

2 CẤU TRÚC SÁCH VÀ CẤU TRÚC BÀI HỌC

2.1. Cấu trúc sách

a) Sách được thiết kế theo hướng tiếp cận đặc điểm và mục tiêu của môn học

Đặc điểm cơ bản của môn học là hoạt động vận động để phát triển thể chất và tinh thần người học. Nội dung môn học mang tính tổng hợp, bao gồm cả tri thức văn hoá,

10



BỘ SÁCH: KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

đạo đức, triết học, lịch sử, địa lí, nghệ thuật,... nên liên quan tới nhiều môn học và hoạt động giáo dục khác như: Đạo đức, Tự nhiên và Xã hội, Âm nhạc, Mĩ thuật, Tiếng Việt, Hoạt động trải nghiệm, Tin học,... Các kĩ năng được phát triển trong môn học này sẽ giúp học sinh học các môn khác được thuận lợi, hiệu quả hơn; ngược lại, nội dung giáo dục của các môn học khác cũng cung cấp thêm dữ liệu để môn học này khai thác.

Xuất phát từ đặc điểm này, sách đã xác định các nội dung và yêu cầu trong dạy học môn Giáo dục thể chất là phải bảo đảm tính tích hợp liên môn, phải liên hệ, vận dụng kiến thức và kĩ năng học được vào hoạt động thực tiễn hằng ngày.

Mục tiêu chung của môn học là: Giúp học sinh hình thành kĩ năng vận động, phát triển tố chất thể lực, phát hiện năng khiếu thể thao và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân có ích, đáp ứng được yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế.

Các phẩm chất chủ yếu phải được rèn luyện để từng bước hình thành, bao gồm: yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực và trách nhiệm. Các năng lực chung gồm: năng lực tự chủ và tự học; năng lực giao tiếp và hợp tác; năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo. Các năng lực đặc thù gồm: năng lực chăm sóc sức khoẻ, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động thể thao.

Tuy nhà trường phổ thông không đặt ra mục tiêu đào tạo vận động viên nhưng thông qua môn học này góp phần phát hiện, bồi dưỡng các học sinh có tố chất đặc biệt, những học sinh có năng khiếu thể thao, nhằm cung cấp nguồn tài năng thể thao cho nước nhà.

Hướng tới các mục tiêu nói trên, sách đã thiết kế thành ba phần: Phần *Kiến thức chung về Giáo dục thể chất*, với hai nội dung (Vệ sinh cá nhân, Đảm bảo an toàn trong tập luyện) để phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ; Phần *Vận động cơ bản*, với ba chủ đề (Đội hình đội ngũ; Bài tập thể dục; Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản) để phát triển năng lực vận động cơ bản; Phần *Thể thao tự chọn*, với hai chủ đề (Bóng rổ, Bơi) để phát triển năng lực hoạt động thể thao.

b) Sách được thiết kế theo hướng tiếp cận yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực của môn học đối với học sinh theo quy định của Chương trình

* *Nhận thức chung về phẩm chất và năng lực*

Môn học Giáo dục thể chất là một trong những môn học góp phần hình thành và phát triển cả năm phẩm chất chủ yếu và ba nhóm năng lực chung cho học sinh.

- Năng lực tự chủ và tự học: Thông qua vận động cơ bản và các hình thức hoạt động thể dục thể thao, học sinh biết tự tìm kiếm, đánh giá và lựa chọn nguồn tư liệu, thông tin phù hợp với các mục đích, nhiệm vụ học tập của mình; biết lưu trữ và xử lý thông tin một cách hợp lí.
- 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 các bài

thực hành, các trò chơi, các hoạt động thi đấu có tính đồng đội. Từ đó, học sinh được hình thành, phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác,...

- Năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo: Môn Giáo dục thể chất luôn đề cao vai trò của học sinh với tư cách là người học tích cực, chủ động, không chỉ trong hoạt động tiếp nhận kiến thức mà còn trong việc tiến hành tập luyện sao cho hình thành kĩ năng vận động một cách hiệu quả nhất.

Ngoài ra, môn Giáo dục thể chất còn có ưu thế hình thành và phát triển ba nhóm năng lực đặc thù cho học sinh.

- Năng lực chăm sóc sức khoẻ chủ yếu thể hiện trong sinh hoạt hằng ngày và các hoạt động rèn luyện thể chất ở nhà trường, việc hình thành năng lực này dần dần qua từng lớp học, cấp học.
- Năng lực vận động cơ bản là năng lực được học sinh thể hiện qua việc xác nhận nội dung các vận động cơ bản trong từng bài học. Thực hiện được các kĩ năng trong vận động cơ bản để phát triển các tố chất thể lực thông qua quan sát tranh ảnh, video kĩ thuật; động tác mẫu của giáo viên.
- Năng lực hoạt động thể dục thể thao thể hiện ở khả năng nhận biết được vai trò của hoạt động thể dục thể thao đối với cơ thể. Thực hiện được một số nội dung hoạt động thể thao phù hợp với bản thân và tự giác, tích cực trong tập luyện thể dục thể thao hằng ngày.

* *Thông qua môn học, học sinh lớp 2 phải đạt được các yêu cầu sau:*

- Biết thực hiện vệ sinh cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của giáo viên để tập luyện.
- Thực hiện được nội dung đội hình đội ngũ; các động tác bài tập thể dục; các tư thế và kĩ năng vận động cơ bản; các động tác cơ bản của nội dung thể thao tự chọn (Bóng rổ hoặc Bơi).
- Tham gia tích cực các trò chơi vận động rèn luyện tư thế, tác phong, phản xạ và bổ trợ môn thể thao ưa thích.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.
- Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện và hoạt động tập thể.
- Bước đầu hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao.

c) *Sách được thiết kế theo hướng tiếp cận nội dung của môn học đối với học sinh lớp 2 theo quy định của Chương trình*

* *Trong cả năm học, học sinh lớp 2 được học các nội dung sau:*

- Kiến thức chung về Giáo dục thể chất: Vệ sinh cá nhân và Đảm bảo an toàn trong tập luyện.
- Đội hình đội ngũ: Chuyển đội hình hàng dọc / hàng ngang thành đội hình vòng tròn và ngược lại; Giậm chân tại chỗ, đứng lại; Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ.



- Bài tập thể dục: Các động tác thể dục phù hợp với đặc điểm lứa tuổi; Trò chơi bổ trợ khéo léo.
- Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản: Các động tác vận động cơ bản; Các bài tập phối hợp di chuyển theo các hướng, các đội hình; Trò chơi rèn luyện kĩ năng vận động và phản xạ.
- Thể thao tự chọn: Tập luyện một trong các nội dung thể thao phù hợp với đặc điểm lứa tuổi; Trò chơi vận động bổ trợ môn thể thao ưa thích.

Xuất phát từ những cơ sở trên, sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 2* được thiết kế theo các phần, chủ đề, bài học, cấu trúc như sau:

- Phần 1: Kiến thức chung, gồm hai nội dung (Vệ sinh cá nhân và Đảm bảo an toàn trong tập luyện). Phần này sẽ được dạy lồng ghép trong tất cả các tiết học.
- Phần 2: Vận động cơ bản, gồm ba chủ đề, với 12 bài, dạy trong 45 tiết: Đội hình đội ngũ (3 bài – 14 tiết); Bài tập thể dục (3 bài – 7 tiết); Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản (6 bài – 24 tiết).
- Phần 3: Thể thao tự chọn, gồm hai chủ đề: môn Bóng rổ (4 bài – 18 tiết) và môn Bơi (4 bài – 18 tiết).

Cách thiết kế như trên vừa tuân thủ Điều 7 – Thông tư 33/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo vừa khắc phục được sự cứng nhắc trong sách giáo khoa theo Chương trình Giáo dục phổ thông năm 2000 (mỗi bài là một tiết học), tạo sự chủ động cho giáo viên và học sinh triển khai các nội dung học tập.

Ví dụ, sách giáo viên *Thể dục 2* theo Chương trình Giáo dục phổ thông năm 2000 có ba phần, trong đó phần 2 (Hướng dẫn giảng dạy theo bài) gồm 70 bài học (mỗi bài một tiết) với định lượng chặt chẽ về nội dung và thời gian học từng nội dung trong tiết học, **giáo viên không thể thay đổi trật tự này**; còn sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 2* theo Chương trình Giáo dục phổ thông năm 2018 viết theo định hướng phát triển ba nhóm năng lực chuyên biệt (*chăm sóc sức khoẻ, vận động cơ bản, hoạt động thể dục thể thao*), với 12 bài thuộc nội dung bắt buộc và 4 bài thuộc nội dung tự chọn (mỗi bài sẽ được dạy ít nhất là 2 tiết, nhiều nhất là 5 tiết), **giáo viên hoàn toàn chủ động sắp xếp nội dung dạy** trong từng tiết cho phù hợp với học sinh và điều kiện cụ thể của nhà trường.

2.2. Cấu trúc bài học

2.2.1. Đặc điểm của cấu trúc bài học

Cấu trúc mỗi bài học trong sách giáo khoa gồm bốn hoạt động:

- **Mở đầu:** Khởi động (chuyển cơ thể từ trạng thái tĩnh sang động) và chơi trò chơi bổ trợ khởi động.
- **Kiến thức mới:** Nội dung bài học.
- **Luyện tập:** Tập luyện, chơi trò chơi vận động để củng cố nội dung bài học và phát triển thể lực.

- **Vận dụng:** Củng cố và khắc sâu kiến thức đã học qua các bài tập, tình huống thực tiễn.

2.2.2. Một số chủ đề / bài học đặc trưng

Sau đây chúng tôi đưa ra một bài học của môn Giáo dục thể chất lớp 2:

CHỦ ĐỀ
3

TƯ THẾ VÀ KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

BÀI 1

BÀI TẬP DI CHUYỂN THEO VẠCH KẺ THẲNG

Mục tiêu

- Biết và thực hiện được các động tác đi theo vạch kẻ thẳng và bài tập phối hợp.
- Nghiêm túc, tích cực trong tập luyện; có trách nhiệm đối với bản thân và mọi người.

1 Khởi động

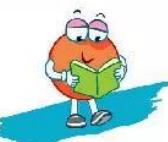
2 Trò chơi bổ trợ khởi động

Trò chơi *Đứng ngồi theo hiệu lệnh*

36

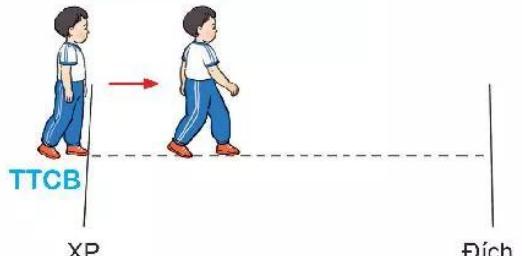
14

BỘ SÁCH: KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG



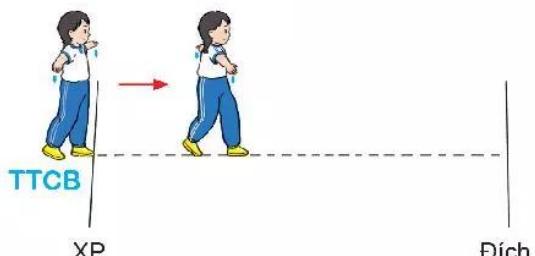
1 Đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay phối hợp tự nhiên

- ♦ **TTCB:** Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.
- ♦ **Động tác:** Từ vạch xuất phát, đi thường theo vạch kẻ thẳng, thân thẳng, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn phía trước.



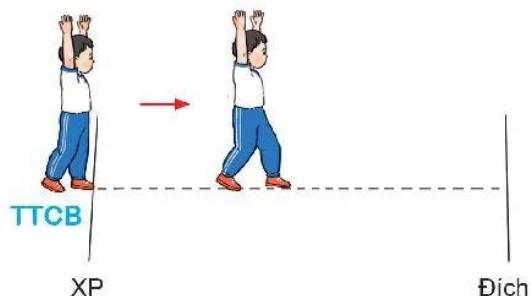
2 Đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay dang ngang

- ♦ **TTCB:** Đứng chân trước chân sau, hai tay dang ngang, bàn tay sấp.
- ♦ **Động tác:** Từ vạch xuất phát, đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay dang ngang bằng vai, bàn tay sấp, mắt nhìn phía trước.



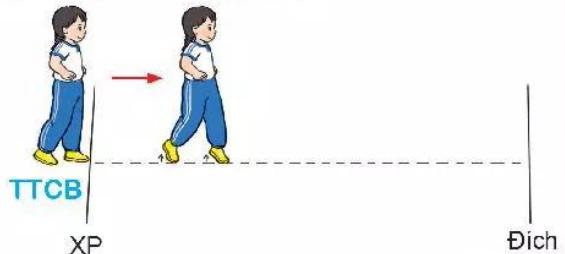
3 Đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay giơ cao

- ♦ **TTCB:** Đứng chân trước chân sau, hai tay giơ cao chéch chữ V.
- ♦ **Động tác:** Từ vạch xuất phát, đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay giơ lên cao chéch chữ V, lòng bàn tay hướng vào nhau, mắt nhìn phía trước.



4 Đi kiêng góp theo vạch kẻ thẳng, hai tay chống hông

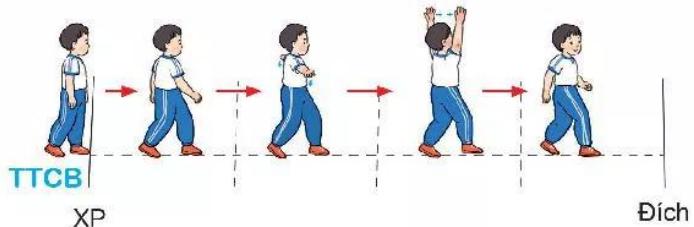
- ♦ **TTCB:** Đứng chân trước chân sau, hai tay chống hông.
- ♦ **Động tác:** Từ vạch xuất phát, đi kiêng góp theo vạch kẻ thẳng, hai tay chống hông, mắt nhìn phía trước.



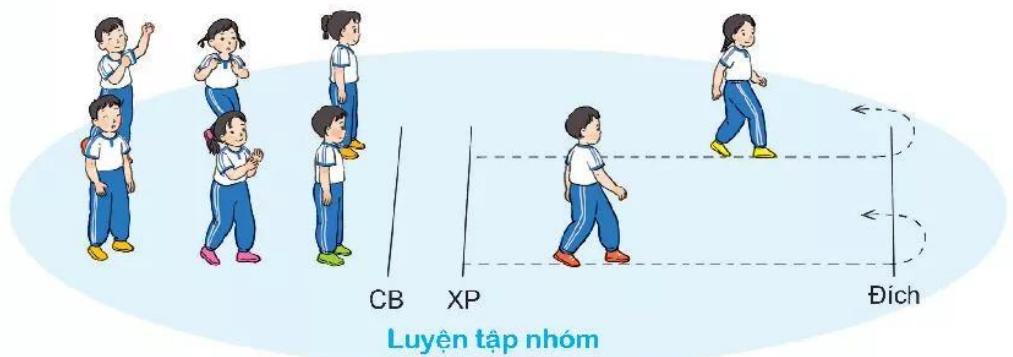
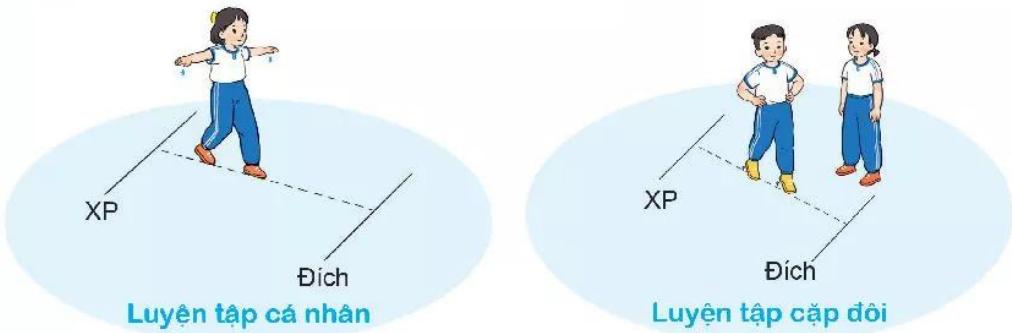
37

5 Bài tập phối hợp đi thường theo vạch kẻ thẳng

- ♦ **TTCB:** Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.
- ♦ **Động tác:** Từ vạch xuất phát, đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay lần lượt thực hiện như sau: phối hợp tự nhiên; dang ngang, bàn tay sấp; giơ cao chéch chữ V; phối hợp tự nhiên.



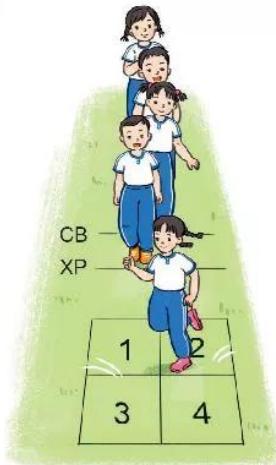
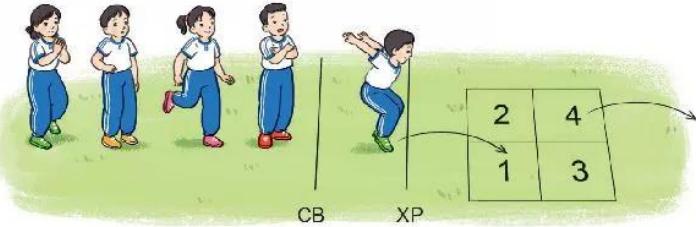
1 Luyện tập



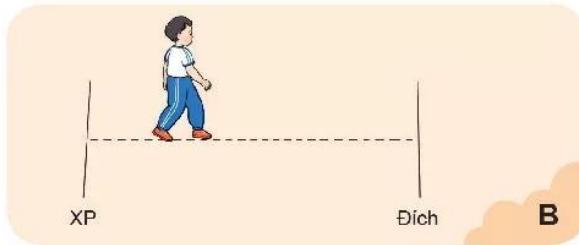
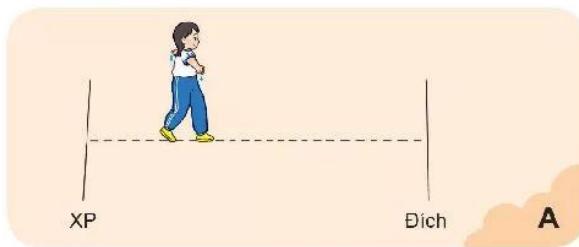
38

2 Trò chơi rèn luyện kỹ năng vận động và phản xạ

Trò chơi *Nhảy đúng, nhảy nhanh*



- 1 Hình nào dưới đây thể hiện động tác đi thường theo vạch kẻ thẳng, hai tay phối hợp tự nhiên?



- 2 Em cùng người thân thực hiện bài tập phối hợp đi thường theo vạch kẻ thẳng.
3 Em tập các động tác di chuyển đã học để phòng chống té chân khi ngồi học bài.

39