Hội đồng Đội Cư Jút triển khai Hướng dẫn học sinh rèn luyện sức khỏe trong thời gian dịch bệnh Covid-19.

Trong bối cảnh số lượng học sinh nhiễm Covid-19 tăng cao, các trường không chỉ tổ chức dạy học trực tuyến những môn học văn hóa mà còn đa dạng hình thức dạy học thể chất, giúp các em tiếp cận bài tập và nâng cao sức khỏe phòng, chống dịch bệnh

Hiện nay, việc tạo thói quen rèn luyện thể chất cho học sinh được các nhà trường quan tâm nhiều hơn. Bằng nhiều phương pháp nâng cao chất lượng tiết học giáo dục thể chất [trực tuyến](https://www.qdnd.vn/van-hoa/sach/to-chuc-cuoc-thi-gioi-thieu-sach-truc-tuyen-nam-2022-689083), các thầy, cô giáo là giáo viên Tổng phụ trách Đội trường Tiểu học và THCS đã giúp các em biết cách hô nhịp, thực hiện đúng động tác vươn thở và tay của bài thể dục phát triển chung, biết cách ứng biến và giảm căng thẳng, mệt mỏi sau những giờ ngồi học trực tuyến.

Từ khi nhiều học sinh chuyển sang hình thức học trực tuyến, chương trình giáo dục thể chất của nhà trường có sự thay đổi để phù hợp với bối cảnh nhưng vẫn được duy trì đều đặn các tiết học hằng tuần. Các tiết học vận động ngoài trời như: Bóng đá, bóng rổ, cầu lông, bơi... đã được thay thế bằng những bài tập phát triển thể lực và các bài nhảy Zumba, Hiphop, Dance, Yoga... Sự thay đổi này giúp học sinh hào hứng hơn với môn học mặc dù được diễn ra theo hình thức trực tuyến. Sau những giờ học online, giáo viên sẽ gửi clip hướng dẫn lại bài học hôm đó để học sinh có thể chủ động tập luyện thêm tại nhà. Ngoài ra, thầy cô là giáo viên Tổng phụ trách Đội còn khuyến khích các em tích cực chủ động với những hoạt động thể thao bằng cách đưa ra các thử thách tập luyện, các trò chơi như: Tự sáng tạo những bài tập của riêng mình, sau đó quay lại video và chia sẻ với các bạn trong lớp, cùng bố mẹ tập luyện...

Chương trình giáo dục thể chất của các trường đưa ra không chỉ giúp học sinh được phát triển toàn diện, nâng cao sức khỏe, những bài học thể dục còn giúp các em nâng cao năng lực sáng tạo, sự chủ động, năng lực giao tiếp, sức bền, sức mạnh. Thầy Vũ Văn Thủy – Giáo viên Tổng phụ trách Đội trường THCS Nguyễn Tất Thành cho hay: Nhà trường đã phối hợp với phụ huynh dành nhiều thời gian quan tâm, khuyến khích các con hình thành thói quen vận động, tăng cường sức khỏe phòng, chống dịch Covid-19. Cha mẹ cũng là những người hỗ trợ học sinh kết nối, sử dụng thiết bị học trực tuyến an toàn và có biện pháp quản lý trong thời gian học sinh tham gia học trực tuyến và sử dụng internet. Cùng với đó, nhà trường xây dựng thời khóa biểu trực tuyến khoa học với môn thể chất, tránh sớm hoặc muộn quá. Để bảo đảm chương trình giảng dạy môn học đạt hiệu quả tốt nhất, khi chuyển sang hình thức dạy học online, các thầy cô đã thay đổi, chủ động xây dựng kế hoạch chương trình phù hợp với dạy trực tuyến, quay video clip bài giảng rõ hình, rõ tiếng, hướng dẫn từng động tác các bài tập phục vụ hiệu quả cho học sinh tập luyện.