

a) Phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe

- Đây là dạng năng lực vô cùng cần thiết trong cuộc sống và cần được hình thành trong suốt cuộc đời một con người. Tuy Chương trình Giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất năm 2018 chỉ quy định hai nội dung để hình thành năng lực này cho học sinh lớp 1 (Vệ sinh sân tập và Chuẩn bị dụng cụ trong

tập luyện và khát vọng được trở thành vận động viên thể thao, dành nhiều huy chương, mang vinh quang về cho nhà trường và quê hương, đất nước.

- Để hình thành, phát triển năng lực hoạt động thể dục thể thao, giáo viên cần quan tâm phát hiện và hướng dẫn học sinh lựa chọn và tập luyện các môn thể thao yêu thích; tạo cơ hội cho học sinh được quan sát và tham gia các trò chơi bổ trợ, các hoạt động cổ vũ thi đấu thể thao, tham gia các câu lạc bộ trong và ngoài trường (nếu có); đồng thời cần tăng cường truyền thông, quảng bá giới thiệu về tấm gương những vận động viên tiêu biểu lứa tuổi học sinh để khích lệ các em hăng say tập luyện.

d) Phát triển năng lực chung

- Năng lực chung của học sinh ở môn học này bao gồm: năng lực tự chủ và tự học; năng lực hợp tác và giao tiếp; năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo.
- Để giúp học sinh phát triển được các năng lực trên, giáo viên cần tổ chức cho học sinh thường xuyên thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, đặc biệt là tra cứu thông tin, thiết kế và thực hiện các bài tập thực hành, các trò chơi, các hoạt động thi đấu có tính đồng đội, cần tạo cơ hội cho học sinh vận dụng kiến thức để phát hiện vấn đề và đề xuất cách giải quyết, biết cách lập kế hoạch và thực hiện kế hoạch để giải quyết vấn đề một cách sáng tạo.
- Vận dụng phương pháp học tập và hình thức làm việc theo nhóm, giáo viên cũng sẽ giúp học sinh phát hiện và giải quyết vấn đề một cách khách quan, trung thực trên cơ sở phân tích khoa học, từ đó thúc đẩy sự hình thành và phát triển các năng lực chung của học sinh.

tập luyện) nhưng giáo viên cần phải tích hợp, vận dụng những kiến thức liên môn và những kinh nghiệm của bản thân để giúp học sinh từng bước nhận thức được vấn đề và trả lời được một cách đơn giản nhất các câu hỏi: Sức khoẻ là gì? Để có sức khoẻ ta phải làm gì? Tuy nhiên, cần lưu ý những kiến thức mà giáo viên đưa vào dạy học phải phù hợp với lứa tuổi này.

- Trong mỗi bài học, tiết học giáo viên cần dành vài phút (vào thời điểm thích hợp) để giảng giải các kiến thức này, cũng như để nhận xét, đánh giá sự tăng trưởng trong nhận thức và hành động của học sinh sau mỗi bài học, tiết học.
- Những kiến thức này cần phải được học và rèn luyện thường xuyên, lâu dài trong nhà trường, gia đình và xã hội; vì vậy vai trò của truyền thông, hoạt động trải nghiệm, hoạt động Đội và sự nêu gương của mỗi người lớn, nhất là giáo viên, phụ huynh, anh chị phụ trách Đội là vô cùng quan trọng để hình thành năng lực này.

b) Phát triển năng lực vận động cơ bản

- Đây là năng lực đặc trưng, cơ bản nhất của môn học, nó thể hiện khả năng thực hiện đúng các động tác của cơ thể trong các bài tập (Đội hình đội ngũ; Bài thể dục phát triển chung; Rèn luyện tư thế và kỹ năng) cũng như trong khi chơi các trò chơi vận động để phát triển các tố chất thể lực.
- Giáo viên cần tận dụng 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 kỹ năng vận động và khả năng vận dụng vào thực tế. Các trò chơi và bài tập thể lực nhằm hình thành, phát triển các tố chất thể lực cơ bản như: nhanh, mạnh, bền, khéo léo và mềm dẻo.
- Giáo viên cần thông qua dạy học động tác và tổ chức các hoạt động trong mỗi bài học, giúp cho học sinh có ý thức thường xuyên vận động để phát triển các tố chất thể lực nói trên và đạt được yêu cầu trong xếp loại thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo (*Phụ lục 2 kèm theo*).

c) Phát triển năng lực hoạt động thể dục thể thao

- Năng lực hoạt động thể dục thể thao của học sinh là khả năng thực hiện được một số nội dung của môn thể thao phù hợp với bản thân, được học sinh yêu thích, nhất là các môn thể thao được tổ chức trong Hội khoẻ Phù đổng các cấp, trong hệ thống giải thi đấu quốc gia, quốc tế và các môn thể thao truyền thống của địa phương,... (sách giáo khoa giới thiệu môn Bóng rổ và môn Bơi); từ đó từng bước hình thành thói quen tập luyện, ý thức tự giác tích cực trong