

ĐỔI MỚI PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY GIÁO DỤC THỂ CHẤT THEO HƯỚNG PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC THỰC HÀNH CỦA SINH VIÊN Ở CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC HIỆN NAY

Nguyễn Như Nam

Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường TP. Hồ Chí Minh

Email: nnnam@hcmunre.edu.vn

Tóm tắt: Là nơi đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao cho đất nước, giáo dục đại học ở Việt Nam luôn được cả xã hội quan tâm. Đứng trước những tác động to lớn của cuộc cách mạng công nghiệp 4.0 đòi hỏi giáo dục và đào tạo đại học nói chung, giáo dục thể chất nói riêng phải không ngừng đổi mới toàn diện, đồng bộ từng bước đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của sự phát triển thực tiễn. Giáo dục thể chất đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển toàn diện sinh viên, giúp nâng cao sức khỏe, kỹ năng vận động và tinh thần đồng đội. Tuy nhiên, các phương pháp giảng dạy truyền thống chưa thực sự hiệu quả trong việc phát triển năng lực thực hành của sinh viên. Nghiên cứu này tập trung khảo sát thực trạng giảng dạy giáo dục thể chất tại một số trường đại học và đề xuất các giải pháp đổi mới dựa trên các mô hình tiên tiến. Thông qua phương pháp điều tra thực tế, phỏng vấn giảng viên và sinh viên, cũng như tham khảo các tài liệu nghiên cứu có liên quan, bài báo đưa ra các đề xuất nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy giáo dục thể chất trong bối cảnh giáo dục hiện đại.

Từ khóa: Giáo dục thể chất; giảng viên; giáo dục và đào tạo; giáo dục đại học.

Nhận bài: 4/3/2025; **Biên tập:** 5/3/2025; **Phản biện:** 6/3/2025; **Duyệt đăng:** 8/3/2025.

1. Đặt vấn đề

Giáo dục thể chất là một phần không thể thiếu trong chương trình đào tạo đại học, góp phần nâng cao sức khỏe thể chất và tinh thần cho sinh viên qua đó góp phần tăng cường sự tự tin và khả năng làm việc nhóm của sinh viên. Theo kết luận số 70-KL/TW, ngày 31/01/2024 của Bộ Chính trị về phát triển thể dục, thể thao trong giai đoạn mới đã nhấn mạnh: “Đổi mới giáo dục thể chất và thể thao trường học gắn với mục tiêu giáo dục, phát triển toàn diện về đạo đức, tri thức, văn hóa, sức khỏe, thẩm mỹ và kỹ năng sống cho học sinh, sinh viên, tạo nền tảng để phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu và tài năng trẻ. Nâng cao chất lượng giáo dục thể chất, phát triển các loại hình hoạt động, tạo điều kiện cho học sinh, sinh viên được tham gia hoạt động thể dục, thể thao, phát triển thể chất” (Bộ Chính trị, 2024). Chính vì vậy, để nâng cao chất lượng giảng dạy môn chất giáo dục thể chất thì việc đổi mới phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực thực hành của sinh viên ở các trường đại học hiện nay là vấn đề cấp thiết, có ý nghĩa thực tiễn sâu sắc để đáp ứng yêu cầu của giáo dục hiện đại hướng đến mục tiêu phát triển toàn diện con người Việt Nam thời kỳ mới.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Một số vấn đề lý luận về đổi mới phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực thực hành của sinh viên ở các trường đại học hiện nay

Năng lực theo nghĩa thông thường là biểu hiện của lao động, nói lên khả năng của con người hoàn thành

một công việc nào đó. Theo Từ điển tiếng Việt: Năng lực là: “1. khả năng, điều kiện chủ quan hoặc tự nhiên sẵn có để thực hiện một hoạt động nào đó; 2. Phẩm chất tâm lý và sinh lý tạo cho con người khả năng hoàn thành một loại hoạt động nào đó với chất lượng cao” (Hoàng Phê, 1992: 565). Tâm lý học, đạo đức học đặt thuật ngữ năng lực trong quan hệ với thuật ngữ phẩm chất để phản ánh những thuộc tính của nhân cách, trong đó, năng lực đồng nghĩa với “tài” (thuật ngữ sử dụng đi đôi với đức), là khả năng nhận thức những hoạt động nhất định và thực hiện có hiệu quả những hoạt động đó. Như vậy, năng lực bao giờ cũng là của một chủ thể cụ thể: một cộng đồng, một tổ chức hay một con người. Về mỗi con người mà xét, hiếm có hoặc khó có con người có năng lực toàn diện với ý nghĩa hiểu biết sâu sắc “bách khoa” và tác động có hiệu quả cải biến mọi đối tượng tự nhiên, xã hội và tư duy. Hơn nữa, năng lực còn được phân thành các cấp độ (thấp, cao) khác nhau như: năng lực thông thường, tài năng và thiên tài. Năng lực thông thường có tính phổ biến ở mỗi người lao động trong từng lĩnh vực, ngành, nghề. Tài năng được xếp vào năng lực vượt trội, có ở một số người, đặc biệt, mà cao nhất là thiên tài, có ở rất ít người. Ngoài ra khi nói người có năng lực hạn chế, hoặc không có năng lực là nói người đó kém hoặc không có khả năng hoàn thành được công việc phụ trách. Theo quan điểm Triết học mác-xít, luận án này bàn về năng lực chung của con người từ mối quan hệ biện chứng giữa chủ thể con người với khách thể đối tượng của hoạt động nhận thức và thực tiễn của con người; trên cơ sở đó, vạch ra bản chất, vai trò và đặc trưng của năng lực con người. Với cách tiếp cận này, năng lực được hiểu

như là khả năng, điều kiện chủ quan bên trong để con người thực hiện có hiệu quả hoạt động nhận thức và cải tạo thế giới nhằm phục vụ cuộc sống của mình. Mỗi bước tiến của con người trong quá trình vươn lên làm chủ tự nhiên, cải tạo xã hội và hoàn thiện nhân cách là mỗi nấc thang đánh dấu sự phát triển của năng lực “Người”.

Theo các quan niệm trên, một người được đánh giá là có năng lực về một lĩnh vực nào đó, nghĩa là, không chỉ có kiến thức, kĩ năng, thái độ vào một hoạt động cụ thể, trong một điều kiện cụ thể mang lại những giá trị tương ứng. Phát triển năng lực sinh viên ở các cơ sở giáo dục đại học là phát triển năng lực nhận thức và kỹ năng vận dụng kiến thức vào việc giải quyết một cách có hiệu quả những vấn đề do cuộc sống đặt ra. Hay nói cách khác, phát triển năng lực sinh viên là tạo cho sinh viên có khả năng đáp ứng được những yêu cầu của nhận thức, của việc phát triển tri thức và vận dụng tri thức vào các hoạt động đạt kết quả cao. Năng lực do nhiều thuộc tính cấu thành nên, đó là: thuộc tính mang tính chất bẩm sinh - di truyền như tư chất, thiên hướng, năng khiếu hay tài năng; thuộc tính tâm lý như tình cảm, lý trí, tính cách; thuộc tính xã hội như trình độ học vấn, sự sáng tạo, linh hoạt trong các hoạt động và môi trường giáo dục. Như vậy, năng lực của người học là tổng hợp kiến thức, kỹ năng, thái độ nhằm thực hiện tốt nhiệm vụ học tập. Năng lực được thể hiện ở những mặt cơ bản như sau: năng lực nhận thức tri thức và phát triển tri thức; năng lực độc lập, sáng tạo, giải quyết một cách linh hoạt và có hiệu quả những nhiệm vụ đặt ra; năng lực tự học, năng lực vận dụng kiến thức, năng lực phân tích.

Thực hành là “áp dụng lý thuyết vào thực tế”, “làm cho trở thành cái có thật bằng hoạt động cụ thể”. Do đó, năng lực thực hành là khả năng của con người trong vận dụng tri thức được trang bị vào thực tiễn, làm cho lý luận trở thành hiện thực trên thực tế bằng những hoạt động cụ thể. Năng lực thực hành của con người càng cao, thì hoạt động thực tiễn con người càng có hiệu quả và ngược lại. Vì thế, năng lực thực hành của con người luôn là thành tố quan trọng, quyết định trên thực tế hiệu quả công việc của mỗi người. Năng lực thực hành cũng phong phú, đa dạng, vận động, phát triển cùng với sự phát triển của phân công lao động xã hội gắn với các nghề nghiệp khác nhau của con người. Từ những vấn đề trên có thể hiểu: Năng lực thực hành là khả năng chuyển hóa tri thức đã được trang bị theo lĩnh vực đào tạo thành kỹ năng, kỹ xảo và giải quyết các công việc theo chuyên ngành đào tạo đáp ứng mô hình, mục tiêu đào tạo và thực tiễn công việc mình đảm nhiệm.

Đổi mới phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực thực hành của sinh viên ở các trường đại học hiện nay giúp cho giảng viên nắm vững, xác định đối tượng giáo dục (người học) làm trung tâm của quá trình dạy học. Đó là cách thức dạy học theo

lối phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của người học; hướng tới việc tích cực hóa các hoạt động nhận thức của người học. Chú trọng nâng cao khả năng tư duy, làm việc độc lập, sáng tạo của người học; tăng khả năng tương tác giữa các đối tượng người học; nêu và giải quyết tình huống, kích thích suy nghĩ, phân tích và xử lý các vấn đề. Giảng viên nắm vững cách tiếp cận này sẽ thiết kế những phương pháp dạy học phù hợp để lôi kéo các sinh viên trong quá trình lĩnh hội tri thức qua bài giảng của giảng viên.

Trong quá trình đổi mới phương pháp dạy học theo định hướng phát triển năng lực thực hành nhìn ở cách tiếp cận dưới góc độ Giáo dục học trong quá trình hình thành nhân cách cho sinh viên, người giảng viên sẽ thiết kế những phương pháp dạy học tối ưu nhất nhằm giúp người được giáo dục chiếm lĩnh những kiến thức một cách khoa học. Mặc khác, giáo dục học là khoa học về giáo dục con người, nếu tiếp cận nó một cách khoa học và nghiêm túc sẽ giúp cho người giảng viên nắm vững bản chất, qui luật của hoạt động giáo dục con người từ đó xác định mục đích, mục tiêu, nội dung, phương pháp, các hình thức giáo dục phù hợp và tổ chức hiệu quả nhằm đáp ứng yêu cầu xã hội.

2.2. Thực trạng giảng dạy giáo dục thể chất tại các trường đại học hiện nay

Môn giáo dục thể chất ở đại học nhằm thực hiện giáo dục toàn diện cho sinh viên, là biện pháp tích cực, hiệu quả nhằm bảo vệ sức khỏe và tăng cường sức khỏe cho sinh viên, đẩy mạnh sự phát triển toàn diện, nhịp nhàng, cân đối của cơ thể, tăng cường tố chất, nâng cao khả năng vận động của sinh viên. Nhìn chung, trong giảng dạy môn giáo dục thể chất cho sinh viên đại học hiện nay, phương pháp dạy học truyền thống - phương pháp diễn giảng vẫn là phương pháp dạy học đang được giảng viên sử dụng nhiều nhất hiện nay. Phương pháp này là cách thức dạy học quen thuộc được duy trì qua nhiều thế hệ, “lấy hoạt động của người dạy là trung tâm” và là quá trình truyền tải thông tin từ giảng viên đến sinh viên. Giảng viên là người thuyết trình, diễn giảng, sinh viên là người nghe, nhớ, ghi chép và suy nghĩ theo. Phương pháp dạy học truyền thống cung cấp những tri thức có sẵn một cách áp đặt, tỉ mỉ, cẩn kẽ. Hoạt động nhận thức của sinh viên hoàn toàn thụ động, mang tính ghi nhớ, tái hiện. Với phương pháp diễn giảng, hoạt động của giảng viên là trung tâm, giảng viên là người thuyết trình, diễn giảng, sinh viên là người nghe, nhớ, ghi chép và suy nghĩ theo. Vì vậy, không phát huy tốt được tính tích cực, chủ động trong học tập của sinh viên. Theo khảo sát của tác giả Nguyễn Văn Lộc (2020), có đến 65% sinh viên cho rằng phương pháp này chưa thực sự hấp dẫn và chưa kích thích động lực tự học. Để hướng tới việc phát huy tính chủ động, sáng tạo trong học tập của sinh viên trong học tập môn giáo dục thể chất, giảng viên cần kết hợp

hợp lý phương pháp học tập truyền thống và phương pháp học tập chủ động. Đặc biệt, giảng viên cần áp dụng linh hoạt, sáng tạo các phương pháp giảng dạy tích cực nhằm khơi dậy ý thức và năng lực tự học của sinh viên. Trong thời đại công nghệ 4.0 hiện nay, việc sử dụng phương pháp dạy học tích cực, chủ động, xem người học là trung tâm trong môi trường đại học là hết sức cần thiết, qua đó giảng viên sẽ định hướng sinh viên chủ động trong việc khám phá được tri thức mới. Trong thời đại công nghệ 4.0, phương pháp dạy học phải được ứng dụng thành tựu của khoa học công nghệ để việc dạy và học được hiệu quả hơn, góp phần nâng cao chất lượng dạy - học môn giáo dục thể chất.

Hiện nay, với sự phát triển chung của giáo dục thể chất trong bối cảnh hội nhập hiện nay, các trường đại học ở Việt Nam cũng đã có sự đổi mới mạnh mẽ về phương pháp giảng dạy, trong đó có sự vận dụng linh hoạt, chủ động các phương pháp dạy học tích cực vào giảng dạy cho sinh viên. Cùng với các phương pháp truyền thống, sự vận dụng các phương pháp dạy học tích cực có sự hỗ trợ của công nghệ thông tin đã làm tăng hứng thú học tập của sinh viên, góp phần nâng cao hiệu quả học tập. Một nghiên cứu của Phạm Văn Dũng (2023) chỉ ra rằng 55% sinh viên cảm thấy không hứng thú với các môn giáo dục thể chất do phương pháp giảng dạy chưa hấp dẫn. Qua thực tế giảng dạy môn giáo dục thể chất cho sinh viên cho thấy, các giảng viên sử dụng hệ thống các phương pháp giảng dạy, bao gồm: Diễn giảng, đàm thoại, suy nghĩ - từng cặp - chia sẻ, giải quyết vấn đề, dạy học theo nhóm, dạy học theo dự án, luyện tập và thực hành, đóng vai, tham quan thực tế và hướng dẫn đọc tài liệu. Phương pháp được giảng viên giáo dục thể chất sử dụng nhiều nhất là phương pháp diễn giảng, phương pháp đàm thoại và phương pháp luyện tập, thực hành. Mặt khác, việc ứng dụng công nghệ thông tin, các phương tiện kỹ thuật trong giảng dạy môn giáo dục thể chất cũng chưa được giảng viên khai thác hiệu quả. Báo cáo của Lê Thị Bích Ngọc (2021) cho thấy chỉ có 30% trường đại học tại Việt Nam ứng dụng công nghệ vào giảng dạy giáo dục thể chất.

Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ giảng dạy, công tác chuẩn bị và chất lượng giảng dạy của một số giảng viên vẫn chưa theo kịp với sự phát triển của thực tiễn và đòi hỏi yêu cầu cao của từng Nhà trường. Một số bài giảng chưa kết hợp nhuần nhuyễn giữa lý thuyết với thực hành, giữa trang bị kiến thức với truyền thụ kinh nghiệm; tính gợi mở, định hướng chưa thật sát; phương pháp dạy học tích cực vẫn chưa thực sự đáp ứng tốt yêu cầu đặt ra, cần phải có sự đổi mới, sáng tạo và đầu tư công phu hơn nữa... Việc một bộ phận chưa nhận thức, đánh giá đúng vị trí, vai trò của công tác giáo dục thể chất cũng như vai trò của đội ngũ giảng viên giáo dục thể chất dẫn đến sự quan tâm, đầu tư cho lực lượng này vẫn còn

những khó khăn, bất cập. Lực lượng giảng viên giáo dục thể chất ở các trường hiện nay vẫn chưa bảo đảm về số lượng, vẫn còn hiện tượng giảng viên kiêm nhiệm trong công tác giáo dục thể chất ở các trường đại học. Chất lượng đội ngũ giảng viên giáo dục thể chất được nâng lên nhưng chưa theo kịp sự phát triển của thực tiễn. Do là môn học đặc thù nên tỉ lệ giảng viên có trình độ sau đại học nhất là giảng viên có trình tiến sĩ, có học hàm phó giáo sư, giáo sư chưa cao, giảng viên đạt chuẩn chức danh giảng viên chính, giảng viên cao cấp chưa nhiều. Công tác đào tạo, bồi dưỡng giảng viên giáo dục thể chất vẫn còn những bất cập dẫn đến những hạn chế trong trình độ, năng lực, phương pháp,... Đòi hỏi phải có quan điểm toàn diện, đánh giá khách quan, chính xác để xây dựng những giải pháp hiệu quả nhằm chuẩn hóa đội ngũ giảng viên giáo dục thể chất ở các trường đại học đáp ứng yêu cầu của cuộc cách mạng công nghiệp lần thứ tư hiện nay.

Cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ các hoạt động dạy và học giáo dục thể chất được tiếp tục nâng cấp, đầu tư xây dựng mới. Tuy nhiên, cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ hoạt động dạy và học giáo dục thể chất còn thiếu thốn, chưa đáp ứng đủ nhu cầu, công tác giảng dạy của giảng viên còn gặp rất nhiều khó khăn một số môn chuyên ngành phải đi thuê cơ sở vật chất của các đơn vị, doanh nghiệp trên địa bàn nên không chủ động được về công tác tổ chức và giảng dạy. Theo báo cáo của Bộ Giáo dục và Đào tạo (2022), chỉ 50% các trường đại học có cơ sở vật chất đầy đủ để giảng dạy giáo dục thể chất hiệu quả. Vấn đề đầu tư hạ tầng kỹ thuật, xây dựng công trình thể thao được xác định là một bài toán khó khi nhà trường không có quỹ đất dành cho xây dựng các công trình thể thao. Ngoài ra, cơ chế chính sách chưa hợp lý, công tác xã hội hóa cho hoạt động này còn thấp, chưa hiệu quả. Sinh viên cho rằng nội dung của học phần giáo dục thể chất, chủ yếu về kỹ năng chơi một môn thể thao, chỉ đáp ứng yêu cầu cơ bản, khó chuyên sâu. Điều này bắt nguồn từ nhiều lý do như: chương trình giảm tải cho sinh viên không chuyên, thời gian luyện tập ít, việc đăng ký tín chỉ môn cũng xảy ra chuyện “dở khóc dở cười” khi gặp tình trạng “nghẽn” trang đăng ký học phần dẫn đến không được đăng ký đúng môn sở thích, sở trường,... và quan niệm “Học cho biết”, “Cuối ngựa xem hoa” vì không đủ thời gian đào tạo của sinh viên.

2.3. Một số giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực thực hành của sinh viên ở các trường đại học hiện nay

Một là, giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác giáo dục thể chất trong các trường đại học.

Nâng cao vai trò, vị trí của môn giáo dục thể chất trong nhà trường là một trong những mục tiêu quan trọng góp phần phát triển toàn diện sinh viên.

Với mục đích là tuyên truyền nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo nhà trường, các tổ chức đoàn thể, các phòng ban chức năng có liên quan của nhà trường, cũng như tuyên truyền nâng cao ý thức học tập của sinh viên nhận thức vị trí, vai trò của rèn luyện thể dục thể thao nhằm nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh. Khuyến khích và tạo điều kiện tăng cường các hoạt động văn hóa, văn nghệ, thể dục thể thao của sinh viên trong toàn trường.

Việc nhận thức về tầm quan trọng của môn học cần được các chủ thể giảng viên trực tiếp giảng dạy có những hành động quyết liệt để đưa môn học ngày càng chiếm vị trí quan trọng trong nội dung chương trình, giáo dục, đào tạo. Nhận thức càng cao thì trách nhiệm càng lớn được biểu hiện qua sự chuẩn bị bài giảng chu đáo, ở thái độ nghiêm túc, cầu thị trong quá trình lên lớp, sự kiểm tra, giám sát đặt ra những yêu cầu, nhiệm vụ ngày càng cao cho người học và cho chính bản thân mình. Sự nhận thức đó không chỉ đơn thuần là nghĩa vụ, trách nhiệm mà đó còn là tình cảm, lương tâm của người giảng viên, không cho phép bản thân phó mặc cho lớp học, không được đánh đồng giữa sinh viên học nghiêm túc môn học với sinh viên có thái độ thờ ơ, thậm chí không học. Vì vậy cần quán triệt và nhận thức đầy đủ về tầm quan trọng của môn học, thường xuyên tuyên truyền giáo dục những quy định, hướng dẫn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, thực trạng giảng dạy môn giáo dục thể chất ở trường đại học trong thời gian qua để có thái độ, ứng xử cho phù hợp, góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy môn học hiện nay.

Giáo dục thể chất góp phần hình thành các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung cho sinh viên; giúp các em phát triển toàn diện về thể chất, tinh thần, tăng tốc độ dẻo dai, sức bền, sự tự tin và khả năng phòng vệ cho bản thân. Tuyên truyền về vai trò của giáo dục thể chất đến sinh viên. Từ đó thay đổi cách nhìn, tư duy về vị trí của giáo dục thể chất trong trường đại học. Việc thay đổi nhận thức sinh viên là yếu tố quan trọng góp phần phát triển giáo dục thể chất trong nhà trường. Cần đặt môn giáo dục thể chất trong nhà trường về đúng vị trí của nó, là một trong bốn yếu tố “Đức - Trí - Thể - Mỹ” để phát triển toàn diện sinh viên. Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, ý nghĩa, tầm quan trọng và lợi ích của công tác giáo dục thể chất cũng như hoạt động thể dục, thể thao trong các buổi chào cờ, tuần sinh hoạt công dân, thông qua các Hội thao, trong các buổi sinh hoạt chung. Thông qua các phương tiện thông tin của các trường đại học như như: Loa phát thanh, tờ rơi, băng rôn, các bảng tin đào tạo, bảng tin Đoàn - Hội, trên website.

Hai là, đào tạo, bồi dưỡng năng lực chuyên môn của đội ngũ cán bộ, giảng viên giáo dục thể chất bảo đảm đủ về số lượng, nâng cao về chất lượng.

Chất lượng của hệ thống giáo dục đại học luôn gắn

chặt với chất lượng của đội ngũ giảng viên. Để xây dựng, phát triển đội ngũ này, trước hết cần quy hoạch và kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng phù hợp, có chính sách thu hút các sinh viên giỏi ở lại trường làm công tác giảng dạy. Xây dựng kế hoạch quy hoạch tuyển dụng và phát triển đội ngũ cán bộ quản lý, giảng viên giáo dục thể chất đảm bảo đủ về số lượng, đồng bộ về cơ cấu và chuẩn hoá về trình độ đạt chuẩn theo đúng qui định. Trong quá trình dạy giảng viên cần cung cấp những kiến thức mới, cách tiếp cận mới cho sinh viên, qua đó thực hiện nhiệm vụ giáo dục và phát triển thể chất cho sinh viên. Mỗi giảng viên cần phải tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích môn học, thay đổi cách dạy để tạo ra không khí thi đua trong lớp học, nâng cao năng lực giảng dạy đặc biệt là phải biết sử dụng các phương pháp giảng dạy phù hợp và linh hoạt. Trong mỗi tiết học nên áp dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu, liên tục cổ vũ, khích lệ, động viên để sinh viên có động lực luyện tập. Đưa ra chỉ tiêu phấn đấu ở từng nội dung và toàn lớp học, cải tiến giáo trình phù hợp với nhu cầu và sở thích của sinh viên. Đưa nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thể thao vào nội dung buổi học và nội dung kiểm tra đánh giá môn học, kích thích chuyên cần học tập của sinh viên. Đồng thời, áp dụng triệt để và phù hợp những nguyên tắc giảng dạy giáo dục thể chất như nguyên tắc tư tưởng, nguyên tắc toàn diện, nguyên tắc trực quan hệ thống nguyên tắc phù hợp với khả năng tiếp thu của sinh viên; chú trọng sử dụng có hiệu quả nguyên tắc củng cố và nâng cao. Giúp sinh viên thay đổi nhận thức, tích cực tập luyện thể dục thể thao hơn, hứng thú và say mê hơn với môn thể dục vì đã có điều kiện học đúng với khả năng cũng như lượng vận động phù hợp với bản thân.

Trong giai đoạn hiện nay, Bộ Giáo dục và Đào tạo cần tổ chức các lớp tập huấn, bồi dưỡng về chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ giảng viên thể dục trong các đơn vị trường đại học; tạo điều kiện cho giáo viên được nâng cao trình độ. Giảng viên thường xuyên cập nhật được những thông tin, kỷ lục, kỹ thuật thể thao mới nhất phù hợp với đối tượng, với thực tiễn trong bài giảng. Giới thiệu được những tài liệu tham khảo quan trọng cho sinh viên tự học, tự rèn luyện. Giảng viên nhận thức được trách nhiệm và thấy được tác động tích cực của việc đổi mới nội dung chương trình, nhằm đáp ứng với yêu cầu của giáo dục thể chất trong đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo. Trước những biến động của các yếu tố bên ngoài tác động đến tâm sinh lý của sinh viên thì cần thiết phải tìm hiểu tâm lý và sức khỏe; một yếu tố quan trọng giúp công việc giảng dạy đạt hiệu quả cao, đồng thời cũng tránh những tác dụng xấu có thể xảy ra. Giảng viên cần căn cứ vào tâm lý và sức khỏe của sinh viên để có phương pháp hữu hiệu khi giảng dạy bởi vì còn liên quan đến đặc điểm phát triển tố chất cơ thể như sức nhanh, sức mạnh,

sức bền, linh hoạt, khéo léo của học sinh để có những bài tập, lượng vận động phù hợp...

Ba là, đa dạng hóa nội dung, đổi mới chương trình, hình thức phương pháp, kết hợp giảng dạy giáo dục thể chất chính khóa và hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa.

Trước hết, xây dựng và ban hành chương trình giáo dục thể chất đúng theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo và phù hợp với điều kiện của mỗi trường đại học. Cải tiến nội dung chương trình giáo dục thể chất theo hướng môn tự chọn, tăng mật độ vận động, đa dạng, phong phú giúp sinh viên vận động nhiều hơn và phù hợp với nhu cầu học tập và rèn luyện của mình.

Trong mỗi giờ lên lớp, giảng viên cần phải tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích môn học, thay đổi cách dạy để tạo ra không khí thi đua trong lớp học, nâng cao năng lực giảng dạy, đặc biệt là phải biết sử dụng các phương pháp giảng dạy phù hợp và linh hoạt. Trong mỗi tiết học nên áp dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu, liên tục cổ vũ, khích lệ, động viên để các em có động lực tập luyện, phấn đấu ở từng nội dung và toàn lớp học, cải tiến giáo trình phù hợp với nhu cầu và sở thích của sinh viên. Đưa nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thể thao vào nội dung buổi học và nội dung kiểm tra đánh giá môn học, kích thích chuyên cần học tập của sinh viên, tạo dựng phong trào thể dục thể thao tốt ở trong trường, đề cao vị trí môn học giáo dục thể chất như những môn học khác.

Quá trình dạy là người giảng viên cung cấp những kiến thức mới cho sinh viên và thông qua đó người giảng viên thực hiện nhiệm vụ giáo dục và phát triển cho họ. Còn đối với sinh viên thì giảng viên cần phải chủ động điều khiển, hướng dẫn để họ tiếp thu kiến thức một cách chủ động, nắm vững kiến thức một cách có hệ thống. Chính vì thế người giảng viên cần áp dụng triệt để và phù hợp các nguyên tắc giảng dạy giáo dục thể chất (nguyên tắc trực quan, nguyên tắc toàn diện, hệ thống, nguyên tắc phù hợp với khả năng tiếp thu của sinh viên, nguyên tắc củng cố và nâng cao), sử dụng tốt các phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất, phù hợp với nội dung, động tác (phương pháp hoàn chỉnh và phân đoạn, phương pháp giảng giải và làm mẫu, phương pháp luyện tập, phương pháp sửa chữa các động tác sai), có kế hoạch giảng dạy và tiến hành giờ giáo dục thể chất cụ thể và hợp lý. Cải tiến nội dung và hình thức ngoại khóa thể dục, thể thao theo hướng đa dạng hóa các môn thể thao, ưu tiên các môn thể thao quần chúng, thành lập mới các câu lạc bộ có huấn luyện viên, qua đó thu hút sinh viên tham gia tập luyện.

Việc thay đổi, cải tiến phương pháp giảng dạy là ứng dụng công nghệ thông tin vào một số bài dạy, tiết học giáo dục thể chất như cho sinh viên xem băng hình môn học để các bạn cảm nhận, hình dung được môn học, cố

gắng tập luyện. Minh họa những nội dung đã trình bày bằng những hình ảnh, những thước phim khi thực hiện động tác kĩ thuật được quay chậm để hình dung, tiếp thu nhanh và hiệu quả hơn. Qua đó sinh viên thực hiện kỹ thuật để cùng nhau theo dõi, phân tích, đánh giá những ưu và khuyết điểm của động tác trên mà cùng nhau học tập. Những hình ảnh này đã kích thích, gây hứng thú trong học tập làm tiết học sôi động, không khí học vui vẻ được tăng thêm.

Bên cạnh đó, cần đặt ra những yêu cầu cao cho sinh viên trong quá trình học tập môn giáo dục thể chất. Những yêu cầu cao là những quy định cho từng sinh viên cần đạt những nội dung gì trong quá trình học tập, cần hoàn thành nhiệm vụ được giao, nếu không đạt thì sẽ ra sao? tránh cho sinh viên có biểu hiện coi thường môn học hay không đến lớp học tập. Ngoài ra người giảng viên nên duy trì tổ chức chặt chẽ nghiêm túc trong quá trình diễn ra lớp học, không tạo không khí căng thẳng gay gắt mà tạo sự dân chủ, bình đẳng, chân thành với nhau trong quá trình học tập.

Bốn là, đảm bảo cơ sở vật chất, phương tiện chuyên môn phục vụ công tác giáo dục thể chất.

Đây là yếu tố mang tính quyết định để tạo nên bước đột phá trong việc giáo dục thể chất trong trường đại học. Bởi thầy giỏi, học trò tích cực nhưng nếu bãi tập, dụng cụ học tập thiếu thì hiệu quả cũng không thể đạt được như mong muốn.

Để nâng cao chất lượng giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao cho sinh viên phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho việc giảng dạy môn học giáo dục thể chất nội khóa cũng như các hoạt động ngoại khóa và tự tập luyện thể thao của sinh viên, cải tạo nâng cấp sân bãi để có thể tận dụng tối đa điều kiện của nhà trường phục vụ giảng dạy và tập luyện, đảm bảo mua sắm trang thiết bị phục vụ cho giảng dạy và tập luyện đủ số lượng và đảm bảo về chất lượng. Thường xuyên tiến hành duy tu, bảo trì, bảo dưỡng nhằm đảm bảo sự an toàn và vệ sinh của cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho hoạt động giảng dạy, học tập và rèn luyện thể dục, thể thao của sinh viên. Tổ chức các hoạt động ngoại khóa cho sinh viên, góp phần hoàn thiện các nội dung học tập của giờ học chính khóa và các tiêu chuẩn rèn luyện thể thao. Ngoài ra, cần tổ chức xây dựng các câu lạc bộ thể thao, các hoạt động thể thao quần chúng, mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu thể thao trong sinh viên, cuốn hút sinh viên tham gia cổ vũ với số lượng ngày càng nhiều. Xây dựng đội tuyển thể thao của nhà trường ở những môn có thể mạnh để thi đấu giao lưu, thi đấu giành giải thưởng trong những dịp tổ chức trong và ngoài trường. Hệ thống các giải thưởng trong cuộc thi thể thao dành cho sinh viên sẽ là động lực để thúc đẩy giáo dục thể chất phát triển nhanh chóng.

3. Kết luận

Giáo dục thể chất là một trong năm mặt giáo dục không thể thiếu trong chương trình đào tạo của mỗi trường đại học như: Đức, trí, thể, mỹ, lao động. Trong đó, giáo dục thể chất nhằm mục đích phát triển thể chất và kéo dài tuổi thọ cho con người, giáo dục thể chất có mối liên hệ mật thiết với các mặt giáo dục khác. Đổi mới phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực thực hành là xu hướng tất yếu nhằm nâng cao chất lượng đào tạo trong các trường đại học. Việc áp dụng công nghệ, xây dựng chương trình linh hoạt và sử dụng phương pháp giảng dạy tích cực sẽ giúp sinh viên không chỉ rèn luyện thể chất mà còn phát triển toàn diện về kỹ năng và thái độ học tập. Các giải pháp đề xuất trong bài viết này có thể là cơ sở để cải thiện chương trình giáo dục thể chất trong tương lai. ○

Tài liệu tham khảo

- [1]. Đảng Cộng sản Việt Nam (2024), *Kết luận về phát triển thể dục, thể thao trong giai đoạn mới*, số 70-KL/TW, ngày 31/1/2024, Hà Nội.
- [2]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*, số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT, ngày 18/9/2008, Hà Nội.
- [3]. Phạm Văn Dũng (2023), *Động lực học tập của sinh viên với môn giáo dục thể chất*, NXB Đại học Sư phạm.
- [4]. Nguyễn Văn Lộc (2022), *Phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất tại Việt Nam*, NXB Giáo dục Việt Nam, Hà Nội.
- [5]. Lê Thị Bích Ngọc (2021), *Ứng dụng công nghệ trong giáo dục thể chất*, NXB Đại học Quốc gia TP.HCM.
- [5]. Hoàng Phê (1992), *Từ điển tiếng Việt*, Viện Khoa học xã hội nhân văn, Viện Ngôn ngữ học, NXB Trung tâm từ điển ngôn ngữ, Hà Nội.

INNOVATING PHYSICAL EDUCATION TEACHING METHODS TOWARDS DEVELOPING STUDENTS' PRACTICAL CAPACITY IN THE UNIVERSITIES TODAY

Nguyen Nhu Nam

Ho Chi Minh City University of Natural Resources and Environment

Email: nnnam@hcmunre.edu.vn

Abstract: As a place to train high-quality human resources for the country, the university education in Vietnam is always of interest to the whole society. Faced with the enormous impacts of the 4.0 industrial revolution, the university education and training in general, and physical education in particular, must constantly innovate comprehensively and synchronously step by step to meet the increasingly high requirements of practical development. Physical education plays an important role in the comprehensive development of students, helping to improve their health, motor skills and team spirit. However, traditional teaching methods are not really effective in developing students' practical skills. This study focuses on surveying the current status of physical education teaching at some universities and proposing innovative solutions based on the advanced models. Through the field investigation, interviewing lecturers and students, as well as referring to relevant research documents, the article makes recommendations to improve the quality of physical education teaching in the context of modern education.

Keywords: Physical education, lecturers, education and training, higher education.