

**Giải pháp nâng cao hứng thú trong giờ học Giáo dục thể chất chính khóa cho sinh viên trường Đại học Lao động - Xã hội (Giảng viên Hoàng Thị Hương - BM GDTC-QP)**

## **GIẢI PHÁP NÂNG CAO HỨNG THÚ TRONG GIỜ HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHÍNH KHÓA CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LAO ĐỘNG - XÃ HỘI**

### **1. Đặt vấn đề**

Giáo dục thể chất (GDTC) trong trường đại học là một mặt giáo dục quan trọng không thể thiếu được trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo, góp phần thực hiện mục tiêu: "Nâng cao dân trí, bồi dưỡng nhân lực, đào tạo nhân tài" cho đất nước.

GDTC không những nâng cao sức khỏe mà còn ảnh hưởng tốt đến các mặt giáo dục khác, ngoài ra trong quá trình tập luyện Thể dục Thể thao sẽ hình thành cho con người những phẩm chất đạo đức cần thiết khác như: ý trí, tính kiên nhẫn, lòng dũng cảm biết khắc phục khó khăn...ngoài ra nó còn đem lại một sức khỏe cường tráng, một niềm tin vào chính bản thân mình.

Mặc dù vậy, đối với sinh viên việc nhận thức được vấn đề không phải là chuyện dễ, vì vậy hiện nay vẫn còn tình trạng sinh viên xem thường giờ học GDTC. Các em coi giờ học đó như một giờ học “thủ tục” dẫn đến tình trạng giờ học GDTC đối với các em rất nhàm chán, không chú trọng

Vì vậy, việc nghiên cứu giải pháp nâng cao hứng thú trong giờ học GDTC chính khóa của sinh viên sẽ là cơ sở khách quan cho việc tăng cường chất lượng, hiệu quả hoạt động GDTC, góp phần đào tạo nhân cách phát triển toàn diện con người.

### **2. Nội dung**

#### **2.1. Khái niệm hứng thú và hứng thú học tập**

Hứng thú là thái độ đặc biệt của cá nhân đối với đối tượng nào đó, nó có ý nghĩa đối với cuộc sống và có khả năng mang lại khoái cảm trong quá trình hoạt động. Hứng thú biểu hiện ở sự tập trung cao độ, ở sự say mê, hấp dẫn bởi nội dung hoạt động, ở bề rộng và chiều sâu của hứng thú. Hứng thú làm nảy sinh khát vọng hành động, làm tăng hiệu quả của hoạt động nhận thức, tăng sức làm việc.

Hứng thú 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.

Hứng thú học tập môn GDTC của sinh viên biểu hiện ở mặt nhận thức, xúc cảm, hành động và kết quả học tập.

Gồm 3 mức độ: hứng thú cao, hứng thú trung bình, chưa có hứng thú.

GDTC được hiểu 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”.

## **2.2. Tầm quan trọng của hứng thú đối với các hoạt động sống và hoạt động học.**

Hứng thú có một vai trò quan trọng trong quá trình hoạt động của con người. Sự hứng thú thể hiện trước hết ở sự tập trung chú ý cao độ, sự say mê của chủ thể hoạt động. Sự hứng thú gắn liền với tình cảm của con người, nó là động cơ thúc đẩy con người tham gia tích cực vào hoạt động đó. Khi được làm việc phù hợp với hứng thú dù phải khó khăn con người cũng vẫn cảm thấy thoải mái và đạt được hiệu quả cao. Ngược lại nếu không có hứng thú, dù là hành động gì cũng sẽ không đem lại kết quả cao. Đối với các hoạt động nhận thức, sáng tạo, hoạt động học tập, khi không có hứng thú sẽ làm mất đi động cơ học, kết quả học tập sẽ không cao, thậm chí xuất hiện cảm xúc tiêu cực. Thực tế cho thấy hứng thú đối với các bộ môn của học sinh tỉ lệ thuận với kết quả học tập của các em.

## **2.3. Thực trạng về hứng thú học tập môn học GDTC**

Trong những năm gần đây, việc học tập môn GDTC của sinh viên trường đại học Lao động - Xã hội vẫn còn nhiều hạn chế, chưa mang lại hiệu quả như mong muốn, không ít sinh viên sợ học môn GDTC, coi việc học GDTC là một việc mệt nhọc, những kỳ thi là cực hình...Hứng thú học tập giữ một vai trò đặc biệt quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả của các quá trình học tập. Việc hình thành hứng thú học tập môn GDTC sẽ góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy và học tập môn học này, góp phần tăng thêm lòng yêu thích, cũng như trách nhiệm của sinh viên đối với việc rèn luyện sức khỏe của bản thân.

Qua kinh nghiệm giảng dạy tôi nhận thấy chất lượng học tập nói chung và kết quả học tập môn học GDTC nói riêng phụ thuộc đáng kể vào thái độ của sinh viên với môn học, mà biểu hiện ra bên ngoài bằng sự hứng thú say mê của người học đối với môn học GDTC.

Trong quá trình học tập theo tâm lý của sinh viên phần lớn chỉ tập trung vào các môn học có liên quan trực tiếp đến những môn họ sẽ ra công tác sau này mà thờ ơ, coi nhẹ việc học môn GDTC. Điều gì chi phối thái độ của các em đối với môn học GDTC và làm thế nào để nâng cao hứng thú, tích cực của sinh viên trong giờ học GDTC. Chính là trong suy nghĩ của các em chỉ coi môn học GDTC là môn phụ. Hầu hết sinh viên tập trung cho việc học chuyên ngành là chính. Khi môn chuyên ngành được tập trung một cách tối đa như vậy thì đồng nghĩa với việc những môn học phụ bị xem nhẹ.

Tổ chất thể lực yếu, ra tập sợ người khác chê cười, luyện tập vất vả, chưa ý thức được tác dụng của môn học, điều kiện thời tiết xấu, ý thức rèn luyện thể dục thể thao chưa cao, hay nội dung môn học còn nghèo nàn... là những nguyên nhân dẫn tới sự thiếu hứng thú của sinh viên đối với giờ học GDTC.

Bên cạnh đó còn một nguyên nhân nữa và đó cũng là yếu tố làm ảnh hưởng rất lớn đến quá trình học tập cũng như việc tạo hứng thú cho các em sinh viên trong quá trình học môn GDTC, đó chính là sân bãi tập luyện. Do điều kiện không có nhà tập đa năng, sân trường chật hẹp, không đảm bảo cho các em học tập trong những ngày nắng, ngày mưa. Có những buổi học trên sân lên tới 7,8 lớp mà trung bình mỗi lớp từ 70-80 sinh viên. Vậy thử hỏi sau mỗi buổi học các em sinh viên tập được những gì và tiếp thu được bao nhiêu, khi mà chỗ đứng của các em trên sân còn không có. Như vậy làm thế nào để tạo được hứng thú cho sinh viên khi mà nhận thức của các em về môn học GDTC còn nhiều hạn chế, cơ sở vật chất thì hạn hẹp. Đây chính là một trong những vấn đề khó khăn mà các thầy cô trong bộ môn GDTC-QP trường Đại học Lao Động – Xã hội đang phải đối mặt

#### **2.4. Các nguyên tắc được áp dụng khi đề ra giải pháp nhằm nâng cao hứng thú trong giờ học GDTC chính khóa cho sinh viên trường đại học Lao động - Xã Hội**

Dựa trên các tài liệu về quan điểm và nguyên tắc GDTC; phương hướng mục tiêu phát triển thể dục thể thao; lý luận và phương pháp GDTC trong trường học; tâm lý học thể dục thể thao; từ hứng thú đến tài năng; thực trạng và nguyên nhân dẫn tới sự thiếu hứng thú khi học môn GDTC của sinh viên, có bốn nguyên tắc được áp dụng khi xây dựng biện pháp nhằm nâng cao tính hứng thú, 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 thể dục thể thao, nhu cầu động cơ đến với thể dục thể thao của học sinh, sinh viên... để lựa chọn các giải pháp, có như vậy các giải pháp mới mang tính khả thi.

## **2.5. Các giải pháp nâng cao hứng thú trong giờ học GDTC chính khóa cho sinh viên trường đại học Lao Động - Xã Hội**

Để đưa công tác GDTC trong nhà trường ngày một vững mạnh và phát triển dựa trên cơ sở vật chất vốn có 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 giải pháp cụ thể sau:

### **\* Về môn học.**

- Tăng cường giáo dục ý nghĩa mục đích môn học: thông qua giờ học nội khóa, các bản tin thể thao, các buổi sinh hoạt câu lạc bộ, các cuộc hội thảo....

- Không ngừng cải tiến giáo trình, đổi mới nội dung chương trình GDTC, phù hợp với sự yêu thích của sinh viên và điều kiện cụ thể của nhà trường.

### **\* Về bản thân sinh viên.**

- SV cần tự giác, nghiêm túc, tích cực trong học tập nói chung và đối với môn học GDTC nói riêng, rèn luyện cho mình thói quen tập luyện thể dục thể thao để rèn luyện sức khỏe.

- Muốn nâng cao hứng thú của sinh viên trước hết phải hình thành, giáo dục động cơ học tập, nhu cầu học tập đúng đắn. Động cơ học tập tốt không tự dưng có mà cần phải được xây dựng, hình thành trong quá trình học sinh đi sâu chiếm lĩnh tri thức với sự hướng dẫn của thầy cô giáo. Động cơ học tập là muôn hình muôn vẻ, muốn phát động động cơ học tập đúng đắn, động cơ chiếm lĩnh tri thức thì trước hết cần phải khơi dậy ở các em nhu cầu nhận thức, nhu cầu chiếm lĩnh đối tượng học tập vì nhu cầu chính là nơi khơi nguồn của tính tự giác, tính tích cực học tập. Cần tuyên truyền, giáo dục cho sinh viên nhận thức được vị trí và vai trò của môn học GDTC trong việc rèn luyện nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh. Một vấn đề không kém phần quan trọng đó là cần phải giải thích cho sinh viên hiểu rằng: việc học môn GDTC cũng như tập luyện thể thao đối với các em là việc hết sức quan trọng, không những góp phần nâng cao thể lực cho các em mà còn giúp các em có một tâm lý vui tươi sáng khoái và tri óc minh mẫn giúp cho các em tiếp thu tốt hơn các kiến thức trong học tập khi ở trường và ở nhà.

### **\* Về phía giáo viên.**

Hứng thú học tập của học sinh được tăng cường phần lớn chịu sự ảnh hưởng bởi giáo viên. Do đó:

- Giáo viên cần không ngừng trau dồi kỹ năng, phẩm chất đạo đức, nghề nghiệp, cải tiến phương pháp giảng dạy, đảm bảo việc truyền thụ tri thức ngày càng chính xác, hấp dẫn, có chất lượng.

- Giáo viên cần giúp cho học sinh thấy được ý nghĩa và vai trò của các kiến thức môn học đối với cuộc sống; giúp học sinh biết cách học thích hợp đối với mỗi bộ môn, nắm vững lý thuyết, luôn có sự vận dụng các kiến thức đã học vào cuộc sống và giải quyết các tình huống trong đời sống theo các khía cạnh khác nhau.

Trong giảng dạy, giáo viên cần chỉ ra được cái mới, cái phong phú, nhiều hình nhiều vẻ, tính chất sáng tạo và triển vọng trong hoạt động học tập để tạo ra hứng thú vững chắc cho học sinh trong quá trình học tập.

- Giáo viên cần phải tác động vào cả nhận thức, hình thành xúc cảm cũng như hành động của sinh viên: Về nhận thức: giáo viên cần giúp sinh viên nhận thức đúng, đầy đủ về môn học, có giáo trình chính thức cho môn học GDTC. Về xúc cảm: tạo không khí thoải mái, vui vẻ trong giờ học, đánh giá công bằng, cải tiến nội dung, phương pháp dạy... Về hành động: tạo điều kiện học tập tốt, đưa vào dạy những môn học phù hợp đa số SV, tổ chức nhiều hoạt động ngoại khóa, tham gia các câu lạc bộ thể dục thể thao và các phong trào thể thao do nhà trường và địa phương tổ chức.

- Giáo viên cần áp dụng phương pháp dạy học theo hướng tích cực trong quá trình dạy học môn GDTC, có phương pháp giảng dạy phù hợp và linh hoạt: giúp tinh thần học tập của sinh viên tốt hơn, các em không còn thấy sợ khi phải ra sân học giờ thể dục mà ngược lại các em hồ hởi khi được ra sân. Giáo viên cần tận dụng tốt phương pháp trò chơi và thi đấu trong giờ học: bằng việc tận dụng các hình thức trò chơi trong giờ học giúp các em cảm thấy giờ học không nặng nề và tẻ nhạt. Giáo viên luôn hoan nghênh khi các em tự sáng tác các trò chơi vận động mới.

- Giáo viên cần xây dựng tốt mối quan hệ: thầy – trò, thường xuyên quan tâm, khuyến khích, kiểm tra, đánh giá đúng, công bằng, tôn trọng học sinh, nhiệt tình dạy dỗ, biết cổ vũ, khích lệ, động viên các em học tập: giúp các em tự tin và mạnh dạn thực hiện động tác kỹ thuật cho giáo viên xem và sửa chữa lỗi kỹ thuật cho các em, đồng thời thông qua biện pháp này, tình cảm giữa thầy và trò sẽ được cải thiện một cách rõ rệt. Sinh viên không ngại gần gũi và chia sẻ với thầy về những khó khăn trong học tập cũng như trong cuộc sống.

- Giáo viên cần đưa ra chỉ tiêu phấn đấu cho từng nội dung và toàn lớp học, tạo ra không khí thi đua trong lớp học. Sau mỗi buổi tập, giáo viên giao nhiệm vụ về nhà cho sinh viên.

- Giáo viên là tấm gương tốt về rèn luyện thể dục thể thao, thường xuyên tổ chức thi đấu giao hữu với giáo viên các phòng ban, khoa khác để thúc đẩy phong trào thể thao của Nhà trường phát triển.

**\* Về phía nhà trường, các cấp quản lý.**

- Về phía nhà trường, thường xuyên tổ chức các hoạt động học tập, sinh hoạt mang tính tập thể. Điều đó sẽ kích thích sự hăng hái thi đua, cạnh tranh lành mạnh. Tổ chức các buổi ngoại khóa, trò chuyện, giao lưu giữa thầy cô – học sinh, học sinh – học sinh nhằm khắc phục những khó khăn gặp phải trong quá trình học tập. Từ đó, tìm thấy tiếng nói chung, sự đồng thuận giữa các học sinh để các em cùng giúp nhau học tốt hơn.

- Trang bị cơ sở vật chất, sân bãi, trang thiết bị dụng cụ, nhà tập đa năng...đủ tiêu chuẩn để phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện của sinh viên nhằm đảm bảo chất lượng giảng dạy, tập luyện, cũng như tạo được hứng thú cho sinh viên.

- Nhà trường cần thành lập một số câu lạc bộ thể thao phù hợp với lứa tuổi và điều kiện cơ sở vật chất của Trường ở các môn như Cầu lông, Bóng chuyền, Bóng rổ, Bóng đá...

- Để tăng tính hấp dẫn, nâng cao hứng thú cho sinh viên khi học môn GDTC, nhà trường cần tổ chức các giải thi đấu thể thao để các em làm quen dần với không khí thi đấu, phù hợp với tâm lý và sức khỏe của các em, giúp các em vui thích khi tham gia với những hoạt động đặc biệt này đó là các hình thức thi đấu trong các lớp, sau đó chọn thi các khoa với nhau và có thể trong toàn trường từ đó xây dựng các đội tuyển thể thao cho nhà trường tham gia thi đấu giao hữu với các trường thành viên hoặc các giải ngành.

### **3. Kết luận**

Tóm lại, việc tạo hứng thú 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 hứng thú cho sinh viên. Muốn vậy cần phải triển khai đồng bộ các giải pháp và cần có sự chung tay giúp sức của tất cả các đơn vị trong toàn trường.

*Sưu tầm: Lê Thị Vui*

*Nguồn: <http://www.uls.edu.vn/NewsDetail.aspx?ID=1702>*