

**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 11**  
**(BỘ SÁCH CÁNH DIỀU)**

**HÀ NỘI – 2023**



## MỤC LỤC

<b>I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG.....</b>	<b>2</b>
1. Giới thiệu về Chương trình môn Giáo dục thể chất cấp THPT 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.....	4
1.5. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11.....	6
2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11.....	6
2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11.....	6
2.2. Mục tiêu của cuốn sách.....	6
2.3. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11... ..	7
2.4. Yêu cầu về phương pháp dạy học.....	13
2.5. Đánh giá kết quả học tập của học sinh.....	15
3. Giới thiệu sách giáo khoa và hệ thống tài liệu tham khảo, bổ trợ.....	17
<b>II. PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY.....</b>	<b>18</b>
1. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 11.....	18
2. Xây dựng kế hoạch bài dạy.....	19
3. Giới thiệu mẫu kế hoạch bài dạy.....	20

## I. NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG

### 1. Giới thiệu về Chương trình môn Giáo dục thể chất cấp Trung học phổ thông 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 Giáo dục thể chất 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 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 GDTC 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 (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 điểm 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 học sinh thông qua các phương pháp, hình thức tổ chức giáo dục; vận dụng các phương pháp kiểm tra, đánh giá phù hợp với đặc điểm của môn học, hỗ trợ việc hình thành, phát

triển phẩm chất, năng lực ở 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 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 kỹ năng vận động cơ bản, thói quen tập luyện

#### *a) Mục tiêu chung*

Môn GDTC giúp HS hình thành, phát triển kỹ năng chăm sóc sức khoẻ, kỹ 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 phổ thông*

Môn GDTC giúp HS lựa chọn môn thể thao phù hợp để rèn luyện hoàn thiện thể chất; vận dụng những điều đã học để điều chỉnh chế độ sinh hoạt và tập luyện, tham gia tích cực các hoạt động thể dục, thể thao; có ý thức tự giác, tự tin, trung thực, dũng cảm, có tinh thần hợp tác thân thiện, thể hiện khát khao vươn lên; từ đó có những định hướng cho tương lai phù hợp với năng lực, sở trường, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế.

### **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 phổ thông*

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 khỏe, 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 phổ thông cụ thể như sau:

- Năng lực chăm sóc sức khỏe:
  - + Nhận thức rõ vai trò của vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong tập luyện TDTT và thực hiện tốt vệ sinh cá nhân, vệ sinh trong tập luyện TDTT.



- + Biết lựa chọn chế độ dinh dưỡng phù hợp với bản thân trong quá trình tập luyện và đời sống hằng ngày để bảo vệ, tăng cường sức khỏe.
  - + Tích cực tham gia các hoạt động tập thể rèn luyện sức khỏe và chăm sóc sức khỏe cộng đồng.
- Năng lực vận động cơ bản:
- + Đánh giá được tầm quan trọng của các hoạt động vận động đối với việc phát triển các tố chất thể lực và hoạt động TĐTT.
  - + Biết lựa chọn các hình thức tập luyện TĐTT phù hợp để hoàn thiện kỹ năng vận động, đáp ứng yêu cầu cuộc sống hiện đại.
  - + Biết hướng dẫn, giúp đỡ mọi người tập luyện, vận động để phát triển các tố chất thể lực.
- Năng lực hoạt động TĐTT:
- + Cảm nhận được vẻ đẹp của hoạt động TĐTT và thể hiện nhu cầu tập luyện TĐTT.
  - + Thường xuyên tập luyện TĐTT, biết lựa chọn nội dung, phương pháp tập luyện phù hợp để phát triển các tố chất thể lực, nâng cao thành tích thể thao.
  - + Có khả năng giao tiếp, hợp tác với mọi người để tổ chức hoạt động TĐTT trong cuộc sống.
- c) *Yêu cầu cần đạt đối với học sinh lớp 11*



- Hiểu và sử dụng được các yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh sáng,...) và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực.
- Biết được vai trò, tác dụng cơ bản của môn thể thao lựa chọn đối với sự phát triển thể chất.
- Nêu và phân tích, vận dụng được một số điều luật của môn thể thao được lựa chọn vào trong tập luyện và đấu tập.
- Thực hiện đúng các kỹ thuật, chiến thuật cơ bản trong tập luyện và biết vận dụng vào thi đấu môn thể thao lựa chọn.
- Tự điều chỉnh, sửa sai được động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện.
- Có khả năng phán đoán, xử lý các tình huống một cách linh hoạt và phối hợp được với đồng đội trong tập luyện và thi đấu môn thể thao ưa thích.
- Vận dụng được những kiến thức, kỹ năng về môn thể thao được lựa chọn để tập luyện hằng ngày nhằm hoàn thiện kỹ năng, kỹ xảo vận động, đáp ứng yêu cầu chuyên môn.
- Thể hiện sự phát triển thể lực trong rèn luyện và đấu tập.
- Đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.
- Thể hiện khả năng và sự đam mê thể thao trong sinh hoạt, học tập hằng ngày.

- Tự giác, tích cực, đoàn kết giúp đỡ bạn trong tập luyện, thi đấu và trong cuộc sống.

### **1.5. Nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11**

#### **Phần 1: KIẾN THỨC CHUNG**

Sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển thể chất.

#### **Phần 3: THỂ THAO TỰ CHỌN**

- Căn cứ vào điều kiện thực tế của địa phương và nhà trường, căn cứ vào nội dung học tập ở lớp 10, định hướng cho HS lựa chọn một trong những nội dung thể thao phù hợp với đặc điểm cá nhân và lứa tuổi: Bóng rổ; Bóng đá; Cầu lông; Đá cầu; Điền kinh; Thể dục; Bơi; Bóng chuyền; Bóng bàn; Võ; Khiêu vũ thể thao; Thể dục nhịp điệu; các môn thể thao truyền thống của địa phương;...
- Trò chơi vận động hỗ trợ cho môn thể thao lựa chọn

## **2. Giới thiệu chung về sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11**

### **2.1. Quan điểm biên soạn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11**

- Dựa trên nền tảng lí luận, thực tiễn, khoa học sư phạm và khoa học về TDDT.
- Nội dung phù hợp với đặc điểm lứa tuổi, tâm sinh lí HS lớp 11.
- Nội dung, hình thức mang tính gợi mở, tạo điều kiện để 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. Mục tiêu của cuốn sách**

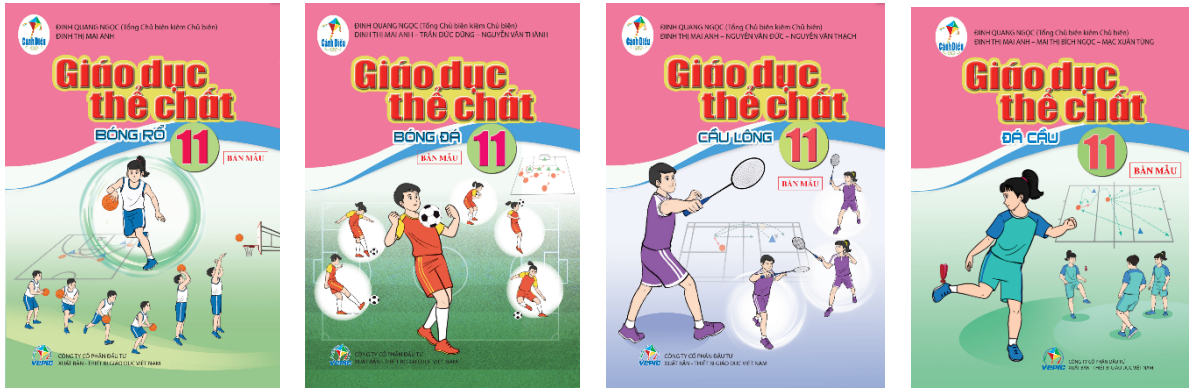
- Trang bị những kiến thức về việc sử dụng một số yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh sáng...) và dinh dưỡng để rèn luyện sức khoẻ và phát triển các tổ chức thể lực.
- Trang bị những kiến thức cơ bản, một số kỹ năng vận động trong môn thể thao tự chọn và phát triển thể lực cho HS.
- Trang bị một số kiến thức về: Vai trò, tác dụng của môn thể thao tự chọn đối với sự phát triển thể chất; luật và một số quy định trong các môn thể thao tự chọn.
- Giúp hình thành, phát triển một số phẩm chất, thói quen quan trọng cho HS:
  - + Giáo dục nếp sống lành mạnh.
  - + Tự giác, tinh thần tập thể, đoàn kết biết giúp đỡ nhau trong tập luyện.
  - + Thể hiện sự yêu thích môn thể thao lựa chọn và thường xuyên vận dụng những kiến thức, kỹ năng và hiểu biết trong môn thể thao lựa chọn để tập luyện hằng ngày...

### **2.3. Một số đặc điểm nổi bật của cuốn sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11**

Sách giáo khoa GDTC 11 trong bộ sách Cánh Diều có một số đặc điểm nổi bật sau:

*a) Sách có cấu trúc đảm bảo tính khoa học, logic và rõ ràng:*

Sách thiết kế thành 04 cuốn theo 04 môn thể thao (Bóng rổ, Bóng đá, Cầu Lông và Đá cầu), nhằm tạo điều kiện để HS, GV và các trường có thêm nhiều sự lựa chọn, đảm bảo phù hợp với đặc điểm, nhu cầu và điều kiện thực tế của địa phương.



Hình 1. Sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11 (bộ sách Cánh Diều)

– Cấu trúc chung:

Nội dung trong sách giáo khoa GDTC 11 được chia thành 2 phần: Kiến thức chung và Thể thao tự chọn. Căn cứ theo quy định chung của Chương trình môn GDTC 11, các nội dung được đưa vào các phần của sách giáo khoa GDTC 11 như sơ đồ 1:



Sơ đồ 1. Cấu trúc nội dung sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11

- + Phần Kiến thức chung: Trang bị cho HS những kiến thức về việc sử dụng các yếu tố tự nhiên và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe và phát triển thể chất. Nội dung cụ thể ở phần này bao gồm: Bản chất của sự rèn luyện thân thể trong môi trường tự nhiên; Cơ chế tác dụng của một số phương pháp rèn luyện thân thể trong môi

trường tự nhiên; dinh dưỡng trước, trong và sau tập luyện TDTT.

- + Phần *Thể thao tự chọn*: Trang bị những kiến thức cơ bản và nâng cao; một số kỹ năng vận động trong môn thể thao tự chọn và phát triển thể lực cho học sinh (lựa chọn 1 trong 4 môn thể thao tự chọn: Bóng rổ, Bóng đá, Đá cầu hoặc Cầu lông).

Ngoài cấu trúc các phần kiến thức theo quy định của chương trình, cuốn sách được thiết kế bổ sung *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 và hiểu thống nhất các nội dung trong sách, qua đó nâng cao hiệu quả sử dụng sách.

– *Cấu trúc bài học*:

Phần thể thao tự chọn ở cả 04 cuốn sách đều được cấu trúc thành 8 bài, mỗi bài tương ứng với khoảng 8 tiết học (có thể điều chỉnh tăng hoặc giảm theo thực tế). Các bài được sắp xếp theo trình tự dạy học (thuận tiện cho việc sắp xếp kế hoạch dạy học của cả năm học). Mỗi bài được cấu trúc theo 4 phần: 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.
- + Giới thiệu các nội dung khởi động chung và khởi động chuyên môn.

### **Kiến thức mới:**

- + *Giới thiệu vai trò, tác dụng của môn thể thao tự chọn đối với sự phát triển thể chất*: Vai trò, tác dụng.
- + *Giới thiệu kỹ thuật, động tác mới và một số chiến thuật cơ bản*: Kênh hình và kênh chữ được phối hợp linh hoạt để mô tả, phân tích giai đoạn, cách thức thực hiện các động tác kỹ thuật và sơ đồ chiến thuật. Đặc biệt, ở cuối phần giới thiệu

của mỗi kĩ thuật động tác, chiến thuật ở phần Kiến thức mới, các cuốn sách đều chỉ ra những điều cần chú ý khi thực hiện kĩ thuật, động tác, chiến thuật... Điều này giúp cho HS thuận lợi hơn trong quá trình học tập, đánh giá và chỉnh sửa động tác.

- + *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, nội dung và hình thức của các bài tập ở phần Luyện tập đều được sơ đồ hoá, giúp HS dễ hình dung cách thức tập và 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.



### **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 11 được biên soạn theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh*

Nội dung được lựa chọn và giới thiệu theo hướng phát triển các phẩm chất, năng lực và kĩ 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 11, cụ thể:

	<p>Thông nhất trong cả 04 cuốn sách.</p> <p>Giúp HS biết cách sử dụng một số yếu tố tự nhiên (nước, không khí, ánh sáng) và dinh dưỡng để rèn luyện sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực.</p>
	<p>Trang bị cho HS:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hiểu biết cơ bản về vai trò, tác dụng của môn thể thao lựa chọn đối với sự phát triển thể chất.</li><li>- Một số quy định, điều luật cơ bản trong môn thể thao tự chọn.</li><li>- Các kỹ năng vận động chuyên môn cơ bản, đặc thù của từng môn thể thao tự chọn.</li></ul>

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 giới thiệu theo hướng gợi mở, phát huy cao độ tính chủ động, sáng tạo của 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 *Khởi động chuyên môn, 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 *Khởi động chuyên môn*: Giới thiệu gợi ý các nội dung khởi động chuyên môn phù hợp với nội dung học tập ở phần Kiến thức mới và phần Luyện tập.
- 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.
- + Trong mỗi bài tập lại đưa ra định hướng hình thức tổ chức tập luyện (tập cá nhân, theo cặp hoặc theo nhóm).

*Trò chơi vận động*:

- + Các trò chơi sử dụng kỹ 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.

Cách trình bày này giúp GV và HS hiểu rõ nội dung, mục đích luyện tập, trò chơi, do vậy có thể trực tiếp sử dụng các bài tập trong sách hoặc sáng tạo các nội dung tập luyện mới, phù hợp với mục đích tương tự.

– 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 sau mỗi bài tập, GV sẽ dễ dàng sáng tạo nhiều bài tập, trò chơi tương tự và 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 dạy học (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 11 - Sách giáo viên* Cánh Diều, giáo viên 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 11*, 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, những sai lầm thường mắc khi học tập kỹ thuật và biện pháp khắc phục; 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; phương pháp xây dựng giáo án giảng dạy.

- + 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.

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 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 học sinh: ① Trong một học kì, kết quả học tập mỗi môn học của học sinh 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 học sinh 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 kiến thức trong sách GDTC 11 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 11 thể hiện rõ sự tích hợp và phân hoá, cụ thể:

- Tích hợp: Nội dung kiến thức được giới thiệu thể hiện rõ sự tích hợp giữa kiến thức của các khoa học khác nhau như:



- + Kiến thức chung về TĐTT.
  - + Kiến thức về Y sinh học TĐTT.
  - + Kiến thức về lịch sử.
  - + Kiến thức đặc thù của từng môn thể thao.
- Phân hoá: Nội dung kiến thức trình bày trong sách được giới thiệu 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, nội dung trong sách đảm bảo yêu cầu về đổi mới 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, kỹ 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 dưới dạng các câu hỏi hoặc vấn đề thảo luận.

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.

*f) Hình thức trình bày đẹp, cân đối, khoa học và phù hợp.*

Sách Giáo dục thể chất 11 gồm 4 cuốn theo 4 môn thể thao khác nhau được trình bày khoa học với hình thức đẹp, bắt mắt và có một số điểm nổi bật sau:

- Phối hợp hài hoà kênh hình và kênh chữ, trong đó ở kênh hình, phát huy tối đa tính ưu việt của hệ thống sơ đồ trong phần tổ chức tập luyện.
- Mỗi cuốn sách sử dụng logo, hình ảnh và màu sắc khác nhau, phù hợp với nội dung của từng môn thể thao.
- Các sơ đồ được thiết kế ở phần Luyện tập đơn giản, dễ hiểu, kết hợp hình ảnh 2D và 3D, thể hiện rõ mục đích tập luyện, vừa mang tính minh hoạ vừa gợi mở, tạo điều kiện phát huy khả năng tư duy, sáng tạo của GV và HS.
- Hình vẽ HS có tính toán tới sự cân đối về giới tính và sử dụng trang phục phù hợp với từng môn thể thao và yêu cầu chung của giờ học GDTC.

**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 GDTC 11 “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 khoẻ 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 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 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 khỏe: 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 thể dục thể thao, 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 11 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 lí 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 kĩ 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 khích 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 11, 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, lí thuyết về kĩ thuật động tác,...), *Kĩ năng* (khả năng thực hiện kĩ thuật động tác, kĩ năng vận dụng kĩ thuật 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 ứng dụng kiến thức đã học vào thực tiễn thi đấu).
- + Đánh giá *Thế 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 11, 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 11 – 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 11; nội dung các phần, chủ đề, bài học trong sách giáo khoa GDTC 11; chi tiết cấu trúc và phân phối nội dung kiến thức trong sách giáo khoa GDTC 11; phương pháp xây dựng kế hoạch và biên soạn kế hoạch bài dạy từ nội dung sách giáo khoa GDTC 11; 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 sai lầm thường mắc và biện pháp khắc phục.
- Thiết bị dạy học môn GDTC 11: 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 11.

- Nguồn tài nguyên sách và học liệu điện tử gồm: Sách giáo khoa Giáo dục thể chất 11 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).

## II. PHƯƠNG PHÁP XÂY DỰNG KẾ HOẠCH BÀI DẠY

### 1. Phân phối nội dung theo Chương trình môn Giáo dục thể chất 11

Căn cứ theo quy định của Chương trình GDTC 11, căn cứ theo nội dung kiến thức trình bày trong cuốn sách giáo khoa GDTC 11, nội dung chương trình được phân phối cụ thể như trình bày ở bảng 1.

**Bảng 1. Phân phối nội dung SGK theo chương trình môn Giáo dục thể chất 11**

Phần	Nội dung	Số chủ đề	Số bài	Thời lượng		
				Tỉ lệ (%)	Số tiết (tiết)	
1	<b>Kiến thức chung</b>	1	1			
2	<b>Thể thao tự chọn</b> (HS chọn 1 trong 4 môn)	Bóng rổ	4	8	90	63
		Bóng đá	4	8	90	63
		Cầu lông	4	8	90	63
		Đá cầu	3	8	90	63
	Đánh giá cuối học kì, cuối năm học			10	7	

**Ghi chú:** Mỗi bài học trong các chủ đề tương ứng với khoảng 8 tiết học (có thể tăng hoặc giảm theo thực tế: Phương pháp dạy học, DK cơ sở vật chất, mức độ tiếp thu kiến thức của học sinh...).

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

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

- + Phần *Kiến thức chung*: GV xen kẽ, trang bị cho HS các kiến thức về việc sử dụng các yếu tố tự nhiên (không khí, nước, ánh sáng) để rèn luyện sức khoẻ, phát triển thể chất.
- + Phần *Thể thao tự chọn*: lựa chọn 1 trong 4 môn thể thao tự chọn: Bóng rổ, Bóng đá, Cầu lông 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, 3 hoặc cả 4 môn thể thao tự chọn (mỗi HS chỉ nên lựa chọn 01 môn).
- + 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 học tập và giảng dạy cho phù hợp nhằm đảm bảo hoàn thành chương trình và yêu cầu môn học.

## **2. 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 ban hành ngày 8/10/2014 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 11* với các nội dung hướng dẫn trong SGK *Giáo dục thể chất 11* từng môn của Cánh Diều để xây dựng.

Theo cấu trúc, mỗi cuốn SGK *Giáo dục thể chất 11* bộ sách Cánh Diều được chia thành 08 bài học, mỗi bài học tương ứng với khoảng 8 tiết. Do vậy, việc xây dựng kế hoạch bài dạy cho mỗi bài học sẽ bao gồm: Kế hoạch bài dạy chung cho mỗi bài học và kế hoạch bài dạy riêng cho từng tiết học.

Nội dung tài liệu tập huấn này hướng dẫn GV trình tự sử dụng SGK *Giáo dục thể chất 11* và *Giáo dục thể chất 11 - Sách giáo viên* (Cánh Diều) khi xây dựng kế hoạch bài dạy cho từng tiết học, cụ thể:

**(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 HS 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.

**3. Giới thiệu mẫu kế hoạch bài dạy**

Minh họa 01 kế hoạch bài dạy mẫu trong môn Bóng đá.



TRƯỜNG .....

Tổ: .....

### KẾ HOẠCH BÀI DẠY SỐ .....

- Tên bài giảng: **KỸ THUẬT ĐỘNG TÁC GIẢ**
- Đối tượng: Lớp 11... ; Tiết..... Ngày.....tháng.....năm.....
- Giáo viên thực hiện:.....

## I. MỤC TIÊU

### 1. Về kiến thức

Biết được cách thức thực hiện các giai đoạn của kỹ thuật động tác giả dẫn bóng qua người khi đối phương ở trước mặt.

### 2. Về năng lực (kỹ năng)

- Thực hiện được các giai đoạn của kỹ thuật động tác giả dẫn bóng qua người khi đối phương ở trước mặt và vận dụng được vào các trò chơi vận động.
- Biết tự điều chỉnh, sửa sai động tác thông qua nghe, quan sát và tập luyện

### 3. Về Phẩm chất

Tự giác, tích cực, đoàn kết trong tập luyện

## II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU

- Tranh, ảnh kỹ thuật động tác giả dẫn bóng qua người khi đối phương ở trước mặt.
- Bóng đá tiêu chuẩn: 2 người 1 quả.
- Sân bóng đá tiêu chuẩn (hoặc mặt sân bằng phẳng), còi, cọc mốc hoặc nắm thắp, cọc tiêu để phục vụ tập luyện và trò chơi.

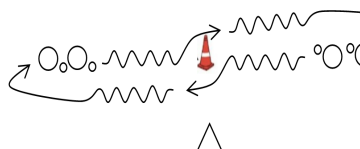
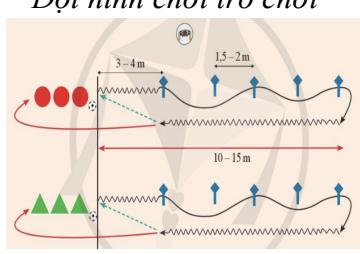
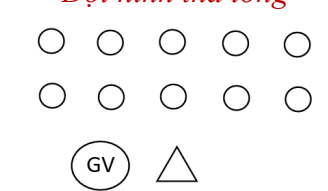


### III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC (NỘI DUNG DẠY HỌC)

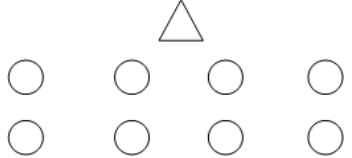
Nội dung giảng dạy	Khối lượng		Phương pháp tổ chức dạy học	
	TG	SL	Hoạt động của GV	Hoạt động của HS
<p><b>I. Phân/Hoạt động Mở đầu</b></p> <p><b>1. Tập trung:</b> Nhận lớp, điểm danh, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học</p> <p><b>2. Khởi động chung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy nhẹ nhàng</li> <li>- Bài tập tay không</li> <li>- Khởi động các khớp</li> <li>- Bài tập căng cơ</li> </ul> <p><b>3. Khởi động chuyên môn:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Chạy: Nâng cao đùi, gót chạm mông, tiến lùi, chạy tăng tốc độ.</li> </ul>	10p		- GV nhận lớp, điểm danh, thăm hỏi tình hình sức khỏe, phổ biến nhiệm vụ yêu cầu buổi học.	<p><i>Đội hình tập trung</i></p> <p>- CB lớp tập trung, báo cáo</p> <p>- HS tiếp nhận nhiệm vụ từ giáo viên</p>
	5p		- GV giao nhiệm vụ và cho HS phụ trách tổ chức khởi động chung. Đồng thời quan sát, hỗ trợ hướng dẫn khởi động chung.	<p><i>Đội hình khởi động chung</i></p> <p>- HS phụ trách điều hành khởi động chung</p>
	3p		- GV hướng dẫn và tổ chức cho HS khởi động chuyên môn	<p><i>Đội hình KĐ chuyên môn</i></p> <p>- HS khởi động theo sự điều khiển của GV</p>



<p><b>II. Cơ bản</b></p> <p><b>1. Hoạt động hình thành kiến thức mới: Học kỹ thuật động tác giả dẫn bóng qua người khi đối phương ở trước mặt</b></p> <p>- <b>Chuẩn bị:</b> Di chuyển dẫn bóng chậm, hướng thẳng về phía cầu thủ phòng thủ.</p> <p>- <b>Thực hiện:</b></p> <p>+ Trình tự và hướng bước chân</p> <p>+ Động tác giả</p> <p>+ Tư thế và trình tự chuyển trọng tâm cơ thể</p> <p>- <b>Kết thúc:</b> Tiếp tục dẫn bóng vượt qua cầu thủ phòng thủ.</p> <p>- <b>Chú ý:</b> Thực hiện động tác giả chậm, động tác thật nhanh và đột ngột; chuyển trọng tâm khi chuyển động tác giả sang động tác thật.</p>	<p>20p</p>		<p>- GV chia HS thành các nhóm, hướng dẫn HS 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>- <b>Đại diện nhóm HS thực hiện kỹ thuật, các HS khác nhận xét, đánh giá</b></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><b>2. Hoạt động luyện tập:</b></p> <p><b>a. Tập luyện theo trình tự</b></p> <p>- Tập mô phỏng kỹ thuật động tác không bóng theo tín hiệu</p> <p>- Tập dẫn bóng thực hiện động tác giả qua người với bóng.</p> <p>+ Tập theo sự điều khiển của giáo viên</p>			<p>- GV hướng dẫn và sử dụng tín hiệu còi (vỗ tay) điều khiển HS tập theo các giai đoạn KT</p> <p>- GV hướng dẫn và điều khiển HS tập kỹ thuật với bóng.</p> <p>- GV giao nhiệm vụ cho HS tự tập luyện và tập</p>	<p><i>Đội hình tập theo tín hiệu</i></p> <p>- HS tập theo tín hiệu của GV</p> <p><i>Đội hình tập với bóng</i></p> <p>- HS tập theo sự điều khiển của GV</p>

<p>+ Tập luyện cá nhân + Tập luyện theo cặp</p> <p>- Tập di chuyển dẫn bóng động tác giả vượt qua chướng ngại vật.</p>			<p>luyện theo cặp</p> <p>- GV hướng dẫn và chia HS thành các nhóm, đứng đối diện qua cọc mốc thực hiện dẫn bóng. GV quan sát hỗ trợ chỉnh sửa động tác</p>	<p>- HS tự tập luyện - HS tập luyện theo cặp, quan sát và hỗ trợ nhau chỉnh sửa động tác.</p> <p><i>Đội hình tập dẫn bóng qua cọc mốc</i></p>  <p>- HS tập luyện theo nhóm - Chỉnh sửa động tác theo hướng dẫn của GV - Quan sát, hỗ trợ nhau chỉnh sửa động tác.</p>
<p><b>2. Trò chơi vận động</b> <b>Dẫn bóng luân cọc tiếp sức</b> <b>Mục đích:</b> Phát triển sức nhanh, khéo léo và làm quen với động tác ném rổ. <b>Cách chơi:</b> Luân phiên dẫn bóng theo đường thẳng tới gần bảng rổ, thực hiện ném bóng vào rổ (cho tới khi bóng vào rổ) sau đó dẫn bóng quay về chuyền bóng cho người tiếp theo thực hiện. Đội hoàn thành trước sẽ thắng cuộc. <b>Yêu cầu:</b> Sử dụng kỹ thuật dẫn bóng theo đường thẳng và kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao.</p>	10p		<p>- GV hướng dẫn, tổ chức chơi - GV chia HS thành 2 - 4 đội. Tổ chức thi đấu giữa các đội.</p>	<p>- HS nghe phân tích, tiếp thu cách chơi, luật chơi. - HS tích cực tham gia trò chơi</p> <p><i>Đội hình chơi trò chơi</i></p> 
<p><b>III. Kết thúc</b> - Thả lỏng: Các động tác thả lỏng (kéo giãn cơ)</p> <p>- Nhận xét, đánh giá: + Trao đổi, nhận xét chung</p>	5p		<p>- GV giáo nhiệm vụ và hướng dẫn HS tổ chức thả lỏng</p> <p>- GV nhận xét: Ý thức,</p>	<p><i>Đội hình thả lỏng</i></p>  <p>- HS tổ chức thả lỏng theo hướng dẫn của GV</p> <p><i>Đội hình tập trung</i></p>



<p>về kết quả buổi tập</p> <p><b>- Hoạt động vận dụng:</b> + Hướng dẫn ngoại khóa + Hướng dẫn vận dụng kiến thức vào thực tiễn</p> <p>- Xuống lớp.</p>			<p>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>- HS nghe và tiếp thu nhận xét của GV.</p> <p>- HS đặt câu hỏi (nếu có)</p> <p>- HS nghe và tiếp thu nội dung hướng dẫn ngoại khóa và vận dụng kiến thức của GV.</p>
--	--	--	---	---

Ngày ...tháng ... năm 20...

**DUYỆT CỦA BỘ MÔN**

**GIÁO VIÊN BIÊN SOẠN**