

GIẢI PHÁP ĐỔI MỚI PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY CÁC HỌC PHẦN MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢN LÝ VÀ CÔNG NGHỆ HẢI PHÒNG

NGÔ QUỐC HƯNG

Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Ngày nhận bài:17/08/2023;Ngày phản biện,biên tập và sửa chữa:25/08/2023;Ngày duyệt đăng: 05/09/2023

ABSTRACT

On the basis of assessing the situation of teaching and learning activities at University of Management and Technology Hai Phong. We select and apply some solution to innovative the teaching methods of physical education subjects, positive contribution improvements in teaching methods and appropriate leaning to practice sport activities of student and facilities of the school.

Keywords: Solution, innovative, teaching methods, physical education, students,University of Management and Technology Hai Phong

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng đã nghiêm túc và phê kịp thời thực hiện Thông tư 25 ngày 14/10/2015 của Bộ Giáo dục - Đào tạo và ban hành chương trình môn học giáo dục thể chất (GDTC) đối với sinh viên Đại học, cao đẳng và liên thông hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ của nhà trường. Nhà trường đã chú trọng xây dựng đội ngũ giáo viên, đầu tư xây dựng nhà tập thể chất, nâng cấp sân tập, bãi tập ... và thành lập câu lạc bộ thể dục thể thao. Tuy nhiên, qua thực tế giảng dạy cho thấy mặc dù đã có nhiều cố gắng và có những thành công nhất định song công tác GDTC còn nhiều bất cập như: Cơ sở vật chất của Nhà trường chưa đáp ứng đủ cho nhu cầu tập luyện ngoại khóa và rèn luyện thể thao của sinh viên; Chương trình môn học GDTC còn nhiều bất cập; Nhận thức của SV về vai trò và tác dụng của GDTC còn chưa đầy đủ; đặc biệt là phương pháp giảng dạy của giảng viên chưa có nhiều đổi mới. Nghiên cứu vấn đề này được vận dụng theo nguyên tắc kế thừa, kết quả nghiên cứu của bước trước là cơ sở nghiên cứu cho bước tiếp theo và cuối cùng là đi đến đánh giá thực trạng giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh viên của trường.

Vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu “Giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng”.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

1. Những căn cứ và nguyên tắc đề xuất giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Để lựa chọn được các giải pháp, chúng tôi dựa trên căn cứ: Một là, các quan điểm Đảng và Nhà nước về đổi mới GDTC trong hệ thống các trường học. Hai là, căn cứ vào thực trạng phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC của trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng hiện nay. Ba là, căn cứ vào cơ sở lý luận, qua phân

tích thực trạng công tác tổ chức, quản lý công tác GDTC cho SV tại nhà trường thời gian qua, qua tham khảo các tài liệu có liên quan.

Các giải pháp được lựa chọn để đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC ở trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng cần đảm bảo các nguyên tắc: Nguyên tắc thực tiễn; Nguyên tắc phù hợp nguyện vọng; Nguyên tắc tự giác lựa chọn môn thể thao; Nguyên tắc thích hợp và cá biệt hóa

2. Lựa chọn các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Dựa trên những căn cứ và nguyên tắc đề xuất giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng, chúng tôi đã lựa chọn được 6 giải pháp và tiến hành phỏng vấn 35 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, giáo viên GDTC của Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy tại các khoa GDTC các trường Đại học như: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Khoa Sư phạm GDTC Trường Đại học Sư phạm Hà Nội. Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ cần thiết của các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng. Kết quả được trình bày ở bảng 1[1tr2].

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n= 35)					
		Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		n	%	n	%	n	%
1	Đẩy mạnh tuyên truyền giáo dục về ý nghĩa vai trò của GDTC và GDTC đối với sức khỏe và xã hội	33	94,3	2	5,7	0	0
2	Tích cực sử dụng phương pháp trực quan trong giảng dạy và tổ chức dạy học	32	91,4	3	8,6	0	0
3	Sử dụng thường xuyên phương pháp thích hợp và cá biệt hóa trong đột từng buổi lên lớp cụ thể	28	80,0	5	14,3	2	5,7
4	Tích cực vận dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu trong quá trình giảng dạy	29	82,8	5	14,3	1	2,9
5	Phương pháp tăng dần yêu cầu	32	91,4	3	8,6	0	0
6	Phương pháp kiểm tra, đánh giá	30	85,7	4	11,4	1	2,9

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng (n=35)

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 06 giải pháp được lựa chọn đều được các chuyên gia đánh giá khi đưa vào giảng dạy là rất cần thiết và các ý kiến trả lời từ 80,0% đến 94,3%. Đồng thời, qua quá trình phỏng vấn trực tiếp các nhà chuyên môn, các nhà quản lý, tất cả các ý kiến đều thống nhất cho rằng để nâng cao hiệu quả dạy học các học phần môn học GDTC thì không thể chỉ sử dụng một giải pháp đơn lẻ mà phải có sự kết hợp một cách đồng bộ hệ thống các giải pháp mà đề tài đã đưa ra. Vì vậy, đề tài tiến hành lựa chọn cả 6 giải pháp trên.

3. Xây dựng nội dung các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Quá trình xây dựng nội dung các giải pháp được tiến hành đảm bảo tính khoa học của tiến trình đổi mới, phù hợp với thực tiễn khách quan trong giáo dục đại học, phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất và trình độ chuyên môn của giảng viên. Song các chuyên gia cũng khuyến cáo, để có thể khẳng định được tính ưu việt của các giải pháp phải kiểm định được tính hiệu quả của nó trong thực tiễn giảng dạy môn học GDTC. Mỗi giải pháp có vị trí, vai trò, giá trị và ý nghĩa khác nhau, nhưng rất quan trọng. Vì vậy không được tách rời, tuyệt đối hóa hoặc xem nhẹ một giải pháp nào. Thực hiện đồng bộ các giải pháp trên sẽ tạo sức mạnh tổng hợp nhằm đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng hiện nay.

3.1. Đẩy mạnh tuyên truyền giáo dục về ý nghĩa vai trò của GDTC và GDTC đối với sức khoẻ và xã hội

Mục đích: Trang bị cho SV những kiến thức về vai trò của môn học GDTC và GDTC đối với sức khoẻ và xã hội qua đó hình thành động cơ học tập đúng đắn, tích cực và chủ động chiếm lĩnh tri thức của môn học.

Nội dung: Giảng viên giảng dạy GDTC phải có nhiệm vụ thông qua bài giảng, liên hệ với thực tế giúp SV hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của GDTC; Tổ chức cuộc thi tìm hiểu về GDTC, phổ biến kiến thức khoa học về trực quan sinh động giúp SV cảm nhận GDTC thông qua hội thảo, tọa đàm; Theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng về thông tin GDTC của nước ta và thế giới.

Cách thức tiến hành: Phối hợp với các phòng ban chức năng, đặc biệt là Trung tâm GDTC và Thể thao, phòng Đào tạo, Công tác sinh viên, Đoàn thanh niên ... quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà về công tác GDTC và môn học GDTC; Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục như: Thông qua giờ học nội ngoại khóa, các buổi sinh hoạt cuối tuần, các bảng tin thể thao, các buổi sinh hoạt câu lạc bộ, các cuộc hội thảo và thi tìm hiểu về GDTC; Phối hợp với các bộ phận chức năng xây dựng chế độ khen thưởng các SV có ý thức tốt trong giờ học; Phối hợp với nhà trường để đưa điểm thi kết thúc của môn học GDTC cũng được tính điểm trung bình chung như các môn học khác.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua các thông số về số lượng buổi tuyên truyền, hình thức tuyên truyền và số lượng SV đã được tuyên truyền; Các tiêu chí đánh giá nhận thức của sinh viên về vị trí, vai trò và tầm quan trọng của môn học GDTC.

3.2. Tích cực sử dụng phương pháp trực quan trong giảng dạy và tổ chức dạy học

Mục đích: Giúp sinh viên hình thành kỹ năng kỹ xảo vận động.

Nội dung: Sử dụng phương pháp trực quan trong giảng dạy và tổ chức dạy học là “Dạy kỹ năng” truyền thụ kỹ thuật động tác, giúp sinh viên hình thành kỹ năng kỹ xảo vận động.

Cách thức thực hiện: Trong giảng dạy người giảng viên phải sử dụng phương pháp hài hòa, hợp lý đối với từng giáo án, mục tiêu của từng bài giảng. Vì tính trực quan là một tiền đề cần thiết để sinh viên tiếp thu động tác và là một điều kiện không thể tách rời trong hoàn thiện vận động; giảng viên phải thực hiện đảm bảo nguyên tắc phù hợp khi sử dụng phương pháp trực quan, thời điểm sử dụng phương pháp trực quan trực tiếp (làm mẫu, thị phạm kết hợp phân tích bằng lời nói tạo cảm nhận, hình dung về kỹ thuật bài tập cho SV) hay sử dụng phương pháp trực quan gián tiếp (tranh, ảnh, video) nghĩa là đưa SV từ trực quan sinh động đến tư duy trừu tượng để giúp SV cảm nhận được quá trình, giai đoạn thực hiện kỹ thuật vận động; giảng viên luôn lưu ý vận dụng hài hòa phương pháp này đối với các nội dung khác nhau của môn học GDTC.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua số lượng và tính tích cực tham gia tập luyện trong và sau giờ học môn GDTC của sinh viên.

3.3. Sử dụng thường xuyên phương pháp thích hợp và cá biệt hóa trong đợt từng buổi lên lớp cụ thể

Mục đích: Lựa chọn phương pháp giảng dạy sao cho tương ứng với khả năng của sinh viên.

Nội dung: Phương pháp này đòi hỏi giảng viên phải nắm được đặc điểm của từng SV trong lớp mình phụ trách để lựa chọn bài tập, phương pháp tập phù hợp, để giao nhiệm vụ cho SV từ đó lựa chọn việc dạy và giáo dục sao cho tương ứng với khả năng của SV.

Cách thức thực hiện: Giảng viên cần nắm được đặc điểm của từng SV do lớp mình phụ trách để lựa chọn bài tập, phương pháp tập phù hợp cho SV (lưu ý đặc điểm cả mặt thể chất và tinh thần của họ) để giao nhiệm vụ cho SV; Đây là nguyên tắc đặc biệt quan trọng vì trong quá trình giảng dạy và học tập sẽ gây tác dụng mạnh mẽ đến các chức năng quan trọng trong cơ thể sống. Nếu thực hiện một lượng vận động vượt quá mức cơ thể chịu đựng là đã có thể nảy sinh nguy cơ xấu đối với sức khỏe SV, gây hậu quả về sức khỏe, tinh thần và ngược lại. Do vậy đòi hỏi giảng viên thận trọng và tích cực trong quá trình giảng dạy và tổ chức dạy học.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua số lượng các phương pháp và các hình thức tập luyện mà giảng viên áp dụng. Đồng thời thông qua mức độ tập luyện chuyên cần của sinh viên.

3.4. Tích cực vận dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu trong quá trình giảng dạy

Mục đích: Thay đổi không khí buổi học, tạo sự hưng phấn, tạo tâm lý phấn khởi cho SV

Nội dung: Giảng viên lựa chọn những trò chơi thích hợp, phù hợp với điều kiện tâm lý và mục đích tổ chức buổi học để thay đổi không khí buổi học, tạo sự hưng phấn, tạo tâm lý tích cực cho SV.

Cách thức thực hiện: Giảng viên phải lựa chọn những trò chơi thích hợp, phù hợp với điều kiện và tâm lý, mục đích tổ chức buổi học; Việc áp dụng trò chơi lúc nào? thời điểm nào? đòi hỏi trước khi lên lớp giảng viên cần phải nắm vững, chẳng hạn như: giảng

dạy đầu phần cơ bản nếu áp dụng phương pháp trò chơi thì lựa chọn những trò chơi phát triển sức nhanh, mạnh, nếu áp dụng phương pháp trò chơi cuối buổi thì lựa chọn trò chơi mang tính thả lỏng, hồi tĩnh.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua số lượng các trò chơi giảng viên áp dụng. Đồng thời, thông qua tính tích cực và sự hăng say trong tập luyện của SV.

3.5. Sử dụng phương pháp tăng dần yêu cầu

Mục đích: Trong quá trình học không ngừng tăng yêu cầu khi thực hiện bài tập nhằm nâng cao kỹ năng thực hiện động tác.

Nội dung: Giảng viên sử dụng phương pháp tăng dần yêu cầu để kích thích mức độ biến đổi thích nghi trong cơ thể dưới sự tác động của lượng vận động bài tập thể chất trong những giới hạn nhất định tỷ lệ thuận với cường độ và khối lượng.

Cách thức thực hiện: Phương pháp này bắt buộc trong thực hiện nhiệm vụ GDTC của người giảng viên. Đòi hỏi người giảng viên phải thực sự sáng suốt trong áp dụng phương pháp phù hợp trong giảng dạy đối với việc tăng yêu cầu (gồm cường độ vận động, khối lượng vận động) để đạt hiệu quả cao trong công tác GDTC. Sử dụng phương pháp này đòi hỏi người giảng viên phải thường xuyên đổi mới nhiệm vụ theo xu thế chung là tăng lượng vận động, độ khó, yêu cầu kỹ chiến thuật ... từ buổi tập này sang buổi tập khác, tăng độ phức tạp của bài tập. Bởi lượng vận động lớn sẽ tạo nên sự biến đổi thích nghi lớn và quá trình hồi phục vượt mức ngày càng cao, sử dụng một lượng vận động nào đó trong một thời gian dài sẽ dẫn đến những phản ứng thích nghi của cơ thể, gây cản trở việc hình thành thích nghi mới.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua khối lượng thực hiện bài tập mà giảng viên áp dụng, thông qua mức độ thực hiện của SV đối với các bài tập được lựa chọn.

3.6. Phương pháp kiểm tra, đánh giá

Mục đích: Giúp SV có ý thức trong học tập và rèn luyện.

Nội dung: Giảng viên sử dụng phương pháp kiểm tra, đánh giá này nhằm đánh giá sự tiếp thu kỹ thuật động tác được giảng dạy ở giai đoạn dạy học ban đầu để đưa ra những nhận định về khả năng tiếp thu động tác (tiếp thu kỹ thuật, nội dung giảng dạy) đã truyền thụ.

Cách thức thực hiện: Trong giảng dạy GDTC nhất thiết cần sử dụng phương pháp kiểm tra, đánh giá để chỉ rõ những sai sót và sửa chữa ngay trong những lần tiếp theo và đưa ra sự điều chỉnh hợp lý về mức độ tập luyện; Việc kiểm tra sự tiếp thu để đưa ra sự đánh giá chính xác mức độ đáp ứng yêu cầu đối với bài cũ (kỹ thuật đã giảng dạy trước đó, sự chuyên cần, chịu khó của người học); Hướng dẫn SV các nội dung của tiêu chí đánh giá; Lập kế hoạch cho SV tập luyện các nội dung của tiêu chí đánh giá ngay trong giờ học chính khóa và ngoại khóa.

Cách đánh giá kết quả: Thông qua số lần kiểm tra, đánh giá việc tập luyện và rèn luyện của SV trong từng nội dung của các học phần GDTC.

4. Đánh giá hiệu quả ứng dụng các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng vào thực tiễn

Việc nghiên cứu ứng dụng các giải pháp nâng cao chất lượng dạy học các học phần môn học GDTC cho SV của nhà trường. Do đó, chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên 150 SV năm thứ 2 Khóa 25, trong đó có 50 SV nữ và được chia đều làm 2 nhóm (nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng). Thời gian thực nghiệm được tiến hành từ tháng 02/2022 đến tháng 6/2022. Kết quả được trình bày ở bảng 2[2tr 6].

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tiêu chuẩn RLTL	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		Sự khác biệt	
				Trước TN	Sau TN	t	p
1	Chạy 50m XPC (s)	Nam	7.70	7.95±0.93	7.73±0.64	2.436	<0.05
		Nữ	9.20	9.48±9.57	6.93±0.56	2.396	<0.05
2	Chạy 1000m (s)	Nam	230.00	237.65±23.87	231.11±18.64	2.423	<0.05
	Chạy 500m (s)	Nữ	155.00	157.39±15.63	152.79±12.52	2.259	<0.05
3	Bật xa không đà (cm)	Nam	210.00	202.11±21.16	206.69±16.55	2.367	<0.05
		Nữ	155.00	154.42±15.63	157.71±9.52	2.352	<0.05

Bảng 2: Kết quả kiểm tra, đánh giá trình độ thể lực so với tiêu chuẩn RLTT sau thực nghiệm ($n_{nam} = 110, n_{nữ} = 40$)

Qua bảng 2 ta thấy, kết quả kiểm tra trình độ thể lực theo các nội dung của tiêu chuẩn RLTT thì trình độ thể lực của cả nam, nữ thuộc nhóm thực nghiệm đã có sự khác biệt rõ rệt $t_{tính} > t_{bảng}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$, đồng thời tỷ lệ số SV đạt yêu cầu ở các nội dung kiểm tra cũng cao hơn hẳn so với trước thực nghiệm. Điều đó chứng tỏ việc ứng dụng các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng đã có chất lượng rõ rệt đối với việc nâng cao thể lực cho SV, chất lượng học tập.

III. KẾT LUẬN

Lựa chọn và xây dựng được 06 giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học GDTC tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng, cụ thể là: Đẩy mạnh tuyên truyền giáo dục về ý nghĩa vai trò của GDTC và GDTC đối với sức khỏe và xã hội, Tích cực sử dụng phương pháp trực quan trong giảng dạy và tổ chức dạy học, Sử dụng thường xuyên phương pháp thích hợp và cá biệt hóa trong từng buổi lên lớp cụ thể, Tích cực vận dụng phương pháp trò chơi và phương pháp thi đấu trong quá trình giảng dạy, Sử dụng phương pháp tăng dần yêu cầu, Phương pháp kiểm tra, đánh giá.

Các giải pháp đã được các chuyên gia kiểm định có tính khả thi cao khi áp dụng trong thực tiễn. Cả 6 giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy trên được kiểm định qua thực nghiệm sư phạm trên 150 SV khóa 25 trong một học kỳ tại trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng đã cho hiệu quả rõ rệt đối với việc nâng cao chất lượng và kết quả điểm học tập môn học GDTC cho SV với độ tin cậy thống kê ($P < 0.05$). Vì vậy, các trường Đại học trong cả nước có thể sử dụng kết quả nghiên cứu của đề tài để làm tài liệu tham khảo trong việc giảng dạy môn học GDTC cho SV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT quy định về Chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học ngày 14/10/2015 của Bộ GD&ĐT*.
2. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học thể dục thể thao*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
3. Lưu Quang Hiệp, Vũ Đức Thu (1989), *Nghiên cứu về sự phát triển thể chất sinh viên các trường Đại học*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.