



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM

KẾT NỐI TRÍ THỨC
VỚI CUỘC SỐNG

TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN SỬ DỤNG SÁCH GIÁO KHOA

môn

GIÁO DỤC THỂ CHẤT

(Tài liệu lưu hành nội bộ)

Bộ sách: Kết nối tri thức với cuộc sống

LỚP 3



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC VIỆT NAM



MỤC LỤC

Trang

PHẦN MỘT: NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG	4
1. Khái quát về chương trình môn Giáo dục thể chất	4
2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 3	6
2.1. Quan điểm tiếp cận, biên soạn	6
2.2. Giới thiệu, phân tích cấu trúc sách và cấu trúc bài học	8
2.3. Những điểm mới của sách giáo khoa Giáo dục thể chất 3	18
2.4. Khung kế hoạch dạy học	22
3. Phương pháp dạy học / tổ chức hoạt động	23
3.1. Định hướng, yêu cầu cơ bản chung về đổi mới phương pháp dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3	23
3.2. Hướng dẫn và gợi ý phương pháp, hình thức tổ chức dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3	24
3.3. Hướng dẫn quy trình dạy học các hoạt động điển hình	26
4. Hướng dẫn kiểm tra, đánh giá kết quả học tập môn Giáo dục thể chất lớp 3	30
4.1. Mục đích đánh giá	30
4.2. Yêu cầu đánh giá	31
4.3. Kiểm tra, đánh giá năng lực, phẩm chất môn Giáo dục thể chất lớp 3	31
5. Giới thiệu tài liệu bổ trợ, nguồn tài nguyên, học liệu điện tử, thiết bị giáo dục	33
5.1. Giới thiệu, hướng dẫn sử dụng sách giáo viên môn Giáo dục thể chất lớp 3	33
5.2. Cam kết hỗ trợ giáo viên, cán bộ quản lí trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử	35
5.3. Hướng dẫn khai thác và sử dụng nguồn tài nguyên, học liệu điện tử trong dạy học	37
5.4. Khai thác thiết bị và học liệu trong dạy học	39
PHẦN HAI: HƯỚNG DẪN XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY	41
1. Một số lưu ý về lập kế hoạch dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3	41
2. Bài soạn minh họa	42

1 KHÁI QUÁT VỀ CHƯƠNG TRÌNH MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Chương trình môn Giáo dục thể chất năm 2018 quán triệt đầy đủ quan điểm, mục tiêu, yêu cầu cần đạt về phẩm chất, năng lực, kế hoạch giáo dục và định hướng về nội dung giáo dục, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục được quy định tại Chương trình tổng thể.

Chương trình môn Giáo dục thể chất năm 2018 có những điểm mới, khác biệt so với chương trình môn Giáo dục thể chất năm 2006:

- Chương trình môn Giáo dục thể chất được xây dựng dựa trên nền tảng lí luận và thực tiễn, cập nhật thành tựu của khoa học thể dục thể thao và khoa học sư phạm hiện đại, trong đó có các kết quả nghiên cứu về giáo dục học, tâm lí học, sinh lí học, phương pháp giáo dục thể chất và huấn luyện thể thao; kinh nghiệm xây dựng chương trình môn Giáo dục thể chất của Việt Nam và các nước có nền giáo dục tiên tiến; kết quả phân tích thực tiễn giáo dục, điều kiện kinh tế – xã hội Việt Nam và sự đa dạng của học sinh.
- Chương trình môn Giáo dục thể chất bảo đảm phù hợp với tâm – sinh lí lứa tuổi và quy luật phát triển thể chất của học sinh; phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi học sinh thông qua các phương pháp, hình thức tổ chức giáo dục; vận dụng các phương pháp kiểm tra, đánh giá phù hợp với đặc điểm của môn học, hỗ trợ việc hình thành, phát triển phẩm chất, năng lực ở học sinh.
- Chương trình môn Giáo dục thể chất có tính mở, tạo điều kiện để học sinh được lựa chọn các hoạt động phù hợp với thể lực, nguyện vọng của bản thân và khả năng tổ chức của nhà trường; đồng thời tạo điều kiện để nhà trường xây dựng kế hoạch giáo dục phù hợp với điều kiện thực tế và đặc điểm của mỗi địa phương. Môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học là môn học bắt buộc thuộc giai đoạn giáo dục cơ bản, giúp học sinh biết cách chăm sóc sức khoẻ và vệ sinh thân thể; hình thành thói quen tập luyện nâng cao sức khoẻ; thông qua các trò chơi vận động và tập luyện thể dục thể thao hình thành các kỹ năng vận động cơ bản, phát triển các tố chất thể lực, làm cơ sở để phát triển toàn diện và phát hiện năng khiếu thể thao. Học sinh được lựa chọn nội dung hoạt động thể dục thể thao phù hợp với thể lực của mình và khả năng đáp ứng của nhà trường.

Môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh. Các phẩm chất chủ yếu gồm: yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm. Các năng lực chung gồm: tự chủ và tự học; giao tiếp và hợp tác; giải quyết vấn đề và sáng tạo. Các năng lực đặc thù gồm: chăm sóc sức khoẻ, vận động cơ bản, hoạt động thể dục thể thao.



Môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học đặt ra những yêu cầu cần đạt về năng lực đặc thù của học sinh như sau:

- Năng lực chăm sóc sức khoẻ: Biết và bước đầu thực hiện được vệ sinh cá nhân, vệ sinh chung và vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao. Biết và bước đầu thực hiện được một số yêu cầu cơ bản của chế độ dinh dưỡng để bảo vệ, tăng cường sức khoẻ. Nhận ra và bước đầu có ứng xử thích hợp với một số yếu tố cơ bản của môi trường tự nhiên có lợi và có hại cho sức khoẻ.
- Năng lực vận động cơ bản: Nhận biết được các vận động cơ bản trong chương trình môn học. Thực hiện được các kĩ năng vận động cơ bản. Có ý thức thường xuyên vận động để phát triển các tố chất thể lực.
- Năng lực hoạt động thể dục thể thao: Nhận biết được vai trò của hoạt động thể dục thể thao đối với cơ thể. Thực hiện được kĩ thuật cơ bản của một số nội dung thể thao phù hợp với bản thân. Tự giác, tích cực trong tập luyện thể dục thể thao.

Nội dung chủ yếu của môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học gồm: Kiến thức chung; Vận động cơ bản (Đội hình đội ngũ; Bài tập thể dục; Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động); Thể thao tự chọn.

Thể thao tự chọn được áp dụng ngay từ lớp 1. Đây là những môn nằm trong chương trình Hội khoẻ Phù Đổng các cấp và hệ thống giải thi đấu thể thao quốc gia, quốc tế. Ở lớp 1, lớp 2 và lớp 3, nội dung thể thao tự chọn chủ yếu là trò chơi vận động gắn với một số môn thể thao phù hợp với thể lực của học sinh và khả năng tổ chức của nhà trường. Ở lớp 4 và lớp 5, học sinh được hướng dẫn luyện tập và tham gia thi đấu các môn thể thao.

Thời lượng dạy học môn Giáo dục thể chất ở mỗi lớp là 70 tiết trong cả năm học, được phân bổ cho các nội dung với tỉ lệ như sau: Đội hình đội ngũ 20% (14 tiết); Bài tập thể dục 10% (7 tiết); Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản 35% (24 tiết); Thể thao tự chọn 25% (18 tiết); Đánh giá cuối học kì, cuối năm học 10% (7 tiết); Kiến thức chung được dạy xen kẽ trong mỗi tiết học.

Môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học đặt ra những yêu cầu cần đổi mới phương pháp dạy học như sau:

- Phương pháp chủ đạo để dạy học môn Giáo dục thể chất ở Tiểu học là lấy học sinh làm trung tâm, giáo viên là người thiết kế, cố vấn, trọng tài, nêu vấn đề, gợi mở và hướng dẫn để học sinh hiểu, biết và vận dụng được vào thực tiễn, tích cực tập luyện, tự mình trải nghiệm, tự phát hiện bản thân và phát triển thể chất.
- Ngoài các phương pháp dạy học truyền thống và đặc trưng của môn học như: trực quan, sử dụng lời nói, tập luyện, sửa sai, trò chơi, thi đấu, trình diễn, phù hợp với sức khoẻ học sinh, giáo viên cần sử dụng thành tựu của công nghệ thông tin để tổ chức giờ học sinh động, hiệu quả.

– Môn Giáo dục thể chất ở Tiểu học đòi hỏi giáo viên phải biết tích hợp kiến thức của nhiều môn khác; phối hợp với các lực lượng giáo dục trong và ngoài nhà trường; đa dạng hóa các hình thức dạy học; đảm bảo cân đối giữa hoạt động nhóm và cá nhân, giữa nội khoá theo lớp và ngoại khoá theo câu lạc bộ; giúp học sinh từng bước hình thành phẩm chất và năng lực, đáp ứng yêu cầu của Chương trình giáo dục phổ thông mới.

Việc đánh giá kết quả môn Giáo dục thể chất ở Tiểu học phải dựa trên các nguyên tắc sau đây:

– Căn cứ vào mục tiêu, yêu cầu cần đạt của từng lớp và tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh do Bộ GD&ĐT ban hành.

– Kết hợp giữa đánh giá của giáo viên, tự đánh giá của học sinh và đánh giá của phụ huynh học sinh; vừa đánh giá thường xuyên (trong mỗi tiết học), vừa đánh giá định kì (cuối học kì, cuối năm học).

– Coi trọng sự tiến bộ của học sinh về năng lực, thể lực và ý thức học tập; có tác dụng thúc đẩy, hỗ trợ học sinh phát triển các phẩm chất và năng lực.

Đánh giá kết quả học tập môn Giáo dục thể chất ở Tiểu học chủ yếu là đánh giá định tính, tức là kết quả học tập được mô tả bằng lời nhận xét hoặc biểu thị bằng các mức xếp loại (hoàn thành tốt, hoàn thành, chưa hoàn thành). Giáo viên, học sinh và phụ huynh học sinh đều có thể sử dụng các hình thức này để đánh giá.

Việc kiểm tra, đánh giá, xếp loại thể lực học sinh được thực hiện hằng năm và theo quy định hiện hành của Bộ GD&ĐT.

2 GIỚI THIỆU CHUNG VỀ SÁCH GIÁO KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT 3

2.1. Quan điểm tiếp cận, biên soạn

- Bám sát Chương trình Giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học cũng như lớp 3 (ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ngày 26/12/2018) và bám sát Tiêu chuẩn sách giáo khoa mới (ban hành kèm theo Thông tư số 33/2017 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ngày 22/12/2017).
- Thể hiện được quan điểm, đường lối của Đảng và tư tưởng Hồ Chí Minh về Thể dục thể thao trong xã hội nói chung và trong trường học nói riêng, góp phần thực hiện cuộc vận động “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại” và “Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 – 2030” (ban hành theo Quyết định 641/QĐ-TTg ngày 28/4/2011 của Thủ tướng chính phủ); hướng tới mục tiêu của môn học là nâng cao thể lực, tầm vóc học sinh để phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu thể thao ngay từ lứa tuổi thiếu niên nhi đồng.
- Tư tưởng chủ đạo, xuyên suốt trong sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất thể hiện qua thông điệp **Kết nối tri thức với cuộc sống**. Với thông điệp này, các tác giả thể hiện



quan điểm đổi mới sách giáo khoa theo mô hình phát triển phẩm chất và năng lực của người học, nhưng không xem nhẹ vai trò của kiến thức. Kiến thức trong sách giáo khoa không chỉ cần hiểu, ghi nhớ, mà phải là “chất liệu” quan trọng hướng đến mục tiêu của giáo dục là giúp học sinh hình thành, phát triển các phẩm chất, năng lực mà các em cần có trong cuộc sống hiện tại và tương lai. Một trong những yếu tố cần thiết nhất để các em “biến ước mơ thành hiện thực” là cần có một cơ thể khoẻ về thể chất và tinh thần, nói cách khác “có sức khoẻ là có tất cả”.

- Theo cách tiếp cận đó, kiến thức được đưa vào sách đảm bảo: 1) phù hợp với đặc điểm tâm sinh lí và mức độ trải nghiệm của người học; 2) phản ánh những vấn đề của cuộc sống, trong đó chú ý cập nhật những thành tựu của khoa học và công nghệ, phù hợp với nền tảng văn hoá và thực tiễn Việt Nam; 3) giúp người học vận dụng để giải quyết những vấn đề của cuộc sống từ các cấp độ và phương diện khác nhau: cá nhân và xã hội; tinh thần (đạo đức, giá trị nhân văn) và vật chất (kỹ năng, nghề nghiệp).
- Các yêu cầu trên vừa liên quan đến việc lựa chọn, sắp xếp các kiến thức nói riêng và nội dung giáo dục nói chung, vừa liên quan đến phương pháp tổ chức hoạt động trên cơ sở nội dung giáo dục đã được lựa chọn. Theo đó, các nội dung giáo dục được chọn lọc theo hướng tinh giản ở mức hợp lý, được sắp xếp theo hướng tăng cường sự kết nối giữa các lớp, các cấp học trong một môn học và hoạt động giáo dục; sự tích hợp giữa các môn học và hoạt động giáo dục trong cùng một lớp, một cấp học. Các nội dung giáo dục phân hoá cho những đối tượng học sinh khác nhau cũng được chú trọng.
- Đặc biệt, hỗ trợ giáo viên đổi mới phương pháp tổ chức các hoạt động giáo dục là ưu tiên hàng đầu của cuốn sách. Các bài học trong cuốn sách đều được thiết kế gồm hệ thống các hoạt động. Thông qua các hoạt động đa dạng, có tác dụng phát huy tính tích cực và chủ động của người học, sách giúp học sinh hình thành, phát triển các phẩm chất và năng lực phù hợp với đặc điểm, ưu thế của môn học. Ngoài ra, sách cũng có những gợi ý cụ thể cho việc đánh giá kết quả học tập của học sinh phù hợp với định hướng đổi mới đánh giá của Chương trình Giáo dục phổ thông mới.
- Phải phù hợp với đặc điểm tâm sinh lí lứa tuổi và quy luật phát triển thể chất của học sinh, quy luật hình thành kĩ năng kĩ xảo vận động; phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi học sinh để hỗ trợ việc hình thành, phát triển phẩm chất, năng lực cho các em; đồng thời tạo điều kiện để giáo viên và học sinh chủ động lựa chọn, ứng dụng các phương tiện và phương pháp giáo dục thể chất phù hợp với từng trường, từng địa phương nhằm sớm đạt được mục tiêu môn học.
- Thông qua môn học, bước đầu hình thành ở học sinh khát khao có một cơ thể khoẻ mạnh, cường tráng, giống như vận động viên thể thao; giúp các em biết cách chăm sóc sức khoẻ, có kĩ năng vận động đúng đắn, hướng tới một môn thể thao ưa thích, tạo hứng khởi để học tập tốt hơn các môn học khác và thực hiện quyền vui chơi giải trí của mình.

2.2. Giới thiệu, phân tích cấu trúc sách và cấu trúc bài học

2.2.1. 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, đạo đức, triết học, lịch sử, địa lí, nghệ thuật,... nên liên quan tới nhiều môn học và hoạt động giáo dục khác như: Toán, Đạo đức, Tự nhiên và Xã hội, Âm nhạc, Mĩ thuật, Tiếng Việt, Hoạt động trải nghiệm, Tin học,... Các kỹ 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 kỹ năng học được vào hoạt động thực tiễn hằng ngày.

Mục tiêu chung của môn học là: Giúp học sinh hình thành kỹ 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*, với hai nội dung (Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện và Những yếu tố môi trường tự nhiên có hại 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 kỹ 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 dục 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 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 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 3 phải đạt được các yêu cầu sau:*

- Bước đầu biết lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi 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 và vận dụng được vào trong các hoạt động tập thể.
- 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.
- Bước đầu tự sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Hoàn thành lượng vận động theo yêu cầu, phát triển thể lực.
- Nghiêm túc, tích cực, trung thực trong tập luyện. 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 3 theo quy định của Chương trình*

* *Trong cả năm học, học sinh lớp 3 được học các nội dung sau:*

- Kiến thức chung: Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi và có hại trong tập luyện.
- Vận động cơ bản:
- + **Đội hình đội ngũ:** Biến đổi đội hình từ một hàng dọc / hàng ngang thành hai, ba hàng dọc / hàng ngang và ngược lại; Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược 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 kỹ năng vận động cơ bản: Các bài tập di chuyển vượt chướng ngại vật; Các bài tập rèn luyện kỹ năng tung, bắt bằng tay; 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.

Xuất phát từ những cơ sở trên, sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* được thiết kế theo các phần, chủ đề, bài học, cấu trúc như sau:

- Phần 1: Kiến thức chung, gồm hai nội dung (Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện và Những yếu tố môi trường tự nhiên có hại 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 (4 bài – 14 tiết); Bài tập thể dục (3 bài – 7 tiết); Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản (5 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 theo Chương trình Giáo dục phổ thông năm 2006, tạo hoàn toàn sự chủ động cho giáo viên và học sinh triển khai các nội dung học tập.

Ví dụ, sách giáo viên *Thể dục 3* theo Chương trình Giáo dục phổ thông năm 2006 có ba phần, trong đó phần 2 (Hướng dẫn giảng dạy theo bài) viết cho 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 3* 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.

2.2.2. Cấu trúc bài học

a) *Đặc điểm của cấu trúc bài học*

Cấu trúc mỗi bài học trong sách giáo khoa Giáo dục thể chất 3 gồm bốn hoạt động:

- **Mở đầu:** Khởi động và chơi các 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.



b) Một số chủ đề / bài học đặc trưng

Sau đây là một số hình ảnh về bài học trong sách giáo khoa Giáo dục thể chất 3:

PHẦN 2. VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

CHỦ ĐỀ
1

ĐỘI HÌNH ĐỘI NGŨ

BÀI 1

BIẾN ĐỔI ĐỘI HÌNH TỪ MỘT HÀNG DỌC THÀNH HAI, BA HÀNG DỌC VÀ NGƯỢC LẠI

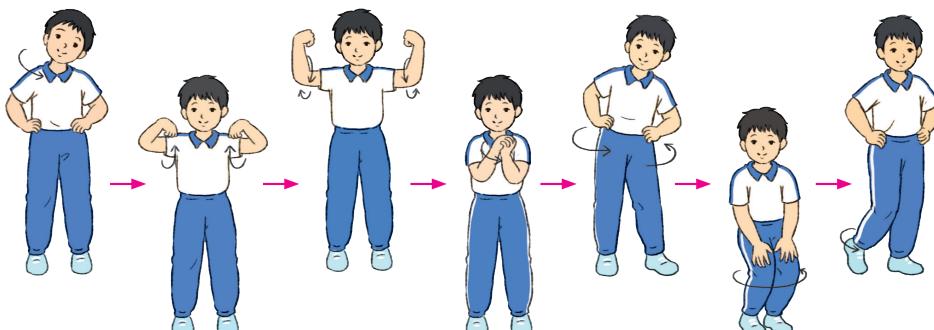


Mục tiêu, yêu cầu cần đạt

- Biết và thực hiện được cách biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại.
- Đoàn kết, nghiêm túc, tích cực trong tập luyện.

1 Khởi động

- Xoay các khớp



- Chạy nâng cao đùi tại chỗ



8

② Trò chơi bờ trợ khởi động

Trò chơi *Làm theo hiệu lệnh*

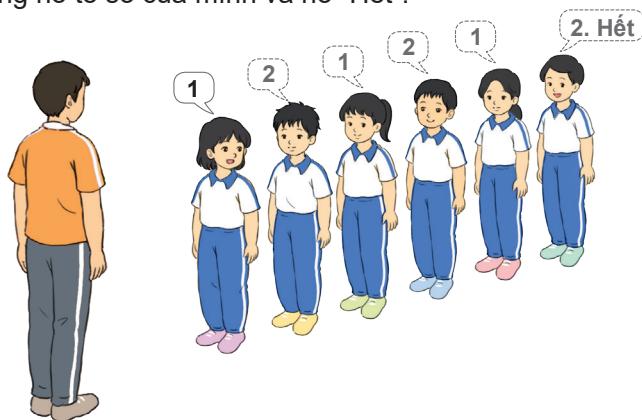


1 Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc và ngược lại

a) *Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc*

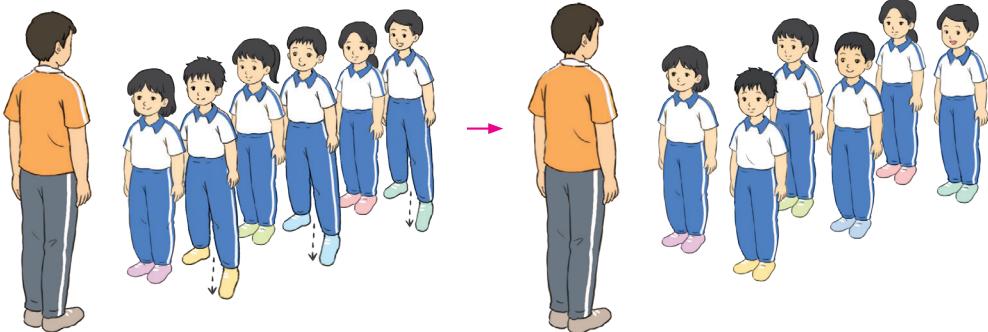
♦ Khẩu lệnh: “Theo 1, 2; 1, 2 – Điểm số!”.

♦ *Cách thực hiện:* Lần lượt từ em đầu hàng quay mặt qua trái, ra sau, hô to số của mình theo thứ tự 1, 2; 1, 2;... rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Em cuối hàng hô to số của mình và hô “Hết”.



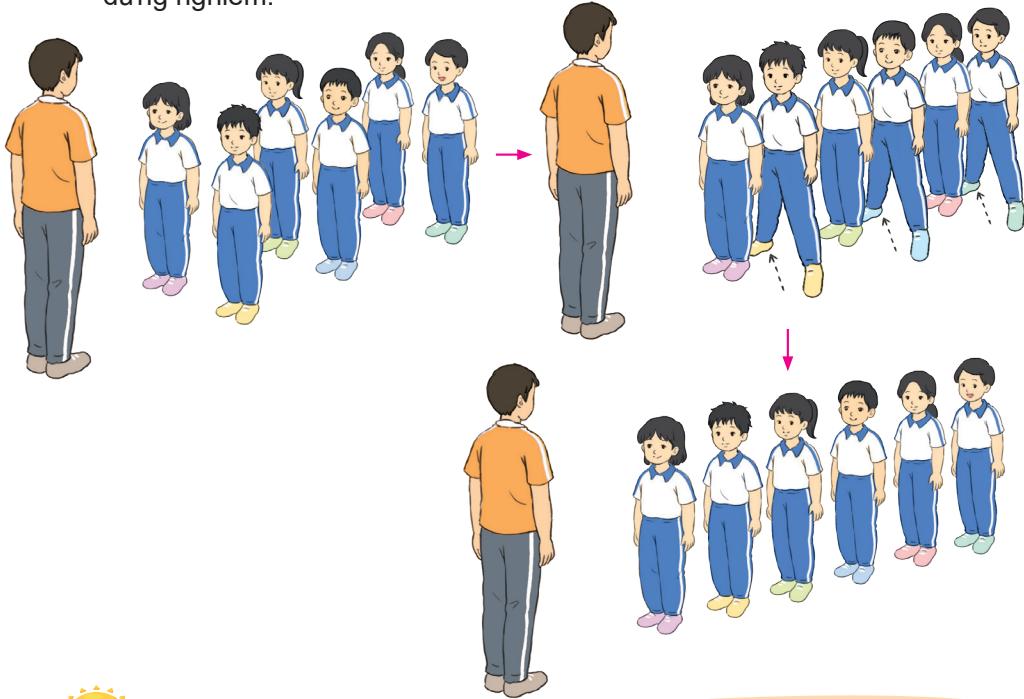
9

- ♦ **Khẩu lệnh:** “Thành hai hàng dọc – Bước!”.
- ♦ **Cách thực hiện:** Em số 1 đứng tại chỗ. Em số 2 bước chân trái lên một bước chêch sang trái về ngang em số 1, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm.



b) Biến đổi đội hình từ hai hàng dọc thành một hàng dọc

- ♦ **Khẩu lệnh:** “Về vị trí cũ – Bước!”.
- ♦ **Cách thực hiện:** Em số 1 đứng tại chỗ. Em số 2 bước chân phải lùi một bước chêch sang phải về vị trí cũ, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm.



10

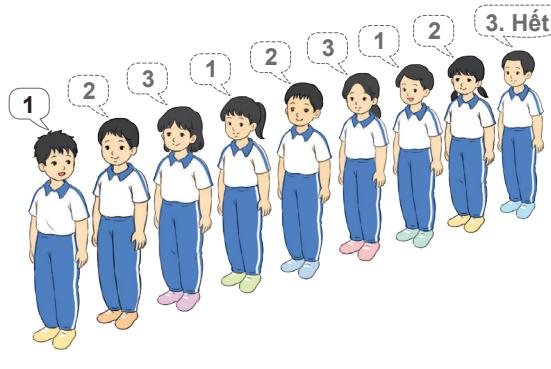
2 Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc và ngược lại

a) Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành ba hàng dọc

- Khẩu lệnh: "Theo 1, 2, 3; 1, 2, 3 – Điểm số!".

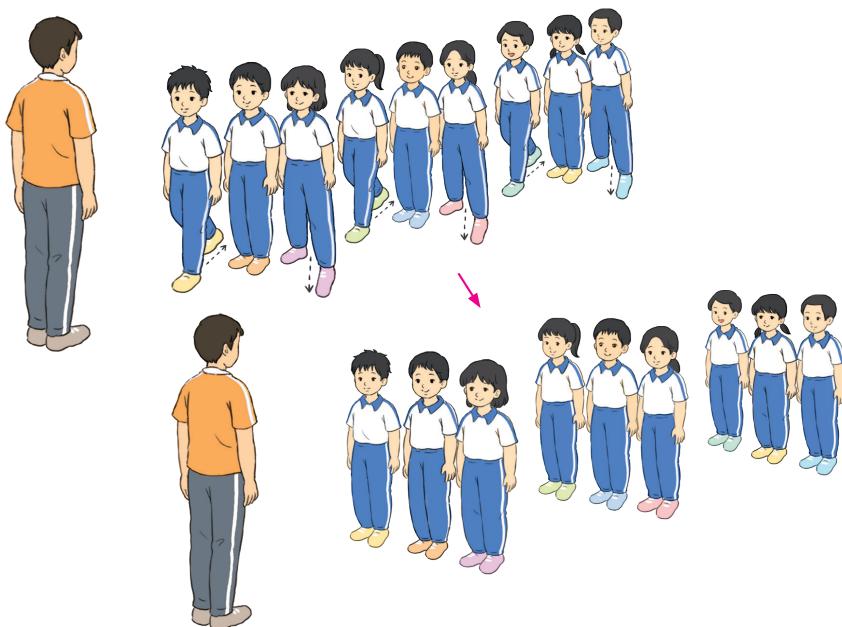
Cách thực hiện:

Lần lượt từ em đầu hàng quay mặt qua trái, ra sau, hô to số của mình theo thứ tự 1, 2, 3; 1, 2, 3;... rồi quay mặt về tư thế ban đầu. Em cuối hàng hô to số của mình và hô "Hết".



- Khẩu lệnh: "Thành ba hàng dọc – Bước!".

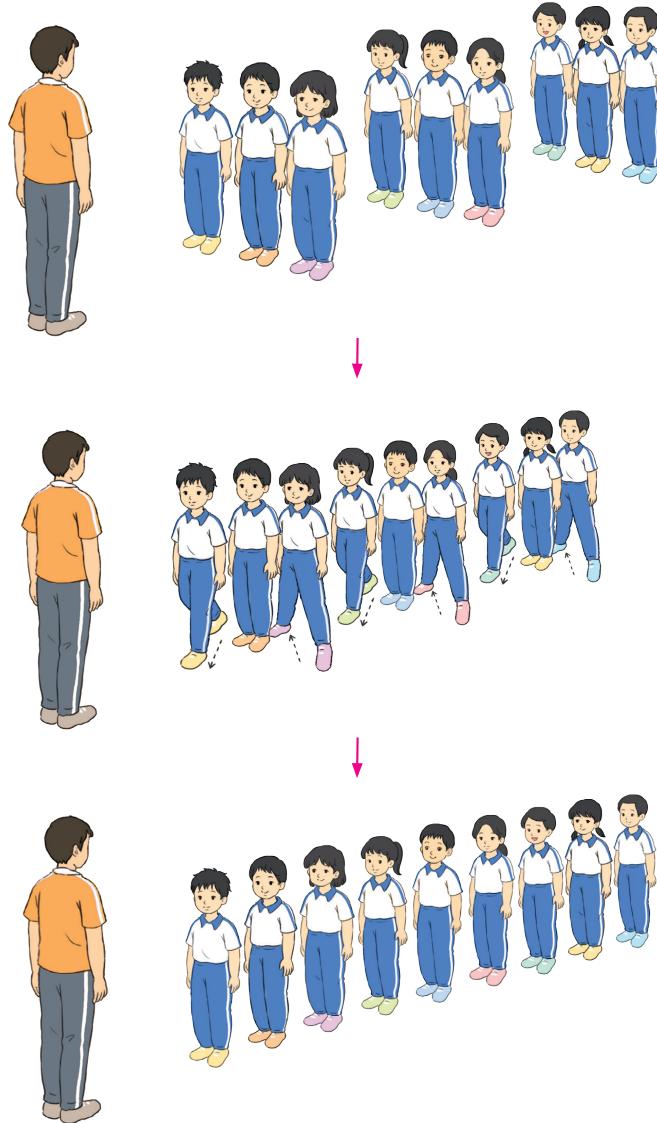
- Cách thực hiện: Em số 2 đứng tại chỗ. Em số 1 bước chân phải lùi một bước chéch sang phải về ngang em số 2, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm. Em số 3 bước chân trái lên một bước chéch sang trái về ngang em số 2, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm.



11

b) Biến đổi đội hình từ ba hàng dọc thành một hàng dọc

- ♦ **Khẩu lệnh:** “Về vị trí cũ – Bước!”.
- ♦ **Cách thực hiện:** Em số 2 đứng tại chỗ. Em số 1 bước chân trái lên một bước chêch sang trái về vị trí cũ, sau đó thu chân phải lên thành tư thế đứng nghiêm. Em số 3 bước chân phải lùi một bước chêch sang phải về vị trí cũ, sau đó thu chân trái xuống thành tư thế đứng nghiêm.



12

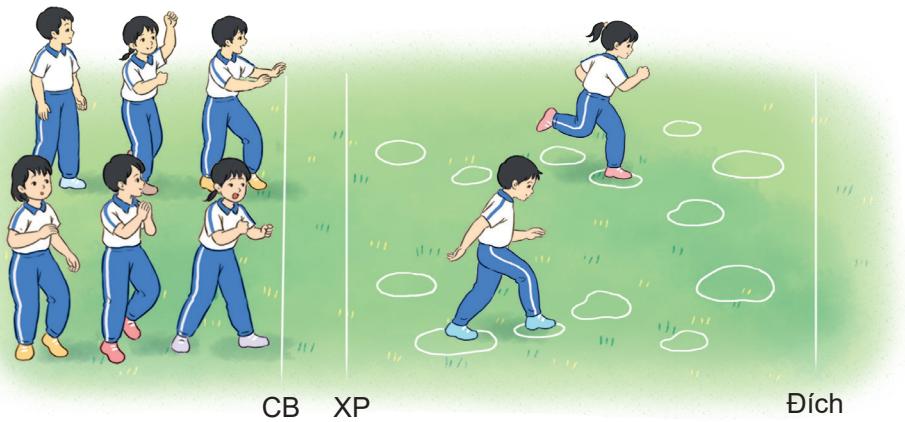


1 Luyện tập



2 Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ

Trò chơi *Đi qua suối*



13



1 Hình nào dưới đây thể hiện cách biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hàng dọc?

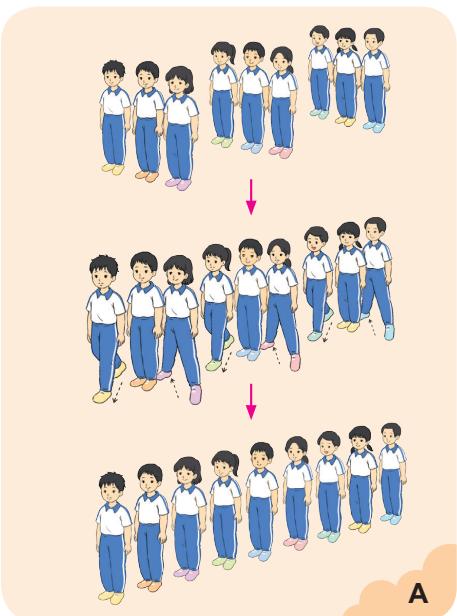


A

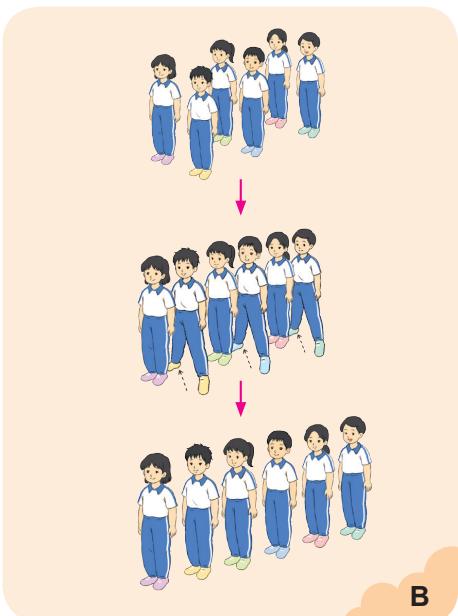


B

2 Mỗi hình dưới đây thể hiện cách biến đổi đội hình gì?



A



B

3 Em cùng các bạn tổ chức chơi trò chơi trong đó sử dụng cách biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai hoặc ba hàng dọc.

14

2.3. Những điểm mới của sách giáo khoa Giáo dục thể chất 3

Sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* tiếp nối sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 1*, *Giáo dục thể chất 2* với nhiều điểm mới như sau:

- Sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* tuân theo mô hình phát triển phẩm chất, năng lực người học và mục tiêu chung của phong trào thể thao Olympic là *nhanh hơn, cao hơn, mạnh hơn*.
- Các nội dung của cuốn sách được lồng ghép rất nhiều hoạt động, trò chơi dân gian, trò chơi vận động, giúp học sinh cùng giáo viên có thể trải nghiệm và tổ chức lớp học một cách đa dạng.

Ví dụ trò chơi *Chọi gà* (trang 15), *Nhảy ô* (trang 19):

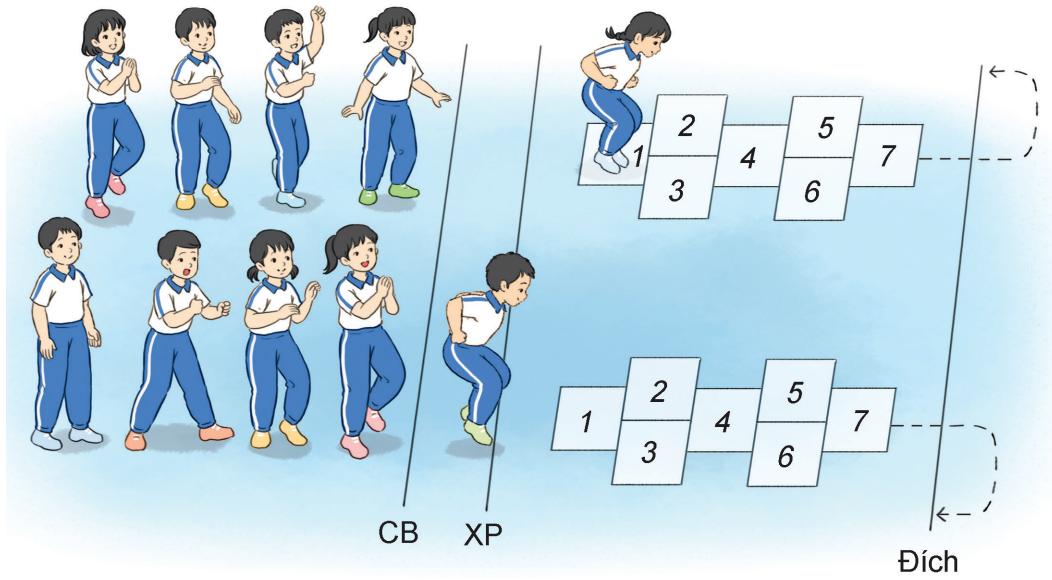
② Trò chơi bồi trợ khởi động

Trò chơi *Chọi gà*



② Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ

Trò chơi *Nhảy ô*

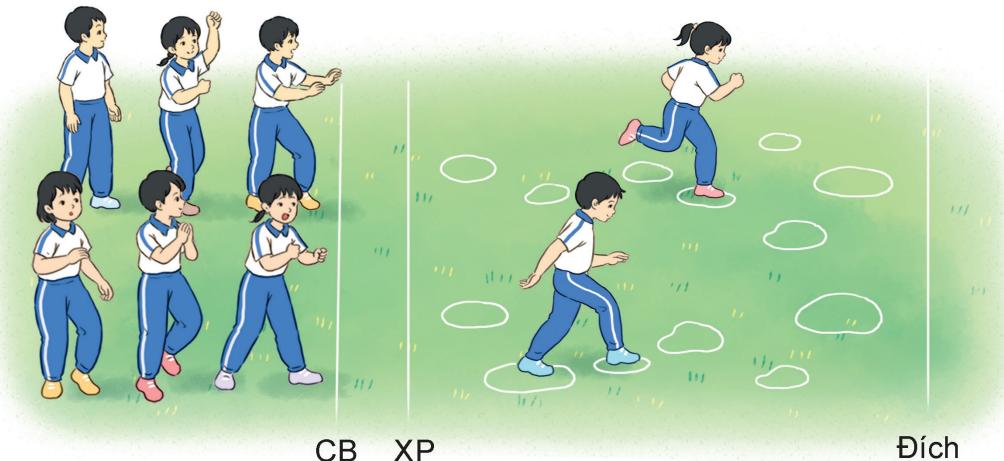


- Nhiều nội dung toán (số, đếm), tiếng Việt (ngôn ngữ, diễn đạt), mĩ thuật (vẽ, trình bày), âm nhạc, tự nhiên – xã hội, bảo vệ môi trường được lồng ghép không chỉ giúp học sinh cảm thấy sự gần gũi của các hoạt động thể dục thể thao quanh ta mà còn tăng thêm hiểu biết, vốn sống cho các em.

Ví dụ trò chơi *Đi qua suối* (trang 13), *Trời nắng, trời mưa* (trang 52):

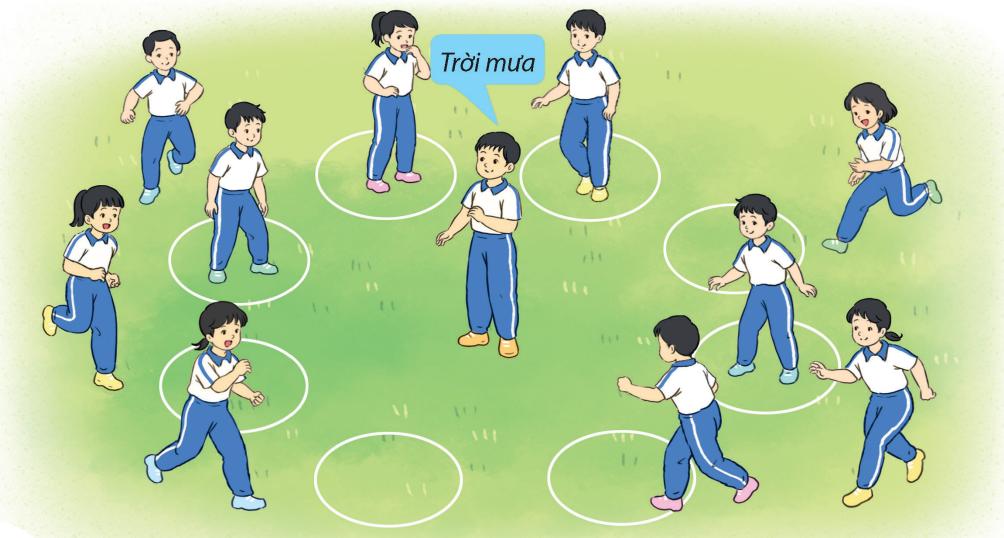
2 Trò chơi rèn luyện đội hình đội ngũ

Trò chơi *Đi qua suối*



2 Trò chơi bổ trợ khởi động

Trò chơi *Trời nắng, trời mưa*



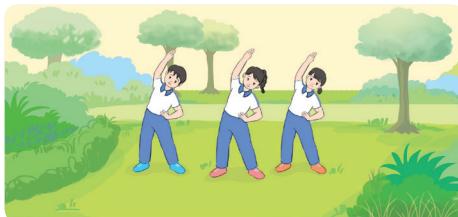
- Nội dung Kiến thức chung về Giáo dục thể chất gồm *Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi và có hại trong tập luyện*, được thiết kế để dạy lồng ghép trong mỗi buổi tập (Phân mở đầu hoặc Phần kết thúc) với những chỉ dẫn cụ thể, gắn với thực tế cuộc sống.

Ví dụ thể hiện những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện (trang 4, 5), những yếu tố môi trường tự nhiên có hại trong tập luyện (trang 6, 7):

PHẦN 1. KIẾN THỨC CHUNG

I. NHỮNG YẾU TỐ MÔI TRƯỜNG TỰ NHIÊN CÓ LỢI TRONG TẬP LUYỆN

- ❶ Tập luyện ở nơi có không khí trong lành, nhiệt độ không khí phù hợp (không quá nóng, quá lạnh), mát, thoáng gió giúp các em có cơ thể khoẻ mạnh, thích nghi với môi trường sống, tránh được các bệnh cảm cúm, viêm đường hô hấp,...



- ❷ Tập luyện ở nơi có ánh sáng đầy đủ, thích hợp giúp các em có đôi mắt khỏe; tăng sự chú ý, trí nhớ, khả năng miễn dịch....



4

- ❸ Tập luyện ở nơi có nguồn nước sạch và an toàn (nguồn nước đã qua xử lí, không chứa các tác nhân gây bệnh,...) giúp các em phòng tránh được các bệnh về mắt, da, cơ quan tiêu hoá....



- ❹ Tập luyện ở nơi có đất sạch, bằng phẳng, thực vật xanh tốt giúp các em phát triển cơ thể toàn diện.



5

II. NHỮNG YẾU TỐ MÔI TRƯỜNG TỰ NHIÊN CÓ HẠI TRONG TẬP LUYỆN

- ❶ Tập luyện ở nơi có không khí bị ô nhiễm (khí thải và bụi độc hại trong không khí), nhiệt độ quá cao (quá nóng) hoặc thấp (quá lạnh),kin gió (gió không lưu thông) hoặc gió lùa (gió thổi mạnh)... sẽ gây ra các bệnh về đường hô hấp như viêm mũi, hen suyễn, viêm phổi....



- ❷ Tập luyện ở nơi nắng gắt, quá tối, âm thấp sẽ gây ra các bệnh về mắt, da....



- ❸ Tập luyện ở nơi có nguồn nước bị ô nhiễm (nước không qua xử lí, nguồn nước chảy qua nơi có rác thải,...) sẽ gây ra các bệnh ngoài da, tiêu chảy, giun sán, đau mắt....



- ❹ Tập luyện ở nơi có địa hình không bằng phẳng, bị ô nhiễm (ô nhiễm do chất động vật chết, rác thải, chất thải của thuốc bảo vệ thực vật, thuốc diệt cỏ,...) sẽ gây ra các chấn thương, bệnh ngoài da, bệnh về đường hô hấp....



Tập luyện trong môi trường tự nhiên có lợi sẽ tăng cường sức khỏe.

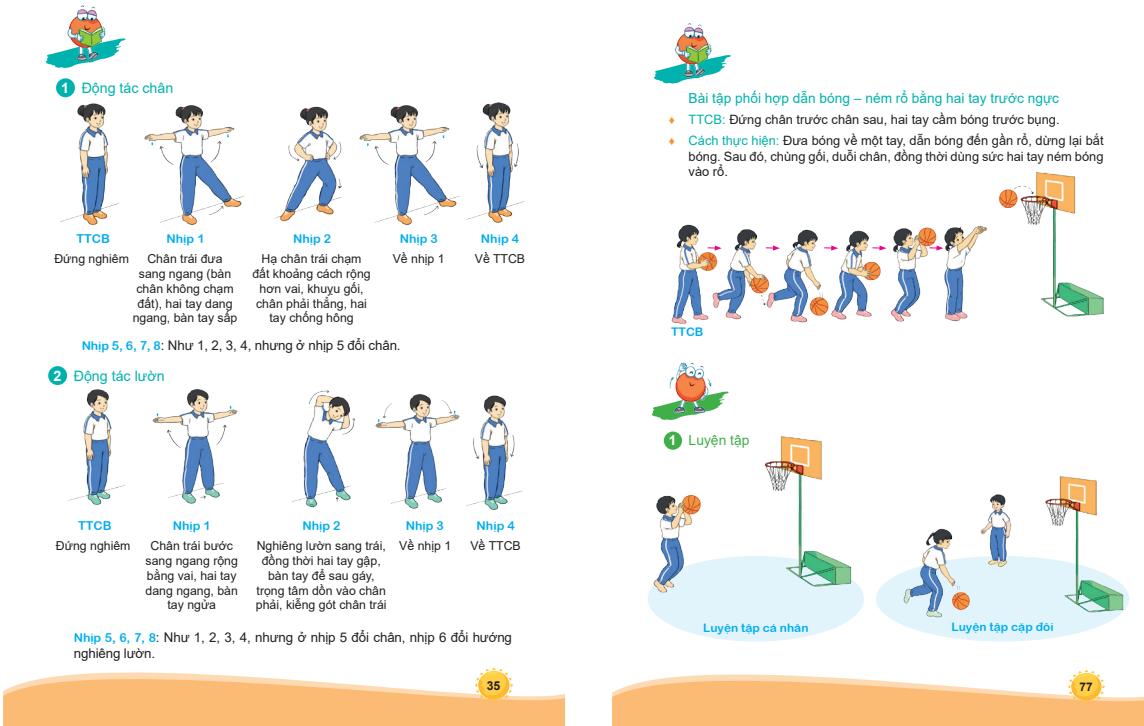


6

7

- Do đặc thù của sách dành cho học sinh lớp 3, công tác minh họa đặc biệt được chú trọng đảm bảo tính xuyên suốt, lôgic và thẩm mĩ phù hợp với thị hiếu hiện nay và sở thích của các em trong toàn bộ cuốn sách. Từng chi tiết nhỏ như kĩ thuật động tác, tư thế thân người, góc nhìn, phù hợp lứa tuổi, hình đẹp, bối cảnh gần gũi với thực tế,... đều được cân nhắc rất kĩ lưỡng sao cho dễ hiểu và gây sự thích thú.

Ví dụ các động tác ở trang 35, 77:



- Sách giáo khoa *Giáo dục thể chất* 3 luôn hướng tới mục tiêu của môn học (nâng cao thể lực, tầm vóc và phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu thể thao của học sinh), tuân thủ các yêu cầu cần đạt và nội dung của môn học, đồng thời luôn bám sát các định hướng về phương pháp giáo dục, cách thức kiểm tra, đánh giá được quy định trong Chương trình. Mỗi nội dung kiến thức cũng như các bài tập thực hành và các trò chơi vận động đều được thiết kế theo định hướng phát triển năng lực, mang tính trực quan, gắn với thực tiễn, đảm bảo phục vụ cho tất cả các đối tượng học sinh sử dụng.
- Ngoài ra cũng cần nhắc đến sự đổi mới của Chương trình và sách giáo khoa môn Giáo dục thể chất lớp 3 là tiếp nối lớp 1, 2, phần Thể thao tự chọn bao gồm những trò chơi để bổ trợ nội dung cần học và phát triển thể lực, trong đó giới thiệu môn Bóng rổ và môn Bơi nhằm phát triển năng lực hoạt động thể thao của học sinh.

2.4. Khung kế hoạch dạy học

Chương trình môn Giáo dục thể chất lớp 3 quy định giảng dạy trong 70 tiết. Sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3 – Kết nối tri thức với cuộc sống* xây dựng khung kế hoạch dạy học như sau:

Phần	Nội dung	Số tiết
1	KIẾN THỨC CHUNG I. Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện II. Những yếu tố môi trường tự nhiên có hại trong tập luyện (Phần này không dạy thành tiết riêng mà được dạy lồng ghép trong các tiết của năm học)	
2	VẬN ĐỘNG CƠ BẢN	
	Chủ đề 1: Đội hình đội ngũ	
	Bài 1. Biến đổi đội hình từ một hàng dọc thành hai, ba hàng dọc và ngược lại	4
	Bài 2. Biến đổi đội hình từ một hàng ngang thành hai, ba hàng ngang và ngược lại	4
	Bài 3. Biến đổi đội hình từ một vòng tròn thành hai vòng tròn và ngược lại	2
	Bài 4. Đi đều, đứng lại	4
	Chủ đề 2: Bài tập thể dục	
	Bài 1. Động tác vươn thở, động tác tay	2
	Bài 2. Động tác chân, động tác lườn, động tác bụng	2
	Bài 3. Động tác phối hợp, động tác nhảy, động tác điêu hoà	3
	Chủ đề 3. Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản	
	Bài 1. Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường thẳng	4
	Bài 2. Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên đường gấp khúc	6
	Bài 3. Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình	6
	Bài 4. Bài tập tại chỗ tung – bắt bóng bằng hai tay	4
	Bài 5. Bài tập di chuyển tung – bắt bóng bằng hai tay	4



3	THỂ THAO TỰ CHỌN	
	Chủ đề 1: Môn Bóng rổ	
	Bài 1. Bài tập bổ trợ với bóng	4
	Bài 2. Động tác dẫn bóng theo hướng thẳng, dẫn bóng đổi hướng	4
	Bài 3. Động tác chuyển bóng bằng hai tay trước ngực	5
	Bài 4. Bài tập phối hợp dẫn bóng – ném rổ bằng hai tay trước ngực	5
	Chủ đề 2: Môn Bơi	
	Bài 1. Đập đáy bể (hồ) bơi nhô đầu kết hợp thở trong nước	4
	Bài 2. Khuỷu tay trong nước	4
	Bài 3. Đập chân trong nước	5
	Bài 4. Đập chân, khuỷu tay di chuyển trong nước	5
	Kiểm tra, đánh giá	7

3 PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC / TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG

3.1. Định hướng, yêu cầu cơ bản chung về đổi mới phương pháp dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3

Trên cơ sở định hướng chung của Chương trình giáo dục phổ thông mới, căn cứ vào đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi học sinh lớp 3, căn cứ vào quy luật hình thành kỹ năng, kỹ xảo vận động và phát triển các tố chất thể lực, căn cứ vào nội dung, yêu cầu và cấu trúc giờ học môn học theo quy định; môn Giáo dục thể chất lớp 3 xác định phương pháp dạy học bộ môn trong mỗi tiết học dựa theo ba phần của buổi tập như sau:

- Phần 1: Mở đầu

- + Sử dụng phương pháp dùng lời nói và phương pháp trực quan kết hợp với cách đặt câu hỏi, nêu tình huống có vấn đề để dạy học những nội dung trong mục Kiến thức chung, cũng như để giới thiệu nội dung, yêu cầu của tiết học.
- + Sử dụng phương pháp đồng loạt để học sinh thực hiện một số bài tập có cường độ vận động nhẹ như đi bộ, chạy chậm, xoay các khớp, tay không; chơi trò chơi vận động để khởi động chung và khởi động chuyên môn.
- + Sử dụng đội hình hàng ngang, hàng dọc, vòng tròn,... phù hợp, sử dụng các phương tiện trực quan có ứng dụng công nghệ thông tin để tập trung sự chú ý của học sinh, tạo sự hấp dẫn, hào hứng chuẩn bị thực hiện các nhiệm vụ học tập.

- Phần 2: Cơ bản

- + Sử dụng phương pháp dùng lời nói, đồ dùng trực quan, hình ảnh và động tác làm mẫu để giới thiệu động tác mới, giảng giải kĩ thuật, nêu cách thực hiện, phương hướng chuyển động, biên độ động tác, mức độ dùng lực,... sau đó cho học sinh tập thử, tiếp xúc với dụng cụ để tạo cảm giác ban đầu về động tác.

- + Sử dụng các phương pháp tập luyện có định mức, phương pháp lặp lại hoặc thay đổi lượng vận động để học sinh thực hiện bài tập hoặc trò chơi. Sử dụng kiến thức và kỹ năng mới để giải quyết nhiệm vụ vận động theo yêu cầu và hướng dẫn của giáo viên. Hình thức tập luyện thường được tiến hành theo cá nhân, tổ, nhóm hoặc cả lớp.
- + Thường xuyên sử dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu trong buổi tập để giải quyết các nhiệm vụ phát triển thể lực. Có thể cho học sinh chơi một trò chơi cụ thể nào đó hoặc cho học sinh thực hiện một bài tập nào đó dưới dạng trò chơi, chơi theo tổ, nhóm để tăng tính hấp dẫn của tiết học. Cần lựa chọn và tổ chức chơi các trò chơi vận động theo chủ đề nhằm củng cố, rèn luyện và hỗ trợ cho nội dung của tiết học.
- + Căn cứ vào đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi để sắp xếp nội dung tập luyện cho phù hợp. Nội dung tập luyện mới, phức tạp dần. Các vận động rèn luyện sức nhanh, sự khéo léo nên xếp ở phần đầu bài tập. Nội dung bài tập có yếu tố phát triển sức mạnh, sức bền nên xếp ở cuối giai đoạn của phần cơ bản.
- + Sắp xếp khối lượng vận động theo thứ tự hợp lí từ nhỏ đến lớn, các bộ phận cơ thể đều được thay nhau hoạt động. Có nhiều hình thức tập luyện và luôn thay đổi để duy trì không khí hào hứng trong tập luyện của học sinh. Thời gian tập luyện và nghỉ ngơi cần xen kẽ nhau cho hợp lí.

- Phần 3: Kết thúc

- + Giáo viên có thể tiến hành phần hồi tĩnh và kết thúc tiết học dưới nhiều hình thức: cho học sinh đi vòng tròn, vừa đi vừa hát; cho học sinh đi lại tự do trên bãi tập hoặc trong lớp, vừa đi vừa vươn vai, hít thở sâu và đều theo nhịp chân; có thể cho học sinh đi và chạy nhẹ nhàng một vài vòng sân hoặc chơi trò chơi thư giãn, hồi tĩnh, thả lỏng cơ bắp. Phương pháp và hình thức tập luyện ở phần này phải thoải mái, vui vẻ, lượng vận động nhẹ (giảm dần lượng vận động so với phần cơ bản).
- + Giáo viên dùng lời nói hoặc cùng học sinh tóm tắt lại, tập nhắc lại để tổng kết, nhận xét, nhắc nhở sau tiết học. Nội dung này phải ngắn gọn, súc tích, nổi bật được kết quả buổi tập, nhận xét, góp ý phải chính xác, cụ thể, mang tính biểu dương, động viên học sinh.
- + Giáo viên cần cập nhật thông tin xã hội tại thời điểm dạy học, đồng thời gợi ý để học sinh vận dụng kiến thức của môn Giáo dục thể chất và các môn học khác nhằm khuyến khích các em tích cực vận động, rèn luyện thân thể hằng ngày, tham gia các hoạt động trải nghiệm để có ý thức và nhận ra một số yếu tố chủ yếu của môi trường sống có lợi và có hại cho sức khoẻ, phòng tránh đuối nước,...

3.2. Hướng dẫn và gợi ý phương pháp, hình thức tổ chức dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3

Để tiếp tục hình thành, phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ cho học sinh lớp 3, giáo viên cần tạo cơ hội cho học sinh được trình bày những hiểu biết, khai thác được



kinh nghiệm sẵn có của các em để bước đầu các em biết lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện, dần hình thành ý thức và kiến thức về chăm sóc sức khoẻ; đồng thời tăng cường giao nhiệm vụ, phối hợp với cha mẹ học sinh giúp đỡ học sinh thực hiện nền nếp giữ gìn vệ sinh, chăm sóc sức khoẻ bản thân.

Để tiếp tục hình thành kĩ năng vận động cơ bản, khả năng vận dụng vào thực tế trong cuộc sống, giáo viên cần tổ chức cho học sinh các hoạt động vận động cơ bản bằng các bài tập và trò chơi vận động,... giúp cho học sinh có các kĩ năng biến đổi đội hình, đi đều, tập bài tập thể dục, di chuyển vượt chướng ngại vật, tung – bắt bóng bằng hai tay, giải quyết được các tình huống khi tập luyện theo nhóm và các trò chơi vận động.... Hình thành và phát triển được các tố chất thể lực cơ bản cho học sinh như: nhanh, mạnh, bền, khéo léo, mềm dẻo,... cũng như khả năng thích ứng của cơ thể và trí nhớ vận động.

Để học sinh tập luyện một trong các nội dung thể thao phù hợp, giáo viên cần vận dụng nguyên tắc giáo dục cá biệt, quan tâm phát hiện và hướng dẫn học sinh tập luyện các môn thể dục thể thao phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, sở thích, sở trường, điều kiện của nhà trường; tạo cơ hội cho học sinh được quan sát và tham gia các trò chơi, các hoạt động cổ vũ và thi đấu thể thao, từ đó khơi dậy niềm đam mê hoạt động thể dục thể thao, khả năng hoạt động thể dục thể thao, phát triển khả năng trình diễn và thi đấu.

a) *Phương pháp sửa chữa những sai sót học sinh thường mắc trong tập luyện*

- *Những sai sót về kĩ thuật động tác*

- + Biểu hiện: Tư thế chuẩn bị không đúng làm hạn chế hiệu quả của động tác tiếp theo. Thực hiện sai trình tự động tác và phương hướng chuyển động các bộ phận của cơ thể. Thiếu đồng bộ giữa các cử động với tư thế thân người.
- + Cách khắc phục: Do học sinh hiểu chưa đúng về yêu cầu của bài tập; biểu tượng về động tác thiếu chính xác, giáo viên cần hướng dẫn lại tỉ mỉ từng cử động.
- *Những sai sót do hạn chế về năng lực phối hợp vận động*
- + Biểu hiện: Mức độ dùng lực của bài tập chưa hợp lý, không thực hiện bài tập một cách liên hoàn do bị giật cục. Nhầm lẫn về phương hướng chuyển động, bị mất thăng bằng khi di chuyển, chuyển hướng, chuyển trọng tâm cơ thể từ chân này sang chân kia (hoặc chân trước ra chân sau và ngược lại).
- + Cách khắc phục: Cho học sinh tập luyện các bài tập bổ trợ, tập luyện có sự trợ giúp của giáo viên hoặc vật làm chuẩn.
- *Những sai sót do hạn chế về trình độ thể lực*
- + Biểu hiện: Thực hiện bài tập thiếu lực dù đã có nhiều cố gắng. Ví dụ: Bật nhảy không đủ độ xa và độ cao theo yêu cầu.
- + Cách khắc phục: Cần đặc biệt chú ý để điều chỉnh lượng vận động cho học sinh, sử dụng các bài tập bổ trợ để phát triển thể lực chung và sức mạnh.

- *Những sai sót do bệnh lí và dị tật*
- + Biểu hiện: Học sinh không thể thực hiện đúng yêu cầu của bài tập do các bệnh về cơ, xương, khớp và dị tật bẩm sinh; do không đủ sức khoẻ;...
- + *Cách khắc phục:* Đối với những học sinh có tình trạng bệnh lí, giáo viên nên điều chỉnh nội dung, lượng vận động và có các bài tập cho phù hợp. Giáo viên thông báo cho gia đình để có biện pháp phòng tránh hoặc cải thiện ở mức tối đa.

b) Phương pháp dạy học nhiều nội dung phối hợp trong một tiết học

Giáo viên căn cứ vào nội dung học trong từng chủ đề và gợi ý kế hoạch dạy học để soạn bài giảng (giáo án) dạy cho học sinh theo thời lượng đã được quy định trong chương trình chung và trong sách giáo viên *Giáo dục thể chất 3*. Có nhiều cách thiết kế kế hoạch dạy học khác nhau.

- Cách dạy theo nội dung từng chủ đề

Trong mỗi chủ đề đều có hai nội dung, đó là nội dung Giáo dục thể chất và trò chơi rèn luyện kĩ năng, tố chất thể lực. Nếu dạy nội dung từng chủ đề riêng biệt thì trong mỗi tiết, tuỳ theo điều kiện tiếp thu của học sinh, giáo viên phân chia nội dung học và trò chơi vận động theo gợi ý kế hoạch dạy học ở từng chủ đề. Theo cách này sẽ dễ hơn cho giáo viên, trong tiết học chỉ cần tổ chức hướng dẫn dạy sao cho học sinh nắm được một nội dung học và trò chơi vận động để rèn luyện thể lực, kĩ năng vận động.

- Cách dạy phối hợp nội dung ở nhiều chủ đề

Ưu điểm của cách phối hợp này là nội dung học luôn phong phú, học sinh không bị nhảm chán trong quá trình tập luyện vì luôn có nội dung mới. Nhất là khi học về *Đội hình đội ngũ*.

Tuy nhiên, dạy theo cách này sẽ khó hơn, vì giáo viên phải tổ chức lớp và quản lí học sinh tốt hơn do phải luôn thay đổi nội dung, phương pháp tổ chức lớp cũng như đội hình tập luyện.

Giáo viên chỉ nên kết hợp nội dung *Đội hình đội ngũ* với *Bài tập thể dục*; hoặc kết hợp nội dung *Đội hình đội ngũ* với *Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản*; hoặc kết hợp nội dung *Tư thế và kĩ năng vận động cơ bản* với *Bài tập thể dục*.

Còn nội dung *Thể thao tự chọn* không nên kết hợp với nội dung ở các chủ đề khác, vì nội dung học này khó hơn và cần rèn kĩ năng nhiều hơn.

3.3. Hướng dẫn quy trình dạy học các hoạt động điển hình

Như phần Hướng dẫn chung đã trình bày ở trên, các dạng bài học đặc trưng được thiết kế trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* là dạng bài học mới, gồm:

- Bài học trong chủ đề *Đội hình đội ngũ*;



- Bài học trong chủ đề Bài tập thể dục;
- Bài học trong chủ đề Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản;
- Bài học trong chủ đề môn Bóng rổ;
- Bài học trong chủ đề môn Bơi.

Trong mỗi bài học, giáo viên lưu ý có ba nội dung cho học sinh học tập và rèn luyện, đó là: Kiến thức và động tác mới; Trò chơi vận động; Bài tập thể lực. Các nội dung hoạt động trong mỗi bài học, tiết học đều nhằm góp phần phát triển các phẩm chất chủ yếu của con người Việt Nam (yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm), góp phần hình thành các năng lực chung (tự chủ và tự học; hợp tác và giao tiếp; giải quyết vấn đề và sáng tạo), trực tiếp hình thành ba nhóm năng lực đặc thù của môn học (chăm sóc sức khoẻ, vận động cơ bản và hoạt động thể dục thể thao), đồng thời đã định hướng cho giáo viên về phương pháp dạy học, phương pháp kiểm tra, đánh giá sau mỗi tiết học, bài học và sau mỗi học kì.

Vì vậy ở đây chỉ xin nhấn mạnh thêm một số gợi ý, hướng dẫn tổ chức dạy học để phát triển năng lực và gợi ý, hướng dẫn dạy học theo bốn hoạt động trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3*.

3.3.1. Gợi ý, hướng dẫn tổ chức dạy học để phát triển năng lực

a) Phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ

- Chăm sóc sức khoẻ là năng lực vô cùng cần thiết trong cuộc sống và cần được hình thành và phát triển trong suốt cuộc đời một con người. Tuy Chương trình Giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất năm 2018 chỉ quy định nội dung để hình thành năng lực này cho học sinh lớp 3 (Những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi và có hại trong 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 về chăm sóc sức khoẻ, học sinh cần biết cách lựa chọn môi trường có lợi cho sức khoẻ trong tập luyện, 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 về chăm sóc sức khoẻ 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 chăm sóc sức khoẻ.

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 kĩ 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 kĩ 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.

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 đồng 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 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 cho học sinh lớp 3, giáo viên cần quan tâm phát hiện và hướng dẫn học sinh lựa chọn, tập luyện các nội dung của môn thể thao yêu thích; tạo cơ hội cho học sinh được quan sát, 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) và chú ý phát triển thể lực cho các em; đồng thời cần tăng cường truyền thông, quảng bá giới thiệu về những tấm gương 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 chung, 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 chủ động vận dụng kiến thức một cách linh hoạt 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.

- Tăng cường 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.

3.3.2. Gợi ý, hướng dẫn dạy học các hoạt động trong sách giáo khoa

Mỗi bài học trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* đều được thiết kế theo bốn hoạt động nhằm phát triển phẩm chất và năng lực người học, với những gợi ý định hướng cho mỗi hoạt động như sau:

a) *Hoạt động mở đầu bài học / tiết học*

Hoạt động này có hai hình thức hoạt động của giáo viên và học sinh: Khởi động cho bài học / tiết học; Chơi trò chơi vận động bổ trợ cho hoạt động Khởi động của bài học / tiết học.

Mục đích của hoạt động này là tạo tâm thế (sự sẵn sàng về tâm lí và thể lực) cho học sinh thực hiện các nhiệm vụ của bài học / tiết học một cách tốt nhất.

Để đạt được mục đích này, giáo viên cần sử dụng phương pháp trực quan, động não và thực hành, nêu các câu hỏi gợi mở, kết hợp xem tranh ảnh, băng hình có hình ảnh về những động tác sẽ học trong bài; chọn các động tác, các trò chơi vận động đơn giản, dễ thực hiện, có tác động đến toàn thân để “khởi động”.

Giáo viên cần lựa chọn lồng ghép những nội dung liên quan đến sức khoẻ và cách bảo vệ, chăm sóc sức khoẻ cũng như những nội dung liên quan đến sự phát triển cơ thể toàn diện; vai trò của sức khoẻ đối với sự phát triển thành tích học tập; thành tích, kỉ lục thể thao, những tấm gương vận động viên, huấn luyện viên tiêu biểu để giới thiệu cho học sinh nhằm khuyến khích các em hào hứng tập luyện.

b) *Hoạt động dạy kiến thức mới trong bài học / tiết học*

Hoạt động này giới thiệu những kiến thức / động tác mới sẽ học trong mỗi bài.

Mục đích của phần này là giúp học sinh hiểu nhiệm vụ học tập và rèn luyện trong mỗi bài học, tạo cảm giác ban đầu về động tác và cách thức thực hiện động tác.

Để đạt được mục đích này, giáo viên sử dụng các phương pháp như: giảng giải, làm mẫu, tập thử để khám phá động tác, tạo cảm giác ban đầu về từng kỹ năng vận động.

c) *Hoạt động luyện tập trong bài học / tiết học*

Hoạt động này có ba hoạt động nhỏ là: Tập luyện các nội dung bài học; Chơi các trò chơi vận động; Tập các bài tập để phát triển các tố chất thể lực.

Mục đích của hoạt động này là giúp học sinh giải quyết các nhiệm vụ chính của bài học / tiết học, thực hiện đầy đủ lượng vận động của bài học / tiết học để phát triển phẩm chất và năng lực.

Để đạt được mục đích này, giáo viên cần sử dụng các phương pháp tập luyện và phương pháp trò chơi, thi đấu thông qua các hình thức tập luyện chính như: luyện tập cá nhân, luyện tập cặp đôi, luyện tập nhóm; luyện tập đồng loạt,... để tăng lượng vận động của buổi tập.

d) **Hoạt động vận dụng trong bài học / tiết học**

Hoạt động này có các bài tập để học sinh ôn luyện, đồng thời hướng dẫn học sinh cách nhận biết và vận dụng được kiến thức đó trong thực tiễn cuộc sống một cách linh hoạt.

Mục đích của phần này là giúp học sinh khắc sâu và mở rộng kiến thức, kỹ năng đã học vào thực tiễn.

Để đạt được mục đích này, giáo viên cần sử dụng các phương pháp như: nhận xét, đánh giá về bài học / tiết học, hướng dẫn tự tập luyện ở nhà, gợi ý cách tập luyện ngoại khoá,... để hình thành thói quen tập luyện và chăm sóc sức khoẻ cho bản thân.

4 HƯỚNG DẪN KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

4.1. Mục đích đánh giá

Mục đích đánh giá là cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, xác định được thành tích học tập, rèn luyện theo mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của Chương trình Giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất lớp 3 và sự tiến bộ của học sinh để hướng dẫn hoạt động học tập, điều chỉnh các hoạt động dạy học nhằm nâng cao chất lượng giáo dục. Đánh giá kết quả học tập môn Giáo dục thể chất lớp 3 nhằm:

- Giúp giáo viên điều chỉnh, đổi mới hình thức tổ chức, phương pháp giáo dục trong quá trình dạy học; kịp thời phát hiện những cố gắng, tiến bộ của học sinh khi rèn luyện và hình thành các kỹ năng chăm sóc sức khoẻ (nhận biết môi trường tự nhiên có lợi và có hại trong tập luyện), vận động cơ bản (biến đổi đội hình, đi đều, tập bài tập thể dục, di chuyển vượt chướng ngại vật, tung – bắt bóng bằng hai tay, giải quyết được các tình huống khi tập luyện theo nhóm, các trò chơi vận động, hoàn thành bài tập phát triển thể lực,...) và hoạt động thể thao (các nội dung của môn thể thao phù hợp) nhằm động viên, khích lệ và phát hiện những khó khăn chưa thể tự vượt qua của học sinh để hướng dẫn, giúp đỡ nhằm nâng cao chất lượng, hiệu quả hoạt động học tập, rèn luyện của học sinh; hoàn thành mục tiêu dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục tiểu học.
- Giúp học sinh có khả năng tự nhận xét, tham gia nhận xét; tự học, tự điều chỉnh cách học; giao tiếp, hợp tác; có hứng thú học tập và rèn luyện để tiến bộ.



- Giúp cha mẹ học sinh hoặc người giám hộ (sau đây gọi chung là cha mẹ học sinh) tham gia đánh giá quá trình và kết quả học tập, rèn luyện, quá trình hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực của học sinh; tích cực hợp tác với nhà trường trong các hoạt động giáo dục học sinh.
- Giúp cán bộ quản lý giáo dục các cấp kịp thời chỉ đạo các hoạt động giáo dục, đổi mới phương pháp dạy học, phương pháp đánh giá nhằm đạt hiệu quả giáo dục.
- Giúp các tổ chức xã hội nắm thông tin chính xác, khách quan, phát huy nguồn lực xã hội tham gia đầu tư phát triển giáo dục.

4.2. Yêu cầu đánh giá

- Đánh giá học sinh thông qua đánh giá mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt và biểu hiện cụ thể về các thành phần năng lực của môn Giáo dục thể chất lớp 3 và những biểu hiện phẩm chất, năng lực của học sinh lớp 3 theo yêu cầu của Chương trình Giáo dục phổ thông cấp Tiểu học.
- Đánh giá thường xuyên đánh và giá định kì bằng nhận xét; kết hợp đánh giá của giáo viên, học sinh, cha mẹ học sinh, trong đó đánh giá của giáo viên là quan trọng nhất.
- Đánh giá sự tiến bộ và vì sự tiến bộ của học sinh lớp 3; coi trọng việc động viên, khuyến khích sự cố gắng trong học tập, rèn luyện của học sinh; giúp học sinh phát huy nhiều nhất khả năng, năng lực; đảm bảo kịp thời, công bằng, khách quan; không so sánh học sinh này với học sinh khác, không đưa ra những câu hỏi chưa phù hợp với lứa tuổi học sinh lớp 3, không tạo áp lực cho học sinh, giáo viên và cha mẹ học sinh.

4.3. Kiểm tra, đánh giá năng lực, phẩm chất môn Giáo dục thể chất lớp 3

4.3.1. Đánh giá thường xuyên

a) Đánh giá thường xuyên về nội dung học tập

- Giáo viên sử dụng linh hoạt, phù hợp các phương pháp đánh giá, nhưng chủ yếu thông qua lời nói và thực hành chỉ ra cho học sinh biết được chỗ đúng, chưa đúng, cách sửa chữa; lưu nhận xét vào sổ ghi chép khi cần thiết, có biện pháp cụ thể giúp đỡ kịp thời.
- Học sinh tự nhận xét và tham gia nhận xét kết quả học tập của bạn, nhóm bạn trong quá trình thực hiện các nhiệm vụ học tập và làm tốt hơn.
- Cha mẹ học sinh trao đổi với giáo viên về các nhận xét, đánh giá học sinh bằng các hình thức phù hợp và phối hợp với giáo viên để kịp thời động viên, giúp đỡ học sinh khi học tập, rèn luyện.

b) Đánh giá thường xuyên về sự hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực

- Giáo viên sử dụng linh hoạt, phù hợp các phương pháp đánh giá học sinh lớp 3 trong quá trình học môn Giáo dục thể chất; căn cứ vào những biểu hiện về nhận thức,

hành vi, thái độ trong quá trình rèn luyện của học sinh; đối chiếu với yêu cầu cần đạt của từng phẩm chất chủ yếu, năng lực cốt lõi phù hợp với học sinh lớp 3 theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 cấp Tiểu học để nhận xét và có biện pháp giúp đỡ kịp thời.

- Học sinh được bộc lộ ý kiến của bản thân thông qua tự nhận xét và được tham gia nhận xét bạn, nhóm bạn để hoàn thiện bản thân và cùng nhau tiến bộ.
- Cha mẹ học sinh trao đổi, phối hợp với giáo viên động viên, giúp đỡ học sinh rèn luyện và phát triển từng phẩm chất chủ yếu, năng lực cốt lõi.

4.3.2. Đánh giá định kì

a) Đánh giá định kì về nội dung học tập

- Vào giữa học kì I, cuối học kì I, giữa học kì II và cuối năm học, giáo viên căn cứ vào quá trình đánh giá thường xuyên và yêu cầu cần đạt, biểu hiện cụ thể về các thành phần năng lực của môn Giáo dục thể chất lớp 3 để đánh giá học sinh theo các mức sau:
 - Hoàn thành tốt: Thực hiện tốt các yêu cầu học tập và thường xuyên có biểu hiện cụ thể về các thành phần năng lực của môn Giáo dục thể chất lớp 3;
 - Hoàn thành: Thực hiện được các yêu cầu học tập và có biểu hiện cụ thể về các thành phần năng lực của môn Giáo dục thể chất lớp 3;
 - Chưa hoàn thành: Chưa thực hiện được một số yêu cầu học tập hoặc chưa có biểu hiện cụ thể về các thành phần năng lực của môn Giáo dục thể chất lớp 3.

b) Đánh giá định kì về sự hình thành và phát triển phẩm chất, năng lực

Vào giữa học kì I, cuối học kì I, giữa học kì II và cuối năm học, giáo viên chủ nhiệm phối hợp với các giáo viên dạy cùng lớp, thông qua các nhận xét, các biểu hiện trong quá trình đánh giá thường xuyên về sự hình thành và phát triển từng phẩm chất chủ yếu, năng lực cốt lõi của mỗi học sinh lớp 3, đánh giá theo các mức sau:

- Tốt: Đáp ứng tốt yêu cầu giáo dục, biểu hiện rõ và thường xuyên.
- Đạt: Đáp ứng được yêu cầu giáo dục, có biểu hiện nhưng chưa thường xuyên.
- Cần cố gắng: Chưa đáp ứng được đầy đủ yêu cầu giáo dục, chưa có biểu hiện cụ thể.

c) Đánh giá học sinh ở trường, lớp dành cho người khuyết tật

- Học sinh khuyết tật học theo phương thức giáo dục hòa nhập tuỳ theo dạng khuyết tật và mức độ khuyết tật, được đánh giá như đối với học sinh không khuyết tật, có điều chỉnh yêu cầu cho phù hợp với dạng khuyết tật và mức độ khuyết tật hoặc theo yêu cầu của kế hoạch giáo dục cá nhân.
- Học sinh khuyết tật học theo phương thức giáo dục chuyên biệt được đánh giá theo quy định dành cho giáo dục chuyên biệt hoặc theo yêu cầu của kế hoạch giáo dục cá nhân.



- Đối với học sinh học ở các lớp dành cho người khuyết tật: giáo viên đánh giá học sinh căn cứ vào nhận xét, đánh giá thường xuyên qua các buổi học tại lớp dành cho người khuyết tật.

Kết quả kiểm tra định kì không dùng để so sánh học sinh này với học sinh khác. Nếu kết quả bài kiểm tra cuối học kì I và cuối năm học bất thường so với đánh giá thường xuyên, giáo viên đề xuất với nhà trường có thể cho học sinh làm bài kiểm tra bổ sung hoặc miễn một phần bài kiểm tra để đánh giá đúng kết quả học tập của học sinh.

4.3.3. Tổng hợp đánh giá kết quả dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3

Vào giữa học kì I, cuối học kì I, giữa học kì II và cuối năm học:

Giáo viên dạy môn Giáo dục thể chất lớp 3 căn cứ vào quá trình đánh giá thường xuyên và các mức đạt được từ đánh giá định kì về phẩm chất và năng lực của học sinh lớp 3 môn Giáo dục thể chất để tổng hợp và ghi kết quả đánh giá giáo dục của từng học sinh vào Bảng tổng hợp kết quả đánh giá giáo dục của lớp.

5 GIỚI THIỆU TÀI LIỆU BỔ TRỢ, NGUỒN TÀI NGUYÊN, HỌC LIỆU ĐIỆN TỬ, THIẾT BỊ GIÁO DỤC

5.1. Giới thiệu, hướng dẫn sử dụng sách giáo viên môn Giáo dục thể chất lớp 3

5.1.1. Cấu trúc sách giáo viên Giáo dục thể chất 3

Tuân thủ nội dung chương trình môn học và yêu cầu cần đạt, sách giáo viên Giáo dục thể chất 3 được thiết kế thành 4 phần với các nội dung như sau:

Phần A. Hướng dẫn chung

- Khái quát chung về môn Giáo dục thể chất cấp Tiểu học
- Giới thiệu sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3*
- Giới thiệu sách giáo viên Giáo dục thể chất 3
- Định hướng phương pháp dạy học Giáo dục thể chất lớp 3
- Định hướng đánh giá kết quả học tập Giáo dục thể chất lớp 3

Phần B. Hướng dẫn dạy học các bài cụ thể

Phần 1. Kiến thức chung

Phần 2. Vận động cơ bản

Nội dung phần này gồm 3 chủ đề, với 12 bài, dạy 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).

Cấu trúc mỗi chủ đề gồm 2 mục: Gợi ý kế hoạch dạy học; Nội dung (trình bày theo bài).

Cấu trúc mỗi bài gồm 4 mục: Mục tiêu; Chuẩn bị; Hướng dẫn tổ chức dạy học; Gợi ý đánh giá.

Cấu trúc mục *Hướng dẫn tổ chức dạy học* gồm 4 nội dung: Mở đầu; Kiến thức mới; Luyện tập; Vận dụng.

Phần 3. Thể thao tự chọn

Căn cứ vào nhu cầu, năng lực của học sinh và khả năng đáp ứng của nhà trường, giáo viên lựa chọn môn thể thao thích hợp để giảng dạy. Sách giáo viên *Giáo dục thể chất 3* giới thiệu môn Bóng rổ và môn Bơi (mỗi môn gồm 4 bài, dạy trong 18 tiết). Giáo viên có thể dựa vào cấu trúc, nội dung dạy học của hai môn này để xây dựng kế hoạch dạy học với môn khác, nếu không chọn một trong hai môn này.

Nội dung và thời lượng mỗi tiết học được xác định như sau: Phần mở đầu (khoảng 5 – 6 phút), gồm các nội dung: Nhận lớp, điểm danh; phổ biến yêu cầu, nhiệm vụ tiết học; khởi động; giới thiệu kiến thức chung về Giáo dục thể chất. Phần cơ bản (khoảng 24 – 25 phút), gồm các nội dung: Làm quen, giới thiệu, hình thành động tác mới; tổ chức tập luyện; chơi các trò chơi vận động; tập luyện các bài tập tăng cường sức khoẻ, phát triển thể lực. Phần kết thúc (khoảng 3 – 4 phút), gồm các nội dung: Thả lỏng và hồi phục; nhận xét, giao bài tập về nhà; gợi ý cách vận dụng vào thực tiễn.

5.1.2. Sử dụng sách giáo viên hiệu quả

Sách đã nêu những yêu cầu sau đây đối với giáo viên khi sử dụng sách giáo viên môn Giáo dục thể chất lớp 3:

- Giáo viên cần nghiên cứu kĩ Chương trình giáo dục phổ thông môn Giáo dục thể chất (Ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo). Căn cứ vào nội dung trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 3* và các văn bản chỉ đạo của các cấp để xây dựng kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy trong cả năm học cho phù hợp. Giáo viên được quyền chủ động sắp xếp lại nội dung dạy học để tiết học sinh động, hấp dẫn, gây hứng thú cho học sinh luyện tập.
- Phương pháp chủ đạo để dạy môn Giáo dục thể chất ở Tiểu học là lấy học sinh làm trung tâm, giáo viên là người thiết kế, cố vấn, trọng tài, nêu vấn đề, gợi mở và hướng dẫn để học sinh hiểu, biết và vận dụng được vào thực tiễn, tích cực tập luyện, tự mình trải nghiệm, tự phát hiện bản thân và phát triển thể chất.
- Trước, trong và sau giờ học, giáo viên cần nắm được diễn biến sức khoẻ của học sinh để có biện pháp phòng ngừa và xử lý kịp thời những biến cố có thể xảy ra trong quá trình tập luyện, nhất là các nội dung bài tập phải chạy nhảy nhiều và khi tham gia chơi trò chơi vận động.



- Giáo viên hoàn toàn chủ động về phương pháp dạy học trên cơ sở bảo đảm trình tự tổ chức thực hiện nội dung bài tập và hiệu quả tác động. Phương pháp trò chơi được coi là phương pháp chủ đạo trong quá trình thực hiện nội dung môn học, giáo viên chủ động lựa chọn và sử dụng phù hợp với nội dung, tiến trình dạy học.
- Trong mỗi tiết học, giáo viên cần cập nhật thông tin chính trị, kinh tế, văn hoá xã hội, thể dục thể thao trong và ngoài nước, đồng thời vận dụng kiến thức của các môn học khác để động viên cổ vũ, vận động học sinh tích cực tham gia cuộc vận động “toute dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”, thực hiện tốt 5 điều Bác Hồ dạy thiếu niên nhi đồng, tham gia các hoạt động trải nghiệm, rèn luyện kỹ năng giữ gìn vệ sinh môi trường, phòng tránh tai nạn giao thông, phòng chống đuối nước,... góp phần sớm hình thành phẩm chất và năng lực học sinh.
- Giáo viên cần ứng dụng công nghệ thông tin để tra cứu, tìm hiểu các văn bản mới có liên quan đến dạy học của Đảng và Nhà nước về thể dục thể thao, của Bộ Giáo dục và Đào tạo và các tài liệu chuyên môn, sách chuyên khảo có liên quan đến công tác Giáo dục thể chất và thể thao trường học, làm phong phú kiến thức trong từng tiết học, góp phần hình thành các phẩm chất chủ yếu, các năng lực chung và năng lực đặc thù của học sinh.

Ghi chú: Trên cơ sở định hướng của sách, giáo viên hoàn toàn chủ động xây dựng tiến trình giảng dạy môn học và soạn giáo án cho từng tiết học, trình lãnh đạo nhà trường phê duyệt rồi tổ chức thực hiện. Đây cũng là cơ sở pháp lý để cấp trên tiến hành kiểm tra, đánh giá công tác dạy và học môn học này hằng năm.

5.2. Cam kết hỗ trợ giáo viên, cán bộ quản lí trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử

Trong bối cảnh đưa ứng dụng công nghệ thông tin (CNTT) vào trong giáo dục được Đảng và Nhà nước định hướng và chỉ đạo xuyên suốt tại Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04 tháng 11 năm 2013 của Ban Chấp hành Trung ương 8 khoá XI, Nghị quyết số 44/NQ-CP ngày 09 tháng 6 năm 2014 của Chính phủ ban hành Chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 29-NQ/TW, Quyết định số 117/QĐ-TTg ngày 25 tháng 01 năm 2017 phê duyệt Đề án “Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong quản lí và hỗ trợ các hoạt động dạy – học, nghiên cứu khoa học góp phần nâng cao chất lượng giáo dục và đào tạo giai đoạn 2016 – 2020, định hướng đến năm 2025”, Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam (NXBGDVN) đã khẩn trương triển khai việc ứng dụng CNTT trong công tác tập huấn giáo viên sử dụng các bộ sách giáo khoa của NXBGDVN, cũng như phát triển các công cụ và học liệu điện tử giúp khai thác tối ưu giá trị của các bộ sách giáo khoa.

Cụ thể hơn, kể từ năm 2019, NXBGDVN giới thiệu hai nền tảng sau: *Thứ nhất*, nền

tảng sách điện tử – **Hành trang số** cho phép người dùng truy cập phiên bản số hoá của sách giáo khoa mới và các học liệu điện tử bám sát Chương trình, sách giáo khoa mới, qua đó giúp phong phú hoá tài liệu dạy và học, đồng thời khuyến khích người dùng ứng dụng các công cụ CNTT trong quá trình tiếp cận chương trình mới. Song hành cùng **Hành trang số**, nền tảng tập huấn giáo viên trực tuyến – **Tập huấn** hỗ trợ giáo viên toàn quốc trong việc tiếp cận các tài liệu tập huấn, bổ trợ và hướng dẫn giảng dạy Chương trình, sách giáo khoa mới vào bất kì thời điểm trong năm học. Các tài liệu chính thống được cung cấp từ NXBGDVN xuyên suốt tới các cấp quản lí giáo dục và giáo viên sử dụng bộ sách giáo khoa.

NXBGDVN cam kết thực hiện việc hỗ trợ giáo viên, cán bộ quản lí trong việc sử dụng nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử sử dụng hai nền tảng **Hành trang số** và **Tập huấn** như sau:

* Tiếp tục cập nhật nguồn tài nguyên sách dồi dào

Trong năm 2021, NXBGDVN tiếp tục thường xuyên cập nhật thông tin, cung cấp kho tài nguyên bao gồm: học liệu điện tử hỗ trợ việc dạy và học, công cụ hỗ trợ giảng dạy và tự luyện tập, tài liệu tập huấn giáo viên,... xuyên suốt trong năm. Tiến độ cập nhật kho tài nguyên sẽ đồng hành với tiến trình thay sách giáo khoa theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018. Dự kiến khối lượng học liệu điện tử được đăng tải trên **Hành trang số** trong năm 2021 khoảng hơn 10 000 học liệu, bao gồm lớp 1, lớp 2 và lớp 6 theo Chương trình, sách giáo khoa mới. Ngoài ra, tài nguyên tập huấn giáo viên trực tuyến và các thông tin giới thiệu về bộ sách giáo khoa sẽ được đăng tải nhanh chóng và kịp thời từ giai đoạn đầu năm 2021.

* Đảm bảo cách thức tiếp cận nguồn tài nguyên sách dễ dàng, có tính ứng dụng cao

Đối với nền tảng sách điện tử **Hành trang số**, việc tiếp cận học liệu điện tử theo sách được thực hiện qua hai bước sau: (1) Người dùng cào tem phủ nhũ phía sau bìa sách để nhận mã sách điện tử; (2) Người dùng đăng nhập trên nền tảng **Hành trang số** và nhập mã sách điện tử đối với cuốn sách mình muốn mở học liệu điện tử. Sau khi hệ thống xác nhận mã sách chính xác, người dùng được mở toàn bộ học liệu điện tử đi kèm cuốn sách.

Đối với nền tảng **Tập huấn** giáo viên trực tuyến, các tài liệu tập huấn được đăng tải rộng rãi và được truy cập bất kì thời điểm trong năm. Người dùng có thể sử dụng tính năng “Trải nghiệm ngay” để tiếp cận tài liệu mà không cần đăng nhập. Các tài liệu có thể xem trực tiếp trên nền tảng hoặc tải về máy phục vụ mục đích học tập.

* Hỗ trợ thường xuyên trong năm học

Nhằm hỗ trợ tối đa các cán bộ quản lí, giáo viên và học sinh trên cả nước sử dụng hiệu quả hai nền tảng **Hành trang số** và **Tập huấn** trong dạy và học, cũng như cung



cấp thông tin về các nguồn tài nguyên sách được đăng tải, NXBGDVN đã và đang triển khai Đường dây hỗ trợ – 19004503 (hoạt động 08:00-17:00 và từ thứ Hai đến thứ Sáu). Các câu hỏi liên quan tới hai nền tảng trên có thể gửi về địa chỉ email: taphuan.sgk@nxbgd.vn và hotro.hts@aesgroup.edu.vn để được giải đáp.

Ngoài ra, tài liệu hướng dẫn sử dụng cũng được đăng tải trên hai nền tảng và chia sẻ rộng rãi, người dùng có thể trực tiếp tra cứu và tìm hiểu.

5.3. Hướng dẫn khai thác và sử dụng nguồn tài nguyên, học liệu điện tử trong dạy học

5.3.1. Giới thiệu về Hành trang số

Hành trang số là nền tảng sách điện tử của NXBGDVN, được truy cập tại tên miền hanhtrangso.nxbgd.vn. **Hành trang số** cung cấp phiên bản số hoá của sách giáo khoa theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 và cung cấp các học liệu điện tử hỗ trợ nội dung sách giáo khoa và các công cụ hỗ trợ việc giảng dạy, học tập của giáo viên và học sinh. **Hành trang số** bao gồm ba tính năng chính: Sách điện tử; Luyện tập; Thư viện.

- Tính năng Sách điện tử cung cấp trải nghiệm đọc và tương tác phiền bản số hoá của sách giáo khoa theo chương trình mới. Trong đó, **Hành trang số** tôn trọng trải nghiệm đọc sách truyền thống với giao diện lật trang mềm mại, mục lục dễ tra cứu, đồng thời cung cấp các công cụ như: phóng to, thu nhỏ, đính kèm trực tiếp các học liệu bổ trợ lên trang sách điện tử, luyện tập trực quan các bài tập trong sách đi kèm kiểm tra đánh giá,... Người dùng truy cập sách giáo khoa mọi lúc mọi nơi, sử dụng đa dạng thiết bị điện thoại, máy tính bảng hay laptop, phục vụ đồng thời việc giảng dạy trên lớp và việc tự học tại nhà.
- Tính năng Luyện tập cung cấp trải nghiệm làm bài tập phiền bản số hoá đổi với các bài tập trong sách giáo khoa và sách bổ trợ của NXBGDVN. Tính năng mang tới giao diện tối giản, thân thiện cùng các công cụ hỗ trợ hành vi tự luyện tập của người dùng như: Kiểm tra kết quả, Gợi ý – Hướng dẫn bài tập, Bàn phím ảo, Tích hợp kết quả luyện tập với Biểu đồ đánh giá năng lực cá nhân. Bên cạnh hệ thống bài tập sắp xếp theo danh mục sách giáo khoa, sách bổ trợ, **Hành trang số** đồng thời cung cấp hệ thống bài tập tự kiểm tra, đánh giá bám sát Chương trình, sách giáo khoa mới, giúp người dùng trải nghiệm thêm kho bài tập bổ trợ kiến thức trên lớp.
- Tính năng Thư viện cung cấp hệ thống kho học liệu điện tử bổ trợ Chương trình, sách giáo khoa mới. Tại đây, người dùng tiếp cận trực quan học liệu điện tử dưới ba định dạng chính: video, gif/hình ảnh, âm thanh. Các học liệu điện tử được sắp xếp khoa học theo mục lục của sách giáo khoa và bám sát hình ảnh, chương trình, qua

đó giúp sinh động và phong phú hóa bài học. **Hành trang số** đồng thời cung cấp hệ thống bài giảng tham khảo, gồm hai nội dung: Bài giảng dạng PowerPoint với các tương tác tham khảo được thiết kế sẵn, song hành cùng Kịch bản dạy học tham khảo. Qua đó, **Hành trang số** mong muốn hỗ trợ giáo viên trong việc thiết kế bài giảng sử dụng học liệu điện tử.

5.3.2. Giới thiệu về Tập huấn

Tập huấn là nền tảng tập huấn giáo viên trực tuyến của NXBGDVN, được truy cập tại tên miền: taphuan.nxbgd.vn. **Tập huấn** cung cấp tài liệu tập huấn giáo viên với đa dạng nội dung và định dạng, nhằm hỗ trợ giáo viên toàn quốc trong việc tiếp cận tài liệu tập huấn, hỗ trợ hướng dẫn giảng dạy Chương trình, sách giáo khoa mới vào bất kỳ thời điểm nào trong năm học.

Việc cấp tài khoản trên **Tập huấn** được triển khai có hệ thống, cấp trên thiết lập cho cấp dưới trực thuộc: sở giáo dục và đào tạo cấp tài khoản cho các phòng giáo dục và đào tạo; phòng giáo dục và đào tạo cấp tài khoản cho nhà trường, nhà trường cấp tài khoản cho giáo viên. Việc cấp tài khoản có hệ thống đảm bảo giáo viên được định danh, nhờ vậy các cấp quản lí có thể nắm bắt, đánh giá, quản trị hiệu quả triển khai tập huấn tại địa phương.

- Đối với tài khoản giáo viên: Tính năng “Tập huấn” cung cấp các khoá tập huấn đối với các môn học của các bộ sách giáo khoa. Các khoá tập huấn đăng tải những tài liệu tập huấn do NXBGDVN biên soạn dưới đa dạng các định dạng: PowerPoint, PDF/Word, video,... và được phân loại theo các nhóm nội dung: tài liệu tập huấn, bài giảng tập huấn, tiết học minh họa, video tập huấn trực tuyến, video hướng dẫn sử dụng thiết bị dạy học,... hỗ trợ thầy, cô giáo truy cập bất kỳ thời điểm trong năm học. Mỗi khoá tập huấn đăng tải bài kiểm tra, đánh giá tương ứng, sau khi kết thúc khoá tập huấn, giáo viên thực hiện bài kiểm tra và hệ thống sẽ thực hiện việc chấm điểm tự động.
- Đối với tài khoản cấp quản lí giáo dục (sở giáo dục và đào tạo, phòng giáo dục và đào tạo, nhà trường): Tính năng “Tài liệu bổ sung” cho phép các cơ quan quản lí giáo dục đăng tải các tài liệu tập huấn bổ trợ của địa phương, qua đó các cấp dưới trực thuộc sẽ tiếp cận được nguồn tài nguyên này. Tính năng Thống kê cung cấp số liệu thống kê về thông tin định danh và kết quả tập huấn của giáo viên trực thuộc, trong đó các số liệu được hệ thống thể hiện trực quan qua bảng biểu, biểu đồ và có thể trích xuất định dạng excel phục vụ công tác báo cáo của cấp quản lí giáo dục.

5.3.3. Giới thiệu về nguồn tài nguyên, học liệu điện tử

Nhằm phục vụ công tác tập huấn giáo viên, NXBGDVN đã đăng tải các tài liệu tập huấn của hai bộ sách giáo khoa lớp 3 với đa dạng định dạng và nội dung như: video



tiết học minh họa; tài liệu tập huấn (PDF, PowerPoint, Word); hướng dẫn sử dụng thiết bị dạy học; bài kiểm tra, đánh giá; video lớp học trực tuyến;... Các tài liệu được phân tách theo từng môn học, đảm bảo dễ tiếp cận và sử dụng tại bất kì thời điểm trong năm học.

Khoản 2 Điều 2 Thông tư 12/2016/TT-BGDĐT quy định: “Học liệu điện tử là tập hợp các phương tiện điện tử phục vụ dạy và học, bao gồm: sách giáo trình, sách giáo khoa, tài liệu tham khảo, bài kiểm tra, đánh giá, bản trình chiếu, bảng dữ liệu, các tệp âm thanh, hình ảnh, video, bài giảng điện tử, phần mềm dạy học, thí nghiệm ảo,... Học liệu điện tử được phân làm hai loại: (1) Tương tác một chiều: Học liệu được số hóa dưới các định dạng như video, audio, hình ảnh,..., hình thức tương tác chủ yếu giữa người học và hệ thống là một chiều; (2) Tương tác hai chiều: người học có thể tương tác hai chiều hoặc nhiều chiều với hệ thống, giảng viên và người học khác để thu được lượng kiến thức, kinh nghiệm tối đa. Các sản phẩm có thể kể đến như các sách điện tử tương tác, trò chơi giáo dục, lớp học ảo,...”

Các học liệu điện tử đều bám sát hình ảnh và nội dung của bộ sách, tuân thủ triết lí của mỗi bộ sách, tham vấn sách giáo viên, được tác giả hướng dẫn và thẩm định.

5.3.4. Hướng dẫn sử dụng nguồn tài nguyên, học liệu điện tử trong các hoạt động dạy học

Các thầy, cô giáo có thể linh động sử dụng các nguồn tài nguyên do NXBGDVN cung cấp như sau:

- Đối với kho học liệu điện tử được đính kèm trên trang sách điện tử và được tổng hợp tại tính năng “Thư viện”, các thầy, cô giáo có thể tải về hoặc sử dụng trực tiếp nguồn học liệu dồi dào và bổ ích này đối với việc: biên soạn giáo án, chuẩn bị bài giảng điện tử; sử dụng làm tư liệu giảng dạy trực tiếp trên lớp cho tiết học sinh động, thú vị và hiệu quả; chia sẻ hoặc tải về thiết bị cá nhân. Qua đó, việc nguồn tài nguyên sẽ hỗ trợ trong việc mang đến hình ảnh sinh động, trực quan, thu hút sự chú ý của học sinh, nâng cao chất lượng bài giảng.
- Đối với kho bài tập tương tác từ sách giáo khoa, sách bổ trợ, **Hành trang số** cũng cung cấp bài tập tự kiểm tra, đánh giá tại tính năng “Luyện tập”. Với nguồn bài tập phong phú này, giáo viên có thể triển khai nhiều hoạt động giảng dạy: mở trực tiếp bài tập trên nền tảng, hướng dẫn học sinh làm bài, tương tác, từ đó tổ chức các hoạt động nhóm, tạo không khí học tập trong lớp; giao bài tập về nhà để học sinh tự thực hành, ôn tập hoặc sử dụng để kiểm tra bài cũ trước khi bắt đầu tiết học; tham khảo các dạng bài tập để đưa vào bài kiểm tra, đánh giá trên lớp.
- Đối với hệ thống bài giảng điện tử dạng PowerPoint song hành là kịch bản dạy học được cung cấp tại tính năng “Thư viện”, các thầy, cô giáo có thể tải trực tiếp về thiết

bị cá nhân để trình chiếu giảng dạy trên lớp hoặc tham khảo, tự chỉnh sửa, sáng tạo bổ sung thêm đảm bảo phù hợp với phương pháp giảng dạy của cá nhân. Bài giảng điện tử đã được **Hành trang số** xây dựng hình ảnh và nội dung bám sát sách giáo viên và sách giáo khoa.

- Ngoài ra các thầy, cô giáo cũng được khuyến nghị sử dụng linh hoạt các công cụ hỗ trợ trên nền tảng **Hành trang số** kết hợp cùng máy trình chiếu, trong đó bao gồm các công cụ như: luyện tập trực quan các bài tập đi kèm chấm điểm tự động; đọc sách điện tử; xem trực tiếp các học liệu bổ trợ được đính kèm trên trang sách điện tử,... Như vậy, các thầy, cô giáo có thể truy cập sách giáo khoa mọi lúc, mọi nơi với đa dạng các thiết bị: điện thoại, máy tính bàn, laptop, máy tính bảng; sử dụng trình chiếu trực tiếp trên lớp học; chủ động sử dụng nghiên cứu tại nhà, hỗ trợ cho quá trình biên soạn giáo án.

5.4. Khai thác thiết bị và học liệu trong dạy học

Danh mục thiết bị dạy học tối thiểu môn Giáo dục thể chất lớp 3 được ban hành theo thông tư 43/2020 TT-BGDĐT ngày 03/11/2020.

Khi sử dụng, khai thác các thiết bị nói trên nhằm mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực người học, mỗi nhà trường, mỗi giáo viên và học sinh cần lưu ý một số yêu cầu sau đây:

Một là, phải coi trọng việc sử dụng phương tiện, thiết bị dạy học để hỗ trợ quá trình nhận thức trực quan, cảm tính của học sinh. Muốn vậy, giáo viên cần xác định rõ mục tiêu, yêu cầu cần đạt, nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức dạy học của từng bài học, từng tiết học cụ thể. Trên cơ sở đó xác định phương tiện, thiết bị cần sử dụng, cách thức và thời điểm sử dụng. Khuyến khích sử dụng các phương tiện nghe nhìn, phương tiện kĩ thuật hiện đại hỗ trợ quá trình dạy học, đồng thời coi trọng việc sử dụng các phương tiện truyền thống nhằm đổi mới phương pháp dạy học. Các thiết bị chủ yếu bao gồm: tranh ảnh, băng đĩa hình kĩ thuật các hoạt động thể dục, các môn thể thao; loa, ampli, máy chiếu (projector),... Nhiều khi chính động tác làm mẫu (đẹp, chính xác) của giáo viên cũng là phương tiện trực quan có hiệu quả.

Hai là, phải tạo điều kiện cho học sinh được thực hành, sử dụng các thiết bị, dụng cụ, phương tiện để thực hiện các trò chơi, động tác, bài tập trong từng bài học, tiết học, qua đó giúp học sinh trải nghiệm, khám phá, vận dụng kiến thức một cách chủ động, tích cực; rèn luyện kĩ năng tìm tòi, giải quyết vấn đề sáng tạo, góp phần phát triển các năng lực chuyên biệt, đặc thù của môn Giáo dục thể chất. Các thiết bị chủ yếu bao gồm: quả bóng, cái vợt, phao bơi, dây nhảy, quả cầu, vòng,... Nhiều khi trang phục tập luyện, như quần áo, giày thể thao,... cũng có thể coi là thiết bị dạy học và đòi hỏi học sinh phải chuẩn bị trước khi tiết học bắt đầu.



Ba là, phải chuẩn bị thật tốt sân bãi, dụng cụ tập luyện, như: sân tập, đường chạy, hố nhảy, nhà tập đa năng, phòng tập, bể bơi, hồ bơi, đồng hồ bấm giây thể thao, còi, cờ, thước dây,... Các thiết bị, dụng cụ này phải được nhà trường đầu tư xây dựng, sửa chữa, nâng cấp hoặc mua sắm mới cho từng năm học và phải đạt chuẩn, đảm bảo an toàn, phòng tránh chấn thương cho học sinh.

Mặt khác, mỗi giáo viên và học sinh vào đầu mỗi tiết học, phải có ý thức chuẩn bị đầy đủ thiết bị, dụng cụ cho tiết học. Cần động viên, khuyến khích và phát triển các thiết bị dạy học tự làm phù hợp với nội dung học và các đối tượng học sinh, góp phần thực hiện mục tiêu phát triển toàn diện về phẩm chất và năng lực cho người học.

HƯỚNG DẪN XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY

1 MỘT SỐ LƯU Ý VỀ LẬP KẾ HOẠCH DẠY HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3

Kế hoạch dạy học môn Giáo dục thể chất lớp 3 theo Chương trình và sách giáo khoa mới bao gồm kế hoạch cả năm (2 học kì), kế hoạch tuần (35 tuần) và kế hoạch tiết học (70 tiết).

Lập kế hoạch dạy học là công việc thường xuyên của mỗi giáo viên trong nhà trường. Muốn làm tốt việc này, giáo viên cần phải nghiên cứu kĩ Chương trình, sách giáo khoa, sách giáo viên và các văn bản hướng dẫn của cấp trên, đồng thời phải tham gia các lớp tập huấn chuyên môn hằng năm để triển khai năm học mới theo quy định.

Khi lập kế hoạch dạy học theo tiết học (còn gọi là soạn giáo án) môn Giáo dục thể chất lớp 3, giáo viên cần lưu ý một số điểm sau:

Một là, phải căn cứ vào mục tiêu, yêu cầu cần đạt trong cả năm cho học sinh lớp 3 theo quy định của Chương trình và mục tiêu yêu cầu cần đạt của từng chủ đề / bài trong sách giáo khoa, sách giáo viên lớp 3 để xác định các mục tiêu cụ thể, nhằm phát triển phẩm chất và năng lực cho học sinh trong từng tiết học một cách có hệ thống và khả thi.

Hai là, phải căn cứ vào cấu trúc nội dung từng phần / chủ đề / bài trong sách giáo khoa, sách giáo viên lớp 3 để xác định nội dung, phương pháp, phương tiện, hình thức tổ chức triển khai tiết học đó cho phù hợp, đạt được mục tiêu yêu cầu đề ra.

- Giáo viên nên xác định vị trí của tiết học đó (ở bài nào, chủ đề nào của chương trình môn Giáo dục thể chất lớp 3; trước và sau tiết học nào) để tìm ra mối liên hệ giữa các kiến thức đã học và chưa học, đồng thời xác định mức độ phù hợp với từng giai đoạn học tập của học sinh.
- Giáo viên nên xác định tiết học này thuộc dạng bài nào (bài mới, thực hành, luyện tập, ôn tập,...) để có hình thức tổ chức dạy học phù hợp.

Ba là, nội dung chi tiết, thời gian và trình tự các phần / bài / chủ đề trong sách giáo khoa, sách giáo viên chỉ là gợi ý chung cho việc triển khai đại trà trên toàn quốc. Căn cứ vào điều kiện cụ thể của từng địa phương, giáo viên có thể thay đổi trình tự các chủ đề cũng như số tiết cần dạy trong mỗi bài (kể cả thay đổi trò chơi, bài tập phát triển thể lực), nhưng không được thay đổi nội dung kiến thức đã quy định trong Chương trình.

Đặc trưng nhất của giáo án (hay là buổi tập) môn Giáo dục thể chất là cấu trúc theo ba phần: chuẩn bị, cơ bản, kết thúc hoặc còn gọi là phần khởi động, trọng động, hồi tĩnh. Trong sách giáo viên, chúng tôi đã hướng dẫn, gợi ý chi tiết về nội dung, phương pháp tổ chức dạy học trong từng phần trên nền tảng của ba phần dạy học cơ bản trong cấu trúc của giáo án môn Giáo dục thể chất. Giáo viên cần tham khảo sách giáo viên và phát huy tính tự chủ, năng động, sáng tạo, cập nhật các thông tin liên quan trên các phương tiện truyền thông để thiết kế giáo án một cách khoa học, đạt hiệu quả cao nhất, phù hợp với xu hướng dạy học hiện nay.



2 BÀI SOẠN MINH HOA

Chúng tôi đưa ra một bài soạn cụ thể, giáo viên căn cứ vào đó để thiết kế, kế hoạch bài dạy phù hợp.

BÀI 3. BÀI TẬP PHỐI HỢP DI CHUYỂN VƯỢT QUA CHƯƠNG NGẠI VẬT TRÊN ĐỊA HÌNH

I MỤC TIÊU

- Bước đầu biết lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi trong tập luyện.
- Biết quan sát tranh ảnh và động tác làm mẫu của GV để tập luyện.
- Thực hiện được bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình và vận dụng được vào trong các hoạt động tập thể.
- 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.
- Bước đầu tự sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.
- Lẽ phép với thầy cô, nghiêm túc, tích cực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong tập luyện.
- Hình thành thói quen tập luyện TDTT.

II CHUẨN BỊ

- Kẻ, vẽ sân tập theo nội dung của bài học.
- Còi, cờ, tranh ảnh, băng đĩa hình, dụng cụ tập luyện,...
- Trang phục thể thao, giày tập hoặc dép quai hậu; đảm bảo vệ sinh và an toàn trong tập luyện.

III HƯỚNG DẪN TỔ CHỨC DẠY HỌC

1. Mở đầu

1.1. Khởi động

Cho HS thực hiện xoay các khớp, sau đó giật chân tại chỗ, vỗ tay giúp các em làm nóng cơ thể và làm quen với vận động (có thể cho HS khởi động theo nhịp nhạc).

1.2. Trò chơi bổ trợ khởi động

Trò chơi *Trời nắng, trời mưa*

* *Mục đích:* Làm nóng cơ thể, làm quen với vận động, tạo không khí vui vẻ để tiếp nhận nội dung sẽ học.

* *Chuẩn bị:*

- Vẽ các hình tròn, hình này cách hình kia khoảng 50 cm và số hình tròn ít hơn số bạn chơi.

- Các em đứng thành vòng tròn quanh các hình tròn đã vẽ. Chỉ huy đứng giữa vòng tròn.

* Cách chơi:

- Khi có hiệu lệnh, các em vừa đi theo vòng tròn vừa đọc vần điệu:

Lấy trời mưa xuống,

Lấy nước tôi uống,

Lấy ruộng tôi cày,

Lấy bát cơm đầy,

Lấy rơm đun bếp,

Lấy ông nắng lên.

Cho trẻ con chơi,

Cho già vui vẻ,

Cho tôi đi cày.

- Kết thúc vần điệu, nếu chỉ huy hô “Trời mưa” thì các em nhanh chóng chạy vào đứng trong vòng tròn để “trú mưa”, nếu chỉ huy hô “Trời nắng” thì các em vẫn vừa đi vừa đọc tiếp.

- Em nào không kịp đứng được vào trong vòng tròn là thua cuộc.

Lưu ý: Có thể thay động tác đi bằng chạy, nhảy, đi khom lưng,... ; thay vòng tròn bằng hình những chiếc ô, hình cái cây, hình ngôi nhà.

2. Kiến thức mới

2.1. Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình

2.1.1. Di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại vật nhỏ trên địa hình

- TTGCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.

- Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo địa hình. Khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.

2.1.2. Di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại vật lớn trên địa hình

- TTGCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.

- Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo địa hình. Khi gặp chướng ngại vật lớn thì đi vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.

2.1.3. Bài tập phối hợp di chuyển vượt qua nhiều chướng ngại vật trên địa hình

- TTGCB: Đứng chân trước chân sau, hai tay buông tự nhiên.

- Cách thực hiện: Từ vạch xuất phát, di chuyển theo địa hình. Khi gặp chướng ngại vật nhỏ thì bước qua, khi gặp chướng ngại vật lớn thì vòng qua, hai tay phối hợp tự nhiên, mắt nhìn đường đi.

2.2. Làm quen, giới thiệu động tác

- GV làm mẫu động tác hoặc cho HS quan sát tranh về động tác mẫu (trong SGK). Với mỗi động tác, GV có thể tham khảo câu hỏi sau: Em hãy cho biết động tác thầy/cô hoặc bạn trong tranh thực hiện là động tác gì? Em nào xung phong lên thực hiện động tác di chuyển vượt qua chướng ngại vật? Khi đang di chuyển, gặp vũng nước thì em làm thế nào để vượt qua?

- GV hướng dẫn cách thực hiện động tác (có thể vừa làm mẫu, vừa giảng giải, nhấn mạnh những yêu cầu của động tác).

- GV cho một vài HS xung phong lên thực hiện thử bài tập. Có thể giải thích kèm theo quá trình tập thử bài tập của HS.

– GV cùng HS đánh giá xem bạn nào thực hiện động tác giống mẫu nhất, đồng thời có hình thức động viên, cổ vũ phù hợp.

2.3. Hình thành động tác mới

* Với các động tác, GV có thể tiến hành như sau:

– *Bước 1:* GV tổ chức cho cả lớp tập động tác vượt qua chướng ngại vật, mỗi động tác tập 2 – 3 lần.

– *Bước 2:* GV cho từng hàng (hoặc tổ) thực hiện các động tác. Cùng HS biểu dương những em làm đúng và nhắc nhở, động viên những em thực hiện chưa đúng. Nhắc HS cả lớp chú ý quan sát để ghi nhớ, chuẩn bị bước vào tập luyện chính thức.

* Với bài tập phối hợp, GV có thể thực hiện như sau:

– *Lần 1:* GV làm mẫu, cả lớp quan sát. Sau đó, cho cả lớp tập, đồng thời quan sát và điều chỉnh động tác cho HS.

– *Lần 2:* GV hướng dẫn HS tập luyện bài tập cho tới khi cơ bản đúng các động tác.

– *Lần 3:* GV quan sát, hỗ trợ để cán sự lớp điều khiển cho cả lớp tập, lưu ý sau mỗi lần di chuyển, GV có nhận xét.

3. Luyện tập

3.1. Tổ chức luyện tập động tác

– GV cho HS luyện tập theo các hình thức như gợi ý trong SGK.

– GV có thể tiến hành cho HS tập luyện các động tác và bài tập như sau:

+ HS tập hợp thành các nhóm (có thể cho các em điểm số để tập hợp thành nhóm). Nhóm trưởng điều khiển, sau đó lần lượt từng em lên điều khiển cho nhóm tập luyện các bài tập di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình.

+ Đến các nhóm hỗ trợ, nếu nhóm nào có nhiều bạn tập chưa đúng, có thể gợi ý để các em kèm và giúp đỡ nhau.

+ Cho các nhóm tập luyện một bài tập trước lớp theo hình thức thi đấu, GV cùng HS bình chọn mức độ tập luyện của các nhóm. GV tuyên dương nhóm tập đạt yêu cầu, động viên nhóm tập chưa đạt yêu cầu, chỉ ra những điểm cần khắc phục, đồng thời cho các em tập lại, các em khác cùng GV giúp đỡ bạn khắc phục nhược điểm.

+ Chỉ tranh ảnh hoặc làm mẫu lại để nhấn mạnh những lỗi hay mắc khi thực hiện bài tập, sau đó cho nhóm thực hiện bài tập.

Lưu ý: Tuỳ vào trình độ của HS, điều kiện của nhà trường, GV có thể thay đổi động tác, thay đổi cách hướng dẫn HS, sử dụng chướng ngại vật cho phù hợp.

3.2. Tổ chức trò chơi rèn luyện kỹ năng vận động và phản xạ

Trò chơi *Di chuyển tiếp sức theo cặp*

* *Mục đích:* Giáo dục tinh thần đoàn kết, rèn luyện phản xạ và tố chất khéo léo, sự liên kết và tính đồng đội, tăng cường thể lực.

* Chuẩn bị:

- Kẻ vạch chuẩn bị và vạch xuất phát cách nhau khoảng 1 m, cách vạch xuất phát 5 – 8 m đặt một vật làm đích.

- Các em chia thành hai đội xếp hàng dọc (mỗi đội hai hàng) đứng sau vạch chuẩn bị, trong mỗi đội hai em nắm tay nhau thành một cặp. Cặp đầu hàng đứng sau vạch xuất phát thẳng hướng với vật đích.

* Cách chơi:

- Khi có hiệu lệnh, cặp đầu hàng của mỗi đội nắm tay nhau nhảy lò cò vòng qua vật đích, rồi chạy về chạm tay vào một trong hai bạn của cặp tiếp theo, sau đó di chuyển xuống cuối hàng.

- Lần lượt các cặp tiếp theo thực hiện như cặp đầu hàng, đến cặp cuối cùng sau khi thực hiện xong thì giơ tay lên cao và hô “Hết”.

- Đội nào xong trước, ít phạm quy là thắng cuộc.

* Các trường hợp phạm quy: Đứng chạm chân vào vạch xuất phát; không vòng qua vật đích; không cầm tay nhau cho đến khi chạm tay vào cặp tiếp theo; xuất phát mà không chạm tay vào cặp đôi chạy về hoặc xuất phát trước khi có lệnh; khi kết thúc không giơ tay lên cao hoặc không hô “Hết”.

3.3. Bài tập phát triển thể lực

GV có thể tham khảo một số bài tập sau:

Bài tập 1: Hai em một cặp, khoác tay nhau đi bộ nhanh 8 – 10 m, sau đó cầm tay nhau chạy về vị trí ban đầu, lặp lại 2 lần; sau mỗi lần, cần đi lại thả lỏng toàn thân và hít thở sâu trong vòng 1 phút.

Bài tập 2: Hai tay đưa ra trước ngực xuống, hai tay dang ngang đứng lên, thực hiện tuỳ sức, lặp lại 2 lần; sau mỗi lần, cần đi lại thả lỏng toàn thân và hít thở sâu trong vòng 1 phút.

Bài tập 3: Ngồi bệt, duỗi chân thẳng, hai tay giơ cao, bàn tay hướng ra trước, gập thân về trước, hai bàn tay với mũi chân, lặp lại 5 lần; sau khi thực hiện xong, đi lại thả lỏng tay, chân và hít thở sâu trong vòng 1 phút.

Chú ý: Những HS có bệnh lí, súc khoẻ yếu,... thì GV cần cân nhắc để miễn hoặc giảm lượng vận động.

4. Vận dụng

GV hướng dẫn HS làm bài 1 trong SGK.

Đáp án: Gặp vật cản thứ nhất thì bước qua, gặp vật cản thứ hai và thứ ba thì vòng qua.

Với bài 2, GV chỉ cho HS biết đây là một cách vận dụng trong thực tiễn để tập cách vượt qua vật cản. GV có thể gợi ý thêm cho HS vận dụng động tác đã học vào một số tình huống trong cuộc sống, chống mệt mỏi và nhắc HS chọn đồ vật an toàn để làm chướng ngại vật.

IV GỢI Ý ĐÁNH GIÁ

Đánh giá việc thực hiện các tư thế và kĩ năng phối hợp di chuyển vượt qua chướng ngại vật trên địa hình của HS theo ba mức sau:

Hoàn thành tốt	Hoàn thành	Chưa hoàn thành
Thực hiện cơ bản đúng các bài tập phối hợp di chuyển vượt chướng ngại vật trên địa hình; biết được lỗi sai và cơ bản khắc phục được trong tập luyện.	Thực hiện được ít nhất một nửa các tư thế vận động của bài tập; biết được lỗi sai trong tập luyện.	Thực hiện được dưới một nửa các tư thế vận động của bài tập.

Lưu ý: GV căn cứ vào khả năng, thái độ tập luyện và sự tiến bộ của HS để điều chỉnh mức độ đánh giá cho phù hợp.

Chịu trách nhiệm xuất bản:

Chủ tịch Hội đồng Thành viên NGUYỄN ĐỨC THÁI
Tổng Giám đốc HOÀNG LÊ BÁCH

Chịu trách nhiệm nội dung:

Tổng biên tập PHẠM VĨNH THÁI

Biên tập nội dung: LÊ THỊ HỒNG VÂN – PHAN THỊ THANH BÌNH

Thiết kế sách: NGUYỄN THÀNH TRUNG

Trình bày bìa: PHẠM VIỆT QUANG

Sửa bản in: PHAN THỊ THANH BÌNH – TẠ THỊ HƯỜNG

Chế bản: CTCP DỊCH VỤ XUẤT BẢN GIÁO DỤC HÀ NỘI

– Sách điện tử: hanhtrangso.nxbgd.vn

– Tập huấn online: taphuan.nxbgd.vn

Bản quyền thuộc Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam.

**TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG GIÁO VIÊN SỬ DỤNG SÁCH GIÁO KHOA
MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 3**

BỘ SÁCH: KẾT NỐI TRI THỨC VỚI CUỘC SỐNG

Mã số:

In bản (QĐ), khổ 19 x 26,5cm.

Đơn vị in Địa chỉ:

Cơ sở in Địa chỉ:

Số ĐKXB:

Số QĐXB: / QĐ-GD ngày ... tháng ... năm ...

In xong và nộp lưu chiểu tháng năm ...

Mã số ISBN: 978-604-0-.....

