

## TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT THEO DỰ ÁN CHO TRẺ 5-6 TUỔI TẠI CÁC TRƯỜNG MẦM NON

Nguyễn Kim Ngọc Đỗ  
Trường Đại học Trà Vinh  
Email: domamnon@gmail.com

**Tóm tắt:** Từ kết quả nghiên cứu đề tài nghiên cứu khoa học, tác giả trình bày một số vấn đề lý luận về tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi tại các trường mầm non.

**Từ khóa:** Hoạt động giáo dục thể chất, dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi, trường mầm non.

## ORGANIZING PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES BY PROJECT FOR 5-6 YEAR OLD CHILDREN IN KINDERGARTENS

Nguyen Kim Ngoc Do  
Tra Vinh University  
Email: domamnon@gmail.com

**Abstract:** From the results of the scientific research topic, the author presents some theoretical issues on organizing physical education activities according to projects for 5-6 year old preschool children in preschools.

**Keywords:** Physical education activities, projects for 5-6 year old preschool children, preschools.

Nhận bài: 15/04/2025

Phản biện: 14/05/2025

Duyệt đăng: 18/05/2025

### I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển thể chất là một phần quan trọng trong sự phát triển toàn diện của trẻ em, đặc biệt là trong độ tuổi từ 5 đến 6 tuổi. Đây là giai đoạn trẻ bắt đầu vào mẫu giáo hoặc chuẩn bị vào tiểu học, và sự phát triển thể chất tốt giúp trẻ có thể học tập và tham gia các hoạt động một cách hiệu quả. Phát triển thể chất là cần thiết cho trẻ ở độ tuổi này vì giúp trẻ phát triển kỹ năng vận động cơ bản như chạy, nhảy, leo trèo và ném bắt. Những hoạt động này không chỉ giúp cải thiện sức mạnh và sự linh hoạt, mà còn giúp trẻ phát triển khả năng phối hợp và cân bằng. Tăng cường sức khỏe và sự bền bỉ giúp cải thiện sức khỏe tim mạch, tăng cường hệ miễn dịch và giúp trẻ duy trì cân nặng lành mạnh. Điều này đặc biệt quan trọng trong bối cảnh hiện nay khi tình trạng thừa cân và béo phì ở trẻ em ngày càng gia tăng. Phát triển tâm lý và cảm xúc giảm căng thẳng, lo âu và cải thiện tinh thần. Trẻ em tham gia vào các hoạt động thể chất cũng thường có lòng tự tin cao hơn, học được cách làm việc nhóm và kỹ năng xã hội. Cải thiện khả năng tập trung và học tập. Có nhiều nghiên cứu chỉ ra rằng trẻ em tham gia vào các hoạt động thể chất thường có khả năng tập trung tốt hơn và đạt kết quả học tập cao hơn. Hoạt động thể chất giúp cải thiện lưu thông máu, từ đó giúp não bộ hoạt động hiệu quả hơn. Có thể nói, phát triển thể chất là hình thức hoạt động phát triển thể lực phù hợp và có hiệu quả nhất ở lứa tuổi mầm non nói chung và trẻ mẫu giáo nói riêng giúp phát triển thói quen sống lành mạnh. Khi trẻ được khuyến

khích tham gia vào các hoạt động thể chất từ nhỏ, chúng sẽ có xu hướng phát triển thói quen sống lành mạnh khi lớn lên. Điều này bao gồm việc duy trì thói quen tập luyện, ăn uống cân đối và chăm sóc sức khỏe bản thân.

Trẻ 5-6 tuổi đang trong giai đoạn phát triển mạnh mẽ về vận động, nhận thức và xã hội. Hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho phép trẻ khám phá, học hỏi và vận động một cách chủ động, phù hợp với nhịp độ phát triển của bản thân.

Ngoài ra, việc nghiên cứu các biện pháp tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo dự án còn có ý nghĩa: Giúp giáo viên có thêm phương pháp giảng dạy mới, sáng tạo và hiệu quả hơn; góp phần nâng cao nhận thức của phụ huynh về tầm quan trọng của giáo dục thể chất cho trẻ mầm non; cung cấp dữ liệu khoa học để xây dựng chương trình giáo dục thể chất phù hợp cho trẻ mầm non.

Tuy nhiên trên thực tế không ít địa phương chưa coi trọng giáo dục thể chất cho trẻ, thiếu chăm lo chất lượng đồ dùng đồ chơi rèn thể chất khiến trẻ sẽ nhanh chóng cảm thấy nhàm chán và không hứng thú trong việc tham gia các hoạt động thể chất. Hay vấn đề cha mẹ trẻ chỉ chú trọng cho trẻ làm quen chữ viết, hoặc tham gia các hoạt động học là chính bao gồm các hoạt động học tập và các kỹ năng mềm khác, có thể chiếm nhiều thời gian trong ngày. Từ kết quả nghiên cứu, tác giả trình bày một số vấn đề lý luận về tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi tại các trường mầm non.

## II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

### 2.1. Dự án giáo dục trong mầm non

Khái niệm “dự án” trong giáo dục mầm non: là một chuỗi các hoạt động học tập được tổ chức xung quanh một chủ đề cụ thể, có ý nghĩa và phù hợp với hứng thú của trẻ. Thông qua dự án, trẻ được khuyến khích đặt câu hỏi, tìm tòi, khám phá, thử nghiệm và giải quyết các vấn đề liên quan đến chủ đề. Trẻ là trung tâm của dự án, được chủ động tham gia vào các hoạt động, đưa ra ý tưởng, và thể hiện sự sáng tạo của mình.

Dự án giúp trẻ kết nối kiến thức và kỹ năng học được với thế giới xung quanh, từ đó hình thành sự hiểu biết sâu sắc hơn. Kết thúc bằng một sản phẩm cụ thể do trẻ tạo ra, có thể là một mô hình, một bài trình bày, một bức tranh, hoặc một hoạt động biểu diễn.

Thông tư 28/2016/TT-BGDĐT ban hành Chương trình Giáo dục Mầm non: Thông tư này không trực tiếp định nghĩa “dự án”, nhưng nhấn mạnh việc tổ chức các hoạt động học tập theo chủ đề, tích hợp các lĩnh vực phát triển, và khuyến khích trẻ tích cực tham gia. Phương pháp dự án là một trong những cách hiệu quả để thực hiện các yêu cầu này.

Phương pháp dạy học theo dự án (Project-based learning): Đây là một phương pháp dạy học đã được áp dụng rộng rãi trong nhiều cấp học. Trong giáo dục mầm non, phương pháp này được điều chỉnh để phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của trẻ 5-6 tuổi, tập trung vào trải nghiệm, khám phá và vui chơi.

Để triển khai dự án cần có chủ đề rõ ràng: Lựa chọn một chủ đề cụ thể cho dự án (ví dụ: “Khám Phá Thế Giới Thể Chất”) và xây dựng các hoạt động xung quanh chủ đề đó.

Kế hoạch hoạt động: Phát triển một kế hoạch chi tiết cho các hoạt động thể chất như thể dục sáng, thể thao, trò chơi ngoài trời.

Tham gia tích cực: Khuyến khích trẻ tham gia tích cực vào các hoạt động, tạo sự hứng thú và khiến trẻ cảm thấy vui vẻ khi vận động.

c. Lợi ích của hoạt động phát triển thể chất

Cải thiện sức khỏe: Giúp trẻ duy trì cân nặng hợp lý, phát triển cơ bắp và xương cốt vững chắc.

Phát triển nhận thức: Các hoạt động thể chất có thể hỗ trợ sự phát triển nhận thức, giúp trẻ học tốt hơn qua việc kết hợp vận động và học hỏi.

Kỹ năng sống: Tham gia vào các hoạt động nhóm giúp trẻ phát triển kỹ năng giao tiếp, giải quyết vấn đề và lãnh đạo.

d. Đánh giá và phản hồi

Theo dõi sự phát triển: Thực hiện các bài kiểm tra đơn giản để đánh giá sự tiến bộ của trẻ trong các hoạt động thể chất.

Lấy ý kiến từ phụ huynh: Cung cấp thông tin cho phụ huynh về sự phát triển của trẻ và tạo cơ hội để họ đóng góp ý kiến, hỗ trợ công tác giáo dục.

### 2.2. Hoạt động phát triển thể chất theo dự án cho trẻ MG 5-6 tuổi ở trường mầm non.

Đặc trưng của hoạt động giáo dục thể chất theo phương pháp dự án: Tích hợp vận động vào các hoạt động có mục đích rõ ràng, phù hợp với sở thích và khả năng của trẻ. Tập trung vào quá trình khám phá, sáng tạo và trải nghiệm cá nhân hoặc nhóm nhỏ của trẻ. Phương pháp hướng đến phát triển toàn diện, kết hợp vận động thể chất với các lĩnh vực nhận thức, cảm xúc, kỹ năng xã hội. Khuyến khích trẻ tự chủ, chủ động trong hoạt động vận động và học hỏi qua dự án.

Mục tiêu của hoạt động giáo dục thể chất theo phương pháp dự án: Phát triển các kỹ năng vận động cơ bản như chạy, nhảy, ném, bắt, giữ thăng bằng, phối hợp vận động. Hình thành thói quen vận động tích cực, yêu thích hoạt động thể chất. Phát triển khả năng tư duy sáng tạo, giải quyết vấn đề trong quá trình vận động. Rèn luyện các kỹ năng hợp tác, giao tiếp và kỹ năng xã hội qua hoạt động nhóm. Góp phần phát triển toàn diện thể chất, cảm xúc, nhận thức của trẻ.

Hình thức tổ chức giáo dục thể chất theo phương pháp dự án: Tổ chức các hoạt động vận động theo nhóm nhỏ, dựa trên các chủ đề hoặc dự án phù hợp với sở thích của trẻ. Kết hợp các hoạt động vận động ngoài trời và trong lớp học, phù hợp với nội dung dự án. Sử dụng các trò chơi, bài tập sáng tạo, các hoạt động khám phá vận động trong khu vực an toàn, gần gũi với môi trường xung quanh. Thực hiện linh hoạt, hướng tới sự tự do khám phá, sáng tạo của trẻ trong quá trình vận động.

Yêu cầu giáo viên giáo dục thể chất theo phương pháp dự án: Hiểu rõ đặc điểm tâm sinh lý, sở thích và khả năng của trẻ ở độ tuổi này. Lập kế hoạch hoạt động phù hợp, có tính sáng tạo và linh hoạt dựa trên chủ đề của dự án. Tạo môi trường an toàn, khuyến khích trẻ tự do vận động, khám phá và sáng tạo. Khuyến khích trẻ hợp tác, giao tiếp tích cực và phát huy tính tự lập. Theo dõi, đánh giá quá trình phát triển của trẻ để điều chỉnh hoạt động phù hợp.

Môi trường tổ chức giáo dục thể chất theo phương pháp dự án: Không gian rộng rãi, an toàn,

phù hợp để tổ chức các hoạt động vận động đa dạng. Có các thiết bị, dụng cụ vận động phù hợp với trẻ mẫu giáo, dễ vận hành, đảm bảo an toàn. Trang trí môi trường sinh động, hấp dẫn, kích thích sự tò mò, sáng tạo của trẻ. Gần gũi với thiên nhiên, giúp trẻ dễ dàng khám phá, trải nghiệm các hoạt động vận động tự nhiên. Có thể nói, tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo phương pháp dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi đòi hỏi sự sáng tạo, linh hoạt của giáo viên và môi trường phù hợp, nhằm thúc đẩy sự phát triển toàn diện về thể chất, tư duy và kỹ năng xã hội của trẻ trong quá trình học tập và vui chơi.

Tóm lại, tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo phương pháp dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi đòi hỏi sự sáng tạo, linh hoạt của giáo viên và môi trường phù hợp, nhằm thúc đẩy sự phát triển toàn diện về thể chất, tư duy và kỹ năng xã hội của trẻ trong quá trình học tập và vui chơi.

### **2.3. Phương pháp tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi ở trường mầm non.**

Phương pháp là những cách thức làm việc của GV và của trẻ, trẻ GV hướng dẫn những tri thức, kỹ năng và thói quen mới hình thành thể quan và phát triển năng lực. Phương pháp còn là công cụ dùng để tổ chức hoạt động của trẻ, tạo ra những hứng thú, nhận thức của trẻ và được quyết định bởi mục đích và nội dung giáo dục.

- Nhóm các phương pháp dùng lời gồm các phương pháp: trao đổi (hay trò chuyện), kể và đọc, giải thích. Nhóm các phương pháp này thường sử dụng các phương tiện ngôn ngữ để truyền đạt và giúp trẻ thu nhận thông tin, kích thích trẻ suy nghĩ, bộc lộ những cảm xúc mới, chia sẻ ý tưởng, gợi nhớ những hình ảnh và sự kiện bằng lời nói.

Kể: giúp trẻ dễ hiểu tri thức. Lời kể không những có tác động tới sự phát triển trí tuệ mà còn tác động giáo dục sâu sắc.

Trao đổi (hay trò chuyện): GV giao tiếp với trẻ bằng những câu hỏi đã được lựa chọn nhằm kích thích trẻ hoạt động nhận thức theo hướng giúp trẻ triển tri thức mới.

Đọc - Đọc nghệ thuật và kể chuyện: GV đọc chuyện, ngâm thơ để giới thiệu tác phẩm nghệ thuật, truyền đạt tri thức mới, trẻ sẽ có những cảm xúc khác nhau như: tự hào, vui sướng, hân hoan v. v. . .

- Nhóm phương pháp dạy học trực quan - minh họa bao gồm: phương pháp quan sát và phương pháp trình bày trực quan (làm mẫu, minh họa)

- Nhóm phương pháp dạy học thực tiễn (thực

hành, trải nghiệm) là những phương pháp trong đó hoạt động của trẻ được GV hướng dẫn trong quá trình nắm tri thức mới mang tính chất thực tiễn. Phương pháp này được áp dụng rộng rãi khi dạy trẻ trong nhiều lĩnh vực khác nhau. Trong phương pháp thực tiễn có phương pháp luyện tập, phương pháp nêu tình huống có vấn đề, phương pháp thao tác với đồ vật, đồ chơi và làm các thí nghiệm đơn giản. Phương pháp dạy học thực tiễn giúp trẻ nhận thức sâu sắc hơn, độc lập hơn, phát huy được tính tích cực tư duy hơn và còn rèn luyện được các kỹ năng, kỹ xảo.

- Nhóm phương pháp giáo dục bằng tình cảm khích lệ: Là dùng cử chỉ, điệu bộ kết hợp với lời nói thích hợp để khuyến khích, động viên, biểu dương và ủng hộ trẻ, cổ vũ sự cố gắng của trẻ, giúp trẻ có động lực, cố gắng vươn lên để mạnh dạn, tự tin hơn.

- Nhóm phương pháp nêu gương - đánh giá: Trẻ nhỏ rất thích được khen ngợi và động viên khích lệ. Do đó, GV sử dụng hình thức khen, chê phù hợp với lời nói để khuyến khích và ủng hộ trẻ nhằm tạo cho trẻ niềm vui, niềm tin, tính tự tin, độc lập, cổ vũ sự cố gắng của trẻ trong quá trình hoạt động.

### **2.4. Hình thức giáo dục thể chất cho trẻ mẫu giáo ở trường mầm non**

+ Tổ chức lễ, hội: Tổ chức kỷ niệm các ngày lễ hội, các sự kiện cho trẻ (Tết Trung thu, Ngày hội đến trường, Tết cổ truyền, sinh nhật của vị trọng trong năm liên quan đến trẻ có ý nghĩa giáo dục và mang lại niềm vui cho trẻ (Ngày hội của các bà, các mẹ, các cô, các bạn gái (8.3), Tết thiếu nhi (1/6), Ngày ra trường...).

- Hình thức theo vị trí không gian

+ Tổ chức hoạt động trong phòng lớp.

+ Tổ chức hoạt động ngoài trời.

- Hình thức theo số lượng trẻ

+ Tổ chức hoạt động cá nhân.

+ Tổ chức hoạt động theo nhóm.

+ Tổ chức hoạt động cả lớp.

Giáo dục thể chất cho trẻ mầm non được thực hiện thông qua nhiều hình thức phong phú phù hợp với đặc điểm phát triển của trẻ mẫu giáo như các trò chơi vận động, thể dục buổi sáng, tiết học thể dục, dạo chơi, các trò chơi thể thao, lao động.

Ở trường mầm non, người ta sử dụng các hình thức giáo dục thể chất như: Tiết học thể dục và giáo dục thể chất trong đời sống hàng ngày của trẻ, bao gồm: Thể dục sáng, thể dục chống mệt mỏi, trò chơi vận động, dạo chơi, tham quan, hội thể dục thể thao, tổ chức giáo dục thể chất trong

thời gian tự hoạt động của trẻ.

Tất cả các hình thức trên góp phần rèn luyện và phát triển toàn diện cho trẻ. Các hình thức giáo dục thể chất có liên quan với nhau, mỗi hình thức có những nhiệm vụ chuyên biệt, nhiệm vụ đó xác định vị trí của nó trong sinh hoạt hàng ngày của trẻ ở trường mầm non. Tuy nhiên, trong quá trình giáo dục thể chất cho trẻ ở trường mầm non, giáo viên cần phối hợp hài hòa các hình thức giáo dục thể chất với giáo dục nói chung mới đạt được mục tiêu đào tạo của lứa tuổi mầm non.

### **2.5. Môi trường vật chất và môi trường xã hội phục vụ dự án hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi ở trường mầm non.**

Tuyên truyền giáo dục: Trường MN còn có vai trò truyền thông đến phụ huynh về phương pháp nuôi dạy trẻ, cũng như thông qua các hoạt động gắn kết gia đình và nhà trường.

Đánh giá và theo dõi sự tiến bộ: Trường MN thực hiện việc đánh giá sự tiến bộ của trẻ để có thể điều chỉnh phương pháp giáo dục, đảm bảo rằng mọi trẻ đều phát triển theo nhịp độ riêng của mình. Trường Mầm non không chỉ đơn thuần là nơi trông giữ trẻ mà còn là môi trường giáo dục quan trọng nhằm phát triển toàn diện cho trẻ em, góp phần định hình tương lai và tạo nền tảng cho việc học tập lâu dài trong suốt quá trình trưởng thành. Việc giáo dục trẻ được tiến hành ở mọi lúc, mọi nơi trong mọi sinh hoạt và hoạt động của từng học mà chơi, chơi mà học. Kết hợp chặt chẽ với gia đình các tổ chức xã hội và cá nhân trong hoạt động cơ sở giáo dục trẻ: Tuyên truyền hướng dẫn kiến thức nuôi dạy trẻ trong các bậc cha mẹ và cộng đồng

Môi trường vật chất: Môi trường cho trẻ hoạt động trong phòng lớp: Trang trí phòng lớp đảm bảo thẩm mỹ, thân thiện và phù hợp với nội dung,

chủ đề giáo dục. Có các đồ dùng, đồ chơi, nguyên vật liệu đa dạng, phong phú, hấp dẫn trẻ. Sắp xếp và bố trí đồ dùng, đồ chơi hợp lý, đảm bảo an toàn và đáp ứng đích giáo dục. Có khu vực để bố trí chỗ ăn, chỗ ngủ cho trẻ đảm bảo yêu cầu qui định. Các khu vực hoạt động bố trí phù hợp, linh hoạt (có thể bố trí cố định hoặc có thể di chuyển), mang tính mở, tạo điều kiện dễ dàng cho trẻ tự lựa chọn và sử dụng đồ vật, đồ chơi, tham gia hoạt động và thuận lợi cho sự quan sát của giáo viên.

Môi trường cho trẻ hoạt động ngoài trời, gồm có: Sân chơi và sắp xếp thiết bị chơi ngoài trời. Khu chơi với cát, đất, sỏi, nước. Bồn hoa, cây cảnh, nơi trồng cây và khu vực nuôi các con vật.

Môi trường xã hội: Môi trường chăm sóc giáo dục trong trường mầm non cần phải đảm bảo an toàn về mặt tâm lý, tạo thuận lợi giáo dục các kỹ năng xã hội cho trẻ. Trẻ thường xuyên được giao tiếp, thể hiện mối quan hệ thân thiện giữa trẻ - trẻ, trẻ với người xung quanh. Hành vi, cử chỉ, lời nói, thái độ của giáo viên đối với trẻ và những người khác luôn mẫu mực để trẻ noi theo.

### **III. KẾT LUẬN**

Các nội dung được trình bày là cơ sở lý luận làm nền tảng cho việc tổ chức hoạt động giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi trong trường mầm non. Bao gồm: Xác định và phân tích các khái niệm cơ bản có liên quan đến đề tài nội dung, phương pháp, hình thức... hoạt động phát triển thể chất theo dự án cho trẻ MG 5-6 tuổi ở trường mầm non... Từ đó, giúp xác định đúng trọng tâm của nghiên cứu, đảm bảo cơ sở lý luận cho các nội dung được đề xuất tiếp theo. Những phân tích lý luận trên chính là nền tảng vững chắc để tác giả khảo sát thực trạng tại các trường mầm non, từ đó đề xuất một số biện pháp giáo dục thể chất theo dự án cho trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi trong trường mầm non ở bài viết tiếp theo.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

[1] Quốc Hội (2016), Luật trẻ em.

[2] Bộ GD&ĐT Chương trình GDMN kèm theo Thông tư 17/2009/TT-BGDĐT, được sửa đổi bổ sung lần thứ 1 theo Thông tư 28/2016/TT-BGDĐT ban hành ngày 30/12/2016 và bổ sung sửa đổi bổ sung lần thứ 2 tại Thông tư 51/2020/TT-BGDĐT ban hành ngày 31/12/2020

[3] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), Điều lệ trường mầm non.

[5] Bộ giáo dục và đào tạo (2021), Quy định về quản lý hoạt động giáo dục kỹ năng sống và hoạt động giáo dục ngoài giờ chính khóa.