

II GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT 1

1. Mục tiêu và nội dung Giáo dục thể chất lớp 1

1.1. Mục tiêu

Thông qua môn học, HS phải đạt được các yêu cầu sau:

- Biết thực hiện vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện thể dục thể thao.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của GV để tập luyện.
- Thực hiện được nội dung đội hình đội ngũ; các động tác bài tập thể dục; các tư thế và kỹ năng vận động cơ bản; các động tác cơ bản của nội dung thể thao tự chọn được học.
- 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.

1.2. Nội dung

Trong cả năm học, HS được học các nội dung sau:

- Kiến thức chung về Giáo dục thể chất: Vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện.
- Đội hình đội ngũ: Các tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ; Tập hợp đội hình hàng dọc, hàng ngang, dóng hàng, điểm số, dàn hàng, dồn hàng; Động tác quay các hướng; 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 kỹ năng vận động cơ bản: Các tư thế hoạt động vận động cơ bản của đầu, cổ, tay, chân; Các hoạt động vận động phối hợp của cơ thể; Trò chơi rèn luyện kỹ 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.

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

SGK Giáo dục thể chất 1 được biên soạn bám sát quan điểm chung của bộ sách là **Kết nối tri thức với cuộc sống**, trong đó đảm bảo tính cơ bản, sáng tạo và thực tiễn.

2.1. SGK Giáo dục thể chất 1 có một số điểm đổi mới căn bản khi thiết kế các nội dung theo phần, chủ đề, bài:

- Phần 1: Kiến thức chung, gồm 2 nội dung: Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện, được thiết kế để học lồng ghép trong mỗi buổi tập.
- Phần 2: Vận động cơ bản, gồm 3 chủ đề, với 12 bài học trong 45 tiết: Đội hình đội ngũ (4 bài – 14 tiết); Bài tập thể dục (3 bài – 7 tiết); Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản (5 bài – 24 tiết).
- Phần 3: Thể thao tự chọn, gồm 2 chủ đề: Môn Bóng rổ (4 bài – 18 tiết) và môn Bơi (5 bài – 18 tiết).

2.2. Cấu trúc mỗi bài gồm 4 mục:

- **Mở đầu:** Khởi động (chuyển cơ thể từ trạng thái tĩnh sang trạng thái động) và chơi trò chơi hỗ 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.

3. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 1

SGK Giáo dục thể chất 1 đảm bảo các yêu cầu cần đạt, bám sát hướng dẫn về phương pháp giáo dục, cách thức kiểm tra – đánh giá được quy định trong Chương trình Giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất đối với lớp 1. Mỗi nội dung, hệ thống các bài tập thực hành, trò chơi được thiết kế theo định hướng phát triển năng lực, mang tính trực quan, gần với thực tiễn, đảm bảo phục vụ cho tất cả các đối tượng HS.

Bên cạnh đó, cũng phải kể đến một số điểm nổi bật của SGK Giáo dục thể chất 1:

- Các nội dung của cuốn sách được lồng ghép rất nhiều hoạt động, trò chơi giúp HS cùng GV có thể trải nghiệm và tổ chức lớp học một cách đa dạng.
- Nhiều nội dung thuộc lĩnh vực văn học, âm nhạc, tự nhiên – xã hội, bảo vệ môi trường được lồng ghép, không chỉ giúp HS cảm thấy sự gắn gũi của các hoạt động thể dục thể thao quanh ta mà còn tăng thêm hiểu biết, vốn sống cho các em.

- Nội dung Kiến thức chung về Giáo dục thể chất gồm: Vệ sinh sân tập và chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện, được thiết kế để dạy lồng ghép trong mỗi buổi tập (Phần mở đầu hoặc Phần kết thúc) dưới dạng câu hỏi, hình vẽ gợi mở, gắn với cuộc sống.
- Do đặc thù của sách tiểu học, công tác minh họa trong SGK Giáo dục thể chất 1 được đặc biệt chú trọng, đảm bảo tính xuyên suốt, tính chính xác và thẩm mỹ cao trong toàn bộ cuốn sách. Từng chi tiết nhỏ như kĩ thuật động tác, tư thế thân người, góc nhìn, phù hợp lứa tuổi, bối cảnh gắn gũi với thực tế,... đều được cân nhắc rất kĩ lưỡng.