoạt động học.

– Việc sử dụng các phương pháp phải tương thích với nội dung học (dạy học động tác và giáo dục các tố chất thể lực).

– Lựa chọn phương pháp phải chú ý đến hứng thú và thói quen của học sinh. Đồng thời, phải đặc biệt quan tâm đến kinh nghiệm sư phạm của giáo viên và ưu tiên những phương pháp đã được giáo viên sử dụng có hiệu quả trước đó.

Bảng 2. Định hướng sử dụng phương pháp nhằm phát triển các thành phần năng lực trong năng lực thể chất

Thành phần năng lực	Định hướng sử dụng phương pháp dạy học
Chăm sóc sức khỏe	<ul style="list-style-type: none"> – Phương pháp sử dụng lời nói và phương pháp trực quan. – Phương pháp thực hành trong môn Giáo dục thể chất kết hợp các phương pháp dạy học tích hợp những kiến thức có liên quan khác để giúp học sinh tự giác, tích cực tham gia các hoạt động tập thể rèn luyện sức khỏe mà còn trang bị cho học sinh kiến thức chăm sóc sức khỏe cộng đồng.
Vận động cơ bản	<ul style="list-style-type: none"> – Phương pháp sử dụng lời nói và phương pháp trực quan, phương pháp thực hành (phân chia, hợp nhất; tập luyện nguyên vẹn; tập luyện lặp lại; tập luyện biến đổi). – Phương pháp trò chơi cần kết hợp với các hình thức tập luyện theo từng giai đoạn phát triển thể chất để phát triển các tố chất thể lực cho học sinh.
Hoạt động thể dục thể thao	<ul style="list-style-type: none"> – Phương pháp thực hành (phân chia, hợp nhất; tập luyện nguyên vẹn; tập luyện lặp lại; tập luyện biến đổi). – Phương pháp trò chơi được sử dụng trong việc hình thành và phát triển thành phần năng lực hoạt động thể dục thể thao. – Phương pháp sử dụng lời nói và phương pháp trực quan giúp học sinh trau dồi thêm kiến thức liên quan đến hoạt động thể dục thể thao.

3.2.2. Hướng dẫn, gợi ý các hình thức tổ chức dạy học

Trong giờ học Giáo dục thể chất chính khoá không thể thiếu các hình thức tổ chức tập luyện. Đây là một trong các phương tiện để giáo viên tổ chức hoạt động hiệu quả giúp hình thành, phát triển các phẩm chất chủ yếu, năng lực chung và các năng lực thành phần của năng lực thể chất. Việc tổ chức dạy học cho học sinh trong giờ học Giáo dục thể chất đối với học sinh cấp Tiểu học thường áp dụng các hình thức tập luyện cá nhân, hình thức tập luyện cặp đôi, hình thức tập luyện theo nhóm và hình thức tập luyện đồng loạt.

a) Hình thức tổ chức tập luyện cá nhân

Là cách thức giáo viên sắp xếp cho từng học sinh thực hiện một hoặc một số nhiệm vụ học tập, góp phần giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học.

* Cách tiến hành:

– Bước 1: Giáo viên phân công nhiệm vụ và hướng dẫn học sinh thực hiện các nhiệm vụ học tập. Trong đó, giáo viên cần hướng dẫn học sinh cách tự bảo hiểm trong quá trình tập luyện và hỗ trợ bạn bè khi được yêu cầu (từ giáo viên và đề nghị của học sinh khác).

– Bước 2: Giáo viên triển khai nhiệm vụ và bắt đầu việc giám sát quá trình tập luyện của học sinh. Giáo viên cần quan sát các thay đổi và căn cứ vào đặc điểm của từng học sinh để triển khai các nhiệm vụ cá biệt.

– Bước 3: Giáo viên quan sát và giám sát quá trình tự tập luyện của mỗi học sinh để kịp thời điều chỉnh, giúp đỡ học sinh hoàn thành nhiệm vụ học tập. Giáo viên cần có những biện pháp động viên, khích lệ để học sinh cố gắng vượt qua ở những động tác khó/yêu cầu cao và chỉ ra những sai lầm để sửa chữa ngay ở giai đoạn dạy học ban đầu.

– Bước 4: Giáo viên tổ chức đánh giá việc thực hiện nhiệm vụ học tập đã giao cho học sinh thông qua các biểu hiện về yêu cầu cần đạt của nhiệm vụ học tập.

b) Hình thức tổ chức tập luyện cặp đôi

Là cách thức giáo viên sắp xếp cho hai học sinh thực hiện một hoặc một số nhiệm vụ học tập, góp phần giúp học sinh hình thành năng lực giao tiếp và hợp tác.

* Cách tiến hành:

– Bước 1: Giáo viên phân công nhiệm vụ và hướng dẫn học sinh thực hiện các nhiệm vụ học tập. Giáo viên cần hướng dẫn học sinh quan sát, hỗ trợ nhau trong quá trình tập luyện.

– Bước 2: Giáo viên phân chia hoặc học sinh được lựa chọn người cùng tập luyện. giáo viên triển khai nhiệm vụ tập luyện và bắt đầu việc quan sát, hỗ trợ, sửa sai cho từng cặp đôi.

– Bước 3: Giáo viên cần quan sát, lắng nghe những trao đổi của học sinh để kịp thời định hướng theo mục tiêu của chủ đề hoặc hoạt động. Giáo viên cần khuyến khích học sinh tự tổ chức phản biện giữa các cặp đôi với nhau và với lớp.

– Bước 4: Giáo viên tổ chức đánh giá việc thực hiện nhiệm vụ học tập thông qua biểu hiện của yêu cầu cần đạt và các mục tiêu về phẩm chất chủ yếu, năng lực chung của chủ đề.

c) Hình thức tổ chức tập luyện theo nhóm

Là cách thức giáo viên sắp xếp cho từng nhóm học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập, góp phần giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học, giao tiếp và hợp tác.

** Cách tiến hành:*

– Bước 1: Giáo viên căn cứ vào trình độ tập luyện, giới tính, hình thái để hình thành và phân chia nhóm tập luyện.

– Bước 2: Giáo viên triển khai nhiệm vụ học tập cho tất cả các nhóm, có thể xác định nhiệm vụ tập luyện khác nhau ở từng nhóm. Giáo viên xác định và phân công người chỉ huy trong từng nhóm.

– Bước 3: Giáo viên cần quan sát, kiểm tra và lắng nghe những trao đổi của học sinh để kịp thời định hướng theo mục tiêu của chủ đề hoặc hoạt động. Giáo viên cần hướng dẫn cho nhóm hỗ trợ nhau sửa sai những lỗi về biên độ hoặc nhịp điệu động tác; hướng dẫn các thành viên ở các nhóm điều hành quá trình tập luyện của nhóm.

– Bước 4: Giáo viên tổ chức đánh giá việc thực hiện nhiệm vụ học tập đã giao cho học sinh thông qua biểu hiện của yêu cầu cần đạt và các mục tiêu về phẩm chất chủ yếu, năng lực chung của chủ đề.

d) Hình thức tổ chức tập luyện đồng loạt

Là cách thức giáo viên sắp xếp cho học sinh thực hiện nhiệm vụ học tập đồng loạt, góp phần giúp học sinh hình thành, phát triển các thành phần năng lực thể chất. Hình thức này thường được kết hợp với phương pháp sử dụng lời nói, phương pháp trực quan và phương pháp thực hành. Giáo viên sử dụng hình thức tổ chức này ở hoạt động mở đầu để cho học sinh khởi động chung và khởi động chuyên môn hoặc phần kết thúc giờ học để thả lỏng, củng cố.

** Cách tiến hành:*

– Bước 1: Giáo viên xác định nhiệm vụ học tập và triển khai đến cả lớp. Giáo viên cần căn cứ vào trang thiết bị, cơ sở vật chất để triển khai nhiệm vụ.

– Bước 2: Giáo viên điều khiển học sinh tập luyện qua các tín hiệu âm thanh. Khi cần thiết, giáo viên có thể thực hiện lại kĩ thuật động tác, sửa sai để học sinh quan sát và củng cố các tri nhận không gian của kĩ thuật động tác.

- Bước 3: Giáo viên điều khiển, giám sát để phát hiện những học sinh cần hỗ trợ hoặc khái quát các sai lầm thường mắc phải của học sinh để giải thích/phân tích, làm mẫu, sửa sai. Giáo viên cần tạo điều kiện để học sinh đóng góp ý kiến hoặc trao đổi nhanh những vấn đề còn thắc mắc.
- Bước 4: Giáo viên kết luận, đánh giá thông qua nhận xét chung.