

CÁC YẾU TỐ TẠO ĐỘNG LỰC NÂNG CAO TÍCH TÍCH CỰC TRONG HỌC TẬP HỌC PHẦN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN THEO THUYẾT TỰ QUYẾT

NCS. Nguyễn Hoàng Duy¹; PGS.TS. Nguyễn Quang Vinh²; TS. Dương Ngọc Trường³

Tóm tắt: Nghiên cứu này tiến hành tổng hợp và phân tích các công trình nghiên cứu về các yếu tố tạo động lực trong học tập môn học giáo dục thể chất (GDTC) theo thuyết tự quyết, nhằm chỉ ra quá trình tạo động lực nâng cao tích tích cực trong học tập học phần giáo dục thể chất. Bên cạnh đó, cũng góp phần tạo ra cơ sở lý luận xây dựng được các tiêu chí để đánh giá thực trạng và đưa ra các giải pháp tạo động lực nâng tích tích cực trong học tập học phần GDTC cho sinh viên. Kết quả nghiên cứu đã chỉ ra 4 yếu tố tạo động lực nâng cao tích tích cực trong học tập học phần GDTC cho sinh viên, gồm: (1) Hành vi giảng dạy của giảng viên đáp ứng nhu cầu và hỗ trợ nhu cầu tâm lý cơ bản của sinh viên; (2) Sự hài lòng về nhu cầu tâm lý cơ bản của sinh viên; (3) Động lực tích cực của sinh viên trong học tập học phần GDTC; (4) Sự tham gia của sinh viên vào giờ học GDTC.

Từ khóa: Thuyết tự quyết, Động lực, Giáo dục thể chất, Sinh viên

Abstract: This study synthesizes and analyzes research on motivational factors in learning physical education according to self-determination theory, in order to show the process of creating motivation to improve positivity in learning. study physical education module. Besides, it also contributes to creating a theoretical basis to build criteria to evaluate the current situation and provide solutions to create positive motivation in studying the physical education module for students. Research results have shown 4 factors that create motivation to improve students' positive learning in the physical education module, including: (1) Lecturers' teaching behavior meets the needs and supports psychological needs. basic principles of students; (2) Satisfaction of students' basic psychological needs; (3) Students' positive motivation in studying the physical education module; (4) Student participation in physical education classes.

Keywords: Self-Determination Theory, Motivation, Physical education, Students

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Động lực là một trong những thành tố tâm lý quan trọng trong quá trình học tập và được coi là tiền đề quan trọng cho thành tích học tập. Một trong những lý thuyết được sử dụng để giải thích động lực của người học trong môn GDTC là lý thuyết tự quyết (Self-Determination Theory - SDT). Chính vì vậy nên việc tạo động lực nâng cao tích tích cực cho sinh viên (SV) trong học tập học phần GDTC là điều rất quan trọng, nó là điều kiện tiên quyết, là cách tối ưu nhất giúp các em lĩnh hội tri thức để hình thành tốt nhất những kỹ năng, kỹ xảo vận động cần thiết cho cuộc sống và sự phát triển các năng lực thể chất quan trọng, tối ưu trạng thái sức khỏe để nâng cao khả năng học tập và làm việc. Xuất phát từ thực tế đó, nghiên cứu này chỉ ra một số yếu tố tạo động lực học tập học phần GDTC cho SV theo thuyết tự quyết nhằm xây dựng khung lý thuyết về thực trạng và các giải pháp tạo động lực nâng cao tích tích cực trong học tập học phần GDTC cho SV các trường Đại học tại tỉnh Quảng Ngãi.

Quá trình nghiên cứu sử dụng phương pháp phân

tích và tổng hợp tài liệu, ...

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Cơ sở lý luận về động lực

Thuyết tự quyết (Self-Determination Theory - SDT) là lý thuyết giải thích động lực của con người bằng cách tập trung vào tầm quan trọng nhu cầu phát triển bên trong của con người và điều chỉnh hành vi gắn liền với kiểm soát bên ngoài (Ryan & Deci, 2000a). SDT về cơ bản cho rằng mong muốn thỏa mãn nhu cầu bẩm sinh của mình về năng lực, quyền tự chủ và sự liên quan là động lực cơ bản cho hành vi của con người.

Lý thuyết về quyền tự quyết (Deci & Ryan, 1985), (Ryan & Deci, 2000a, 2017) mô tả quá trình mà động lực phát triển và nó ảnh hưởng như thế nào đến hành vi và sức khỏe của con người. Quyền tự chủ có thể được định nghĩa là nhu cầu của một người để trải nghiệm cảm giác sẵn sàng trong hành động của mình. Năng lực đề cập đến nhu cầu của một người để trải nghiệm tính hiệu quả trong các tương tác của một người với thế giới, trong khi sự liên quan đề cập đến nhu cầu kết nối với những người quan trọng

1. Trường Đại học Phạm Văn Đồng (Quảng Ngãi)

2. Trường Đại học Sư phạm TĐTT TPHCM.

3. Trường Đại học Sài Gòn.

khác, sự hài lòng với thể giới xã hội và cảm giác được chấp nhận (Ryan & Deci, 2017).

2.2. Các yếu tố tạo động lực

2.2.1. Hành vi giảng dạy của giảng viên đáp ứng nhu cầu và hỗ trợ nhu cầu tâm lý cơ bản của SV (về quyền tự chủ, năng lực và mối liên hệ)

Nhiều nghiên cứu đã cho thấy hành vi giảng dạy của giảng viên phần lớn có thể hình thành một môi trường động lực mang tính hỗ trợ và nó là yếu tố tạo động lực trong học tập học phần GDTC (Haerens và cộng sự, 2015); (F. M. Leo, A. Mouratidis, J. J. Pulido, M. A. López-Gajardo & D. SánchezOliva, 2022).

Một môi trường hỗ trợ cần thiết bao gồm sự hỗ trợ cho tính tự chủ, năng lực và sự liên quan có vai trò quan trọng trong việc tạo động lực học tập học phần GDTC cho SV. Trong môi trường giáo dục, hỗ trợ quyền tự chủ của học sinh có nghĩa là nuôi dưỡng các nguồn động lực bên trong của họ bằng cách tôn trọng thái độ và đề xuất của họ (ví dụ: chấp nhận quan điểm của SV để thực hiện một hoạt động), cung cấp các lý do cơ bản để gán ý nghĩa cho việc học (ví dụ: giải thích tại sao một nhiệm vụ lại quan trọng và nó có thể được sử dụng ở đâu/khi nào), dựa vào ngôn ngữ không kiểm soát, tạo cơ hội lựa chọn, thể hiện sự kiên nhẫn để cho phép SV có thời gian mà các em cần để việc học tập theo nhịp độ của bản thân diễn ra và thừa nhận cũng như chấp nhận những biểu hiện có ảnh hưởng tiêu cực. Nghiên cứu trước đây tìm thấy mối quan hệ tích cực giữa phong cách ủng hộ quyền tự chủ của giảng viên và động lực tự chủ của SV đối với việc tham gia vào lớp học, phát triển kỹ năng, ý định tập thể dục trong tương lai và thành tích học tập (Chen, Chen và Zhu, 2012).

Hỗ trợ năng lực đề cập đến việc cung cấp một cấu trúc rõ ràng trong môi trường học tập học phần GDTC. Đây là nội dung quan trọng đạt được khi giảng viên GDTC truyền đạt những kỳ vọng thực tế cho SV của mình, bằng cách đưa ra lý do căn bản cho các quy tắc họ đặt ra, bằng cách đưa ra phản hồi mang tính xây dựng và bằng cách điều chỉnh các hoạt động thể chất phù hợp với khả năng và mức độ tiến bộ của người học (Jang, Reeve và Deci, 2010). Trong giờ học GDTC cho thấy sự hỗ trợ năng lực từ giảng viên một cách tích cực dự đoán động lực tự chủ của SV, từ đó dự đoán sự thích thú và ý định để được hoạt động thể chất bên ngoài trường học (Sánchez-Oliva et al, 2014.).

Hỗ trợ sự liên quan trong môn học GDTC bao gồm tất cả các chiến lược giảng dạy mà giảng viên thể hiện để bày tỏ sự thích thú khi tương tác với SV

của mình, để thể hiện tình cảm của họ và hướng tới họ, để thúc đẩy các nhiệm vụ hợp tác và phụ thuộc lẫn nhau (Vasconcellos et al, 2019). Nhu cầu giảng viên GDTC hỗ trợ dành nguồn lực cho SV của họ và sử dụng thái độ ân cần và nồng nhiệt nhằm thúc đẩy một môi trường học tập hòa nhập (Cox và Williams, 2008).

Hỗ trợ mối quan hệ, theo Sparks et al (2017) cho thấy giảng viên GDTC có nhiều hỗ trợ liên quan đã có những SV bày tỏ sự thích thú hơn với lớp học GDTC, trở nên tin tưởng vào khả năng của giảng viên và bạn bè trong lớp.

2.2.2. Sự hài lòng về nhu cầu tâm lý cơ bản của SV (về quyền tự chủ, năng lực và mối liên hệ)

Sự hài lòng về nhu cầu tâm lý cơ bản của SV cũng là một yếu tố tạo động lực trong học tập học phần GDTC (Haerens et al, 2015); (F. M. Leo, A. Mouratidis, J. J. Pulido, M. A. López-Gajardo & D. SánchezOliva, 2022).

Theo SDT (Ryan và Deci 2000b), tất cả mọi người đều có ba yếu tố tâm lý cơ bản và quan trọng về nhu cầu. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng sự thỏa mãn nhu cầu tự chủ (đề cập đến mong muốn của một người cảm thấy làm chủ hành động của mình), năng lực (phản ánh sở thích của một người là cảm thấy hiệu quả khi thực hiện một hoạt động) và sự liên quan (tương ứng với xu hướng cảm thấy được chấp nhận bởi người khác và được hòa nhập trong một nhóm) thúc đẩy hoạt động tối ưu. Theo đó, sự thất vọng về nhu cầu tự chủ (tức là cảm giác áp lực phải thực hiện một hoạt động theo một cách nhất định), năng lực (tức là cảm giác kém hiệu quả) và sự liên quan (tức là cảm giác không hòa nhập vào một nhóm) đã được phát hiện là có liên quan đến điều chỉnh sai (Bartholomew và cộng sự 2018). Hơn nữa, SV càng thỏa mãn nhu cầu của mình thì chất lượng động lực của họ càng cao (Haerens et al. 2015).

2.2.3. Động lực tích cực của SV trong học tập học phần GDTC

Chất lượng của động lực có tác động tới động lực trong học tập học phần GDTC (Behzadnia và cộng sự, 2018); (F. M. Leo, A. Mouratidis, J. J. Pulido, M. A. López-Gajardo & D. SánchezOliva, 2022). Cụ thể, chất lượng động lực cao được phản ánh thông qua động lực tự chủ được xác định bởi những lý do mang tính chủ ý hơn để nỗ lực vào bài học (De Meyer và cộng sự 2016) hoặc vì họ xác nhận giá trị của một hoạt động (quy định được xác định) hoặc vì họ thấy hoạt động đó thú vị và đầy thử thách (động lực nội tại). Ngược lại, chất lượng động lực thấp được phản ánh thông qua động cơ có kiểm soát mà

mọi người thể hiện khi họ tham gia vào một hoạt động để tránh cảm giác tội lỗi và xấu hổ hoặc để đạt được giá trị bản thân ngẫu nhiên, chẳng hạn như niềm tự hào (quy định nội tại) hoặc khi họ tham gia để nhận được các tình huống ngẫu nhiên bên ngoài, chẳng hạn như phần thưởng hoặc để tránh bị trừng phạt (quy định bên ngoài). Cuối cùng, động lực thể hiện sự thiếu vắng khả năng tự chủ hoặc kiểm soát động lực (Ryan và Deci, 2017).

Nghiên cứu đã chỉ ra rằng chất lượng động lực của SV, cũng như được phản ánh thông qua động lực tự chủ, động lực được kiểm soát và động lực thúc đẩy, dự đoán sự tham gia vào giờ học GDTC và sự kiên trì (Ntoumanis và Standage, 2009); (Chatzisarantis và Hagger, 2009). Cụ thể hơn, Sánchez-Oliva et al (2014) nhận thấy rằng càng tự quyết, động lực dự đoán sự thích thú, tầm quan trọng của GDTC và đến ý định rèn luyện thể chất năng động. Ngoài ra, Gairns, Whipp và Jackson (2015) đã chỉ ra rằng động lực tự chủ là liên quan tích cực đến sự tham gia hành vi. Tương tự, Vasconcellos và cộng sự (2019) đã tìm thấy tác động tích cực mối quan hệ giữa động lực tự chủ và kết quả thích ứng của học sinh (tức là sự thích thú, ý định, và hoạt động thể chất trong thời gian rảnh rỗi).

2.2.4. Sự tham gia của SV vào giờ học GDTC

Sự tham gia của người tập vào hoạt động thể chất có tác động tới động lực trong học tập học phần GDTC (Jang, Kim và Reeve (2016); Sánchez-Oliva và cộng sự 2014; F. M. Leo, A. Mouratidis, J. J. Pulido, M. A. López-Gajardo & D. Sánchez-Oliva (2022). Một khi SV có thái độ, hành vi tích cực vào việc luyện tập thì sẽ hình thành động lực góp phần nâng cao chất lượng trong học tập học phần GDTC.

Tuy nhiên, chỉ có một số nghiên cứu (ví dụ Ntoumanis, 2005) đã nghiên cứu trong một mô hình tích hợp duy nhất trình tự tự chủ, năng lực và sự liên quan hỗ trợ và cản trở các hành vi giảng dạy, sự thỏa mãn và thất vọng về nhu cầu tương ứng, và chất lượng của động lực. Việc kiểm tra mô hình quan hệ này trong một mô hình tích hợp sẽ cung cấp bằng chứng rằng hai tiền đề (tức là cần môi trường hỗ trợ và cần môi trường cản trở) và các cơ chế trung gian (tức là nhu cầu được thỏa mãn, thất vọng và chất lượng của động lực) để giải thích các mối tương quan tiếp theo (ví dụ: ý định và sự tham gia hoạt động thể chất).

3. KẾT LUẬN

Qua việc phân tích các nghiên cứu ở trong và ngoài nước về động lực trong học tập môn học GDTC và các yếu tố tạo động lực theo thuyết tự

quyết, nghiên cứu đã hệ thống hóa được 4 yếu tố tạo động lực nâng cao tích cực trong học tập học phần GDTC cho SV, gồm: (1) Hành vi giảng dạy của giảng viên đáp ứng nhu cầu và hỗ trợ nhu cầu tâm lý cơ bản của SV; (2) Sự hài lòng về nhu cầu tâm lý cơ bản của SV; (3) Động lực tích cực của SV trong học tập học phần GDTC; (4) Sự tham gia của SV vào giờ học GDTC.

Kết quả nghiên cứu này cung cấp những luận chứng quan trọng cho việc xây dựng cơ sở lý luận, hình thành các tiêu chí để đánh giá thực trạng và đưa ra các giải pháp tạo động lực nâng tích cực trong học tập học phần GDTC cho SV. Mức độ và chiều hướng tác động của các yếu tố này tới động lực học tập của SV sẽ được tác giả công bố ở các nghiên cứu tiếp theo.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bartholomew, K., N. Ntoumanis, A. Mouratidis, E. Katartzi, C. Thøgersen-Ntoumani, and S. Vlachopoulos. (2018). "Beware of Your Teaching Style: A School-Year Long Investigation of Controlling Teaching and Student Motivational Experiences." *Learning and Instruction* 53: 50–63.
2. Behzadnia, B., P. J. C. Adachi, E. L. Deci, and H. Mohammadzadeh. (2018). "Associations Between Students' Perceptions of Physical Education Teachers' Interpersonal Styles and Students' Wellness, Knowledge, Performance, and Intentions to Persist at Physical Activity: A Self-Determination Theory Approach." *Psychology of Sport and Exercise* 39: 10–19.
3. Chatzisarantis, N. L., and M. S. Hagger. (2009). "Effects of an Intervention Based on Self-Determination Theory on Self-Reported Leisure-Time Physical Activity Participation." *Psychology and Health* 24: 29–48.
4. Chen, S., A. Chen, and X. Zhu. (2012). "Are K-12 Learners Motivated in Physical Education? A Meta-Analysis." *Research Quarterly for Exercise and Sport* 83: 36–48.

Nguồn bài báo: được trích dẫn từ kết quả phân tổng quan các vấn đề nghiên cứu của đề tài luận án tiến sĩ "Nghiên cứu một số giải pháp nâng cao tính tích cực trong học tập học phần GDTC cho SV các trường Đại học tại tỉnh Quảng Ngãi", Nguyễn Hoàng Duy, Khóa học 2022-2026.

Ngày nhận bài: 12/12/2024; **Ngày duyệt đăng:** 25/1/2025.