

ẢNH HƯỞNG CỦA PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC TÍCH CỰC ĐẾN HIỆU QUẢ HỌC TẬP MÔN THỂ DỤC CỦA SINH VIÊN

Nguyễn Duy Trường

Khoa Khoa học Cơ bản, Trường Cao đẳng Lào Cai

Tóm tắt: Phương pháp dạy học tích cực đang ngày càng được áp dụng rộng rãi trong giáo dục đại học nhằm phát huy tính chủ động và nâng cao năng lực thực hành cho sinh viên. Đối với môn Thể dục – một môn học mang tính vận động cao – việc đổi mới phương pháp giảng dạy theo hướng tích cực có thể mang lại những hiệu quả rõ rệt. Bài viết phân tích ảnh hưởng của phương pháp dạy học tích cực đến hiệu quả học tập môn Thể dục của sinh viên, từ đó đề xuất một số định hướng vận dụng phù hợp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo.

Từ khóa: phương pháp dạy học tích cực, ảnh hưởng, giảng viên, sinh viên

THE IMPACT OF ACTIVE TEACHING METHODS ON STUDENTS' LEARNING EFFECTIVENESS IN PHYSICAL EDUCATION

Nguyen Duy Truong

Faculty of Basic Sciences, Lao Cai College

Abstract: Active teaching methods are increasingly applied in higher education to promote student autonomy and enhance practical competencies. For Physical Education – a subject characterized by high physical activity – innovating teaching approaches in an active direction can yield significant benefits. This article analyzes the impact of active teaching methods on students' learning effectiveness in Physical Education and proposes suitable implementation directions to improve training quality.

Keywords: active teaching methods, impact, lecturers, students

Nhận bài: 04/04/2025

Phản biện: 08/05/2025

Duyệt đăng: 12/05/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Môn Thể dục trong chương trình đào tạo không chỉ mang tính giáo dục thể chất mà còn có vai trò phát triển toàn diện về thể lực, tinh thần và kỹ năng xã hội cho sinh viên. Tuy nhiên, thực tế cho thấy nhiều sinh viên hiện nay còn thiếu động lực học tập môn Thể dục, coi đây là môn phụ, học theo hình thức đối phó. Một trong những nguyên nhân của tình trạng này là do phương pháp giảng dạy còn mang tính truyền thống, thiếu sự tương tác, sáng tạo và trải nghiệm thực tế.

Phương pháp dạy học tích cực, với các hình thức tổ chức học tập linh hoạt, lấy người học làm trung tâm, đang được triển khai rộng rãi trong giáo dục đại học. Đặc biệt đối với môn Thể dục, việc áp dụng các phương pháp này có thể mang lại sự thay đổi tích cực trong thái độ, hành vi và kết quả học tập của sinh viên. Vì vậy, việc nghiên cứu ảnh hưởng của phương pháp dạy học tích cực đến hiệu quả học tập môn Thể dục là cần thiết, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện trong các trường đại học.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm về phương pháp dạy học tích cực

Phương pháp dạy học tích cực là một hướng tiếp cận hiện đại trong giáo dục, đặt người học vào vị trí trung tâm của quá trình dạy và học. Khác với các phương pháp truyền thống – nơi giáo viên giữ

vai trò chủ đạo và người học tiếp nhận kiến thức một cách thụ động – phương pháp dạy học tích cực nhấn mạnh đến sự tham gia chủ động, sáng tạo và có trách nhiệm của người học trong việc chiếm lĩnh tri thức.

Theo Trần Bá Hoành (2008), dạy học tích cực là quá trình tổ chức các hoạt động học tập theo hướng phát huy tối đa năng lực nhận thức và hành động của người học. Người học không chỉ học để nhớ, mà còn học để hiểu, vận dụng, phân tích, đánh giá và sáng tạo.

Một số đặc trưng cơ bản của phương pháp dạy học tích cực bao gồm:

***Lấy người học làm trung tâm:** Người học được chủ động trong việc khám phá kiến thức, được khuyến khích nêu ý kiến, tranh luận và phản biện.

***Tăng cường tương tác:** Không gian lớp học là nơi diễn ra sự tương tác giữa người học với nhau, giữa người học với giảng viên và giữa người học với môi trường học tập.

***Học thông qua hành động và trải nghiệm:** Người học được tham gia vào các hoạt động thực tế như đóng vai, mô phỏng, thảo luận nhóm, giải quyết tình huống, dự án thực tế...

***Chú trọng phát triển năng lực toàn diện:** Bao gồm năng lực tư duy, giao tiếp, làm việc nhóm, giải quyết vấn đề, tự học và ra quyết định.

***Tăng cường đánh giá quá trình:** Phương

pháp dạy học tích cực chú trọng việc đánh giá liên tục và toàn diện, trong đó đánh giá giữa các bạn học (peer assessment) và tự đánh giá (self-assessment) cũng đóng vai trò quan trọng.

Trong lĩnh vực giáo dục thể chất, phương pháp dạy học tích cực không chỉ giúp sinh viên tiếp cận kiến thức thể thao một cách sinh động và hiệu quả mà còn rèn luyện cho họ các kỹ năng sống thiết yếu như: tư duy linh hoạt, hợp tác, kiên trì và sáng tạo. Khi áp dụng vào môn Thể dục, các phương pháp này còn có lợi thế về tạo động lực vận động, hứng thú học tập, từ đó tăng cường cả thể lực lẫn tinh thần cho người học.

2.2. Ảnh hưởng của phương pháp dạy học tích cực đến hiệu quả học tập Môn Thể dục của sinh viên

2.2.1. Tác động đến động lực và thái độ học tập

Động lực học tập đóng vai trò then chốt trong việc duy trì sự tham gia lâu dài và chủ động của sinh viên trong quá trình học tập. Khi áp dụng phương pháp tích cực, sinh viên không chỉ nghe giảng mà còn được tham gia vào các hoạt động vận động mang tính khám phá và thi đua như trò chơi nhóm, giải quyết tình huống, hoặc thử thách thể chất. Họ có quyền lựa chọn cách thực hiện bài tập, được đóng góp ý tưởng cho nội dung bài học, từ đó cảm thấy có trách nhiệm và gắn kết hơn với môn học. Các yếu tố như phản hồi tích cực từ giảng viên, sự công nhận của bạn học, không khí lớp học vui vẻ, năng động cũng đóng góp lớn vào việc hình thành thái độ học tập tích cực và tinh thần cầu tiến ở sinh viên.

2.2.2. Tác động đến sự phát triển kỹ năng vận động

Khác với phương pháp truyền thống chỉ tập trung vào việc lặp lại động tác, phương pháp tích cực tạo cơ hội để sinh viên vận động linh hoạt, thích nghi với tình huống đa dạng và phát triển kỹ năng theo cách tự nhiên, bền vững hơn. Sinh viên không chỉ rèn luyện kỹ thuật mà còn học cách điều chỉnh tư thế, phối hợp nhóm cơ, đánh giá và cải thiện khả năng vận động của bản thân thông qua các bài tập cá nhân và tập thể. Thêm vào đó, việc tổ chức lớp học theo trạm hoặc theo chủ đề giúp gia tăng thời lượng vận động, tạo sự hào hứng và rèn luyện được sức bền, sự khéo léo và phản xạ nhanh. Những cải thiện này mang tính cá nhân hóa cao, phù hợp với thể trạng và khả năng của từng sinh viên.

2.2.3. Tác động đến kỹ năng xã hội và tinh thần hợp tác

Một trong những điểm mạnh nổi bật của

phương pháp dạy học tích cực là khả năng phát triển kỹ năng mềm – đặc biệt là trong môi trường học tập thể chất như môn Thể dục. Thông qua các hoạt động nhóm như thi đấu đồng đội, thảo luận cách tiếp cận bài tập, hoặc hỗ trợ bạn cùng lớp hoàn thành nhiệm vụ, sinh viên rèn luyện khả năng lắng nghe, chia sẻ, phối hợp và giải quyết xung đột. Không khí lớp học năng động, sự phụ thuộc lẫn nhau để hoàn thành mục tiêu chung giúp sinh viên xây dựng niềm tin, sự tôn trọng và trách nhiệm đối với tập thể. Đây là những giá trị quan trọng không chỉ trong học tập mà còn trong môi trường nghề nghiệp sau này.

2.2.4. Tác động đến kết quả học tập tổng thể và năng lực tự học

Kết quả học tập môn Thể dục không chỉ dừng lại ở việc hoàn thành kỹ thuật mà còn bao gồm cả việc duy trì thói quen vận động và nhận thức đúng đắn về vai trò của thể chất trong cuộc sống. Với phương pháp tích cực, sinh viên được khuyến khích tự theo dõi quá trình tiến bộ, phản hồi lẫn nhau và thậm chí thiết kế bài tập cá nhân hóa phù hợp với mục tiêu của bản thân. Nhờ đó, năng lực tự học và tự điều chỉnh ngày càng được nâng cao. Kết quả là sinh viên có điểm số cao hơn, mức độ gắn bó với môn học lâu dài hơn, đồng thời có xu hướng giữ gìn và phát triển lối sống vận động tích cực sau khi kết thúc học phần.

III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

Phương pháp dạy học tích cực đã chứng minh được vai trò quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả học tập môn Thể dục cho sinh viên. Không chỉ giúp sinh viên tiếp thu kiến thức và kỹ năng một cách chủ động, phương pháp này còn góp phần xây dựng thái độ tích cực, phát triển các kỹ năng mềm và hình thành thói quen rèn luyện thể chất bền vững. Thực tiễn giảng dạy đã cho thấy, sinh viên khi được tham gia vào các hoạt động học tập linh hoạt, đa dạng và có tính tương tác cao thường thể hiện sự hào hứng, tự tin và hợp tác hơn trong lớp học. Điều này không chỉ nâng cao kết quả học tập mà còn thúc đẩy sự phát triển toàn diện của người học – cả về thể chất, tinh thần và xã hội.

Tuy nhiên, việc áp dụng phương pháp dạy học tích cực trong môn Thể dục hiện nay vẫn còn gặp nhiều khó khăn. Nhiều giảng viên vẫn quen với lối giảng dạy truyền thống; cơ sở vật chất, trang thiết bị chưa đáp ứng được yêu cầu tổ chức các hình thức học tập mới; sinh viên còn thụ động, ngại thay đổi. Vì vậy, để phát huy tối đa hiệu quả của phương pháp này, cần có những khuyến nghị

cụ thể:

***Đối với giảng viên:** Cần chủ động đổi mới tư duy giảng dạy, thường xuyên cập nhật kiến thức, kỹ năng tổ chức hoạt động học tập tích cực; linh hoạt áp dụng các hình thức như học theo trạm, học qua trò chơi, phản hồi đồng đẳng... phù hợp với điều kiện lớp học và đối tượng sinh viên.

***Đối với nhà trường:** Cần đầu tư nâng cấp cơ sở vật chất, trang thiết bị thể chất phù hợp với các phương pháp dạy học mới; tổ chức các buổi tập huấn, hội thảo để hỗ trợ giảng viên nâng cao năng

lực tổ chức dạy học tích cực; khuyến khích các mô hình dạy học sáng tạo và gắn thực tiễn.

***Đối với sinh viên:** Cần xây dựng tinh thần học tập chủ động, tích cực tham gia các hoạt động trên lớp, cởi mở tiếp nhận cái mới và rèn luyện thói quen vận động thể chất thường xuyên.

***Đối với nhà quản lý giáo dục:** Cần có cơ chế chính sách khuyến khích giảng viên áp dụng đổi mới phương pháp giảng dạy; lồng ghép việc đánh giá năng lực vận dụng phương pháp tích cực vào tiêu chí thi đua, đánh giá giảng viên

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trần Bá Hoành (2008), Dạy học tích cực – Một số vấn đề lý luận và thực tiễn, NXB Giáo dục Việt Nam.
2. Nguyễn Cảnh Toàn (2009), Đổi mới phương pháp dạy học, NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
3. Nguyễn Đức Quang (2016), Phát triển năng lực vận động cho sinh viên thông qua hoạt động thể chất, Tạp chí Khoa học Giáo dục Thể chất.
4. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2019), Hướng dẫn xây dựng chương trình giáo dục thể chất theo định hướng phát triển năng lực, Hà Nội.
5. Phạm Thị Lan Anh (2021), Ảnh hưởng của phương pháp học theo trạm đến kết quả học tập môn Thể dục, Tạp chí Giáo dục.