

Các biện pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Giáo dục Thể chất tại Trường Đại học Tân Trào

Phạm Thị Quyên*, Phùng Quang Phát*

*ThS. Trường Đại học Tân Trào

Received: 27/6/2024; Accepted: 3/7/2024; Published: 9/7/2024

Abstract: Physical Education in schools is a very important and fundamental part of Physical Education and Sports activities, which plays a role in promoting health and physical fitness for pupils and students, actively contributing to the training of students. Nurture and train people for comprehensive development to build and protect the Fatherland. Physical Education is understood as: "The pedagogical process aimed at educating and training the young generation, improving physical and personality, improving working ability, and prolonging human life." Physical Education, like other types of education, is a pedagogical process with all its characteristics, with the leading role of the pedagogue, organizing the pedagogue's activities in accordance with the students. , in accordance with pedagogical principles. This article will focus on solutions that contribute to improving the quality of Physical Education at Tan Trao University.

Keywords: Physical education, solutions, teaching quality, Tan Trao University.

1. Đặt vấn đề

Cùng với giáo dục (GD) trí tuệ, GD thẩm mỹ, GD đạo đức thì giáo dục thể chất (GDTC) là một bộ phận không thể thiếu trong việc đào tạo con người phát triển toàn diện. Đây là hình thức GD nhằm nâng cao sức khỏe cho học sinh, sinh viên (SV). Như vậy ta nhận thấy, GDTC là môn học chính khóa thuộc chương trình GD nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho người học thông qua các bài tập vận động, góp phần thực hiện mục tiêu GD toàn diện cho SV. Tác dụng của GDTC và các hình thức sử dụng TDTT có chủ đích áp dụng trong các trường học là toàn diện, phương tiện để hợp lý hóa hoạt động, nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao năng lực hoạt động, học tập của SV trong học tập, cũng như đảm bảo chuẩn bị thể lực phù hợp với những điều kiện của nghề nghiệp trong tương lai. Tuy nhiên trong thực tế từ trước tới nay môn học GDTC ở các cấp vẫn không ít nhà trường coi là môn học phụ. Chính vì vậy, sự quan tâm và đầu tư của không ít trường đối với môn học này chưa thật đầy đủ. Để giải quyết được các vấn đề này hiện nay công tác GDTC, Trường Đại học Tân Trào (T.ĐHTT) còn gặp không ít nhiều khó khăn. Từ đó chúng tôi tự hỏi? Làm thế nào để cho SV hứng thú với môn học GDTC? Đây là câu hỏi không dễ trả lời. Sau nhưng trao đổi, tìm hiểu, qua thực tế giảng dạy GDTC của đội ngũ giảng viên (GV) T.ĐHTT, nghiên cứu để xuất đưa ra một số giải pháp phù hợp.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng phương pháp (PP) đọc và phân tích tài liệu tham khảo có liên quan để hình thành cơ sở khoa học của nghiên cứu, đồng thời thông qua nhận thức thực tiễn để đề xuất các biện pháp phù hợp với lý thuyết và thực tiễn đơn vị nghiên cứu.

2.2. Nội dung vấn đề

Chương trình GDTC trong các trường đại học, cao đẳng nhằm giải quyết các nhiệm vụ GD là: "Trang bị kiến thức, kỹ năng và rèn luyện thể lực cho SV". Nội dung chương trình GDTC gồm:

- Giờ học TDTT chính khóa: Đây là nội dung cơ bản nhất của GDTC được tiến hành trong kế hoạch học tập của nhà trường. Vì việc đào tạo cơ bản về thể chất, thể thao (TT) cho SV là nhiệm vụ cần thiết, nên trước hết phải có nội dung thích hợp để phát triển sức khỏe, các tố chất thể lực và khả năng phối hợp vận động cho SV. Qua đó, giúp SV có một trình độ nhất định để tiếp thu được các kỹ thuật động tác TDTT. Với mục tiêu chính của việc giảng dạy là tiến hành quá trình đào tạo năng lực thể chất, phát triển thể lực, tâm lý, tạo ý thức tập luyện TDTT thường xuyên, GD được đức tính cơ bản và lòng dũng cảm cho SV. Bản thân giờ học TDTT có ý nghĩa quan trọng nhiều mặt đối với việc quản lý và GD con người trong xã hội. Việc học tập các bài tập thể dục, các kỹ thuật động tác là điều kiện cần thiết để con người phát triển cơ thể một cách hài hòa, bảo vệ và củng cố sức khỏe, hình thành năng lực chung và chuyên môn.

- Giờ học ngoại khóa (NK) - tự tập luyện: Đây là

nhu cầu và sự ham thích trong thời gian rảnh rỗi của một bộ phận SV với mục đích và nhiệm vụ là góp phần phát triển năng lực, thể chất một cách toàn diện, đồng thời góp phần nâng cao thành tích TT của SV. Giờ học NK giúp củng cố và hoàn thiện các bài học chính khóa và được tiến hành vào giờ tự học của SV, hay dưới sự hướng dẫn của GV GDTC. Song song đó còn là các hoạt động TT mang tính phong trào ngoài giờ học gồm: Luyện tập trong các câu lạc bộ, thi đấu TT, cũng như trong giờ tự luyện tập của SV. Hoạt động NK với chức năng là động viên nhiều người tham gia tập luyện các môn TT yêu thích, góp phần nâng cao sức khỏe phục vụ học tập và sinh hoạt.

2.3. Đề xuất giải pháp quan trọng

- *Đối với GV:* Phải sử dụng các PP giảng dạy phù hợp và linh hoạt, GV cần phải tăng cường GD 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. Trong mỗi tiết học nên áp dụng PP trò chơi và thi đấu, liên tục cổ vũ, khích lệ, động viên để SV có động lực tập luyện. 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 SV. GV cần phải nghiên cứu kỹ nội dung, chương trình giảng dạy, bài giảng phải súc tích, khoa học và cải tiến PP giảng dạy. Trong đó, quá trình dạy là GV cung cấp những kiến thức mới cho SV và thông qua đó GV thực hiện nhiệm vụ GD và phát triển cho SV, đối với SV thì GV cần phải chủ động điều khiển, hướng dẫn lớp học để SV tiếp thu kiến thức một cách chủ động và nắm vững kiến thức theo hệ thống.

PP sử dụng phương tiện trực quan không phải là PP mới nhưng ứng dụng công nghệ thông tin trong giảng dạy lại là PP mới. Môn GDTC chủ yếu trên sân tập, mang tính vận động nhiều hơn nhằm mục đích thực hiện yêu cầu của môn học là rèn luyện và nâng cao sức khỏe; góp phần đẩy mạnh quá trình phát triển toàn diện, cân đối của cơ thể, song song đó là bồi dưỡng các đức tính tốt: Ý thức tổ chức kỷ luật, tác phong nhanh nhẹn, khẩn trương, tinh thần dũng cảm, khắc phục khó khăn... Nên việc trình bày có kết hợp làm mẫu, thị phạm, phim, ảnh, đặc biệt là những đoạn phim về những cuộc thi đấu TT đỉnh cao của những vận động viên (VĐV) thế giới, những động tác kỹ thuật được quay chậm, hay như những động tác do chính SV thực hiện được ghi hình rồi trình chiếu để cả lớp xem, nhìn nhận rút kinh nghiệm cho chính bản thân thì rất cần thiết và quan trọng. Điều này đã góp phần không nhỏ giúp SV hứng thú hơn trong

tiết học và môn GDTC, say mê tự tìm hiểu, học tập và tập luyện TT thường xuyên hơn. Việc thay đổi, cải tiến PP giảng dạy là ứng dụng công nghệ thông tin vào một số bài dạy, tiết học GDTC cần thực hiện một số việc sau: Cho SV xem băng hình môn học liên quan của các VĐV hàng đầu Việt Nam và thế giới thực hiện động tác để SV cảm nhận, hình dung được môn học, cố gắng tập luyện. Hay cho SV xem những hình ảnh những thước phim khi thực hiện động tác kỹ thuật được quay chậm, giúp SV nhìn nhận, tìm hiểu sâu sát nên tiếp thu nhanh và chính xác. Hay chính những động tác do SV thực hiện được ghi nhận để cùng nhau theo dõi, phân tích, đánh giá, những ưu và khuyết điểm của động tác đó, để cùng nhau học tập. Những hình ảnh này tạo nên sự kích thích, gây hứng thú trong học tập cho SV, làm tiết học sôi động, không khí học vui vẻ được tăng thêm nên tác động rất tốt đến kết quả học tập của SV.

+ Tìm hiểu đặc điểm sức khỏe, tâm sinh lý lứa tuổi: Để đạt được hiệu quả cao nhất, tránh những tác dụng xấu có thể xảy đến, chúng ta cần phải làm những việc sau trong quá trình giảng dạy: Căn cứ đặc điểm tâm sinh lý của từng lứa tuổi, giới tính, hệ vận động, hệ tuần hoàn, hệ hô hấp, hệ thần kinh... để có PP hữu hiệu khi giảng dạy; Căn cứ đặc điểm phát triển tổ chức cơ thể: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền, linh hoạt, khéo léo của SV để có những bài tập, lượng vận động phù hợp.

- *Đối với SV:* Hình thành động cơ học tập môn học cho SV. Phải làm cho SV hiểu, “Sức khỏe là vốn quý của con người”. Có sức khỏe là có tất cả. Vậy làm gì để có sức khỏe? Có rất nhiều yếu tố mang lại sức khỏe nhưng việc tập luyện TDTT thường xuyên là biện pháp hữu hiệu và đơn giản nhất giúp chúng ta củng cố, giữ gìn và tăng cường sức khỏe. Môn GDTC làm được điều này. Nó giúp SV giảm bớt sự căng thẳng, mệt mỏi trong học tập, lao động và các sinh hoạt khác; giúp SV hiểu và tập luyện đúng PP, đúng kỹ thuật động tác góp phần vào việc nâng cao sức khỏe. SV hiểu được vấn đề này sẽ hình thành được động cơ học tập. Như vậy tạo được sự hưng phấn, sự hứng thú đối với môn học trong SV.

- *Đối với nhà quản lý:* Để thực hiện được các giải pháp cụ thể trên, cần có sự quan tâm đầu tư của các cấp lãnh đạo và cần tổ chức thực hiện các giải pháp một cách đồng bộ, triệt để như sau:

+ Xây dựng nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thân thể vào nội dung đánh giá năng lực và nội dung kiểm tra đánh giá môn học theo tiêu chuẩn của Bộ GD.

Kích thích chuyên cần học tập của SV đồng thời cũng cần phải tạo điều kiện đầu tư về trang thiết bị, sân bãi và dụng cụ để học tập, xây dựng phong trào TDTT thường xuyên ở trong trường, đề cao vị trí môn GDTC như những môn học khác. Tổ chức đẩy mạnh các hoạt động NK cho SV có GV hướng dẫn tập luyện và thi đấu TT để các hoạt động của SV trở thành nội dung của đời sống văn hóa mang tính thường xuyên, liên tục. Đáp ứng được nhu cầu tự rèn luyện TT và nâng cao sức khỏe, cần phải xây dựng các nội dung hoạt động như: Tổ chức xây dựng các câu lạc bộ TT, các hoạt động TT quần chúng. Tăng cường các hoạt động thi đấu TT trong SV, xây dựng các đội tuyển TT của nhà trường tham gia thi đấu các giải cấp ngành, cấp bộ...

+ Xây dựng các giải pháp nhằm bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ cho GV: Động viên, khuyến khích tạo điều kiện cho đội ngũ GV tham gia học tập nâng cao trình độ. Trên cơ sở duy trì và nâng cao chất lượng hoạt động của cơ cấu tổ chức quản lý phong trào TDTT của trường, đảm bảo phân công của các bộ phận chức năng, tăng cường hoạt động chỉ đạo của Ban Giám hiệu phối hợp chặt chẽ hoạt động của môn GDTC với các tổ chức đoàn thể và phòng ban chức năng để tạo mọi điều kiện thuận lợi cho việc phát triển phong trào TDTT của trường dưới nhiều hình thức.

+ Xây dựng cơ cấu tổ chức quản lý môn GDTC: Có sự phân công trách nhiệm cho từng môn, từng cán bộ giảng dạy, xây dựng kế hoạch phát triển phong trào TDTT của trường; viết sáng kiến kinh nghiệm khoa học. Tổ chức hướng dẫn phong trào NK của SV và huấn luyện các đội tuyển TT... Cần phân công các tổ chuyên môn cho phù hợp với điều kiện giảng dạy và phù hợp với đội ngũ GV. Bộ môn soạn thảo, xây dựng lại chương trình chi tiết đối với môn GDTC để áp dụng, như vậy sẽ chủ động trong việc lựa chọn đội ngũ GV giảng dạy phù hợp với khả năng. Qua đó phát huy được năng lực, sở trường của từng GV để vận dụng thực hiện tốt nhiệm vụ GD.

+ Công tác cán bộ: Phát hiện và đưa vào quy hoạch các vị trí lãnh đạo đối với những GV có năng lực, đạo đức. Có kế hoạch tiếp nhận và bồi dưỡng GV trẻ có trình độ lý luận và chuyên môn như một số môn mà trường đang thiếu.

+ Công tác tư tưởng: Cần tăng cường công tác GD chính trị tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của GV đối với việc nâng cao chất lượng GDTC và phong trào TDTT của trường. Với mục đích là tuyên

truyền nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo trường, các tổ chức đoàn thể, các phòng ban chức năng có liên quan, cũng như tuyên truyền nâng cao ý thức học tập của SV nhận thức vị trí vai trò của rèn luyện TDTT nhằm nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh.

+ Đảm bảo cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ công tác GDTC: Để nâng cao chất lượng GDTC và hoạt động TDTT cho SV, phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho việc giảng dạy môn GDTC chính khóa cũng như các hoạt động NK và tự tập luyện TT của SV. Do vậy, cần phải xây dựng các hệ thống sân bãi đáp ứng đúng theo yêu cầu của Bộ GD quy định. 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 dụng cụ đủ về số lượng và đảm bảo được chất lượng.

3. Kết luận

Muốn nâng cao chất lượng giảng dạy GDTC và duy trì phát triển công tác GDTC của trường một cách hiệu quả, cần có nhiều giải pháp đồng bộ và quan trọng nhất là phải có sự phối hợp hài hòa giữa các giải pháp thì chất lượng giảng dạy GDTC trong T.ĐHTT mới ngày càng phát triển và có chất lượng tốt hơn. Đây cũng là vấn đề thực hiện nhiệm vụ GD con người toàn diện. Thông qua việc nâng cao chất lượng GDTC trong trường, xây dựng môi trường học tập tích cực, rèn luyện sức khỏe, tạo ra sân chơi lành mạnh cho cuốn hút SV, góp phần làm giảm đi các tệ nạn xã hội. Từ đó nâng cao được vị thế nhà trường, vị thế của môn học trong GD con người mới: Khỏe về thể chất trong sáng về tinh thần. Tuy còn nhiều khó khăn nhưng với sự quyết tâm của đội ngũ GV và sự quan tâm của lãnh đạo các cấp.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và PP GD TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Đức Ngọc (2005), *Giáo dục đại học. PP dạy và học*, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội, Hà Nội.
- [3]. Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiền (1998), *Một số đề tài về GDTC trong trường học*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [4]. Nguyễn Ngọc Cừ, Dương Nghiệp Chí (2001), *Nâng cao tầm vóc của cơ thể người*, Viện khoa học TDTT Hà Nội, Tài liệu chuyên đề số 1+2
- [5]. Quốc hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2006), *Luật Thể dục, TT – Văn bản số: 77/2006/QH11*, Hà Nội.