

MÔN THỂ DỤC

I – MỤC TIÊU

Môn Thể dục ở cấp Tiểu học nhằm giúp học sinh :

- Có sự tăng tiến về sức khỏe, thể lực, đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi, giới tính.
- Biết được một số kiến thức, kĩ năng để tập luyện giữ gìn sức khỏe, nâng cao thể lực.
- Rèn luyện tác phong nhanh nhẹn, kỉ luật, nếp sống lành mạnh, thói quen tự giác tập luyện thể dục thể thao và giữ gìn vệ sinh.
- Biết vận dụng ở mức độ nhất định những điều đã học vào nếp sinh hoạt ở trong nhà trường và ngoài nhà trường.

II – NỘI DUNG

1. Kế hoạch dạy học

Lớp	Số tiết/tuần	Số tuần	Tổng số tiết/năm
1	1	35	35
2	2	35	70
3	2	35	70
4	2	35	70
5	2	35	70
Cộng (toàn cấp)		175	315

2. Nội dung dạy học từng lớp

LỚP 1

$$1 \text{ tiết/tuần} \times 35 \text{ tuần} = 35 \text{ tiết}$$

1. Đội hình đội ngũ : Tập hợp hàng dọc, dóng hàng. Tư thế đứng nghiêm, đứng nghỉ. Quay phải, quay trái (nhận biết hướng sau đó xoay người sang hướng theo khẩu lệnh). Điểm số từ 1 đến hết (theo tổ). Dàn hàng ngang, dồn hàng. Đi thường theo nhịp (1 - 4 hàng dọc).

2. Bài tập rèn luyện tư thế cơ bản : Tư thế đứng cơ bản. Đứng đưa hai tay ra trước (dang ngang, chéch cao). Đứng kiễng gót, hai tay chống hông (dang ngang). Đứng đưa một chân ra trước (sang ngang, ra sau). Đứng hai chân rộng bằng vai, hai bàn chân thẳng hướng phía trước, hai tay đưa ra trước (dang ngang, chéch cao).

3. Bài thể dục phát triển chung : Bài 7 động tác nhằm rèn luyện các nhóm cơ khớp chính của cơ thể và phát triển thể lực chung.

4. Trò chơi vận động : Học 6 - 8 trò chơi rèn luyện khả năng hô hấp, định hướng và các kĩ năng đi, chạy và bật - nhảy (Ưu tiên các trò chơi dân gian có lời đồng dao).

LỚP 2

$$2 \text{ tiết/tuần} \times 35 \text{ tuần} = 70 \text{ tiết}$$

1. Đội hình đội ngũ : Quay phải, quay trái. Điểm số 1 - 2, 1 - 2 đến hết theo hàng dọc. Cách chào, báo cáo, xin phép ra - vào lớp.

2. Bài thể dục phát triển chung : Bài 8 động tác có kế thừa và nâng cao hơn lớp 1 nhằm rèn luyện các nhóm cơ khớp chính của cơ thể và phát triển thể lực chung.

3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản : Đi theo vạch kẻ thẳng. Đi theo vạch kẻ thẳng hai tay chống hông. Đi theo vạch kẻ thẳng, hai tay dang ngang. Đi kiễng gót hai tay chống hông. Đi nhanh chuyển sang chạy.

4. Trò chơi vận động : Học 8 - 10 trò chơi rèn luyện khả năng hô hấp và các kĩ năng đi, chạy, nhảy, ném (Ưu tiên các trò chơi dân gian có lời đồng dao).

LỚP 3

2 tiết/tuần × 35 tuần = 70 tiết

1. Đội hình đội ngũ : Tập hợp hàng ngang, dóng hàng, điểm số. Đi đều (theo 1 - 4 hàng dọc), đứng lại.

2. Bài thể dục phát triển chung : Bài 8 động tác có độ khó hơn ở các lớp 1, 2 và có thể tập với dụng cụ nhẹ như : cờ, hoa, khăn,...

3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản : Đi vượt chướng ngại vật (thấp). Đi chuyển hướng (phải, trái). Nhảy dây kiểu chụm hai chân có và không có nhịp đệm. Tung và bắt bóng cá nhân. Tung và bắt bóng theo nhóm 2 - 3 người (tại chỗ, di chuyển).

4. Trò chơi vận động : Học 8 - 10 trò chơi rèn luyện khả năng hô hấp, định hướng và các kĩ năng đi, chạy, nhảy, ném, thăng bằng, mang vác (Ưu tiên các trò chơi dân gian có lời đồng dao).

LỚP 4

2 tiết/tuần × 35 tuần = 70 tiết

1. Đội hình đội ngũ : Quay sau. Đi đều vòng phải, vòng trái, đứng lại.

2. Bài thể dục phát triển chung : Bài 8 động tác có độ khó hơn các lớp 1, 2, 3 và có thể tập tay không hoặc với cờ, hoa, vòng, gậy,...

3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản : Di chuyển tung và bắt bóng theo nhóm. Nhảy dây kiểu chân trước, chân sau. Bật xa. Phối hợp chạy, nhảy, mang vác,...

4. Trò chơi vận động : Học 8 - 10 trò chơi đi, chạy, bật - nhảy, thăng bằng, mang vác, leo trèo,...

5. Môn thể thao tự chọn

a) *Đá cầu* : Tầng cầu. Chuyên cầu. Chuyên cầu theo nhóm.

b) *Ném bóng (150g)* : Cách cầm bóng - tư thế đứng chuẩn bị. Phối hợp cầm bóng - đứng chuẩn bị - ngắm đích - ném vào đích.
Một số động tác hỗ trợ và phát triển thể lực.

LỚP 5

$$2 \text{ tiết/tuần} \times 35 \text{ tuần} = 70 \text{ tiết}$$

1. Đội hình đội ngũ : Đồi chân khi đi đều sai nhịp. Ôn tập, nâng cao những kiến thức, kỹ năng đã học từ lớp 1 đến lớp 4.

2. Bài thể dục phát triển chung : Bài 8 động tác có độ khó hơn các lớp 1, 2, 3, 4 và có thể tập tay không hoặc với cờ, hoa, vòng, gậy.

3. Bài tập rèn luyện tư thế và kỹ năng vận động cơ bản : Bật cao. Phối hợp chạy - bật cao.

4. Trò chơi vận động : Học 6 - 8 trò chơi về chạy, bật - nhảy, mang vác, ném, leo trèo để tiếp cận với các môn thể thao, trong đó có trò chơi phối hợp từ 2 đến 3 hoạt động (trong mỗi trò chơi).

5. Môn thể thao tự chọn

a) *Đá cầu* : Tầng cầu bằng mu bàn chân. Phát cầu bằng mu bàn chân.

b) *Ném bóng trúng đích* : Ném bóng 150g trúng đích (tại chỗ, di chuyển). Cách cầm bóng - đứng ném rỏ bằng hai tay. Cách cầm bóng - đứng ném rỏ bằng một tay.

III – CHUẨN KIẾN THỨC, KĨ NĂNG

LỚP 1

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
1. Đội hình đội ngũ	<p>Kiến thức Biết các khẩu lệnh và cách thực hiện các bài tập đội hình đội ngũ.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none">– Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Tập hợp hàng dọc ; Dóng hàng dọc ; Điểm số theo hàng dọc từ 1 đến hết (theo tổ) ; Đứng nghiêm, đứng nghỉ ; Quay phải, quay trái (nhận biết hướng và cách xoay người theo khẩu lệnh) ; Dàn hàng ngang, dồn hàng ; Chuyển đội hình hàng dọc thành vòng tròn và ngược lại ; Đi thường theo nhịp (1 - 4 hàng dọc).– Vận dụng vào nếp sinh hoạt ở trường.	Học kì II, có thể điểm số theo lớp.
2. Bài tập rèn luyện tư thế cơ bản	<p>Kiến thức Biết cách thực hiện các bài tập rèn luyện tư thế cơ bản.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none">– Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Tư thế đứng cơ bản ; Đứng đưa hai tay ra trước (sang ngang, chéch cao) ; Đứng kiễng gót hai tay chống hông (dang ngang) ; Đứng đưa một chân ra trước (sang ngang, ra sau) ; Đứng hai chân rộng bằng vai, hai bàn chân thẳng hướng phía trước, hai tay đưa ra trước (sang ngang, lên cao).– Vận dụng để tự tập.	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
3. Bài thể dục phát triển chung	<p>Kiến thức</p> <p>Biết tên và cách thực hiện bài thể dục phát triển chung 7 động tác : vươn thở, tay, chân, vặn mình, bụng, toàn thân và điều hoà.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng toàn bài. – Vận dụng để tập hằng ngày. 	
4. Trò chơi vận động	<p>Kiến thức</p> <p>Biết tên và cách chơi các trò chơi : Diệt các con vật có hại ; Nhảy đúng, nhảy nhanh ; Qua đường lội ; Chạy tiếp sức ; Chuyển bóng tiếp sức ; Tâng cầu ; Kéo cưa lừa xẻ ; Nhảy ô tiếp sức.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện được các trò chơi trên. – Vận dụng để vui chơi, tự tập hằng ngày. 	

LỚP 2

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
1. Đội hình đội ngũ	<p>Kiến thức</p> <p>Biết khẩu lệnh và cách thực hiện các bài tập đội hình đội ngũ.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Quay phải, quay trái ; Điểm số 1 - 2, 1 - 2,... đến hết theo hàng dọc ; Cách chào, báo cáo, xin phép ra - vào lớp. – Vận dụng vào nếp sinh hoạt ở trường và ngoài nhà trường. 	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
2. Bài thể dục phát triển chung	<p>Kiến thức Biết tên và cách thực hiện bài thể dục phát triển chung 8 động tác : vươn thở, tay, chân, lườn, bụng, toàn thân, nhảy và điều hoà.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng toàn bài. – Biết vận dụng để tập hằng ngày. 	Về cấu trúc, phương hướng, biên độ và nhịp.
3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản	<p>Kiến thức Biết cách thực hiện các bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Đi thường theo vạch kẻ thẳng ; Đi theo vạch kẻ thẳng, hai tay chống hông ; Đi theo vạch kẻ thẳng, hai tay dang ngang ; Đi kiễng gót, hai tay chống hông : Đi nhanh chuyển sang chạy. – Vận dụng để tự tập. 	
4. Trò chơi vận động	<p>Kiến thức Biết tên và cách chơi các trò chơi : Bịt mắt bắt dê ; Vòng tròn ; Tung vòng vào đích ; Ném trúng đích ; Bỏ khăn ; Nhanh lên bạn ơi ; Chạy đổi chỗ, vỗ tay nhau ; Con cóc là cậu □ng Trời ; Nhóm ba, nhóm bảy ; Kết bạn.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện được các trò chơi trên. – Tham gia chơi tương đối chủ động những trò chơi đã học ở lớp 1. – Vận dụng để vui chơi, tự tập hằng ngày. 	Biết tự tổ chức chơi những trò chơi đơn giản.

LỚP 3

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
1. Đội hình đội ngũ	<p>Kiến thức Biết các khẩu lệnh và cách thực hiện các bài tập đội hình đội ngũ.</p> <p>Kĩ năng – Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Tập hợp hàng ngang ; Dóng hàng ngang ; Điểm số theo hàng ngang (từ 1 đến hết và theo chu kì 1 - 2) ; Đi đều theo 1 - 4 hàng dọc, đứng lại. – Vận dụng vào nếp sinh hoạt tập thể ở trường và ngoài nhà trường.</p>	
2. Bài thể dục phát triển chung	<p>Kiến thức Biết tên và cách thực hiện bài thể dục phát triển chung 8 động tác : vươn thở, tay, chân, lườn, bụng, toàn thân, nhảy và điều hoà.</p> <p>Kĩ năng – Thực hiện cơ bản đúng toàn bài. – Vận dụng để tập hằng ngày.</p>	<p>– Có thể tập với hoa, cờ, khăn,...</p> <p>– Về cấu trúc, phương hướng, biên độ và nhịp.</p>
3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản	<p>Kiến thức Biết cách thực hiện các bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.</p> <p>Kĩ năng – Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Đi vượt chướng ngại vật thấp ; Đi chuyển hướng phải, trái ; Nhảy dây kiểu chụm hai chân ; Tung và bắt bóng bằng hai tay ; Tung bóng bằng một tay, bắt bóng bằng hai tay ; Tung và bắt bóng theo nhóm 2 người ; Tung và bắt bóng theo nhóm 3 người trở lên.</p>	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
	– Vận dụng để tự tập.	
4. Trò chơi vận động	<p>Kiến thức</p> <p>Biết tên và cách chơi các trò chơi : Tìm người chỉ huy ; Thi xếp hàng nhanh ; Mèo đuổi chuột ; Chim về tổ ; Đua ngựa ; Thỏ nhảy ; Lò cò tiếp sức ; Hoàng Anh - Hoàng Yến ; Ai kéo khoẻ ; Chuyển đồ vật.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện được các trò chơi trên. – Tham gia chơi tương đối chủ động một số trò chơi đã học ở các lớp 1, 2. – Vận dụng để vui chơi, tự tập hằng ngày. 	Biết tự tổ chức chơi những trò chơi đơn giản.

LỚP 4

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
1. Đội hình đội ngũ	<p>Kiến thức</p> <p>Biết các khẩu lệnh và cách thực hiện các bài tập đội hình đội ngũ.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng : Đi đều - đứng lại. – Thực hiện được : Quay sau. Đi đều vòng phải, vòng trái, đứng lại. – Vận dụng vào nếp sinh hoạt ở trường và ngoài nhà trường. 	<ul style="list-style-type: none"> – Cán sự, tổ trưởng tập điều khiển lớp. – Có thể lùi chân phải ra sau một bước trước khi thực hiện động tác quay sau.
2. Bài thể dục phát triển chung	<p>Kiến thức</p> <p>Biết tên và cách thực hiện bài thể dục phát triển chung 8 động tác : vươn thở, tay, chân, lưng - bụng, toàn thân, thăng bằng, nhảy và điều hoà.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Có thể tập với cờ, vòng, gậy,... – Về cấu trúc, phương hướng, biên độ và nhịp.

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
	<p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng cả bài. – Vận dụng để tập hằng ngày. 	
<p>3. Bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản</p>	<p>Kiến thức</p> <p>Biết cách thực hiện các bài tập rèn luyện tư thế và kĩ năng vận động cơ bản.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> _ Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Di chuyển tung và bắt bóng theo nhóm ; Nhảy dây kiểu chân trước, chân sau ; Bật xa ; Phối hợp chạy - nhảy - mang vác. – Vận dụng để tự tập. 	
<p>4. Trò chơi vận động</p>	<p>Kiến thức</p> <p>Biết tên và cách chơi các trò chơi vận động : Nhảy lướt sóng ; Chạy theo hình tam giác ; Thăng bằng ; Lăn bóng ; Đi qua cầu ; Con sâu đo ; Kiệu người ; Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ ; Trao tín gậy ; Dẫn bóng.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện được các trò chơi trên. – Tham gia chơi tương đối chủ động một số trò chơi đã học ở các lớp 1, 2, 3. – Vận dụng để vui chơi, tự tập hằng ngày. 	<p>Biết tự tổ chức chơi những trò chơi đơn giản.</p>
<p>5. Môn thể thao tự chọn a) Đá cầu</p>	<p>Kiến thức</p> <p>Biết cách thực hiện : Tang cầu ; Chuyển cầu ; Chuyển cầu theo nhóm.</p>	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
	<p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng những bài tập trên. – Vận dụng để tự tập hằng ngày. 	
b) Ném bóng	<p>Kiến thức</p> <p>Biết cách thực hiện : Cầm bóng ; Đứng chuẩn bị - ngắm đích - ném ; Một số bài tập rèn luyện sự khéo léo của tay (Ngồi xỏm tung và bắt bóng ; Tung bóng từ tay nọ sang tay kia ; Chuyển bóng từ tay nọ sang tay kia qua khoeo chân ; Vận mình chuyển bóng từ tay nọ sang tay kia).</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng những bài tập trên. – Vận dụng để tự tập. 	

LỚP 5

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
1. Đội hình đội ngũ	<p>Kiến thức</p> <p>Biết các khẩu lệnh và cách thực hiện bài tập mới học và những bài tập đã học ở các lớp 1, 2, 3, 4.</p> <p>Kĩ năng</p> <ul style="list-style-type: none"> – Thực hiện cơ bản đúng : Đôi chân khi đi đều sai nhịp và những bài ôn tập chương trình các lớp 1, 2, 3, 4. – Vận dụng vào nếp sinh hoạt ở trường và ngoài nhà trường. 	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
2. Bài thể dục phát triển chung	<p>Kiến thức Biết tên và cách thực hiện bài thể dục phát triển chung 8 động tác : vươn thở, tay, chân, vặn mình, toàn thân, thăng bằng, nhảy và điều hoà.</p> <p>Kỹ năng – Thực hiện cơ bản đúng toàn bài. – Vận dụng để tập hằng ngày.</p>	<p>– Có thể bổ sung thêm động tác thành bài đồng diễn.</p> <p>– Về cấu trúc, phương hướng, biên độ và nhịp.</p>
3. Bài tập rèn luyện tư thế và kỹ năng vận động cơ bản	<p>Kiến thức Biết cách thực hiện các bài tập rèn luyện tư thế và kỹ năng vận động cơ bản.</p> <p>Kỹ năng – Thực hiện cơ bản đúng các bài tập : Bật cao ; Phối hợp chạy - bật nhảy ; Những bài ôn tập chương trình các lớp 1, 2, 3, 4. – Vận dụng để tự tập.</p>	Nâng dần thành tích bật xa, bật cao.
4. Trò chơi vận động	<p>Kiến thức Biết tên và cách chơi các trò chơi : Ai nhanh và khéo hơn ; Chạy nhanh theo số ; Chạy theo vòng tròn tiếp sức ; Bóng chuyền sáu ; Trồng nụ, trồng hoa ; Qua cầu tiếp sức ; Chuyền nhanh, nhảy nhanh ; Chuyền và bắt bóng tiếp sức.</p> <p>Kỹ năng – Thực hiện được các trò chơi trên. – Tham gia chơi tương đối chủ động một số trò chơi đã học. – Vận dụng để vui chơi, tự tập hằng ngày.</p>	Biết tự tổ chức chơi những trò chơi đơn giản.
5. Môn thể thao tự chọn	<p>Kiến thức</p>	

CHỦ ĐỀ	MỨC ĐỘ CẦN ĐẠT	GHI CHÚ
a) <i>Đá cầu</i>	Biết cách thực hiện : Tung cầu bằng mu bàn chân ; Phát cầu bằng mu bàn chân. Kĩ năng – Thực hiện cơ bản đúng những bài tập trên. – Vận dụng để tự tập.	
b) <i>Nộm bóng</i>	Kiến thức Biết cách thực hiện : Ném bóng 150g trúng đích (tại chỗ, di chuyển) ; Ném bóng vào rổ (Đứng cầm bóng - ném rổ bằng hai tay trước ngực ; Đứng cầm bóng - ném rổ bằng một tay trên vai) ; Một số bài tập rèn luyện sự khéo léo của tay (Tung và bắt bóng bằng một tay ; Tung và bắt bóng qua khoeo chân ; Bắt bóng nảy từ bảng ra). Kĩ năng – Thực hiện cơ bản đúng những bài tập trên. – Vận dụng để tự tập.	

V – GIẢI THÍCH – HƯỚNG DẪN

1. Quan điểm xây dựng và phát triển chương trình

Chương trình môn Thể dục ở cấp Tiểu học :

- Lấy việc nâng cao sức khoẻ, thể lực học sinh là mục tiêu quan trọng nhất, xuyên suốt từ Tiểu học đến hết Trung học phổ thông.

- Đảm bảo tính khoa học, sư phạm, liên thông, kết hợp truyền thống văn hoá dân tộc, tiếp thu có chọn lọc những thành tựu khoa học giáo dục thể chất hiện đại.

- Đảm bảo có tính khả thi, phù hợp với tâm, sinh lí lứa tuổi và giới tính ; với sức khoẻ, thể lực học sinh, đồng thời định hướng cho việc nâng cao trình độ của đội ngũ giáo viên và tăng cường cơ sở vật chất cho việc dạy và học môn Thể dục.

- Đảm bảo tính thống nhất của chương trình, đồng thời mở rộng quyền chủ động, sáng tạo của địa phương trong quá trình thực hiện chương trình.

Những nội dung được đưa vào chương trình là cơ bản, phổ thông phù hợp với lứa tuổi, giới tính, sức khoẻ, thể lực của học sinh tiểu học, với cơ sở vật chất của nhiều trường hiện nay, với khả năng của giáo viên kiêm dạy và chuyên trách ở Tiểu học.

Cấu trúc chương trình theo kiểu đồng tâm vừa kế thừa, nâng cao, vừa bổ sung nội dung mới gồm có : Đội hình đội ngũ, Bài thể dục phát triển chung, Bài tập rèn luyện tư thế và kỹ năng vận động cơ bản. Trò chơi vận động. Từ lớp 4 – 5 có thêm môn tự chọn : Đá cầu, Ném bóng (có chương trình chi tiết), Bóng đá, Bóng rổ, Bóng bàn, Cầu lông, Võ, Thể dục nhịp điệu, Bơi, Cờ vua,... (chưa có chương trình chi tiết). Đối với những trường có điều kiện và nhu cầu, có thể dạy cho học sinh môn thể thao tự chọn ngay từ lớp 1 bằng cách giảm quỹ thời gian của phần trò chơi vận động.

Khi dạy các nội dung trên, giáo viên có thể bổ sung bài tập mới hoặc khi cho học sinh ôn tập trò chơi vận động, giáo viên có thể chọn các trò chơi khác có cùng mục đích để thay thế, trong đó ưu tiên những trò chơi dân gian có lời đồng dao.

2. Về phương pháp dạy học

Cần đổi mới phương pháp dạy học theo hướng tích cực hoá hoạt động của học sinh. Tổ chức giờ học khoa học, phù hợp với điều kiện thực tế của trường, tăng cường cách tổ chức theo nhóm tập luyện, phối hợp hài hoà giữa tập đồng loạt với tập lần lượt để tăng thời gian cho học sinh tập luyện đạt đến lượng vận động hợp lí. Tăng cường vận dụng phương pháp trò chơi, thi đấu vào giờ học cho sinh động, hấp dẫn, lôi cuốn học sinh học tập. Tạo điều kiện để học sinh tự quản, tự điều khiển và tham gia đánh giá,...

3. Về đánh giá kết quả học tập của học sinh

Đánh giá kết quả học tập của học sinh thực hiện theo quy chế đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Bảo đảm mọi học sinh tiểu học đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi và giới tính.

4. Việc vận dụng chương trình theo vùng miền và các đối tượng học sinh

Việc dạy học Thể dục ở các vùng miền và các đối tượng học sinh tiểu học được thực hiện theo hướng dẫn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Bảo đảm mọi học sinh đều được học và đạt chuẩn kiến thức, kỹ năng môn học. Có biện pháp cụ thể giúp học sinh có thể chất phát triển kém có cơ hội đạt chuẩn và những học sinh có năng khiếu, thể lực tốt đạt kết quả cao hơn.

5. Cơ sở vật chất và thiết bị

Cần có đủ sân tập hoặc nhà tập và thiết bị dạy học cho giáo viên, dụng cụ cho học sinh tập luyện theo yêu cầu của môn học.