

ĐỀ XUẤT CÁC BIỆN PHÁP NÂNG CAO TÍNH TỰ GIÁC, TÍCH CỰC CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP QUẢNG NINH TRONG GIỜ HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Phạm Thị Thu Hà

Trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh

Email: phamthithuha9294@gmail.com

TÓM TẮT

Tính tự giác, tích cực của sinh viên trong giờ học có ý nghĩa quyết định hiệu quả giáo dục. Trong thực tế công tác giảng dạy môn học giáo dục thể chất vẫn còn nhiều học sinh chưa tự giác, tích cực trong giờ học dẫn đến chất lượng giờ học giáo dục thể chất chưa cao. Bài viết đã đề xuất 6 biện pháp nhằm nâng cao tính tự giác, tích cực trong giờ học giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh.

Từ khóa: Biện pháp, nâng cao, hiệu quả, tự giác, tích cực, giáo dục thể chất.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tính tự giác, tích cực của sinh viên trong giờ học có ý nghĩa quyết định hiệu quả giáo dục. Nhờ tính tự giác, tích cực, sinh viên có thể đạt được nhiều tiến bộ trong học tập, lao động và trong đời sống. Do vậy, hình thành và phát triển tính tự giác, tích cực cho sinh viên là một trong các nhiệm vụ chủ yếu của giáo dục.



Hình 1. Sinh viên khởi động trong giờ GDTC

Quan sát một số giờ học giáo dục thể chất (GDTC) của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh, nhận thấy còn những tồn tại sau: nhiều học sinh, sinh viên thiếu tập trung, chưa tích cực tập luyện, không khí tập luyện chưa cao, lượng vận động thấp; ít sử dụng dụng cụ trong tập luyện; phương pháp giảng dạy chưa

hấp dẫn, chưa kích thích được hứng thú học, chưa phát huy được tính chủ động tự giác, tích cực học tập của sinh viên,... Từ đó dẫn đến chất lượng giờ học GDTC chưa cao. Xuất phát từ thực tiễn trên, tác giả đề xuất các biện pháp nâng cao tính tự giác, tích cực cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh trong giờ học GDTC.

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Các khái niệm liên quan

GDTC là: "Quá trình sư phạm nhằm giáo dục và đào tạo thế hệ trẻ, hoàn thiện về thể chất và nhân cách, nâng cao khả năng làm việc, và kéo dài tuổi thọ của con người".

Tự giác, tích cực học tập môn GDTC là thái độ lựa chọn đặc biệt của người học đối với kết quả, quá trình của sự lĩnh hội và vận dụng những tri thức cũng như kỹ năng của môn học GDTC, do thấy được sự hấp dẫn và ý nghĩa thiết thực của môn học đối với bản thân.

Tự giác, tích cực học tập môn GDTC của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh biểu hiện ở mặt nhận thức, xúc cảm, hành động và kết quả học tập.

Gồm 3 mức độ: tự giác, tích cực cao; trung bình; chưa có tự giác, tích cực.

2.2. Thực trạng tính tự giác, tích cực học tập môn GDTC của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh

Qua thực tế giảng dạy cho thấy hiệu quả của giờ học GDTC chưa cao. Nhiều học sinh thể hiện rõ sự căng thẳng, mệt mỏi, chán nản. Không có hứng thú đối với môn học, thường cảm thấy mệt mỏi sau mỗi buổi tập luyện mà chưa hiểu biết được về những biến đổi của các trạng thái sinh lý diễn ra trong cơ thể trước vận động, trong vận động và sau vận động. Nguyên nhân chính là do nhận thức của học sinh chưa thực sự sâu sắc về môn học từ đó học sinh không tạo cho mình hứng thú học tập, không phát huy được tính tự giác, tích cực trong tập luyện. Giáo viên chưa thể hiện rõ vai trò của mình, phương pháp giảng dạy chưa hấp dẫn, chưa thực sự chú trọng đến các giải pháp nhằm phát huy tính tự giác tích cực của học sinh trong giờ học GDTC. Sinh viên tập luyện theo kiểu đối phó, đi học để điể danh, nghỉ học không lý do nhiều.

Ngoài ra hiện tại cơ sở vật chất phục vụ cho giảng dạy môn học GDTC còn hạn chế, dụng cụ tập luyện còn thiếu và hư hỏng nhiều nên làm cho các em bị hạn chế trong các giờ học cũng như ảnh hưởng đến động cơ, hứng thú học tập và tính tự giác tích cực của học sinh, sinh viên.

Từ thực trạng trên việc đưa ra các biện pháp nâng cao tính tự giác tích cực của học sinh trong giờ học GDTC là hết sức cần thiết.

2.3. Các nguyên tắc được áp dụng khi đề ra biện pháp nhằm nâng cao tính tự giác, tích cực trong giờ học GDTC chính khóa cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh

Dựa trên các tài liệu về quan điểm và nguyên tắc GDTC; phương hướng mục tiêu phát triển thể dục thể thao (TDTT); lý luận và phương pháp GDTC trong trường học; tâm lý học TDTT; thực trạng và nguyên nhân dẫn tới sự thiếu tự giác, tích cực khi học môn GDTC của sinh viên, có bốn nguyên tắc được áp dụng khi xây dựng biện pháp nhằm nâng cao tính tự giác, tích cực đó là:

- Nguyên tắc tính thực tiễn: các biện pháp phải xuất phát từ thực tiễn của đất nước, của ngành nói chung và của từng trường nói riêng.

- Nguyên tắc tính đồng bộ: các biện pháp phải đa dạng nhiều mặt và trực diện giải quyết các vấn đề của thực tiễn.

- Nguyên tắc tính khả thi: các biện pháp đề xuất phải có được khả năng thực thi.

- Nguyên tắc bảo đảm tính khoa học: các biện pháp phải mang tính khoa học và giải quyết vấn đề có tính khoa học.

Trong bốn nguyên tắc trên, nguyên tắc tính thực tiễn và tính khả thi là hai nguyên tắc được áp dụng nhiều nhất, bởi phải căn cứ vào thực trạng cụ thể của nhà trường về cơ sở vật chất, nhận thức của sinh viên về TDTT, nhu cầu động cơ đến với TDTT của học sinh, sinh viên... để lựa chọn các biện pháp, có như vậy các biện pháp mới mang tính khả thi.

2.4. Các biện pháp nâng cao tính tự giác, tích cực trong giờ học GDTC chính khóa cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh

Để đưa công tác GDTC trong nhà trường ngày một vững mạnh và phát triển dựa trên cơ sở vật chất của nhà trường và nhu cầu thực tiễn đào tạo nguồn nhân lực mới phục vụ công nghiệp hóa hiện đại hóa đất nước, tác giả đưa ra một số biện pháp nâng cao tính tự giác, tích cực cho sinh viên trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh trong giờ học GDTC.

2.4.1. Biện pháp 1 - Tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích của môn học GDTC

a) Mục đích:

Nhằm tuyên truyền giáo dục nâng cao nhận thức và trách nhiệm cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC và là tiền đề cho các biện pháp tiếp theo.

b) Nội dung:

- Phối hợp với Phòng CTSV, Phòng Đào tạo, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng ban chức năng trong trường tăng cường, quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và nhà nước về công tác TDTT nói chung và môn học GDTC nói riêng.

- Tổ chức cho sinh viên tham gia cuộc thi về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT thông qua các buổi hội thảo, tọa đàm.

- Thông qua bài giảng trên lớp, giáo viên TDTT phải có nhiệm vụ liên hệ với thực tế giúp sinh viên hiểu rõ vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của luyện tập TDTT.

- Tăng cường thông tin đại chúng về bản tin của TDTT trong nước và thế giới trên mạng lưới thông tin của trường. Thông qua sách báo, kết hợp với phong trào thi đua rèn luyện sức khỏe vì ngày mai lập nghiệp giúp sinh viên nâng cao nhận thức về môn học GDTC.

c) Tổ chức thực hiện:

Bằng nhiều hình thức tuyên truyền giáo dục như: Thông qua giờ học chính khóa, qua đài, báo, các bản tin của trường, qua phong trào thi đua, các buổi sinh hoạt

Nâng cao tinh thần trách nhiệm của giáo viên trong quá trình giảng dạy.

Đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh động, hấp dẫn để nâng cao tính tự giác tích cực trong giờ học của sinh viên.

Tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích của môn học GDTC.

+ Nêu gương những sinh viên có thành tích tốt trong phong trào TDTT của trường .

+ Cộng điểm rèn luyện cho sinh viên có thành tích tốt trong phong trào TDTT.

2.4.2. Biện pháp 2 - Xây dựng kế hoạch các giải đấu thể thao trong nhà trường cho sinh viên và cán bộ giáo viên

a) Mục đích:

- Tạo động lực cho người học và CBCNV trong nhà trường rèn luyện sức khỏe, nâng cao thành tích các môn thể thao

- Đẩy mạnh hoạt động phong trào TDTT từ đó lựa chọn nhân tố tiêu biểu tham dự các cuộc thi lớn.

- Trên bình diện chung Văn hóa xã hội các nhân tố tiêu biểu TDTT góp phần nâng cao vị thế của nhà trường và góp phần tạo hiệu ứng tốt trong công tác tuyển sinh của nhà trường

b) Nội dung:

- Khối lượng kiến thức của chương trình môn học GDTC theo chương trình đào tạo chung của trường.

- Các tổ chức đoàn thể nên xây dựng kế hoạch tổ chức các giải thể thao theo học kỳ, năm học

- Giáo viên GDTC tổ chức các buổi ngoại khóa nhằm trang bị thêm kỹ năng thi đấu, tập luyện cho sinh viên

- Nhà trường thành lập các đội tuyển Thể thao tham dự các giải đấu do các cấp tổ chức.

c) Tổ chức thực hiện:

Bộ môn GDTC phối hợp với các phòng ban liên quan phổ biến quy chế môn học đến học sinh, sinh viên

2.4.3. Biện pháp 3 - Cải tiến nội dung chương trình cho phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của nhà trường.

a) Mục đích:

Đưa ra chương trình môn học Giáo dục thể chất phù hợp, khoa học và thực tiễn. Đáp ứng đầy đủ các yêu cầu của Bộ GD&ĐT đề ra; phù hợp với điều kiện của trường đem lại tính tự giác tích cực cho người học... Từ đó nâng cao chất lượng môn học.

b) Nội dung:

Khối lượng kiến thức của chương trình môn học GDTC theo chương trình đào tạo chung của trường. Bao gồm học phần điền kinh (1 tín chỉ), học phần cầu lông (2 tín chỉ), và học phần bóng rổ 1 tín chỉ

c) Tổ chức thực hiện:

- Đối với người học

+ Chuẩn bị tốt về sức khỏe, trang phục, dụng cụ khi lên lớp.

+ Nghiêm túc, tích cực tham gia đầy đủ các buổi lên lớp.

+ Hoàn thành môn GDTC khi các môn đạt từ điểm 5 trở lên.

+ Tự giác luyện tập ngoài giờ lên lớp, tích cực tham gia các câu lạc bộ TDTT.

+ Người học là người khuyết tật hoặc không đủ sức khỏe (có chỉ định của bác sĩ) có đơn đề nghị sẽ được Bộ môn GDTC bố trí học, kiểm tra và thi kết thúc môn bằng các hình thức thay thế phù hợp.

- Đối với Bộ môn Giáo dục thể chất

+ Xây dựng chương trình môn học GDTC theo quy định của Bộ Giáo dục Đào tạo, phù hợp với điều kiện của trường.

+ Công khai chương trình môn học GDTC từ đầu học kỳ.

+ Tổ chức giảng dạy và đánh giá kết quả học tập cho người học theo quy định.

- Các phòng chức năng liên quan

+ Phòng Đào tạo xây dựng kế hoạch giảng dạy môn học GDTC phù hợp điều kiện giảng dạy, thời gian học và số lượng sinh viên; xếp loại và công nhận kết quả học tập cho người học sau khi đã hoàn thành chương trình môn học GDTC.

+ Nhà trường đảm bảo cơ sở vật chất, trang thiết bị TDTT đáp ứng các yêu cầu môn học GDTC, phục vụ công tác giảng dạy và tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực cho người học.

2.4.4. Biện pháp 4 - Cải tạo, nâng cấp sân bãi, bổ sung dụng cụ phục vụ cho công tác giảng dạy và hoạt động TDTT

a) Mục đích:

Nhằm nâng cao số lượng và chất lượng sân tập, trang bị các thiết bị, dụng cụ phục vụ cho giảng dạy, tập luyện TDTT tạo ra môi trường và điều kiện tốt cho công tác GDTC phát triển và đạt kết quả cao.

b) Nội dung:

- Mở rộng cải tạo và nâng cấp sân tập để có thể tận dụng tối đa điều kiện của nhà trường phục vụ giảng dạy và hoạt động phong trào TDTT cho sinh viên và cán bộ giáo viên.

- Quản lý và khai thác tốt sân vận động và nhà rèn luyện thể chất.

- Mua sắm bổ sung trang thiết bị, dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện TDTT đủ về số lượng và đảm bảo về chất lượng.

- Sử dụng hiệu quả nguồn kinh phí của trường dành cho công tác GDTC và các hoạt động TDTT. Huy động kinh phí từ nguồn quỹ khác của các tổ chức và cá nhân.

c) Tổ chức thực hiện:

- Về cơ sở vật chất: Bộ môn GDTC hàng năm đều có đề nghị trường cho sửa chữa cải tạo nâng cấp sân bãi (nhà rèn luyện thể chất, sân bóng đá, sân bóng chuyền...) và đề xuất mua sắm bổ sung trang thiết bị dụng cụ dành cho việc giảng dạy và học tập.

- Về kinh phí: Hàng năm nhà trường quan tâm tạo điều kiện về kinh phí tổ chức các hoạt động TDTT trong trường, tham gia các giải thể thao do ngoài trường tổ chức...

- Công tác xã hội hóa thể dục thể thao theo yêu cầu người học (dụng cụ chơi thể thao, CSVC thể dục thể thao)

2.4.5. Biện pháp 5 - Nâng cao tinh thần trách nhiệm của giáo viên

a) Mục đích:

Trong giờ học GDTC, học sinh, sinh viên có tự giác, tích cực hay không phụ thuộc phần lớn vào phương pháp giảng dạy, hình thức tổ chức lên lớp và thái độ (trách nhiệm) giảng dạy của giáo viên. Giáo viên như một tấm gương sáng để học sinh, sinh viên noi theo. Giáo viên giảng dạy có trách nhiệm, nhiệt tình thì sẽ mang lại kết quả cao trong hoạt động dạy và học. Vì vậy đây là một trong những biện pháp trọng yếu mà tác giả muốn nhấn mạnh.

b) Nội dung:

- Hồ sơ, giáo án giảng dạy.

- Kỷ luật về giờ giấc của giáo viên.

- Tôn trọng bản thân.

- Tôn trọng học sinh.

- Trình độ chuyên môn phải đạt chuẩn.

- Giờ giảng phải có chất lượng, mang lại hứng thú cho người học.

- Bản thân giáo viên giảng dạy môn GDTC phải là tấm gương rèn luyện TDTT hàng ngày.

c) *Tổ chức thực hiện:*

- Hồ sơ, giáo án giảng dạy: giáo viên lên lớp phải có đầy đủ giáo án, sổ điểm danh.

- Kỷ luật về giờ giấc của giáo viên: lên lớp xuống lớp đúng giờ (không vào muộn ra sớm).

- Tôn trọng bản thân: trang phục lên lớp phải phù hợp, tư thế, tác phong phải chuyên nghiệp.

- Tôn trọng sinh viên: ngôn ngữ sử dụng trong giảng dạy đúng mực, động viên khuyến khích sinh viên trong giờ học chính khóa và ngoại khóa.

- Trình độ chuyên môn phải đạt chuẩn: thạc sĩ trở lên.

- Giáo viên Bộ môn GDTC phải tập luyện và tham gia thi đấu các giải thể thao trong và ngoài nhà trường để làm tấm gương cho sinh viên noi theo.

2.4.6. Biện pháp 6 - Đổi mới phương pháp giảng dạy, linh động mềm dẻo phù hợp với công tác giảng dạy để nâng cao hứng thú, tự giác, tích cực trong giờ học của sinh viên

a) *Mục đích:*

Thông qua hình thức tổ chức giờ học, tạo nên xúc cảm tập luyện bền vững, kích thích tính tự giác, tích cực của sinh viên. Đồng thời, khơi dậy hứng thú, xây dựng động cơ tập luyện trong sáng. Làm nảy sinh nhu cầu mong đợi được tham gia tập luyện của sinh viên.

b) *Nội dung:*

- Phân nhóm tập luyện, sử dụng phương pháp dạy học nêu vấn đề, phương pháp tình huống...

- Trò chơi hoá nội dung học.

- Vận dụng phương pháp thi đấu kết hợp thực tập trọng tài.

- Tối ưu hoá mật độ vận động. Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết trong giờ học.

- Lôi cuốn mọi sinh viên tham gia tập luyện, làm thăng hoa xúc cảm vận động.

- Tạo ra không khí thi đua trong lớp.

- Giáo viên biết cổ vũ, khích lệ động viên sinh viên học tập

c) *Tổ chức thực hiện:*

- Giáo viên cần vận dụng linh hoạt các hình thức lên lớp, kết hợp nội dung giờ học với các nhiệm vụ vận động. Thông qua các tình huống, nêu vấn đề, các trò chơi. Tổ chức thi đua giữa các nhóm, thi đấu giữa các lớp. Trong quá trình thực hiện, hướng dẫn các em được thực tập trọng tài thi đấu.

- Tối ưu hoá mật độ vận động của giờ học bằng cách rút ngắn thời gian nghỉ ngơi thụ động, tăng cường kiểm tra lượng vận động, bố trí phân nhóm tập luyện và giao nhiệm vụ một cách hợp lý, khoa học.

- Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết như: Chờ đợi thứ tự thực hiện động tác, nghe giảng giải không đúng lúc, sự di chuyển đội hình quá nhiều trong tập luyện.

- Tăng cường hiệu suất sử dụng dụng cụ tập luyện. Quản lý dụng cụ chặt chẽ, đồng thời gắn trách nhiệm chuẩn bị và bảo vệ dụng cụ tập luyện cho sinh viên.

- Giáo viên cần kiểm tra đánh giá, nhận xét, uốn nắn, sửa sai kịp thời những sai sót kỹ thuật, rèn cho sinh viên ý thức giữ gìn kỷ luật giờ học.

- Lôi cuốn toàn thể sinh viên tham gia tập luyện, động viên cả những em kiến tập theo dõi bạn thực hiện động tác, làm nhiệm vụ trọng tài.

- Giáo viên tạo ra không khí thi đua trong lớp bằng cách chia lớp ra thành các nhóm và ra chỉ tiêu phấn đấu. Tổ chức các cuộc thi biểu diễn cá nhân hoặc tổ nhỏ sau đó phân loại, lập bảng xếp hạng từ cao xuống thấp. Thi đua thành tích với các lớp khác.

- Giáo viên biết cổ vũ, khích lệ động viên sinh viên học tập bằng cách sử dụng những ngôn ngữ biểu thị sự tán đồng, khuyến khích như: "Được, rất tốt, không tồi, có tiến bộ..." giúp người học nảy sinh và duy trì được sự lạc quan, vui vẻ ổn định.

3. KẾT LUẬN

Tóm lại, việc tạo tính tự giác, tích cực học tập cho sinh viên trong học tập môn GDTC là điều rất quan trọng, nó là điều kiện tiên quyết, là cách tối ưu nhất giúp các em lĩnh hội tri thức cũng như đảm bảo cho sự thành công trong cuộc đời của mỗi cá nhân.

Điều này đặt ra yêu cầu cấp thiết cho hoạt động giáo dục là phải tổ chức dạy và học như thế nào để hình thành và nâng cao tính tự giác, tích cực cho sinh viên. Muốn vậy cần phải triển khai đồng bộ các biện pháp và cần có sự chung tay giúp sức của tất cả các đơn vị trong toàn trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục - Đào tạo. Quyết định số 4557/BGDĐT- GDTC ngày 24 tháng 8/năm 2023 V/v “Quy chế GDTC và y tế trường học”.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo. Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
3. Hoàng công Dân, Trần Tuấn Hiếu (2016), Lý luận và phương pháp thể dục thể thao quần chúng, NXB thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (1993), *Lý luận và phương pháp TDTT*, NXB thể dục thể thao, Hà Nội.
5. Phạm Viết Vượng (2010), *Giáo dục học*, NXB ĐHSP, Hà Nội.

Thông tin của tác giả:

ThS. Phạm Thị Thu Hà

Phó Trưởng Bộ môn GDQPAN-GDTC, Trường Đại học Công nghiệp Quảng Ninh
Điện thoại: +(84).985.439.294 Email: phamthithuha9294@gmail.com

PROPOSE MEASURES TO IMPROVE SELF-DISCIPLINE AND POSITIVITY FOR STUDENTS OF QUANG NINH UNIVERSITY OF INDUSTRY DURING PHYSICAL EDUCATION CLASS

Information about authors:

Pham Thi Thu Ha, MPE., Deputy Head of the Department of Defense and Security Education - Physical Education, Quang Ninh University of Industry.

Email: phamthithuha9294@gmail.com

ABSTRACT:

The self-discipline and positivity of students during class hours are decisive to educational effectiveness. In fact, the teaching of physical education subjects still has many students who are not self-conscious and active in lessons, leading to the low quality of physical education lessons. The article proposed 6 measures to improve self-discipline and positivity in physical education lessons for students of Quang Ninh University of Industry.

Keywords: Measures, enhancement, efficiency, self-realization, positivity, physical education.

REFERENCES

1. Ministry of Education and Training. Decision No.4557/BGDĐT- GDTC dated August 24, 2023 Regulation on ECCE and School Health".
2. Ministry of Education and Training. Decision No.53/2008/QĐ-BGDĐT on the assessment and classification of students' physical fitness.
3. Hoang Cong Dan, Tran Tuan Hieu (2016), Theory and methods of mass sports, Sports Publishing House, Hanoi.
4. Nguyen Math, Pham Danh Cost (1993), Theory and methods of physical education, Sports Publishing House, Hanoi.
5. Pham Viet Vuong (2010), Education, University Publishing House, Hanoi.

Ngày nhận bài: 09/5/2024;

Ngày gửi phản biện: 10/5/2024;

Ngày nhận phản biện: 30/5/2024;

Ngày chấp nhận đăng: 05/6/2024.