

TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢNG BÌNH
KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT – QUỐC PHÒNG

TRẦN THỊ THANH THẢO

**“NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO NĂNG LỰC TỰ HỌC
MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRƯỜNG
TIỂU HỌC SỐ 3 NAM LÝ, ĐỒNG HỚI, QUẢNG BÌNH”**

NGÀNH ĐÀO TẠO: GIÁO DỤC THỂ CHẤT
TRÌNH ĐỘ ĐÀO TẠO: ĐẠI HỌC

KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

QUẢNG BÌNH, NĂM 2025

TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢNG BÌNH
KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT – QUỐC PHÒNG

TRẦN THỊ THANH THẢO

**“NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO NĂNG LỰC TỰ HỌC
MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRƯỜNG
TIỂU HỌC SỐ 3 NAM LÝ, ĐỒNG HỚI, QUẢNG BÌNH”**

Ngành đào tạo: Giáo dục thể chất

Trình độ đào tạo: Đại học

KHÓA LUẬN TỐT NGHIỆP

Giảng viên hướng dẫn:

TS. CAO PHƯƠNG

QUẢNG BÌNH, NĂM 2025

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan công trình nghiên cứu này là của riêng tôi, các số liệu và kết quả trong đề tài này là trung thực và chưa từng được công bố trong một chương trình nào khác. Tôi chịu trách nhiệm với lời cam đoan của mình.

Đồng Hới, tháng 5 năm 2025

Sinh viên thực hiện

Trần Thị Thanh Thảo

LỜI CẢM ƠN

Với mong muốn đóng góp một phần nhỏ nghiên cứu của mình cho sự nghiệp giáo dục thế hệ trẻ, đặc biệt là trẻ em những chủ nhân tương lai của đất nước. Chúng tôi đã chọn đề tài “Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình”. Trong quá trình triển khai đề tài, tôi đã nhận được sự quan tâm, giúp đỡ từ quý Thầy Cô, bạn bè. Chúng tôi xin trân trọng bày tỏ sự biết ơn sâu sắc đến: Quý Thầy, Cô Khoa Giáo dục thể chất – Quốc phòng, Trường Đại học Quảng Bình đã giảng dạy và tạo mọi điều kiện học tập tốt nhất cho tôi trong suốt quá trình tìm hiểu thực hiện nghiên cứu và hoàn thành đề tài. Đặc biệt, tôi xin gửi lời cảm ơn chân thành và sâu sắc nhất đến thầy giáo hướng dẫn TS. Cao Phương, đã tận tâm giúp đỡ và truyền đạt những kinh nghiệm quý báu trong quá trình hoàn thành đề tài khóa luận. Xin chân thành cảm ơn đến các cô giáo Trường Tiểu học số 3 Nam Lý đã nhiệt tình chỉ dẫn và hỗ trợ tôi trong suốt thời gian thực hiện khóa luận. Mặc dù cố gắng để hoàn thành nghiên cứu, song do trình độ lý luận cũng như kinh nghiệm thực tế còn hạn chế, khóa luận này không tránh những thiếu sót. Tôi rất mong nhận được những ý kiến đóng góp từ quý Thầy, Cô để đề tài khóa luận được hoàn thiện hơn.

Một lần nữa xin chân thành cảm ơn!

Đồng Hới, tháng 5 năm 2025

Sinh viên thực hiện

Trần Thị Thanh Thảo

MỤC LỤC

LỜI CAM ĐOAN	I
LỜI CẢM ƠN	IV
MỤC LỤC	V
DANH MỤC CÁC CỤM TỪ VIẾT TẮT.....	VII
DANH MỤC BẢNG BIỂU	VIII
PHẦN MỞ ĐẦU	1
1. Lý do chọn đề tài.....	1
2. Mục đích nghiên cứu.....	2
3. Mục tiêu nghiên cứu.....	2
5. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu.....	2
5.1.1. Đối tượng nghiên cứu	2
5.1.2. Phạm vi nghiên cứu	2
6. Phương pháp nghiên cứu.....	3
6.1 Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu	3
6.2. Phương pháp phỏng vấn tọa đàm.....	3
6.3. Phương pháp quan sát sư phạm	3
6.4. Phương pháp toán học thống kê.....	3
7. Tổ chức nghiên cứu.....	4
CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU	5
1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác TDTT trường học	5
1.2. Quan điểm, chủ trương của Bộ Giáo dục và Đào tạo về Giáo dục Thể chất	7
1.3. Các khái niệm liên quan	9
1.3.1 Các khái niệm liên quan đến GDTC	9
1.3.2 Các khái niệm liên quan đến năng lực tự học	10
1.4. Những điểm mới trong chương trình giáo dục thể chất 2018	11
2.1. Thực trạng hoạt động giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình.	13
2.1.1. Thực trạng dạy học nội khóa môn giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý	13
2.1.2. Thực trạng về các hoạt động thể dục, thể thao ngoại khóa tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý	13

2.1.3 Thực trạng các yếu tố có liên quan đến hoạt động giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý	17
2.1.4. Thực trạng kết quả học tập môn giáo dục thể chất tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	19
2.1.5. Thực trạng năng lực tự học môn giáo dục thể chất của học sinh trường tiểu học số 3 Nam Lý	20
2.2. Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.	26
2.2.1. Căn cứ lựa chọn biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	26
2.2.2. Nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	27
2.2.3. Lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	27
3.2.4. Nội dung cụ thể các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý	30
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ.....	32
1. KẾT LUẬN	32
2. KIẾN NGHỊ	32
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	33
PHỤ LỤC	34
Phụ lục 1.....	34
Phụ lục 2.....	37
Phụ lục 3.....	39
Phụ lục 4.....	41
Phụ lục 5.....	43

DANH MỤC CÁC CỤM TỪ VIẾT TẮT

TT	Viết tắt	Diễn giải
1	BGDĐT	Bộ Giáo dục và đào tạo
2	CT	Chỉ thị
3	CLB	Câu lạc bộ
4	GDTC	Giáo dục thể chất
5	GDPT	Giáo dục phổ thông
6	TDTT	Thể dục thể thao
7	TW	Trung ương
8	TT	Thể thao
9	QĐ	Quyết định
10	VHTTDL	Văn hoá thể thao du lịch
11	XHCN	Xã hội chủ nghĩa

DANH MỤC BẢNG BIỂU

STT	Tên bảng/ biểu đồ	Trang
1	Bảng 2.1. Cấu trúc nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất	14
2	Bảng 2.2. Thực trạng về tình hình tập luyện ngoại khóa của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	15
3	Bảng 2.3. Thực trạng các môn thể thao yêu thích	17
4	Bảng 2.4. Thực trạng đội ngũ giáo viên Giáo dục thể chất	19
5	Bảng 2.5. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	20
6	Bảng 2.6. Kết quả học tập môn GDTC tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý	21
7	Bảng 2.7. Tổng hợp ý kiến chuyên gia về các tiêu chí đánh giá năng lực tự học môn GDTC của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý (n = 20)	22
8	Bảng 2.8. Kết quả khảo sát việc xác định mục tiêu và nhiệm vụ tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)	23
9	Bảng 2.9. Kết quả khảo sát việc xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)	24
10	Bảng 2.10. Kết quả khảo sát việc thực hiện tự đánh giá và điều chỉnh hoạt động tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)	26
11	Bảng 2.11. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn GDTC cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý (n = 20)	29

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Lý do chọn đề tài.

Giáo dục thể chất là một trong những môn học quan trọng và bắt buộc đối học sinh các cấp. Là phương tiện cơ bản để giáo dục thể hệ trẻ phát triển hài hoà về hình thể và hoàn thiện về thể chất. Qua đó góp phần vào việc đào tạo con người phát triển toàn diện, có đầy đủ các yếu tố đức, trí, thể, mỹ, lao nhằm phục vụ đắc lực cho sự nghiệp xây dựng và bảo vệ tổ quốc. Tuy vậy, hiện nay công tác giáo dục thể chất cho học sinh, đặc biệt là học sinh tiểu học do nhiều nguyên nhân chủ quan và khách quan mà còn tồn tại nhiều hạn chế dẫn đến hiệu quả học tập môn giáo dục thể chất chưa đạt được như mục tiêu đề ra. Các thống kê cho thấy thể lực chung của học sinh tiểu học hiện nay còn yếu so với tiêu chuẩn quy định. Do đó việc sớm có những giải pháp hữu hiệu nhằm cải thiện vấn đề trên là việc làm hết sức cần thiết.

Theo đó, từ năm học 2020 – 2021 toàn quốc đã áp dụng chương trình giáo dục phổ thông mới trong đó môn giáo dục thể chất đã có những thay đổi đáng kể. Nội dung chương trình môn GDTC được xây dựng theo hướng tiếp cận năng lực với tất cả các yêu cầu về: Mục tiêu, nội dung, phương pháp dạy học và đánh giá; được biên soạn theo mẫu mới chung cho các chương trình môn học. Chương trình môn GDTC giúp cho học sinh phát triển năng lực đặc thù như: Chăm sóc sức khỏe; vận động cơ bản; hoạt động TDTT. Bên cạnh đó, chương trình còn góp phần giáo dục học sinh phát triển các năng lực tự chủ và tự học, năng lực giao tiếp và hợp tác, năng lực giải quyết vấn đề và sáng tạo, năng lực thẩm mỹ... Đây là những thay đổi có hướng mở, giúp các cơ sở giáo dục, các trường học có nhiều lựa chọn hơn trong quá trình triển khai hoạt động giáo dục thể chất cho học sinh. Tuy vậy để triển khai hoạt động một cách hiệu quả, đáp ứng được các yêu cầu trên là vấn đề đòi hỏi các nhà chuyên môn phải đầu tư suy nghĩ. Việc nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn GDTC cho học sinh là một trong những điều kiện cần thiết để đạt được các yêu cầu đó. Qua trao đổi và tìm hiểu chúng tôi được biết hiện nay trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình chưa có công trình nào nghiên cứu về vấn đề này. Do đó chúng tôi đã lựa chọn đề tài: ***“Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình”***.

2. Mục đích nghiên cứu

Trên cơ sở nghiên cứu và đánh giá thực tiễn hoạt động Giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Nghiên cứu tiến hành lựa chọn các biện pháp phù hợp nhằm nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.

3. Mục tiêu nghiên cứu

Mục tiêu 1. Đánh giá thực trạng hoạt động giáo dục thể chất tại trường tiểu học số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình

Mục tiêu 2. Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.

4. Giả thuyết khoa học

Kết quả nghiên cứu sẽ là cơ sở khoa học để các nhà chuyên môn có căn cứ lựa chọn các biện pháp hữu hiệu nhằm nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất đối với học sinh tiểu học. Qua đó góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC.

5. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

5.1.1. Đối tượng nghiên cứu

- Thực trạng hoạt động giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình

- Biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.

5.1.2. Phạm vi nghiên cứu

- Khách thể nghiên cứu: Học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.

- Quy mô nghiên cứu:

+ Số lượng mẫu nghiên cứu: 548 học sinh từ khối 1 đến khối 5

+ Nghiên cứu được tiến hành tại: Trường Tiểu học số 3 Nam Lý

+ Đề tài được tiến hành nghiên cứu trong 6 tháng.

6. Phương pháp nghiên cứu

6.1 Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu

* Mục đích: Tìm hiểu, tiếp thu các thông tin khoa học trong nước đã có liên quan đến đề tài.

* Cách thức tiến hành và đánh giá: Phương pháp này được áp dụng nhằm tham khảo, phân tích và sử dụng các loại tài liệu sách báo, tạp chí, văn bản, các công trình nghiên cứu trong nước có liên quan đến lĩnh vực của đề tài đang nghiên cứu. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu còn nhằm mục đích hệ thống hoá kiến thức và xây dựng cơ sở lý luận cho việc đánh giá thực trạng thực trạng các giờ học giáo dục thể chất trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình, đưa ra giả thuyết khoa học, xác định mục đích và mục tiêu nghiên cứu, thu thập số liệu để so sánh và đối chứng với các số liệu đã thu được trong quá trình nghiên cứu làm cơ sở cho việc lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý, thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình.

6.2. Phương pháp phỏng vấn tọa đàm

Phỏng vấn trong nghiên cứu của đề tài được tiến hành bằng phiếu hỏi trong đó nêu những câu hỏi đánh giá các mức độ cần thiết của các yếu tố do các giáo viên, các chuyên gia trong lĩnh vực GDTC, TDTT trả lời. trên cơ sở kết quả trả lời sẽ tổng hợp lựa chọn những nội dung được nhiều người đồng ý và đánh giá cao.

6.3. Phương pháp quan sát sư phạm

Tiến hành quan sát để đánh giá thực các vấn đề liên quan đến công tác GDTC. Quan sát việc học tập trong giờ GDTC của học sinh, nhằm trực tiếp theo dõi và đánh giá năng lực tự học của người học với môn GDTC.

6.4. Phương pháp toán học thống kê

Sử dụng phương pháp này nhằm tập hợp, lựa chọn và xử lý các số liệu có liên quan đến đề tài để đảm bảo độ tin cậy, tính khách quan. Sử dụng toán học thống kê như một công cụ xử lý tài liệu thông qua phần mềm SPSS 21.0 và tổng kết và xử lý số liệu bằng Excel.

7. Tổ chức nghiên cứu

* Nghiên cứu được tiến hành tại: Trường Tiểu học số 3 Nam Lý

* Đề tài được tiến hành nghiên cứu từ tháng 12/2024 đến tháng 06/2025 gồm 5 giai đoạn sau:

- Giai đoạn 1: Xây dựng thuyết minh đề tài.
- Giai đoạn 2: Nghiên cứu các tài liệu có liên quan, thu thập số liệu, khảo sát thực trạng, xây dựng đề cương.
- Giai đoạn 3: Giải quyết nhiệm vụ 1.
- Giai đoạn 4: Giải quyết nhiệm vụ 2.
- Giai đoạn 5: Hoàn thành đề tài.

Chương 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác TDTT trường học

Từ những ngày đầu mới thành lập Đảng và Nhà nước ta luôn coi hoạt động TDTT là nhân tố cơ bản có tác dụng tốt đối với sức khỏe và sự phát triển toàn diện của người dân. Bác của chúng ta cũng từng đã khẳng định TDTT là phương thức để đào tạo và phát triển con người toàn diện, nó là phương tiện phục vụ lợi ích giai cấp, lợi ích xã hội. Người cũng khẳng định có sức khỏe là có tất cả, muốn có sức khỏe phải tập luyện thể dục thể thao “vì nó cũng là một công tác trong những công tác cách mạng khác” và “giữ gìn dân chủ, xây dựng nước nhà, gây đời sống mới, việc gì cũng cần sức khỏe mới thành công”. Bác xem: “Tập luyện thể thao, bồi bổ sức khỏe là bổn phận của mỗi người dân yêu nước”. Bác khẳng định “mỗi người dân mạnh khỏe tức là góp phần cho cả nước mạnh khỏe”. Điều đó chứng tỏ tầm quan trọng của Thể dục Thể thao trong việc nâng cao sức khỏe toàn dân phục vụ nhiệm vụ cách mạng trong từng giai đoạn. Cố thủ tướng Phạm Văn Đồng từng khẳng định: “Đức dục, trí dục rất quan trọng nhưng thiếu thể dục không thể được, không phục vụ công tác cách mạng, phục vụ sản xuất được”[1].

Trải qua từng thời kỳ phát triển của đất nước, Đảng và Nhà nước ta luôn có những chủ trương chính sách nhất quán để TDTT trở thành một yếu tố cốt lõi góp phần vào việc giáo dục con người phát triển toàn diện. Cụ thể: ngay sau khi Cách mạng tháng 8 năm 1945 thành công vào năm 1946 Bác Hồ của chúng ta ban hành Sắc lệnh “Thiết lập tại Bộ Thanh niên một nhà Thể dục với nhiệm vụ liên hệ mật thiết với Bộ Y Tế và Bộ Quốc gia Giáo dục nghiên cứu phương pháp và thực hành Thể dục trong toàn quốc”; Tháng 03 năm 1946, trên báo Cứu quốc Bác đã viết bài “Sức khỏe và thể dục” nhằm kêu gọi toàn dân tập thể dục rèn luyện thân thể. Các sự kiện này đã thể hiện rõ quan điểm, đường lối của Đảng và tư tưởng Hồ Chí Minh về TDTT, trong đó có GDTC cho thế hệ trẻ. Tháng 3 năm 1960, Bác Hồ gửi thư cho Hội nghị cán bộ TDTT toàn miền Bắc. Trong thư, có đoạn Bác viết “Muốn lao động, sản xuất tốt, công tác và học tập tốt thì cần có sức khỏe. Muốn có sức khỏe thì nên thường xuyên luyện tập TDTT. Vì vậy chúng ta nên phát triển phong trào TDTT rộng khắp” [2].

Từ đó đến nay qua từng thời kỳ phát triển của đất nước Đảng và Nhà nước đã ban hành nhiều chủ trương, chính sách nhằm phát triển phong trào TDTT qua đó góp

phần bồi bổ con người phát triển toàn diện, ví dụ như: Chỉ thị 106- CT/TW năm 1958 khẳng định: “Dưới chế độ của chúng ta, việc chăm sóc sức khỏe, tăng cường thể chất của nhân dân được coi là một nhiệm vụ quan trọng của Đảng và Chính phủ; phải kiện toàn Ban TDTT TW và cấp Khu, cấp Tỉnh; phải mở trường đào tạo cán bộ và chọn cán bộ, vận động viên đi học dài hạn ở các nước anh em” [3], Nghị quyết Đại hội đảng toàn quốc lần thứ III, năm 1960 nêu rõ: “Con người là vốn quý nhất của chế độ xã hội chủ nghĩa. Bảo vệ và bồi dưỡng sức khỏe của con người là nghĩa vụ và mục tiêu cao quý của các ngành y tế và thể dục thể thao”[4], Đại hội VII của Đảng, năm 1991 đã nêu rõ: “Cần coi trọng nâng cao chất lượng GDTC trong trường học, xây dựng phong trào toàn dân rèn luyện thân thể, hoạt động TDTT, nhất là trong thanh thiếu niên” [5], Nghị quyết Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ VIII, năm 1996 tiếp tục khẳng định: “Giáo dục đào tạo và khoa học công nghệ phải thực sự trở thành quốc sách hàng đầu” và “Muốn xây dựng đất nước giàu mạnh, văn minh không những chỉ có con người cường tráng về thể chất chăm lo cho con người về thể chất là trách nhiệm của toàn xã hội và của tất cả các cấp các ngành, các đoàn thể” [6], Nghị quyết Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ X, năm 2006 cũng xác định cần phát triển TDTT quần chúng, TDTT nghiệp dư mà trước hết là ở thanh thiếu niên. Phải làm tốt công tác GDTC trong Nhà trường, tạo điều kiện để toàn xã hội tham gia và phát triển sự nghiệp TDTT, Đại hội Đại biểu toàn quốc lần thứ XIII, năm 2021 của Đảng tiếp tục khẳng định phát triển TDTT toàn dân để góp phần nâng cao sức khỏe cho nhân dân, làm cơ sở để phát triển thể thao thành tích cao; Đẩy mạnh phát triển sự nghiệp TDTT, nâng cao sức khỏe cho người dân cả về thể chất, tinh thần, tầm vóc, tuổi thọ cũng như chất lượng cuộc sống.

Những năm gần đây, cùng với sự phát phát triển về mọi mặt như khoa học kỹ thuật, kinh tế chính trị và xã hội, các hoạt động TDTT cũng ngày càng phát phát triển. Trước tình hình đó Đảng và Nhà nước ta cũng có nhiều chủ trương, chính sách mới về công tác TDTT, GDTC nhằm đảm bảo phù hợp với tình hình mới. Ngày 28/04/2011 Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Quyết định số 641/QĐ-TTg về phê duyệt đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030 với các nhiệm vụ nâng cao chất lượng giờ học thể dục chính khóa; tổ chức tốt các hoạt động TDTT ngoại khóa, hướng dẫn học sinh tự tập luyện TDTT để tăng cường thể lực, cải thiện chiều cao thân thể. Ngày 11/11/2013 Thủ tướng Chính phủ ban hành QĐ số 2160/QĐ-TTg Phê duyệt Quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định

hướng đến năm 2030, xác định mục tiêu tổng quát là: Đến năm 2020, TDTT cơ bản được phát triển đồng đều giữa các đối tượng, rộng khắp giữa các vùng, miền, các địa phương trong cả nước, góp phần nâng cao sức khỏe và tuổi thọ của người Việt Nam, vì sự nghiệp dân cường, nước thịnh. Thành tích ở một số môn thể thao có thể mạnh của Việt Nam đạt trình độ của châu lục và thế giới. Phấn đấu đến năm 2030, Việt Nam trở thành quốc gia có nền thể dục, thể thao phát triển ở châu lục[7]. Ngày 17/6/2016, Thủ tướng Chính phủ đã ban hành Quyết định số 1076/QĐ-TTg phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020 và định hướng đến năm 2025. Xác định rõ đây là nhiệm vụ quan trọng đối với ngành Giáo dục, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Quyết định số 1611/QĐ-BGDĐT ngày 10/5/2017 về việc ban hành Kế hoạch triển khai thực hiện Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 của Thủ tướng Chính phủ. Đồng thời, chỉ đạo xuyên suốt việc triển khai thực hiện các nhiệm vụ cụ thể trong giai đoạn 2016-2020 thông qua các văn bản hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ về công tác giáo dục thể chất, thể thao và y tế trường học hàng năm đối với các sở GD-ĐT và các cơ sở giáo dục trên toàn quốc. Ngày 06/8/2021, Bộ VHTTDL đã ban hành kế hoạch số 2796/KH-BVHTTDL hướng dẫn toàn dân tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe, phát triển tầm vóc, thể lực, phòng, chống bệnh tật giai đoạn 2021-2025. Mục tiêu của kế hoạch nhằm vận động, hướng dẫn toàn dân duy trì nề nếp, thói quen tập luyện TDTT thường xuyên, đúng cách nhằm nâng cao sức khỏe, tầm vóc, thể lực, phòng, chống bệnh tật, góp phần xây dựng và phát triển văn hóa, con người Việt Nam đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng XHCN và hội nhập.

1.2. Quan điểm, chủ trương của Bộ Giáo dục và Đào tạo về Giáo dục Thể chất

Chỉ thị số 36 CT/TW ngày 24 tháng 03 năm 1994 của Ban Bí thư Trung ương Đảng khóa VII đã giao trách nhiệm cụ thể cho Bộ Giáo dục và Đào tạo, ngành TDTT phải phối hợp chỉ đạo công tác GDTC, trong đó bao gồm: nghiên cứu cải tiến chương trình giảng dạy, xây dựng tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, đào tạo giáo viên GDTC cho trường học các cấp, tạo điều kiện về cơ sở vật chất để thực hiện chế độ giáo dục thể chất bắt buộc ở tất cả các trường học, làm cho việc tập luyện TDTT trở thành thói quen hàng ngày của hầu hết học sinh, sinh viên, từ đó phát hiện và tuyển chọn được nhiều tài năng thể thao cho Quốc gia [8].

Những năm qua Bộ Giáo dục và Đào tạo luôn quan tâm đến công tác GDTC ở các trường học các cấp, thể hiện qua việc thường xuyên ban hành các quy định về đổi mới và cải tiến nội dung chương trình môn học GDTC cho phù hợp với điều kiện và hoàn cảnh của đất nước, thường xuyên tổ chức các giải thể thao phong trào để động viên và khích lệ học sinh, sinh viên tham gia tập luyện.

Hai ngành thống nhất chỉ đạo các cấp học giảng dạy GDTC theo đúng chương trình và kế hoạch, đảm bảo thực hiện nghiêm túc các quy định đánh giá quá trình dạy học GDTC, các quy định về giáo dục thể lực cho HSSV, điều chỉnh và ban hành tài liệu giảng dạy, sách giáo khoa, sách hướng dẫn các phương pháp giảng dạy và tập luyện TDTT. Phát động các phong trào tập luyện TDTT trong HSSV. Chỉ đạo cải tiến nội dung chương trình, hình thức hoạt động ngoại khoá TDTT. Tổ chức bồi dưỡng giáo viên TDTT, xây dựng hệ thống cơ sở vật chất đảm bảo tối thiểu để phục vụ công tác GDTC ở trường học các cấp.

Bộ Giáo dục và Đào tạo và ngành TDTT thống nhất để nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường cần phải: “tuyên truyền rộng rãi để toàn thể xã hội hiểu được vị trí quan trọng của công tác GDTC trong chiến lược phát triển con người toàn diện; phải tổ chức, chỉ đạo và quản lý GDTC từ Trung ương tới địa phương. Cần có các hình thức chỉ đạo linh hoạt gắn hoạt động GDTC với sự nghiệp giáo dục. Xác định rõ trách nhiệm của người đứng đầu đối với công tác GDTC. Chấn chỉnh lại việc lấn chiếm sân trường, bãi tập của HSSV trong trường học các cấp” [9]. “GDTC trong nhà trường phải đảm bảo từng bước nâng cao trình độ văn hoá thể chất và thể thao cho HSSV góp phần nâng cao sự nghiệp TDTT của đất nước đáp ứng nhiệm vụ giao tiếp của HSSV Việt Nam và quốc tế” [10].

Thực hiện tốt nhiệm vụ GDTC cho HSSV các cấp trong hệ thống giáo dục quốc dân là việc làm hết sức quan trọng trong việc giáo dục con người phát triển toàn diện. Sự hài hoà về thể chất là mục tiêu của mỗi Quốc gia cần đạt được trong quá trình giáo dục HSSV. Đồng thời đó cũng là vốn quý để tạo ra tài sản giá trị về trí tuệ và vật chất cho xã hội. Vì vậy, chăm lo về thể chất cho HSSV trong trường học các cấp là trách nhiệm của toàn xã hội chứ không phải của riêng ai, trong đó Bộ Giáo dục và Đào tạo, ngành TDTT và Bộ Y tế là những bộ phận thường trực.

1.3. Các khái niệm liên quan

1.3.1 Các khái niệm liên quan đến GDTC

Giáo dục thể chất là quá trình dạy học động tác và giáo dục các tố chất vận động. Có nhiều khái niệm liên quan đến giáo dục thể chất, cụ thể :

Phát triển thể chất: là quá trình từng bước hình thành và biến đổi theo quy luật về cấu trúc hình thái cũng như các chức năng sinh học của cơ thể con người.

Năng lực thể chất: Là khả năng của các hệ thống, cơ quan trong cơ thể con người, thể hiện chính qua hoạt động cơ bắp.

Tố chất thể lực: TCTL là loại năng lực vận động cơ bản, là những mặt riêng biệt trong hoạt động thể lực của con người và được chia thành các loại cơ bản sau: sức mạnh, sức nhanh, sức bền, khả năng phối hợp động tác và độ dẻo. Trong từng giai đoạn nhất định, nhịp điệu phát triển TCTL diễn ra không đồng đều, thể hiện ra ở một số năng lực khi tăng lên nhanh, khi thì giảm xuống. Điều đó trước tiên là do quy luật phát triển tự nhiên của quá trình biến đổi hình thái và chức năng cơ thể theo lứa tuổi trong từng giai đoạn phát triển khác nhau.

Những tác động của GDTC ở nhà trường đến sự phát triển năng lực thể chất của học sinh là:

- Thúc đẩy sự phát triển thể chất một cách toàn diện.
- Giảm bớt hoặc loại trừ sự chậm chạp theo lứa tuổi trong việc phát triển các TCTL, chỉnh sửa và khắc phục những sai lệch do ảnh hưởng của quá trình sinh hoạt, học tập mang lại.

Các TCTL trong một chừng mực nhất định nào đó sẽ được hoàn thiện và phát triển trong quá trình GDTC. Song sự tác động có chủ đích đối với những TCTL này hay những TCTL khác sẽ được đảm bảo nhờ lựa chọn các bài tập thể lực và các phương pháp tập luyện tương ứng. Tùy thuộc vào từng giai đoạn học tập và tính chất thực hiện mà cùng một loại bài tập giống nhau về hình thức có thể có những tác động khác nhau đối với những tố chất thể lực. Vì vậy, trong quá trình sử dụng các bài tập để phát triển các TCTL cho học sinh, giáo viên không những phải xem xét nội dung và hình thức của bài tập mà còn phải tính toán đến các nhân tố xác định tác động của bài tập đó, để đảm bảo cho quá trình GDTC giải quyết được nhiệm vụ đề ra.

Sự tác động toàn diện của các bài tập thể chất, tính hợp lý của lượng vận động và sự phát triển hài hòa các khả năng chức phận của cơ thể, sự phù hợp của các nhân tố tác động tới đặc điểm của các giai đoạn phát triển cơ thể là những yêu cầu quan trọng nhất đối với phương pháp giáo dục các TCTL trong thời kỳ hoàn thiện cơ thể theo lứa tuổi.

Hoàn thiện thể chất là sự phát triển thể chất ở mức độ cân đối phù hợp với trình độ tập luyện thể lực toàn diện của con người. Nó đáp ứng được các yêu cầu của xã hội trong các lĩnh vực lao động sản xuất và các lĩnh vực hoạt động sống khác của con người, nó biểu hiện sự phát triển cao năng khiếu thể chất của từng người và nó tuân theo các quy luật duy trì sức khỏe cường tráng một cách lâu dài. Hoàn thiện thể chất mang tính lịch sử ở chỗ là; các đặc điểm về vận động, về sự hoàn thiện luôn bị các nhu cầu và điều kiện sống thực tế của xã hội ở mỗi giai đoạn lịch sử cụ thể chi phối và vì vậy các đặc điểm đó cũng thay đổi theo mức độ phát triển của xã hội.

1.3.2 Các khái niệm liên quan đến năng lực tự học

Năng lực: Năng lực là thuộc tính cá nhân được hình thành, phát triển nhờ tổ chất sẵn có và quá trình học tập, rèn luyện, cho phép con người huy động tổng hợp các kiến thức, kỹ năng và các thuộc tính cá nhân khác như hứng thú, niềm tin, ý chí,... thực hiện thành công một loại hoạt động nhất định, đạt kết quả mong muốn trong những điều kiện cụ thể [11].

Tự học: Có nhiều khái niệm khác nhau về tự học. Các khái niệm này được đưa ra dưới các góc độ, khía cạnh khác nhau như sau: Zimmerman cho rằng: Tự học là mức độ mà mỗi cá nhân chủ động sử dụng siêu nhận thức, động lực và hành vi của bản thân trong quá trình học tập của riêng họ [12]. Điều này có nghĩa là, mỗi sinh viên tự thiết lập mục tiêu học tập hiệu quả cho bản thân, sử dụng các chiến lược học tập để đạt được mục tiêu đó và theo dõi học tập đó một cách chặt chẽ. Zimmerman đã gộp các thành tố của tự học thành “siêu nhận thức”. Theo Kesten, tự học là việc học mà người học kết hợp với những yếu tố khác có liên quan, có thể đưa ra các quyết định cần thiết để đáp ứng được nhu cầu học tập của bản thân [13]. Kesten đã lựa chọn cách định nghĩa ngắn gọn nhưng chỉ nhấn mạnh vào thành tố “chiến lược học tập” mà không chú trọng hết các thành tố khác của tự học. Xét theo quá trình, Candy cho rằng: Tự học được hiểu là tiến trình hướng dẫn người học tự kiểm soát và tự động hóa [14]. “Tự

kiểm soát” được sử dụng để mô tả tự học diễn ra với sự hướng dẫn của giáo viên trong phạm vi nhà trường và “tự động hóa” mô tả tự học được diễn ra bên ngoài nhà trường. Xét theo thuộc tính, tự học được hiểu là tự quản lý và tự chủ cá nhân. Tự quản lý được mô tả là khả năng tự định hướng việc học tập trong những điều kiện nhất định; tự chủ cá nhân thể hiện xu hướng tự do học tập trên quy mô rộng hơn. Tự học được định nghĩa theo Garrison là một cách tiếp cận mà người học được thúc đẩy để chịu trách nhiệm cá nhân và kiểm soát hợp tác các quá trình nhận thức (tự giám sát) và bối cảnh (tự quản lý) trong việc xây dựng và xác nhận kết quả học tập có ý nghĩa và có giá trị [15]. Định nghĩa của Garrison có xu hướng tập trung vào thành tố “tự đánh giá” của tự học. Theo Knowles: Tự học mô tả một quá trình trong đó các cá nhân chủ động, cùng với việc có hoặc không có sự giúp đỡ của người khác, trong việc xác định nhu cầu học tập của họ, xây dựng mục tiêu học tập, xác định nguồn nhân lực và vật lực để học tập, lựa chọn và thực hiện các chiến lược học tập và đánh giá kết quả học tập một cách phù hợp [16]. Định nghĩa của Knowles hoàn toàn thống nhất với định nghĩa của Zimmerman. Định nghĩa này đã bao hàm các thành tố không thể thiếu của tự học và được nhiều nhà nghiên cứu sau này tham chiếu đến, là điểm khởi nguồn cho các định nghĩa khác sau này về tự học. Có thể nói rằng, nhiều định nghĩa sau này về tự học đều dựa trên định nghĩa của ông và luôn cố gắng phủ kín các thành tố của tự học được nêu trong định nghĩa của Knowles. Từ những phân tích về khái niệm tự học ở trên, điểm cốt lõi chung của tự học là tự làm chủ quá trình học tập của mình từ xác định mục tiêu, nhiệm vụ học tập, chiến lược học tập, nguồn lực học tập tới tự đánh giá kết quả học tập. Trong nghiên cứu này, chúng tôi dựa trên khái niệm về tự học của Knowles.

Năng lực tự học: Dựa trên các khái niệm về năng lực và tự học, có thể hiểu khái niệm năng lực tự học là năng lực thể hiện qua việc thực hiện thành công các hoạt động: xác định nhu cầu học tập; xây dựng mục tiêu học tập; xác định nguồn nhân lực, vật lực để học tập; lựa chọn và thực hiện các chiến lược học tập, đánh giá kết quả học tập.

1.4. Những điểm mới trong chương trình giáo dục thể chất 2018

Chương trình môn giáo dục thể chất được quy định trong chương trình giáo dục phổ thông 2018 so với các chương trình trước có một số điểm mới, cụ thể :

+ Về quan điểm xây dựng chương trình: phải theo định hướng phát triển năng lực và phẩm chất của người học.

+ Về phương pháp dạy học: phải chú trọng phát triển năng lực tự học, tự nghiên cứu cho học sinh.

+ Về vai trò của sách giáo khoa: sách giáo khoa phải có vai trò là học liệu để tổ chức hoạt động dạy học (trước đó, môn giáo dục thể chất thực hiện theo chương trình khung của bộ mà không có sách giáo khoa).

+ Về vai trò của giáo viên: trong chương trình GDPT mới 2018 giáo viên có một vai trò vô cùng quan trọng. Giáo viên phải tham gia xây dựng chương trình, cùng với nhà trường và tổ chuyên môn tham gia xây dựng kế hoạch giáo dục, kế hoạch dạy học. Điều này đòi hỏi giáo viên phải thực sự có năng lực chuyên môn để kịp thời tìm kiếm và cập nhập kiến thức mới, phù hợp. Đồng thời với những yêu cầu như vậy sẽ giúp cho giáo viên năng động và sáng tạo hơn trong giảng dạy.

+ Về yêu cầu đối với học sinh: học sinh ngoài việc học theo yêu cầu của chương trình được ban hành còn được khuyến khích mở rộng kiến thức, tham gia các hoạt động để vận dụng kiến thức vào thực tiễn.

+ Về yêu cầu đối với cha mẹ học sinh: Cha mẹ phải tạo điều kiện và hỗ trợ học sinh trong học tập cũng như vận dụng kiến thức bên ngoài khuôn viên nhà trường một cách hiệu quả.

+ Về vai trò chủ động của cơ sở giáo dục: Ngoài việc thực hiện theo các quy định của chương trình GDPT mới 2018 và sự chỉ đạo, hướng dẫn của Bộ GDĐT, của các bộ, ngành cấp trên. Cơ sở giáo dục phải có vai trò chủ động trong việc xây dựng kế hoạch giáo dục, kế hoạch dạy học và tổ chức thực hiện.

Chương 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ PHÂN TÍCH

2.1. Thực trạng hoạt động giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình.

2.1.1. Thực trạng dạy học nội khóa môn giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý

Hoạt động nội khóa môn giáo dục thể chất tại trường tiểu học số 3 Nam Lý chủ yếu thực hiện theo kế hoạch giảng dạy môn giáo dục thể chất. Để tìm hiểu rõ các nội dung chủ yếu trong hoạt động nội khóa môn Giáo dục thể chất. Đề tài đã tiến hành nghiên cứu nội dung môn học, theo đó nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất được xây dựng theo chương trình giáo dục phổ thông năm 2018. Chi tiết cấu trúc chương trình môn Giáo dục thể chất của trường Tiểu học số 3 Nam Lý được trình bày ở bảng 2.1.

Bảng 2.1. Cấu trúc nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất

TT		Mạch nội dung của môn học	Lớp					Thời lượng
			1	2	3	4	5	
1	Vận động cơ bản	Đội hình đội ngũ	x	x	x	x	x	20%
		Tư thế và kỹ năng vận động cơ bản	x	x	x	x	x	35%
		Bài tập thể dục	x	x	x	x	x	17%
2	Thể thao tự chọn		x	x	x	x	x	27%

Phân tích kết quả bảng 2.1 cho thấy, các nội dung chủ yếu được giảng dạy cho học sinh tiểu học là: đội hình đội ngũ, tư thế và kỹ năng vận động cơ bản, bài tập thể dục và các môn thể thao tự chọn, thời lượng dành cho các nội dung đó cũng khác nhau, cụ thể: đội hình đội ngũ chiếm 20%, tư thế và kỹ thuật cơ bản chiếm 35%; bài tập thể dục chiếm 10% và 25% là dành cho các môn thể thao tự chọn.

2.1.2. Thực trạng về các hoạt động thể dục, thể thao ngoại khóa tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý

Để đánh giá thực trạng tập luyện TDTT ngoại khóa của học sinh trường Tiểu

học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình. Nghiên cứu tiến hành khảo sát ngẫu nhiên 548 em học sinh từ khối 1 đến khối 5 các nội dung về tình hình tham gia tập luyện ngoại khoá và các môn thể thao mà các em yêu thích, kết quả thể hiện cụ thể như sau:

** Thực trạng về tình hình tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa*

Trên cơ sở nghiên cứu và phân tích các tài liệu liên quan, đề tài đã đề xuất được 7 nội dung có liên quan để đánh giá tình hình tập luyện TDTT ngoại khóa của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, gồm: động cơ tập luyện TDTT, thời gian tập luyện TDTT, các yếu tố ảnh hưởng đến tập luyện TDTT ngoại khóa, hình thức tập luyện, nhu cầu tập luyện, thời điểm tập luyện để tiến hành khảo sát đối với học sinh, kết quả được trình bày ở bảng 2.2.

Bảng 2.2. Thực trạng về tình hình tập luyện ngoại khóa của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		N	%
1	Số lượng học sinh tập luyện ngoại khóa (n = 548)		
	- Thường xuyên	145	26.46
	- Không thường xuyên	178	32.48
	- Không tập	225	41.06
2	Động cơ tập ngoại khóa (n = 548)		
	- Ham thích	157	28.65
	- Nhận thấy hiệu quả của tập luyện TDTT ngoại khóa với cơ thể	98	17.88
	- Tập luyện theo yêu cầu của cha mẹ	205	37.41
	- Khác	88	16.06
3	Yếu tố hạn chế dẫn đến không tập luyện ngoại khóa (n = 548)		
	- Thiếu các điều kiện cơ sở vật chất (sân bãi, dụng cụ...)	132	24.09
	- Nội dung học thêm nhiều không có đủ thời gian để tham gia.	154	28.1
	- Nhà trường có quá ít CLB TDTT	72	13.14

	- Các hoạt động trải nghiệm môn GDTC chưa chú trọng.	53	9.67
	- Không hứng thú tập luyện TDTT	47	8.58
	- Hoạt động TT ngoại khóa của trường chưa phát triển.	90	16.42
4	Nhu cầu tham gia tập luyện câu lạc bộ (n = 548)		
	- Có	203	37.04
	- Bình thường	185	33.76
	- Không	135	24.64
5	Hình thức tập luyện (n = 548)		
	Tự tập luyện	205	37.41
	Tập luyện theo nhóm	128	23.36
	Tập luyện theo câu lạc bộ	115	20.99
	Khác	100	18.25
6	Thời lượng tập luyện trong tuần (n = 548)		
	Tập 1 buổi	173	31.57
	Tập từ 2 - 3 buổi	172	31.39
	Tập 4 đến 5 buổi.	132	24.09
	Tập trên 5 buổi	71	12.96
7	Thời điểm tập luyện (n = 548)		
	Tập vào các buổi sáng sớm	75	13.69
	Tập vào các buổi chiều	258	47.08
	Các buổi khác	215	39.23

Phân tích kết quả ở bảng 2.2 cho thấy:

- Khảo sát về tần suất tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của học sinh cho thấy: tập luyện thường xuyên chiếm 26.46%; không thường xuyên chiếm 32.48%; không tập luyện chiếm 41.06%.

- Khảo sát về động cơ tập luyện: yêu thích tập luyện chiếm 28.65%; nhận thấy tác dụng của tập luyện TDTT đối với cơ thể chiếm 17.88%; làm theo yêu cầu của cha, mẹ chiếm 37.41% và ở những ý kiến khác chiếm 16.06%

- Khảo sát về các yếu tố ảnh hưởng đến tập luyện TDTT ngoại khóa: thiếu các điều kiện cơ sở vật chất (sân bãi, dụng cụ...) chiếm 24.09%; không có hứng thú chiếm 5.58%; nội dung học thêm nhiều không có đủ thời gian để tham gia chiếm 28.10%; nhà trường có quá ít CLB TDTT chiếm 13.14%; các hoạt động trải nghiệm môn GDTC chưa chú trọng chiếm 9.67%; hoạt động TDTT ngoại khóa của trường chưa phát triển chiếm 16.42%.

- Khảo sát về hình thức tập luyện: tự tập luyện chiếm 37.41%; tập luyện theo nhóm chiếm 23.36%; tập luyện theo câu lạc bộ chiếm 20.99% và hình thức khác chiếm 18.25%.

- Khảo sát về nhu cầu tập luyện: nhóm có nhu cầu tập luyện chiếm 37.04%; nhóm có nhu cầu bình thường về tập luyện TDTT ngoại khóa chiếm 33.76% và nhóm không có nhu cầu chiếm 24.64%

- Khảo sát về thời điểm tập luyện: tập luyện vào buổi sáng sớm chiếm 13.69%; tập luyện vào buổi chiều chiếm 47.08%; các buổi khác chiếm 39.23%.

- Khảo sát về thời lượng tập luyện trong tuần: tập 1 buổi chiếm 31.57%; tập từ 2 - 3 buổi chiếm 31.39%; tập 4 đến 5 buổi chiếm 24.09 % và tập trên 5 buổi 12.96%

** Thực trạng các môn thể thao yêu thích*

Nghiên cứu tiến hành khảo sát thực tiễn các môn thể thao thường xuyên được sử dụng để tập luyện ngoài khóa tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, sau đó tổng hợp và tiến hành phỏng vấn học sinh về mức độ yêu thích đối với từng môn thể thao cụ thể, kết quả được trình bày ở bảng 2.3.

Bảng 2.3. Thực trạng các môn thể thao yêu thích của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý

TT	Môn thể thao	Kết Quả					
		Thích	Tỷ lệ %	Bình thường	Tỷ lệ %	Không thích	Tỷ lệ %
1	Bóng đá	276	50.36	185	33.76	87	15.88
2	Bóng bàn	175	31.93	233	42.52	140	25.55
3	Cờ vua	92	16.79	256	46.72	200	36.5
4	Đá cầu	108	19.71	255	46.53	185	33.76

TT	Môn thể thao	Kết Quả					
		Thích	Tỷ lệ %	Bình thường	Tỷ lệ %	Không thích	Tỷ lệ %
5	Cầu lông	295	53.83	148	27.01	105	19.16
6	Bóng chuyền	278	50.73	141	25.73	129	23.54
7	Bơi lội	250	45.62	173	31.57	125	22.81
8	Điền kinh	118	21.53	233	42.52	197	35.95
9	Bóng rổ	270	49.27	155	28.28	123	22.45
10	Thể thao dân tộc	143	26.09	198	36.13	207	37.77
11	Trò chơi dân gian	170	31.02	181	33.03	197	35.95
12	Các môn võ thuật	193	35.22	189	34.49	166	30.29
13	Các môn thể thao khác	68	12.41	285	52.01	195	35.58

Phân tích kết quả ở bảng 2.3 cho thấy: Các môn thể thao có số lượng yêu thích chiếm tỷ lệ trên 50% gồm bóng đá, cầu lông và bóng chuyền; các môn thể thao chiếm tỷ lệ từ 40% đến cận 50% là bơi lội và bóng rổ; các môn thể thao chiếm tỷ lệ từ 30% đến cận 40% có môn bóng bàn, trò chơi dân gian và các môn võ thuật, các môn thể thao chiếm tỷ lệ từ 20% đến cận 30% gồm điền kinh và thể thao dân tộc; các môn thể thao chiếm tỷ lệ dưới 20% gồm cờ vua, đá cầu, các môn thể thao khác.

2.1.3 Thực trạng các yếu tố có liên quan đến hoạt động giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý

*** Đội ngũ giáo viên giáo viên giảng dạy Giáo dục thể chất**

Giáo dục thể chất là mặt giáo dục có ý nghĩa quan trọng trong việc giáo dục con người phát triển toàn diện, là sự tất yếu khách quan tồn tại và phát triển toàn xã hội. Vai trò người giáo viên nói chung và người giáo viên giáo dục thể chất nói riêng là rất quan trọng. Họ là người trực tiếp giảng dạy truyền thụ cho học sinh những kiến thức, tri thức khoa học về lĩnh vực TDTT trong hầu hết các hoạt động cũng như khả năng vận động của con người. Họ góp phần không nhỏ đến hiệu quả công tác GDTC trong Nhà trường. Do đó để có những góc nhìn khách quan, nghiên cứu đã tiến hành đánh giá thực trạng đội ngũ giáo viên giảng dạy GDTC tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình. Kết quả được thể hiện tại bảng 2.4.

**Bảng 2.4. Thực trạng đội ngũ giáo viên Giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3
Nam Lý**

TT	Nội dung		Năm học 2024 – 2025	Tỷ lệ
1	Số lượng giáo viên		02	
2	Giới tính	Nam	0	0%
		Nữ	02	100%
3	Tổng số tiết/01 giáo viên/1 tuần		25	
4	Thâm niên công tác	Dưới 5 năm	0	0
		Trên 5 năm	02	100%
5	Trình độ chuyên môn	Cao đẳng	0	0%
		Đại học	02	100%
		Sau đại học	0	0%

Qua bảng 2.4 cho thấy: Tổng số giáo viên Giáo dục thể chất của Trường tiểu học số 3 Nam Lý trong năm học 2024 – 2025 là 02 giáo viên, các giáo viên đều có trình độ đại học, có thâm niên công tác lâu năm, đảm bảo về số lượng, chất lượng và kinh nghiệm giảng dạy. Tuy vậy, cả 2 giáo viên Giáo dục thể chất của nhà trường đều là nữ giới điều này ít nhiều sẽ ảnh hưởng đến việc tương hỗ lẫn nhau trong những hoạt động đòi hỏi sự mạnh mẽ của nam giới.

*** Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác Giáo dục thể chất**

Để triển khai chương trình GDTC một cách có hiệu quả, một trong những khâu rất quan trọng đó là số lượng và chất lượng các trang thiết bị, dụng cụ phục vụ cho học tập và tập luyện. Đây là điều kiện tối thiểu cần thiết để thực hiện được chương trình dạy học GDTC theo quy định của Nhà trường và đạt kết quả cao, kết quả điều tra về cơ sở vật chất và các trang thiết bị phục vụ cho học tập môn học Giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý được trình bày tại bảng 2.5.

Bảng 2.5. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

TT	Hạng mục sân	Số lượng	Chất lượng sân tập		
			Tốt	Khá	TB
1	Sân bóng đá	01	0	0	01
2	Sân bóng chuyền	01	0	1	0
3	Sân đá cầu, cầu lông	01	0	1	0
4	Sân điền kinh tổng hợp	01	0	0	01
5	Sân bóng rổ	01	0	1	0
6	Nhà thi đấu đa năng	01	0	1	0
Cộng		04	0	04	02
Tỷ lệ %			0%	66.67%	33.33%

Qua bảng trên cho thấy, trong tổng số các trang thiết bị phục vụ hoạt động Giáo dục thể chất của Nhà trường có 06 hạng mục đang sử dụng, trong đó không có hạng mục nào đạt chất lượng tốt; có 04 hạng mục chất lượng khá chiếm 66.67% và 02 hạng mục có chất lượng trung bình chiếm tỷ lệ 33.33%. Từ đó có thể thấy, các hạng mục trang thiết bị cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giáo dục thể chất còn hạn chế về chất lượng và khiêm tốn về số lượng so với tổng số học sinh của Nhà trường. Bởi lợi là môn học nhận được sự quan tâm đặc biệt hiện nay của cả xã hội, tuy vậy Nhà trường vẫn chưa có bề bơi để giảng dạy cho học sinh.

2.1.4. Thực trạng kết quả học tập môn giáo dục thể chất tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Để đánh giá kết quả học tập môn giáo dục thể chất của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý. Nghiên cứu sử dụng các test bật xa tại chỗ, lực bóp tay thuận, chạy 30m XPC và chạy tủy sức 5 phút, tiến hành kiểm tra và đánh giá 548 học sinh khối 1 đến khối 5 của Nhà trường, kết quả cụ thể thu được như sau:

Bảng 2.6. Kết quả học tập môn GDTC tại trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Khối	Tổng số học sinh	Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%
1	86	20	23.26	24	27.91	42	48.84
2	96	25	26.04	26	27.08	45	46.88
3	108	23	21.3	35	32.41	50	46.3
4	126	32	25.4	35	27.78	59	46.83
5	132	30	22.73	36	27.27	66	50
Tổng	548	130	23.72	156	28.47	262	47.81

Phân tích kết quả bảng 2.6 cho thấy: tổng số học sinh xếp loại tốt là 130 em chiếm tỷ lệ 23.72%, số học sinh xếp loại đạt là 156 em chiếm tỷ lệ 28.47%, số học sinh xếp loại chưa đạt là 262 em chiếm tỷ lệ 47.81%. Thực trạng trên cho thấy mức độ hoạt động thể lực của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý là còn yếu so với tiêu chuẩn rèn luyện thân thể. Do đó, cần sớm tìm ra nguyên nhân, hạn chế để sớm có các giải pháp thiết thực nhằm cải thiện tình trạng trên.

2.1.5. Thực trạng năng lực tự học môn giáo dục thể chất của học sinh trường tiểu học số 3 Nam Lý

2.1.5.1. Xác định nội dung đánh giá năng lực tự học môn giáo dục thể chất của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Trên cơ sở các năng lực thành phần của năng lực tự học mà Bộ Giáo dục và Đào tạo đề xuất dành cho đối tượng là học sinh và cấu trúc năng lực tự học của một số các công trình nghiên cứu. Thông qua phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan, đề tài xác định sử dụng 03 nhóm năng lực thành phần với 7 tiêu chí cụ thể để đánh giá năng lực tự học của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Kết quả cụ thể ở bảng 2.7.

Bảng 2.7. Tổng hợp ý kiến chuyên gia về các tiêu chí đánh giá năng lực tự học môn GDTC của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý (n = 20)

TT	Nội dung năng lực	Tiêu chí	Đồng ý		Phân vân		Không đồng ý	
			SL	%	SL	%	SL	%
1	Xác định mục tiêu, nhiệm vụ tự học	Xác định mục tiêu tự học	19	95	1	5	0	0
		Xác định các nhiệm vụ tự học nhằm đạt được mục tiêu	20	100	0	0	0	0
2	Xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học	Xác định, lựa chọn phương án nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học	17	85	2	10	1	5
		Lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học	20	100	0	0	0	0
		Sử dụng nguồn phương tiện hỗ trợ tự học	17	85	2	10	1	5
3	Thực hiện tự đánh giá, điều chỉnh hoạt động tự học	Thực hiện tự đánh giá	19	95	1	5	0	0
		Điều chỉnh hoạt động tự học	20	100	0	0	0	0

Kết quả cho thấy các nội dung khảo sát được sự đồng thuận cao của các chuyên gia. Các nội dung mà đề tài đề xuất nhận được từ 85% đến 100% ý kiến “đồng ý” của các chuyên gia, một số ít (5% đến 10%) còn “phân vân” và chỉ có số lượng rất nhỏ các chuyên gia có ý kiến “không đồng ý”. Như vậy, năng lực tự học môn GDTC của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý được đánh giá qua 3 nhóm năng lực thành phần với 7 tiêu chí cụ thể.

2.1.5.2. Đánh giá thực trạng năng lực tự học môn giáo dục thể chất của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý

Sau khi lựa chọn được các nhóm năng lực và các tiêu chí đánh giá năng lực tự học môn GDTC. Nghiên cứu đã tiến hành xây dựng các mức độ cụ thể cho từng tiêu chí năng lực tự học của học sinh trường tiểu học số 3 Nam Lý, sau đó tiến hành khảo

sát 548 em học sinh từ lớp 1 đến lớp 5, kết quả cụ thể được trình bày ở các bảng từ 2.8 đến 2.10.

** Về việc xác định mục tiêu, nhiệm vụ tự học môn GDTC:* Kết quả khảo sát được tổng hợp tại bảng 2.8 cho thấy việc xác định mục tiêu và nhiệm vụ tự học môn GDTC của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý là còn yếu. Cụ thể như sau:

Bảng 2.8. Kết quả khảo sát việc xác định mục tiêu và nhiệm vụ tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)

Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ đạt được	Số lượng	Tỷ lệ %
Xác định mục tiêu, nhiệm vụ tự học	Xác định mục tiêu tự học	Chưa xác định được mục tiêu tự học.	232	42.34
		Xác định chưa rõ mục tiêu tự học, cần sự trợ giúp của giáo viên	124	22.63
		Xác định được mục tiêu tự học rõ ràng	112	20.44
		Xác định được mục tiêu tự học rõ ràng, biết giúp bạn xác định mục tiêu tự học	80	14.6
	Xác định các nhiệm vụ tự học	Chưa xác định được các nhiệm vụ tự học	234	42.7
		Xác định các nhiệm vụ tự học chưa rõ ràng, cần sự trợ giúp của giáo viên.	122	22.26
		Xác định các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng	110	20.07
		Xác định các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng. Biết hướng dẫn cho bạn xác định nhiệm vụ tự học.	82	14.96

Phân tích bảng 2.8 cho thấy:

- Đối với việc xác định mục tiêu tự học môn GDTC: có 14.6 % học sinh cho rằng có thể xác định được mục tiêu tự học rõ ràng, biết giúp bạn xác định mục tiêu tự học; 20.44% xác định được mục tiêu tự học rõ ràng; 22.63% xác định chưa rõ mục tiêu tự

học, cần sự trợ giúp của giáo viên và có đến 42.34% số học sinh chưa xác định được mục tiêu tự học.

- Đối với xác định các nhiệm vụ tự học môn GDTC: có 14.96% học sinh xác định các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng và biết hướng dẫn cho bạn xác định nhiệm vụ tự học; 20.07% xác định được các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng; 22.26% học sinh xác định các nhiệm vụ tự học chưa rõ ràng, cần sự trợ giúp của giáo viên và có đến 42.7% số học sinh chưa xác định được các nhiệm vụ tự học

** Về việc xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học môn GDTC:* Tỷ lệ học sinh có năng lực xây dựng phương án, lập kế hoạch và sử dụng phương tiện hỗ trợ tự học môn GDTC còn thấp. Kết quả khảo sát được trình bày cụ thể ở bảng 2.9.

Bảng 2.9. Kết quả khảo sát việc xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)

Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Số lượng	Tỷ lệ %
Xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học	Xây dựng phương án thực hiện nhiệm vụ tự học	Chưa xác định được các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học	226	41.24
		Xác định chưa rõ các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học, cần sự trợ giúp của giáo viên	126	22.99
		Xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học.	114	20.8
		Xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học, đồng thời biết cách giúp bạn xác định phương án tự học	82	14.96
	Lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học	Lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học không rõ ràng.	235	42.88
		Lập kế hoạch rõ ràng nhưng	121	22.08

		thực hiện các nhiệm vụ tự học không đảm bảo.		
		Thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao	108	19.71
		Thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao. Biết giúp bạn lập kế hoạch và thực hiện nhiệm vụ tự học	84	15.33
	Sử dụng nguồn phương tiện hỗ trợ tự học	Chủ yếu tra cứu, khai thác thông tin từ sách giáo khoa, chưa sử dụng được CNTT và ngoại ngữ.	243	44.34
		Biết cách sử dụng CNTT nhưng chưa thành thạo, hiệu quả chưa cao trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.	120	21.9
		Sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.	105	19.16
		Sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả cao. Hướng dẫn được người khác cách tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.	80	14.6

Phân tích bảng 2.9 cho thấy:

- Đối với việc xây dựng phương án thực hiện nhiệm vụ tự học môn GDTC: có 14.96% học sinh xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học, đồng thời biết cách giúp bạn xác định phương án tự học; 20.8% xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học; 22.99% học sinh xác định chưa rõ các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học, cần sự trợ giúp của giáo viên và có đến 41.24% số học sinh chưa xác định được các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học.

- Đối với việc lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học môn GDTC: có 15.33% học sinh thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao. Biết giúp bạn lập kế hoạch và thực hiện nhiệm vụ tự học; 19.71% thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao; 22.08% lập kế hoạch rõ ràng nhưng thực hiện các nhiệm vụ tự học không đảm bảo và có đến 42.88% số học sinh lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học không rõ ràng.

- Đối với việc sử dụng nguồn phương tiện hỗ trợ tự học môn GDTC: có 14.6% học sinh sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả cao và biết hướng dẫn người khác cách tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học; 19.16% sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học; 21.9% biết cách sử dụng CNTT nhưng chưa thành thạo, hiệu quả chưa cao trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học và có đến 44.34% học sinh chủ yếu tra cứu, khai thác thông tin từ sách giáo khoa mà chưa sử dụng được CNTT và ngoại ngữ tổng việc tra khảo tìm kiếm tài liệu phục vụ tự học.

*** Về việc thực hiện tự đánh giá, điều chỉnh hoạt động tự học môn GDTC:** Tỷ lệ học sinh có năng lực tự đánh giá và điều chỉnh hoạt động tự học còn thấp. Kết quả khảo sát được trình bày cụ thể ở bảng 2.10.

Bảng 2.10. Kết quả khảo sát việc thực hiện tự đánh giá và điều chỉnh hoạt động tự học môn GDTC của học sinh (n = 548)

TT	Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Thực hiện tự đánh giá, điều chỉnh hoạt động tự học	Thực hiện tự đánh giá	Còn lúng túng, tự đánh giá không đúng thực chất hoạt động tự học	242	44.16
			Biết cách tự đánh giá hoạt động tự học	114	20.8
			Tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học	108	19.71
			Tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học. Hướng dẫn được người khác cách tự đánh giá.	84	15.33

TT	Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Số lượng	Tỷ lệ %
			Chưa điều chỉnh được hoạt động tự học	253	46.17
			Còn chậm trong việc điều chỉnh hoạt động tự học	115	20.99
		Điều chỉnh hoạt động tự học	Linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học	100	18.25
			Linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học. Hướng dẫn được người khác trong việc điều chỉnh hoạt động tự học.	80	15

Phân tích bảng 2.10 cho thấy:

- Đối với việc tự đánh giá: có 15.33% học sinh có khả năng tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học và hướng dẫn được người khác cách tự đánh giá; 19.71% tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học; 20.8% biết cách tự đánh giá hoạt động tự học và có đến 44.16% số học sinh còn lúng túng, tự đánh giá không đúng thực chất hoạt động tự học.

- Đối với việc điều chỉnh hoạt động tự học môn GDTC: có 15% học sinh linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học và biết hướng dẫn được người khác trong việc điều chỉnh hoạt động tự học; 18.28% linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học; 20.99% học sinh còn chậm trong việc điều chỉnh hoạt động tự học và 42.7% số học sinh chưa điều chỉnh được hoạt động tự học.

2.2. Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình.

2.2.1. Căn cứ lựa chọn biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Để lựa chọn được các biện pháp phù hợp, có tính khoa học trong việc áp dụng vào thực tiễn nhằm nâng cao năng lực tự học cho học sinh tiểu học, cần phải căn cứ vào các yếu tố sau:

- Căn cứ vào các văn bản chỉ đạo chung của Bộ Giáo dục và đào tạo như: Công văn Số 4612/BGDĐT-GDTrH ngày 03/10/2017 của Bộ GDĐT về việc hướng dẫn thực hiện chương trình giáo dục phổ thông hiện hành theo định hướng phát triển năng lực và phẩm chất học sinh từ năm học 2017-2018 về phương pháp, hình thức dạy học; Thông tư 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 của Bộ GDĐT Ban hành Chương trình GDPT.

- Căn cứ vào điều kiện thực tiễn của Nhà trường như: thực tiễn về chương trình giảng dạy, thực tiễn về đội ngũ cán bộ giáo viên, thực tiễn về cơ sở vật chất...

- Căn cứ vào đặc điểm điều kiện của các gia đình học sinh.

- Căn cứ vào thực trạng năng lực tự học của học sinh tiểu học.

2.2.2. Nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Để lựa chọn được các biện pháp có tính khả thi khi áp dụng vào thực tiễn. Trên cơ sở phân tích và tổng hợp tài liệu, nghiên cứu xác định các biện pháp được lựa chọn phải đảm bảo các nguyên tắc sau:

- Các biện pháp được lựa chọn phải có tính khả thi cao: có nghĩa là các biện pháp phải áp dụng được vào thực tế và đem lại hiệu quả.

- Các biện pháp phải mang tính thực tiễn: các biện pháp phải xuất phát từ đòi hỏi của thực tiễn và đi vào giải quyết trực tiếp hoặc gián tiếp các vấn đề thực tiễn đó.

- Các biện pháp phải mang tính hợp lý: nghĩa là mức độ sâu, rộng của việc triển khai các biện pháp phải căn cứ vào mức độ tiếp thu biện pháp của đối tượng cần tác động.

- Biện pháp phải có tính đồng bộ đa dạng: Khi giải quyết vấn đề không đơn giản là chỉ tính một việc hay một chiều mà cần phải xem xét nhìn nhận các nguyên nhân tác động đến nó để căn cứ vào đó mà giải quyết.

2.2.3. Lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Trên cơ sở các căn cứ và nguyên tắc được trình bày ở trên, thông qua quá trình nghiên cứu, phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan. Nghiên cứu đã đề xuất được nhóm các biện pháp sau:

- Biện pháp 1: Hình thành và rèn luyện cho học sinh thói quen tự học

- Biện pháp 2: Tạo đam mê, hứng thú, yêu thích môn học cho học sinh.
- Biện pháp 3: Giảm áp lực học tập các môn văn hoá khác
- Biện pháp 4: Hướng dẫn, hỗ trợ học sinh trong quá trình tự học
- Biện pháp 5: Phối hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của học sinh
- Biện pháp 6: Tăng cường giáo dục ý thức tự học cho học sinh
- Biện pháp 7: Bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho giáo viên
- Biện pháp 8: Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC.

Sau khi đề xuất được nhóm các biện pháp trên, nghiên cứu tiếp tục tiến hành phỏng vấn chuyên gia để lựa chọn ra các biện pháp phù hợp nhất và đảm bảo tính khách quan. Kết quả được trình bày ở bảng 2.11

Bảng 2.11. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn GDTC cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý (n = 20)

TT	NỘI DUNG	MỨC ĐỘ PHÙ HỢP							
		Không phù hợp		Bình thường		Phù hợp		Rất phù hợp	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Biện pháp 1: Hình thành và rèn luyện cho học sinh thói quen tự học	0	0	2	10	5	25	13	65
2	Biện pháp 2: Tạo đam mê, hứng thú, yêu thích môn học cho học sinh.	0	0	1	5	4	20	15	75
3	Biện pháp 3: Giảm áp lực học tập các môn văn hoá khác	6	30	40	20	7	35	3	15

TT	NỘI DUNG	MỨC ĐỘ PHÙ HỢP							
		Không phù hợp		Bình thường		Phù hợp		Rất phù hợp	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
4	Biện pháp 4: Hướng dẫn, hỗ trợ học sinh trong quá trình tự học	0	0	1	5	3	15	16	80
5	Biện pháp 5: Phối hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của học sinh.	0	0	4	20	6	30	10	50
6	Biện pháp 6: Tăng cường giáo dục ý thức tự học cho học sinh	0	0	2	10	9	45	9	45
7	Biện pháp 7: Bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho giáo viên	0	0	3	15	4	20	13	65
8	Biện pháp 8: Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC.	5	25	4	20	6	30	5	25

Từ kết quả bảng 2.11: nghiên cứu đã lựa chọn được 06 biện pháp nhận được sự đồng ý của các chuyên gia ở các mức phù hợp và rất phù hợp từ 80% trở lên để tiến hành áp dụng vào thực tiễn.

3.2.4. Nội dung cụ thể các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý

*** Biện pháp 1: Hình thành và rèn luyện cho học sinh thói quen tự học**

- Mục đích: giúp học sinh có thói quen tự tập luyện thể dục thể thao, thông qua đó góp phần hình thành thói quen tốt, tránh xa những thói quen xấu

- Nội dung thực hiện: giáo viên thường xuyên giao nội dung tập luyện ở nhà cho học sinh, đồng thời theo dõi sát sao việc thực hiện các nội dung đó thông qua công tác nắm bắt tình hình và kiểm tra trên lớp

*** Biện pháp 2: Tạo đam mê, hứng thú, yêu thích môn học cho học sinh.**

- Mục đích: giúp các trở nên yêu thích môn học. Từ đó các em sẽ tự giác, tích cực hơn trong quá trình học tập trên lớp cũng như tự học ở nhà

- Nội dung thực hiện: để tạo được hứng thú và sự yêu thích của học sinh đối với môn học giáo dục thể chất, chúng ta cần làm tốt các công việc sau:

+ Phương pháp và hình thức lên lớp cần đa dạng và phù hợp với từng đối tượng cụ thể

+ Nội dung học tập cần được chuẩn bị đầy đủ, đa dạng và phong phú.

+ Chủ động phối hợp với các môn học khác như âm nhạc – mỹ thuật để tạo các bài học vận động theo nhạc hoặc tranh vẽ theo chủ đề thể thao.

+ Thường xuyên tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao như “ Giờ vận động sáng”, “ Góc vận động giữa giờ”, “ Ngày hội thể thao học sinh”...

+ Xây dựng môi trường học tập thuận lợi như trang bị sân chơi, thiết bị tập luyện đơn giản, tạo các góc vận động ở sân trường để học sinh tự tập luyện trong giờ ra chơi.

+ Kịp thời động viên khích lệ với những thành tích mà các em đạt được dù là nhỏ nhất.

*** Biện pháp 3: Hướng dẫn, hỗ trợ học sinh trong quá trình tự học**

- Mục đích: nhằm hướng dẫn cho học sinh phương pháp và cách thức tự học. Đồng thời hỗ trợ các em tháo gỡ những vướng mắc xảy ra trong quá trình tự học. Từ đó giúp các em tự tin hơn trong việc triển khai nhiệm vụ tự học của mình.

- Nội dung thực hiện: hướng dẫn học sinh lập thời gian biểu, ghi chép nhật kí tập luyện hàng tuần tạo thói quen vận động đều đặn và cung cấp các bài tập vận động phù hợp với lứa tuổi, tập cho học sinh kỹ năng đánh giá bản thân sau mỗi buổi tập, học sinh ghi nhận mức độ hoàn thành bài tập, Tự tìm hiểu cá bài tập mới như xem các video hướng dẫn tập thể dục cho thiếu nhi, nhảy theo nhạc, yoga cho trẻ em hay các TCVD. Quá trình hỗ trợ học sinh giáo viên cần chú ý không để học sinh bế tắc quá lâu mà không được trợ giúp, hỗ trợ. Khi giao nhiệm vụ cho học sinh giáo viên cần dành cho các em thời gian để nghiên cứu, không giám sát quá mức (tạo áp lực), để các em chủ động tra cứu, tìm nguồn thông tin để giải quyết vấn đề. Đặc biệt, không trợ giúp, hướng dẫn khi chưa cần thiết tạo thói quen ỉ lại trong các em mà không chịu suy nghĩ, tìm tòi. Nghĩa là luôn theo dõi nhưng giáo viên tạo tính tự chủ cho các em trong khi tự học.

**** Biện pháp 4: Phối hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của học sinh***

- Mục đích: kết hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của các em, trên cơ sở đó để có những thông tin hữu ích trong việc điều chỉnh nội dung cũng như thái độ tự học của học sinh.

- Nội dung thực hiện: phối kết hợp với phụ huynh để cùng phối hợp giám sát, động viên trẻ tập luyện, khuyến khích phụ huynh cùng tham gia hoạt động thể chất cùng con.

**** Biện pháp 5: Tăng cường giáo dục ý thức tự học cho học sinh***

- Mục đích: giúp học sinh ý thức được vai trò của việc tự học đối với việc củng cố và hoàn thiện nội dung học tập trên lớp.

- Nội dung thực hiện: tổ chức các buổi sinh hoạt chuyên đề ngắn, kể chuyện về những tấm gương chăm tập luyện thể thao nhằm truyền cảm hứng cho học sinh.

**** Biện pháp 6: Bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho giáo viên***

- Mục đích: giúp giáo viên bộ môn kịp thời bổ sung các tri thức mới, qua đó nâng cao năng lực giảng dạy cũng như hỗ trợ người học trong việc tự học.

- Nội dung thực hiện: tổ chức các lớp tập huấn, chia sẻ kinh nghiệm về phương pháp giảng dạy, hỗ trợ giáo viên trong việc nâng cao năng lực thực hành công nghệ thông tin, thường xuyên tham gia các hội nghị, hội thảo có liên quan, tham gia các lớp học tập nâng cao kiến thức...

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. KẾT LUẬN

1. Qua phân tích thực trạng công tác giáo dục thể chất tại trường Tiểu học số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình đã xác định được hoạt động giáo dục thể chất của Nhà trường vẫn còn nhiều tồn tại và hạn chế, như: điều kiện cơ sở vật chất chưa thực sự đảm bảo, học lực của học sinh còn thấp so với quy định, năng lực tự học chưa cao...

2. Kết quả nghiên cứu của đề tài đã lựa chọn được 06 biện pháp có tính khả thi có thể áp dụng trong việc nâng cao năng lực tự học cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình, bao gồm:

- Biện pháp 1: Giáo viên cần hình thành và rèn luyện cho học sinh thói quen tự học
- Biện pháp 2: Tạo đam mê, hứng thú, yêu thích môn học cho học sinh.
- Biện pháp 4: Hướng dẫn, hỗ trợ học sinh trong quá trình tự học
- Biện pháp 5: Phối hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của học sinh
- Biện pháp 6: Tăng cường giáo dục ý thức tự học cho học sinh
- Biện pháp 7: Bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho giáo viên

2. KIẾN NGHỊ

1. Kết quả nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng hoạt động giáo dục thể chất cũng như thực trạng về năng lực tự học môn giáo dục thể chất của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Trên cơ sở đó đã lựa chọn được các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn giáo dục thể chất cho học sinh tiểu học. Đề nghị các nhà chuyên môn lấy đó làm căn cứ như một giải pháp thiết thực nhằm khắc phục và nâng cao hiệu quả học tập GDTC.

2. Phạm vi nghiên cứu của đề tài tương đối hẹp, đồng thời thời gian nghiên cứu còn hạn chế. Kính đề nghị các đồng nghiệp hãy tiếp tục nghiên cứu mở rộng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. “Định hướng cải tiến công tác GDTC và sức khoẻ y tế trong trường học đến năm 2000”, *Tạp chí Giáo dục sức khoẻ và thể chất*, (05/1994).
2. Hồ Chí Minh, *Toàn tập*, Nxb. Chính trị quốc gia, Hà Nội, 2011, t.12, tr.542.
3. Ban Bí thư trung ương Đảng (1958), *Chỉ thị 106/CT-TW của Ban bí thư TW Đảng về công tác TDTT ngày 02/10/1958*
4. Ban Bí thư trung ương Đảng (1960), *Chỉ thị 181/CT-TW của Ban bí thư TW Đảng về công tác TDTT, ngày 13/11/1960*.
5. Ban chấp hành trung ương Đảng (1992), *Văn kiện đại hội đại biểu toàn quốc Đảng cộng sản Việt Nam lần thứ VII, tháng 06/1991*, Nxb Sự thật, Hà Nội.
6. Ban chấp hành trung ương Đảng (1996), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc Đảng cộng sản Việt Nam lần thứ VIII*, Nxb Chính trị quốc gia.
7. Quyết định số 2160/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030".
8. Chỉ thị 36/CT-TW ngày 24 tháng 3 năm 1994 của Ban Bí thư TW Đảng khóa VII về công tác TDTT trong giai đoạn mới.
9. Nguyễn Trọng Hải, Vũ Đức Thu, (2003), “nghiên cứu đánh giá thực trạng phát triển các tố chất thể lực của sinh viên”, *Hội nghị khoa học TDTT Đông Nam Á Việt Nam*, NXB TDTT, Hà Nội -2003, tr 87.
10. Dương Nghiệp Chí, (2004), “Nghiên cứu các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của VĐV bóng đá trẻ nam từ 11-18 tuổi”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội 2004, tr 220.
11. Bộ Giáo dục và Đào tạo, (2018), 32/2018/TT-BGDĐT ban hành Chương trình Giáo dục phổ thông.
12. Zimmerman, B.J, (1986), Becoming a self-regulated learner which are the key subprocesses? Contemporary Education Psychology.
13. Kesten, C, (1987), Independent learning. Saskatchewan: Saskatchewan Education.
14. Candy, P. C, (1991), Self-Direction for Lifelong Learning. A Comprehensive Guide to Theory and Practice. Jossey-Bass, San Francisco, CA.
15. Garrison, D. R, (1997), Self-directed learning: Toward a comprehensive model, Adult Education Quaterly, Vol. 48, Số 1, pp.18-33.
16. Knowles, M.S, (1975), Self-directed learning: a guide for learners and teachers, Chicago: IL. Follett Pub. Co.

PHỤ LỤC

Phụ lục 1

PHIẾU PHÒNG VẤN

*Xác định thực trạng tập luyện TDTT ngoại khoá của học sinh trường Tiểu học Số 3
Nam Lý*

Các bạn thân mến!

Hiện nay, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu đề tài ***“Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình”***. Để kết quả nghiên cứu đạt hiệu quả và chính xác trong việc đánh giá thực trạng hoạt động TDDT ngoại khóa của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Chúng tôi tin rằng những đóng góp của các bạn đối với công trình của chúng tôi là rất quan trọng. Rất mong các bạn giúp chúng tôi đưa ra những lựa chọn và ý kiến chính xác nhất ở bảng câu hỏi dưới đây.

Chúng tôi chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của các bạn!

Họ tên:

Giới tính:

Học sinh lớp:

Cách trả lời: Đánh dấu (x) vào bên cạnh và ghi vào bên cạnh những thông tin cần thiết.

Câu 1: Em cho biết bên cạnh giờ học GDTC chính khóa có cần thiết tổ chức các hoạt động ngoại khóa không?

- Rất cần thiết:
- Cần thiết:
- Không cần thiết:

Câu 2: Theo Em vì sao phải tăng cường tổ chức hoạt động ngoài khóa?

- Giờ học GDTC chính khóa quá ít, không đáp ứng được nhu cầu tập luyện:
- GDTC chính khóa là giờ học bắt buộc, phải theo các môn đã định trước:
- Các môn thể thao phải học chưa phù hợp với sinh viên

Câu 3: Ngoài giờ học chính khóa, có Em thường xuyên tham gia vào các hoạt động TDTT ngoại khóa không?

- Thường xuyên: - Môn:
- thỉnh thoảng: - Môn:

- Không tham gia: - Môn:

Câu 4: Những yếu tố sau đây, theo Em thì yếu tố nào ảnh hưởng tới việc tập luyện TDTT ngoại khóa của bản thân:

- Hoạt động thể thao ngoại khóa của nhà trường chưa phát triển:
- Không thích tập luyện TDTT:
- Chưa đảm bảo điều kiện về dụng cụ sân bãi:
- Không có giáo viên chuyên môn hướng dẫn:
- Chưa có câu lạc bộ thể thao cho sinh viên:
- Nội dung học các môn học khác chi phối quá nhiều thời gian.
- Công tác tuyên truyền động viên chưa chú trọng.

Câu 5: Em hãy cho biết động cơ tập luyện ngoại khóa của bản thân.

- Ham thích.
- Nhận thấy tác dụng tốt của tập luyện TDTT đối với cơ thể
- Để đối phó trong thi cử và kiểm tra
- Tập luyện theo sự rủ rê của bạn bè hoặc rảnh rỗi không có việc gì làm

Câu 6: Em hãy cho biết tập luyện TDTT ngoài giờ chính khóa:

- | | | |
|---------------------------|----|-------|
| - Tập TDTT trước giờ. | Có | Không |
| - Tập TDTT giữa giờ. | Có | Không |
| - Chơi trò chơi vận động. | Có | Không |

Câu 7: Em đã tập môn thể thao nào?

- | | |
|---|---------------------|
| - Bóng đá. | - Bóng bàn. |
| - Bóng chuyền. | - Đá cầu. |
| - Cờ vua. | - Thể dục nhịp điệu |
| - Cầu lông. | |
| - Điền kinh. | |
| - Môn thể thao nào em ưa thích nhất.....? | |

Câu 8: Em thích tập luyện môn thể thao nào dưới đây?

- Bóng đá.
- Bóng chuyền.
- Bóng bàn.
- Cầu lông
- Cờ vua.

- Đá cầu.
- Các nội dung điền kinh.
- Thể dục nhịp điệu.
- Các môn thể thao khác

Ý kiến khác:

Xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến của quý vị!

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

(Ký tên)

Phụ lục 2

PHIẾU PHỎNG VẤN

Năng lực xác định mục tiêu, nhiệm vụ tự học của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Các bạn thân mến!

Hiện nay, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu đề tài **“Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình”**. Để kết quả nghiên cứu đạt hiệu quả và chính xác trong việc đánh giá thực trạng hoạt động TDDT ngoại khoá của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Chúng tôi tin rằng những đóng góp của các bạn đối với công trình của chúng tôi là rất quan trọng. Rất mong các bạn giúp chúng tôi đưa ra những lựa chọn và ý kiến chính xác nhất ở bảng câu hỏi dưới đây.

Chúng tôi chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của các bạn!

Họ tên:

Giới tính:

Sinh viên lớp:

Cách trả lời: Đánh dấu (x) vào ô lựa chọn và ghi xuống dưới những thông tin cần thiết.

Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Lựa chọn	Ghi chú
Xác định mục tiêu, nhiệm vụ tự học	Xác định mục tiêu tự học	Chưa xác định được mục tiêu tự học.		
		Xác định chưa rõ mục tiêu tự học, cần sự trợ giúp của giáo viên		
		Xác định được mục tiêu tự học rõ ràng		
		Xác định được mục tiêu tự học rõ ràng, biết giúp bạn xác định mục tiêu tự học		
	Xác định các nhiệm vụ tự học	Chưa xác định được các nhiệm vụ tự học		

		Xác định các nhiệm vụ tự học chưa rõ ràng, cần sự trợ giúp của giáo viên.		
		Xác định các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng		
		Xác định các nhiệm vụ tự học cụ thể, rõ ràng. Biết hướng dẫn cho bạn xác định nhiệm vụ tự học.		

Ý kiến khác:

Xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến của quý vị!

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

(Ký tên)

Phụ lục 3

PHIẾU PHỎNG VẤN

Năng lực xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Các bạn thân mến!

Hiện nay, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu đề tài “**Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình**”. Để kết quả nghiên cứu đạt hiệu quả và chính xác trong việc đánh giá thực trạng hoạt động TDDT ngoại khoá của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Chúng tôi tin rằng những đóng góp của các bạn đối với công trình của chúng tôi là rất quan trọng. Rất mong các bạn giúp chúng tôi đưa ra những lựa chọn và ý kiến chính xác nhất ở bảng câu hỏi dưới đây.

Chúng tôi chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của các bạn!

Họ tên:

Giới tính:

Sinh viên lớp:

Cách trả lời: Đánh dấu (x) vào ô lựa chọn và ghi xuống dưới những thông tin cần thiết.

Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Lựa chọn	Ghi chú
Xây dựng và thực hiện kế hoạch tự học	Xây dựng phương án thực hiện nhiệm vụ tự học	Chưa xác định được các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học		
		Xác định chưa rõ các phương án để thực hiện nhiệm vụ tự học, cần sự trợ giúp của giáo viên		
		Xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học.		
		Xác định được phương án phù hợp nhằm thực hiện nhiệm vụ tự học, đồng thời biết cách giúp bạn xác định phương án tự học		

	Lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học	Lập kế hoạch và thực hiện các nhiệm vụ tự học không rõ ràng.		
		Lập kế hoạch rõ ràng nhưng thực hiện các nhiệm vụ tự học không đảm bảo.		
		Thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao		
		Thực hiện kế hoạch đề ra theo đúng tiến độ và có hiệu quả cao. Biết giúp bạn lập kế hoạch và thực hiện nhiệm vụ tự học		
	Sử dụng nguồn phương tiện hỗ trợ tự học	Chủ yếu tra cứu, khai thác thông tin từ sách giáo khoa, chưa sử dụng được CNTT và ngoại ngữ.		
		Biết cách sử dụng CNTT nhưng chưa thành thạo, hiệu quả chưa cao trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.		
		Sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả trong quá trình tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.		
		Sử dụng CNTT thành thạo, hiệu quả cao. Hướng dẫn được người khác cách tra cứu, khai thác thông tin phục vụ tự học.		

Ý kiến khác:

Xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến của quý vị!

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

(Ký tên)

Phụ lục 4

PHIẾU PHỎNG VẤN

Năng lực thực hiện tự đánh giá, điều chỉnh hoạt động tự học của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Các bạn thân mến!

Hiện nay, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu đề tài “**Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình**”. Để kết quả nghiên cứu đạt hiệu quả và chính xác trong việc đánh giá thực trạng hoạt động TDDT ngoại khoá của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Chúng tôi tin rằng những đóng góp của các bạn đối với công trình của chúng tôi là rất quan trọng. Rất mong các bạn giúp chúng tôi đưa ra những lựa chọn và ý kiến chính xác nhất ở bảng câu hỏi dưới đây.

Chúng tôi chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của các bạn!

Họ tên:

Giới tính:

Sinh viên lớp:

Cách trả lời: Đánh dấu (x) vào ô lựa chọn và ghi xuống dưới những thông tin cần thiết.

Nội dung năng lực	Tiêu chí	Mức độ	Lựa chọn	Ghi chú
Thực hiện tự đánh giá, điều chỉnh hoạt động tự học	Thực hiện tự đánh giá	Còn lúng túng, tự đánh giá không đúng thực chất hoạt động tự học		
		Biết cách tự đánh giá hoạt động tự học		
		Tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học		
		Tự đánh giá khách quan, chính xác kết quả tự học. Hướng dẫn được người khác cách tự đánh giá.		
	Điều chỉnh hoạt động tự học	Chưa điều chỉnh được hoạt động tự học		
		Còn chậm trong việc điều chỉnh hoạt động tự học		

		Linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học		
		Linh hoạt và có hiệu quả trong việc điều chỉnh hoạt động tự học. Hướng dẫn được người khác trong việc điều chỉnh hoạt động tự học.		

Ý kiến khác:

Xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến của quý vị!

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

(Ký tên)

Phụ lục 5

PHIẾU PHỎNG VẤN

Lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn GDTC của học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý

Các bạn thân mến!

Hiện nay, nhóm nghiên cứu chúng tôi đang tiến hành nghiên cứu đề tài “***Nghiên cứu biện pháp nâng cao năng lực tự học môn Giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Số 3 Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình***”. Để kết quả nghiên cứu đạt hiệu quả và chính xác trong việc đánh giá thực trạng hoạt động TDDT ngoại khoá của học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý. Chúng tôi tin rằng những đóng góp của các bạn đối với công trình của chúng tôi là rất quan trọng. Rất mong các bạn giúp chúng tôi đưa ra những lựa chọn và ý kiến chính xác nhất ở bảng câu hỏi dưới đây.

Chúng tôi chân thành cảm ơn sự giúp đỡ của các bạn!

Họ tên:

Giới tính:

Sinh viên lớp:

Cách trả lời: Đánh dấu (x) vào ô lựa chọn và ghi xuống dưới những thông tin cần thiết.

Lựa chọn các biện pháp nâng cao năng lực tự học môn GDTC cho học sinh trường Tiểu học số 3 Nam Lý (n = 20)

TT	NỘI DUNG	MỨC ĐỘ PHÙ HỢP							
		Không phù hợp		Bình thường		Phù hợp		Rất phù hợp	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Biện pháp 1: Giáo viên cần hình thành và rèn luyện cho học sinh thói quen tự học								
2	Biện pháp 2: Tạo đam mê, hứng								

	thú, yêu thích môn học cho học sinh.								
3	Biện pháp 3: Giảm áp lực học tập các môn văn hoá khác								
4	Biện pháp 4: Hướng dẫn, hỗ trợ học sinh trong quá trình tự học								
5	Biện pháp 5: Phối hợp với phụ huynh giám sát việc tự học của học sinh.								
6	Biện pháp 6: Tăng cường giáo dục ý thức tự học cho học sinh								
7	Biện pháp 7: Bồi dưỡng năng lực chuyên môn cho giáo viên								
8	Biện pháp 8: Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC.								

Ý kiến khác:

Xin trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến của quý vị!

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

(Ký tên)