

# Giải pháp nâng cao chất lượng môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường trung học phổ thông

Phan Mãn Tuệ\*

\*GV Trường THPT Lê Quảng Chí, Thị xã Kỳ Anh, tỉnh Hà Tĩnh

**Abstract:** Physical education in school is considered as a compulsory subject and plays an important role in the comprehensive development process for students in general and career orientation for high school students in particular.

To achieve this goal schools, teachers, students, families and society need to perform their roles and responsibilities well.

**Keywords:** Solution, quality, physical education, high school.

## 1. Đặt vấn đề

Trong chương trình giáo dục phổ thông 2018, Giáo dục thể chất (GDTC) được xác định là môn học bắt buộc được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12, đảm nhiệm một trong bốn mặt giáo dục Đức, Trí, Thể, Mỹ. GDTC hình thành các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung cho HS. GDTC góp phần quan trọng trong việc trang bị kiến thức về sức khỏe và rèn luyện, nâng cao ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng,... Để đáp ứng được mục tiêu, yêu cầu cần đạt của môn học, bài viết đưa ra một số giải pháp nâng cao chất lượng, hiệu quả của môn GDTC trong trường THPT.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Vai trò của môn học GDTC trong trường học

Mục tiêu của chương trình giáo dục tổng thể 2018 đã đề ra: Chương trình tập trung phát triển các năng lực chăm sóc sức khỏe, vận động cơ bản và thể dục thể thao, nhằm phát triển các tố chất thể lực của HS; giúp các em phát triển hài hòa về thể chất và tinh thần; có những phẩm chất tốt đẹp và năng lực cần thiết để trở thành người công dân có trách nhiệm, người lao động có sức khỏe, có văn hóa, cần cù, sáng tạo, đáp ứng nhu cầu phát triển của cá nhân và yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ đất nước trong thời đại toàn cầu hóa và cách mạng công nghiệp mới. Như vậy từ mục tiêu hướng tới của môn học trong chương trình mới và từ thực tế trong dạy học, chúng ta thấy môn GDTC có vai trò quan trọng trong chương trình giáo dục phổ thông mới:

- GDTC góp phần tăng cường sức khỏe, nâng cao thể lực và tầm vóc đúng với lứa tuổi, giới tính và đặc điểm sức khỏe của mỗi HS.

- Việc GDTC tạo cơ sở để phát triển toàn diện cho HS về kỹ năng, kỹ xảo. Đây là một trong những hoạt

động thiết thực góp phần phát triển kỹ năng sống cho HS.

- GDTC cũng là hoạt động rèn luyện kỹ năng sống. HS sẽ được hình thành và phát triển những kỹ năng sống cốt lõi như: năng lực sáng tạo, năng lực giao tiếp, ứng xử, khả năng vượt qua khó khăn, phòng chống đuối nước, khả năng thích ứng với môi trường xã hội, năng lực làm việc nhóm... Từ đó xây dựng lối sống lành mạnh, có kỷ luật cho HS.

### 2.2. Thực trạng dạy và học môn GDTC ở trường THPT hiện nay

*Cơ sở vật chất:* Hầu hết ở các trường học mới bắt đầu bổ sung, xây dựng nên cơ sở vật chất chưa đáp ứng với yêu cầu của môn học. Cụ thể sân chơi, bãi tập chưa có, thiếu hoặc chưa đúng quy định; trong khuôn viên trường học hầu hết chưa có bể bơi do đó hầu hết HS không được học. Đa số các trường, đặc biệt các trường ở vùng nông thôn chưa có nhà đa chức năng nên những tiết học trong điều kiện thời tiết không thuận lợi như nắng, mưa hầu hết các em không được học.

*Bố trí môn học:* Hiện nay đa số các trường phổ thông vẫn sắp xếp xen kẽ các tiết học văn hoá và tiết học thể chất với nhau trong một buổi, môn GDTC chưa được bố trí một buổi riêng, trang phục không được đảm bảo. Vì vậy trong tiết học các em ngại vận động, ngại tập luyện. Điều này làm giảm hiệu quả cũng như vai trò của GDTC trong nhà trường.

*Quản lý của nhà trường:* Hầu hết ở các trường phổ thông, chủ trương của ban giám hiệu là đầu tư các môn văn hoá để phục vụ thi tốt nghiệp, đại học lựa chọn nghề nghiệp, thậm chí có nhiều GV mượn tiết, xin tiết để ôn tập môn Toán, Lí, Hoá,... Môn GDTC không được quan tâm và đặt ngang hàng như các môn văn hoá. Nên trong quản lý việc dạy và học

đã có phần nói lòng.

*Về phía HS, phụ huynh:* Lâu nay môn GDTC trong nhà trường vẫn đang xem là môn học phụ. Thực tế này ảnh hưởng rất lớn đến suy nghĩ, tâm lý của hầu hết phụ huynh và HS, phụ huynh hầu như không quan tâm đến môn học này của con em mà họ chỉ chú trọng đến các môn học văn hoá như Toán, Ngữ văn, tiếng Anh,... Thậm chí họ không cho con được phát triển tự nhiên về môn học, những năng khiếu như bơi, bóng chày, bóng rổ,... đều bị phụ huynh ngăn cấm, họ sợ con tham gia dẫn đến những va chạm, chấn thương ảnh hưởng đến việc học tập. Còn với HS, từ những tác động trên cùng với thực tế lựa chọn nghề nghiệp nên hầu như trong các tiết học GDTC các em đã dần mất đi sự hứng thú, đam mê. Tâm lý các em nghĩ rằng tiết GDTC là để giảm căng thẳng, giảm stress để lấy lại năng lượng phục vụ cho các môn học khác, kể cả những em có năng khiếu, tư chất vượt trội của những môn thể dục thể thao cũng rơi vào tình trạng chung đó.

*Về phía GV dạy:* Cũng tâm lý chung môn dạy của mình là môn học phụ, cùng với sự tác động chi phối của các yếu tố khách quan trên nên đa số GV khi vào tiết dạy cũng chưa làm tròn hết trách nhiệm của người thầy, cụ thể chưa chuẩn bị bài chu đáo, chưa bắt buộc HS vào khuôn phép, nguyên tắc của môn học.

Như vậy, từ những thực tế trên đã cho thấy chất lượng môn GDTC ở các cấp học nói chung và các trường THPT trên toàn quốc nói riêng chất lượng chưa cao, chưa đáp ứng yêu cầu, mục tiêu cần đạt của môn học, hầu hết vẫn ở các hình thức đối phó. Hiệu quả đó đã cho thấy rất rõ ở kết quả các Hội khỏe phù đồng ở các cấp.

### **2.3. Một số phương pháp nhằm nâng cao hiệu quả môn học GDTC trong trường THPT**

#### **2.3.1. Đầu tư xây dựng cơ sở vật chất**

Đầu tư xây dựng cơ sở vật chất đáp ứng yêu cầu môn học là yếu tố đầu tiên mang tính quyết định để tạo nên bước đột phá trong việc GDTC trong trường học. Do đó nhà trường cần chú ý quan tâm hoàn thiện sân chơi, bãi tập, bể bơi, xây dựng nhà đa chức năng, các dụng cụ phục vụ dạy học các phân môn trong môn học phải được mua sắm, bổ sung kịp thời. Tránh tình trạng GV dạy thiếu trang thiết bị, thì dù thầy có giỏi, trò có đam mê học thì chất lượng chắc chắn sẽ không cao.

#### **2.3.2. Công tác quản lý, giáo dục của nhà trường**

Nhà trường cần xác định được đây là môn học chính, môn học bắt buộc trong chương trình tổng thể.

Do đó cần phải có sự quan tâm đúng mực.

- Nhà trường phải chú trọng đến việc xây dựng, bổ sung cơ sở vật chất. Tìm mọi cách để khắc phục nhằm đáp ứng yêu cầu môn học.

- Nhà trường cần tăng cường công tác quản lý các giờ học GDTC một cách nghiêm túc, tránh tình trạng GV đến lớp cho có, HS xem nhẹ tiết học, tập luyện chưa nghiêm túc.

- Nâng cao trình độ chuyên môn cho đội ngũ cán bộ, GV làm công tác GDTC trong nhà trường. Tạo điều kiện tập huấn hàng năm cho 100% đội ngũ GV dạy GDTC để đảm bảo cập nhật nhanh nhất những thay đổi về nội dung, phương pháp giảng dạy GDTC trong nhà trường.

Xây dựng và hoàn thiện hệ thống các cuộc thi, các hoạt động thể chất trong nhà trường. Nhà trường chú trọng đến các giải thưởng, kịp thời khuyến khích, động viên trong cuộc thi thể thao dành cho HS. Đây sẽ là nguồn động lực để thúc đẩy GDTC phát triển nhanh chóng.

Nâng cao vai trò, vị trí của môn GDTC trong nhà trường là một trong những mục tiêu quan trọng góp phần phát triển toàn diện HS theo tinh thần của việc thực hiện chương trình giáo dục phổ thông mới năm 2018. Đây là tiền đề để có được các thế hệ trẻ khỏe mạnh, năng động, góp phần xây dựng và phát triển đất nước.

- Nhà trường cần làm công tác tâm lý cho phụ huynh và HS. Hiện nay theo một số khảo sát từ thực tế về môn học GDTC trong nhà trường thì có khoảng trên 90% phụ huynh, HS coi đó là môn học phụ nên không có ý thức rèn luyện và đầu tư môn học. Do đó nhà trường cần phải chú trọng công tác tuyên truyền về vai trò của GDTC đến phụ huynh, GV và HS để từ đó thay đổi cách nhìn, tư duy về vị trí GDTC trong trường học.

- Sắp xếp môn học GDTC thành buổi học độc lập không xen kẽ vào các môn học văn hoá. Một khi sắp xếp học riêng biệt, HS sẽ trang phục đúng quy định, các em thoải mái trong tiết học mà không lo ảnh hưởng đến các môn học khác. Từ đó sẽ tạo động lực, hứng thú HS sẽ hoàn thành tốt trách nhiệm, chất lượng hiệu quả tiết học được nâng cao.

- Nhà trường phải đa dạng sự lựa chọn của HS trong việc chọn các nội dung môn học. Bởi vì nội dung GDTC được chia thành hai giai đoạn. Ở giai đoạn giáo dục cơ bản, môn học này giúp HS biết cách chăm sóc sức khỏe và vệ sinh thân thể; hình thành thói quen tập luyện nâng cao sức khỏe; hình thành kỹ năng vận động cơ bản, phát triển tố chất thể lực. HS

được lựa chọn nội dung hoạt động thể dục thể thao phù hợp với thể lực của mình và khả năng đáp ứng của nhà trường. Ở giai đoạn định hướng nghề nghiệp (tức cấp THPT) ngoài việc tiếp tục phát triển các kỹ năng như ở giai đoạn giáo dục cơ bản, những HS có năng khiếu thể thao có thể tự chọn nội dung học phù hợp nhằm định hướng nghề nghiệp cho bản thân. Do đó nhà trường phải có kế hoạch giáo dục phù hợp.

- Nhà trường phải làm tốt công tác định hướng nghề nghiệp. Lâu nay việc định hướng nghề nghiệp ở các trường phổ thông chỉ tập trung chú trọng đến các tổ hợp môn văn hoá còn hầu như không quan tâm đến các ngành có sự lựa chọn môn Giáo dục thể chất. Vì thế, nhà trường cần quan tâm định hướng, tuyên truyền đến HS, phụ huynh các ngành nghề để các em lựa chọn, đặc biệt những HS có năng khiếu, tố chất thể dục, thể thao. Các lĩnh vực nghề nghiệp liên quan mật thiết đến ngành GDTC phải kể đến như:

+ Tham gia và huấn luyện thể thao gồm: vận động viên thi đấu chuyên nghiệp; huấn luyện viên thể thao; giảng viên thể thao; nhân viên cứu hộ; trọng tài viên,...

+ Tổ chức và kiểm tra trong thể thao gồm: quản lý vận động viên; thanh tra thể thao ban tổ chức các sự kiện thể thao,...

+ Kinh doanh thương mại và truyền thông trong thể thao gồm: quản lý phòng tập thể chất; quản lý truyền thông thể thao; quản lý dự án sự kiện thể thao; phóng viên, biên tập viên, bình luận viên thể thao,...

### 2.3.3. Đối với giáo viên dạy môn Giáo dục thể chất

GV đóng vai trò hết sức quan trọng trong việc nâng cao chất lượng môn học.

GV phải không ngừng trau dồi kỹ năng, phẩm chất đạo đức nghề nghiệp, sử dụng các phương pháp giảng dạy phù hợp và linh hoạt, GV phải tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích môn học, thay đổi phương pháp dạy để tạo ra không khí thi đua trong lớp học.

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. Đưa ra chỉ tiêu phấn đấu ở từng nội dung và toàn lớp học, cải tiến giáo án phù hợp với nhu cầu và sở thích của HS. GV cần phải nghiên cứu kỹ nội dung, chương trình giảng dạy, bài giảng phải súc tích, khoa học và cải tiến phương pháp giảng dạy.

GV phải giải thích kỹ thuật trong nội dung học. Việc giải thích là giúp HS có mục đích, hiểu nắm được từng phần kỹ thuật động tác, tạo điều kiện cho HS tiếp nhận bài tập chính xác về mặt kỹ thuật; thường khi mô tả phải diễn ra đồng thời với quá trình

làm động tác mẫu. Lời giải thích của GV phải ngắn gọn, chính xác, dễ hiểu. Việc giải thích cần được chú ý giúp HS nắm vững nét cơ bản kỹ thuật qua đó nhằm củng cố kỹ năng, kỹ xảo vận động, tránh được những sai sót mắc phải trong tập luyện, đánh giá được ý thức thực hiện bài tập của HS.

GV cần phải tác động vào cả nhận thức, hình thành xúc cảm cũng như hành động của HS. Trong các tiết học GV cần giúp HS nhận thức đúng, đầy đủ về môn học, tạo không khí thoải mái, vui vẻ trong giờ học, đánh giá công bằng, cải tiến nội dung, phương pháp dạy, nắm bắt được tâm sinh lý của từng HS, đặc biệt quan tâm những em có bệnh lý.

GV cần xây dựng tốt mối quan hệ thầy – trò, thường xuyên quan tâm, khuyến khích, kiểm tra, đánh giá đúng, công bằng, tôn trọng HS, nhiệt tình dạy dỗ, biết cổ vũ, khích lệ, động viên các em học tập, giúp các em tự tin và mạnh dạn thực hiện động tác kỹ thuật cho GV xem và sửa chữa lỗi kỹ thuật cho các em.

GV cần đưa ra chỉ tiêu phấn đấu cho từng nội dung và toàn lớp học, tạo ra không khí thi đua trong lớp học. Sau mỗi buổi tập, GV giao nhiệm vụ về nhà cho HS.

### 2.3.4. Phối hợp với chính quyền địa phương tổ chức các hoạt động giáo dục học sinh

Thiết lập mối quan hệ giữa gia đình – nhà trường – xã hội để nâng cao nhận thức cộng đồng về trách nhiệm chăm lo, làm tốt công tác xã hội hoá giáo dục. Tạo điều kiện để các em tham gia các hoạt động thể dục, thể thao ở địa phương mình.

## 3. Kết luận

GDTC là môn học có vai trò quan trọng trong các cấp học. Đây cũng là vấn đề thực hiện nhiệm vụ giáo dục con người toàn diện mà Đảng và Nhà nước ta rất quan tâm. Nâng cao chất lượng GDTC trong trường học không chỉ xây dựng môi trường học tập tích cực, rèn luyện sức khoẻ mà còn góp phần giảm đi các tệ nạn xã hội. Do vậy chúng ta cần nâng cao ý thức hơn nữa trong công tác dạy và học để đáp ứng mục tiêu đề ra của chương trình tổng thể 2018.

### Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục & Đào tạo (2018), *Chương trình giáo dục phổ thông Giáo dục thể chất*, NXB Giáo dục, Hà Nội

2. Nguyễn Duy Quyết, Nguyễn Thị Hương Giang (2022), Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội, *Tạp chí khoa học GDTC và thể thao trường học – số 02/2022*

3. Bộ Giáo dục & Đào tạo (2019), *Nâng cao nhận thức về vai trò GDTC và thể thao trường học*, Hà Nội.