

# VẤN ĐỀ TỰ HỌC VÀ MỘT SỐ GIẢI PHÁP NÂNG CAO NĂNG LỰC TỰ HỌC CHO SINH VIÊN

Lê Thị Thu Thủy  
Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang

**Tóm tắt:** Tự học được xem là một quá trình học tập mà ở đó không có sự hướng dẫn trực tiếp của người thầy. Quá trình này là giai đoạn tiếp nối và phát triển bài học trên lớp, nó có vai trò rất quan trọng ảnh hưởng trực tiếp đến toàn bộ quá trình học tập của người học. Mức độ tích cực, độc lập của người học khi học trên lớp phụ thuộc phần lớn vào kết quả công việc chuẩn bị bài ở nhà của họ. Để hoạt động tự học thực sự đem lại hiệu quả, bên cạnh sự hướng dẫn của người thầy, đòi hỏi rất nhiều sự nỗ lực từ phía người học. Người học cần xác định hình thức, mục tiêu và xây dựng kế hoạch, thời gian biểu cụ thể cho việc tự học ở nhà, sao cho việc tự học mang lại hiệu quả tối ưu nhất. Trong phạm vi bài viết, trên cơ sở phân tích vai trò và tầm quan trọng của việc tự học, tác giả đề xuất một số giải pháp nhằm nâng cao năng lực tự học cho sinh viên trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang.

**Từ khóa:** Tự học, giải pháp, kế hoạch, tin dụng, kỹ năng

## SELF-STUDY PROBLEMS AND SOME SOLUTIONS TO IMPROVE SELF-STUDY CAPACITY FOR STUDENTS

Master Le Thi Thu Thuy  
Nha Trang National College of Pedagogy

**Abstract:** Self-study is considered a learning process without the direct guidance of the teacher. This process is the stage of continuing and developing lessons in class; it plays a very important role that directly affects the entire learning process of learners. The level of positivity and independence of learners when learning in class depends largely on the results of their homework preparation. To improve the efficiency of self-study activities, in addition to the guidance of the teacher, it requires a lot of effort from the learner. Learners need to determine forms, goals, and build specific plans and schedules for self-study at home so that self-study brings the most optimal effect. Within the scope of the article, on the basis of analysing the role and importance of self-study, the author proposes some solutions to improve self-study capacity for students of Nha Trang Central College of Education.

**Keywords:** Self-study, solution, plan, credit, skill

Nhận bài: 06/11/2024

Phản biện: 27/11/2024

Duyệt đăng: 03/12/2024

### I. CƠ SỞ LÝ LUẬN

Tự học là sự nỗ lực chiếm lĩnh tri thức, kỹ năng của bản thân người học để hướng tới những mục đích học tập nhất định; hay nói cách khác, tự học là quá trình tự giác, độc lập, tích cực, sử dụng các năng lực trí tuệ, phẩm chất của bản thân người học để người học chiếm lĩnh được tri thức của nhân loại và những kinh nghiệm lịch sử xã hội, biến những tri thức đó thành sở hữu của mình, hình thành kỹ năng, thái độ và ngày càng hoàn thiện nhân cách của bản thân.

Theo *nghĩa rộng*, “tự học” là quá trình người học tự quyết định việc lựa chọn mục tiêu học tập, nội dung học tập, cách thức học tập, các hoạt động học tập và các hình thức, phương pháp kiểm tra đánh giá thích hợp. Từ đó tổ chức, xây dựng, kiểm

tra, kiểm soát tiến trình học tập của cá nhân mình. Nhìn chung, tự học theo nghĩa này được hiểu là quá trình học tập một cách tự giác, chủ động và độc lập.

Theo *nghĩa hẹp*, “tự học” là quá trình học sinh giải quyết các nhiệm vụ học tập theo yêu cầu của giáo viên mà không giáp mặt thầy (hay, là quá trình học sinh học tập một cách tự giác, độc lập nhằm giải quyết những nhiệm vụ học tập mà giáo viên giao cho để về nhà làm.).

“Tự học” và “Tổ chức tự học” là một trong những vấn đề đang rất được quan tâm ở nước ta hiện nay vì nó được xem là một trong những yếu tố quyết định chất lượng dạy học trong nhà trường nói chung và ở trường phổ thông nói riêng. Đối

mới phương pháp dạy học nhấn mạnh đặc biệt vào việc dạy cho học sinh cách thức tự học, tự nghiên cứu, tự tìm tòi, nhưng không chỉ với tư cách là một người thừa hành/thực hiện, mà hơn thế, phải là một người biết *tự tổ chức, tự quản lí* hoạt động học tập của cá nhân mình một cách hiệu quả. Thực tế giáo dục phổ thông hiện nay ở nước ta cho thấy, phần lớn học sinh gặp rất nhiều lúng túng trong tổ chức tự học. Theo kết quả của nhiều nghiên cứu, một trong những nguyên nhân chủ yếu của thái độ tiêu cực đối với việc chuẩn bị bài ở nhà của học sinh (đổi phỏ, chậm trễ, không đầy đủ, lãng phí thời gian...) là những thiếu sót trong việc tổ chức học tập. Vì vậy, có ảnh hưởng lớn đến chất lượng đổi mới giáo dục đã được khởi xướng và triển khai trong những năm qua.

## II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

Trong thực tế dạy học hiện nay, hoạt động học tập của học sinh, sinh viên là một quá trình được chia thành hai giai đoạn: giai đoạn học tập ở trên lớp, dưới sự tổ chức hướng dẫn trực tiếp của giáo viên; và giai đoạn học ở nhà, do người học tự tổ chức. Tự học ở nhà là một bộ phận hợp thành, là giai đoạn tiếp nối và phát triển bài học trên lớp. Đây là một khâu quan trọng có ảnh hưởng trực tiếp đến toàn bộ quá trình học tập của người học.

So với đào tạo niên chế trước kia thì số giờ lên lớp của sinh viên học theo tín chỉ được cắt giảm đáng kể. Tuy nhiên, với cách học này người học sẽ chủ động hơn trong việc tiếp thu kiến thức và quản lý thời gian, nâng cao khả năng tự học, tự nghiên cứu. Đây là một phương thức đào tạo đem lại hiệu quả giáo dục cao, tạo tính mềm dẻo và khả năng thích ứng. Vấn đề ở đây là hoạt động tự học của sinh viên – một hoạt động không thể thiếu và đóng vai trò đặc biệt trong đào tạo tín chỉ. Hoạt động tự học theo học chế tín chỉ khác với niên chế về phương thức đào tạo, hình thức tổ chức, nội dung, phương thức kiểm tra đánh giá...

*Về phương thức đào tạo:* tùy theo điều kiện của cá nhân, sinh viên có quyền lựa chọn môn học, thời gian học, tiến trình học nhanh, chậm... cho phù hợp. Giúp cho sinh viên lập kế hoạch học tập một cách khoa học, xác định thời gian, phương tiện, biện pháp để thực hiện các mục tiêu đề ra trong kế hoạch học tập. Từ đó sinh viên sẽ có ý thức trong việc xây dựng kế hoạch tự học, tự

nghiên cứu.

*Về hình thức tổ chức:* hoạt động tự học của sinh viên được xem là một phần bắt buộc trong thời khóa biểu và là một trong những nội dung quan trọng của việc kiểm tra đánh giá. Hoạt động dạy – học theo tín chỉ được tổ chức theo 3 hình thức: lên lớp – thực hành – tự học, trong đó hình thức tự học có thể không có sự tiếp xúc trực tiếp giữa giảng viên và sinh viên (giảng viên giao nội dung để sinh viên tự học, tự nghiên cứu, tự thực hành). Để học được giờ lý thuyết hay giờ thực hành, thực tập trên lớp sinh viên cần phải có sự chuẩn bị ở nhà. Đó là yêu cầu bắt buộc trong cơ cấu giờ học của sinh viên

*Về nội dung:* thường bao gồm 3 phần chính (nội dung phải biết, nên biết, có thể biết)

- Nội dung *phải biết:* nội dung bắt buộc được giảng trực tiếp trên lớp.

- Nội dung *nên biết:* có thể không được giảng trực tiếp trên lớp mà giáo viên có trách nhiệm hướng dẫn cụ thể sinh viên tự học, tự nghiên cứu ở ngoài lớp.

- Nội dung *có thể biết:* dành riêng cho tự học, chuẩn bị bài, làm bài tập, thảo luận nhóm... và các hoạt động khác có liên quan đến môn học.

Dưới sự hướng dẫn, giúp đỡ của giảng viên, sinh viên tìm tòi, khám phá, lĩnh hội kiến thức của mỗi môn học. Vì thế, nếu sinh viên không tự học thì họ sẽ không lĩnh hội đầy đủ khối lượng kiến thức, điều đó có nghĩa là họ không đạt được yêu cầu của môn học đó

Hoạt động tự học được kiểm tra, đánh giá thường xuyên thông qua các bài kiểm tra, bài tập, các buổi thảo luận... trong suốt cả quá trình học.

Tuy nhiên, trên thực tế, rất nhiều sinh viên hiện nay chưa thể bắt nhịp ngay với cách học này, đặc biệt là những sinh viên năm thứ nhất chưa hình thành được thói quen tự học, tự nghiên cứu; bên cạnh đó, phần lớn sinh viên không có thói quen đọc sách mặc dù sách tham khảo đã được giảng viên hướng dẫn cụ thể ở từng nội dung bài học.

Tất cả những điều đó xuất phát từ việc sinh viên chưa nhận thức đúng đắn về sự cần thiết của hoạt động tự học, vì thế việc tự học chưa tự giác, tích cực mà còn thụ động; mong chờ những kiến thức mà người thầy mang lại, không có nhu cầu khám phá tri thức, mở rộng hiểu biết, đào sâu kiến

thức. Mặc khác, một số ít sinh viên có ý thức tự học thi kỹ năng tìm kiếm và xử lý thông tin phục vụ nhiệm vụ học tập còn yếu, hoặc hoạt động tự học diễn ra theo kiểu đối phó cho việc thi cử vẫn là hình thức tự học phổ biến hiện nay. Với hoạt động tự học như vậy chắc chắn không đáp ứng được với phương pháp đào tạo theo tín chỉ mà cần phải có những biện pháp nhằm tăng cường hoạt động này.

Để hoạt động tự học thực sự đem lại hiệu quả, bên cạnh sự hướng dẫn của người thầy, đòi hỏi rất nhiều sự nỗ lực từ phía người học. Với phương thức đào tạo theo tín chỉ, sinh viên phải thay đổi nhận thức nhằm thích ứng với những yêu cầu học tập mới.

### III. MỘT SỐ GIẢI PHÁP ĐỂ NÂNG CAO NĂNG LỰC TỰ HỌC CHO SINH VIÊN

#### 3.1 Đối với sinh viên

Xác định mục tiêu: để thành công, một mục tiêu càng cụ thể và càng chi tiết càng hiệu quả vì rõ ràng, dễ thực hiện, dễ kiểm soát đánh giá. Vì thế mục tiêu cần được mô tả theo hướng có thể lượng hóa. Xác định mục tiêu là điều quan trọng trước hết, nhưng điều đó không đảm bảo rằng cá nhân sẽ thành công. Nếu mục tiêu không được hỗ trợ bằng những hành động vững chắc thì mục tiêu chỉ dừng lại ở ước mơ. Do đó, cần phải hành động. Để hành động, cá nhân cần tự thúc đẩy bản thân.

Xác định hoạt động tự học là một khâu then chốt trong quá trình học tập, tích lũy kiến thức của sinh viên, từ đó xác định động cơ, thái độ học tập, tinh thần trách nhiệm, tự giác và sáng tạo trong việc chiếm lĩnh tri thức.

Lập kế hoạch chi tiết, rõ ràng để thực hiện các nhiệm vụ của từng bài học mà giảng viên yêu cầu. *Phân chia thời gian* cho từng loại việc sao cho hợp lý là hết sức cần thiết. Vì thế lên kế hoạch rất quan trọng, là trọng tâm của mọi lời khuyên về quản lý thời gian. Một thời gian biểu tốt là một công cụ linh hoạt khiến người sử dụng không có cảm giác thất bại nếu chẳng may vi phạm nó. Muốn thế, cần có sự vận dụng linh hoạt các yếu tố tâm sinh lý và các yếu tố tổ chức lao động khoa học vào việc xây dựng một thời gian biểu *phù hợp*, tức *khả thi*.

Cần để lại một vài khoảng trống trong thời gian biểu vì thời gian biểu được sử dụng là để lên kế hoạch cho những việc cố định và để dành thời

gian cho những hoạt động ưu tiên như học tập. Vì thế, nếu chúng quá kín tất sẽ bị thất bại vì không khả thi. Những chỗ trống là thời gian rảnh rỗi để có thể làm những gì theo hứng thú riêng.

Quản lý thời gian, sử dụng thời gian hợp lý: mỗi ngày chúng ta đều phải thực hiện nhiều hoạt động khác nhau, trong đó có những hoạt động hướng đến mục tiêu (làm bài tập về nhà, chuẩn bị kiểm tra, hoàn thành những dự án khẩn cấp, tập thể dục, đọc sách trước giờ học, chuẩn bị học thi...) và những hoạt động không hướng đến mục tiêu (trả lời tin nhắn, xem TV, trả lời thư điện tử, đi chơi, nói chuyện điện thoại, làm biếng...). Một số hoạt động không hướng đến mục tiêu cũng cần thiết để cá nhân giảm bớt căng thẳng trong công việc, thư giãn. Song, nếu dành quá nhiều thời gian cho các hoạt động không hướng đến mục tiêu là sự lãng phí rất lớn. Việc phân phối quỹ thời gian một cách hợp lý cho các hoạt động ưu tiên là rất quan trọng để đạt tới thành công.

Tuy nhiên, mọi người khác nhau về nhu cầu, về phong cách làm việc, sinh hoạt nên mỗi người phải hiểu để quyết định chọn một cách phù hợp nhất với mình. Những người thành đạt làm chủ thời gian bằng cách sắp xếp ưu tiên công việc, theo đó, phải ưu tiên những việc giúp ta tiến gần đến mục tiêu và thành công hơn.

#### 3.2. Đối với giảng viên

Hướng dẫn sinh viên cách lập kế hoạch dạy học: cần cung cấp đề cương chi tiết học phần, qua đó hướng dẫn các em cách lập kế hoạch học tập. Cần yêu cầu sinh viên phải xác định mục tiêu cụ thể cho từng kế hoạch

Hướng dẫn cách nghe giảng và ghi chép bài hiệu quả: giảng viên cần truyền đạt cho sinh viên những nguyên tắc chính của hoạt động nghe – ghi chép. Việc nghe giảng và ghi chép phải có tính khoa học và hệ thống, ghi chép nhanh và tóm lược những ý chính, những luận điểm cần thiết, quan trọng.

Hướng dẫn cách học bài hiệu quả: giảng viên hướng dẫn sinh viên cách phân tích, tổng hợp, học vận dụng tri thức vào từng tình huống thực tiễn, học nhận xét đánh giá, so sánh đối chiếu các kiến thức... Bên cạnh đó còn phải rèn luyện năng lực tư duy logic, tư duy trừu tượng, tư duy sáng tạo để tìm ra những hướng tiếp cận mới các vấn đề

khoa học.

#### IV. KẾT LUẬN

Mặc dù, kết quả đào tạo theo học chế tín chỉ còn phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố khác như quản lý đào tạo, hoạt động giảng dạy của giảng viên nhưng hoạt động tự nghiên cứu của sinh viên là một hoạt động cần thiết không thể thiếu được trong việc làm nên chất lượng giảng dạy và học

tập của sinh viên sau này. Vì thế, tự học luôn đóng một vai trò hết sức quan trọng đối với sinh viên trong quá trình chiếm lĩnh tri thức. Chỉ có phát huy tốt vai trò tự học mới nâng cao được trình độ kiến thức, hoàn thiện phẩm chất nhân cách biến quá trình đào tạo thành quá trình tự đào tạo, đáp ứng với đòi hỏi ngày càng cao của mục tiêu phát triển con người hiện nay.

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), Quyết định số 43/2007/QĐ-BGDĐT ngày 15/8/2007 về Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ, Hà Nội.

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2012), Thông tư số 57/2012/TT-BGDĐT ngày 27/12/2012 về Sửa đổi, bổ sung một số điều của Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ ban hành kèm theo Quyết định số 43/2007/QĐ-BGDĐT ngày 15 tháng 8 năm 2007 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Bộ Giáo dục và Đào tạo - Vụ Đại học (1994), Về hệ thống tín chỉ học tập, Hà Nội.

Lê Khánh Bằng (1999), Góp phần nâng cao chất lượng và hiệu quả của quá trình tự học theo quan điểm hiện đại, Kỹ yếu hội thảo khoa học.

Nguyễn Ngọc Bích (1988), Tâm lý học nhân cách, Nhà xuất bản giáo dục, Hà Nội.

Hồ Ngọc Đại (1996), Tâm lý học dạy học, Nhà xuất bản khoa học và kỹ thuật, Hà Nội.

Nguyễn Phương Hoa (2008), Lý luận dạy học đại học, ĐHSP Hà Nội, Tài liệu dùng cho lớp bồi dưỡng giáo viên, Lưu hành nội bộ.

Phan Trọng Ngọc (2003), Các lý thuyết phát triển tâm lý người, Nhà xuất bản ĐHSP, Hà Nội.