

Phần một

HƯỚNG DẪN CHUNG

I – GIỚI THIỆU SÁCH GIÁO KHOA

1. Khái quát về chương trình môn Giáo dục thể chất cấp Trung học cơ sở

a) Mục tiêu chung của môn học

Môn GDTC giúp HS hình thành, phát triển kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, kĩ năng vận động, thói quen luyện tập TDTT và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tầm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao.

b) Mục tiêu và yêu cầu cần đạt của môn học đối với cấp THCS

Môn GDTC giúp HS tiếp tục củng cố và phát triển: Các kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, vệ sinh thân thể và vận động cơ bản; thói quen luyện tập và kĩ năng TDTT; nếp sống lành mạnh, hoà đồng và trách nhiệm; ý thức tự giác, tích cực vận dụng những điều đã học để tham gia các hoạt động TDTT; bồi dưỡng năng khiếu thể thao.

Môn học GDTC giúp HS hình thành và phát triển năng lực thể chất với các thành phần sau: Năng lực chăm sóc sức khoẻ, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động TDTT. Yêu cầu cần đạt về năng lực thể chất gồm:

TT	Năng lực đặc thù	Yêu cầu cần đạt
1	Chăm sóc sức khoẻ	<ul style="list-style-type: none">- Hình thành nền nếp vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong luyện tập TDTT.- Có kiến thức cơ bản và ý thức thực hiện chế độ dinh dưỡng trong luyện tập và đời sống hằng ngày để bảo vệ, tăng cường sức khoẻ.- Tích cực tham gia các hoạt động tập thể trong môi trường tự nhiên để rèn luyện sức khoẻ.

2	Vận động cơ bản	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu được vai trò quan trọng của các kỹ năng vận động cơ bản đối với việc phát triển các tố chất thể lực. - Thực hiện thuần thục các kỹ năng vận động cơ bản được học trong chương trình môn học. - Hình thành được thói quen vận động để phát triển các tố chất thể lực.
3	Hoạt động TDTT	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu được vai trò, ý nghĩa của TDTT đối với cơ thể và cuộc sống. - Lựa chọn được và thường xuyên luyện tập nội dung thể thao phù hợp để nâng cao sức khoẻ, phát triển thể lực. - Tham gia có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong luyện tập TDTT và các hoạt động khác trong cuộc sống.

2. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất

a) Quan điểm và định hướng chung

- Tuân thủ định hướng đổi mới giáo dục phổ thông từ chú trọng truyền thụ kiến thức sang giúp HS hình thành, phát triển toàn diện phẩm chất và năng lực.
- Tuân thủ Chương trình Giáo dục phổ thông tổng thể và chương trình môn học GDTC năm 2018.
- Bám sát các tiêu chuẩn SGK mới theo Thông tư số 33/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành ngày 22 tháng 12 năm 2017.
- Kế thừa, phát huy những thành quả của chương trình GDTC hiện hành; cập nhật những thành tựu của khoa học TDTT và khoa học sư phạm hiện đại.

b) Phát huy quyền tự chủ, năng lực sáng tạo của nhà trường trong tổ chức hoạt động dạy và học

- Tạo điều kiện để các nhà trường tự chủ về kế hoạch bài dạy phù hợp với điều kiện của vùng, miền.
- Tạo điều kiện để GV tự chủ, sáng tạo trong sắp xếp thứ tự nội dung và phân phối thời lượng cụ thể cho từng nội dung của bài học, tiết học.
- *Dành nhiều thời gian trên lớp cho HS thực hành nội dung và phương pháp luyện tập, rèn luyện năng lực tự học, tự tìm kiếm và vận dụng kiến thức mới.*

c) Góp phần thực hiện mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực của HS

- Đa dạng hóa hình thức tổ chức học tập theo hướng tích hợp mục tiêu hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu, năng lực chung với năng lực cốt lõi của môn học.



- Hình thành, phát triển nhu cầu, thói quen luyện tập TDTT; khả năng lựa chọn và sử dụng môn thể thao phù hợp để luyện tập vì sức khoẻ.
- Hình thành và phát triển ý thức trách nhiệm đối với sức khoẻ của bản thân, gia đình và cộng đồng.

3. Những điểm mới cơ bản của sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất

a) Điểm mới về cấu trúc mục tiêu

- Thông qua quá trình GDTC, đồng thời hình thành, phát triển ở HS các phẩm chất (yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm), năng lực chung (tự chủ và tự học, giao tiếp và hợp tác, giải quyết vấn đề và sáng tạo) và năng lực cốt lõi của môn học (chăm sóc sức khoẻ, vận động cơ bản, hoạt động TDTT).
- Chú trọng trang bị cho HS phương pháp thực hành các bài tập vận động, phương pháp luyện tập cá nhân, luyện tập nhóm. Coi phát triển năng lực tự học, tự rèn luyện là sản phẩm quan trọng của quá trình GDTC.
- Hình thành, phát triển nhu cầu, thói quen luyện tập TDTT, khả năng lựa chọn và sử dụng môn thể thao phù hợp để luyện tập vì sức khoẻ.
- Hình thành và phát triển ý thức trách nhiệm đối với sức khoẻ của bản thân, gia đình và cộng đồng.

b) Điểm mới về cấu trúc nội dung

- Nội dung môn học được cấu trúc theo chủ đề, mỗi tiết học chỉ gồm nội dung của một chủ đề nhằm đảm bảo tính liên tục, hệ thống và kế thừa trong quá trình rèn luyện thể lực, phát triển kỹ năng vận động cho HS.
- Các bài tập vận động được lựa chọn trên cơ sở ưu tiên phát triển năng lực phối hợp vận động, nhằm hình thành khả năng tiếp thu nhanh và có hiệu quả các bài tập vận động mới.
- Bài tập vận động đa dạng, mới lạ, hấp dẫn, gần gũi với hoạt động vận động của lứa tuổi, có thể sử dụng để vui chơi, luyện tập hằng ngày; có tác dụng phát triển nhu cầu khám phá, chinh phục giới hạn bản thân, kích thích tính tích cực và nỗ lực trong học tập, rèn luyện.

c) Điểm mới về quyền của GV và nhà trường

GV và nhà trường chủ động:

- Sắp xếp trình tự dạy học các chủ đề phù hợp với điều kiện của nhà trường, điều kiện của vùng, miền.
- Xây dựng kế hoạch và tiến trình thực hiện nội dung, thời lượng bài học, tiết học.
- Biên soạn, bổ sung nội dung, tiến trình dạy học các môn thể thao tự chọn.
- Điều chỉnh số tiết học giữa các bài trong một chủ đề phù hợp với điều kiện dạy học và khả năng tiếp thu của HS.

d) Điểm mới về tổ chức thực hiện nội dung môn học

- Tiết học được tổ chức thực hiện thông qua các hoạt động, HS tham gia vào các hoạt động của tiết học với vai trò chủ thể.
- Dành nhiều thời gian để HS thực hành nội dung và phương pháp luyện tập thông qua hoạt động cá nhân, hoạt động nhóm.
- Nội dung môn GDTC được thực hiện theo chủ đề với nhiều phương án:
 - + Các chủ đề được thực hiện lần lượt theo hình thức “cuốn chiếu” (hết chủ đề này sang chủ đề khác).
 - + Xen kẽ thực hiện hai chủ đề (trong một tuần, tiết 1 chủ đề A, tiết 2 chủ đề B).
 - + Mỗi chủ đề được thực hiện và kết thúc trọn vẹn trong một học kì.
 - + Mỗi chủ đề không nhất thiết phải thực hiện và kết thúc trọn vẹn trong một học kì.

d) Điểm mới về cấu trúc sách

- Đồng thời phục vụ hoạt động dạy của GV và hoạt động học của HS.
- Tạo điều kiện để HS tự học và vận dụng kiến thức mới.
- Nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức hoạt động dạy và học các chủ đề được trình bày thông qua các hoạt động của bài học.
- Nội dung của chủ đề được cấu trúc theo bài, thứ tự các bài được sắp xếp theo trình tự sư phạm và đặc điểm của dạy học động tác; mỗi bài gồm một số tiết, GV chủ động phân chia nội dung cụ thể cho từng tiết học phù hợp với năng lực vận động, trình độ thể lực của HS và điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường.