

GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG KIM ANH - HÀ NỘI

TS. Nguyễn Văn Hòa¹; ThS. Nguyễn Thị Hiền²

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy, nghiên cứu đã lựa chọn được 08 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho học sinh trường Trung học phổ thông Kim Anh Hà Nội. Qua thực tiễn kiểm nghiệm đồng bộ 08 giải pháp cho thấy tính khả thi, tính thực tiễn và tính hiệu quả trong nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Giải pháp, giáo dục thể chất, học sinh, trường Trung học phổ thông Kim Anh

Summary: Through conventional research methods, the study has identified 8 solutions to enhance the effectiveness of physical education for students at Kim Anh High School, Hanoi. Through practical testing, these 8 solutions have demonstrated feasibility, practicality, and effectiveness in improving the quality of physical education for the researched group.

Keywords: Solutions, physical education, students, Kim Anh High School.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngày nay công tác Thể dục thể thao (TDTT) quần chúng luôn được Đảng và Nhà nước ta quan tâm và chú trọng, đặc biệt là TDTT học đường, về công tác Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường học cũng được lãnh đạo các Nhà trường, các bậc phụ huynh, các cấp quản lý quan tâm và tạo điều kiện thuận lợi để phong trào TDTT học đường phát triển. Trường Trung học phổ thông (THPT) Kim Anh Hà Nội được thành lập từ năm 1965, với bề dày lịch sử gần 60 năm xây dựng và trưởng thành. Tuy nhiên trong những năm qua công tác GDTC của Trường THPT Kim Anh Hà Nội chưa có nhiều những thành tích nổi bật ở các giải thi đấu phong trào trên địa bàn huyện và hội khỏe phù đồng các cấp, chưa có nhiều Câu lạc bộ (CLB) ngoại khóa cho học sinh tham gia. Vì vậy việc đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường THPT Kim Anh là việc làm cần thiết, trên cơ sở đó định hướng và lựa chọn giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh trường THPT Kim Anh Hà Nội đáp ứng nhu cầu phát triển và hội nhập xã hội.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phân tích và tổng hợp tài liệu tham khảo; Phỏng vấn, tọa đàm; Quan sát sự phạm; Thực nghiệm sự phạm và Toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh Hà Nội

2.1.1. Lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh

Hà Nội

Căn cứ vào yêu cầu lựa chọn các giải pháp, qua tham khảo tài liệu chuyên môn và kết quả điều tra, khảo sát thực trạng công tác GDTC, căn cứ vào điều kiện cụ thể của Trường THPT Kim Anh Hà Nội, bước đầu lựa chọn được 12 giải pháp để tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi tới 31 chuyên gia, nhà quản lý và giáo viên trực tiếp giảng dạy về mức độ ưu tiên cho các giải pháp đã lựa chọn, kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy, nghiên cứu đã lựa chọn được 08 giải pháp có sự tán đồng với số phiếu và số điểm cao chiếm tỷ lệ từ 70% đến 100%, ở mức rất cần thiết để nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh trường THPT Kim Anh, Hà Nội.

2.1.2. Xây dựng nội dung các giải pháp.

Giải pháp 1: Tổ chức tuyên truyền, tăng cường nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học

Hình thức tổ chức thực hiện: Tuyên truyền trên hệ thống loa phát thanh về tầm quan trọng của công tác GDTC trong Nhà trường. Tuyên truyền bằng hệ thống hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng và ý nghĩa của TDTT đối với sức khỏe. Giáo viên giảng dạy có trách nhiệm thông qua bài giảng liên hệ với thực tế giúp học sinh hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của TDTT. Tổ chức cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT thông qua hội thảo, tọa đàm. Khuyến khích học sinh theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng hàng ngày, đọc thêm sách báo... để tìm hiểu các thông tin TDTT của nước ta và thế giới.

Giải pháp 2: Sử dụng hiệu quả, bảo quản hợp lý

1: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

2: Trường Trung học phổ thông Kim Anh Hà Nội

cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường để phục vụ hoạt động TDTT nội khóa và ngoại khóa.

Hình thức tổ chức thực hiện: Tổ giáo viên GDTC định hướng thiết kế giáo án giảng dạy; Tổ chức học sinh dọn dẹp, bảo quản cơ sở vật chất tập luyện 01 tháng/01lần; Phát động thi đua sáng kiến kinh nghiệm về tận dụng, bảo quản hợp lý cơ sở vật chất phục vụ GDTC hàng năm; Tăng cường tuyên truyền nâng cao nhận thức về tiết kiệm, chống lãng phí, bảo vệ của công, trong đó chú ý tới việc bảo vệ các trang thiết bị dụng cụ TDTT.

Giải pháp 3: Đào tạo bồi dưỡng đội ngũ hướng

dẫn viên thể thao phục vụ công tác GDTC nội khóa và TDTT ngoại khóa.

Hình thức tổ chức thực hiện: Sử dụng thêm lực lượng giáo viên kiêm nhiệm là những người có chuyên môn đam mê TDTT, có nhận thức đúng đắn về vai trò và tầm quan trọng của công tác GDTC trong trường học, làm giáo viên trợ giảng để giảm bớt gánh nặng cho giáo viên chính, đồng thời tăng cường lực lượng hướng dẫn học sinh tập luyện TDTT trong cả giờ học chính khóa và ngoại khóa. Đào tạo đội ngũ tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao cho các lớp, khối trong phạm vi Nhà trường.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh, Hà Nội (n=32)

TT	Tiêu chí	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
Nhóm giải pháp chung							
1	Tổ chức tuyên truyền, tăng cường nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học.	25	78.12	05	15.62	02	6.25
2	Sử dụng hiệu quả, bảo quản hợp lý cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường để phục vụ hoạt động TDTT nội khóa và ngoại khóa.	28	87.5	03	9.37	01	3.12
3	Đào tạo bồi dưỡng đội ngũ hướng dẫn viên thể thao phục vụ công tác GDTC nội khóa và TDTT ngoại khóa.	24	75.0	06	18.75	03	9.37
4	Tăng cường công tác xã hội hóa trong đầu tư cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC nội khóa và TDTT ngoại khóa.	05	15.62	12	37.5	15	46.87
Nhóm giải pháp nâng cao chất lượng giờ học GDTC nội khóa							
1	Đổi mới phương pháp dạy học theo hướng tích cực hóa quá trình học tập của học sinh.	26	81.25	04	13.33	03	9.37
2	Đổi mới hình thức quản lý, giảng dạy làm tăng mật độ động trong giờ học chính khóa cho học sinh.	28	87.5	02	6.25	02	6.25
3	Đổi mới phương pháp hình thức thi, kiểm tra đánh giá trong quá trình dạy học môn thể dục.	04	12.5	09	28.12	19	59.37
4	Nâng cao chất lượng công tác chuẩn bị của giáo viên trước khi lên lớp dạy học môn GDTC.	30	93.75	02	6.25	00	0.0
5	Xây dựng kế hoạch bồi dưỡng, tập huấn nâng cao trình độ của giáo viên GDTC.	06	18.75	08	25.00	18	56.25
Nhóm giải pháp tăng cường hoạt động TDTT ngoại khóa							
1	Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho học sinh thường xuyên, liên tục, tập trung vào các môn thể thao được nhiều học sinh yêu thích.	25	78.12	03	9.37	04	13.33
2	Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao nội bộ trong Nhà trường, giao lưu thể thao giữa các Trường trên địa bàn huyện, thành phố.	26	81.25	04	13.33	02	6.25
3	Khuyến khích học sinh tham gia tập luyện ít nhất 01 môn thể thao ngoại khóa.	05	15.62	08	25.00	19	59.37

Lực lượng này có thể lấy từ đội ngũ giáo viên kiêm nhiệm hoặc từ những học sinh có năng khiếu TDTT và tập huấn cho học sinh về những nhiệm vụ cần thiết.

Giải pháp 4: Đổi mới phương pháp dạy học theo hướng tích cực hóa quá trình học tập của học sinh.

Hình thức tổ chức thực hiện: Trước khi soạn giáo án giảng dạy, giáo viên cần căn cứ vào nội dung giảng dạy, cấu trúc phần cơ bản của giáo án để lựa chọn phương pháp phù hợp. Ví dụ dạy nội dung mới có thể sử dụng phương pháp nêu vấn đề, phương pháp vòng tròn, phương pháp thi đấu... để phát triển thể lực có thể dùng phương pháp vòng tròn, phương pháp trò chơi, phương pháp thi đấu... các phương pháp sử dụng luân phiên và xen kẽ nhau. Tránh trong 01 giáo án chỉ dùng đơn điệu 01 hoặc 02 phương pháp; Tổ giáo viên GDTC khuyến khích sử dụng các phương pháp giảng dạy theo quy định. Tổ chức giảng dạy mẫu theo phương pháp mới. Hướng dẫn cụ thể việc thực hiện các phương pháp.

Giải pháp 5: Đổi mới hình thức quản lý, giảng dạy làm tăng mật độ động trong giờ học chính khóa cho học sinh.

Hình thức tổ chức thực hiện: Đổi mới hình thức tổ chức quản lý giảng dạy, hạn chế những hình thức tập luyện đơn lẻ mất thời gian, khuyến khích tập luyện theo nhóm trong đó học sinh thực hiện tốt kèm thêm cho những học sinh thực hiện chưa tốt; Thiết kế giáo án tận dụng hết các dụng cụ và không gian sẵn có trong tập luyện cho học sinh, giúp học sinh có điều kiện tập luyện tốt hơn; Sử dụng các bài tập dẫn dắt và bài tập bổ trợ được thiết kế, không cần sử dụng quá nhiều không gian và dụng cụ tập luyện phức tạp; Đào tạo đội ngũ hướng dẫn viên ngay trong mỗi lớp học, giúp học sinh nắm chắc kỹ thuật cần học.

Giải pháp 6: Nâng cao chất lượng công tác chuẩn bị của giáo viên trước khi lên lớp dạy học môn GDTC.

Hình thức tổ chức thực hiện: Yêu cầu mỗi giáo viên trước khi soạn giáo án bài lên lớp cần nắm vững kết quả học tập về kỹ thuật của bài học cũ. Nắm vững tình hình sức khỏe thể lực của học sinh, tình hình thời tiết, sân bãi dụng cụ để lựa chọn nội dung vận động và phương pháp tập luyện phù hợp; Trước khi lên lớp phải chuẩn bị tốt các dụng cụ phương tiện và sân bãi phục vụ cho giáo án giảng dạy; Phải tự kiểm tra và ghi nhớ đầy đủ các nội dung, yêu cầu cũng như cách thức tiến hành bài học đã được chuẩn bị trong giáo án; Việc biên soạn giáo án tốt nhất là cá nhân chuẩn bị và thông qua sự

đóng góp của nhóm hoặc tổ chuyên môn trước khi thực hiện giáo án trên lớp; Giải pháp này được triển khai thường xuyên trong suốt quá trình giảng dạy và các cấp quản lý có trách nhiệm thường xuyên đôn đốc nhắc nhở. Đồng thời giải pháp này cũng coi như 01 tiêu chí để bình bầu giáo viên dạy giỏi.

Giải pháp 7: Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho học sinh thường xuyên, liên tục, tập trung vào các môn thể thao được nhiều học sinh yêu thích.

Hình thức tổ chức thực hiện: Thống nhất giáo viên trong toàn Tổ giáo viên GDTC khuyến khích học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa. Phân công giáo viên hướng dẫn ngoại khóa theo buổi. Với các lớp hoặc các nội dung ngoại khóa không thể có giáo viên hướng dẫn thì cần đào tạo hướng dẫn viên. Đây vừa là lực lượng hướng dẫn học sinh tham gia tập luyện, vừa là lực lượng quản lý sân tập, dụng cụ, tình hình tập luyện và quân số sinh viên tham gia tập luyện để phản ánh lại với Tổ giáo viên GDTC của Nhà trường; Tổ giáo viên GDTC chịu trách nhiệm thực hiện.

Giải pháp 8: Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao nội bộ trong Nhà trường, giao lưu thể thao giữa các Trường trên địa bàn Huyện, thành phố.

Hình thức tổ chức thực hiện: Phối hợp với các trường trong huyện tổ chức các buổi giao lưu thể thao; Chọn các môn thể thao phổ biến và được nhiều học sinh yêu thích tham gia tập luyện; Tổ chức các giải thi đấu thể thao trong toàn trường định kỳ hàng năm và yêu cầu tất cả các lớp học phải có thành viên tham gia. Đây không chỉ là biện pháp kích thích các em tham gia tập luyện để thi đấu mà còn giúp các em tiếp xúc với môn thể thao thông qua hoạt động cổ vũ cho đồng đội, từ đó thêm yêu thích TDTT; Tổ chức các buổi thi đấu thể thao giữa các lớp trong cùng khối học hoặc giữa các khối học trong trường. Phương pháp này dễ tổ chức, không tốn kém kinh phí, thu hút được nhiều người tham gia và tiếp xúc với các môn thể thao tổ chức giao hữu; Tổ chức tốt công tác tuyên truyền, thông báo trước mỗi buổi tổ chức giao lưu thể thao nội bộ hay phối hợp với các trường khác để đồng đảo học sinh biết và tham gia thi đấu, tham gia cổ vũ, nhằm lan tỏa niềm đam mê thể thao với các em. Với những môn thể thao có tổ chức tập luyện theo hình thức đội tuyển thể thao ở nhiều trường, có thể tổ chức giao lưu giữa các đội tuyển thể thao các trường; Tổ giáo viên GDTC phối hợp với các đơn vị có liên quan chịu trách nhiệm tổ chức.

Tóm lại, nội dung các giải pháp trên được xây dựng đảm bảo tính đồng bộ, khả thi, liên thông, phù

hợp với điều kiện thực tiễn của Nhà trường trong việc ứng dụng triển khai các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh Hà Nội.

2.2. Đánh giá các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh, Hà Nội

Để đánh giá các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC đã lựa chọn cho học sinh Trường THPT Kim Anh Hà Nội, tiến hành so sánh sự khác biệt về kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực, so sánh tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 01 năm thực nghiệm; Đồng thời theo dõi và so sánh kết quả học

Bảng 2. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 10 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng thời điểm sau thực nghiệm.

TT	Test/Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Sự khác biệt thống kê	
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	$t_{\text{tính}}$	P
Nam		(n = 59)		(n = 56)		$t_{\text{tính}}$	P
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	40,9	4,8	43,2	4,59		
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16,5	2,98	19,2	2,93	4,90	< 0,01
3	Bật xa tại chỗ (cm)	209	16,9	220	15,23	3,67	< 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6	1,02	5	0,95	5,44	< 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,9	1,33	11,9	1,27	4,12	< 0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	980,5	87,6	1035	88,9	3,31	< 0,05
Nữ		(n = 60)		(n = 59)		$t_{\text{tính}}$	P
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	27,5	3,02	29,8	2,98		
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15,93	2,82	18,05	2,43	4,40	< 0,01
3	Bật xa tại chỗ (cm)	156,7	14,3	166,3	13,9	3,71	< 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6,31	0,51	5,9	0,5	4,43	< 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13,1	1,34	12,3	0,98	3,72	< 0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	860	80,1	902	84,5	2,78	< 0,05

Bảng 3. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 11 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau thực nghiệm.

TT	Test/Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Sự khác biệt thống kê	
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	$t_{\text{tính}}$	P
Nam		(n = 58)		(n = 56)		$t_{\text{tính}}$	P
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	43,5	4,5	46,4	3,8		
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18,9	2,97	20,4	2,56	2,89	> 0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	210,5	14,9	220,3	13,8	3,65	> 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	5,56	1,15	4,8	0,54	4,54	> 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,8	1,28	11,85	1,54	3,58	> 0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	987	79,41	1043	79,05	3,77	> 0,05
Nữ		(n = 56)		(n = 58)		$t_{\text{tính}}$	P
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	29,01	3,02	31,7	3,41		
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16,92	2,49	18,74	2,54	3,86	> 0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	158,3	12,5	168,6	12,4	4,42	> 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6,45	0,89	5,8	0,78	4,14	> 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13,01	1,35	12,1	1,12	3,91	> 0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	876,3	78,4	925	78,2	3,32	> 0,05

tập môn học GDTC của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 01 năm học thực nghiệm. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 10 trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 3 cho thấy sau 01 năm học áp dụng các giải pháp đã được lựa chọn, kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 11 thuộc nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm đã có sự khác biệt rõ rệt mang ý nghĩa thống kê ở cả học sinh Nam và Nữ thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Kết quả này cho thấy hiệu quả của các giải pháp đã được lựa chọn. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 12 trình bày ở bảng 4.

Qua bảng 4 sau 01 năm học áp dụng các giải pháp đã được lựa chọn, kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 12 thuộc nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm đã có sự khác biệt rõ

rệt mang ý nghĩa thống kê ở cả học sinh Nam và Nữ thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Từ kết quả này cho thấy hiệu quả của các giải pháp đã được lựa chọn.

Sau 01 năm thực nghiệm, tiến hành so sánh tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của học sinh Khối 10, Khối 11 và Khối 12 của nhóm thực nghiệm và đối chứng. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy, số lượng học sinh tham gia tập luyện ngoại khóa có sự gia tăng đáng kể về số lượng ở cả 3 Khối 10, Khối 11 và Khối 12, điều đó chứng tỏ các giải pháp đưa ra đã khích lệ được đông đảo học sinh tham gia tập luyện các CLB ngoại khóa.

Như vậy, sau 01 năm học thực nghiệm, nhóm thực nghiệm đã đạt kết quả học tập, kết quả kiểm

Bảng 4. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn thể lực của học sinh Khối 12 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau thực nghiệm.

TT	Test/ Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Sự khác biệt thống kê	
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	$t_{\text{tính}}$	P
Nam		(n = 52)		(n = 53)			
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	43,85	4,89	47,5	4,52	3,97	> 0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18,9	2,85	21,1	2,15	4,46	> 0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	215	14,6	223	14,2	2,85	> 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	5,46	0,89	4,8	0,68	4,26	> 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,4	1,23	11,8	1,05	2,69	> 0,05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	996	80,6	1053	78,3	3,67	> 0,05
Nữ		(n = 54)		(n = 54)			
1	Lực bóp tay thuận (Kg)	29,6	3,54	32,2	3,12	3,99	> 0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17,05	2,52	19,3	2,26	4,81	> 0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	158	14,23	170	13,89	4,37	> 0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6,39	0,78	5,8	0,61	4,31	> 0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,79	1,19	11,98	1,22	3,44	> 0,05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	868	78,35	932	78,52	4,18	> 0,05

Bảng 5. So sánh tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau 01 năm học thực nghiệm.

TT	Khối/Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm	
		m_i	%	m_i	%
1	Khối 10	n=117		n=117	
		26	30.42	28	32.76
2	Khối 11	n=114		n=114	
		23	26.22	25	28.05
3	Khối 12	n=106		n=107	
		17	18.02	19	20.33

tra theo tiêu chuẩn thể lực tốt hơn nhóm đối chứng, đồng thời, tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của nhóm thực nghiệm cũng cao hơn nhóm đối chứng. Như vậy, các giải pháp đã lựa chọn của đề tài có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Kim Anh, Hà Nội.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 08 giải pháp và tiến hành thực nghiệm các giải pháp đã cho

thấy trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn thể lực của nhóm thực nghiệm đã tốt hơn nhóm đối chứng thông qua phương pháp toán học thống kê ở trên, và số lượng học sinh tham gia tập luyện ngoại khóa các CLB cũng gia tăng đáng kể, như vậy các giải pháp đã cho thấy sự phù hợp và có thể ứng dụng triển khai trong thực tiễn nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho học sinh Trường THPT Kim Anh, Hà Nội.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành TW Đảng (2013), Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 về Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quy định về kiểm tra đánh giá thể lực học sinh, sinh viên ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008.
3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên.
4. Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), Đề tài cấp Nhà nước “Nghiên cứu diễn biến thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 tới lớp 12” (thời điểm 2002-2014).

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận văn thạc sĩ, tác giả: Đặng Thị Hiên; giáo viên chỉ đạo: TS. Nguyễn Văn Hòa; tên đề tài: “Nghiên cứu lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho học sinh Trường trung học phổ thông Kim Anh, Hà Nội “ đề tài đã bảo vệ năm 2019, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Ngày nhận bài: 2/1/2024; **Ngày duyệt đăng:** 12/2/2024