

**SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO GIA LAI
TRƯỜNG CAO ĐẲNG SƯ PHẠM**



**TÀI LIỆU BỒI DƯỠNG THƯỜNG XUYÊN HÈ 2019
MÔN: THỂ DỤC**

**Chuyên đề
BỒI DƯỠNG LÝ LUẬN VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG
DẠY TIẾP CẬN NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH
GIÁO DỤC PHỔ THÔNG MỚI PHẦN 1**

Ths. Nguyễn Văn Lãm

Pleiku – Tháng 7/2019

MỤC LỤC

CHƯƠNG 1: TỔNG QUAN XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH	1
I. BỐI CẢNH, QUAN ĐIỂM, PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH GDPT 2018.....	1
II. NHỮNG ĐIỂM MỚI CỦA CT GDPT 2018.....	5
III. TÍNH KẾ THỪA VÀ PHÁT TRIỂN CỦA CT GDPT 2018 ĐỐI VỚI CT GDPT HIỆN HÀNH.....	12
CHƯƠNG 2: NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH	19
VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC	19
I. ĐẶC ĐIỂM MÔN HỌC	19
II. QUAN ĐIỂM XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH	21
III. MỤC TIÊU MÔN HỌC	21
IV. YÊU CẦU CẦN ĐẠT VỀ PHẨM CHẤT VÀ NĂNG LỰC	22
V. NỘI DUNG GIÁO DỤC	25
VI. PHƯƠNG PHÁP GIÁO DỤC	36
VII. ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ GIÁO DỤC	44
VIII. THIẾT BỊ DẠY HỌC	51
CHƯƠNG 3: TIẾP CẬN NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 6-7 THEO CHƯƠNG TRÌNH MỚI.....	52
I. TIẾP CẬN NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY GDTC LỚP 6...	52
II. TIẾP CẬN NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY GDTC LỚP 7..	56
TÀI LIỆU THAM KHẢO	61

CÁC CHỮ THƯỜNG VIẾT TẮT TRONG CHUYÊN ĐỀ

STT	Tên đầy đủ	Viết tắt
1	Chương trình giáo dục phổ thông	CT GDPT
2	Trung học cơ sở	THCS
3	Trung học phổ thông	THPT
4	Sách giáo khoa giáo dục phổ thông	SGK GDPT
5	Giáo dục đào tạo	GDĐT
6	Chương trình giáo dục	CTGD
7	Giáo dục	GD
8	Đào tạo	ĐT
9	Chương trình	CT
10	Học sinh	HS
11	Hoạt động giáo dục	HĐGD
12	Giáo viên	GV
13	Chính phủ	CP
14	Bộ giáo dục đào tạo	BGDĐT
15	Nghị định chính phủ	NĐ-CP
16	Thể dục thể thao	TDTT
17	Sách giáo khoa	SGK
18	Tập luyện	TL
19	Lượng vận động	LVD
20	Bài tập	BT

CHƯƠNG 1: TỔNG QUAN XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH

I. BỐI CẢNH, QUAN ĐIỂM, PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH GDPT 2018

1. Bối cảnh xây dựng CT GDPT 2018

Có người cho rằng CT GDPT cần được đổi mới vì CT hiện hành còn có nhiều hạn chế, bất cập. Hiểu như vậy có phần đúng nhưng chưa đầy đủ.

CT GDPT hiện hành được ban hành theo Nghị quyết số 40/2000/QH10 ngày 09/12/2000 của Quốc hội. CT hiện hành là một bước tiến so với ba lần cải cách giáo dục trước đó và đã hoàn thành tốt nhiệm vụ lịch sử của một giai đoạn khá dài của đất nước. Kết quả giáo dục trong gần 20 năm qua nói chung và kết quả những kỳ thi quốc tế mà học sinh Việt Nam tham gia như các kì thi Olympic Toán, Vật lí, Hoá học, Sinh học cấp THPT, các kỳ thi học sinh giỏi cấp Tiểu học khu vực châu Á và Đông Nam Á và kỳ sát hạch cuối cấp trung học cơ sở (THCS) theo CT PISA năm 2015 đã chứng tỏ tác động tích cực của CT hiện hành trong giáo dục thế hệ trẻ.

Tuy nhiên, đất nước và nhân loại đã bước sang một giai đoạn phát triển mới với những yêu cầu mới về phát triển nguồn nhân lực, phát triển con người.

Sau hơn 30 năm đổi mới, đất nước ta đã vượt qua nhiều khó khăn, thách thức, đạt được những thành tựu to lớn, có ý nghĩa lịch sử. Nước ta đã thoát ra khỏi tình trạng kém phát triển, bước vào nhóm nước đang phát triển có thu nhập trung bình. Tuy nhiên, những thành tựu về kinh tế của nước ta chưa vững chắc, chất lượng nguồn nhân lực và sức cạnh tranh của nền kinh tế chưa cao, môi trường văn hoá còn tồn tại nhiều hạn chế, chưa hội đủ các nhân tố để phát triển nhanh và bền vững.

Cũng trong khoảng thời gian trước và sau khi nước ta tiến hành đổi mới, thế giới chứng kiến những biến đổi sâu sắc về mọi mặt. Các cuộc cách mạng công nghiệp lần thứ ba và lần thứ tư nối tiếp nhau ra đời, kinh tế tri thức phát triển mạnh đem lại cơ hội phát triển vượt bậc, đồng thời cũng đặt ra những thách thức không nhỏ đối với mỗi quốc gia, nhất là các quốc gia đang phát triển và chậm phát triển. Mặt khác, những biến đổi về khí hậu, tình trạng cạn kiệt tài nguyên, ô nhiễm môi trường, mất cân bằng sinh thái và những biến động về chính trị, xã hội cũng đặt ra những thách thức có tính toàn cầu. Để bảo đảm phát triển bền vững, nhiều quốc gia đã không ngừng đổi mới CT GDPT nói riêng, giáo dục đào tạo nói chung để nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, trang bị cho các thế hệ tương lai nền tảng văn hoá vững chắc và năng lực thích ứng cao trước mọi biến động của thiên nhiên và xã hội. Đổi mới giáo dục đã trở thành nhu cầu cấp thiết và xu thế mang tính toàn cầu.

Để thực hiện Nghị quyết 29 của Trung ương, ngày 28/11/2014, Quốc hội đã ban hành Nghị quyết số 88/2014/QH13 về đổi mới CT, SGK GDPT (sau đây gọi tắt là Nghị quyết 88). Căn cứ Nghị quyết 88 của Quốc hội, ngày

27/3/2015, Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Quyết định số 404/QĐ-TTg phê duyệt Đề án đổi mới CT, SGK GDPT (sau đây gọi tắt là Quyết định 404).

Thực hiện các Nghị quyết của Đảng, Quốc hội và Quyết định của Thủ tướng Chính phủ, Bộ GDĐT đã tổ chức xây dựng CT GDPT 2018 theo đúng các quy định của pháp luật: tổng kết, đánh giá CT, SGK hiện hành và việc thực hiện CT, SGK hiện hành nhằm xác định những ưu điểm cần kế thừa và những hạn chế, bất cập cần khắc phục; nghiên cứu bối cảnh kinh tế, chính trị, xã hội và văn hoá trong nước và quốc tế; tổ chức tập huấn về lí luận và kinh nghiệm trong nước, nước ngoài về xây dựng CT GDPT; biên soạn và tổ chức lấy ý kiến các cơ sở giáo dục, các chuyên gia giáo dục, các tầng lớp nhân dân về dự thảo CT GDPT; tổ chức dạy thực nghiệm và thẩm định CT GDPT.

Ngày 26/12/2018, Bộ trưởng Bộ GDĐT đã kí Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ban hành CT GDPT, bao gồm CT tổng thể (khung CT) và 27 CT môn học, HĐGD.

2. Quan điểm xây dựng CT GDPT 2018

CT GDPT 2018 được xây dựng dựa trên những quan điểm về CT GDPT và việc xây dựng, phát triển CT GDPT như sau:

a) Vai trò của CT GDPT

– CT GDPT là văn bản quy phạm pháp luật được ban hành theo quy định của Luật Giáo dục và các văn bản quy phạm pháp luật liên quan để điều chỉnh hành vi của các cơ quan nhà nước, các cơ sở giáo dục, cán bộ quản lí giáo dục, GV, HS và các tổ chức, cá nhân khác trong lĩnh vực GDPT; làm căn cứ để tổ chức công tác giáo dục, quản lí và giám sát chất lượng GDPT.

– Mặt khác, CT GDPT cũng là cam kết của Nhà nước bảo đảm các điều kiện thực hiện CT để người học đạt được các yêu cầu về phẩm chất chủ yếu và năng lực cốt lõi quy định trong CT, đúng như yêu cầu được nêu trong Nghị quyết 29 của Trung ương Đảng: “Trên cơ sở mục tiêu đổi mới GDĐT, cần xác định rõ và công khai mục tiêu, chuẩn đầu ra của từng bậc học, môn học, CT, ngành và chuyên ngành đào tạo. Coi đó là cam kết bảo đảm chất lượng của cả hệ thống và từng cơ sở GDĐT; là căn cứ giám sát, đánh giá chất lượng giáo dục, đào tạo.”

b) Căn cứ xây dựng CT GDPT

CT GDPT được xây dựng dựa trên những căn cứ sau đây:

– Căn cứ chính trị và pháp lí: quan điểm của Đảng Cộng sản Việt Nam, Nhà nước Việt Nam về đổi mới căn bản, toàn diện GDĐT thể hiện ;

– Căn cứ thực tiễn: nhu cầu phát triển của đất nước; kinh nghiệm xây dựng và thực hiện các CT GDPT đã có của Việt Nam; quyền của thanh niên, thiếu niên và nhi đồng;

– Căn cứ lí luận: những tiến bộ của thời đại về khoa học – công nghệ và xã hội; đặc điểm con người, văn hoá Việt Nam, các giá trị truyền thống của dân tộc và những giá trị chung của nhân loại; thành tựu nghiên cứu về khoa học giáo dục và kinh nghiệm xây dựng CT theo mô hình phát triển năng lực của những nền giáo dục tiên tiến trên thế giới.

c) Định hướng của CT GDPT

– Mục tiêu giáo dục: bảo đảm phát triển phẩm chất và năng lực người học;

– Nội dung giáo dục: giáo dục những kiến thức cơ bản, thiết thực, hiện đại; hài hoà đức, trí, thể, mỹ; chú trọng thực hành, vận dụng kiến thức để giải quyết vấn đề trong học tập và đời sống; tích hợp cao ở các lớp học dưới, phân hoá dần ở các lớp học trên;

– Phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục: áp dụng các phương pháp, hình thức tổ chức giáo dục phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi học sinh, các phương pháp kiểm tra, đánh giá phù hợp với mục tiêu giáo dục và phương pháp giáo dục để đạt được mục tiêu đó.

d) Tính hệ thống của CT GDPT

– CT GDPT bảo đảm kết nối chặt chẽ giữa các lớp học, cấp học với nhau;

– CT GDPT bảo đảm liên thông với CT GD mầm non, CT GD nghề nghiệp và CT GD đại học.

e) Tính mở của CT GDPT

– CT bảo đảm định hướng thống nhất và những nội dung giáo dục cốt lõi, bắt buộc đối với học sinh toàn quốc, đồng thời trao quyền chủ động và trách nhiệm cho địa phương và nhà trường trong việc lựa chọn, bổ sung một số nội dung giáo dục và triển khai kế hoạch giáo dục phù hợp với đối tượng giáo dục và điều kiện của địa phương, của cơ sở giáo dục, góp phần bảo đảm kết nối hoạt động của nhà trường với gia đình, chính quyền và xã hội.

– CT chỉ quy định những nguyên tắc, định hướng chung về yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực của học sinh, nội dung giáo dục, phương pháp giáo dục và phương pháp đánh giá kết quả giáo dục, không quy định quá chi tiết, để tạo điều kiện cho tác giả SGK và giáo viên phát huy tính chủ động, sáng tạo trong thực hiện CT.

– CT bảo đảm tính ổn định và khả năng phát triển trong quá trình thực hiện cho phù hợp với tiến bộ khoa học - công nghệ và yêu cầu của thực tế.

3. Phương pháp xây dựng CT GDPT 2018

Về kĩ thuật xây dựng CT, CT GDPT mới áp dụng hai phương pháp sau:

a) Phương pháp “sơ đồ ngược”

Quy trình xây dựng các CT GDPT truyền thống thường bắt đầu bằng việc xác định mục tiêu và nội dung giáo dục. Đó là những CT theo định hướng tiếp cận nội dung. Việc xác định mục tiêu và nội dung giáo dục trong CT theo định hướng tiếp cận nội dung chủ yếu dựa trên kinh nghiệm của người xây dựng CT.

CT GDPT mới được xây dựng theo định hướng tiếp cận năng lực. Để việc xác định nội dung giáo dục có cơ sở chắc chắn, người xây dựng CT phải lùi lại một bước, cụ thể hoá mục tiêu giáo dục bằng các chuẩn đầu ra, tức là những yêu cầu cụ thể về phẩm chất và năng lực mà người học cần đạt được.

Nhưng trước khi xác định mục tiêu giáo dục làm căn cứ xác định chuẩn đầu ra, người xây dựng CT phải lùi một bước, xác định nhu cầu phát triển nguồn nhân lực.

Để xác định được nhu cầu phát triển nguồn nhân lực, người xây dựng CT phải lùi thêm một bước nữa, nghiên cứu nhu cầu phát triển của đất nước.

Nhưng để xác định được nhu cầu phát triển của đất nước thì trước đó phải đánh giá được bối cảnh trong nước và quốc tế ở giai đoạn tương ứng.

Quy trình làm việc như trên được các chuyên gia giáo dục quốc tế gọi là phương pháp sơ đồ ngược (back-mapping). Quy trình này bảo đảm cho CT phù hợp với yêu cầu của thực tiễn.

Sơ đồ ngược (back-mapping) xây dựng CT GDPT



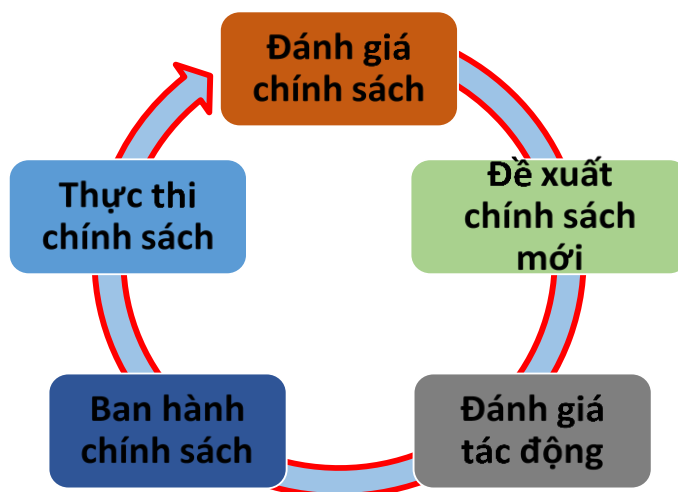
b) Phương pháp đánh giá tác động của chính sách

CT GDPT là một văn bản quy phạm pháp luật, điều chỉnh hành vi xã hội, tác động đến đông đảo người dân, đặc biệt là thế hệ trẻ và tác động đến sự phát triển của đất nước, cho nên nó phải được ban hành đúng quy trình ban hành văn bản quy phạm pháp luật.

Quy trình này đã được Luật Ban hành văn bản quy phạm pháp luật quy định, bao gồm các bước như sau:

(i) Đánh giá chính sách và việc thực thi chính sách hiện hành; (ii) Đề xuất chính sách mới; (iii) Đánh giá tác động của chính sách mới; (iv) Điều chỉnh đề xuất, ban hành chính sách mới; (v) Thực thi chính sách mới.

Sơ đồ phương pháp đánh giá tác động của chính sách



Quy trình làm việc như trên được gọi là phương pháp đánh giá tác động của chính sách (Regulatory Impact Assessment).

II. NHỮNG ĐIỂM MỚI CỦA CT GDPT 2018

1. Về mục tiêu giáo dục

Các văn kiện của Đảng và Nhà nước về đổi mới CT, SGK GDPT như Nghị quyết 29, Nghị quyết 88 và Quyết định 404 đều xác định mục tiêu đổi mới CT GDPT là góp phần chuyển nền giáo dục nặng về truyền thụ kiến thức sang nền giáo dục phát triển toàn diện phẩm chất và năng lực của người học. Nói một cách vắn tắt, nếu như một CT đặt mục tiêu truyền thụ kiến thức đơn thuần trả lời cho câu hỏi: “Học xong CT, HS **biết** được những gì?” thì một CT đặt mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực của người học sẽ phải trả lời được cho câu hỏi: “Học xong CT, HS **làm** được những gì?”.

1.1. Phẩm chất và CT giáo dục phát triển phẩm chất

1.1.1. Khái niệm phẩm chất

Nghị quyết 88 yêu cầu: “Đổi mới CT, SGK GDPT nhằm tạo chuyển biến căn bản, toàn diện về chất lượng và hiệu quả GDPT; kết hợp dạy chữ, dạy người và định hướng nghề nghiệp; góp phần chuyển nền giáo dục nặng về truyền thụ kiến thức sang nền giáo dục phát triển toàn diện cả về phẩm chất và năng lực, hài hoà đức, trí, thể, mỹ và phát huy tốt nhất tiềm năng của mỗi học sinh.”

Trong tiếng Việt, phẩm chất được hiểu là “cái làm nên giá trị của người hay vật”. Tâm lí học phân biệt phẩm chất tâm lí – “những đặc điểm thuộc tính tâm lí, nói lên mặt đức (theo nghĩa rộng) của một nhân cách” với phẩm chất trí tuệ – “những đặc điểm bảo đảm cho hoạt động nhận thức của một người đạt kết quả tốt, bao gồm những phẩm chất của tri giác (óc quan sát), của trí nhớ (nhớ nhanh, chính xác,...), của tưởng tượng, tư duy, ngôn ngữ và chú ý. Trí thông minh là hiệu quả tổng hợp của phẩm chất trí tuệ”. Như vậy, đặt trong sự đối sánh với năng lực, khái niệm phẩm chất nêu trong các văn kiện của Đảng và Nhà nước về đổi mới CT, SGK GDPT có nghĩa là đạo đức. Yêu cầu “phát triển toàn diện cả về phẩm chất và năng lực” là sự tiếp nối truyền thống xây dựng con người toàn diện có đức có tài, vừa hồng vừa chuyên của dân tộc.

Trong giáo dục cũng như trong đời sống, phẩm chất (đức) được đánh giá bằng hành vi, còn năng lực (tài) được đánh giá bằng hiệu quả của hành động.

1.1.2. Yêu cầu cần đạt về phẩm chất và căn cứ xác định các yêu cầu cần đạt về phẩm chất của người học trong CT GDPT

CT GDPT các nước phương Tây thường không quy định chuẩn về phẩm chất của học sinh, mặc dù rất đề cao và chú trọng giáo dục các giá trị tinh thần. Lí do là CT chỉ quy định những chuẩn có thể đo lường được.

Trong khi đó, hầu hết CT GDPT các nước châu Á đều quy định những phẩm chất mà học sinh cần đạt.

CT GDPT của Singapore tập trung vào 6 giá trị: tôn trọng, trách nhiệm, chính trực, chu đáo, kiên cường, hoà đồng.

CT của Thái Lan hướng đến 7 giá trị truyền thống và 7 giá trị hiện đại:

– Các giá trị truyền thống gồm: (i) Thân ái, chăm sóc, chia sẻ; (ii) Bình tâm; (iii) Nhã nhặn, lịch sự; (iv) Giản dị; (v) Yêu hoà bình và hài hoà; (vi) Yêu gia đình; (vii) Yêu nước.

– Các giá trị hiện đại gồm: (i) Tự trọng, tự tin; (ii) Tôn trọng nhân phẩm, nhân quyền; (iii) Khoan dung; (iv) Công lí và công bằng; (v) Trách nhiệm; (vi) Hài hoà giữa tinh thần dân tộc và quốc tế; (vii) Yêu và bảo vệ thiên nhiên

CT của Hàn Quốc tập trung vào 4 giá trị: trung thực, quan tâm, chính nghĩa, trách nhiệm.

CT của Nhật Bản xác định nhiệm vụ giáo dục đạo đức nhằm 6 mục tiêu và 3 trọng điểm:

– Sáu mục tiêu là: (i) Tôn trọng nhân phẩm, lòng yêu quý cuộc sống; (ii) Kế thừa, phát triển văn hoá truyền thống và sáng tạo văn hoá giàu tính cá nhân; (iii) Nỗ lực hình thành, phát triển một xã hội và đất nước dân chủ; (iv) Có đóng góp cho sự phát triển một thế giới hoà bình; (v) Có thể tự quyết định

một cách độc lập; (vi) Có ý thức đạo đức: kỉ luật, tự kiểm chế, tinh thần tập thể.

– Ba trọng điểm là: (i) Sự tôn trọng cuộc sống; (ii) Quan hệ cá nhân và cộng đồng; (iii) Ý thức về trật tự dọc.

Các phẩm chất đạo đức trong CT GDPT Nhật Bản gồm 4 nhóm:

– Liên quan đến bản thân: đúng mực, chuyên cần, dũng cảm, chân thành, coi trọng tự do và hành động có kỉ luật, tự hoàn thiện, yêu chuộng sự thật.

– Liên quan đến người khác: lịch sự, quan tâm, hiểu biết và tin tưởng, giúp đỡ, biết ơn và kính trọng, khiêm tốn.

– Liên quan đến nhóm và xã hội: nghĩa vụ cộng đồng, công bằng, trách nhiệm, siêng năng, kính trọng, đóng góp, tôn trọng các thành viên, truyền thống, các nền văn hoá khác và yêu nước;

– Liên quan với tự nhiên và siêu nhiên: tôn trọng tự nhiên, tôn trọng cuộc sống, nhạy cảm, thẩm mỹ, cao thượng.

CT GDPT mới của nước ta đã tham khảo những kinh nghiệm nói trên, xác định mục tiêu hình thành và phát triển cho HS những phẩm chất chủ yếu sau: yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm.

1.1.3. CT giáo dục phát triển phẩm chất của người học

Trong giáo dục, phẩm chất của người học được hình thành và phát triển bằng hai con đường:

– Thông qua nội dung kiến thức của một số môn học. Ví dụ, tinh thần yêu nước có thể được hun đúc thông qua nội dung của các môn Lịch sử, Giáo dục công dân, Giáo dục quốc phòng và an ninh, Hoạt động trải nghiệm và một số nội dung của các môn Ngữ văn, Địa lí, Sinh học,... Phần lớn các môn học này cũng bồi dưỡng cho học sinh lòng nhân ái, khoan dung, ý thức tôn trọng các nền văn hoá khác nhau, tôn trọng sự khác biệt giữa mọi người.

– Thông qua phương pháp giáo dục. Ví dụ, tính chăm chỉ, thái độ trung thực và tinh thần trách nhiệm từng bước được hình thành và phát triển thông qua lao động học tập hằng ngày dưới sự hướng dẫn, rèn luyện của thầy cô. Tinh thần yêu nước và lòng nhân ái cũng chỉ có thể hình thành và phát triển bền vững thông qua các hoạt động thực tế.

1.2. Năng lực và CT giáo dục phát triển năng lực

1.2.1. Khái niệm năng lực

Các nhà giáo dục học nêu ra nhiều định nghĩa khác nhau về năng lực (competency).

- *Năng lực* là “khả năng đáp ứng một cách hiệu quả những yêu cầu phức hợp trong một bối cảnh cụ thể.”¹. Định nghĩa này nêu được đặc trưng quan trọng nhất để nhận diện năng lực là “hiệu quả”, nhưng chưa làm rõ được cấu trúc và “địa chỉ” tồn tại của năng lực.

- *Năng lực* là “tổng hợp các khả năng và kĩ năng sẵn có hoặc học được cũng như sự sẵn sàng của HS nhằm giải quyết những vấn đề nảy sinh và hành động một cách có trách nhiệm, có sự phê phán để đi đến giải pháp.”² Định nghĩa này cũng nói tới sự đóng góp của những yếu tố “sẵn có” ở mỗi cá nhân vào việc phát triển năng lực của bản thân.

- *Năng lực* là “khả năng hành động, thành công và tiến bộ dựa vào việc huy động và sử dụng hiệu quả tổng hợp các nguồn lực để đối mặt với các tình huống trong cuộc sống.”³.

Từ định nghĩa trên, có thể rút ra những đặc điểm chính của năng lực là:

– Năng lực là sự kết hợp giữa tố chất sẵn có và quá trình học tập, rèn luyện của người học;

– Năng lực là kết quả huy động tổng hợp các kiến thức, kĩ năng và các thuộc tính cá nhân khác như hứng thú, niềm tin, ý chí,...

– Năng lực được hình thành, phát triển thông qua hoạt động và thể hiện ở sự thành công trong hoạt động thực tiễn.

1.2.2. Yêu cầu cần đạt về năng lực và căn cứ xác định yêu cầu cần đạt về năng lực của người học

CT GDPT mới hình thành và phát triển cho học sinh những năng lực cốt lõi sau: (i) Những năng lực chung được tất cả các môn học và HĐGD góp phần hình thành, phát triển: năng lực tự chủ và tự học, năng lực giao tiếp và hợp tác, năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo; (ii) Những năng lực chuyên môn được hình thành, phát triển chủ yếu thông qua một số môn học và HĐGD nhất định: năng lực ngôn ngữ, năng lực tính toán, năng lực tìm hiểu tự nhiên và xã hội, năng lực công nghệ, năng lực tin học, năng lực thẩm mỹ, năng lực thể chất.

Bên cạnh việc hình thành, phát triển các năng lực cốt lõi, CT GDPT còn góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng lực đặc biệt (năng khiếu) của HS.

1.2.3. CT giáo dục phát triển năng lực của người học

Để phát triển năng lực của người học, CT GDPT của các nước thường chú trọng những vấn đề sau: (i) Dạy học phân hoá để phát huy tốt nhất tiềm năng, sở trường, phù hợp với sở thích, hứng thú của mỗi học sinh; (ii) Dạy học thông qua các chủ đề, học phần, môn học tích hợp để giúp người học rút ngắn quá trình huy động tổng hợp các nguồn lực thành năng lực; (iii) Dạy học

thông qua hoạt động tự học, thực hành, vận dụng của người học để hình thành, phát triển vững chắc năng lực của người học qua hoạt động.

CT GDPT mới của nước ta đã vận dụng những kinh nghiệm nói trên để đổi mới nội dung và phương pháp giáo dục, cụ thể là:

– Dạy học phân hoá:

Dạy học phân hoá là định hướng thiết kế nội dung và phương pháp giáo dục phù hợp với đặc điểm tâm - sinh lí, khả năng, nhu cầu, hứng thú và định hướng nghề nghiệp của các đối tượng HS khác nhau, nhằm phát triển tối đa tiềm năng vốn có của mỗi HS.

Dạy học phân hoá là xu hướng chung của các nước. So với CT hiện hành, chủ trương dạy học phân hoá trong CT GDPT 2018 có một số điểm khác như: thực hiện dạy học phân hoá ở tất cả các cấp học theo phương châm tích hợp cao ở các lớp học, cấp học dưới, phân hoá dần ở các lớp học, cấp học trên; áp dụng hình thức tự chọn thay cho hình thức phân ban; thực hiện yêu cầu phân hoá cả trong mục tiêu, nội dung, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục; chú trọng cả phân hoá trong (phân hoá vi mô) và phân hoá ngoài (phân hoá vĩ mô).

Phân hoá trong thể hiện chủ yếu qua định hướng về phương pháp giáo dục, nhấn mạnh tính tích cực hoá hoạt động của người học, khuyến khích HS tích cực tham gia vào các hoạt động học tập, tự phát hiện năng lực, nguyện vọng của bản thân, và qua định hướng về đánh giá kết quả giáo dục, nhấn mạnh bảo đảm sự tiến bộ của từng HS.

Phân hoá ngoài thể hiện ở các môn học tự chọn, các chủ đề, chuyên đề học tập lựa chọn theo nguyện vọng và định hướng nghề nghiệp. Ở giai đoạn giáo dục cơ bản, bên cạnh nhiệm vụ trọng tâm là thực hiện giáo dục toàn diện và tích hợp, CT GDPT thiết kế một số môn học và HĐGD theo các chủ đề, tạo điều kiện cho HS lựa chọn những học phần hoặc chủ đề phù hợp với sở thích và năng lực của bản thân. Ở giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp, bên cạnh một số môn học và HĐGD bắt buộc, HS được lựa chọn những môn học và chuyên đề học tập phù hợp với nguyện vọng và định hướng nghề nghiệp của mình.

– Dạy học tích hợp:

Dạy học tích hợp là định hướng thiết kế nội dung giáo dục giúp HS phát triển khả năng huy động tổng hợp kiến thức, kỹ năng thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau để giải quyết có hiệu quả các vấn đề trong học tập và trong đời sống, qua đó phát triển được năng lực cần thiết, nhất là năng lực giải quyết vấn đề. Tính tích hợp thể hiện qua sự huy động, kết hợp, liên hệ các yếu tố có liên quan với nhau của nhiều lĩnh vực, nhiều môn học để giải quyết có hiệu quả một vấn đề và thường đạt được nhiều mục tiêu khác nhau.

Dạy học tích hợp là xu thế chung của CT GDPT các nước. So với CT hiện hành, chủ trương dạy học tích hợp trong CT GDPT 2018 có một số điểm

khác như: tăng cường tích hợp nhiều nội dung trong cùng một môn học; xây dựng một số môn học tích hợp mới ở các cấp học, tinh thần chung là tích hợp cao ở các lớp học, cấp học dưới và phân hoá dần ở các lớp học, cấp học trên; thực hiện dạy học tích hợp cả trong mục tiêu, nội dung, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục.

Ở cấp tiểu học, CT GDPT mới tiếp tục xây dựng một số môn học có tính tích hợp trên cơ sở phát triển các môn học tích hợp đã có như: Tự nhiên và xã hội, Lịch sử và Địa lí, Khoa học.

Ở cấp THCS, CT GDPT mới xây dựng hai môn học mới có tính tích hợp là: (i) Khoa học tự nhiên (được hình thành chủ yếu từ các ngành khoa học Vật lí, Hoá học, Sinh học, Khoa học Trái Đất); (ii) Lịch sử và Địa lí (được hình thành chủ yếu từ các ngành khoa học Lịch sử, Địa lí).

Ở cả ba cấp học còn có một hoạt động giáo dục tích hợp là Hoạt động trải nghiệm (tiểu học) và Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp (THCS và THPT).

– Dạy học thông qua hoạt động tích cực của người học:

Đặc điểm chung của các phương pháp giáo dục được áp dụng trong CT GDPT 2018 là tích cực hoá hoạt động của người học, trong đó GV đóng vai trò tổ chức, hướng dẫn hoạt động cho HS, tạo môi trường học tập thân thiện và những tình huống có vấn đề để khuyến khích HS tích cực tham gia vào các hoạt động học tập, tự phát hiện năng lực, nguyện vọng của bản thân, rèn luyện thói quen và khả năng tự học, phát huy tiềm năng và những kiến thức, kĩ năng đã tích lũy được để phát triển.

Các hoạt động học tập của HS bao gồm hoạt động khám phá vấn đề, hoạt động luyện tập và hoạt động thực hành (ứng dụng những điều đã học để phát hiện và giải quyết những vấn đề có thực trong đời sống) được tổ chức trong và ngoài khuôn viên nhà trường thông qua một số hình thức chủ yếu như học lí thuyết; thực hiện bài tập, thí nghiệm, trò chơi, đóng vai, dự án nghiên cứu; tham gia seminar, tham quan, cắm trại, đọc sách; sinh hoạt tập thể, hoạt động phục vụ cộng đồng.

Tùy theo mục tiêu cụ thể và tính chất của hoạt động, HS được tổ chức làm việc độc lập, làm việc theo nhóm hoặc làm việc chung cả lớp. Dù làm việc độc lập, theo nhóm hay theo đơn vị lớp, mỗi HS đều được tạo điều kiện để tự mình thực hiện nhiệm vụ học tập và trải nghiệm thực tế.

2. Kế hoạch và nội dung giáo dục ở cấp THCS

2.2.1. Thời lượng giáo dục

Cấp THCS thực hiện dạy học 1 buổi/ngày, mỗi buổi không bố trí quá 5 tiết học.

Khuyến khích các trường THCS đủ điều kiện thực hiện dạy học 2 buổi/ngày theo hướng dẫn của Bộ GDĐT.

2.2.2. Các môn học và HĐGD

– Các môn học và HĐGD bắt buộc:

+ Ngữ văn; Toán; Ngoại ngữ 1; Giáo dục công dân; Lịch sử và Địa lí; Khoa học tự nhiên; Công nghệ; Tin học; **Giáo dục thể chất**; Nghệ thuật; Hoạt động trải nghiệm; Nội dung giáo dục của địa phương.

Các môn học và hoạt động giáo dục bắt buộc đều tích hợp nội dung giáo dục hướng nghiệp; ở lớp 8 và lớp 9, các môn học Công nghệ, Tin học, Nghệ thuật, Giáo dục công dân, Hoạt động trải nghiệm và Nội dung giáo dục của địa phương có chủ đề về nội dung giáo dục hướng nghiệp.

– Các môn học tự chọn:

+ Tiếng dân tộc thiểu số, Ngoại ngữ 2.

3. Về phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục

3.1. Phương pháp giáo dục

Các môn học và hoạt động giáo dục trong nhà trường áp dụng các phương pháp tích cực hoá hoạt động của người học, trong đó giáo viên đóng vai trò tổ chức, hướng dẫn hoạt động cho học sinh, tạo môi trường học tập thân thiện và những tình huống có vấn đề để khuyến khích học sinh tích cực tham gia vào các hoạt động học tập, tự phát hiện năng lực, nguyện vọng của bản thân, rèn luyện thói quen và khả năng tự học, phát huy tiềm năng và những kiến thức, kĩ năng đã tích lũy được để phát triển. Các hoạt động học tập của học sinh bao gồm hoạt động khám phá vấn đề, hoạt động luyện tập và hoạt động thực hành (ứng dụng những điều đã học để phát hiện và giải quyết những vấn đề có thực trong đời sống), được thực hiện với sự hỗ trợ của Thiết bị dạy học tối thiểu, đồ dùng học tập và công cụ khác, đặc biệt là công cụ tin học và các hệ thống tự động hoá của kỹ thuật số.

Các hoạt động học tập nói trên được tổ chức trong và ngoài khuôn viên nhà trường thông qua một số hình thức chủ yếu sau: học lí thuyết; thực hiện bài tập, thí nghiệm, trò chơi, đóng vai, dự án nghiên cứu; tham gia xêmina, tham quan, cắm trại, đọc sách; sinh hoạt tập thể, hoạt động phục vụ cộng đồng.

Tùy theo mục tiêu cụ thể và tính chất của hoạt động, học sinh được tổ chức làm việc độc lập, làm việc theo nhóm hoặc làm việc chung cả lớp.

Tuy nhiên, dù làm việc độc lập, theo nhóm hay theo đơn vị lớp, mỗi học sinh đều phải được tạo điều kiện để tự mình thực hiện nhiệm vụ học tập và trải nghiệm thực tế.

3.2. Đánh giá kết quả giáo dục

Ở Việt Nam, kết quả đánh giá chưa đạt được mục tiêu cung cấp thông tin cho nhà quản lí và giáo viên để hướng dẫn và điều chỉnh các hoạt động

dạy học. Giáo viên và học sinh có xu hướng dạy và học để ứng phó với kỳ thi, chạy theo thành tích, thay vì hướng đến việc đạt được mục tiêu giáo dục.

Do đó, các kỳ thi và kiểm tra đã tạo ra nhiều áp lực cho học sinh, giáo viên, cha mẹ học sinh và xã hội nói chung.

Trong CT GDPT mới, việc đánh giá học sinh sẽ có những thay đổi căn bản. Căn cứ đánh giá là các yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực được quy định trong CT tổng thể và CT môn học, hoạt động giáo dục.

Việc đánh giá thường xuyên do giáo viên phụ trách môn học tổ chức, dựa trên kết quả đánh giá của giáo viên, của phụ huynh học sinh, của bản thân học sinh được đánh giá và của các học sinh khác trong tổ, trong lớp.

Việc đánh giá định kỳ do cơ sở giáo dục tổ chức để phục vụ công tác quản lý các hoạt động dạy học, bảo đảm chất lượng ở cơ sở giáo dục và phục vụ công tác phát triển CT. Việc đánh giá trên diện rộng ở cấp quốc gia, cấp địa phương do tổ chức khảo thí cấp quốc gia hoặc cấp tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương tổ chức để phục vụ công tác quản lý các hoạt động dạy học, bảo đảm chất lượng đánh giá kết quả giáo dục ở cơ sở giáo dục, phục vụ công tác phát triển CT và nâng cao chất lượng giáo dục.

CT GDPT tổng thể nêu rõ: “Bộ GDĐT sẽ nghiên cứu từng bước áp dụng các thành tựu của khoa học đo lường, đánh giá trong giáo dục và kinh nghiệm quốc tế vào việc nâng cao chất lượng đánh giá kết quả giáo dục, xếp loại học sinh ở cơ sở giáo dục và sử dụng kết quả đánh giá trên diện rộng làm công cụ kiểm soát chất lượng đánh giá ở cơ sở giáo dục, hỗ trợ mục tiêu phát triển phẩm chất, năng lực người học của CT GDPT mới.”

III. TÍNH KẾ THỪA VÀ PHÁT TRIỂN CỦA CT GDPT 2018 ĐỐI VỚI CT GDPT HIỆN HÀNH.

1. Tính kế thừa.

Tính kế thừa của CT GDPT 2018 so với CT hiện hành được thể hiện như sau:

- Về mục tiêu giáo dục, CT GDPT 2018 tiếp tục được xây dựng trên quan điểm phát triển con người toàn diện, hài hòa về đức, trí, thể, mỹ.

- Về phương châm giáo dục, CT GDPT 2018 kế thừa các nguyên lý giáo dục nền tảng như “Học đi đôi với hành”, “Lí luận gắn liền với thực tiễn”, “Giáo dục nhà trường kết hợp với giáo dục gia đình và giáo dục xã hội”.

- Về nội dung giáo dục, bên cạnh một số kiến thức được cập nhật để phù hợp với những thành tựu mới của khoa học - công nghệ và định hướng mới của CT, kiến thức nền tảng của các môn học trong CT GDPT 2018 chủ yếu là những kiến thức cốt lõi, tương đối ổn định trong các lĩnh vực tri thức của nhân loại, được kế thừa từ CT hiện hành, nhưng được tổ chức lại để giúp HS phát triển phẩm chất và năng lực một cách hiệu quả hơn.

- Về hệ thống môn học, trong chương trình mới, chỉ có một số môn học và HĐGD mới hoặc mang tên mới là: Tin học và Công nghệ, Ngoại ngữ, Hoạt động trải nghiệm ở cấp tiểu học; Lịch sử và Địa lí, Khoa học tự nhiên ở cấp THCS; Âm nhạc, Mĩ thuật, Giáo dục kinh tế và pháp luật ở cấp THPT; Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp và Nội dung giáo dục của địa phương ở các cấp THCS, THPT

- Về thời lượng dạy học, tuy chương trình mới có thực hiện giảm tải so với chương trình hiện hành nhưng những tương quan về thời lượng dạy học giữa các môn học không có sự xáo trộn.

- Về phương pháp giáo dục, phương pháp giáo dục mới phát huy tính tích cực của HS, khắc phục nhược điểm của phương pháp truyền thụ một chiều. Từ nhiều năm nay, Bộ GDĐT đã phổ biến và chỉ đạo áp dụng nhiều phương pháp giáo dục mới (như mô hình trường học mới, phương pháp bàn tay nặn bột, giáo dục STEM,...); do đó, hầu hết GV và HS các cấp học đã được làm quen, nhiều GV và HS đã vận dụng thành thạo các phương pháp dạy và học mới.

2. Tính phát triển

2.1. Tổng quan

Để thực hiện mục tiêu đổi mới, CT GDPT 2018 vừa kế thừa và phát triển những ưu điểm của CT GDPT hiện hành, vừa phải khắc phục những hạn chế, bất cập của CT này. Những điểm cần khắc phục cũng chính là những khác biệt chủ yếu của CT mới so với CT hiện hành, cụ thể như sau:

- CT hiện hành được xây dựng theo định hướng nội dung, nặng về truyền thụ kiến thức, chưa chú trọng giúp HS vận dụng kiến thức học được vào thực tiễn. Theo mô hình này, kiến thức vừa là “chất liệu”, “đầu vào” vừa là “kết quả”, “đầu ra” của quá trình giáo dục.

Vì vậy, HS phải học và ghi nhớ rất nhiều nhưng khả năng vận dụng vào đời sống rất hạn chế.

CT GDPT 2018 được xây dựng theo mô hình phát triển năng lực, thông qua những kiến thức cơ bản, thiết thực, hiện đại và các phương pháp tích cực hóa hoạt động của người học, giúp HS hình thành và phát triển những phẩm chất và năng lực mà nhà trường và xã hội kì vọng. Theo cách tiếp cận này, kiến thức được dạy học không nhằm mục đích tự thân. Nói cách khác, giáo dục không phải để truyền thụ kiến thức mà nhằm giúp HS hoàn thành các công việc, giải quyết các vấn đề trong học tập và đời sống nhờ vận dụng hiệu quả và sáng tạo những kiến thức đã học. Quan điểm này được thể hiện nhất quán ở nội dung giáo dục, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục.

- CT hiện hành có nội dung giáo dục gần như đồng nhất cho tất cả HS; việc định hướng nghề nghiệp cho HS, ngay cả ở cấp THPT chưa được xác định rõ ràng.

CT GDPT 2018 phân biệt rõ hai giai đoạn:

- Giai đoạn giáo dục cơ bản (từ lớp 1 đến lớp 9)

- Giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp (từ lớp 10 đến lớp 12).

- Trong CT hiện hành, sự kết nối giữa chương trình các cấp học trong một môn học và giữa chương trình các môn học chưa chặt chẽ; một số nội dung giáo dục bị trùng lặp, chồng chéo hoặc chưa thật sự cần thiết đối với học sinh phổ thông.

- CT GDPT 2018 chú ý hơn đến tính kết nối giữa CT của các lớp học, cấp học trong từng môn học, HGD và giữa CT của các môn học, HGD trong từng lớp học, cấp học. Việc xây dựng CT tổng thể, lần đầu tiên được thực hiện tại Việt Nam, đặt cơ sở cho sự kết nối này.

- CT hiện hành thiếu tính mở nên hạn chế khả năng chủ động và sáng tạo của địa phương và nhà trường cũng như của tác giả SGK và giáo viên.

CT GDPT 2018 bảo đảm định hướng thống nhất và những nội dung giáo dục cốt lõi, bắt buộc đối với HS toàn quốc, đồng thời trao quyền chủ động và trách nhiệm cho địa phương và nhà trường trong việc lựa chọn, bổ sung một số nội dung giáo dục và triển khai kế hoạch giáo dục phù hợp với đối tượng giáo dục và điều kiện của địa phương, của cơ sở giáo dục, góp phần bảo đảm kết nối hoạt động của nhà trường với gia đình, chính quyền và xã hội.

2.2. Một số giải pháp cụ thể

2.2.1. Thực hiện giảm tải

a) Hiện tượng “quá tải”

Từ nhiều năm trước khi thực hiện CT hiện hành, dư luận bắt đầu nêu lên hiện tượng “quá tải” trong GDPT. Từ hình ảnh chiếc cặp quá nặng của HS tiểu học đến CT thiên về lí thuyết, thời gian học tập lấn át giờ vui chơi và lịch kiểm tra, thi cử quá dày đều được cha mẹ HS và báo chí nêu lên như những điển hình về sức ép học hành đối với thanh niên, thiếu niên, nhi đồng.

Quốc hội đã sửa đổi Luật Giáo dục, bỏ các kì thi tốt nghiệp tiểu học và THCS. Bộ GDĐT liên tục cắt giảm nội dung và thời lượng học, điều chỉnh cách kiểm tra, thi cử. Nhưng việc học hành vẫn nặng nề, dư luận vẫn mong muốn CT, SGK phải thực hiện giảm tải nhiều hơn nữa.

Vậy, vì sao việc học hành của HS Việt Nam vẫn trở nên quá tải? Có thể nêu lên những nguyên nhân chính dẫn đến quá tải như sau:

Thứ nhất, nội dung giáo dục còn nặng về lí thuyết; nhiều nội dung không thiết thực, vừa khó học, dễ quên, vừa không gây được hứng thú cho HS.

Thứ hai, phương pháp dạy học còn nặng về thuyết trình, không phát huy được tính tích cực của HS trong việc khám phá, thực hành và vận dụng kiến thức, khiến HS thiếu hứng thú học tập.

Thứ ba, thời lượng học được phân bổ đồng loạt đối với tất cả các trường trong cả nước, nhiều khi chưa tương thích với nội dung học tập; trong khi đó, GV không được quyền chủ động bố trí thời lượng dạy học phù hợp với bài học, HS và điều kiện thực tế của trường, lớp mình.

Thứ tư, HS phải đối phó với nhiều kì thi, đặc biệt là thi chuyển cấp và thi tốt nghiệp THPT, do đó phải học nhiều.

Thứ năm, hiện tượng dạy thêm học thêm tràn lan chiếm thời gian nghỉ ngơi, khiến HS căng thẳng và mệt mỏi.

Thứ sáu, do mong muốn quá nhiều ở con và do áp lực cạnh tranh, nhiều bậc cha mẹ bắt con tham gia quá nhiều CT học tập ngoài nhà trường.

b) Các biện pháp “giảm tải”

CT GDPT 2018 áp dụng 6 biện pháp “giảm tải” như sau:

- Giảm số môn học và HĐGD

+ Nhờ thực hiện dạy học tích hợp và sắp xếp lại kế hoạch giáo dục ở các cấp học, CT GDPT 2018 giảm được số môn học so với CT hiện hành:

+ Chương trình mới của các lớp THCS đều có 12 môn học và HĐGD. Trong chương trình hiện hành, lớp 6 và lớp 7 có 16 môn học và HĐGD; lớp 8 và lớp 9 có 17 môn học và HĐGD.

- Giảm số tiết học

+ Ở THCS, HS học 3.070 giờ.

+ Theo CT hiện hành, HS học 3.124 giờ.

- Giảm kiến thức kinh viện

+ CT hiện hành thiên về trang bị kiến thức cho HS, do đó chứa đựng nhiều kiến thức kinh viện, không phù hợp và không thiết thực đối với HS.

+ CT 2018 lấy việc phát triển phẩm chất và năng lực thực tiễn của HS làm mục tiêu, xuất phát từ yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực ở từng giai đoạn học tập để lựa chọn nội dung giáo dục phù hợp, giảm bớt đáng kể kiến thức kinh viện, làm cho bài học nhẹ nhàng hơn.

- Tăng cường dạy học phân hoá, tự chọn

CT 2018 là một CT mở, tạo điều kiện cho HS được lựa chọn nội dung học tập và môn học phù hợp với nguyện vọng, sở trường của mình. Được chọn những nội dung học tập (ở cả ba cấp học) và môn học (ở cấp THPT) phù hợp với nguyện vọng, sở trường, HS sẽ không bị ức chế, dẫn tới quá tải, mà ngược lại, sẽ học tập hào hứng, hiệu quả hơn.

- Thực hiện phương pháp dạy học mới

CT 2018 triệt để thực hiện phương pháp dạy học tích cực; theo đó, HS được hoạt động để tự mình tìm tòi kiến thức, phát triển kỹ năng và vận dụng vào đời sống, còn GV không thiên về truyền thụ kiến thức mà đóng vai trò hướng dẫn hoạt động cho HS. GV được quyền chủ động phân bổ thời gian dạy học và lựa chọn phương pháp dạy học phù hợp với mỗi nội dung, mỗi đối tượng và hoàn cảnh cụ thể. Đây cũng là những yếu tố quan trọng để giảm tải CT.

- Đổi mới việc đánh giá kết quả giáo dục

CT 2018 xác định mục tiêu đánh giá kết quả giáo dục là cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của chương trình và sự tiến bộ của HS để hướng dẫn hoạt động học tập, điều chỉnh các hoạt động dạy học, quản lý và phát triển CT, bảo đảm sự tiến bộ của từng HS và nâng cao chất lượng giáo dục. Từ phương thức đánh giá đến nội dung đánh giá, hình thức công bố kết quả đánh giá sẽ có những cải tiến nhằm bảo đảm độ tin cậy, khách quan, phù hợp với từng lứa tuổi, từng cấp học, không gây áp lực lên HS.

Các giải pháp nói trên đã góp phần quan trọng giảm tải CT. Tuy nhiên, để khắc phục được triệt để nguyên nhân gây quá tải, cơ quan quản lý nhà nước ở địa phương, cơ sở giáo dục và GV cần phối hợp chặt chẽ để quản lý việc dạy thêm học thêm; các bậc cha mẹ HS cũng cần tính toán để giúp con xây dựng kế hoạch học tập, vui chơi, nghỉ ngơi hợp lý, tránh tạo thêm áp lực cho con ngoài giờ học ở trường.

2.2.2. Giáo dục hướng nghiệp

Ngày 19/3/1981, Hội đồng Chính phủ ban hành Quyết định số 126–CP về công tác hướng nghiệp trong trường phổ thông và việc sử dụng hợp lý học sinh các cấp phổ thông cơ sở và phổ thông trung học ra trường. Thực hiện Quyết định của Hội đồng Chính phủ, CT GDPT trước năm 2000 và CT hiện hành triển khai giáo dục hướng nghiệp thông qua 4 hình thức sau: (i) Hoạt động hướng nghiệp (còn gọi là Sinh hoạt hướng nghiệp), (ii) Học nghề phổ thông và tham gia các hoạt động sản xuất, (iii) Hướng nghiệp trong các môn văn hoá, (iv) Hoạt động tham quan, ngoại khoá.

Qua hơn 25 năm thực hiện, giáo dục hướng nghiệp có đạt được một số kết quả nhất định, nhưng việc dạy nghề phổ thông không thành công, sinh hoạt hướng nghiệp không có kết quả; nhiều nơi chỉ thực hiện một cách hình thức.

Trên cơ sở phân tích thực trạng và nguyên nhân thành công, hạn chế của giáo dục hướng nghiệp và phân luồng trong các CT đã có, CT GDPT 2018 xác định nội dung giáo dục nghề nghiệp như sau:

– Giáo dục hướng nghiệp bao gồm toàn bộ các hoạt động của nhà trường phối hợp với gia đình và xã hội nhằm *cung cấp tri thức* về nghề

nghiệp và thị trường lao động cho HS, *giúp HS tự đánh giá* sở trường, nguyện vọng, quan niệm về giá trị và điều kiện của bản thân, từ đó *lựa chọn định hướng nghề nghiệp phù hợp và có ý thức chuẩn bị* cho việc thực hiện sự lựa chọn đó.

– Giáo dục hướng nghiệp được thực hiện thông qua nhiều môn học và hoạt động giáo dục. CT mỗi môn học quy định rõ nội dung và các yêu cầu cần đạt về giáo dục hướng nghiệp để thực hiện thống nhất trong cả nước.

– Các môn học và hoạt động giáo dục bắt buộc đều tích hợp nội dung giáo dục hướng nghiệp; ở lớp 8 và lớp 9, các môn học Công nghệ, Tin học, Nghệ thuật, Giáo dục công dân, Hoạt động trải nghiệm, hướng nghiệp và Nội dung giáo dục của địa phương có học phần hoặc chủ đề về nội dung giáo dục hướng nghiệp. Trên cơ sở quy định của CT GDPT mới, các trường sư phạm sẽ bổ sung vào CT đào tạo của tất cả các ngành môn học Giáo dục hướng nghiệp để những thế hệ giáo viên mới có nhận thức đúng đắn và có đủ kiến thức, kỹ năng thực hiện giáo dục hướng nghiệp.

– Các trường phổ thông thiết lập quan hệ với các doanh nghiệp, đơn vị sử dụng lao động nói chung và động viên sự tham gia của cha mẹ HS để hoạt động giáo dục hướng nghiệp được thực hiện đa dạng, thiết thực và có hiệu quả.

2.2.3. Nội dung giáo dục của địa phương

Ở các nước phát triển, CT GDPT được phân chia thành 3 cấp độ: CT quốc gia, CT địa phương (bang, tỉnh), CT nhà trường. Việc phân chia này thể hiện tính mở của CT quốc gia, tăng quyền và trách nhiệm tự chủ của địa phương và nhà trường. Ở nước ta, Luật Giáo dục hiện hành chỉ quy định một cấp CT do Bộ trưởng Bộ GDĐT ban hành “để sử dụng chính thức, ổn định, thống nhất trong giảng dạy và học tập ở các cơ sở GDPT”. Tuy nhiên, Nghị quyết số 29 của Trung ương, Nghị quyết số 88 của Quốc hội, Quyết định số 404 của Thủ tướng Chính phủ đều yêu cầu xây dựng CT mở, phù hợp với xu thế quốc tế và đáp ứng yêu cầu của bản thân mô hình CT phát triển năng lực.

Căn cứ quy định của Nghị quyết số 88, CT GDPT 2018 quy định: “Nội dung giáo dục của địa phương là những vấn đề cơ bản hoặc thời sự về văn hóa, lịch sử, địa lí, kinh tế, xã hội, môi trường, hướng nghiệp,... của địa phương bổ sung cho nội dung giáo dục bắt buộc chung thống nhất trong cả nước, nhằm trang bị cho HS những hiểu biết về nơi sinh sống, bồi dưỡng cho HS tình yêu quê hương, ý thức tìm hiểu và vận dụng những điều đã học để góp phần giải quyết những vấn đề của quê hương [...] Căn cứ CT GDPT, Ủy ban nhân dân tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương quy định tiêu chuẩn, quy trình biên soạn, thẩm định, chỉnh sửa tài liệu về nội dung giáo dục của địa phương; chỉ đạo việc tổ chức biên soạn, thẩm định tài liệu về nội dung giáo dục của địa phương theo hướng dẫn của Bộ GDĐT và báo cáo để Bộ GDĐT phê duyệt.”

Căn cứ nhu cầu thực tế, mỗi tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương lựa chọn nội dung giáo dục phù hợp. Ví dụ, Hà Nội có thể xây dựng các bài học về văn hóa người Tráng An, văn hóa và pháp luật về giao thông, trật tự vệ sinh đô thị,... Thành phố Hồ Chí Minh có thể xây dựng các bài học về thành phố thông minh, văn hóa của công dân thành phố thông minh,... Các tỉnh Tây Nguyên có thể xây dựng các bài học về văn hóa các dân tộc thiểu số, kinh tế cây công nghiệp,... Các tỉnh Việt Bắc có thể xây dựng các bài học về văn hóa các dân tộc thiểu số, bảo vệ chủ quyền quốc gia và xây dựng biên giới hữu nghị, an toàn,...

Về quyền chủ động của địa phương và nhà trường, CT GDPT 2018 quy định: “CT bảo đảm định hướng thống nhất và những nội dung giáo dục cốt lõi, bắt buộc đối với HS toàn quốc, đồng thời trao quyền chủ động và trách nhiệm cho địa phương và nhà trường trong việc lựa chọn, bổ sung một số nội dung giáo dục và triển khai kế hoạch giáo dục phù hợp với đối tượng giáo dục và điều kiện của địa phương, của cơ sở giáo dục, góp phần bảo đảm kết nối hoạt động của nhà trường với gia đình, chính quyền và xã hội.”

Lần đầu tiên, CT GDPT của nước ta chỉ quy định thời lượng dạy học mỗi môn học trong năm học, không quy định thời lượng đến từng tuần, để các trường chủ động xây dựng kế hoạch dạy học phù hợp.

CHƯƠNG 2: NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH VÀ PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC

I. ĐẶC ĐIỂM MÔN HỌC

Đặc điểm môn học Giáo dục thể chất được xác định cụ thể như sau:

1. Về vị trí và tên môn học:

Trong chương trình giáo dục phổ thông, có nhiều môn học chỉ xuất hiện ở một cấp học hoặc một số lớp. Giáo dục thể chất là môn học bắt buộc, được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12. Đảm nhiệm một trong bốn mặt giáo dục Đức, Trí, Thể, Mỹ.

Tên môn học trong chương trình hiện hành là môn Thể dục; **trong chương trình mới** có tên là môn học *Giáo dục thể chất* (Luật TDTT- tại mục 2, khoản 1, điều 20 và Nghị định số 11/2015/NĐ-CP-tại điều 3).

Giáo dục thể chất góp phần hình thành các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung cho học sinh; đồng thời, thông qua việc trang bị kiến thức về sức khỏe, quản lý sức khỏe và rèn luyện, giáo dục thể chất giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực thể chất và văn hoá thể chất, ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng; biết lựa chọn môn thể thao phù hợp với năng lực vận động của bản thân để luyện tập; biết thích ứng với các điều kiện sống, lạc quan và chia sẻ với mọi người; có cuộc sống khoẻ mạnh về thể lực và tinh thần.

Nội dung chủ yếu của môn Giáo dục thể chất là rèn luyện kỹ năng vận động và phát triển tố chất thể lực cho học sinh bằng những bài tập thể chất đa dạng như rèn kỹ năng vận động cơ bản, đội hình đội ngũ, các bài tập thể dục, các trò chơi vận động, các môn thể thao và phương pháp phòng tránh chấn thương trong hoạt động.

2. Về vai trò và tính chất nổi bật của môn học trong giai đoạn giáo dục cơ bản và giáo dục định hướng nghề nghiệp:

Môn Giáo dục thể chất góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh, trọng tâm là: trang bị cho học sinh kiến thức và kỹ năng chăm sóc sức khỏe; kiến thức và kỹ năng vận động; hình thành thói quen tập luyện, khả năng lựa chọn môn thể thao phù hợp để luyện tập nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực và tố chất vận động; trên cơ sở đó giúp học sinh có ý thức, trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, thích ứng với các điều kiện sống, sống vui vẻ, hoà đồng với mọi người.

Nội dung chủ yếu của môn Giáo dục thể chất là rèn luyện kỹ năng vận động và phát triển tố chất thể lực cho học sinh bằng những bài tập thể chất đa dạng như:

- Các bài tập đội hình đội ngũ.

- Các bài tập thể dục.
- Các trò chơi vận động.
- Các môn thể thao và kỹ năng phòng tránh chấn thương trong hoạt động thể dục thể thao.

Nội dung giáo dục thể chất được phân chia theo hai giai đoạn: Giai đoạn giáo dục cơ bản và giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp

– Giai đoạn giáo dục cơ bản:

Môn Giáo dục thể chất giúp học sinh biết cách chăm sóc sức khỏe và vệ sinh thân thể; hình thành thói quen tập luyện nâng cao sức khỏe; 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.

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.

– Giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp:

Môn Giáo dục thể chất được thực hiện thông qua hình thức câu lạc bộ thể dục thể thao. Học sinh được chọn nội dung hoạt động thể thao phù hợp với nguyện vọng của mình và khả năng đáp ứng của nhà trường để tiếp tục phát triển kỹ năng chăm sóc sức khỏe và vệ sinh thân thể, phát triển về nhận thức và năng khiếu thể thao, đồng thời giúp những học sinh có năng khiếu thể thao tự chọn định hướng nghề nghiệp phù hợp.

3. Về mối quan hệ với các môn học và hoạt động giáo dục khác:

Chương trình hiện hành đề cao tính giáo dục về kiến thức, kỹ năng cơ bản về thể dục thể thao và phương pháp tập luyện, ...chưa giải quyết tốt mối quan hệ và tác động qua lại giữa môn Giáo dục thể chất với các môn học và thực tiễn đời sống. Chương trình mới nhấn mạnh thêm tính công cụ, tính chất tổng hợp liên ngành, thể hiện rõ mối quan hệ qua lại giữa các môn học và hoạt động giáo dục:

Nội dung chương trình môn Giáo dục thể chất mang tính tổng hợp bao gồm cả tri thức văn hóa, Đạo đức, Tự nhiên và Xã hội, Khoa học, Khoa học tự nhiên, Sinh học, Nghệ thuật, Hoạt động trải nghiệm, ...trong đó môn học đề cao yêu cầu liên hệ và vận dụng vào thực tiễn đời sống hằng ngày.

Giáo dục thể chất là môn học bắt buộc được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12, đảm nhiệm một trong bốn mặt giáo dục Đức, Trí, Thể, Mỹ.

Giáo dục thể chất góp phần hình thành các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung cho học sinh; đồng thời, thông qua việc trang bị kiến thức về sức khỏe, quản lý sức khỏe và rèn luyện, giáo dục thể chất giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực thể chất và văn hoá thể chất, ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng; biết lựa chọn môn thể thao phù

hợp với năng lực vận động của bản thân để luyện tập; biết thích ứng với các điều kiện sống, lạc quan và chia sẻ với mọi người; có cuộc sống khoẻ mạnh về thể lực và tinh thần.

Nội dung chủ yếu của môn Giáo dục thể chất là rèn luyện kỹ năng vận động và phát triển tố chất thể lực cho học sinh bằng những bài tập thể chất đa dạng như rèn kỹ năng vận động cơ bản, đội hình đội ngũ, các bài tập thể dục, các trò chơi vận động, các môn thể thao và phương pháp phòng tránh chấn thương trong hoạt động.

II. QUAN ĐIỂM XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH

Chương trình môn Giáo dục thể chất 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 được nêu trong Chương trình giáo dục phổ thông tổng thể.

Xuất phát từ đặc trưng của môn học, Chương trình Giáo dục thể chất nhấn mạnh một số quan điểm xây dựng chương trình sau đây:

1. Chương trình môn Giáo dục thể chất được xây dựng dựa trên nền tảng lý luận và thực tiễn, cập nhật thành tựu của khoa học thể dục thể thao và khoa học sư phạm hiện đại, cụ thể là: Các kết quả nghiên cứu về giáo dục học, tâm lý học, sinh lý 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; Thực tiễn giáo dục, điều kiện kinh tế - xã hội, sự đa dạng của đối tượng học sinh xét về phương diện vùng miền, điều kiện và khả năng học tập của Việt Nam.

2. Chương trình môn Giáo dục thể chất được thiết kế theo cấu trúc vừa đồng tâm vừa tuyến tính phù hợp với tâm - sinh lý lứa tuổi và quy luật phát triển thể lực của học sinh; thông qua các phương pháp, hình thức tổ chức dạy học phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi học sinh; vận dụng các phương pháp kiểm tra, đánh giá phù hợp với đặc điểm của môn học và hỗ trợ việc hình thành, phát triển phẩm chất, năng lực vận động ở học sinh.

3. Chương trình môn học Giáo dục thể chất mang 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 điều kiện của nhà trường; đồng thời tạo điều kiện để các trường xây dựng kế hoạch giáo dục phù hợp với yêu cầu giáo dục, điều kiện thực tế và đặc điểm cụ thể của học sinh địa phương.

III. MỤC TIÊU MÔN HỌC

1. Mục tiêu chung

Môn Giáo dục thể chất giúp học sinh hình thành, phát triển kỹ năng chăm sóc sức khoẻ, kỹ năng vận động, thói quen tập luyện thể dục thể thao và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ

Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tâm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao.

2. Mục tiêu cấp học trung học cơ sở

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

IV. YÊU CẦU CẦN ĐẠT VỀ PHẨM CHẤT VÀ NĂNG LỰC

1. Căn cứ xác định các yêu cầu cần đạt

Yêu cầu cần đạt thực chất là sự cụ thể hóa mục tiêu giáo dục với 2 phương diện là phẩm chất và năng lực. Vì thế sau phần III. mục tiêu là phần IV. Yêu cầu cần đạt khái quát của cả môn học. Trong phần khái quát này có yêu cầu cần đạt về phẩm chất và yêu cầu cần đạt về năng lực. Yêu cầu cần đạt về năng lực lại có Yêu cầu cần đạt về năng lực chung và Yêu cầu cần đạt về năng lực đặc thù (môn học).

Căn cứ để xác định các yêu cầu cần đạt là dựa vào: Yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực của chương trình giáo dục phổ thông tổng thể;

- Quan điểm xây dựng chương trình môn học;
- Đặc điểm của môn học;
- Mục tiêu của môn học;
- Năng lực thể chất;
- Đặc điểm lứa tuổi học sinh; điều kiện thực hiện chương trình tại Việt Nam, ...

2. Yêu cầu cần đạt về phẩm chất chủ yếu và đóng góp của môn học trong việc bồi dưỡng phẩm chất cho HS

Môn Giáo dục thể chất góp phần hình thành và phát triển ở học sinh các phẩm chất chủ yếu theo các mức độ phù hợp với môn học, cấp học đã được quy định tại Chương trình tổng thể, các môn học đều phải góp phần giúp học sinh có được các phẩm chất đó theo đặc trưng của riêng từng môn học.

Môn học Giáo dục thể chất là một trong những môn học trực tiếp hình thành và phát triển cả năm phẩm chất, xuyên suốt tất cả ba cấp học (cấp tiểu học; cấp THCS; cấp THPT). Đó là những phẩm chất chủ yếu sau: *yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm.*

3. Yêu cầu cần đạt về năng lực chung và đóng góp của môn học trong việc hình thành, phát triển các năng lực chung cho học sinh

Môn Giáo dục thể chất góp phần hình thành và phát triển ở học sinh các năng lực chung theo các mức độ phù hợp với môn học, cấp học đã được quy

định tại Chương trình tổng thể.

Các môn học đều phải góp phần hình thành và phát triển các năng lực chung tùy theo đặc trưng của mỗi môn học.

Môn Giáo dục thể chất có nhiều ưu thế trong việc góp phần hình thành và phát triển toàn diện các năng lực chung đã được nêu trong Chương trình tổng thể. Những năng lực chung này được hình thành và phát triển không chỉ thông qua nội dung dạy học mà còn thông qua phương pháp và hình thức tổ chức dạy học mới với việc chú trọng phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của người học trong hoạt động tập luyện, trò chơi và thi đấu.

Cũng tương tự như với các phẩm chất chủ yếu, đồng thời cũng thống nhất với các môn học khác.

Chương trình Giáo dục thể chất chỉ nêu yêu cầu chung cho cả môn học dưới góc độ khái quát và gắn với đặc trưng môn học này, các yêu cầu cụ thể cho từng cấp đã được nêu trong Chương trình tổng thể.

Dưới đây là những năng lực chung được hình thành và phát triển cho HS qua môn Giáo dục thể chất:

– *Đối với năng lực tự chủ và tự học.*

Trong dạy học môn Giáo dục thể chất, giáo viên tổ chức cho học sinh thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, tra cứu thông tin, lập kế hoạch và thực hiện các bài tập thực hành, từ đó hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học cho học sinh.

– *Đối với 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 và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác.

– *Đối với năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo.*

Thông qua các hoạt động luyện tập, trò chơi, thi đấu và vận dụng linh hoạt các phương pháp tập luyện, giáo viên tạo cơ hội cho học sinh vận dụng kiến thức để phát hiện vấn đề và đề xuất cách giải quyết, biết cách lập kế hoạch và thực hiện kế hoạch để giải quyết vấn đề một cách khách quan, trung thực và sáng tạo.

4. Yêu cầu cần đạt về năng lực đặc thù và đóng góp của môn học trong việc hình thành, phát triển các năng lực đặc thù cho học sinh

Chương trình môn Giáo dục thể chất giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực thể chất với các thành phần sau: năng lực chăm sóc sức khỏe, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động thể dục thể thao.

Yêu cầu cần đạt về năng lực thể chất được thể hiện trong bảng 1.

Bảng 1: Yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực.

Năng lực	Thành tố của năng lực	Yêu cầu cần đạt
		Cấp trung học cơ sở
Chăm sóc và phát triển sức khoẻ	1. Có kiến thức và ý thức thực hiện vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao để bảo vệ sức khoẻ.	1. Thực hiện vệ sinh cá nhân, vệ sinh tập luyện một cách khoa học.
	2. Có kiến thức cơ bản về thực hiện chế độ dinh dưỡng trong tập luyện và sinh hoạt.	2. Có kiến thức cơ bản và ý thức thực hiện chế độ dinh dưỡng trong tập luyện để nâng cao sức khoẻ.
	3. Phát triển khả năng thích ứng của cơ thể với môi trường.	3. Tham gia tích cực vào các hoạt động tập thể trong môi trường tự nhiên để rèn luyện sức khoẻ.
Vận động cơ bản và phát triển các tố chất thể lực	1. Thực hiện được các kỹ năng vận động cơ bản một cách tự tin, dũng cảm trong hoạt động thể dục thể thao và trong cuộc sống.	1. Lựa chọn tham gia các hoạt động thể chất phù hợp với bản thân và cộng đồng nhằm nâng cao các kỹ năng vận động.
	2. Phát triển, duy trì các tố chất thể lực để tham gia thường xuyên các hoạt động thể thao và các hoạt động khác trong cuộc sống.	2. Lựa chọn tham gia các hoạt động thể chất phù hợp nhằm nâng cao các tố chất thể lực.
	3. Phát triển nhận thức về tầm quan trọng của vận động cơ bản và sự phát triển thể lực trong cuộc sống.	3. Giải thích được vai trò quan trọng của hoạt động vận động cơ bản để phát triển các tố chất thể lực.
Hoạt động thể dục thể thao	1. Thể hiện khả năng vận dụng các kỹ năng vận động trong các hoạt động thể dục thể thao khác nhau.	1. Lựa chọn và thường xuyên tập luyện nội dung thể thao phù hợp để nâng cao sức khoẻ, phát triển thể lực.
	2. Phát triển kỹ năng làm việc cá nhân, khả năng phối hợp với người khác, sẵn sàng đảm nhận các vai trò khác nhau trong các hoạt động thể dục thể thao và các hoạt động khác trong cuộc sống.	2. Tham gia có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong tập luyện thể dục thể thao và các hoạt động khác trong cuộc sống.
	3. Phát triển kiến thức và khả	3. Hiểu được vai trò, ý nghĩa của

Năng lực	Thành tố của năng lực	Yêu cầu cần đạt
		Cấp trung học cơ sở
	năng quan sát, cảm nhận để thưởng thức các hoạt động thể dục thể thao.	thể dục thể thao đối với cơ thể và cuộc sống thường ngày.

V. NỘI DUNG GIÁO DỤC

Nội dung giáo dục môn học Giáo dục thể chất trong chương trình mới bao gồm: Nội dung khái quát và Nội dung dạy học cụ thể.

Nội dung khái quát: Trình bày những đơn vị nội dung giáo dục lớn của toàn bộ chương trình, bao gồm nội dung: kiến thức chung về Giáo dục thể chất; vận động cơ bản; thể thao tự chọn. Nội dung các hoạt động dạy học kiến thức chung về Giáo dục thể chất; vận động cơ bản và thể thao tự chọn được xác định dựa trên các yêu cầu cần đạt của mỗi lớp được quy định trong chương trình.

Nội dung dạy học cụ thể: Được trình bày ở từng lớp theo 2 cột, gồm yêu cầu cần đạt và nội dung.

1. Căn cứ xác định nội dung giáo dục của chương trình môn học

Nội dung giáo dục môn Giáo dục thể chất được xác định dựa trên các căn cứ sau:

Thứ nhất, căn cứ vào mục tiêu phát triển phẩm chất và năng lực nêu trong Chương trình tổng thể đã được cụ thể hóa vào mục tiêu của Chương trình môn học Giáo dục thể chất.

Thứ hai, căn cứ vào thành tựu và kết quả nghiên cứu về chương trình môn học, nhất là Chương trình môn học thể dục hiện hành.

Phát triển chương trình là một quá trình liên tục qua nhiều thời kì khác nhau. Không có chương trình nào được thiết kế, xây dựng mới hoàn toàn mà bao giờ cũng phải kết hợp được 2 phương diện: những yếu tố nền tảng, ổn định, truyền thống và những yếu tố cập nhật, đổi mới, phát triển.

Thứ ba, việc xác định nội dung giáo dục môn học Giáo dục thể chất cũng phải căn cứ vào logic của các lĩnh vực làm nền tảng cho môn học Giáo dục thể chất trong nhà trường, trên cơ sở các yêu cầu cần đạt cụ thể với từng cấp và lớp học, để lựa chọn nội dung giáo dục tương ứng theo hướng mở, đa dạng, cá biệt với nhiều cách tiếp cận khác nhau do đặc điểm của khoa học giáo dục thể chất cho phép.

Thứ tư, xu thế quốc tế về phát triển Chương trình giáo dục phổ thông nói chung và Chương trình môn học Giáo dục thể chất nói riêng.

Để thiết kế Chương trình môn học Giáo dục thể chất mới, tiểu ban xây dựng đã tham khảo nhiều chương trình môn học của một số nước như như

Đức, Hàn quốc, Singapore, Scotland, Trung Quốc, Nga, Từ việc khảo sát văn bản chương trình của các nước rút ra xu thế phát triển chương trình môn học này để vận dụng cho Việt Nam, không bê nguyên xi chương trình của nước ngoài, cho dù đó là nước có nền giáo dục phát triển. Trong đó có tính đến đặc điểm điều kiện cơ sở vật chất và nhân lực GDTC của chúng ta hiện nay mà các đề tài nghiên cứu khoa học, các ý kiến tại các hội thảo gần đây đã cho thấy.

2. Với giáo viên

Giáo viên được quyền tham gia xây dựng và chủ động thực hiện kế hoạch giáo dục của môn học phù hợp với tình hình thực tế ở địa phương, nhà trường và lớp học mà mình phụ trách trên cơ sở bảo đảm mục tiêu giáo dục và yêu cầu cần đạt đối với cấp học, lớp học.

3. Định hướng nội dung giáo dục của chương trình môn học

- Nội dung giáo dục cụ thể được xây dựng gắn với từng lớp theo một cấu trúc thống nhất (từ lớp 1 đến lớp 12). Nội dung giáo dục gồm các yêu cầu cần đạt và nội dung dạy học cụ thể.

- Nội dung dạy học gồm: 1. Kiến thức chung về Giáo dục thể chất; 2. Vận động cơ bản; 3. Thể thao tự chọn.

- Nội dung các hoạt động dạy học được xác định dựa trên các yêu cầu cần đạt của mỗi lớp được quy định trong chương trình môn học giáo dục thể chất.

- Nội dung giáo dục được chi tiết hóa cho từng lớp và tăng dần độ khó từ lớp 1 đến lớp 12.

Trong Chương trình Giáo dục thể chất mới, nội dung dạy học cụ thể được trình bày thành hai cột: cột bên trái nêu hệ thống yêu cầu cần đạt, cột bên phải nêu hệ thống kiến thức dạy học lần lượt từ.

Kiến thức chung về giáo dục thể chất; Vận động cơ bản

-Đối với cấp tiểu học gồm: Đội hình đội ngũ, Bài tập thể dục;

-Đối với cấp THCS gồm: Chạy cự ly ngắn; Ném bóng; Nhảy xa; Nhảy cao; Chạy cự ly trung bình; Bài tập thể dục);

Thể thao tự chọn. Riêng đối với cấp THPT: ở Chương trình môn học Giáo dục thể chất mới học sinh được hướng dẫn tập luyện và tham gia thi đấu các môn Thể thao tự chọn (chi tiết được thể hiện ở mục 4. thực hiện chương trình phù hợp với điều kiện thực tế và đối tượng học sinh). Cách trình bày này cũng khác với chương trình môn Thể dục hiện hành; trong chương trình hiện hành thì phần trước nêu nội dung chủ đề dạy học và phần sau nêu yêu cầu về kiến thức, kỹ năng cần đạt.

4. Kế thừa chương trình hiện hành trong chương trình môn học mới

Kế thừa là một nguyên tắc và cũng là một trong các cơ sở khoa học quan trọng để thiết kế Chương trình môn học Giáo dục thể chất mới. Có thể nêu lên một số điểm Chương trình Giáo dục thể chất mới kế thừa chương trình môn Thể dục hiện hành sau đây:

Về mục tiêu.

Chương trình Giáo dục thể chất mới tiếp tục mục tiêu coi trọng phát triển về sức khỏe, thể lực; đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể; có kỹ năng vận động cần thiết trong cuộc sống; có tác phong nhanh nhẹn, kỉ luật, tinh thần tập thể và phẩm chất đạo đức, ...

Về nội dung.

Chương trình Giáo dục thể chất mới tiếp tục tập trung vào hệ thống kiến thức (ở cấp tiểu học: Đội hình đội ngũ; Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản; Bài tập thể dục, trò chơi vận động; ở cấp THCS: các nội dung học chạy, nhảy, Thể thao tự chọn,...) với các nội dung cơ bản, hiện đại, phù hợp với đặc điểm tâm - sinh lí lứa tuổi của học sinh các cấp học, phục vụ trực tiếp cho việc phát triển phẩm chất và năng lực.

Về phương pháp dạy học.

Tính kế thừa của chương trình mới thể hiện ở chủ trương tiếp tục đổi mới mạnh mẽ phương pháp dạy và học theo định hướng phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của học sinh, ... Tất cả các phương pháp dạy học truyền thống và hiện hành đều được kế thừa trong Chương trình Giáo dục thể chất mới với một tinh thần và định hướng mới. Đó là vận dụng linh hoạt, kết hợp nhuần nhuyễn các phương pháp dạy học phù hợp với đối tượng, hoàn cảnh và đều tập trung hình thành, phát triển năng lực chăm sóc sức khỏe; năng lực vận động cơ bản và năng lực hoạt động thể dục thể thao của học sinh.

Về kiểm tra, đánh giá.

Chương trình Giáo dục thể chất mới kế thừa tất cả các hình thức kiểm tra đánh giá truyền thống còn hợp lí và đáp ứng được yêu cầu mới nhằm kiểm tra đánh giá đúng được phẩm chất và năng lực người học, như kiểm tra đánh giá thường xuyên và đánh giá định kì; đánh giá định tính và đánh giá định lượng.

5. Tiếp thu kinh nghiệm nước ngoài trong chương trình mới

- Chương trình Giáo dục thể chất được xây dựng dựa trên nền tảng lí luận và thực tiễn, cập nhật thành tựu của khoa học hiện đại, đặc biệt là cập nhật xu thế quốc tế trong phát triển chương trình nói chung, Chương trình môn Giáo dục thể chất nói riêng những năm gần đây.

- Ban soạn thảo đã nghiên cứu và vận dụng vào bối cảnh Việt Nam mô hình Chương trình Giáo dục thể chất phát triển năng lực của các nước có nền

giáo dục phát triển như Đức, Hàn quốc, Singapore, Scotland, Trung Quốc, Nga, ...

Từ một số kinh nghiệm phát triển chương trình môn học nêu trên như là xu thế chung của việc phát triển chương trình mà ban soạn thảo đã cập nhật và vận dụng vào việc biên soạn chương trình Giáo dục thể chất mới như:

+ Chuyển từ chương trình nội dung sang chương trình phát triển năng lực; coi trọng sự vận dụng kiến thức để phát hiện và giải quyết các vấn đề trong tập luyện và đời sống;

+ Xây dựng chương trình theo hướng mở: chú trọng chuẩn năng lực (đầu ra); chỉ bắt buộc một số nội dung kiến thức thiết yếu, dành quyền tự chủ, linh hoạt, sáng tạo cho tác giả Sách giáo khoa (SGK), giáo viên và học sinh; đa dạng hóa nguồn tài liệu, thông tin...

+ Thực hiện chủ trương 1 chương trình nhiều SGK, phân cấp quản lý và phát triển chương trình nhà trường, địa phương dựa trên chương trình quốc gia.

+ Thực hiện tích hợp và phân hóa trong xây dựng chương trình từ nội dung đến phương pháp dạy học;

+ Chú trọng hình thành và phát triển phương pháp học, dạy cách học; dạy cách tập luyện cho học sinh, phát huy tính chủ động; tích cực của người học; đa dạng hóa các hình thức luyện tập;

+ Đánh giá theo kết quả năng lực, coi trọng sự sáng tạo; hạn chế tính chủ quan, chống áp đặt, ...

Từ những trao đổi nêu trên, mục tiêu giáo dục, nội dung giáo dục, phương pháp dạy - học, phương pháp kiểm tra đánh giá,... tất cả đều cần và phải được đổi mới nhằm phát triển năng lực cho người học.

6. Mạch nội dung giáo dục cụ thể cho mỗi lớp của chương trình môn học được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2: Mạch nội dung chương trình môn học giáo dục thể chất

T T	Mạch nội dung	Nội dung cho mỗi lớp											
		Lớp 1	Lớp 2	Lớp p 3	Lớp 4	Lớp p 5	Lớp 6	Lớp 7	Lớp 8	Lớp 9	Lớp p 10	Lớp p 11	Lớp 12
1	Kiến thức chung về Giáo dục thể chất	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
2	Vận động cơ	x	x	x	x	x	x	x	x	x			

T T	Mạch nội dung	Nội dung cho mỗi lớp											
		Lớp 1	Lớp 2	Lớp 3	Lớp 4	Lớp 5	Lớp 6	Lớp 7	Lớp 8	Lớp 9	Lớp 10	Lớp 11	Lớp 12
	<i>bản</i>												
3	<i>Thể thao tự chọn</i>	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

a. Nội dung kiến thức chung về Giáo dục thể chất.

Được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12 là những kiến thức cơ bản ban đầu về vệ sinh sân tập, chuẩn bị dụng cụ trong tập luyện; vệ sinh cá nhân, đảm bảo an toàn trong tập luyện; nhận biết những yếu tố môi trường tự nhiên có lợi, có hại trong tập luyện;

Vệ sinh trong giờ học: khởi động, tập luyện, hồi phục, nghỉ ngơi sau tập luyện; tác dụng của chế độ dinh dưỡng trong tập luyện để nâng cao sức khỏe; lựa chọn, sử dụng các số yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh sáng,...) và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất,... Những nội dung này được giáo viên giới thiệu (lồng ghép) trong các giờ thực hành nhằm giúp cho học sinh biết và hiểu được để vận dụng vào thực tế tập luyện hàng ngày.

b. Nội dung vận động cơ bản:

+ Đối với cấp Tiểu học là: Đội hình đội ngũ; Bài tập thể dục; Tư thế vận động cơ bản; Trò chơi vận động.

+ Đối với cấp Trung học cơ sở: Chạy cự li ngắn; Nhảy xa; Nhảy cao; Ném bóng; Chạy cự li trung bình; Bài tập thể dục.

c. Thể thao tự chọn:

- 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.

- Từ lớp 4 đến lớp 9, học sinh được hướng dẫn luyện tập và tham gia thi đấu các môn thể thao phù hợp.

- Ở cấp trung học phổ thông, nội dung thể thao tự chọn gồm 3 nhóm: Nhóm a.kĩ thuật cơ bản, dành cho lớp 10; (b) nhóm kĩ thuật nâng cao, dành cho lớp 11, (c) nhóm vận dụng, thi đấu, dành cho lớp 12.

- Tùy theo khả năng tổ chức của nhà trường, học sinh có thể lựa chọn một môn thể thao cho cả ba năm học hoặc mỗi năm học lựa chọn một môn thể thao. Những học sinh học một môn thể thao trong cả ba năm học thì được học đầy đủ ba nội dung (a), (b) và (c). Những học sinh chọn học hai môn thể thao thì được học các nội dung (a) và (b) ở một môn thể thao, môn thể thao còn lại

chỉ học nội dung (a). Những học sinh chọn học ba môn thể thao thì chỉ học nội dung (a).

7. Nội dung cụ thể môn học được trình bày ở bảng 3

Bảng 3: Nội dung môn học giáo dục thể chất bậc THCS

TT	Mạch nội dung môn học	Nội dung cho mỗi lớp			
		Lớp 6	Lớp 7	Lớp 8	Lớp 9
1	<i>Đội hình đội ngũ</i>				
2	<i>Vận động cơ bản</i>	+	+	+	+
3	<i>Bài tập thể dục</i>	+	+	+	+
4	<i>Thể thao tự chọn</i>	+	+	+	+
	Kiểm tra, đánh giá cuối học kỳ, cuối năm học	+	+	+	+
Tổng số tiết (năm học/lớp)		70	70	70	70

Nội dung cụ thể và yêu cầu cần đạt ở lớp Lớp 8,9 sẽ tập huấn năm 2020, vì vậy năm 2019 giáo viên cốt cán sẽ tập huấn nội dung chương trình lớp 6,7. Nội dung cụ thể và yêu cầu cần đạt ở lớp 6 và lớp 7 được trình bày cụ thể từ trang 33 đến trang 38 như sau;

LỚP 6

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<p>1. Đội hình đội ngũ</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khỏe để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng động tác đội hình đội ngũ đã học và cách biến đổi, chuyển đội hình đội ngũ. – Thực hiện đúng các “khẩu lệnh” khi tập đội hình đội ngũ. 	<p>1. Đội hình đội ngũ</p> <p>1.1. Luyện tập những nội dung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cách chào báo cáo; cách xin phép ra vào lớp - Tập hợp hàng dọc, hàng ngang, điểm số - Quay phải, quay trái, quay sau - Dàn hàng, dồn hàng - Biến đổi đội hình đội ngũ <p>1.2. Chuyển đội hình 0 – 2 – 4; 0</p>

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<ul style="list-style-type: none"> – Tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<p>– 3 – 6 – 9</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>
<p>2. Vận động cơ bản</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ chạy và chạy được cự ly ngắn; – Biết một số điều trong luật chạy cự ly ngắn. – Thực hiện đúng cơ bản kỹ thuật chạy bền trên địa hình tự nhiên và thả lỏng sau khi chạy. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà, chạy đà và giậm nhảy của nhảy xa kiểu ngòi; – Biết một số điều trong luật nhảy xa. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà, giậm nhảy kiểu bước qua; – Biết một số điều trong luật nhảy cao. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ và kỹ thuật ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng. – Nhận biết được một số tư thế, động tác sai thường mắc và biết sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện. 	<p>2. Vận động cơ bản</p> <p>2.1. Chạy ngắn</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện phản xạ và phát triển sức nhanh – Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự ly ngắn – Làm quen với chạy cự ly ngắn <p>2.2. Chạy bền</p> <ul style="list-style-type: none"> – Chạy trên địa hình tự nhiên theo nhóm sức khoẻ, giới tính, không tính thời gian – Động tác hồi tĩnh sau khi chạy <p>2.3. Nhảy xa</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện sức nhanh, sức mạnh chân – Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà nhảy xa – Làm quen với chạy đà – Nhảy xa kiểu ngòi <p>2.4. Nhảy cao</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện sức mạnh chân – Một số động tác hỗ trợ nhảy cao – Làm quen với chạy đà – Nhảy cao kiểu bước qua <p>2.5. Ném bóng</p>

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<ul style="list-style-type: none"> – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Vận dụng những hiểu biết để luyện tập hàng ngày nhằm rèn luyện nâng cao sức khoẻ, phát triển thể lực. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<ul style="list-style-type: none"> – Tập một số động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng, tư thế ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng. – Một số điều trong luật: chạy cự ly ngắn; nhảy cao; nhảy xa * Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.
<p>3. Bài tập thể dục</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác trong bài tập thể dục. – Thực hiện được cách hô nhịp các động tác của bài tập thể dục lớp 6. – Điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Điều khiển tổ/nhóm tập luyện bài tập thể dục. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<p>3. Bài tập thể dục</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.1. Động tác vươn thở 3.2. Động tác tay 3.3. Động tác chân 3.4. Động tác lưng bụng 3.5. Động tác vặn mình 3.6. Động tác phối hợp 3.7. Động tác nhảy 3.8. Động tác điều hoà <ul style="list-style-type: none"> * Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.
<p>4. Thể thao tự chọn</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao được lựa chọn. – Biết một số điều trong luật của môn thể thao được lựa chọn ở lớp 6. 	<p>4. Thể thao tự chọn</p> <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Học sinh được hướng dẫn tập luyện một trong các nội dung thể thao: Bóng đá mini; Bóng chuyền mini; Bóng rổ; Bóng bàn; Cầu lông; Đá cầu; Võ; Bơi; Thể dục nhịp điệu; Khiêu vũ thể thao;... 4.2. Kiểm tra, đánh giá cuối kỳ, cuối năm học <ul style="list-style-type: none"> * Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<ul style="list-style-type: none"> – Điều chỉnh được tư thế của động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Xử lí linh hoạt và phối hợp được với đồng đội. – Vận dụng những hiểu biết về luật khi tập luyện và đấu tập. – Có khả năng tham gia thi đấu môn thể thao ưa thích. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<p>công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>

LỚP 7

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<p>1. Vận động cơ bản</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác bổ trợ kỹ thuật chạy; các giai đoạn chạy cự ly ngắn. – Biết một số điều trong luật chạy cự ly ngắn. – Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy bền. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác bổ trợ kỹ thuật nhảy xa. – Thực hiện đúng cơ bản các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu ngồi. – Biết một số điều trong luật nhảy xa. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác 	<p>1. Vận động cơ bản</p> <p>1.1. Chạy cự ly ngắn</p> <ul style="list-style-type: none"> – Tập một số trò chơi rèn luyện phản xạ và sức nhanh – Một số động tác bổ trợ kỹ thuật chạy cự ly ngắn – Tập các giai đoạn kỹ thuật chạy ngắn – Chạy cự ly ngắn <p>1.2. Chạy bền</p> <ul style="list-style-type: none"> – Phân phối sức khi chạy; Nhận biết và biết cách khắc phục khi xuất hiện “hiện tượng cực điểm” – Chạy trên địa hình tự nhiên theo nhóm sức khoẻ, giới tính, không tính thời gian <p>1.3. Nhảy xa</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện sức nhanh, sức mạnh

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<p>bỏ trợ kỹ thuật nhảy cao.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Liên kết được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. – Biết một số điều trong luật nhảy cao. – Thực hiện đúng các động tác bỏ trợ kỹ thuật và tư thế ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng. – Thực hiện đúng cơ bản kỹ thuật chạy đà ném bóng. – Điều chỉnh được tư thế động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. <ul style="list-style-type: none"> – Tổ chức tập luyện theo tổ/nhóm dưới sự hướng dẫn của giáo viên. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<ul style="list-style-type: none"> – Một số động tác bỏ trợ kỹ thuật nhảy xa; Bước đầu tập các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa – Nhảy xa kiểu “Ngồi” <p>1.4. Nhảy cao</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện sức mạnh chân – Một số động tác bỏ trợ kỹ thuật nhảy cao; Bước đầu tập các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao – Chạy đà <ul style="list-style-type: none"> – Nhảy cao <p>1.5. Ném bóng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số động tác bỏ trợ kỹ thuật các giai đoạn – Tập động tác ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng; Tập kỹ thuật chạy đà ném bóng – Một số điều của luật: chạy ngắn; nhảy cao; nhảy xa <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>
<p>2. Bài tập thể dục</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản bài tập thể dục chín động tác lớp 7. – Thực hiện hô đúng nhịp từng động tác 	<p>2. Bài tập thể dục</p> <ul style="list-style-type: none"> 2.1. Động tác vươn thở 2.2. Động tác tay 2.3. Động tác chân 2.4. Động tác lườn 2.5. Động tác lưng bụng 2.6. Động tác toàn thân 2.7. Động tác thăng bằng

Yêu cầu cần đạt	Nội dung
<p>của bài tập thể dục.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Cảm nhận được tính nhịp điệu của động tác khi tập luyện. – Tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Điều khiển tổ/nhóm tập luyện dưới sự hướng dẫn của giáo viên. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<p>2.8. Động tác nhảy</p> <p>2.9. Động tác điều hoà</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>
<p>3. Thể thao tự chọn</p> <ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao được lựa chọn. – Biết một số điều trong luật của môn thể thao được lựa chọn ở lớp 7. – Điều chỉnh tư thế của động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Tập luyện tổ/nhóm dưới sự hướng dẫn của giáo viên. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Phán đoán, xử lý tình huống linh hoạt và phối hợp được với đồng đội. – Vận dụng những hiểu biết về luật khi tập luyện và đấu tập. – Tự tin tham gia thi đấu môn thể thao ưa thích. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện. 	<p>3. Thể thao tự chọn</p> <p>3.1. Học sinh được hướng dẫn tập luyện một trong các nội dung thể thao: Bóng đá mini; Bóng chuyền mini; Bóng rổ; Bóng bàn; Cầu lông; Đá cầu; Võ; Bơi; Thể dục nhịp điệu; Khiêu vũ thể thao;...</p> <p>3.2. Kiểm tra, đánh giá cuối kỳ, cuối năm học</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>

VI. PHƯƠNG PHÁP GIÁO DỤC

1. Căn cứ xác định phương pháp giáo dục của chương trình môn học

Để xác định phương pháp dạy học (PPDH) trong môn Giáo dục thể chất mới, cần căn cứ vào nhiều yếu tố: mục tiêu giáo dục, nội dung giáo dục, định hướng về phương pháp giáo dục (PPGD), những thành tựu nghiên cứu về PPDH những năm đầu thế kỉ XXI.

2. Căn cứ vào yêu cầu đổi mới căn bản và toàn diện giáo dục phổ thông.

3. Căn cứ vào mục tiêu môn học.

Mục tiêu chung của môn Giáo dục thể chất: Môn Giáo dục thể chất giúp học sinh hình thành, phát triển kỹ năng chăm sóc sức khỏe, kỹ năng vận động, thói quen tập luyện thể dục thể thao và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hòa về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tâm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao.

4. Căn cứ vào nội dung môn học.

Môn Giáo dục thể chất có 2 bộ phận nội dung lớn: yêu cầu cần đạt và nội dung dạy học. Để hình thành và phát triển kỹ năng vận động và hoạt động thể dục thể thao, cần chú trọng các PPDH thông qua hoạt động tập luyện thực tế của học sinh.

5. Căn cứ vào định hướng về phương pháp giáo dục trong Chương trình tổng thể.

Chương trình tổng thể đã đưa ra những định hướng cơ bản về PPGD dùng chung cho các môn học. Những định hướng đó là:

- Sử dụng những phương pháp tích cực hóa hoạt động của học sinh để học sinh tích cực tham gia vào các hoạt động học tập, tự phát hiện năng lực, nguyện vọng của bản thân, rèn luyện thói quen và khả năng tự học, phát huy tiềm năng và những kiến thức, kỹ năng đã tích lũy được để phát triển.

- Các hoạt động học tập của học sinh bao gồm hoạt động khám phá vấn đề, hoạt động tập luyện và hoạt động thực hành (ứng dụng những điều đã học để phát hiện và giải quyết những vấn đề có thực trong đời sống).

- Các hoạt động học tập nói trên được tổ chức trong và ngoài khuôn viên nhà trường thông qua một số hình thức chủ yếu sau: thực hiện bài tập, trò chơi, đóng vai, sinh hoạt tập thể, hoạt động phục vụ cộng đồng,...

- Hình thức học của học sinh gồm: làm việc cá nhân, làm việc theo nhóm, làm việc chung cả lớp.

Trong từng hoạt động, giáo viên cần tổ chức cho học sinh học dưới các hình thức: học độc lập (cá nhân tự tập), tập luyện theo nhóm, theo lớp, tập luyện trong và ngoài nhà trường, tập luyện cùng với giáo viên, tự tập luyện có hướng dẫn của giáo viên.

6. Căn cứ vào những thành tựu nghiên cứu về phương pháp giáo dục hiện đại.

Xu thế chuyển đổi từ mục tiêu giáo dục tập trung vào nội dung sang mục tiêu giáo dục tập trung vào năng lực đã xuất hiện ở Việt Nam từ những năm đầu của thế kỉ XXI. Kèm theo đó là những tư tưởng và phương pháp dạy học mới, trong đó có quan niệm phương pháp không chỉ là cách thức giáo dục mà còn là nội dung giáo dục. Để có năng lực học sinh không chỉ học nội dung khoa học mà còn phải học phương pháp tập luyện đảm bảo tính khoa học, tính hợp lý, do đó việc thể hiện phương pháp luyện tập của học sinh vừa là một nội dung học sinh cần học, vừa là cách thức để học sinh thực hiện.

7. Phương pháp giáo dục của chương trình môn học Giáo dục thể chất ở các cấp học.

a. Định hướng chung.

Môn Giáo dục thể chất vận dụng phương pháp giáo dục tích cực, lấy học sinh làm trung tâm, thực hiện chuyên quá trình giáo dục thành tự giáo dục; giáo viên là người thiết kế, tổ chức, cố vấn, trọng tài, hướng dẫn hoạt động tập luyện cho học sinh, tạo môi trường học tập thân thiện để khuyến khích học sinh tích cực tham gia các hoạt động tập luyện, tự mình trải nghiệm, tự phát hiện bản thân và phát triển thể chất.

Giáo viên vận dụng linh hoạt các phương pháp dạy học đặc trưng như: trực quan, sử dụng lời nói, tập luyện, sửa sai, trò chơi, thi đấu, trình diễn,...; sử dụng nguyên tắc đối xử cá biệt, phù hợp với sức khỏe học sinh; kết hợp dụng cụ, thiết bị phù hợp, sử dụng hiệu quả các thành tựu của công nghệ thông tin để tạo nên giờ học sinh động, hiệu quả.

Đa dạng hoá các hình thức tổ chức dạy học, cân đối giữa hoạt động tập thể lớp, hoạt động nhóm nhỏ và cá nhân, giữa dạy học bắt buộc và dạy học tự chọn, để đảm bảo vừa phát triển năng lực thể chất, vừa phát triển các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung. Tích hợp kiến thức một số môn học khác, một số bài hát, bản nhạc,... để tạo không khí vui tươi, hưng phấn trong tập luyện, làm cho học sinh yêu thích và đam mê tập luyện thể thao.

b. Vận dụng phương pháp và hình thức tổ chức dạy học phù hợp với những bài học khác nhau.

Phương pháp dạy học tích cực nói chung và phương pháp giảng dạy môn Thể dục theo hướng tích cực nói riêng có vai trò rất lớn trong việc phát huy tính tích cực chủ động, tư duy sáng tạo của học sinh, đồng thời bồi dưỡng cho các em năng lực tự giác học tập và rèn luyện, ý chí vươn lên, tạo niềm tin và hứng thú trong học tập, rèn luyện tính năng động sáng tạo, hoàn thành nhân

cách, chuẩn bị hành trang cho học sinh bước vào cuộc sống sau này một cách vững vàng và tham gia lao động bảo vệ Tổ quốc.

Trong những năm qua, giáo dục nói chung, GDTC nói riêng trong các nhà trường đã có nhiều chuyển biến tích cực, đạt nhiều thành tựu to lớn. Đội ngũ giáo viên TD trong các nhà trường đã được tiếp thu việc đổi mới PPDH theo hướng tích cực; dạy học theo nội dung chuẩn kiến thức, kỹ năng tại các lớp chuyên đề bồi dưỡng giáo viên của Tỉnh và huyện, chất lượng các giờ học TD nội khoá đã được nâng cao, đáp ứng được phần nào về mục tiêu môn học.

Tuy vậy, trong quá trình dạy học bộ môn nhiều giáo viên còn lúng túng khi sử dụng các phương pháp dạy học đối với 01 tiết dạy có nhiều nội dung, quá trình lên lớp còn thực hiện cứng nhắc, chưa kết hợp, giải quyết hài hoà giữa các bước lên lớp.

7.1 Một số điểm cơ bản về đổi mới phương pháp dạy học Thể dục.

Mục tiêu chương trình Thể dục ở trường phổ thông đã đổi mới, cụ thể là: " Mục tiêu lấy việc nâng cao sức khoẻ, thể lực học sinh là mục tiêu quan trọng nhất, giải quyết hài hoà mối quan hệ kiến thức và kỹ năng, sức khoẻ và thể lực. Lựa chọn nội dung học đảm bảo tính kế thừa, liên thông, đồng thời kết hợp truyền thống văn hoá dân tộc, tiếp thu có chọn lọc những thành tựu khoa học GDTC hiện đại. Lược bỏ có cân nhắc kỹ những nội dung khó hoặc không khả thi, mở rộng quyền chủ động sáng tạo của địa phương trong quá trình thực hiện chương trình..." Để đáp ứng mục tiêu chương trình đề ra, giờ học thể dục giờ đây phải đáp ứng được những yêu cầu sau:

- Giờ dạy phải đảm bảo đúng quy trình và các bước lên lớp. Giờ học phải có từ 2-3 nội dung (*đáp ứng mục tiêu nâng cao sức khoẻ*), được sắp xếp và lồng ghép sao cho khoa học, hiệu quả.

- Giáo viên sử dụng linh hoạt, hài hoà các phương pháp giảng dạy, cách thức tổ chức luyện tập.

+ *Tập luyện đồng loạt*

+ *Tập luyện lần lượt*

- Chú trọng việc phân tổ, phân nhóm không quay vòng và phân nhóm quay vòng, hạn chế việc di chuyển đội hình quá nhiều trong một giờ học giúp học sinh có thêm thời gian để luyện tập.

- Giáo viên cần nắm vững đặc điểm cấu trúc quá trình giảng dạy động tác TĐTT.

- Tăng cường sử dụng các phương pháp trò chơi, thi đấu để đảm bảo cho giờ học luôn sinh động, hấp dẫn. Đảm bảo lượng vận động trong giờ học, tăng dần đến mức hợp lý đối với lứa tuổi, giới tính của học sinh.

- Trong quá trình giảng dạy, giáo viên phân tích, giảng giải kỹ thuật ngắn gọn, vừa đủ, nhấn mạnh khâu then chốt, kết hợp làm mẫu chính xác, tránh

giải thích dài dòng, thị phạm nhiều lần làm mất thời gian luyện tập của học sinh.

- Trong giờ học, giáo viên cần tạo tình huống để cho học sinh tự quản, được chỉ huy, điều hành và có cơ hội tự đánh giá và tham gia đánh giá lẫn nhau.

- Cuối mỗi giờ học, giáo viên cần tổ chức giao bài tập về nhà và chỉ dẫn học sinh luyện tập ngoài giờ (*ở trường và ở nhà*); đây là vấn đề hết sức cần thiết trong giờ học Thể dục hiện nay.

+ Xác định đúng mục tiêu dạy- học

* Dạy cái gì? (*dạy học theo nội dung chuẩn kiến thức, kỹ năng*).

* Dạy như thế nào? (*chọn các phương pháp dạy học hợp lý cho từng nội dung, từng tiết học*).

* Xác định rõ kiến thức, kỹ năng của từng nội dung trong mỗi giờ dạy. Xác định ý thức thái độ của học sinh trong mỗi giờ học.

+ Xác định, sắp xếp các nội dung của bài một cách hợp lý, khoa học, nội dung trước là tiền đề hỗ trợ cho nội dung sau.

+ Lựa chọn các phương pháp giảng dạy phù hợp với từng nội dung của bài. Không có phương pháp cho toàn bài dạy. Nội dung dạy nào thì phải có phương pháp dạy và hình thức lên lớp đó.

+ Qui trình hình thành kỹ năng kỹ xảo cho người tập.

7.2 Khái quát đặc điểm của các phương pháp TL có định mức chặt chẽ.

a. Phương pháp phân chia.

Tùy vào cấu trúc của động tác đơn giản hay phức tạp để sử dụng phương pháp sao cho phù hợp, phương pháp phân chia, những động tác có thể phân chia thành các phần tương đối độc lập mà có thể không ảnh hưởng tới cấu trúc động tác ví dụ trong bơi trườn sấp học động tác tay, chân, thờ.

b. Phương pháp tập luyện nguyên vẹn(hoàn chỉnh).

Tập toàn bộ động tác ngay từ đầu, đó là những bài tập không thể phân chia được, hay những bài tập có những pha nối tiếp nhau người ta sử dụng những bài tập hỗ trợ (*có cấu trúc tương tự như những động tác chính*)

Căn cứ vào mục đích sử dụng, các PP tập định mức được chia thành 2 nhóm: các phương pháp tập định mức dùng trong hoàn thiện KNKX và phát triển các tố chất thể lực. Mặt khác, tùy thuộc vào đặc điểm định lượng hoặc sự biến thiên các thông số bên ngoài của LVĐ, các PP tập lại có thể chia thành 2 nhóm lớn: (Các pp tập luyện lặp lại ổn định, Các pp tập luyện thay đổi).

c. Phương pháp tập luyện lặp lại ổn định liên tục.

Đặc điểm của phương pháp này là không có sự thay đổi đáng kể về cấu trúc động tác, về LVĐ và các điều kiện để tiến hành tập luyện, phương pháp này thường được sử dụng trong giáo dục sức bền như chạy đều đặn với cường độ trung bình dùng để củng cố cảm giác nhịp điệu, một trong những phương pháp điển hình nhất là phương pháp tập luyện đồng đều

d. Phương pháp tập luyện ổn định ngắt quãng.

- Đặc điểm tiêu biểu là lặp lại động tác với những quãng nghỉ tương đối ổn định tùy vào mục đích sử dụng để lựa chọn quãng nghỉ cho phù hợp ví dụ : trong giáo dục sức nhanh thường sử dụng quãng nghỉ đầy đủ.

- Nhóm pp TL biến đổi theo chế độ lượng vận động liên tục và ngắt quãng. Tùy theo từng trường hợp mà thay đổi các thông số vận động (*nhịp độ, nhịp điệu động tác*) thay đổi cách thức thực hiện động tác, thay đổi quãng nghỉ và các điều kiện thực hiện bài tập

e. Phương pháp tập luyện biến đổi liên tục.

Phương pháp này chủ yếu áp dụng các bài tập có chu kỳ, phương pháp điển hình là phương pháp biến tốc ví dụ: chạy liên tục với cường độ thay đổi được thực hiện kế tiếp nhau không có quãng nghỉ (*40m nhanh, 30m chậm*)

f. Phương pháp tập luyện thay đổi cách quãng.

Đặc điểm là luân phiên một các có hệ thống giữa lượng vận động và nghỉ ngơi với các xu hướng tăng hoặc giảm hay biến dạng trong quá trình tập luyện. LVĐ và quãng nghỉ có thể thay đổi

g. Phương pháp tập luyện lặp lại- tăng tiến:

Đặc điểm là lặp lại ổn định LVĐ trong mỗi lượt tập, tăng LVĐ đó ở mỗi lượt sau.

h. Phương pháp tập ổn định biến đổi

Bao gồm các thành tố của LVĐ ổn định và thay đổi. VD: chạy lặp lại 100m+ 300m với tốc độ tăng dần ở đoạn 100m và giảm tới tốc độ trung bình ở đoạn 300m, và lặp lại tuần tự đó 1 lần.

j. Phương pháp tập luyện lặp lại với quãng nghỉ giảm dần:

Đặc điểm lặp lại LVĐ ổn định kết hợp với rút ngắn quãng nghỉ. VD: chạy 100m nghỉ 10' lần 2 nghỉ 7' lần 3 nghỉ 5'. Nhờ phương pháp này mà có sự biến đổi mạnh mẽ trong cơ thể khi thực hiện BT

k. Phương pháp tập luyện vòng tròn phương pháp tuần hoàn)

Đặc điểm bao gồm tổng hợp các bài tập, các động tác được thực hiện theo một trật tự lần lượt thay đổi các " Trạm" được sắp xếp theo một vòng tròn khép kín. Số lần lặp lại ở mỗi trạm được xác định theo đặc điểm của người tập thông thường số lần lặp lại được thực hiện 1/2, 1/3 hay 2/3 số lần lặp lại tối

đa, PP vòng tròn có nhiều dạng khác nhau. Các dạng cơ bản của PP vòng tròn là:

+ *Tập luyện vòng tròn theo pp tập luyện kéo dài liên tục* (chủ yếu để giáo dục sức bền chung).

+ *Tập luyện vòng tròn theo PP tập cách quãng với quãng nghỉ ngắn* (được sử dụng chủ yếu để giáo dục sức bền tốc độ và sức mạnh bền)

+ *Tập luyện vòng tròn theo PP giãn cách với quãng nghỉ đầy đủ* (thường để giáo dục sức mạnh và tốc độ).

Ngoài những phương pháp cơ bản trên đòi hỏi người GV cần phát huy và nâng cao phương pháp khả năng quan sát trong giờ học và nắm bắt tâm lý của HS.

7.3. Những thể loại của bài dạy thể dục nội khóa.

Để giúp đội ngũ giáo viên Thể dục trong các nhà trường có cách nhìn tổng quan hơn về phương pháp dạy học và các yêu cầu cần đạt trong quá trình lên lớp bộ môn, đòi hỏi GV phải nắm được thể loại bài tập thể chất.

7.3.1. Thể loại bài dạy lý thuyết.

Đây là thể loại bài chiếm tỷ lệ rất ít trong chương trình giảng dạy bộ môn tại các trường phổ thông (*phần cứng 2 tiết/năm*). Tuy vậy, thể loại bài này thường được sử dụng nhiều để giảng dạy trong thời tiết không thuận lợi (*chương trình dự phòng*).

Đối với thể loại bài này chúng ta chủ yếu sử dụng nhóm phương pháp sử dụng lời nói: Giảng giải, phân tích, phỏng vấn, đàm thoại, kể chuyện, nêu gương để chuyển tải kiến thức bài học đến với học sinh.

7.3.2. Thể loại bài dạy thực hành.

Đây là thể loại bài dạy chủ yếu trong chương trình môn học. Trong thể loại bài dạy thực hành có rất nhiều kiểu bài dạy khác nhau. Cụ thể

a) Kiểu bài mới.

Đây là dạng bài trang bị những kiến thức, những bài tập, những động tác mới mẻ cho học sinh, dạng bài này thường gặp ở các lớp đầu cấp (lớp 6,7). Khi gặp kiểu bài này, giáo viên cần sử dụng đan xen các nhóm phương pháp dùng lời, phương pháp trực quan, phương pháp phân đoạn, Phương pháp luyện tập, Phương pháp sửa sai để giảng dạy sao cho hiệu quả.

b) Kiểu bài tổng hợp.

Là kiểu bài mà trong kiến thức nội dung bài học bao gồm những kiến thức, kĩ thuật mới và cả những kiến thức, nội dung đã được học ở những tiết trước (*bài mới + bài ôn tập*):

Khi gặp kiểu bài này, giáo viên cần sử dụng đan xen cả 5 nhóm phương pháp dạy học.

- + *Phương pháp dùng lời,*
- + *Phương pháp trực quan.*
- + *Phương pháp phân đoạn, hoàn chỉnh.*
- + *Phương pháp luyện tập.*
- + *Phương pháp sửa sai.*

c) Kiểu bài ôn tập.

Đây là kiểu bài dùng để ôn tập những kiến thức, kỹ thuật đã học ở những tiết trước (*ôn tập chương, hoàn thiện kỹ thuật động tác, hoàn thiện giai đoạn...*) Khi gặp kiểu bài này, giáo viên cần sử dụng đan xen các phương pháp: trực quan, luyện tập, trò chơi, thi đấu, sửa chữa động tác sai. Trong đó phương pháp luyện tập là chủ yếu.

d) Kiểu bài kiểm tra.

Đây là kiểu bài dùng cho các tiết kiểm tra thường xuyên hay kiểm tra định kỳ theo chương trình bộ môn. Đối với kiểu bài này giáo viên chủ yếu sử dụng phương pháp dùng lời (*Phát vấn, mệnh lệnh*) và PP thi đấu.

8. Những vấn đề cơ bản để xây dựng cấu trúc giờ học.

Muốn biết được cơ sở xác định cấu trúc buổi học TD hợp lý cần phải đi sâu nghiên cứu 3 vấn đề chính đó là:

- Quan hệ giữa nội dung và hình thức buổi tập.
- Đặc tính chung của cấu trúc buổi tập.
- Nắm được các chỉ số của Lượng vận động trong giờ học đó là:

Các chỉ số tối đa của khối lượng và cường độ có quan hệ tỷ lệ nghịch với nhau. LVĐ có cường độ tối đa chỉ có thể kéo dài được một số giây, ngược lại LVĐ có khối lượng tối đa chỉ có thể thực hiện được với cường độ thấp vì vậy cường độ bài tập càng cao thì khối lượng càng nhỏ và ngược lại.

Hiệu quả của lượng vận động tỷ lệ thuận với khối lượng và cường độ vận động khi thay đổi khối lượng và cường độ vận động trong tập luyện thì hiệu quả của LVĐ cũng thay đổi.

Mối quan hệ giữa khối lượng và cường độ vận động được thể hiện trong các phương pháp khác nhau của GDTC.

Do đó lập kế hoạch và điều chỉnh LVĐ là nội dung cơ bản trong xây dựng phương pháp.

Hiệu quả của tập luyện còn phụ thuộc vào trật tự kết hợp một cách khoa học giữa LVĐ và quãng nghỉ.

9. Đặc trưng của giờ học giáo dục thể chất.

- Dấu hiệu quan trọng nhất của hình thức buổi tập là giáo viên giữ vai trò chủ đạo trong việc trực tiếp tổ chức và điều khiển hoạt động giáo dục - học tập.

- Giờ học được tiến hành trong hệ thống các buổi tập theo thời khoá biểu đã quy định.

- Thành phần người tập cố định đồng nhất về trình độ, lứa tuổi theo các nhóm lớp học.

- Giờ học được xây dựng phù hợp với những nguyên tắc sư phạm chung. Phù hợp với những nguyên tắc về phương pháp chung của quá trình giáo dục thể chất và đảm bảo những yêu cầu sau:

+ Tác động của giờ học phải toàn diện, cần đạt các yêu cầu về giáo dục, giáo dưỡng và nâng cao sức khoẻ học sinh.

+ Kế hoạch giảng dạy và học tập phải thực hiện từ phút đầu đến phút cuối giờ học.

+ Các nhiệm vụ đặt ra phải cụ thể cho từng phần buổi tập, chương trình học không được coi trọng quá nhiều thời gian vào phần cơ bản của buổi tập, mà giáo viên phải xác định rõ nhiệm vụ cụ thể của 3 phần đều có mục tiêu riêng.

+ Nội dung và phương pháp của các giờ học phải đa dạng, phù hợp với các nhiệm vụ thường xuyên tăng lên với những diễn biến trong cơ thể người tập và những thay đổi của điều kiện xung quanh.

+ Phải căn cứ vào đặc điểm cá nhân người tập trên cơ sở trình độ (mặt bằng) chung của lớp học.

10. Công việc chuẩn bị lên lớp của giáo viên.

Việc tổ chức và tiến hành các buổi tập theo giờ học là một hoạt động phức tạp về nhiều mặt, vì vậy để giờ học đạt chất lượng cao, người giáo viên phải chuẩn bị trước, phải tính toán đầy đủ ba yếu tố sau:

a. Xác định nhiệm vụ buổi tập.

Nhiệm vụ buổi tập phải vừa sức học sinh để có thể giải quyết ngay trong giờ học. Phải xác định rõ vị trí của nó trong hệ thống các buổi tập theo kế hoạch đã định trước. Các nhiệm vụ giáo dục, giáo dưỡng phải cụ thể phải căn cứ vào kết quả của buổi học trước mà đề ra nhiệm vụ buổi tập sau cho phù hợp.

Khi đề ra nhiệm vụ cần phải nghiên cứu và áp dụng những tiến bộ mới nhất về phương pháp giải quyết các nhiệm vụ đó để kịp thời sửa đổi hoặc bổ sung nhiệm vụ mới.

b. Vạch kế hoạch cụ thể của buổi tập (Lập giáo án)

Đây là một bước rất quan trọng quyết định chất lượng buổi tập của người giáo viên. Kế hoạch này phải xác định được trình tự giải quyết các nhiệm vụ ở phần cơ bản của buổi tập bao gồm: thứ tự thực hiện các nhiệm vụ, các yêu cầu đề ra, sơ đồ tổ chức hoạt động của người tập, các bài tập nhằm giải quyết những nhiệm vụ, xây dựng một tổ hợp các bài tập phản ánh đầy đủ phương pháp giảng dạy và giáo dục theo một trình tự có cơ sở khoa học.

c. Chuẩn bị sân bãi dụng cụ.

Sau đó xây dựng kế hoạch cho phần chuẩn bị và kết thúc phù hợp với các quy luật sinh học và sự phạm của phần đó. Cuối cùng là vạch ra các nhiệm vụ về nhà cho học sinh. Trước buổi tập, giáo viên cần kiểm tra địa điểm tập, dụng cụ, làm thử các động tác và phân công học sinh chuẩn bị địa điểm tập.

11. Vị trí của giáo viên, học sinh và các dụng cụ tập luyện.

Vị trí của thầy giáo, của học sinh và dụng cụ tập luyện trên sân tập có ý nghĩa rất quan trọng và ảnh hưởng tích cực đến chất lượng của giờ học thể dục thể thao trong nhà trường nói chung, trong đó cấp học THCS nói riêng. Vị trí của người giáo viên được coi là hợp lý phải bảo đảm 3 yêu cầu sau:

a. *Đảm bảo cho giáo viên và học sinh.*

- Giáo viên phải nhìn và quan sát thấy học sinh.
- Học sinh phải nhìn, quan sát, nghe thấy được tất cả những diễn biến diễn ra trong giờ học mà giáo viên truyền thụ.

b. *Phù hợp các quy tắc vệ sinh.*

- Vệ sinh cá nhân
- Vệ sinh tập luyện.
- Điều kiện khí hậu thời tiết, điều kiện sân tập.

c. *Loại trừ mọi khả năng gây chấn thương có thể xảy ra đối với học sinh.*

VII. ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ GIÁO DỤC

1. Căn cứ xác định mục tiêu, nội dung và cách thức đánh giá của chương trình môn học

1.1. Căn cứ vào các Nghị quyết về đổi mới GD của Đảng, Nhà nước, Quốc hội

Yêu cầu đổi mới căn bản và toàn diện GD&ĐT, trong đó có đổi mới về kiểm tra, đánh giá đã được nêu trong các Nghị quyết của Đảng, Nhà nước và Quốc hội. Cụ thể là các nghị quyết 29 của Ban chấp hành TW về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo...; Nghị quyết 88 của Quốc hội và Quyết định 404 của Chính Phủ về Đổi mới chương trình và SGK phổ thông. Trong các văn kiện quan trọng vừa nêu yêu cầu đổi mới kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh đều đã đặt ra. Chẳng hạn Nghị quyết 29 của TW khẳng định:

“Đổi mới căn bản hình thức và phương pháp thi, kiểm tra và đánh giá kết quả giáo dục, đào tạo, bảo đảm trung thực, khách quan.

Việc thi, kiểm tra và đánh giá kết quả giáo dục, đào tạo cần từng bước theo các tiêu chí tiên tiến được xã hội và cộng đồng giáo dục thế giới tin cậy và công nhận. Phối hợp sử dụng kết quả đánh giá trong quá trình học với đánh giá cuối kỳ, cuối năm học; đánh giá của người dạy với tự đánh giá của người học; đánh giá của nhà trường với đánh giá của gia đình và của xã hội.

Đổi mới phương thức thi và công nhận tốt nghiệp trung học phổ thông theo hướng giảm áp lực và tốn kém cho xã hội mà vẫn bảo đảm độ tin cậy, trung thực, đánh giá đúng năng lực học sinh, làm cơ sở cho việc tuyển sinh giáo dục nghề nghiệp và giáo dục đại học”. Nghị quyết 88 của Quốc hội yêu cầu:

“Đổi mới căn bản phương pháp đánh giá chất lượng giáo dục theo hướng hỗ trợ phát triển phẩm chất và năng lực HS; phản ánh mức độ đạt chuẩn quy định trong chương trình; cung cấp thông tin chính xác, khách quan, kịp thời cho việc điều chỉnh hoạt động dạy, hướng dẫn hoạt động học nhằm nâng cao dần năng lực học sinh.

Thi và đánh giá kết quả học tập của học sinh dựa vào chương trình giáo dục phổ thông phù hợp với lộ trình thực hiện Đề án. Đổi mới phương thức thi và công nhận tốt nghiệp trung học phổ thông theo hướng gọn nhẹ, giảm áp lực và tốn kém cho xã hội mà vẫn bảo đảm độ tin cậy, trung thực, đánh giá đúng năng lực học sinh, cung cấp dữ liệu cho việc tuyển sinh giáo dục nghề nghiệp và giáo dục đại học.” Quyết định 404 của Chính phủ nêu rõ:

“Chương trình mới, sách giáo khoa mới được xây dựng, biên soạn đáp ứng yêu cầu và tạo điều kiện thuận lợi thực hiện đổi mới thi, kiểm tra, đánh giá chất lượng giáo dục; bảo đảm trung thực, khách quan, thiết thực, tiết kiệm, giảm áp lực cho xã hội và khắc phục bệnh thành tích hình thức, cục bộ.

Thi, kiểm tra, đánh giá chất lượng giáo dục phải dựa vào yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực của học sinh được quy định trong chương trình; phối hợp đánh giá trong quá trình học với đánh giá cuối kỳ, cuối năm học; đánh giá của người dạy với tự đánh giá của người học; đánh giá của nhà trường với đánh giá của gia đình và của xã hội; thực hiện đánh giá chất lượng giáo dục ở cấp quốc gia địa phương và đánh giá theo chương trình quốc tế để làm căn cứ đề xuất chính sách, giải pháp cải thiện chất lượng giáo dục.”

Những yêu cầu nêu trên đã trở thành cơ sở quan trọng cho việc đổi mới đánh giá kết quả học tập của học sinh trong môn học Giáo dục thể chất.

1.2. Căn cứ vào định hướng đổi mới đánh giá được nêu trong Chương trình tổng thể.

Căn cứ vào các yêu cầu đổi mới trong các văn kiện chính trị đã nêu, xem xét và vận dụng các lí thuyết hiện đại về kiểm tra, đánh giá năng lực nhằm giúp học sinh tiến bộ, phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi học

sinh; căn cứ vào đặc điểm về tâm lí lứa tuổi học sinh, Chương trình giáo dục phổ thông tổng thể đã nêu lên những định hướng chung cho việc đổi mới kiểm tra, đánh giá. Là một bộ phận hữu cơ của Chương trình giáo dục phổ thông, cũng như các môn học khác, môn Giáo dục thể chất phải tuân thủ theo các định hướng chung đó. Cụ thể cần chú ý một số yêu cầu sau:

Mục tiêu đánh giá kết quả giáo dục là cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của chương trình và sự tiến bộ của học sinh để hướng dẫn hoạt động học tập, điều chỉnh các hoạt động dạy học, quản lí và phát triển chương trình, bảo đảm sự tiến bộ của từng học sinh và nâng cao chất lượng giáo dục. Căn cứ đánh giá là các yêu cầu cần đạt về phẩm chất và năng lực được quy định trong Chương trình tổng thể và chương trình môn học, hoạt động giáo dục. Phạm vi đánh giá bao gồm toàn bộ các môn học và hoạt động giáo dục bắt buộc, môn học lựa chọn theo định hướng nghề nghiệp, chuyên đề học tập và môn học tự chọn. Đối tượng đánh giá là sản phẩm và quá trình học tập, rèn luyện của học sinh. Kết quả giáo dục được đánh giá bằng các hình thức định tính và định lượng thông qua đánh giá thường xuyên, định kỳ ở cơ sở giáo dục, các kỳ đánh giá trên diện rộng ở cấp quốc gia, cấp địa phương. Phương thức đánh giá bảo đảm độ tin cậy, khách quan, phù hợp với từng lứa tuổi, từng cấp học, không gây áp lực lên học sinh, hạn chế tổn kém cho ngân sách nhà nước, gia đình học sinh và xã hội.

1.3. Căn cứ vào đặc điểm của môn học.

Bám sát các yêu cầu về đổi mới kiểm tra, đánh giá nêu trên nhưng cần phù hợp với đặc điểm môn học Giáo dục thể chất. Dù đánh giá theo hình thức nào cũng đều phải bảo đảm nguyên tắc học sinh được bộc lộ, thể hiện phẩm chất, năng lực thể chất của chính các em. Hạn chế tối đa tính chủ quan của người đánh giá. Học sinh cần được hướng dẫn tìm hiểu để có thể nắm vững mục tiêu, phương pháp và hệ thống các tiêu chí dùng đánh giá các phẩm chất, năng lực.

1.4. Căn cứ vào xu thế và kết quả nghiên cứu về đánh giá của quốc tế.

Do yêu cầu hội nhập quốc tế và nhu cầu của thị trường lao động hiện đại, việc đánh giá giá kết quả học tập của các nước đang dần xích lại gần nhau. Rất nhiều tổ chức đánh giá quốc gia, quốc tế ra đời (PISA, TIMS, ...). Kết quả nghiên cứu về đánh giá kết quả học tập của học sinh phổ thông đạt được nhiều thành tựu cần vận dụng vào giáo dục nhà trường Việt Nam. Xu thế chung là hướng tới đánh giá năng lực người học, giúp người học tiến bộ chứ không chỉ tập trung vào đánh giá để xếp hạng, phân loại học sinh; chú trọng đánh giá quá trình, giúp học sinh biết tự đánh giá.

2. Mục tiêu, nội dung và cách thức đánh giá của chương trình môn học

2.1. Mục tiêu đánh giá.

Đánh giá kết quả giáo dục thể chất là hoạt động thu thập thông tin và so sánh mức độ đạt được của học sinh so với yêu cầu cần đạt của môn học nhằm cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về sự tiến bộ của học sinh, mức độ đáp ứng yêu cầu cần đạt của chương trình để trên cơ sở đó điều chỉnh hoạt động dạy học và cách tổ chức quản lí nhằm không ngừng nâng cao chất lượng giáo dục.

2.2. Căn cứ và nội dung đánh giá.

Kết quả Giáo dục thể chất phải căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt trong chương trình giáo dục thể chất, bảo đảm toàn diện, khách quan, có phân hoá; phải kết hợp giữa đánh giá thường xuyên và định kì, kết hợp giữa đánh giá của giáo viên và tự đánh giá của học sinh để điều chỉnh kịp thời hoạt động dạy - học. Việc đánh giá kết quả Giáo dục thể chất cần thúc đẩy và hỗ trợ học sinh phát triển các phẩm chất và năng lực chung, năng lực chuyên môn, chú trọng khả năng vận dụng kiến thức trong việc giải quyết các nhiệm vụ hoạt động vận động của học sinh tạo được hứng thú và khích lệ tinh thần tập luyện của học sinh, qua đó khuyến khích các em tham gia các hoạt động thể thao trong và ngoài nhà trường.

2.3. Cách thức đánh giá ở cấp THCS.

a. Đánh giá kết quả giáo dục phải căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt đối với từng lớp học, cấp học trong chương trình môn Giáo dục thể chất, theo các tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành, chú trọng kĩ năng vận động và hoạt động thể dục thể thao của học sinh;

b. Đánh giá phải bảo đảm toàn diện, khách quan, có phân hoá; kết hợp giữa đánh giá thường xuyên và định kì; kết hợp giữa đánh giá của giáo viên, tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng của học sinh, đánh giá của cha mẹ học sinh. Học sinh được biết thông tin về hình thức, thời điểm, cách đánh giá và chủ động tham gia quá trình đánh giá.

c. Đánh giá phải coi trọng sự tiến bộ của học sinh về năng lực, thể lực và ý thức học tập; có tác dụng thúc đẩy và hỗ trợ học sinh phát triển các phẩm chất và năng lực; tạo được hứng thú và khích lệ tinh thần tập luyện của học sinh, qua đó khuyến khích học sinh tham gia các hoạt động thể dục thể thao ở trong và ngoài nhà trường.

d. Đánh giá thường xuyên và đánh giá định kì

– Đánh giá thường xuyên:

Bao gồm đánh giá chính thức (thông qua các hoạt động thực hành, tập luyện, trình diễn,...) và đánh giá không chính thức (bao gồm quan sát trên lớp, đối thoại, học sinh tự đánh giá,...) nhằm thu thập những thông tin về quá trình hình thành, phát triển năng lực của từng học sinh.

– Đánh giá định kì:

Nội dung đánh giá chú trọng đến kỹ năng thực hành, thể lực của học sinh; phối hợp với đánh giá thường xuyên cung cấp thông tin để phân loại học sinh và điều chỉnh nội dung, phương pháp giáo dục.

e. Đánh giá định tính và đánh giá định lượng

– Đánh giá định tính:

Kết quả học tập được mô tả bằng lời nhận xét hoặc biểu thị bằng các mức xếp loại. Học sinh có thể sử dụng hình thức này để tự đánh giá sau khi kết thúc mỗi nội dung, mỗi chủ đề, hoặc giáo viên sử dụng để đánh giá thường xuyên (không chính thức). Đánh giá định tính được sử dụng chủ yếu ở cấp tiểu học.

– Đánh giá định lượng:

Kết quả học tập được biểu thị bằng điểm số theo thang điểm 10. Giáo viên sử dụng hình thức đánh giá này đối với đánh giá thường xuyên chính thức và đánh giá định kì. Đánh giá định lượng được sử dụng chủ yếu ở cấp trung học cơ sở và cấp trung học phổ thông được trình bày ở bảng 4.

2.4. Đánh giá minh họa ở cấp THCS.

Bảng 4. Minh họa đánh giá kết quả học Đánh giá học sinh sau khi học nhảy cao kiểu bước qua. (Lớp 8)

Đề đánh giá minh họa	Yêu cầu cần đạt	Kết quả
<p>Đánh giá học sinh sau khi học nhảy cao kiểu bước qua (Lớp 8)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Hiểu và lựa chọn, sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện thể dục thể thao. - Hiểu một số điều luật cơ bản ở nội dung: Nhảy cao kiểu bước qua; - Thực hiện đúng động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. -Thực hiện đúng các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Thể hiện rõ rệt sự tăng tiến về thành tích nhảy cao. - Biết sử dụng các bài tập hỗ trợ để phát triển thể lực - Thể hiện được khả năng điều hành nhóm/ tổ tập luyện và biết nhận xét kết quả tập luyện của bạn. - Hoàn thành lượng vận động của bài tập 	<p>9-10 điểm</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Tác phong nhanh nhẹn, tự tin trong tập luyện. - Tự giác, tích cực tập luyện và giúp đỡ bạn. 	
<p style="text-align: center;">Đánh giá học sinh sau khi học nhảy cao kiểu bước qua (Lớp 8)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Biết lựa chọn và sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện thể dục thể thao. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung: Nhảy cao kiểu bước qua; - Thực hiện được động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. Thực hiện được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Có sự tăng tiến về thành tích nhảy cao. - Biết điều hành nhóm/tổ tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện của bạn. - Biết sử dụng các bài tập hỗ trợ để phát triển thể lực - Hoàn thành lượng vận động của bài tập - Tác phong nhanh nhẹn, tự tin trong tập luyện. - Tự giác, tích cực tập luyện và giúp đỡ bạn. 	7-8 điểm
	<ul style="list-style-type: none"> - Lựa chọn và sử dụng được chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện thể dục thể thao. - Biết một số điều luật cơ bản ở nội dung: Nhảy cao kiểu bước qua; - Thực hiện được động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. Thực hiện được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Có sự tăng tiến về thành tích nhảy cao (không cao). - Chưa tự tin trong điều hành nhóm/ tổ tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện của bạn. - Bước đầu sử dụng các bài tập để phát triển thể lực. - Hoàn thành được lượng vận động của bài tập 	5-6 điểm

Đánh giá học sinh sau khi học nhảy cao kiểu bước qua (Lớp 8)	<ul style="list-style-type: none"> - Tác phong nhanh nhẹn trong tập luyện. - Tích cực tập luyện và giúp đỡ bạn. 	
	<ul style="list-style-type: none"> - Lựa chọn và sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện thể dục thể thao. - Thực hiện còn yếu các động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. Chưa thực hiện được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Chưa có sự tăng tiến về thành tích nhảy cao - Còn lúng túng trong điều hành nhóm/ tổ tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện của bạn. - Chưa hoàn thành lượng vận động của bài tập - Tinh thần và ý thức trong tập luyện chưa cao. - Tác phong còn chậm trong tập luyện. 	3-4 điểm
	<ul style="list-style-type: none"> - Chưa biết lựa chọn và sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện thể dục thể thao. - Chưa thực hiện được động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. Chưa biết thực hiện được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. - Không có sự tăng tiến về thành tích nhảy cao kiểu bước qua. - Không hoàn thành lượng vận động của bài tập. - Ý thức và tinh thần trong tập luyện yếu. - Tác phong chậm, không tự tin trong tập luyện. 	1-2 điểm

VIII. THIẾT BỊ DẠY HỌC

1. Định hướng thiết bị dạy học ở cấp THCS.

Để bảo đảm cho việc thực hiện Chương trình Giáo dục thể chất mới đạt được theo mục tiêu đề ra, thì việc đầu tiên đối với các đơn vị chức năng phải đảm bảo đủ các trang thiết bị phục vụ về cơ sở vật chất tương ứng với các nội dung giảng dạy có trong Chương trình môn học Giáo dục thể chất đã được Bộ GD&ĐT ban hành 27/12/2018.

2. Ví dụ minh họa sử dụng 1 số thiết bị dạy học ở cấp THCS

a. Thiết bị để minh họa, trình diễn: Dụng cụ mẫu để hướng dẫn tập luyện các nội dung đội hình đội ngũ, vận động cơ bản, hoạt động thể dục, các môn thể thao; tranh ảnh, băng đĩa hình kỹ thuật các hoạt động thể dục, các môn thể thao; loa, ampli, máy chiếu (projector),...

b. Thiết bị để thực hành: Dụng cụ tập luyện vận động cơ bản và các môn thể thao; dụng cụ, phương tiện tổ chức chơi các trò chơi vận động; đồng hồ bấm giây thể thao, còi, cờ, thước dây,...

c. Khu vực tập luyện: Sân tập, đường chạy, nhà tập đa năng.

CÂU HỎI THẢO LUẬN NHÓM

1. Bạn hãy nêu các phương pháp dạy học? Theo bạn phương pháp nào quan trọng nhất?

2. Bạn hãy cho biết các ưu, nhược điểm và những yêu cầu cần đạt khi sử dụng các nhóm phương pháp giảng dạy bộ môn?

3. Nêu rõ các kiểu bài dạy trong chương trình môn học và cho biết các nhóm phương pháp giảng dạy tương ứng với mỗi kiểu bài?

4. Để có một giờ dạy giáo dục thể chất đạt hiệu quả theo phương pháp đổi mới, bạn cần chuẩn bị những điều kiện gì?

CHƯƠNG 3: TIẾP CẬN NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY GIÁO DỤC THỂ CHẤT LỚP 6-7 THEO CHƯƠNG TRÌNH MỚI
I. TIẾP CẬN NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY GDTC LỚP 6.

1. Đội hình đội ngũ.

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> - Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. - Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. - Thực hiện đúng động tác đội hình đội ngũ đã học và cách biến đổi, chuyển đội hình đội ngũ. - Thực hiện đúng các “khẩu lệnh” khi tập đội hình đội ngũ. - Tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. - Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện. - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.
Nội dung
<p>1. Luyện tập những nội dung</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cách chào báo cáo; cách xin phép ra vào lớp - Tập hợp hàng dọc, hàng ngang, điểm số - Quay phải, quay trái, quay sau - Dàn hàng, dồn hàng - Biến đổi đội hình đội ngũ <p>2. Chuyển đội hình 0 – 2 – 4; 0 – 3 – 6 – 9</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>

Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phần nội dung.

- *Hình thức tập chia tổ, nhóm.*
- *Đánh giá, nhận xét các tổ tập.*
- *Địa điểm nhà, sân tập.*

2. Vận động cơ bản.

Yêu cầu cần đạt

- Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khỏe để tập luyện.
- Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ chạy và chạy được cự ly ngắn;
- Biết một số điều trong luật chạy cự ly ngắn.
- Thực hiện đúng cơ bản kỹ thuật chạy bền trên địa hình tự nhiên và thả lỏng sau khi chạy.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà, chạy đà và giậm nhảy của nhảy xa kiểu ngồi;
- Biết một số điều trong luật nhảy xa.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà, giậm nhảy kiểu bước qua;
- Biết một số điều trong luật nhảy cao.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ và kỹ thuật ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng.
- Nhận biết được một số tư thế, động tác sai thường mắc và biết sửa động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện.
- Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện.
- Vận dụng những hiểu biết để luyện tập hàng ngày nhằm rèn luyện nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực.
- Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.

Nội dung

1. Chạy ngắn

- Một số trò chơi rèn luyện phản xạ và phát triển sức nhanh
- Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự ly ngắn
- Làm quen với chạy cự ly ngắn

2. Chạy bền

- Chạy trên địa hình tự nhiên theo nhóm sức khỏe, giới tính, không tính thời gian
- Động tác hồi tĩnh sau khi chạy

3. Nhảy xa

Yêu cầu cần đạt

- Một số trò chơi rèn luyện sức nhanh, sức mạnh chân
- Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật giai đoạn chạy đà nhảy xa
- Làm quen với chạy đà
- Nhảy xa kiểu ngồi

4. Nhảy cao

- Một số trò chơi rèn luyện sức mạnh chân
- Một số động tác hỗ trợ nhảy cao
- Làm quen với chạy đà
- Nhảy cao kiểu bước qua

5. Ném bóng

- Tập một số động tác hỗ trợ kỹ thuật ném bóng, tư thế ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng.
 - Một số điều trong luật: chạy cự ly ngắn; nhảy cao; nhảy xa
- * Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.

Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phân nội dung.

- Hình thức tập chia tổ, nhóm.
- Đánh giá, nhận xét các tổ tập
- Địa điểm nhà tập, sân.

3. Bài tập thể dục

Yêu cầu cần đạt

- Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khỏe để tập luyện.
- Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác trong bài tập thể dục.
- Thực hiện được cách hô nhịp các động tác của bài tập thể dục lớp 6.
- Điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Điều khiển tổ/nhóm tập luyện bài tập thể dục.
- Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện

Yêu cầu cần đạt
<p>sức khoẻ, phát triển thể lực.</p> <p>– Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.</p>
Nội dung
<ol style="list-style-type: none"> 1. Động tác vươn thở 2. Động tác tay 3. Động tác chân 4. Động tác lưng bụng 5. Động tác vặn mình 6. Động tác phối hợp 7. Động tác nhảy 8. Động tác điều hoà <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p> <p><i>Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phần nội dung.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Hình thức tập chia tổ, nhóm.</i> - <i>Đánh giá, nhận xét các tổ tập.</i> - <i>Địa điểm nhà tập, sân.</i>

4. Thể thao tự chọn

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao được lựa chọn. – Biết một số điều trong luật của môn thể thao được lựa chọn ở lớp 6. – Điều chỉnh được tư thế của động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> – Tổ chức, điều hành tổ/nhóm tập luyện. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Xử lí linh hoạt và phối hợp được với đồng đội. – Vận dụng những hiểu biết về luật khi tập luyện và đấu tập. – Có khả năng tham gia thi đấu môn thể thao ưa thích. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.
Nội dung
<p>1. Báo cáo viên hướng dẫn tập luyện một trong các nội dung thể thao: Bóng đá mini; Bóng chuyền mini; Bóng rổ; Bóng bàn; Cầu lông; Đá cầu; Võ; Bơi; Thể dục nhịp điệu; Khiêu vũ thể thao;...</p> <p>2. Kiểm tra, đánh giá cuối kỳ, cuối năm học</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p> <p><i>Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phần nội dung.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Hình thức tập chia tổ, nhóm.</i> - <i>Đánh giá, nhận xét các tổ tập.</i> - <i>Địa điểm nhà tập, sân.</i>

II. TIẾP CẬN NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY GDTC LỚP 7.

1. Vận động cơ bản

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy; các giai đoạn chạy cự ly ngắn.

Yêu cầu cần đạt

- Biết một số điều trong luật chạy cự ly ngắn.
- Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy bền.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy xa.
- Thực hiện đúng cơ bản các giai đoạn kỹ thuật nhảy xa kiểu ngòi.
- Biết một số điều trong luật nhảy xa.
- Thực hiện đúng cơ bản các động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao.
- Liên kết được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.
- Biết một số điều trong luật nhảy cao.
- Thực hiện đúng các động tác hỗ trợ kỹ thuật và tư thế ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng.
- Thực hiện đúng cơ bản kỹ thuật chạy đà ném bóng.
- Điều chỉnh được tư thế động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Tổ chức tập luyện theo tổ/nhóm dưới sự hướng dẫn của giáo viên.
- Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện.
- Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.

Nội dung

1. Chạy cự ly ngắn

- Tập một số trò chơi rèn luyện phản xạ và sức nhanh
- Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy cự ly ngắn
- Tập các giai đoạn kỹ thuật chạy ngắn
- Chạy cự ly ngắn

2. Chạy bền

- Phân phối sức khi chạy; Nhận biết và biết cách khắc phục khi xuất hiện “hiện tượng cực điểm”
- Chạy trên địa hình tự nhiên theo nhóm sức khỏe, giới tính, không tính thời gian

3. Nhảy xa

- Một số trò chơi rèn luyện sức nhanh, sức mạnh
- Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy xa; Bước đầu tập các giai đoạn kỹ

Yêu cầu cần đạt
<p>thuật nhảy xa– Nhảy xa kiểu “Ngồi”</p> <p>4. Nhảy cao</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số trò chơi rèn luyện sức mạnh chân – Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao; Bước đầu tập các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao– Chạy đà – Nhảy cao <p>5. Ném bóng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Một số động tác hỗ trợ kỹ thuật các giai đoạn – Tập động tác ra sức cuối cùng ném bóng xa đúng hướng; Tập kỹ thuật chạy đà ném bóng – Một số điều của luật: chạy ngắn; nhảy cao; nhảy xa <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>

Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phần nội dung.

- *Hình thức tập chia tổ, nhóm.*
- *Đánh giá, nhận xét các tổ tập*
- *Địa điểm nhà tập, sân.*

2. Bài tập thể dục

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> – Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện. – Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất. – Thực hiện đúng cơ bản bài tập thể dục chín động tác lớp 7. – Thực hiện hô đúng nhịp từng động tác của bài tập thể dục. – Cảm nhận được tính nhịp điệu của động tác khi tập luyện. – Tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện. – Điều khiển tổ/nhóm tập luyện dưới sự hướng dẫn của giáo viên. – Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện. – Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ
Nội dung

Yêu cầu cần đạt

Bài tập thể dục

1. Động tác vươn thở
2. Động tác tay
3. Động tác chân
4. Động tác lườn
5. Động tác lưng bụng
6. Động tác toàn thân
7. Động tác thăng bằng
8. Động tác nhảy
9. Động tác điều hoà

*** Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.**

Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phân nội dung.

- Hình thức tập chia tổ, nhóm.
- Địa điểm nhà tập, sân.

3. Thể thao tự chọn

Yêu cầu cần đạt

- Nhận biết và lựa chọn môi trường tự nhiên có lợi cho sức khoẻ để tập luyện.
- Nhận biết được các yếu tố dinh dưỡng cơ bản ảnh hưởng đến sự phát triển thể chất.
- Thực hiện đúng cơ bản các bài tập bổ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao được lựa chọn.
- Biết một số điều trong luật của môn thể thao được lựa chọn ở lớp 7.
- Điều chỉnh tư thế của động tác, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Tập luyện tổ/nhóm dưới sự hướng dẫn của giáo viên.
- Nhận xét, đánh giá kết quả tập luyện.
- Phán đoán, xử lý tình huống linh hoạt và phối hợp được với đồng đội.

Yêu cầu cần đạt
<ul style="list-style-type: none"> - Vận dụng những hiểu biết về luật khi tập luyện và đấu tập. - Tự tin tham gia thi đấu môn thể thao ưa thích. - Tự giác, tích cực, đoàn kết và giúp đỡ bạn trong tập luyện.
Nội dung
<p>1. Báo cáo viên hướng dẫn tập luyện một trong các nội dung thể thao: Bóng đá mini; Bóng chuyền mini; Bóng rổ; Bóng bàn; Cầu lông; Đá cầu; Võ; Bơi; Thể dục nhịp điệu; Khiêu vũ thể thao;...</p> <p>2. Kiểm tra, đánh giá cuối kỳ, cuối năm học.</p> <p>* Hướng dẫn học sinh sử dụng môi trường, chế độ dinh dưỡng và công tác vệ sinh trong tập luyện thể dục thể thao.</p>

Lớp tập huấn chia tổ thực hành nội dung Chương trình mới phân nội dung.

- *Hình thức tập chia tổ, nhóm.*
- *Địa điểm nhà tập, sân.*
- *Các tổ thực hiện nội dung đã phân công, lớp quan sát, nhận xét, đánh giá.*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đổi mới nội dung và phương pháp đào tạo giáo viên THCS. Sách dự án đào tạo giáo viên THCS. Năm 2007
2. Lý luận và phương pháp TĐTT. Nhà xuất bản giáo dục. Năm 1997
3. Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất. nhà xuất bản đại học sư phạm. Năm 2007
4. Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất- Vụ GDTC –NXBTĐTT 1998
5. Giáo trình lý luận và phương pháp TĐTT- Phạm Danh Tồn- NXB TĐTT 2007.
6. Chương trình giáo dục phổ thông môn giáo dục thể chất (*Dự thảo ngày 19 tháng 01 năm 2018*)
7. Vệ sinh và Y học thể dục thể thao. Nhà xuất bản đại học sư phạm. Năm 2005.