

LỰA CHỌN CÁC PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC PHÁT HUY TÍNH TÍCH CỰC HỌC TẬP MÔN THỂ DỤC CHO HỌC SINH TRƯỜNG THPT HỮU NGHỊ QUỐC TẾ

NGUYỄN THỊ NHUNG

Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Ngày nhận bài: 11/11/2021; Ngày phản biện, biên tập và sửa chữa: 22/11/2021; Ngày duyệt đăng: 01/12/2021

ABSTRACT

Through the research process, we have selected a number of teaching methods (PPGD) to promote the active learning of physical education of the students of the International friendship high school. The initial application of teaching methods in a positive direction in teaching practice has assessed the effectiveness of teaching and learning outcomes for students.

Keywords: Selection, active teaching methods, students, international friendship high school.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) ở trường THPT Hữu nghị Quốc tế hiện nay về cơ bản đã được thực hiện một cách nghiêm túc theo sự chỉ đạo và hướng dẫn của Phòng Giáo dục và Đào tạo Thành phố (TP) Hải Phòng. Tuy nhiên, chất lượng giáo dục nói chung và GDTC nói riêng phụ thuộc vào nhiều nhân tố khác nhau, có những nhân tố gián tiếp nhưng cũng có những nhân tố trực tiếp. Trong số các nhân tố trực tiếp thì ý thức, tinh thần thái độ học tập của học sinh (HS) là hết sức quan trọng.

Qua quan sát một số giờ học thực hành môn Thể dục ở Trường THPT Hữu nghị Quốc tế, Quận Lê Chân, TP. Hải Phòng, chúng tôi nhận thấy, trong lúc tập luyện, nhiều HS còn thiếu tập trung, không khí tập luyện trầm lắng và buồn tẻ, lượng vận động trong giờ học còn ít, mật độ luyện tập còn thưa, kết quả điểm học tập GDTC còn thấp. Từ thực tế trên đòi hỏi cần phải ứng dụng phương pháp giảng dạy nhằm phát huy tính tích cực học tập của HS cao hơn nữa mới có thể khắc phục được các yếu điểm trên để nâng cao hiệu quả dạy học môn Thể dục. Vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: “*Lựa chọn các phương pháp dạy học phát huy tính tích cực học tập môn Thể dục cho học sinh Trường THPT Hữu nghị Quốc tế*”.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

1. Xác định cơ sở lựa chọn ứng dụng các phương pháp dạy học phát huy tính tích cực học tập của HS học tập môn Thể dục ở Trường THPT Hữu nghị Quốc tế

Để có thể lựa chọn được các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS đưa vào ứng dụng trong thực tiễn dạy học môn Thể dục ở Trường THPT Hữu nghị Quốc tế

chúng tôi đã tham khảo các tài liệu chuyên ngành như: Lý luận dạy học TĐTT, Lý luận và Phương pháp GDTC, Lý luận và Phương pháp TĐTT trường học, Học thuyết huấn luyện. Bước đầu tổng hợp được 4 nguyên tắc trong lựa chọn PPDH. Để tăng thêm độ tin cậy và tính khách quan trong việc xác định nguyên tắc lựa chọn PPDH phát huy tính tích cực học tập cho HS THPT Hữu nghị Quốc tế. Chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 24 cán bộ quản lý giáo dục, giáo viên(GV) có kinh nghiệm trong dạy học môn Thể dục ở Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng và Trường THPT Hữu nghị Quốc tế. Cả 4 nguyên tắc bước đầu tổng hợp và đề xuất đã đạt được số điểm so với tổng điểm tối đa từ 93,33% đến 100%. Bởi vậy, chúng tôi đã sử dụng cả 5 nguyên tắc này làm thành các tiêu chí để rà soát lựa chọn các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS, đó là: Nguyên tắc xuất phát từ mục tiêu và mục đích dạy học, nguyên tắc hợp lý, nguyên tắc tính hiệu quả và nguyên tắc tính mới lạ.

2. Đề xuất các PPDH phát huy tính tích cực để ứng dụng trong dạy học môn Thể dục cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế

Dựa trên cơ sở lý luận, thực tiễn đề đề xuất các PPDH và dựa vào các nguyên tắc đã xác định ở phần trên. Chúng tôi đã sử dụng 4 PPDH để phát huy tính tích cực học tập của HS, đó là: PPDH phân nhóm, phương pháp ứng dụng công nghệ thông tin, phương pháp trò chơi vận động, phương pháp kiểm tra thi đấu.

Sau khi bước đầu lựa chọn các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS, thông qua thực tiễn các điều kiện cơ sở vật chất và đặc điểm đối tượng dạy học. Để tăng thêm tính khách quan và độ tin cậy trong việc lựa chọn các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS ứng dụng trong dạy học môn Thể dục cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế. Chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 24 chuyên gia. Nội dung phỏng vấn là đánh giá mức độ ưu tiên (ưu tiên 1: 5 điểm, ưu tiên 2: 3 điểm, ưu tiên 3: 1 điểm) đối với các PPDH phát huy tính tích cực học tập của người học. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1[1 tr 2].

TT	Một số PPDH phát huy tính tích cực học tập của người học	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm đạt được	Tỷ lệ % so với tổng điểm tối đa
		n	Điểm đạt được	n	Điểm đạt được	n	Điểm đạt được		
1	PPDH phân nhóm	21	105	2	6	1	1	112	93,33
2	PPDH ứng dụng CNTT	22	110	2	6	-	-	116	96,66
3	Phương pháp trò chơi vận động	22	110	2	6	-	-	116	96,66
4	Phương pháp kiểm tra thi đấu	22	110	1	3	1	1	114	95,00
5	Các phương pháp khác:								
	- Phương pháp tự học	3	15	3	9	14	14	38	31,66
	- Phương pháp tình huống	1	5	2	6	12	12	23	19,16

Bảng 1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế (n=24)

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 1 cho thấy, có 4 PPDH phát huy tính tích cực học tập đã đề xuất đều đạt tỷ lệ số điểm so với tổng điểm tối đa từ 93,33% đến 96,66%. Ngoài ra, một số chuyên gia còn đề xuất thêm 2 phương pháp là: Phương pháp tự học và PPDH tình huống nhưng tỷ lệ số phiếu chỉ đạt 19,16% đến 31,66% so với tổng số điểm tối đa. Bởi vậy, chúng tôi chỉ lựa chọn 4 phương pháp có tỷ lệ điểm cao để ứng dụng vào thực tiễn dạy học môn Thể dục cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế..

3. Tổ chức triển khai thực nghiệm các PPDH phát huy tính tích cực để ứng dụng trong dạy học môn Thể dục cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế.

Đối tượng thực nghiệm được lựa chọn một cách ngẫu nhiên là 68 HS của hai lớp 11 Trường THPT Hữu nghị Quốc tế, gồm 41 nam và 27 nữ. Trong đó lớp 11B1 gồm 32 HS (20 nam và 12 nữ) làm nhóm thực nghiệm. Lớp 11B2 gồm 35 HS (có 21 nam và 15 nữ) làm nhóm đối chứng.

Thời gian thực nghiệm là 1 học kỳ. Từ tháng 8/2020 đến tháng 12/2020 tại Trường THPT Hữu nghị Quốc tế..

Sau khi đã lựa chọn phân nhóm thực nghiệm ứng dụng các PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS chúng tôi đã dựa vào tiến trình dạy học môn Thể dục của trường sở tại, căn cứ vào nội dung dạy học để tiến hành ứng dụng các PPDH đã lựa chọn.

4. Đánh giá kết quả ứng dụng các PPDH phát huy tính tích cực học tập cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế.

4.1. Đánh giá hiệu quả ứng dụng các PPDH đối với sự phát triển thể chất của HS

Sau một học kỳ ứng dụng các PPDH phát huy tính tích cực học tập cho HS nhóm thực nghiệm, còn nhóm đối chứng vẫn sử dụng các PPDH truyền thống là giảng giải và làm mẫu động tác tập luyện lặp lại theo kiểu luân lưu dòng chảy...

Chúng tôi kiểm tra các chỉ tiêu đánh giá thể chất như đã sử dụng để kiểm tra phân nhóm ban đầu. Số liệu kiểm tra được xử lý theo hai thuật toán tính nhíp tăng trưởng và so sánh hai số trung bình. Kết quả được trình bày ở bảng 2 và 3[2,3 tr 3 - 4].

Chỉ tiêu kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 20)				Nhóm đối chứng (n = 21)				Chênh lệch (w %)
	V ₁	V ₂	d	W%	V ₁	V ₂	d	W%	
1. Chiều cao cơ thể (cm)	158,8	160,2	1,40	0,87	159,9	160,3	1,40	0,087	00,0
2. Trọng lượng cơ thể (kg)	49,60	50,80	1,20	2,38	49,70	50,95	1,25	2,48	0,10
3. Chỉ số Quetelet (kg/dm)	3,12	3,14	0,02	0,63	3,10	3,15	0,91	0,620	0,01
4. Chỉ số BMI (kg/m ²)	19,86	19,72	0,14	0,70	19,98	19,80	0,18	0,90	0,2
5. Chỉ số công năng tim (l)	11,35	10,25	1,10	10,32	11,31	10,80	0,51	4,61	5,71
6. Chạy 30 m XPC (s)	5,15	4,75	0,40	6,00	5,14	4,98	0,16	3,16	3,86
7. Bật xa tại chỗ (cm)	204,5	218,5	14,0	8,08	205	210	15,0	2,40	5,68

Bảng 2: Nhíp tăng trưởng thành tích các chỉ tiêu thể chất của nam HS hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Chỉ tiêu kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 12)	Nhóm đối chứng (n = 15)	Chênh lệch
-------------------	------------------------------	----------------------------	------------

	V ₁	V ₂	d	W%	V ₁	V ₂	d	W%	(w %)
1. Chiều cao cơ thể (cm)	150,00	151,6	1,6	1,06	150,5	152	1,50	0,99	0,17
2. Trọng lượng cơ thể (kg)	45,60	46,80	1,20	2,59	45,8	46,9	1,10	2,42	0,17
3. Chỉ số Quetelet(kg/dm)	3,040	3,120	0,080	2,59	3,050	3,130	0,080	2,58	0,01
4. Chỉ số BMI BMI(kg/m ²)	20,22	20,30	0,08	0,39	20,25	20,40	0,12	0,58	0,19
5. Chỉ số công năng tim (l)	11,12	10,02	1,10	10,92	11,11	10,88	0,23	2,08	8,89
6. Chạy 30 m XPC (s)	5,85	5,42	0,43	7,17	5,84	5,68	0,16	2,77	4,40
7. Bật xa tại chỗ (cm)	170	184	140	7,90	171	176	5,0	2,81	5,09

Bảng 3: Nhịp tăng trưởng thành tích về các chỉ tiêu thể chất của nữ HS ở hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Qua bảng 2 và 3 cho thấy, cả hai đối tượng nam và nữ ở cả hai nhóm thực nghiệm và đối chứng về các chỉ tiêu đều tăng trưởng tương đối tốt, song nam tăng trưởng cao hơn nữ, nhất là các chỉ tiêu hình thái và chức năng cơ thể của HS nhóm thực nghiệm có nhịp tăng trưởng nhanh hơn nhóm đối chứng. Các chỉ tiêu sức mạnh và tốc độ có nhịp tăng trưởng tương đối cao: Nam từ 6,0% đến 9,30%, nữ từ 7,17% đến 11,6%.

Kết quả tăng trưởng các chỉ tiêu thể chất của HS THPT Hữu nghị Quốc tế. có thể được lý giải là một phần do sự tăng trưởng tự nhiên và sự phát dục trưởng thành của cơ thể, mặt khác cũng chịu tác động khá rõ rệt của phương pháp tập luyện TDĐT. Nhóm tập luyện theo PPDH phát huy tính tích cực của HS có hiệu quả phát triển thể chất cao hơn nhóm tập luyện theo các phương pháp thông lệ.

Để làm rõ hơn bản chất và ý nghĩa về sự khác biệt giá trị tăng trưởng của các chỉ tiêu thể chất giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng chúng tôi tiến hành xử lý số liệu bằng thuật toán so sánh hai số trung bình. Kết quả được trình bày ở bảng 4 và 5[4,5 tr 4-5].

Các chỉ tiêu kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 20)		Nhóm đối chứng (n = 21)		Sự khác biệt	
	\bar{X}	δ	\bar{X}	δ	t	p
1. Chiều cao cơ thể (cm)	160,20	6,25	160,3	6,50	0,426	>0,05
2. Trọng lượng cơ thể (kg)	50,80	3,90	50,95	4,05	0,268	>0,05
3. Chỉ số Quetelet(kg/dm)	3,14	0,29	3,105	0,285	0,624	>0,05
4. Chỉ số BMI(kg/m ²)	19,72	1,55	19,80	1,65	0,714	>0,05
5. Chỉ số công năng tim (l)	10,25	0,98	10,80	0,96	2,076	<0,05
6. Chạy 30 m XPC (s)	4,75	0,46	4,98	0,48	2,146	<0,05
7. Bật xa tại chỗ (cm)	218,5	20,08	210	19,15	2,207	<0,05

Bảng 4: Các thông số thống kê so sánh sự phát triển các chỉ tiêu thể chất của HS nam giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Các chỉ tiêu kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 12)		Nhóm đối chứng (n = 15)		Sự khác biệt	
	\bar{X}	δ	\bar{X}	δ	t	p
1. Chiều cao cơ thể (cm)	151,6	13,50	152,0	14,00	0,425	>0,05

2. Trọng lượng cơ thể (kg)	46,80	4,05	46,90	3,90	0,289	>0,05
3. Chỉ số Quetele (kg/dm)	3,12	0,290	3,15	0,30	0,315	>0,05
4. Chỉ số BMI (kg/m ²)	20,30	1,89	2,040	1,92	0,385	>0,05
5. Chỉ số công năng tim (l)	10,02	0,98	10,88	0,96	2,268	<0,05
6. Chạy 30 m XPC (s)	5,42	0,52	5,68	0,52	2,194	<0,05
7. Bật xa tại chỗ (cm)	184	16,5	176	16,2	2,162	<0,05

Bảng 5: Các thông số thống kê so sánh sự phát triển các chỉ tiêu thể chất của HS nữ giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Qua kết quả so sánh sự phát triển thể chất của nam và nữ HS giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng cho thấy, các chỉ tiêu hình thái cơ thể của HS nam và nữ giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng không có sự khác biệt có ý nghĩa ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $P > 0,05$). Điều này có thể được giải thích là dạy học Thể dục theo hai loại PPDH nêu trên đều có tác dụng thúc đẩy sự phát triển cơ thể. Mặt khác, do thời gian thực nghiệm ngắn (1 học kỳ) chưa thể hiện được sự khác biệt về hiệu quả phát triển hình thái cơ thể HS của hai loại PPDH.

Có 4 chỉ số hình thái cơ thể (chiều cao, trọng lượng, chỉ số Quetelet và chỉ số BMI phụ thuộc vào nhiều yếu tố: Dinh dưỡng, di truyền, môi trường sống... Bởi vậy, thực nghiệm trong thời gian ngắn những bài tập thể chất chưa đủ độ tác động để phát triển các chỉ số này. Vì vậy, hình thái nhóm đối chứng và thực nghiệm chưa có sự khác biệt có ý nghĩa ($P > 0,05$).

4.2. Đánh giá hiệu quả các PPDH phát huy tính tích cực học tập qua kết quả điểm môn Thể dục của HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế.

Để kiểm chứng hiệu quả của nhóm PPDH phát huy tính tích cực học tập ứng dụng cho nhóm thực nghiệm, chúng tôi đã tiến hành kiểm tra và so sánh kết quả điểm học tập môn Thể dục giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm qua hai thuật toán: So sánh tỷ lệ HS đạt được điểm học tập trung bình trở lên giữa hai nhóm bằng tính X^2 và thuật toán so sánh hai số trung bình điểm học tập môn Thể dục giữa hai nhóm. Kết quả xử lý số liệu được trình bày ở bảng 6 và 7 [6,7 tr5 -6].

Giới tính	Môn kiểm tra	Nhóm TN	Số HS đạt yêu cầu			Số HS không đạt yêu cầu		Tỷ lệ % HS đạt yêu cầu	X^2
			Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém		
			Số HS	Số HS	Số HS	Số HS	Số HS		
Nam	Nhảy cao năm nghiêng qua xà	Nhóm TN (n=20)	6	10	13	1	0	96,66	16,82
		Nhóm ĐC (n=21)	3	9	14	3	2	83,87	
Nữ	Nhảy cao năm nghiêng qua xà	Nhóm TN (n=12)	5	8	10	1	0	95,83	14,96
		Nhóm ĐC (n=15)	4	7	10	2	1	87,75	

Bảng 6. So sánh tỷ lệ % số HS có kết quả học tập đạt yêu cầu trở lên của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

So sánh tỷ lệ HS đạt kết quả học tập từ trung bình trở lên giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng trên cả 2 đối tượng nam và nữ đều cho kết quả X^2 đạt từ 14,96% đến 16,82%, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Tỷ lệ HS đạt trung bình trở lên của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn nhóm đối chứng, hay nói cách khác giảng dạy theo PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS đã có hiệu quả tốt hơn hẳn so với giảng dạy theo PPDH truyền thống.

Giới tính	Môn học	Nhóm TN		Nhóm ĐC		Sự khác biệt	
		\bar{X}	δ	\bar{X}	δ	t	p
Nam (nA = 20; nB = 21)	Nhảy cao năm nghiêng qua xà (điểm)	8,25	0,80	7,45	0,74	2,421	<0,05
Nữ (nA = nB = 27)	Nhảy cao năm nghiêng qua xà (điểm)	8,15	0,80	7,20	0,71	2,568	<0,05

Bảng 7: Kết quả so sánh điểm trung bình học tập môn Thể dục của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Kết quả trình bày ở bảng 7 cho thấy, điểm trung bình học tập môn nhảy cao của HS nam và nữ nhóm thực nghiệm so với nhóm đối chứng đều có $t_{tính} > t_{bảng}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê, hay nói cách khác nhóm PPDH phát huy tính tích cực học tập của HS ứng dụng cho nhóm thực nghiệm đã có hiệu quả tốt hơn hẳn so với các PPDH truyền thống mà các GV trường sở tại vẫn thường sử dụng đã ứng dụng cho nhóm đối chứng.

III. KẾT LUẬN

Thực tế lựa chọn các phương pháp giảng dạy khoa học, phù hợp với đối tượng giảng dạy là điều hết sức quan trọng để nâng cao chất lượng dạy - học. Vì vậy, để nâng cao chất lượng giảng dạy môn Thể dục cho HS Trường THPT Hữu nghị Quốc tế thì việc nghiên cứu đổi mới PPDH theo hướng giảng dạy tích cực nhằm nâng cao chất lượng đào tạo là hết sức cần thiết. Từ đó chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu lựa chọn được PPDH mang lại hiệu quả cao trong giảng dạy là: PPDH phân nhóm, phương pháp trò chơi vận động, phương pháp kiểm tra thi đấu, phương pháp ứng dụng CNTT.

Cả 4 PPDH trên được kiểm định qua thực nghiệm sư phạm trên đối tượng 68 HS nam và nữ khối lớp 11 Trường THPT Hữu nghị Quốc tế trong 1 học kỳ cho thấy: 5 PPDH được lựa chọn đã cho hiệu quả rõ rệt đối với việc nâng cao các tố chất thể lực và kết quả điểm học tập môn Thể dục cho HS với độ tin cậy thống kê ($P < 0,05$). Kết quả nghiên cứu của đề tài có thể ứng dụng để giảng dạy môn Thể dục cho học sinh các khối lớp của các trường THPT Hữu nghị Quốc tế hoặc làm tài liệu tham khảo cho các đề tài nghiên cứu về các phương pháp dạy học trong các trường THPT.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*, Hà Nội, 2003.
2. Ngũ Duy Anh, Vũ Đức Thu, “*Một số giải pháp về GDTC học đường góp phần nâng cao tầm vóc và thể trạng học sinh phổ thông giai đoạn 2004-2010*”, Tạp chí Khoa học TDTT, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội, 2004
3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên, *Sinh lý học thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội, 2003.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn, *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội, 1993.
5. Nguyễn Đức Văn, *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội, 2000.