

**NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM
NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TP HỒ CHÍ MINH
CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ XUẤT BẢN – THIẾT BỊ GIÁO DỤC VIỆT NAM
(VEPIC)**

**TÀI LIỆU TẬP HUẤN SỬ DỤNG SÁCH GIÁO KHOA
GIÁO DỤC THỂ CHẤT 8
(BỘ SÁCH CÁNH DIỀU)**

HÀ NỘI - 2023



MỤC LỤC

I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG.....	2
1. Giới thiệu về Chương trình môn Giáo dục thể chất cấp THCS năm 2018.....	2
1.1. Đặc điểm môn Giáo dục thể chất.....	2
1.2. Quan điểm xây dựng chương trình.....	2
1.3. Mục tiêu chương trình.....	3
1.4. Yêu cầu cần đạt.....	3
1.5. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8.....	5
2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8.....	6
2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8.....	6
2.2. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8 (Cánh Diều).....	6
2.3. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 8.....	11
2.4. Yêu cầu về phương pháp dạy học.....	13
2.5. Đánh giá kết quả học tập của học sinh.....	14
3. Giới thiệu sách giáo khoa và hệ thống tài liệu tham khảo, bổ trợ.....	17
I. PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY.....	17
1. Xây dựng kế hoạch bài dạy.....	17
2. Giới thiệu mẫu kế hoạch bài dạy.....	18

*Mang cuộc sống vào bài học
Đưa bài học vào cuộc sống*



I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG

1. Giới thiệu về Chương trình môn Giáo dục thể chất cấp THCS năm 2018

1.1. Đặc điểm môn Giáo dục thể chất

Giáo dục thể chất (GDTC) là môn học bắt buộc, được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12. Môn GDTC góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh (HS), trọng tâm là: trang bị cho HS 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 HS 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 GDTC là rèn luyện kỹ năng vận động và phát triển tố chất thể lực cho HS 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 (TDTT).

Nội dung GDTC 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 GDTC giúp HS 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. HS được lựa chọn nội dung hoạt động TDTT phù hợp với thể lực của mình và khả năng đáp ứng của nhà trường.
- Giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp: Môn GDTC được thực hiện thông qua hình thức câu lạc bộ TDTT. HS 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 HS có năng khiếu thể thao tự chọn định hướng nghề



nghiệp phù hợp.

1.2. Quan điểm xây dựng chương trình

Chương trình môn GDTC quán triệt đầy đủ quan điểm, mục tiêu, yêu cầu cần đạt về phẩm chất, năng lực, kế hoạch giáo dục và định hướng về nội dung giáo dục, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục được quy định tại Chương trình tổng thể. Xuất phát từ đặc trưng của môn học, một số quan điểm sau được nhấn mạnh trong xây dựng chương trình:

- Chương trình môn GDTC được xây dựng dựa trên nền tảng lí luận và thực tiễn, cập nhật thành tựu của khoa học TDTT và khoa học sư phạm hiện đại, trong đó có các kết quả nghiên cứu về giáo dục học, tâm lí học, sinh lí học, phương pháp GDTC và huấn luyện thể thao; kinh nghiệm xây dựng chương trình môn GDTC của Việt Nam và các nước có nền giáo dục tiên tiến; kết quả phân tích thực tiễn giáo dục, điều kiện kinh tế – xã hội Việt Nam và sự đa dạng của HS.
- Chương trình môn GDTC bảo đảm phù hợp với tâm – sinh lí lứa tuổi và quy luật phát triển thể chất của HS; phát huy tính chủ động và tiềm năng của mỗi HS thông qua các phương pháp, hình thức tổ chức giáo dục; vận dụng các phương pháp kiểm tra, đánh giá phù hợp với đặc điểm của môn học, hỗ trợ việc hình thành, phát triển phẩm chất, năng lực ở HS.
- Chương trình môn GDTC có tính mở, tạo điều kiện để HS được lựa chọn các hoạt động phù hợp với thể lực, nguyện vọng của bản thân và khả năng tổ chức của nhà trường; đồng thời tạo điều kiện để nhà trường Trong xây dựng kế hoạch giáo dục phù hợp với điều kiện thực tế và đặc điểm của mỗi địa phương.

1.3. Mục tiêu chương trình

Môn GDTC giúp HS biết cách chăm sóc sức khoẻ và vệ sinh thân thể, bước đầu hình thành các kĩ năng vận động cơ bản, thói quen tập luyện.

a) Mục tiêu chung

Môn GDTC giúp HS hình thành, phát triển kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, kĩ năng



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

b) Mục tiêu chương trình Giáo dục thể chất cấp trung học cơ sở

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

1.4. Yêu cầu cần đạt

a) Yêu cầu cần đạt về phẩm chất chủ yếu và năng lực chung của môn Giáo dục thể chất

Môn GDTC góp phần hình thành và phát triển ở HS các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung theo các mức độ phù hợp với môn học, cấp học đã được quy định tại Chương trình tổng thể. Cụ thể:

- Hình thành và phát triển cho HS những phẩm chất chủ yếu sau: yêu nước, nhân ái, chăm chỉ, trung thực, trách nhiệm.
- Hình thành và phát triển cho HS những năng lực cốt lõi sau:
 - + Những năng lực chung được hình thành, phát triển thông qua tất cả các môn học và hoạt động giáo dục: năng lực tự chủ và tự học, năng lực giao tiếp và hợp tác, năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo.
 - + Những năng lực đặc thù được hình thành, phát triển chủ yếu thông qua một số môn học và hoạt động giáo dục nhất định: năng lực ngôn ngữ, năng lực tính toán, năng lực khoa học, 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, chương trình giáo dục

phổ thông còn góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu của HS.

b) Yêu cầu cần đạt về năng lực đặc thù cấp trung học cơ sở

Chương trình môn GDTC giúp HS hình thành và phát triển năng lực thể chất với các thành phần sau: năng lực chăm sóc sức khoẻ, năng lực vận động cơ bản, năng lực hoạt động TDTT. Yêu cầu cần đạt về năng lực thể chất đặc thù đối với HS cấp trung học cơ sở cụ thể như sau:

– Năng lực chăm sóc sức khoẻ:

- + Hình thành được nền nếp vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong tập luyện TDTT.
- + Có kiến thức cơ bản và ý thức thực hiện chế độ dinh dưỡng trong tập luyện và đời sống hằng ngày để bảo vệ, tăng cường sức khoẻ.
- + Tích cực tham gia các hoạt động tập thể trong môi trường tự nhiên để rèn luyện sức khoẻ.

– Năng lực vận động cơ bản:

- + Hiểu được vai trò quan trọng của các kỹ năng vận động cơ bản đối với việc phát triển các tố chất thể lực.
- + Thực hiện thuần thục các kỹ năng vận động cơ bản được học trong chương trình môn học.
- + Hình thành được thói quen vận động để phát triển các tố chất thể lực.

– Năng lực hoạt động TDTT:

- + Hiểu được vai trò, ý nghĩa của TDTT đối với cơ thể và cuộc sống.
- + Lựa chọn được và thường xuyên tập luyện nội dung thể thao phù hợp để nâng cao sức khoẻ, phát triển thể lực.
- + Tham gia có trách nhiệm, hoà đồng với tập thể trong tập luyện TDTT và các hoạt động khác trong cuộc sống.

c) Yêu cầu cần đạt đối với học sinh lớp 8

- Biết lựa chọn và sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT.



- Biết một số điều luật cơ bản ở các nội dung: Chạy cự li ngắn; Nhảy cao kiểu bước qua; Chạy cự li trung bình và môn thể thao lựa chọn.
- Khắc phục được hiện tượng “cực điểm” xảy ra khi chạy cự li trung bình.
- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật chạy. Thực hiện được các giai đoạn chạy cự li ngắn (100 m), chạy cự li trung bình.
- Thực hiện được các động tác hỗ trợ kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua. Thực hiện được các giai đoạn kỹ thuật nhảy cao kiểu bước qua.
- Thực hiện được bài tập thể dục nhịp điệu lớp 8. Hồ đúng nhịp bài tập thể dục nhịp điệu của HS lớp 8.
- Thực hiện được các bài tập hỗ trợ và động tác kỹ thuật cơ bản của môn thể thao lựa chọn. Xử lý linh hoạt một số tình huống khi phối hợp với đồng đội.
- Lựa chọn và tham gia các hoạt động trò chơi vận động phù hợp với yêu cầu, nội dung bài học nhằm phát triển tố chất thể lực.
- Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện.
- Vận dụng những hiểu biết về môn thể thao ưa thích khi tham gia thi đấu.
- Hoàn thành lượng vận động của bài tập.
- Tham gia có trách nhiệm, trung thực, đoàn kết, giúp đỡ bạn trong tập luyện và các hoạt động khác trong cuộc sống.

1.5. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8

Phần 1: KIẾN THỨC CHUNG

Sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT.

Phần 2: VẬN ĐỘNG CƠ BẢN

- Chạy cự li ngắn (100 m).
- Nhảy cao kiểu bước qua.
- Chạy cự li trung bình.
- Bài tập thể dục (Bài tập thể dục nhịp điệu dành cho HS lớp 8).

Phần 3: THỂ THAO TỰ CHỌN

Căn cứ vào điều kiện thực tế của địa phương và nhà trường, định hướng cho HS lựa chọn một trong những nội dung thể thao phù hợp với đặc điểm cá nhân và lứa tuổi: Điền kinh; Thể dục; Bơi; **Bóng đá**; Bóng chuyền; **Bóng rổ**; Cầu lông; **Đá cầu**;

Bóng bàn; Võ; Khiêu vũ thể thao; Thể dục nhịp điệu; các môn thể thao truyền thống của địa phương;...

– Trò chơi vận động bổ trợ cho môn thể thao lựa chọn.

2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8

2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8

- Dựa trên nền tảng lí luận, thực tiễn, khoa học sư phạm và khoa học về TĐTT.
- Nội dung phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, tâm sinh lí HS lớp 8.
- Nội dung, hình thức mang tính gợi mở, tạo điều kiện để giáo viên (GV) và HS lựa chọn, sáng tạo trong quá trình giảng dạy và học tập.
- Cấu trúc trình bày sách đảm bảo tính khoa học, sáng tạo, phù hợp với quan điểm xây dựng chương trình và đáp ứng các yêu cầu quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

2.2. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8 (Canh Điều)

a) Cấu trúc đảm bảo tính khoa học, logic và rõ ràng

– Cấu trúc chung:

Nội dung cuốn sách được biên soạn trên cơ sở bám sát chương trình môn Giáo dục thể chất 8 và được cấu trúc thành 3 phần chính: Kiến thức chung, Vận động cơ bản và Thể thao tự chọn. Căn cứ theo quy định chung của Chương trình môn GDTC 8, các nội dung được đưa vào các phần của sách giáo khoa GDTC 8 như sơ đồ 1:



Sơ đồ 1. Cấu trúc nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8

+ Phần Kiến thức chung: Trang bị cho HS các kiến thức về sử dụng chế độ dinh



dưỡng phù hợp với bản thân trong tập luyện TĐTT.

- + Phần *Vận động cơ bản*: Gồm bốn nội dung Chạy cự li ngắn (100 m), Nhảy cao kiểu bước qua, Chạy cự li trung bình và Bài tập thể dục.
- + Phần *Thể thao tự chọn*: Lựa chọn 1 trong 3 môn thể thao tự chọn: Bóng rổ, Bóng đá hoặc Đá cầu.

Ngoài cấu trúc các phần kiến thức theo quy định của chương trình, cuốn sách được thiết kế bổ sung: *Hướng dẫn sử dụng sách*, *Danh mục chữ viết tắt và kí hiệu* vào phần đầu và *Bảng giải thích thuật ngữ* vào phần cuối, giúp người đọc dễ dàng sử dụng, tra cứu nội dung, qua đó nâng cao hiệu quả sử dụng sách.

– *Cấu trúc bài học*:

Cấu trúc các bài học trong từng chủ đề gồm 4 hoạt động: Mở đầu, Kiến thức mới, Luyện tập và Vận dụng.

Mở đầu:

- + *Mục tiêu, yêu cầu cần đạt*: Xác định rõ mục tiêu và yêu cầu cần đạt sau khi hoàn thành các nội dung của bài học.
- + *Khởi động*: Giới thiệu các nội dung khởi động chung và khởi động chuyên môn.

Kiến thức mới:

- + *Giới thiệu kĩ thuật, động tác mới*: Kênh hình và kênh chữ được phối hợp linh hoạt để mô tả, phân tích giai đoạn, cách thức thực hiện các động tác kĩ thuật.
- + *Giới thiệu một số quy định, điều luật cơ bản*: nội dung phần này được chọn lọc và giới thiệu ngắn gọn, dễ hiểu những điều luật, quy định cơ bản của từng môn thể thao cụ thể.

Luyện tập:

- + *Giới thiệu các bài tập theo nội dung kiến thức mới*: Trong đó, xác định rõ mục đích tập luyện, đồng thời giới thiệu và định hướng một số hình thức tập luyện, làm tăng sự lựa chọn khi tổ chức giảng dạy và tập luyện. Đặc biệt, tỉ lệ nội dung và hình thức của các bài tập ở phần Luyện tập được sơ đồ hoá nhiều hơn, giúp GV và HS dễ hình dung cách thức tập luyện, đồng thời làm giảm dung lượng cuốn sách.
- + *Giới thiệu các trò chơi vận động theo hai hướng*: Các trò chơi sử dụng kĩ thuật

động tác mới (được lựa chọn sao cho không làm ảnh hưởng tới tiêu cực tới việc thực hiện động tác); và các trò chơi phát triển tố chất thể lực liên quan.




Ở cuối phần Luyện tập, có giới thiệu một số nội dung nhận xét, đánh giá, giúp HS biết cách tự đánh giá và quan sát đánh giá kết quả tập luyện của các bạn.

Vận dụng:

- + Giới thiệu và gợi ý các nội dung, phương pháp để HS tự đánh giá và GV đánh giá mức độ tiếp thu kiến thức của HS sau khi hoàn thành bài học.
- + Giới thiệu, định hướng nội dung vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

b) *Sách giáo khoa Giáo dục thể chất 8 được biên soạn theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực học sinh*

Nội dung được lựa chọn và giới thiệu theo hướng phát triển các phẩm chất, năng lực và kỹ năng, qua đó phát triển toàn diện về thể chất và tinh thần cho HS, đáp ứng mục tiêu, yêu cầu của môn học GDTC 8, cụ thể:

	Giúp HS biết lựa chọn và sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT.
	Trang bị cho HS một số điều luật cơ bản, thực hiện được các động tác kỹ thuật cơ bản, biết tự chỉnh sửa động tác, biết giúp đỡ bạn trong tập luyện và tham gia các trò chơi vận động phù hợp.
	Trang bị một số điều luật cơ bản, các kỹ năng vận động chuyên môn cơ bản, đặc thù của từng môn thể thao tự chọn (Bóng rổ, Bóng đá và Đá cầu).

Các nội dung được lựa chọn và đưa vào các chủ đề, bài học đều có tác dụng phát huy khả năng vận dụng các kiến thức và kỹ năng chuyên môn vào thực tiễn hoạt động tập luyện, thi đấu thể thao cũng như các hoạt động sinh hoạt, rèn luyện thể chất hằng ngày.



c) Kiến thức trong các bài học được viết theo hướng giới thiệu, gợi mở nhằm phát huy cao độ khả năng tư duy, tính chủ động, sáng tạo của cả giáo viên và học sinh

Nội dung học tập ở mỗi bài học được trình bày theo trình tự: ① Giới thiệu những kiến thức cần học ở phần Kiến thức mới; ② Giới thiệu các bài tập luyện tập và trò chơi vận động ở phần Luyện tập; ③ Định hướng nội dung, phương pháp đánh giá, giới thiệu và định hướng ứng dụng kiến thức đã học vào các hoạt động thực tiễn ở phần Vận dụng. Trong đó, ở phần Luyện tập và Vận dụng, cuốn sách tập trung trình bày các nội dung theo hướng giới thiệu và gợi mở nhằm giúp GV và HS phát huy khả năng tư duy, sáng tạo trong quá trình giảng dạy và học tập. Cụ thể nội dung ở hai phần này được bố cục như sau:

– Phần *Luyện tập*: Gồm có các bài tập luyện tập và trò chơi vận động.

Bài tập luyện tập:

- + Trên cơ sở các nội dung ở phần *Kiến thức mới*, các bài tập ở phần *Luyện tập* được trình bày theo nhóm và giới thiệu theo mục đích tập luyện.
- + Ngoài ra cuối phần *Luyện tập*, cuốn sách có đưa ra định hướng hình thức tổ chức tập luyện cho các bài tập (tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm).

Trò chơi vận động:

- + Các trò chơi sử dụng kĩ thuật, động tác mới để hỗ trợ, nâng cao hiệu quả học tập các nội dung ở phần *Kiến thức mới*.
- + Các trò chơi phát triển các tố chất thể lực.

– Phần *Vận dụng*: Được trình bày theo hai hướng:

- + Giới thiệu, gợi ý nội dung, phương pháp đánh giá kết quả học tập của HS.
- + Định hướng, hướng dẫn cách thức vận dụng các kiến thức đã học vào thực tiễn.

Với cấu trúc và cách thức trình bày các nội dung ở phần *Luyện tập* và *Vận dụng*, GV và HS có thể phát huy được khả năng tư duy sáng tạo để tạo ra các giờ học, các buổi tập sinh động và hiệu quả. Cụ thể:

– Đối với GV: Trên cơ sở hiểu rõ mục đích của các bài tập và trò chơi, cùng với gợi ý về các hình thức tập luyện khác nhau cho các bài tập, GV sẽ dễ dàng sáng tạo nhiều bài tập, trò chơi tương tự, qua đó sẽ chủ động đổi mới phương pháp, linh hoạt sử

dụng phương tiện, hình thức dạy học và đánh giá HS. Qua đó nâng cao được chất lượng biên soạn Kế hoạch bài dạy (giáo án), tăng tính hấp dẫn, đa dạng cho các giờ học và nâng cao hiệu quả dạy học. Ngoài ra, nếu sử dụng kết hợp với *Giáo dục thể chất 8 – Sách giáo viên* (Cánh Diều), GV sẽ được hỗ trợ nhiều hơn về nội dung, phương pháp, cách thức sử dụng và phát triển các nội dung SGK *Giáo dục thể chất 8*, qua đó nâng cao hơn nữa hiệu quả sử dụng sách (sơ đồ 2).



Sơ đồ 2. Phối hợp sử dụng SGK và SGV nâng cao hiệu quả sử dụng sách

Trong đó:

- + Sách giáo khoa cung cấp nội dung kiến thức mới, giới thiệu các nội dung luyện tập và trò chơi theo hướng gợi mở, định hướng nội dung và phương pháp đánh giá.
- + Sách giáo viên cung cấp nội dung chi tiết phần Kiến thức mới và trình tự giảng dạy; giới thiệu, mở rộng và gợi ý các nội dung, hình thức bài tập luyện tập, trò chơi vận động; gợi ý, hướng dẫn nội dung, phương pháp đánh giá kết quả học tập của HS; giới thiệu và gợi ý vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn.
- + Kế hoạch bài dạy: GV căn cứ lịch trình giảng dạy, nghiên cứu nội dung sách giáo khoa và tham khảo sách giáo viên, từ đó linh hoạt lựa chọn, điều chỉnh nội dung, phương pháp trong quá trình giảng dạy đảm bảo tính phù hợp và hiệu quả.
- Đối với HS: Trên cơ sở tham khảo nội dung sách giáo khoa, cùng với sự hướng dẫn của GV, sẽ giúp HS phát huy khả năng tư duy, sáng tạo và chủ động tham gia học tập, đồng thời biết tự đánh giá kết quả học tập của bản thân.

d) Nội dung, kiến thức trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 8* thể hiện rõ yêu cầu tích hợp và phân hoá

Nội dung kiến thức, phương pháp giáo dục và đánh giá kết quả giáo dục được

trình bày trong sách giáo khoa GDTC 8 thể hiện rõ sự tích hợp và phân hoá, cụ thể:

- Tích hợp: Các nội dung được lựa chọn đưa vào các phần, các bài học trong sách có sự đan xen, tích hợp lẫn nhau giữa các mảng kiến thức khác nhau như:
 - + Tích hợp giữa kiến thức chung về TĐTT với kiến thức của Y sinh học.
 - + Tích hợp giữa kiến thức chung về TĐTT với kiến thức đặc thù của từ môn thể thao cụ thể.
 - + Tích hợp giữa TĐTT với âm nhạc, võ đạo (trong chủ đề Bài tập thể dục).
 - + Tích hợp kiến thức giữa các chủ đề ở phần Vận động cơ bản với phần Thể thao tự chọn.
- Phân hoá: Do nội dung kiến thức trình bày trong sách mang tính gợi mở, do vậy:
 - + HS sẽ phát huy ở mức độ khác nhau tùy thuộc năng lực, khả năng tư duy, sáng tạo trong quá trình học tập và vận dụng kiến thức vào thực tiễn tập luyện.
 - + Khả năng tư duy, sáng tạo, trình độ chuyên môn và năng lực sư phạm sẽ quyết định tính hiệu quả dạy học của GV.

e) Các chủ đề, bài học trong sách đáp ứng được yêu cầu về đổi mới trong đánh giá

Trên cơ sở những định hướng về mục tiêu đánh giá, nguyên tắc đánh giá và hình thức đánh giá của Chương trình GDTC theo Chương trình Giáo dục phổ thông 2018, nội dung và phương pháp đánh giá được đổi mới, đan xen đưa vào phần đầu và phần cuối của mỗi bài học. Cụ thể:

- Phần định hướng nội dung đánh giá được đưa vào đầu mỗi bài học, trong phần Mục tiêu, yêu cầu cần đạt. Điều này giúp GV và HS có định hướng nội dung cần đánh giá ngay từ khi bắt đầu bài học. Theo đó, sẽ có định hướng tập trung hơn vào các nội dung kiến thức, kĩ năng cần trang bị và rèn luyện, giúp nâng cao được hiệu quả

giảng dạy và học tập.

- Nội dung và cách thức đánh giá (đánh giá kiến thức, kỹ năng) trình bày tích hợp trong phần Vận dụng.

Trên cơ sở hai nội dung trên, trong quá trình học tập, HS có thể thường xuyên tự mình đánh giá kết quả học tập theo từng nội dung kiến thức được trang bị, qua đó có thể có định hướng điều chỉnh hoặc tăng cường luyện tập để đạt được yêu cầu của bài học; GV cũng có thể thường xuyên quan sát, kiểm tra đánh giá năng lực của HS để kịp thời điều chỉnh nội dung, tiến độ giảng dạy cho phù hợp với thực tiễn.

2.3. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 8

Căn cứ theo quy định của Chương trình GDTC 8, căn cứ theo nội dung kiến thức trình bày trong cuốn sách giáo khoa GDTC 8, nội dung chương trình được phân phối cụ thể như trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Khung phân phối Chương trình môn Giáo dục thể chất 8

Phần	Nội dung		Số bài	Thời lượng	
				Tỉ lệ (%)	Số tiết (tiết)
1	Kiến thức chung		1		
2	Vận động cơ bản	Chạy cự li ngắn (100 m)	2	45	32
		Nhảy cao kiểu bước qua	3		
		Chạy cự li trung bình	2		
		Bài tập thể dục	2	10	7
3	Thể thao tự chọn (Chọn 1 trong 3 môn)	Bóng rổ	4	35	24
		Bóng đá	4	35	24
		Đá cầu	4	35	24
4	Kiểm tra, đánh giá			10	7

Trên cơ sở phân phối nội dung chương trình như trình bày ở bảng 1, việc sắp xếp

nội dung, kế hoạch giảng dạy ở các phần có thể tiến hành như sau:

- + Phần *Kiến thức chung*: GV xen kẽ, trang bị cho HS các kiến thức về sử dụng chế độ dinh dưỡng thích hợp với bản thân trong tập luyện TDTT.
- + Phần *Vận động cơ bản*: Với tổng thời lượng là 39 tiết cho ba nội dung Chạy cự li ngắn (100 m), Nhảy cao kiểu bước qua, Chạy cự li trung bình và Bài tập thể dục, GV có thể căn cứ vào thực tế năng lực tiếp thu kiến thức của HS trong quá trình học để linh hoạt sắp xếp kế hoạch giảng dạy (có thể tăng hoặc giảm thời lượng ở từng nội dung, để đảm bảo HS đạt được yêu cầu cần đạt của từng bài học và toàn bộ chương trình môn học).
- + Phần *Thể thao tự chọn*: Lựa chọn 1 trong 3 môn thể thao: Bóng rổ, Bóng đá hoặc Đá cầu. Trong trường hợp các nhà trường có đủ điều kiện cơ sở vật chất, nhân lực, có thể cho HS lựa chọn học 2 hoặc cả 3 môn thể thao.
- + Phần *Đánh giá*: Thời lượng dành cho đánh giá có thể linh hoạt sử dụng trong cả quá trình dạy và học để HS và GV đánh giá và điều chỉnh kế hoạch tập luyện và giảng dạy cho phù hợp nhằm đảm bảo hoàn thành chương trình môn học.

2.4. Yêu cầu về phương pháp dạy học

Để đảm bảo giảng dạy có hiệu quả các nội dung kiến thức trong sách giáo khoa *Giáo dục thể chất 8* (Cánh Diều), qua đó giúp hình thành, phát triển phẩm chất chủ yếu và năng lực chung, hình thành và phát triển năng lực thể chất cho HS... trong quá trình giảng dạy, GV cần chú ý bám sát định hướng sử dụng phương pháp giáo dục theo chương trình GDTC mới năm 2018. Cụ thể:

- Sử dụng phương pháp giáo dục tích cực, lấy HS làm trung tâm, thực hiện chuyển quá trình giáo dục thành tự giáo dục; GV là người thiết kế, tổ chức, cố vấn, trọng tài, hướng dẫn hoạt động tập luyện cho HS, tạo môi trường học tập thân thiện để khuyến khích HS tích cực tham gia các hoạt động tập luyện, tự mình trải nghiệm, tự phát hiện bản thân và phát triển thể chất.
- 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 HS; kết hợp dụng cụ, thiết bị phù hợp, sử dụng hiệu quả các thành tựu của công nghệ thông tin để tạo nên giờ HS 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 của các môn học liên quan, âm nhạc, vũ đạo,... để tạo không khí vui tươi, hưng phấn trong tập luyện, làm cho HS yêu thích và đam mê tập luyện thể thao.
- Thông qua việc tổ chức các hoạt động học tập, GV giúp HS rèn luyện tính trung thực, tình cảm bạn bè, đồng đội, tinh thần trách nhiệm và ý thức tự giác, chăm chỉ tập luyện để phát triển hài hoà về thể chất, tinh thần, có những phẩm chất và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, có sức khoẻ, có văn hoá, đáp ứng yêu cầu sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc.
- Đối với năng lực tự chủ và tự học: Trong quá trình dạy học, GV tổ chức cho HS thực hiện các hoạt động tìm tòi, khám phá, tra cứu thông tin, lập kế hoạch và thực hiện các bài tập thực hành, trò chơi vận động, từ đó hình thành và phát triển năng lực tự chủ và tự học cho HS.
- Đối với năng lực giao tiếp và hợp tác: GV tạo cơ hội cho HS thường xuyên được trao đổi, trình bày, chia sẻ và phối hợp thực hiện ý tưởng trong các bài thực hành, các trò chơi vận động, các hoạt động thi đấu có tính đồng đội. Từ đó hình thành và phát triển năng lực giao tiếp và hợp tác cho HS.
- 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, GV gợi mở và tạo cơ hội cho HS vận dụng kiến thức để phát hiện vấn đề và đề xuất cách giải quyết, tư duy, sáng tạo và biết xây dựng, tổ chức thực hiện các bài tập, trò chơi vận động và vận dụng sáng tạo vào hoạt động tập luyện hằng ngày.
- Hình thành, phát triển năng lực chăm sóc sức khoẻ: Thường xuyên tổ chức các buổi thảo luận, trao đổi kiến thức về chế độ dinh dưỡng trong tập luyện thể thao, tạo cơ hội cho HS trao đổi, trình bày những hiểu biết, kinh nghiệm của bản thân và từ đó hình thành thói quen, ý thức sinh hoạt, tập luyện hằng ngày một cách khoa học.
- Hình thành, phát triển năng lực vận động cơ bản, năng lực vận động đặc thù trong từng môn thể thao cụ thể: Thông qua dạy học các kỹ thuật động tác, tổ chức thực hiện các bài tập, trò chơi vận động... hình thành và phát triển kỹ năng vận động cơ bản, các kỹ năng vận động đặc thù trong từng môn thể thao cụ thể (phần Thể thao tự



chọn), các tố chất thể lực cơ bản như: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng mềm dẻo và khéo léo.

- Hình thành, phát triển năng lực hoạt động TDTT: GV vận dụng nguyên tắc giáo dục cá biệt, quan tâm phát hiện và hướng dẫn HS tập luyện các môn thể thao phù hợp với sở thích, sở trường; tạo cơ hội cho HS được quan sát và tham gia các trò chơi, các hoạt động cổ vũ và thi đấu thể thao, từ đó khơi dậy niềm đam mê, khả năng hoạt động TDTT, phát triển khả năng trình diễn và thi đấu.

2.5. Đánh giá kết quả học tập của học sinh

Việc đánh giá kết quả học tập môn GDTC 8 của HS thực hiện theo Thông tư số 22/2021/TT-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo, ban hành ngày 20 tháng 7 năm 2021, đồng thời bám sát hướng dẫn đánh giá kết quả học tập môn GDTC theo chương trình Giáo dục phổ thông năm 2018. Cụ thể nội dung hướng dẫn đánh giá kết quả theo chương trình GDTC năm 2018 như sau:

a) Mục tiêu đánh giá

Thu thập thông tin và so sánh mức độ đạt được của HS so với yêu cầu cần đạt của từng bài học, môn học nhằm cung cấp thông tin chính xác, kịp thời, có giá trị về sự tiến bộ của HS, 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 lý nhằm không ngừng nâng cao chất lượng giáo dục.

b) Các nguyên tắc trong đánh giá

Đánh giá kết quả căn cứ vào mục tiêu và các yêu cầu cần đạt đối với từng bài học trong chương trình môn Giáo dục thể chất, theo các tiêu chuẩn đánh giá thể lực HS do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành, chú trọng kỹ năng vận động và hoạt động TDTT của HS.

- 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 GV, tự đánh giá và đánh giá của HS, đánh giá của cha mẹ HS. HS được biết thông tin về hình thức, thời điểm, cách đánh giá và chủ động tham gia quá trình đánh giá.
- Đánh giá phải coi trọng sự tiến bộ của HS về năng lực, thể lực và ý thức học tập; có tác dụng thúc đẩy và hỗ trợ HS phát triển các phẩm chất và năng lực; tạo được



hứng thú và kích lệ tinh thần tập luyện của HS, qua đó khuyến khích HS tham gia các hoạt động TDTT ở trong và ngoài nhà trường.

c) Hình thức đánh giá

– *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, HS tự đánh giá,...) nhằm thu thập những thông tin về quá trình hình thành, phát triển năng lực của từng HS.

+ *Đánh giá định kì:* Nội dung đánh giá chú trọng đến kĩ năng thực hành, thể lực của HS; phối hợp với đánh giá thường xuyên cung cấp thông tin để phân loại HS và điều chỉnh nội dung, phương pháp giáo dục.

– *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. HS có thể sử dụng hình thức này để tự đánh giá sau khi kết thúc mỗi nội dung, mỗi bài học hoặc GV sử dụng để đánh giá thường xuyên (không chính thức).

+ *Đánh giá định lượng:* Kết quả học tập được biểu thị bằng điểm số theo thang điểm 10. GV sử dụng hình thức đánh giá này đối với đánh giá thường xuyên chính thức và đánh giá định kì.

Theo thông tư số 22/2021/TT-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo, ban hành ngày 20 tháng 7 năm 2021, môn GDTC ở cấp Trung học cơ sở là một trong những môn học được đánh giá theo hình thức nhận xét theo một trong hai mức: Đạt và Chưa đạt. Trong đó:

– *Đánh giá thường xuyên:* Mỗi học kì chọn 02 lần.

– *Đánh giá định kì:* mỗi học kì gồm có 01 lần đánh giá giữa kì và 01 lần đánh giá cuối kì. Trường hợp HS không tham gia kiểm tra, nếu có lí do bất khả kháng thì được kiểm tra, đánh giá bù với yêu cầu cần đạt tương đương. Trong trường hợp HS không kiểm tra, đánh giá bù thì sẽ được đánh giá mức Chưa đạt hoặc nhận 0 (không) điểm với lần kiểm tra đánh giá còn thiếu.

– Đánh giá kết quả học tập của HS:

- + ① Trong một học kì, kết quả học tập mỗi môn học của HS được đánh giá theo 01 (một) trong 02 (hai) mức: **Đạt** (Có đủ số lần kiểm tra, đánh giá theo quy định và tất cả các lần được đánh giá mức Đạt); **Chưa đạt** (Các trường hợp còn lại).
- + ② Cả năm học, kết quả học tập mỗi môn học của HS được đánh giá theo 01 (một) trong 02 (hai) mức: **Đạt** (Kết quả học tập học kì II được đánh giá mức Đạt); **Chưa đạt** (Kết quả học tập học kì II được đánh giá mức Chưa đạt).

d) Nội dung và phương pháp đánh giá

– Xác định nội dung đánh giá

Nội dung đánh giá được xác định thông qua nội dung trong phần *Mục tiêu, yêu cầu cần đạt* ở đầu mỗi bài học và trong phần *Vận dụng* ở cuối mỗi bài học trong từng chủ đề. Trên cơ sở đó, theo tiến trình giảng dạy của chương trình GDTC 8, nội dung đánh giá được lựa chọn dựa trên tiến độ giảng dạy và hình thức đánh giá (học đến đâu, đánh giá đến đó).

Nội dung đánh giá gồm: *Kiến thức* (sự hiểu biết về luật, lý thuyết về kỹ thuật động tác,...), *Kỹ năng* (khả năng thực hiện kỹ thuật động tác, kỹ năng vận dụng kỹ thuật và các bài tập phối hợp vào hoạt động thi đấu, trò chơi...) và *Thể lực*.

– Phương pháp đánh giá

- + Đánh giá *Kiến thức*: Sử dụng các câu hỏi lựa chọn (đúng, sai), câu hỏi đóng, câu hỏi mở để kiểm tra kiến thức của HS; phương pháp thảo luận nhóm.
- + Đánh giá *Kỹ năng*: Sử dụng phương pháp quan sát (quan sát HS thực hiện các kỹ thuật, động tác, khả năng thực hiện các bài tập, trò chơi vận động...), phương pháp kiểm tra (sử dụng các nội dung kiểm tra kỹ thuật), phương pháp thi đấu (tổ chức thi đấu, đánh giá khả năng vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn thi đấu).
- + Đánh giá *Thể lực*: Sử dụng phương pháp quan sát (quan sát hoạt động vận động, tập luyện, thi đấu của HS); sử dụng phương pháp kiểm tra (kiểm tra bằng các test theo quy định của Bộ giáo dục và Đào tạo).

3. Giới thiệu sách giáo khoa và hệ thống tài liệu tham khảo, bổ trợ



Để đảm bảo triển khai tốt các nội dung dạy và học môn GDTC 8, hệ thống tài liệu tham khảo bổ trợ, học liệu, thiết bị... hỗ trợ cho GV trong quá trình giảng dạy bao gồm:

- Giáo dục thể chất 8 – Sách giáo viên (Cánh Diều): Là tài liệu hướng dẫn chi tiết GV về chương trình và mục tiêu, yêu cầu cần đạt môn GDTC 8; nội dung các phần, chủ đề, bài học trong sách giáo khoa GDTC 8; chi tiết cấu trúc và phân phối nội dung kiến thức trong sách giáo khoa GDTC 8; phương pháp xây dựng kế hoạch và biên soạn kế hoạch bài dạy từ nội dung sách giáo khoa GDTC 8; hướng dẫn chi tiết về trình tự giảng dạy các nội dung kiến thức mới, phương pháp vận dụng sáng tạo nội dung ở phần *Luyện tập* và *Vận dụng*, xác định những lỗi sai HS thường mắc và biện pháp khắc phục.
- Thiết bị dạy học môn GDTC 8: Bộ thiết bị dạy học “Cánh Diều” và Hướng dẫn cách khai thác trong dạy học, bao gồm hệ thống tranh, ảnh, thiết bị dạy học phù hợp với từng nội dung các chủ đề trong SGK GDTC 8.
- Nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử gồm: Sách giáo khoa GDTC 8 phiên bản điện tử (có thể dễ dàng tra cứu, tham khảo trên các thiết bị điện tử khác nhau ở mọi nơi, mọi lúc), video minh họa tiết học mẫu (giới thiệu một giáo án lên lớp hoàn chỉnh trong môn Bóng rổ).

I. PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY

1. Xây dựng kế hoạch bài dạy

Kế hoạch dạy học là văn bản cụ thể hoá nội dung, trình tự giảng dạy các nội dung kiến thức của từng bài học nhằm giúp HS đạt được yêu cầu theo quy định của từng bài học và của chương trình môn học.

Trong quá trình biên soạn kế hoạch bài dạy, GV cần căn cứ theo chương trình, nội dung và kế hoạch chung của môn học, xây dựng kế hoạch bài dạy theo hướng dẫn và biểu mẫu tại phụ lục 04, công văn số số 5512/BGDĐT-GDTrH ngày 18 tháng 12 năm 2020 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Bên cạnh đó, khi biên soạn kế hoạch bài dạy, GV cần lưu ý xem thêm nội dung hướng dẫn về việc tổ chức dạy học và dự giờ trong



công văn số 5555/BGDĐT-GDTrH của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Trong đó lưu ý, việc triển khai thực hiện mỗi nội dung hoạt động sẽ bao gồm 4 bước: *Chuyển giao nhiệm vụ (nội dung); thực hiện nhiệm vụ (Sản phẩm); báo cáo kết quả và thảo luận; Đánh giá kết quả thực hiện nhiệm vụ học tập.*

Mặt khác, để nâng cao được tính hấp dẫn, phong phú, đa dạng và chất lượng của kế hoạch bài dạy, GV nên phối hợp sử dụng nội dung kiến thức giới thiệu trong SGK *Giáo dục thể chất 8* với các nội dung hướng dẫn trong *Giáo dục thể chất 8 – Sách giáo viên* Canh Diều và tiến hành theo trình tự sau:

(1) Xác định nội dung bài học từ sách giáo khoa:

- Lựa chọn nội dung kiến thức mới trong phần **Kiến thức mới** đưa vào giảng dạy trong kế hoạch bài dạy.
- Xác định mục tiêu cần đạt đối với nội dung kiến thức mới ở phần **Mục tiêu, yêu cầu cần đạt** trong phần **Mở đầu**.
- Lựa chọn bài tập luyện tập ở phần **Luyện tập**.
- Lựa chọn trò chơi vận động (nếu cần) ở cuối phần **Luyện tập**.
- Lựa chọn nội dung khởi động phù hợp ở phần **Mở đầu**.

(2) Lựa chọn nội dung từ sách giáo viên

- Xác định và lựa chọn nội dung phân tích chi tiết kĩ thuật động tác.
- Lựa chọn nội dung trong phần **Tiến trình dạy học**.
- Xem nội dung hướng dẫn chi tiết các bài tập giới thiệu trong sách giáo khoa.



- Lựa chọn bổ sung các bài tập tương tự được gợi ý trong SGK (hoặc tự xây dựng bài tập phù hợp).
- Xác định mục đích trò chơi và lựa chọn trò chơi giới thiệu bổ sung trong SGK (hoặc tự xây dựng trò chơi phù hợp).
- Lựa chọn biện pháp sửa chữa lỗi sai cho học sinh trong phần **Một số lỗi sai thường mắc và biện pháp khắc phục.**

(3) *Hoàn thiện nội dung giáo án theo mẫu quy định*

- Xác định mẫu kế hoạch bài dạy cần xây dựng.
- Chuyển các nội dung đã lựa chọn ở bước 1 và 2 vào các phần, mục quy định.

2. Giới thiệu mẫu kế hoạch bài dạy

Minh họa kế hoạch bài dạy mẫu trong môn Bóng rổ.

Phần Thể thao tự chọn – Chủ đề Bóng rổ

Trường:.....

Bộ môn:.....

KẾ HOẠCH BÀI DẠY SỐ

Tên bài giảng: KỸ THUẬT ĐỘT PHÁ BƯỚC CHÉO

Đối tượng: HS lớp 8

Tiết.....Ngày...tháng...năm....

Họ và tên giáo viên:

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

Biết được cách thức thực hiện kỹ thuật đột phát bước chéo.

2. Về năng lực (kĩ năng)

- Thực hiện được các giai đoạn của kỹ thuật đột phát bước chéo.
- Biết lựa chọn và tham gia các trò chơi vận động phù hợp; Biết điều khiển tổ, nhóm tập luyện và nhận xét kết quả tập luyện.

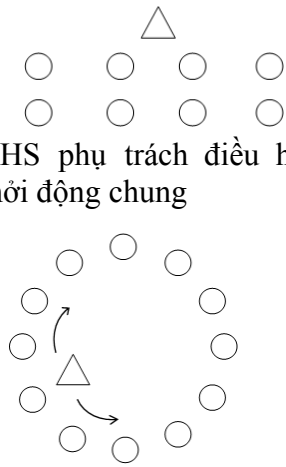
3. Về phẩm chất

Có trách nhiệm, trung thực và đoàn kết trong tập luyện.

II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Tranh, ảnh kỹ thuật đột phá bước chéo.
- Bóng rổ tiêu chuẩn: mỗi HS 1 quả (hoặc 2 người 1 quả).
- Sân bóng rổ tiêu chuẩn (hoặc mặt sân bằng phẳng), cọc mốc, còi.

III. TIẾN TRÌNH DẠY VÀ HỌC

Nội dung giảng dạy	Lượng vận động		Phương pháp tổ chức giảng dạy	
	TG	SL	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
I. Phần/Hoạt động Mở đầu 1. Tập trung Nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học.	3p		- GV nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học.	- CB lớp tập trung, báo cáo - HS tiếp nhận nhiệm vụ từ GV
2. Khởi động chung – Chạy nhẹ nhàng hai vòng sân. – Tập bài tập tay không 8 động tác.	6p	4×8 N	- GV giao nhiệm vụ cho HS phụ trách khởi động chung. Đồng thời quan sát, hỗ trợ hướng dẫn khởi động chung.	- HS phụ trách điều hành khởi động chung
3. Khởi động chuyên môn – Khởi động với bóng: + Tại chỗ dẫn bóng cao,	7p		- GV hướng dẫn và tổ chức cho HS khởi động chuyên môn	 Đội hình khởi động với bóng

<p>thấp, đổi tay.</p> <p>+ Di chuyển dẫn bóng đổi tay trên cự li 15 – 20 m.</p>			<p>- HS khởi động theo sự hướng dẫn của giáo viên. <i>Đội hình di chuyển dẫn bóng</i></p>
<p>II. Cơ bản</p> <p>1. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Học kỹ thuật đột phá bước chéo</p> <p>- TTCB:</p> <p>+ Hai chân song song, hạ thấp trọng tâm.</p> <p>+ Hai tay cầm bóng trước ngực.</p> <p>- Thực hiện:</p> <p>+ Trình tự, hướng và độ dài các bước chân.</p> <p>+ Tay đưa bóng sang bên và đẩy bóng đi.</p> <p>+ Tư thế thân người.</p> <p>Kết thúc: Di chuyển dẫn bóng về phía trước.</p> <p>Chú ý:</p> <p>+ Động tác xoay thân và bước dài chân.</p> <p>+ Nhịp điệu bước chân: Bước chuyển hướng phải nhanh.</p>	<p>16p</p>	<p>- GV chia HS thành các nhóm, tự nghiên cứu tranh, ảnh và trải nghiệm thực hiện kỹ thuật.</p> <p>- GV phân tích, giảng giải và thị phạm.</p> <p>- GV nêu những điểm cần chú ý khi thực hiện kỹ thuật động tác.</p>	<p><i>Đội hình HS tự nghiên cứu</i></p> <p>- HS xem tranh, ảnh kỹ thuật và trải nghiệm thực hiện kỹ thuật.</p> <p>- Đại diện nhóm HS thực hiện kỹ thuật, các HS khác nhận xét, đánh giá</p> <p><i>Đội hình GV thị phạm</i></p> <p>- HS quan sát và nghe GV phân tích, thị phạm động tác</p>
<p>2. Hoạt động luyện tập:</p> <p>a) Tập luyện theo trình tự</p> <p>- Tập mô phỏng các giai đoạn theo tín hiệu.</p>		<p>- GV hướng dẫn và sử dụng tín hiệu, điều khiển HS tập mô phỏng theo các giai đoạn kỹ</p>	<p><i>Đội hình tập mô phỏng các giai đoạn theo tín hiệu</i></p>

<p>- Tập các giai đoạn với bóng; tập hoàn chỉnh động tác với bóng.</p> <p>- Tập đột phá qua chướng ngại vật.</p>		<p>thuật</p> <p>- GV tổ chức cho HS đứng theo hàng ngang, tập các giai đoạn kỹ thuật với bóng.</p> <p>- GV cho HS đứng thành hàng ngang, đối diện các cọc mốc từ 50 – 60 cm và tổ chức tập luyện:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Tập theo tín hiệu + Cá nhân tự tập + GV chia HS thành các cặp, nhóm, tự tổ chức tập luyện. GV quan sát, hỗ trợ các nhóm chỉnh sửa động tác. 	<p>△</p> <p><i>Đội hình tập theo các giai đoạn</i></p> <p>- HS tập theo tín hiệu của GV</p> <p><i>Đội hình tập đột phá qua chướng ngại vật</i></p> <p>- HS tập theo tín hiệu của GV</p> <p>- HS tự tập và tự chỉnh sửa</p> <p>- HS tập theo cặp, nhóm. Vừa tập vừa quan sát, hỗ trợ nhau chỉnh sửa động tác.</p>
<p>b. Trò chơi vận động Chạy luân cọc tiếp sức: <i>Mục đích:</i> Phát triển sức nhanh và năng lực khéo léo. <i>Cách chơi:</i> Luân phiên chạy luân qua các cọc mốc, sau đó chạy quay về chạm tay người tiếp theo. Đội hoàn thành trước sẽ thắng cuộc. <i>Yêu cầu:</i> Tích cực, tự giác</p>	<p>8p</p>	<p>- GV hướng dẫn, tổ chức chơi</p> <p>- GV chia HS thành 2 (hoặc 3, 4) đội. Tổ chức thi đấu giữa các đội.</p>	<p>- HS nghe phân tích, tiếp thu cách chơi, luật chơi.</p> <p>- HS tích cực tham gia trò chơi</p> <p><i>Đội hình chơi trò chơi</i></p>
<p>III. Kết thúc</p> <p>- Thả lỏng: Các động tác thả lỏng (kéo giãn cơ)</p>	<p>5p</p>	<p>- GV giáo nhiệm vụ và hướng dẫn HS tổ chức</p>	<p><i>Đội hình thả lỏng</i></p>

<p>- Tập trung: + Trao đổi, nhận xét buổi tập</p> <p>- Hoạt động vận dụng: + Hướng dẫn ngoại khóa + Hướng dẫn vận dụng kiến thức vào thực tiễn</p> <p>- Xuống lớp.</p>		<p>thả lỏng</p> <p>- GV nhận xét: Ý thức, thái độ và kết quả tập luyện</p> <p>- GV trả lời câu hỏi, thắc mắc của HS về các nội dung kĩ thuật, luyện tập</p> <p>- GV hướng dẫn nội dung tập luyện ngoại khóa và cách thức vận dụng kiến thức vào thực tiễn.</p>	<p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>○ GV ○ △</p> <p>- HS tổ chức thả lỏng theo hướng dẫn của GV</p> <p><i>Đội hình tập trung</i></p> <p>△</p> <p>○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○</p> <p>- HS nghe và tiếp thu nhận xét của GV. - HS đặt câu hỏi (nếu có) - HS nghe và tiếp thu nội dung hướng dẫn ngoại khóa và vận dụng kiến thức của GV.</p>
---	--	--	--

Ngày ... tháng ... năm ...

DUYỆT CỦA BỘ MÔN

GIÁO VIÊN BIÊN SOẠN