

QUY ĐỊNH
THỰC HIỆN TĂNG CƯỜNG HOẠT ĐỘNG THỂ LỰC
năm học 2021 – 2022

Theo nghiên cứu của các nhà khoa học, giáo dục thể chất có vai trò quan trọng trong sự phát triển của cơ thể. Thể lực tốt sẽ tạo điều kiện để cơ thể phát triển dễ dàng và kích thích hoạt động của hệ hô hấp, tuần hoàn, giúp quá trình tiêu hóa được tốt hơn. Khi có sức khoẻ trẻ sẽ học tập và hoạt động tốt hơn.

Những tác động của giáo dục thể chất tới con người về các mặt trí lực, đây là điều đặc biệt vì tập thể thao thường xuyên tăng cường trí thông minh. Hoạt động thể chất còn giúp tạo ra các kết bào não mới liên quan đến trí nhớ. Khi chơi thể thao sẽ cảm thấy đầu óc thoải mái hơn và có những giây phút sáng khoái, giảm căng thẳng từ đó khả năng tiếp thu kiến thức trên lớp.

Để đáp ứng điều đó, trường Tiểu học Giồng Găng xây dựng quy định và thực hiện tăng cường hoạt động thể lực như sau:

I. Quy định

Cơ sở vật chất phải đảm bảo các điều kiện tối thiểu, phòng học bảo đảm an toàn, thoáng, mát, đủ ánh sáng, sàn nhà láng xi măng, lát gạch hoặc gỗ, có cửa ngăn cách với các khu vực khác; có đồ dùng, dụng cụ học tập phù hợp với học sinh có đủ nước cho học sinh uống hàng ngày; có phòng vệ sinh và thiết bị vệ sinh phù hợp với học sinh; có tài liệu hướng dẫn thực hiện chăm sóc, giáo dục trẻ.

II. Thực hiện tăng cường hoạt động thể lực

- Nhà trường chú trọng mục tiêu phát triển thể chất cho học sinh như: Tăng cường một số tố chất vận động nhanh, mạnh, bền, khéo, phát triển chiều cao vượt trội cho học sinh ở các độ tuổi. Từ mục tiêu lớn, nhà trường đã xây dựng kế hoạch giáo dục thể chất, kế hoạch thực hiện trong 3 năm chuyên đề *Phát triển vận động* ở từng khối, lớp và đưa vào thực hiện, triển khai nghiêm túc, đầy đủ.

- Ban giám hiệu luôn chú trọng bồi dưỡng cho 100% giáo viên về phương pháp tổ chức các hoạt động giáo dục thể chất theo hướng đổi mới, thích hợp trong các chủ đề, phát huy tính tích cực của học sinh, lựa chọn các vận động phù hợp với khả năng của học sinh;

- Ban Giám hiệu đã chỉ đạo sát sao, thường xuyên các hoạt động thể chất của các lớp thông qua: Hoạt động thể dục sáng, thể dục trong giờ ra chơi, tổ chức các

trò chơi vận động, các trò chơi dân gian, hoạt động luyện tập thể thao của nhà trường. Bám sát vào nhiệm vụ trọng tâm của năm học như: Tạo cơ hội cho học sinh được tham gia vào các hoạt động phát triển thể chất một cách tích cực; Lựa chọn nội dung thể dục thể thao để xây dựng thành một chủ đề phát sinh trong chương trình giáo dục của khối lớp thông qua đó giúp học sinh có thêm hiểu biết và yêu thích các hoạt động thể dục thể thao; Phong trào xây dựng môi trường thân thiện học sinh tích cực, giáo dục lễ phép... được lồng ghép trong các hoạt động thể dục thể thao của nhà trường một cách phù hợp. Khuyến khích giáo viên ứng dụng công nghệ thông tin trong việc sưu tầm, sáng tạo ra các bản nhạc hay, phù hợp lồng ghép vào các hoạt động thể dục buổi sáng, thể dục trong giờ ra chơi bài tập phát triển chung nhằm giúp học sinh hứng thú tham gia vào các trò chơi, bài tập phát triển thể chất.

- Tận dụng được tối đa các giờ dạy ngoài trời, các khu vui chơi để cho học sinh hoạt động phát triển vận động một cách tích cực, hiệu quả. Tăng cường tổ chức các trò chơi vận động, trò chơi dân gian nhằm phát triển khả năng vận động, rèn luyện thể lực cho học sinh. Lập danh sách những học sinh có nguy cơ thừa cân ở các độ tuổi, xếp lịch cho các em luyện tập.

- Tuyên truyền đến cha mẹ học sinh tác dụng của việc tích cực hoạt động thể dục thể thao. Phối hợp cùng cha mẹ học sinh tham gia giáo dục và phát triển thể chất cho học sinh. Vận động phụ huynh phối hợp cùng nhà trường và giáo viên các lớp tổ chức và tham gia các hoạt động ngoại khóa, giao lưu về thể dục thể thao như: Tổ chức hoạt động “*Giao lưu các trò chơi vận động*”. Qua đó tạo được sự gắn kết giữa nhà trường và cha mẹ học sinh, đồng thời thúc đẩy tinh thần rèn luyện sức khỏe của giáo viên, phụ huynh và đặc biệt là học sinh.

Trên đây là một số quy định và thực hiện tăng cường hoạt động thể lực của Trường Tiểu học Giồng Găng năm học 2021 - 2022.

Nơi nhận:

- CB-GV-NV (T/h);
- Lưu: VT.

HIỆU TRƯỞNG

Bùi Thị Thao