

LỰA CHỌN BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ DẠY VÀ HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y KHOA VINH

ThS. Lê Trọng Đề¹

Tóm tắt: Thông qua nghiên cứu: Cơ sở lý luận lựa chọn biện pháp, cơ sở thực tiễn lựa chọn biện pháp. Chúng tôi đã lựa chọn được 3 biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh (ĐHYKV). Đồng thời tiến hành xây dựng nội dung các biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên Nhà trường. Góp phần nâng cao hiệu quả và chất lượng công tác GDTC tại trường ĐHYKV.

Từ khóa: Biện pháp, hiệu quả dạy, môn giáo dục thể chất, sinh viên, trường Đại học Y khoa Vinh.

Summary: Through research, we have selected three effective teaching and learning methods for physical education for students at Vinh Medical University, based on both theoretical foundations and practical considerations. Simultaneously, we have developed the content of these methods to enhance the effectiveness of teaching and learning physical education for students. This contribution aims to improve the effectiveness and quality of physical education at Vinh Medical University.

Keywords: Methods, Teaching effectiveness, Physical education, Students, Vinh Medical University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất trong nhà trường là môn học bắt buộc, thuộc chương trình giáo dục của các cấp học và trình độ đào tạo, nhằm trang bị cho sinh viên các kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập thể dục thể thao (TDTT) để rèn luyện sức khỏe, phát triển toàn diện các tố chất thể lực, tầm vóc, tiến tới hoàn thiện đến mức cần thiết các kỹ năng, kỹ xảo quan trọng cho cuộc sống, đồng thời giáo dục văn hóa thể chất, nâng cao sức khỏe tinh thần, biết cách thích ứng và hài hòa với các điều kiện sống, điều kiện môi trường học tập, lao động của bản thân và hoàn cảnh xã hội.

Tuy nhiên, nhiều sinh viên nói chung và sinh viên trường ĐHYKV nói riêng chưa hiểu hết được vai trò và tầm quan trọng của môn học GDTC dẫn đến tình trạng học theo kiểu thụ động, đối phó từ đó kết quả học tập thấp. Qua điều tra thực trạng cho thấy rằng có một số nguyên nhân cơ bản dẫn đến thực trạng nêu trên như: Chương trình môn học chưa linh hoạt, cơ sở vật chất còn thiếu thốn, phương pháp giảng dạy của giảng viên còn chậm đổi mới chưa tiếp cận được xu thế hiện đại...

Trên cơ sở phân tích tính cấp thiết của vấn

đề và căn cứ vào nhu cầu thực tiễn, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Lựa chọn biện pháp để thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC tại trường ĐHYKV.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường ĐHYKV

Việc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường ĐHYKV được tiến hành theo các bước:

Bước 1: Lựa chọn biện pháp qua tham khảo tài liệu liên quan dựa trên các nguyên tắc lựa chọn biện pháp đã đặt ra; Nghiên cứu đã lựa chọn được 04 biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường ĐHYKV

Bước 2: Lựa chọn biện pháp qua phỏng vấn bằng phiếu hỏi trên diện rộng (chuyên gia, cán bộ, giảng viên và sinh viên).

Để thực hiện được phương pháp này, đề tài đã tiến hành thiết kế phiếu phỏng vấn đối với 23

1. Trường Đại học Y Khoa Vinh

cán bộ giảng viên, chuyên gia về lĩnh vực GDTC. Câu hỏi phỏng vấn được trả lời theo thang đo Likert với 5 mức độ: Rất phù hợp (5 điểm); Phù hợp (4 điểm); Bình thường (3 điểm); Không phù hợp (2 điểm); Rất không phù hợp (1 điểm). Ý nghĩa của từng giá trị trung bình đối với thang đo khoảng cách như sau: 1,00 - 1,80: Yếu; 1,81 - 2,60: Trung bình; 2,61 - 3,40: Khá; 3,41 - 4,20: Tốt; 4,21 - 5,00: Rất tốt. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Có 03/4 biện pháp được đánh giá ở mức tốt đến rất tốt chiếm tỷ từ 87,31 – 95,6% trở lên. Trên cơ sở đó đề tài lựa chọn được 3 biện pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường ĐHYKV bao gồm:

Biện pháp 1: Tuyên truyền qua các phương tiện thông tin đại chúng nhằm giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC

Biện pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học

Biện pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình cho phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của trường ĐHYKV

2.2. Xây dựng nội dung các biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường ĐHYKV

Biện pháp 1: Tuyên truyền qua các phương tiện thông tin đại chúng nhằm giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn GDTC cho sinh viên trường đại học Y khoa Vinh (n=23)

TT	Biện pháp	Kết quả đánh giá												Điểm TB	Đánh giá
		Rất không phù hợp		Không phù hợp		Bình thường		Phù hợp		Rất phù hợp					
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%				
1	Tuyên truyền qua các phương tiện thông tin đại chúng nhằm giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC	0	0	0	0	1	4.34	1	4.34	21	91.3	4.86	Rất tốt		
2	Đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học	0	0	1	4.34	1	4.34	2	8.7	19	82.6	4.69	Rất tốt		
3	Cải tiến nội dung chương trình GDTC cho phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của Trường Đại học Y Khoa Vinh.	0	0	1	4.34	2	8.7	3	13.04	17	73.91	4.56	Rất tốt		
4	Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ công tác giảng dạy và học tập đối với sinh viên Trường Đại học Y Khoa Vinh	1	4.34	19	82.6	3	13.04	0	0	0	0	1.65	Yếu		

Mục đích:

Nhằm nâng cao nhận thức và trách nhiệm cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC và là tiền đề cho các biện pháp tiếp theo.

Nội dung:

- Phối hợp với Phòng Quản lý sinh viên, Phòng Đào tạo, Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên, các phòng ban chức năng trong trường ĐHYKV tăng cường, quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDDT nói chung và môn học GDTC nói riêng.

- Tổ chức cho sinh viên tham gia cuộc thi về TDDT, phổ biến kiến thức khoa học về TDDT thông qua các buổi hội thảo, tọa đàm.

- Thông qua bài giảng trên lớp, giảng viên phải có nhiệm vụ liên hệ với thực tiễn giúp sinh viên hiểu rõ vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của môn học GDTC.

- Tăng cường thông tin đại chúng về bản tin TDDT trong nước và thế giới trên mạng lưới thông tin của Trường. Thông qua sách báo, kết hợp với phong trào thi đua rèn luyện sức khỏe vì ngày mai lập nghiệp giúp sinh viên nâng cao nhận thức về môn học GDTC.

Tổ chức thực hiện:

Tuyên truyền trên hệ thống loa phát thanh của trường ĐHYKV về tầm quan trọng của môn học GDTC. Tuyên truyền bằng hệ thống hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng của việc tập luyện TDDT với sức khỏe.

Tạo Fanpage để kết nối những người yêu thích TDDT.

Lập Group facebook để cùng nhau chia sẻ những hoạt động, bài viết, hình ảnh đẹp về TDDT...

Thông qua bài giảng giảng viên giảng dạy môn GDTC liên hệ với thực tế giúp sinh viên hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của tập luyện TDDT. Đặc biệt thông qua các giờ học lý thuyết môn GDTC để sinh viên nắm rõ các cơ sở khoa học của môn học GDTC; Các nguyên lý của vận động (kỹ năng, kỹ xảo vận động), tác dụng của vận động đối với con người; Cách vệ sinh sức khỏe sau vận động, giúp sinh viên biết phòng và tránh chấn thương trong tập luyện TDDT cũng như biết cách sơ cứu khi bị

chấn thương. Trên cơ sở kiến thức đã học, sinh viên tự xây dựng cho mình một kế hoạch tập luyện TDDT phù hợp.

Cộng điểm rèn luyện cho những sinh viên tích cực tham gia các hoạt động TDDT của Trường. Cộng điểm chuyên cần, điểm kiểm tra cho những sinh viên ham học hỏi, tìm hiểu theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng hàng ngày, đọc thêm sách báo về các thông tin TDDT trong nước và thế giới.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng Quản lý sinh viên, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, tổ chức thực hiện.

Tiêu chí đánh giá giải pháp: Đánh giá tần số thực hiện tuyên truyền (số buổi phát thanh, thời gian mỗi buổi, đánh giá qua số lượng người truy cập và theo và thành viên của fanpage...).

Đánh giá qua nhận thức tích cực của sinh viên về TDDT.

Biện pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học

Mục đích:

Đổi mới và áp dụng những biện pháp tổ chức lớp sinh động, hứng thú, hấp dẫn để lôi cuốn sinh viên tự nguyện tham gia vào hoạt động tập luyện. Thông qua hình thức tổ chức giờ học, tạo nên xúc cảm tập luyện bền vững, kích thích tính tự giác, tích cực của sinh viên. Đồng thời, khơi dậy hứng thú, xây dựng động cơ tập luyện trong sáng. Làm nảy sinh nhu cầu mong đợi được tham gia tập luyện của sinh viên.

Nội dung:

- Phân nhóm tập luyện, sử dụng phương pháp dạy học nêu vấn đề, phương pháp tình huống...

- Đưa nhiều nội dung trò chơi vào trong môn học GDTC

- Vận dụng phương pháp thi đấu kết hợp thực tập trọng tài.

- Tối ưu hoá mật độ vận động. Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết trong giờ học.

- Lôi cuốn mọi sinh viên tham gia tập luyện, làm thăng hoa xúc cảm vận động.

- Tạo ra không khí thi đua trong lớp.

- Giảng viên khích lệ, cổ vũ động viên sinh viên học tập.

Tổ chức thực hiện:

- Giảng viên cần vận dụng linh hoạt các hình thức lên lớp, kết hợp nội dung giờ học với các nhiệm vụ vận động. Thông qua các tình huống, nêu vấn đề, các trò chơi. Tổ chức thi đua giữa các nhóm, thi đấu giữa các lớp. Trong quá trình thực hiện, hướng dẫn sinh viên được thực tập trọng tài thi đấu. Giảng viên quan sát, đánh giá và có thể cùng tham gia chơi cùng để tạo sự gần gũi, tin tưởng với sinh viên. Trực tiếp tham gia học tập, vui chơi sẽ tạo ra cảm xúc vui mừng, phấn chấn hơn, khi các em thấy hài lòng, thoải mái nhu cầu được cùng hoạt động vui chơi, được đua tranh, thử sức trong việc thực hiện động tác mới với bạn bè. Vui mừng về những thắng lợi trong trò chơi vận động và thi đấu thể thao, cùng với những lời khen ngợi, động viên cũng như việc đánh giá bằng điểm khá, giỏi của thầy cô cũng là nguồn động viên tích cực tới sinh viên.

- Tối ưu hoá mật độ vận động của giờ học bằng cách rút ngắn thời gian nghỉ ngơi thụ động, tăng cường kiểm tra lượng vận động, bố trí phân nhóm tập luyện và giao nhiệm vụ một cách hợp lý, khoa học.

- Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết như: Chờ đợi thứ tự thực hiện động tác, nghe giảng giải không đúng lúc, sự di chuyển đội hình quá nhiều trong tập luyện.

- Tăng cường hiệu suất sử dụng dụng cụ tập luyện. Quản lý dụng cụ chặt chẽ, đồng thời giao trách nhiệm chuẩn bị và bảo vệ dụng cụ tập luyện cho sinh viên.

- Bố trí sinh viên tập luyện kết hợp với quan sát, nhận xét kết quả tập luyện của bạn, qua đó nâng cao nhận thức hoạt động của bản thân trong vận động và chuẩn bị cho thực hiện động tác tốt hơn. Không nên để sinh viên tư duy trừu tượng nhiều mà ít vận động sẽ không có lợi cho việc thích nghi với lượng vận động của cơ thể, làm hạn chế việc hoàn thành kỹ thuật bài tập. Giảng viên cần kiểm tra đánh giá, nhận xét, uốn nắn, sửa sai kịp thời những sai sót kỹ thuật, rèn cho sinh viên ý thức giữ gìn kỷ luật giờ học.

- Lôi cuốn toàn thể sinh viên tham gia tập luyện, động viên cả những em kiến tập theo dõi

bạn thực hiện động tác, làm nhiệm vụ trọng tài. Tạo nên không khí hào hứng, sôi nổi trong giờ học như: Giảng viên cổ vũ sinh viên, sinh viên cổ vũ lẫn nhau khi thực hiện đúng kỹ thuật bài tập. Không nên tạo áp lực đối với những sinh viên tập sai kỹ thuật cơ bản. Tổ chức các hoạt động giúp đỡ những em có sức khỏe yếu thực hiện động tác. Hướng dẫn sinh viên cách bảo hiểm giúp đỡ bạn khác tập luyện. Giảng viên có thể tham gia thi đấu thể thao cùng sinh viên vào cuối giờ.

- Giảng viên tạo ra không khí thi đua trong lớp bằng cách chia lớp ra thành các nhóm và ra chỉ tiêu phấn đấu. Tổ chức các cuộc thi biểu diễn cá nhân hoặc tổ nhỏ sau đó phân loại, lập bảng xếp hạng từ cao xuống thấp. Thi đua thành tích với các lớp khác.

- Giảng viên cổ vũ, khích lệ động viên sinh viên học tập bằng cách sử dụng những ngôn ngữ biểu thị sự tán đồng, khuyến khích như: “Được, rất tốt, không tồi, có tiến bộ...” giúp người học nảy sinh và duy trì được sự lạc quan, vui vẻ ổn định. Từ đó tạo dựng được lòng tin, tự tôn và niềm tự hào cho người học đồng thời nó cũng có tác dụng hình thành phẩm chất ngoan cường, dũng cảm trong việc nắm bắt một số động tác kỹ thuật khó cho người học, tạo khả năng và tính tất yếu để khơi dậy và hình thành hứng thú cho người học. Giảng viên nên dùng ngôn ngữ hoạt động của bản thân để nhận xét sinh viên như mỉm cười, gật đầu, vỗ tay...

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC

Tiêu chí đánh giá giải pháp: Phiếu khảo sát người học về giảng viên.

Biện pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình GDTC cho phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của trường ĐHYKV

Mục đích:

Trên cơ sở nội dung chương trình GDTC của Bộ GD-ĐT quy định, cần bổ sung và cải tiến nội dung chương trình GDTC cho phù hợp với đặc điểm của sinh viên đồng thời phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của trường ĐHYKV.

Nội dung:

- Biên soạn giáo án điện tử để lên lớp lý

thuyết cho sinh viên.

- Bổ sung thêm nội dung tự chọn vào chương trình GDTC

- Tăng cường phần rèn luyện thể lực chung, đặc biệt là sức bền chung trong mỗi giáo án.

- Đưa vào chương trình một số môn thể thao mang tính giải pháp dành cho những sinh viên có sức khỏe yếu.

Tổ chức thực hiện:

Biên soạn giáo án điện tử để lên lớp lý thuyết cho sinh viên. Giảng dạy cho các em những nội dung: Lịch sử TDTT, ý nghĩa của việc tập luyện thể thao đối với cơ thể, đề phòng chấn thương và sơ cứu chấn thương khi tập luyện TDTT như thế nào, cho các em xem những clip về các cuộc thi đấu trong nước và quốc tế... để các em có những khái niệm và nhận thức đầy đủ về vai trò và ý nghĩa của việc tập luyện TDTT.

- Bổ sung thêm nội dung tự chọn vào chương trình GDTC: Nghiên cứu đề xuất đưa thêm môn Bóng rổ, Bóng đá, Bóng chuyền hơi, vào nội dung tự chọn.

- Trong mỗi giáo án giảng viên nên đưa các bài tập thể lực chung: Chạy cự ly trung bình, cự ly dài, nhảy dây, tập cơ lưng, cơ bụng, chống đẩy...

- Đưa các trò chơi vận động vào cuối mỗi giáo án. Đây là phương pháp rèn luyện thể lực rất tốt cho sinh viên “Học mà chơi, chơi mà học”.

- Tổ chức thi đấu thể thao trong giờ học cho sinh viên. Điều này rất có ý nghĩa, vừa tạo được không khí sôi nổi hào hứng trong giờ học, vừa rèn luyện thể lực cho sinh viên.

- Đưa vào chương trình một số môn thể thao mang tính giải pháp dành cho những sinh viên có sức khỏe yếu như: Yoga, Cờ vua vào chương trình môn học để cho những sinh viên có sức khỏe không tốt mang tính bẩm sinh không thể vận động có thể học môn GDTC một cách có ý nghĩa.

Đơn vị phối hợp: Ban Giám hiệu, Phòng Đào tạo và Bộ môn GDTC. Tiêu chí đánh giá giải pháp: Phiếu khảo sát người học về nội dung, chương trình môn học

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn và xây dựng được 03 biện pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC tại trường ĐHYKV đảm bảo tính khoa học. Các biện pháp cần được triển khai đồng bộ với sự hỗ trợ từ phía Ban giám hiệu, Bộ môn GDTC, Phòng Đào tạo, để đạt được kết quả cao trong dạy và học môn GDTC tại viên trường ĐHYKV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ giáo dục và Đào tạo, *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
2. Bộ giáo dục và Đào tạo (2019). *Số: 3833/BGDĐT-GDTC, Hà Nội, ngày 23 tháng 8 năm 2019. V/v hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục thể chất, thể thao và y tế trường học năm học 2019-2020*
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và Phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Thủ tướng chính phủ (2016), *QĐ số 1076/QĐ-TTg ngày 17 tháng 6 năm 2016 phê duyệt đề án tổng thể phát triển Giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020 định hướng tới năm 2025.*
6. *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ Giáo dục – Đào tạo quy định về “Chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học”.*

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài NCKH cấp trường, tên đề tài: “Lựa chọn biện pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Y Khoa Vinh”, nghiệm thu tháng 12/2022 tại Trường Đại học Y Khoa Vinh, chủ nhiệm: ThS. Lê Trọng Đề.

Ngày nhận bài: 10/9/2023; Ngày duyệt đăng: 20/9/2023.