

E - HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG SÁCH GIÁO VIÊN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 6

1. Hướng dẫn sử dụng sách giáo viên

- 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.
 - Mục tiêu, yêu cầu cần đạt trong từng bài được cụ thể hoá, chi tiết hoá nhằm giúp GV:
 - + Có căn cứ để lựa chọn phương pháp, hình thức thực hiện các bài tập vận động phù hợp với định hướng phát triển từng loại hình năng lực và tố chất thể lực.
 - + Xây dựng kế hoạch tác động, phát triển năng lực vận động cho HS phù hợp với đặc điểm lứa tuổi. Đảm bảo cho HS đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực theo quy định của Bộ 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. Hướng dẫn tiến hành các hoạt động của tiết 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 kĩ năng đã có với kiến thức và kĩ năng mới; kích thích mong muốn khám phá nội dung mới sẽ học.

- + Nâng cao mức độ hoạt động của các cơ quan chức năng, chuẩn bị cho cơ thể bước vào hoạt động mới với lượng vận động cao hơn.
- *Nội dung và phương thức hoạt động*
- + Chuẩn bị tâm lí cho HS: Giới thiệu nội dung tiết học với những câu hỏi, tình huống có sức thu hút sự tập trung chú ý của HS (trong bối cảnh vui tươi, nhẹ nhàng).
- + Khởi động cơ thể: Sử dụng bài tập, trò chơi hỗ trợ khởi động có cường độ vận động tương đối thấp, tạo sức thu hút HS vào bài học.
- *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 chiêm 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 hỏi 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 nhất 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: Tinh 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 lý 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, kỹ 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 kỹ năng mới trong các điều kiện mới, tình huống mới; phối hợp nhiều kỹ năng đã có với kỹ 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.

e) *Hoạt động tìm tòi, mở rộng*

Đối với HS lớp 6 và bậc 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 TCVĐ; phức tạp hoá hoàn cảnh và môi trường thực hiện để kích thích tính sáng tạo, khả năng độc lập giải quyết vấn đề của HS.
- + GV gợi ý các vấn đề có liên quan đến nội dung học tập để HS có thể tìm cách giải quyết thông qua trao đổi với bạn và gia đình.
- + Giao nhiệm vụ tìm kiếm và mở rộng thông tin có liên quan đến nội dung học tập.
- *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.

3. Hướng dẫn thực hiện trò chơi vận động và kiểm tra thể lực định kì

a) Hướng dẫn thực hiện TCVĐ

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 kỹ năng vận động và phát triển thể lực cho HS theo mục tiêu của chủ đề. Vì vậy khi thực hiện cần lưu ý một số vấn đề sau:

- Các yêu cầu về: Tốc độ vận động, độ chính xác về động tác, kỹ thuật; thời gian thực hiện và số lần lặp lại, độ lớn của lượng vận động,... phải được lựa chọn phù hợp với mục đích sử dụng và mục tiêu của chủ đề.
- GV chủ động lựa chọn, 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.

b) Hướng dẫn thực hiện 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 lý số liệu và tổng hợp) phải được báo cáo với Ban giám hiệu nhà trường và thông báo cho phụ huynh HS.