

HỌC THỂ DỤC Ở TRƯỜNG ĐẠI HỌC

Học thật sự!

Các bạn sinh viên thân mến ! Nếu như ở Trung học phổ thông thể dục chỉ được học sinh coi như một môn học phụ, hay đơn thuần là một hoạt động để rèn luyện sức khỏe và còn một số trường cấp III chưa coi trọng môn thể dục. Thế nhưng, lên Đại học thì hoàn toàn khác hẳn.

Môn thể dục cũng được coi trọng như bất cứ một môn học nào và đòi hỏi các bạn sinh viên phải học thật sự nghiêm túc. Đó là lý do vì sao mà rất nhiều tân sinh viên bị “choáng” với môn thể dục ở bậc đại học.

Chính vì các bạn chưa hiểu hết những yêu cầu của bộ môn, Nên khi bước vào học các bạn thấy không thích thú.

Nên khi bước vào học thể dục với vai trò người quản lý bộ môn mình khuyên các bạn nắm những vấn đề sau :

- Tìm hiểu về chương trình.
- Tìm hiểu về qui định của môn học qua đào tạo hệ tín chỉ.
- Xác định thái độ và động cơ học tập.

Yếu tố thứ 3 xác định thái độ và động cơ học tập là quan trọng nhất, khi bạn có 1 thái độ học tập tốt, thì bạn mới yêu thích, khi bước vào học bạn hưng phấn, khi hưng phấn bạn sẽ thấy không mệt mỏi, không khó khăn, không ngại đau cơ bắp.v.v

Đối với qui định học thể dục, các bạn học từng học phần, mỗi học phần các bạn phải tích lũy từ 5,5 trở lên theo thang điểm 10 là chắc nhất. Bởi vì, để Hoàn thành môn học Thể dục thì điểm trung bình tích lũy của 5 học phần (đối với ĐH) và 3 học phần (đối với CĐ) là 2.0 . Điểm trung bình này được tính : Trung bình cộng của từng học phần đã được qui đổi qua thang điểm 4 các bạn nhé. (Không cộng theo thang điểm 10)

Điều quan trọng ở bộ môn thể dục, đây là bộ môn mang tính thực hành nên mỗi học phần các bạn phải chuyên cần đầy đủ là yếu tố quyết định đó bạn.

Theo mình có một lời khuyên nên đảm bảo chuyên cần và khi lên lớp siêng năng và tự giác tập luyện. Đó là những yếu tố làm người giảng viên không bao giờ chèn ép sinh viên dù em có tố chất không tốt

Tiêu chí của Trung tâm là siêng năng và tự giác học tập , giáo dục người học có ý thức rèn luyện thân thể , có sức khỏe để làm cơ sở cho học tập các môn chuyên ngành và đáp ứng yêu cầu của xã hội

Các bạn đã thấy đấy! Học thể dục ở trường ĐH không phải là chuyện đùa. Vì vậy, ngay từ năm nhất, đừng coi thường môn học này. Hãy tích cực học thể dục không chỉ để rèn luyện sức khỏe cho chính mình mà còn tránh những ảnh hưởng quá trình học tập của mình trong quãng đường đại học.

Chúc các bạn thành công trong học tập!