

Biện pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Giáo dục thể chất cho sinh viên năm thứ nhất ở các trường đại học

Trương Quang Minh*

*Trường Đại học Thủ Dầu Một

Received: 12/10/2023; Accepted: 22/10/2023; Published: 30/10/2023

Abstract: Physical education for students is one of the important goals to implement the educational perspective of comprehensive intellectual, physical, spiritual and moral development for students. To achieve high efficiency in training to improve the health of first-year students at today's universities, it is necessary to have synchronous and practical solutions with a focus on innovating teaching and learning methods in a positive direction. The article focuses on proposing some measures to improve the quality of Physical Education training for students.

Keywords: Quality of training; Physical education; student.

1. Đặt vấn đề

Để có sức khỏe tốt, học tập tốt, có chí và ước mơ xây dựng đất nước giàu mạnh, sinh viên (SV) cần tích cực rèn luyện thể lực. Đối với sinh viên năm nhất mới bước vào môi trường đại học, trước những yêu cầu cao của nhiệm vụ học tập, các hoạt động xã hội, hoạt động cá nhân khác khiến nhiều sinh viên ít chú trọng tới hoạt động rèn luyện thể lực. Giáo dục thể chất (GDTC) là một mặt quan trọng giúp SV phát triển toàn diện, giúp phát triển thể chất, kéo dài tuổi thọ cho con người. Nhận thức rõ tầm quan trọng của môn học GDTC đối với sự phát triển toàn diện của SV, các trường đại học đã coi trọng và đưa vào giảng dạy môn học này với tư cách là môn học bắt buộc. Tuy nhiên, thực tế cho thấy do nhiều nguyên nhân khác nhau khiến cho việc giảng dạy môn GDTC chưa mang lại hiệu quả cao; quá trình giảng dạy vẫn còn nhiều khó khăn, hạn chế. Chính vì vậy, việc nghiên cứu thực trạng dạy và học môn GDTC của SV năm nhất và đề xuất giải pháp nâng cao chất lượng giảng dạy môn học này cho SV là việc làm cần thiết, có ý nghĩa thực tiễn quan trọng.

2. Nội dung

2.1. Vai trò của môn GDTC đối với SV năm thứ nhất

Môn GDTC thường được bố trí vào ngay năm học đầu tiên của SV, đây cũng là môn học chính khóa nằm trong chương trình giáo dục nhằm mục đích cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho SV, giúp SV tích cực, chủ động trong hoạt động luyện tập, nâng cao sức khỏe, hướng tới sự phát triển toàn diện. GDTC là một lĩnh vực thể dục, thể thao xã hội

nhằm phát triển toàn diện các tố chất thể lực và trên cơ sở đó phát triển các năng lực thể chất, bảo đảm hoàn thiện thể hình, củng cố sức khỏe hình thành theo hệ thống và tiến hành hoàn thiện đến mức cần thiết các kỹ năng, kỹ xảo quan trọng cho cuộc sống.

Đối với SV năm nhất ở các trường đại học, môn GDTC góp phần hình thành và giáo dục cho họ những phẩm chất đạo đức nhân cách một cách hiệu quả, như: Ý chí, lòng dũng cảm, lòng quyết tâm, sự tự tin, tính kiên trì và nhẫn nại, ý thức tổ chức kỷ luật, tinh thần tập thể và ý thức đồng đội,... Đặc biệt, GDTC còn giúp SV năm nhất xây dựng lối sống lành mạnh, đời sống tinh thần trong sáng, góp phần đẩy lùi các tệ nạn xã hội, các thói quen sinh hoạt xấu, qua đó xây dựng niềm tin và lối sống lành mạnh cho SV. GDTC còn là phương tiện hữu ích, hợp lý giữa chế độ học tập và nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao sức khỏe, năng lực hoạt động trong tất cả các thời kỳ học tập. SV năm nhất học môn GDTC còn có tác dụng trong rèn luyện đạo đức, ý chí và thẩm mỹ. SV năm nhất đang ở thời kỳ nhạy cảm để phát triển và hoàn thiện thể chất, nhân cách trong cuộc đời của mình. GDTC chính là phương pháp hiệu quả trong giáo dục toàn diện cho SV, SV không chỉ có sức khỏe, trí tuệ mà còn hoàn thiện các năng lực thể chất - yếu tố cơ bản của con người lao động mới. Đặc biệt, GDTC giúp SV hình thành được lối sống lành mạnh, sự phát triển toàn diện cả về thể chất lẫn tinh thần.

2.2. Thực trạng dạy học môn GDTC cho SV năm thứ nhất

Trong những năm qua, bên cạnh các hoạt động

đào tạo kiến thức chuyên ngành, các trường đại học đã chú trọng đến công tác GDTC cho SV năm nhất. Môn GDTC thường được các trường đại học đưa vào giảng dạy ở năm thứ nhất và thứ hai trong chương trình chính khóa dành cho SV. Đội ngũ giảng viên giảng dạy môn GDTC ở các trường đại học đều có trình độ từ Đại học trở lên, vững vàng về chuyên môn, có phương pháp giảng dạy hiện đại, linh hoạt, nắm bắt được tâm lý của SV. Giảng viên môn GDTC đều quán triệt sâu sắc tầm quan trọng của đổi mới phương pháp giảng dạy, coi đây là nhân tố hàng đầu, có ý nghĩa quan trọng quyết định trực tiếp đến chất lượng đào tạo. Dưới sự giảng dạy và hướng dẫn của giảng viên, SV đã thích ứng với phương pháp dạy học tích cực như: biết nhận thức được mục đích học tập, tự giác trong học tập, có ý thức trách nhiệm về kế hoạch học tập, biết xây dựng và tự thực hiện kế hoạch học tập một cách khoa học... Phương pháp giảng dạy và tập luyện trong giờ học GDTC được giảng viên chú trọng để đáp ứng những yêu cầu của chương trình đào tạo mới.

Nội dung, chương trình giảng dạy về cơ bản phù hợp với khả năng của SV, thời lượng môn học cũng phù hợp với mục tiêu đào tạo của từng trường. Hệ thống cơ sở vật chất, kỹ thuật phục vụ hoạt động dạy học được các trường đại học quan tâm đầu tư tương đối đầy đủ, như về sân bãi, dụng cụ học tập,... phục vụ cho hoạt động dạy - học môn GDTC và các phong trào thể dục, thể thao trong trường. Hệ thống các sân bóng đá mini, sân bóng chuyền và sân bãi học tập các môn điền kinh, cầu lông,... được các nhà trường đầu tư hoàn thiện, tạo môi trường thuận lợi cho SV tham gia luyện tập thể lực. Trong học môn GDTC, đa số SV thể hiện thái độ nghiêm túc, tích cực, tự giác trong học tập, có tâm trạng hào hứng trong tham gia thực hành, luyện tập. Phần lớn SV năm nhất đều có mặt đầy đủ trong các giờ học, học chuyên cần và tích cực; luôn tập trung chú ý, tập luyện theo hướng dẫn của giảng viên.

Bên cạnh những kết quả đạt được, hoạt động dạy và học môn GDTC ở các trường đại học vẫn còn tồn tại một số khó khăn, hạn chế, như: Cơ sở vật chất, sân bãi, trang thiết bị phục vụ cho các hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường còn thiếu. Đội ngũ giảng viên còn thiếu, trình độ và năng lực chuyên môn chưa đồng đều. Ý thức học tập của một bộ phận SV chưa thật sự cao, một số SV chưa tự giác, tích cực tập luyện. SV cũng chưa nhận thức được tầm quan trọng của việc học môn GDTC, còn xem nhẹ, tập

luyện mang tính đối phó để thi cho xong nên chưa có ý thức tập luyện một cách tích cực. Trong các giờ lên lớp, một số giảng viên vẫn thực hiện các bước lên lớp cứng nhắc, các hình thức lên lớp còn đơn điệu, chưa sử dụng linh hoạt các phương pháp giảng dạy tích cực, cách đánh giá và thang điểm đánh giá thường xuyên chưa thống nhất. Cơ sở vật chất, dụng cụ học tập còn thiếu, sân bãi còn chật hẹp chưa đáp ứng được yêu cầu môn học. Số lượng SV một số lớp quá đông đối với việc giảng dạy môn học thực hành nên có những khi không đủ sân để tập luyện.

2.3. Đề xuất biện pháp nâng cao chất lượng dạy học môn GDTC cho SV năm nhất

2.3.1. Đổi mới phương pháp dạy học môn GDTC theo hướng tích cực

Đây là giải pháp quan trọng hàng đầu góp phần nâng cao chất lượng huấn luyện môn GDTC. Đổi mới phương pháp dạy học theo hướng dạy học tích cực ở các trường đại học là vấn đề cấp thiết cả về lý luận và thực tiễn nhằm đáp ứng yêu cầu đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, phát triển con người ở nước ta hiện nay. Quá trình giảng dạy môn GDTC cho SV, giảng viên phải lựa chọn để sử dụng phối hợp đồng bộ các phương pháp dạy học sao cho phát triển toàn diện phẩm chất, năng lực của SV. Chú trọng phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của SV trong quá trình học tập môn GDTC. Trong giảng dạy môn học phải hướng cho SV hoàn thành một cách chủ động, tự giác, có nghị lực, có hướng đích rõ rệt, có sáng kiến và đầy hào hứng, những hành động trí óc và tay chân nhằm nắm vững kiến thức, kỹ năng, kỹ xảo, vận dụng chúng vào học tập và thực tiễn cuộc sống.

Phương pháp dạy học tích cực xác định đối tượng giáo dục (người học) làm trung tâm của quá trình dạy học. Giảng viên GDTC cần dạy học theo lối phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo của SV; hướng tới việc tích cực hóa các hoạt động nhận thức của SV. Theo đó, giảng viên với tư cách là người giữ vai trò hướng dẫn, gợi mở, tổ chức các hoạt động giáo dục để giúp SV tự tìm kiếm, khám phá những tri thức mới, tự luyện tập thông qua trao đổi thông tin, thảo luận, tranh luận... Mục đích của đổi mới phương pháp dạy học môn GDTC theo hướng tích cực là quá trình tích cực hóa hoạt động học tập của SV, tạo cho SV tính năng động cải biến hành động học tập theo hướng tích cực, chủ động, sáng tạo và tự tin.

2.3.2. Tăng cường công tác quản lý và đảm bảo cơ sở vật chất

Biện pháp nhằm đảm bảo những điều kiện tốt nhất cho quản lý và tổ chức hoạt động giảng dạy môn GDTC cho SV năm nhất ở các trường đại học đạt được hiệu quả cao. Nội dung của biện pháp tập trung vào các vấn đề chủ yếu, như các điều kiện về thiết chế quản lý, điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ hoạt động dạy - học môn GDTC cho SV. Các nhà trường cần nghiên cứu và ban hành những quy định, hướng dẫn cụ thể về công tác tổ chức dạy - học môn GDTC, tạo điều kiện cho việc triển khai thực hiện thuận lợi, hiệu quả, như: Các bước tiến hành, nhân sự, kinh phí, trang thiết bị, nội dung thực hiện,... Các nhà trường quan tâm đầu tư hoàn thiện các điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ hoạt động dạy - học GDTC cho SV. Vận động SV tự trang bị các dụng cụ luyện tập phù hợp với điều kiện của gia đình, tạo điều kiện để SV tham gia luyện tập chủ động, thường xuyên. Đồng thời, tích cực vận động các tổ chức, đoàn thể xã hội, các doanh nghiệp, cá nhân trên địa bàn tài trợ kinh phí cho các hoạt động thể thao của trường, qua đó tăng cường hiệu quả dạy - học môn GDTC. Ngoài ra, cần tăng cường giáo dục ý thức bảo quản, giữ gìn dụng cụ luyện tập cho SV, xây dựng một số nội quy sử dụng dụng cụ, sân bãi trong nhà trường.

2.3.3. Phát huy vai trò của giảng viên trong dạy môn GDTC cho SV

Giảng viên có vai trò quyết định tới chất lượng, hiệu quả giảng dạy môn GDTC cho SV năm nhất, do vậy nâng cao trình độ và phát huy vai trò tích cực, chủ động trong giảng dạy của giảng viên GDTC là yêu cầu quan trọng mang tính cấp thiết hiện nay. Theo đó, giảng viên tăng cường giáo dục ý nghĩa môn học, giáo dục thái độ tự giác và hứng thú đối với mục đích học tập và tập luyện. Chủ động kêu gọi cho SV hiểu được giá trị chân chính của việc học tập và rèn luyện thể dục, thể thao và dựa trên những động cơ ban đầu đó mà khéo léo dẫn dắt SV hiểu được bản chất xã hội sâu sắc của công tác GDTC. Tập luyện thể dục, thể thao là trách nhiệm và là bổn phận của mỗi một người dân yêu nước như chủ tịch Hồ Chí Minh đã từng kêu gọi. Giảng viên cần chú trọng đúng mức hướng dẫn SV tham khảo, đọc tài liệu phân tích kỹ thuật động tác, luyện tập ngoại khóa. Sử dụng câu hỏi, nêu tình huống có vấn đề để SV tổ chức thảo luận, tổ chức khám phá, tổ chức luyện tập trước.

Khi giảng viên sử dụng nhóm phương pháp dùng lời nói để truyền thụ kiến thức cho SV, nếu dạy động tác, kỹ thuật mới, giảng viên cần nói ngắn gọn, dễ

hiểu, dùng thuật ngữ chính xác, xoáy vào trọng tâm, vào những yếu lĩnh kỹ thuật quan trọng. Các động tác bổ trợ không nhất thiết phải phân tích mà chỉ cần làm mẫu và tổ chức cho SV tập luyện ngay. Khi giảng viên sử dụng nhóm phương pháp trực quan chú ý đến vị trí làm mẫu, chọn hướng làm mẫu để SV có thể nhìn rõ, nhìn thấy biên độ, góc độ động tác. Tăng cường sử dụng tranh ảnh, biểu đồ... giúp cho SV nắm được kỹ thuật một cách nhanh hơn mà không tốn thời gian và có thể tự so sánh giữa động tác của mình với tranh ảnh kỹ thuật. Mạnh dạn áp dụng các phương pháp, các hình thức lên lớp như: Dòng chảy, phân nhóm, phân nhóm xoay vòng; tùy theo từng bài mà giảng viên áp dụng phương pháp, hình thức cho linh hoạt, phù hợp. Trong kiểm tra, đánh giá kết quả phải đảm bảo khách quan, công bằng và công khai. Phải có thang điểm rõ ràng cho SV biết để từ đó SV có tinh thần phấn đấu trong học tập và rèn luyện. Khi kiểm tra thực hành nên kiểm tra cả thành tích lẫn kỹ thuật thực hiện động tác.

3. Kết luận

GDTC là một trong những nội dung quan trọng trong chương trình đào tạo của các trường đại học nhằm thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho SV trở thành những người lao động mới. Mục tiêu của môn học GDTC là trang bị cho SV một số kiến thức, kỹ năng thể dục, thể thao cần thiết và phương pháp tập luyện nhằm bảo vệ và tăng cường sức khỏe, nâng cao thể lực chung và thể lực chuyên môn nghề nghiệp để học tập và tham gia lao động, sản xuất. Môn học còn giáo dục cho SV có nhân cách, phẩm chất, ý chí, tính tập thể, tinh thần vượt khó khăn. Trong những năm qua, mặc dù công tác GDTC của các trường đại học đã đạt được những kết quả nhất định, song vẫn còn nhiều hạn chế, tồn tại, chưa phát huy hết chức năng, ý nghĩa và mục tiêu của GDTC. Chính vì vậy, thời gian tới các trường đại học cần quan tâm, đầu tư nhiều hơn nữa tới việc nâng cao chất lượng dạy-học môn GDTC; tập trung phát huy vai trò, trách nhiệm của giảng viên và SV, tạo ra bước đột phá mới về chất lượng dạy-học môn GDTC./

Tài liệu tham khảo

1. Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiền (1998), *Lý luận Thể dục thể thao*, NXB Thể dục thể thao.
2. Lê Rich Tô, Hoàng Văn Oánh (2018), *Giải pháp nâng cao chất lượng huấn luyện môn GDTC cho học sinh-SV Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân II*, Tạp chí Khoa học Đại học Văn Lang, số tháng 5/2018.