

# BIỆN PHÁP NÂNG CAO HỨNG THÚ TRONG GIỜ HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỞ HÀ NỘI

Lê Thị Thoa, Lê Đức Anh  
Trường Đại Học Mở Hà Nội

**Tóm tắt:** Nếu quá trình tập luyện, những người hứng thú với việc tập luyện sẽ kích thích được tính sáng tạo của họ, tạo cho họ kỹ năng tự giải quyết nhiệm vụ vận động và sử dụng hợp lý các phương tiện giáo dục thể chất. Từ đó nâng cao chất lượng buổi tập nói riêng và chất lượng quá trình tập luyện. Như vậy hứng thú trong tập luyện sẽ quyết định hiệu quả và chất lượng của từng buổi tập cũng như hệ thống các buổi tập luyện trong giáo dục thể chất.

**Từ khóa:** Biện pháp, nâng cao, hứng thú, sinh viên,

## MEASURES TO ENHANCE INTEREST IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES FOR STUDENTS AT HANOI OPEN UNIVERSITY

Le Thi Thoa, Le Duc Anh  
Hanoi Open University

**Abstract:** During the training process, fostering interest in physical activities can stimulate creativity, equip individuals with problem-solving skills for physical tasks, and enable the appropriate utilization of physical education tools. Consequently, this enhances the quality of individual sessions and the overall training process. Therefore, interest in physical activities significantly determines the effectiveness and quality of each session as well as the entire physical education program.

**Keywords:** Measures, enhancement, interest, students

Nhận bài: 28/10/2024

Phản biện: 24/11/2024

Duyệt đăng: 01/12/2024

### I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong hoạt động thể dục thể thao kết quả của việc tập luyện không chỉ phụ thuộc vào năng lực giảng dạy của giảng viên mà còn phụ thuộc trực tiếp vào hứng thú của người tập khi thực hiện kỹ thuật động tác. Hứng thú là động cơ thúc đẩy con người tham gia tích cực vào hoạt động. Qua quá trình nghiên cứu và tìm hiểu về tầm quan trọng của hứng thú học tập nhằm nâng cao chất lượng giờ học chính khóa môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Mở Hà Nội, tác giả tiến hành nghiên cứu “Một số biện pháp nâng cao hứng thú trong giờ học môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Mở Hà Nội”.

### II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

**2.1. Biện pháp nhằm nâng cao hứng thú trong giờ học chính khóa môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Mở Hà Nội**

**Biện pháp 1: Không ngừng tuyên truyền về vai trò, ý nghĩa của việc tập luyện thể dục thể thao**

\* **Mục đích:** Làm cho sinh viên, cán bộ, giảng viên và cán bộ quản lý hiểu rõ, thấu đáo vai trò, ý nghĩa của việc tập luyện để nâng cao sức khỏe phục vụ cho học tập, công tác và hoàn thành sứ

mạng của nhà trường.

\* **Nội dung tổ chức thực hiện biện pháp**

Chuẩn bị tài liệu, sách báo nói về tác dụng của tập luyện thể dục thể thao, các văn bản của Đảng và Nhà nước về công tác thể dục thể thao trong nhà trường và trách nhiệm của mọi người trong việc rèn luyện sức khỏe để xây dựng và bảo vệ Tổ quốc.

\* **Hình thức tổ chức thực hiện**

Tổ chức các buổi nói chuyện về ý nghĩa của tập luyện thể dục thể thao, tuyên truyền rộng khắp các đối tượng trong nhà trường, động viên khuyến khích những người tích cực tham gia tập luyện. Có các hình thức biểu dương, khen thưởng kịp thời.

**Biện pháp 2: Tăng cường cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ tập luyện.**

\* **Mục đích:** Tạo điều kiện thuận lợi nhất cho sinh viên trong quá trình tập luyện, cố gắng đáp ứng đủ nhu cầu về trang thiết bị, sân bãi, dụng cụ tập luyện của sinh viên.

\* **Nội dung tổ chức thực hiện:** Kiểm kê, rà soát toàn bộ cơ sở vật chất hiện có.

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Trên cơ sở cơ sở vật chất phục vụ tập luyện đã kiểm kê, căn cứ vào số lượng sinh viên của nhà trường, nhu cầu tập luyện các môn thể thao để đề xuất mua sắm trang thiết bị mới.

***Biện pháp 3: Cải tiến nội dung, chương trình, phương pháp dạy học cho phù hợp***

\* *Mục đích:* Nhằm chuẩn hoá chương trình giảng dạy chính khoá cho phù hợp với đặc điểm sinh viên và điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường. Trang bị cho sinh viên những kiến thức cần thiết, bổ ích trong hoạt động thể dục thể thao.

\* *Nội dung tổ chức thực hiện giải pháp:* Bám sát sự chỉ đạo của nhà trường về việc triển khai nhiệm vụ học tập của từng năm học; tổ chức soạn thảo tài liệu môn học làm cơ sở cho cán bộ, giảng viên, sinh viên tham khảo; từng bước tiến hành nghiên cứu xây dựng chương trình môn học cho phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường và tình trạng thể lực của sinh viên.

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Bộ môn Giáo dục thể chất xây dựng nội dung, chương trình môn học Giáo dục thể chất cho phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường, tình trạng thể lực của sinh viên.

Thường xuyên tiến hành các cuộc hội thảo, trao đổi để đi đến thống nhất về nội dung phương pháp dạy học môn học sao cho hợp lý.

Tạo điều kiện cho cán bộ giảng viên học tập nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ như học cao học, tham gia các lớp tập huấn trọng tài, tập huấn chuyên môn do Bộ Văn hoá - Thể thao và Du lịch, Bộ GD&ĐT tổ chức.

***Biện pháp 4: Nâng cao số lượng và trình độ giảng viên, nêu cao tinh thần trách nhiệm của các nhà quản lý, cán bộ, giảng viên thể dục thể thao. Có chế độ chính sách thoả đáng đối với cán bộ, giảng viên thể dục thể thao***

\* *Mục đích:* Nâng cao trình độ và nghiệp vụ sư phạm, tạo điều kiện thuận lợi cho cán bộ, giảng viên khi tham gia tổ chức các hoạt động thể dục thể thao có tâm lý thoải mái yên tâm công tác.

\* *Nội dung tổ chức thực hiện:* Căn cứ vào kế hoạch phát triển về quy mô đào tạo của nhà trường, tiếp tục tuyển thêm giảng viên dạy thể dục thể thao nhằm giảm tải giờ dạy của giảng viên; tổ chức bình giảng, trao đổi kinh nghiệm; phân công giảng viên phụ trách, tổ chức quản lý các câu lạc bộ thể dục thể thao; vận dụng những chế độ chính sách đã được thực hiện

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Ban giám hiệu

nhà trường căn cứ vào nhu cầu của công tác đào tạo tuyển thêm giảng viên thể dục thể thao; tham mưu cho Ban giám hiệu nhà trường xây dựng quy chế khen thưởng, kỷ luật cũng như chế độ chính sách thoả đáng cho cán bộ, giảng viên thể dục thể thao.

Đề xuất với Ban giám hiệu cho tính giờ của giảng viên tham gia quản lý câu lạc bộ thể dục thể thao vào khối lượng giờ giảng dạy chính; cán bộ, giảng viên thể dục thể thao tự nêu cao tinh thần trách nhiệm của bản thân đối với công tác giáo dục thể chất cũng như hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường.

***Biện pháp 5: Áp dụng phương pháp trò chơi và thi đấu trong giờ học***

\* *Mục đích phương pháp trò chơi và thi đấu:* Trò chơi, thi đấu nhằm thoả mãn các nhu cầu về tự nhận thức và giao tiếp, phát triển tinh thần và thể chất về nghỉ ngơi và giải trí cũng như giáo dục theo nghĩa rộng. Sử dụng trò chơi, thi đấu để hoàn thiện một cách tổng hợp các hoạt động vận động trong những điều kiện phức tạp, phát triển các tố chất thể lực và trí sáng tạo nhanh nhẹn của người chơi, giáo dục tinh thần tập thể, ý thức kỷ luật...

\* *Nội dung tổ chức thực hiện:* Căn cứ vào kế hoạch học tập để lồng ghép trò chơi vận động và thi đấu vào các buổi học thể dục thể thao. Phương pháp trò chơi, thi đấu nó được sử dụng trên cơ sở của bất kỳ bài tập thể chất nào. Phong phú về phương thức đạt mục đích và tính tổng hợp của hoạt động.

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Tổ chức trò chơi, thi đấu nhằm đạt được mục đích nhất định. Ví dụ: Kéo co, cướp cờ, bịt mắt bắt dê.

Về nguyên tắc hoạt động trò chơi, thi đấu trong quá trình giáo dục thể chất mang tính tổng hợp, tức là bao gồm các hành vi vận động khác như chạy, nhảy, ném, bắt v.v....

***Biện pháp 6: Tăng cường tổ chức các giải đấu cấp nhà trường, thường xuyên tổ chức các đội tuyển thể dục thể thao nhà trường tham gia thi đấu các giải đấu bên ngoài.***

\* *Mục đích:* Tạo không khí thi đua sôi nổi trong toàn Nhà trường, làm phong phú đời sống văn hoá và tinh thần. Tuyển chọn những cá nhân xuất sắc thành lập đội tuyển, tổ chức đội tuyển thể dục thể thao của Nhà trường thi đấu các giải đấu bên ngoài.

\* *Nội dung tổ chức thực hiện:* Nhằm mục đích kỷ niệm các ngày lễ lớn của đất nước, ngày thành lập trường đưa các nội dung thi đấu thể thao thành

các giải đấu truyền thống hàng năm, qua đó tạo sân chơi lành mạnh bổ ích cho các học sinh tham gia; Thủ trưởng Nhà trường thường xuyên có sự chỉ đạo đối với công tác tổ chức các giải đấu; tích cực kêu gọi thu hút các nhà tài trợ cho các giải đấu thể dục thể thao trong Nhà trường.

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Xây dựng kế hoạch tổ chức thi đấu các giải đấu trình Ban giám hiệu phê duyệt ngay từ đầu năm học; Đoàn Thanh niên, căn cứ kế hoạch tổ chức thi đấu hàng năm của Nhà trường để xây dựng kế hoạch thi đấu trong từng giai đoạn cụ thể; Đoàn Thanh niên phối hợp với các đơn vị kêu gọi nguồn đầu tư kinh phí cho các giải đấu; căn cứ vào các giải đấu dành cho các trường Đại học và Trung học chuyên nghiệp trong khu vực, thành lập đội tuyển và tiến hành tham gia.

***Biện pháp 7: Thành lập câu lạc bộ thể dục thể thao cho sinh viên nhà trường.***

\* *Mục đích:* Nhằm thúc đẩy phong trào hoạt động tập luyện thể dục thể thao ngoại khoá, thu hút ngày càng đông học sinh tham gia tập luyện, đáp ứng nhu cầu tập luyện của học sinh, tổ chức cho học sinh tập luyện một cách khoa học và hiệu quả nâng cao thể lực cho học sinh, giảm bớt sự căng thẳng trong giờ học các nội dung văn hoá trên giảng đường. Góp phần tạo ra sân chơi bổ ích và lành mạnh cho học sinh. Nhằm nâng cao chất lượng công tác Giáo dục thể chất trong nhà trường.

\* *Nội dung tổ chức thực hiện:* Tiến hành tổ chức nghiên cứu thành lập các câu lạc bộ thể dục thể thao, đề xuất xin ý kiến đối với Ban giám hiệu nhà trường về việc thành lập các câu

lạc bộ thể dục thể thao cho phù hợp với điều kiện của nhà trường cũng như nguyện vọng của sinh viên. Xây dựng nội quy, quy chế, chương trình hoạt động của câu lạc bộ một cách cụ thể về thời gian, sở thích, điều kiện cơ sở vật chất của đơn vị.

- Tuyên truyền thu hút sinh viên tham gia tập luyện trong câu lạc bộ thể dục thể thao.

\* *Hình thức tổ chức thực hiện:* Bám sát sự chỉ đạo của Nhà trường về việc triển khai nhiệm vụ học tập của từng năm học; Giảng viên cần trao đổi với Đoàn Thanh niên, Ban Quản lý Ký túc xá để nắm được nguyện vọng của sinh viên về việc thành lập các câu lạc bộ thể dục thể thao; Giảng viên Giáo dục thể chất căn cứ vào tình hình của đơn vị xây dựng kế hoạch, nội dung chương trình thành lập câu lạc bộ thể dục thể thao cho phù hợp với nhà trường. Tiến hành xây dựng các câu lạc bộ và trình Ban giám hiệu nhà trường phê chuẩn; phối hợp với Đoàn Thanh niên và Ban quản lý ký túc xá tích cực tuyên truyền về việc thành lập câu lạc bộ thể dục thể thao.

### III. KẾT LUẬN

Phần lớn sinh viên Trường Đại học Mở Hà Nội không thích (hứng thú) học môn Giáo dục thể chất. Sự thiếu hứng thú khi học môn Giáo dục thể chất của sinh viên có nhiều nguyên nhân cả chủ quan và khách quan, những nguyên nhân này có trách nhiệm ở cả phía nhà trường, giảng viên và sinh viên. Bài báo đã đề xuất một số biện pháp nhằm nâng cao hứng thú trong giờ học môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Mở Hà Nội từ đó tạo hứng thú hơn cho sinh viên trong giờ học.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Đào Bá Tri, Đinh Văn Lãm (2001), *130 Trò chơi vận động*, NXB TĐTT, Hà Nội.  
 Lê Bửu, Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Hiệp (1983), *Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, Sở TĐTT, TP Hồ Chí Minh.  
 Nguyễn Ngọc Bích (1998), *Tâm lý học nhân cách*, NXB giáo dục, Hà Nội.