

NÂNG CAO HIỆU QUẢ GIÁO DỤC THỂ CHẤT HỌC ĐƯỜNG TRONG BỐI CẢNH CÁCH MẠNG CÔNG NGHIỆP 4.0 HIỆN NAY

Bùi Thị Kim Ngân
Trường Đại học Tiền Giang

Tóm tắt: Giáo dục thể chất học đường chỉ nâng cao sức khỏe mà còn rèn luyện tính kỷ luật, lối sống lành mạnh và giúp học sinh, sinh viên phát triển toàn diện. Tuy nhiên, việc giáo dục thể chất học đường vẫn còn nhiều vấn đề cần phải bàn bạc và xem xét một cách thấu đáo, nhất là trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0 hiện nay. Bài viết phân tích vai trò, thực trạng của giáo dục thể chất học đường và đồng thời đề xuất một số giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất học đường trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0 hiện nay.

Từ khóa: Giáo dục thể chất; thể chất học đường; cách mạng công nghiệp 4.0.

IMPROVING THE EFFECTIVENESS OF SCHOOL PHYSICAL EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE CURRENT INDUSTRIAL REVOLUTION 4.0

Bui Thi Kim Ngan
Tien Giang University

Abstract: School physical education not only improves health but also trains discipline, healthy lifestyle and helps students develop comprehensively. However, school physical education still has many issues that need to be discussed and considered thoroughly, especially in the context of the current industrial revolution 4.0. The article analyzes the role and current situation of school physical education and at the same time proposes some solutions to improve the effectiveness of school physical education in the context of the current industrial revolution 4.0.

Keywords: Physical education; school physical fitness; Industrial Revolution 4.0.

Nhận bài: 07/03/2025

Phản biện: 17/04/2025

Duyệt đăng: 20/04/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế, Cách mạng công nghiệp 4.0 đang tạo ra những biến đổi sâu sắc trong mọi lĩnh vực của đời sống xã hội, đặc biệt là trong giáo dục và đào tạo. Sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ số, trí tuệ nhân tạo, Internet vạn vật,... không chỉ thay đổi cách tiếp cận tri thức mà còn đặt ra yêu cầu mới đối với việc hình thành và phát triển toàn diện năng lực con người, trong đó có thể lực và phẩm chất đạo đức, lối sống. Giáo dục thể chất học đường đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tinh thần cho học sinh, sinh viên đang đứng trước những cơ hội và thách thức mới trong bối cảnh chuyển đổi số và đổi mới giáo dục toàn diện. Tuy nhiên, thực tiễn cho thấy hiệu quả giáo dục thể chất tại nhiều cơ sở giáo dục phổ thông còn hạn chế. Việc ứng dụng công nghệ vào giảng dạy thể chất chưa đồng bộ, nội dung và phương pháp dạy học còn chậm đổi mới, chưa theo kịp xu hướng phát triển chung của thời đại. Trong bối cảnh đó, việc nghiên cứu và đề xuất các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất học đường phù hợp với điều kiện, đặc thù của thời đại công nghiệp 4.0 là yêu cầu cấp thiết.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Vai trò của giáo dục thể chất học đường

Giáo dục thể chất học đường giữ vai trò quan trọng trong quá trình giáo dục và phát triển toàn diện học sinh, sinh viên, góp phần hình thành nhân cách, nâng cao thể lực, phát triển kỹ năng xã hội và tinh thần cho thế hệ trẻ. Giáo dục thể chất giúp học sinh, sinh viên rèn luyện sức bền, sự dẻo dai, phản xạ và khả năng vận động. Giáo dục thể chất đóng vai trò quan trọng trong việc nâng cao thể lực và phát triển các tố chất vận động cho học sinh, sinh viên. Thông qua các bài tập và hoạt động thể thao, các em được rèn luyện sức bền, sự dẻo dai, khả năng phản xạ nhanh nhạy và linh hoạt trong di chuyển. Đây là nền tảng cần thiết để các em có một cơ thể khỏe mạnh, góp phần nâng cao hiệu quả học tập và sinh hoạt hàng ngày. Việc tham gia thường xuyên các hoạt động thể chất góp phần phòng chống các bệnh học đường, tăng cường hệ miễn dịch và giảm nguy cơ mắc các bệnh mãn tính.

Thông qua các hoạt động thể thao, học sinh, sinh viên được rèn luyện tính kỷ luật, tinh thần đồng đội, sự kiên trì và ý chí vượt khó. Thông qua các hoạt động thể thao, học sinh, sinh viên không chỉ được rèn luyện thể lực mà còn hình

thành những phẩm chất cần thiết cho sự phát triển toàn diện. Các trò chơi vận động, thi đấu thể thao đòi hỏi sự phối hợp nhịp nhàng, tuân thủ luật lệ, từ đó giúp các em phát triển tính kỷ luật và tinh thần đồng đội. Quá trình luyện tập và thi đấu còn là môi trường để các em rèn sự kiên trì, vượt qua giới hạn bản thân, không ngại khó khăn, thử thách. Đây chính là nền tảng quan trọng giúp học sinh, sinh viên vững vàng hơn trong học tập và cuộc sống. Đây là những yếu tố quan trọng trong việc xây dựng lối sống tích cực, tránh xa các tệ nạn xã hội.

Giáo dục thể chất không chỉ giới hạn ở phát triển thể lực mà còn tác động tích cực đến năng lực trí tuệ và cảm xúc. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng học sinh, sinh viên có thói quen vận động thường xuyên thường có kết quả học tập tốt hơn, khả năng tập trung cao hơn và tinh thần ổn định hơn. Giáo dục thể chất không chỉ giúp học sinh, sinh viên nâng cao thể lực mà còn góp phần phát triển toàn diện về trí tuệ và cảm xúc. Việc vận động thường xuyên giúp tăng cường khả năng tập trung, giảm căng thẳng và cải thiện tâm trạng, từ đó hỗ trợ quá trình học tập hiệu quả hơn. Những trải nghiệm trong thể thao còn giúp các em hình thành thái độ sống tích cực, tự tin và biết kiểm soát cảm xúc trong các tình huống khác nhau.

Các chương trình thể chất trong nhà trường là môi trường thuận lợi để học sinh tiếp cận thể thao một cách bài bản, từ đó phát hiện và bồi dưỡng những học sinh, sinh viên có năng khiếu thể thao, góp phần xây dựng nguồn lực cho thể thao thành tích cao. Các chương trình giáo dục thể chất trong nhà trường đóng vai trò là nền tảng quan trọng giúp học sinh, sinh viên tiếp cận thể thao một cách khoa học và có hệ thống. Thông qua các giờ học, hoạt động ngoại khóa và phong trào thể thao, các em được phát hiện năng khiếu và định hướng phát triển phù hợp. Đây là môi trường thuận lợi để ươm mầm tài năng, tạo điều kiện cho học sinh, sinh viên được tham gia huấn luyện chuyên sâu và nâng cao trình độ. Từ đó, nhà trường góp phần cung cấp nguồn lực chất lượng cho thể thao thành tích cao, phục vụ sự phát triển của thể thao nước nhà.

2.2. Thực trạng giáo dục thể chất học đường trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0 hiện nay

Hoạt động thể thao đóng vai trò quan trọng đối

với mỗi cá nhân, đặc biệt là học sinh, sinh viên trong giai đoạn hình thành và hoàn thiện nhân cách. Không chỉ tăng cường sức khỏe, thể thao còn góp phần phát triển trí tuệ và xây dựng nhân cách. Sự nỗ lực khi tham gia các hoạt động thể thao học đường giúp rèn luyện đạo đức một cách tự nhiên như rèn luyện ý chí, tinh thần tập thể, tính nhẫn nại và kiên trì, ý thức kỷ luật... Những năm qua, Bộ Giáo dục và Đào tạo đẩy mạnh thực hiện các chiến lược, đề án dài hạn như Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030 theo Quyết định số 641/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ, Chương trình “Sức khỏe học đường giai đoạn 2021-2025”, “Đề án Sức khỏe học đường giai đoạn 2021-2025, tầm nhìn đến năm 2030”, Chiến lược phát triển thể dục thể thao Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045,... Thể thao học đường là một trọng tâm cần được phát triển trong bối cảnh đổi mới toàn diện giáo dục. Việc gắn kết giáo dục tri thức, đạo đức, thẩm mỹ và kỹ năng sống với giáo dục thể chất đã trở thành ưu tiên quan trọng nhằm nâng cao tầm vóc và giá trị con người Việt Nam. Giáo dục đào tạo phải toàn diện, hướng đến mục tiêu phát triển học sinh cả về Đức - Trí - Thể - Mỹ.

Trong bối cảnh Cách mạng công nghiệp 4.0, giáo dục thể chất học đường tại Việt Nam đã đạt được một số kết quả tích cực. Một số trường học đã bắt đầu tích hợp công nghệ số vào giáo dục thể chất, sử dụng các phần mềm và thiết bị hiện đại để nâng cao hiệu quả giảng dạy và tạo hứng thú cho học sinh, sinh viên. Hiện nay, một số trường học đã chủ động ứng dụng công nghệ số vào hoạt động giáo dục thể chất nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy. Các phần mềm mô phỏng kỹ thuật động tác, ứng dụng theo dõi sức khỏe và thiết bị hỗ trợ luyện tập hiện đại được đưa vào sử dụng ngày càng phổ biến. Việc tích hợp công nghệ không chỉ giúp giáo viên truyền đạt nội dung dễ dàng hơn mà còn tạo hứng thú, tăng cường sự tham gia tích cực của học sinh, sinh viên. Đây là bước tiến quan trọng góp phần hiện đại hóa giáo dục thể chất trong thời đại 4.0.

Cộng đồng giáo dục ngày càng nhận thức rõ hơn về vai trò của giáo dục thể chất trong việc phát triển toàn diện học sinh, sinh viên, đặc biệt trong việc rèn luyện kỹ năng mềm như làm việc

nhóm, kỷ luật và quản lý thời gian. Cộng đồng giáo dục hiện nay ngày càng nhận thức sâu sắc hơn về vai trò thiết yếu của giáo dục thể chất trong quá trình phát triển toàn diện học sinh, sinh viên. Không chỉ dừng lại ở việc rèn luyện thể lực, giáo dục thể chất còn tạo môi trường thực tiễn để hình thành và phát triển các kỹ năng mềm quan trọng. Thông qua các hoạt động thể thao, học sinh, sinh viên được rèn luyện khả năng làm việc nhóm, tính kỷ luật và kỹ năng quản lý thời gian hiệu quả. Đây là những yếu tố nền tảng giúp các em thích nghi tốt hơn với môi trường học tập và làm việc trong thời đại mới.

Mặc dù còn hạn chế, đã có những nỗ lực trong việc cải thiện cơ sở vật chất phục vụ giáo dục thể chất và tổ chức các chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo viên để đáp ứng yêu cầu mới của thời đại số. Mặc dù điều kiện cơ sở vật chất phục vụ giáo dục thể chất tại nhiều trường học còn hạn chế, nhưng đã có những bước tiến tích cực trong việc đầu tư, cải thiện trang thiết bị và sân bãi luyện tập. Một số địa phương và nhà trường đã chú trọng xây dựng phòng học thể chất, mua sắm dụng cụ hiện đại phù hợp với xu thế phát triển. Bên cạnh đó, các chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo viên thể chất cũng được tổ chức nhằm nâng cao năng lực chuyên môn và khả năng ứng dụng công nghệ trong giảng dạy. Những nỗ lực này thể hiện sự chuyển mình của giáo dục thể chất trước yêu cầu đổi mới trong thời đại số.

Các phong trào giáo dục thể chất học đường thường xuyên được tổ chức. Năm 2024, “Hội khỏe Phù Đổng lần thứ X được tổ chức sau 8 năm gián đoạn, đánh dấu kỳ Hội khỏe quy mô, đáng nhớ và tự hào nhất với 20.000 vận động viên học sinh và cán bộ của 63 tỉnh, thành phố tham gia tranh tài ở 15 môn thể thao”. Hội khỏe Phù Đổng toàn quốc lần thứ X năm 2024 đã thành công tạo ra một sân chơi lành mạnh, bổ ích và lý thú cho học sinh, nơi các em vượt qua những giới hạn của bản thân, vươn tới tinh thần thể thao cao thượng. Đây cũng là dịp để lan tỏa phong trào tập luyện thể dục thể thao nâng cao sức khỏe, góp phần giáo dục toàn diện cho học sinh và phát triển thể thao trên toàn quốc. Tại đó, nhiều trường trung học và đại học không chỉ là nơi đào tạo kiến thức mà còn là “cái nôi” ươm mầm những tài năng thể thao,

đóng góp đáng kể vào thành công của quốc gia trên các đấu trường quốc tế với hệ thống thể thao học đường được tổ chức bài bản, từ cơ sở vật chất hiện đại đến chương trình huấn luyện chuyên sâu. Đó là nguyên do vì sao phát triển thể thao học đường là một trong những chuẩn mực để đánh giá nền giáo dục của quốc gia. Đại hội thể thao học sinh Đông Nam Á lần thứ 13 mới đây là “liều thuốc thử” hữu hiệu để đánh giá công tác thể thao học đường đồng thời là dịp để thể hệ trẻ có cơ hội giao lưu, học hỏi, hội nhập sâu rộng với các nền giáo dục khác nhau.

Những kết quả đạt được cho thấy tiềm năng phát triển của giáo dục thể chất trong thời đại số, đồng thời đặt ra yêu cầu về việc tiếp tục đầu tư, đổi mới để nâng cao chất lượng và hiệu quả giáo dục thể chất học đường.

Tuy nhiên, trong bối cảnh Cách mạng công nghiệp 4.0, giáo dục thể chất học đường tại Việt Nam đang đứng trước những thách thức và cơ hội mới. Mặc dù công nghệ số đã được ứng dụng trong nhiều lĩnh vực giáo dục, việc tích hợp công nghệ vào giảng dạy thể chất vẫn còn hạn chế. Số lượng giáo viên có kỹ năng sử dụng công nghệ trong giảng dạy thể chất còn hạn chế, cần được đào tạo và bồi dưỡng thêm. Nhiều trường học chưa có đủ cơ sở vật chất hiện đại và đội ngũ giáo viên chưa được đào tạo đầy đủ về công nghệ, dẫn đến việc giảng dạy thể chất vẫn chủ yếu theo phương pháp truyền thống. Nhiều trường học chưa được trang bị đầy đủ thiết bị công nghệ hiện đại phục vụ cho việc giảng dạy thể chất. Điều này khiến cho việc phát triển toàn diện về thể lực, kỹ năng và phẩm chất của học sinh, sinh viên chưa đạt được hiệu quả mong muốn trong thời đại số hóa hiện nay.

2.3. Giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất học đường trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0 trong thời gian tới

Trong thời gian tới, nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất học đường trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0 cần tập trung vào các giải pháp sau:

Một là, nâng cao nhận thức cho phụ huynh và cộng đồng về vai trò của giáo dục thể chất đối với sự phát triển toàn diện của học sinh, sinh viên. Nâng cao nhận thức cho phụ huynh và cộng đồng về vai trò của giáo dục thể chất là yếu tố quan

trọng nhằm thúc đẩy sự phát triển toàn diện của học sinh, sinh viên. Nhiều phụ huynh vẫn còn xem nhẹ môn học này, trong khi thể chất tốt là nền tảng để học sinh học tập hiệu quả và hình thành nhân cách lành mạnh. Cần tăng cường tuyên truyền qua các phương tiện truyền thông, hội thảo phụ huynh, cũng như lồng ghép nội dung về giáo dục thể chất trong các chương trình phối hợp giữa nhà trường và gia đình. Khi nhận thức được nâng cao, phụ huynh sẽ chủ động phối hợp cùng nhà trường tạo điều kiện cho con em tham gia tích cực vào các hoạt động vận động. Đây là tiền đề quan trọng để giáo dục thể chất học đường phát triển bền vững trong bối cảnh hiện nay.

Hai là, tăng cường ứng dụng công nghệ số trong giảng dạy thể chất. Sử dụng phần mềm mô phỏng động tác, video hướng dẫn kỹ thuật, ứng dụng đo lường vận động để nâng cao chất lượng dạy và học. Triển khai các nền tảng học trực tuyến cho môn thể chất kết hợp hình thức học tập linh hoạt (blended learning). Khuyến khích học sinh, sinh viên sử dụng các thiết bị đeo thông minh (smartwatch, cảm biến chuyển động) để theo dõi sức khỏe và quá trình tập luyện. Để tăng cường ứng dụng công nghệ số trong giảng dạy thể chất, cần xây dựng kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng giáo viên về kỹ năng sử dụng công nghệ trong dạy học. Nhà trường nên đầu tư trang thiết bị hiện đại như cảm biến chuyển động, máy quay kỹ thuật số, và phần mềm hỗ trợ đánh giá kỹ năng vận động. Khuyến khích giáo viên tích hợp công nghệ vào bài giảng thông qua các video hướng dẫn, mô phỏng kỹ thuật và nền tảng học tập trực tuyến. Đồng thời, cần phát triển các ứng dụng di động giúp học sinh theo dõi quá trình rèn luyện thể lực một cách chủ động. Việc áp dụng công nghệ phải đồng bộ và phù hợp với điều kiện thực tế của từng nhà trường để đảm bảo hiệu quả và tính bền vững.

Ba là, tiếp tục nghiên cứu đổi mới nội dung và phương pháp giảng dạy giáo dục thể chất. Thiết kế chương trình giáo dục thể chất đa dạng, linh hoạt, phù hợp với thể trạng, độ tuổi và sở thích của học sinh. Tăng cường phương pháp dạy học tích cực, lấy người học làm trung tâm, kết hợp giữa thể thao truyền thống và các hình thức vận động hiện đại như zumba, yoga, thể thao công nghệ. Chú trọng lồng ghép giáo dục kỹ năng mềm

(làm việc nhóm, kỷ luật, quản lý cảm xúc) trong hoạt động thể chất.

Bốn là, nâng cao năng lực đội ngũ giáo viên thể chất. Tổ chức các lớp bồi dưỡng, tập huấn về công nghệ thông tin và phương pháp dạy học mới cho giáo viên thể chất. Xây dựng cơ chế đánh giá, khen thưởng phù hợp để khuyến khích giáo viên đổi mới, sáng tạo trong giảng dạy. Phối hợp giữa các trường đại học thể thao và trường phổ thông để trao đổi chuyên môn, hỗ trợ chuyên gia.

Năm là, tăng cường đầu tư cơ sở vật chất, trang thiết bị. Đảm bảo các trường học có sân chơi, nhà tập, thiết bị luyện tập cơ bản và hiện đại. Khuyến khích hợp tác công tư (PPP) để huy động nguồn lực xã hội hóa trong đầu tư cho giáo dục thể chất. Để nâng cao chất lượng giáo dục thể chất, cần ưu tiên tăng cường đầu tư cơ sở vật chất và trang thiết bị cho các trường học. Nhà nước và các địa phương nên bố trí ngân sách hợp lý để xây dựng sân chơi, nhà tập đa năng và mua sắm dụng cụ luyện tập hiện đại, phù hợp với từng cấp học. Bên cạnh đó, cần đẩy mạnh xã hội hóa giáo dục, huy động nguồn lực từ doanh nghiệp, tổ chức và phụ huynh để cùng chung tay đầu tư. Sự đầu tư đồng bộ sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho học sinh, sinh viên rèn luyện thể chất hiệu quả và toàn diện hơn.

Sáu là, thường xuyên tổ chức các hoạt động, phong trào thể dục thể thao ngoại khóa trong trường học. Tổ chức các giải thi đấu, hoạt động ngoại khóa thể thao thường xuyên để tăng tính hấp dẫn và khơi dậy tinh thần thể thao trong học đường. Để tổ chức hiệu quả các giải thi đấu và hoạt động ngoại khóa thể thao trong nhà trường, cần xây dựng kế hoạch hoạt động cụ thể, phù hợp với từng độ tuổi và điều kiện thực tế. Nhà trường nên phối hợp với đoàn thanh niên, hội sinh viên và các tổ chức xã hội để tạo nguồn lực tổ chức đa dạng các môn thể thao. Việc lựa chọn hình thức thi đấu linh hoạt, kết hợp giữa phong trào và chuyên sâu sẽ thu hút đông đảo học sinh, sinh viên tham gia. Qua đó, góp phần khơi dậy tinh thần thể thao, rèn luyện thể chất và xây dựng môi trường học tập tích cực, năng động.

Bảy là, hình thành các câu lạc bộ, đội tuyển các môn thể dục thể thao trong nhà trường. Để hình thành hiệu quả các câu lạc bộ và đội tuyển

thể dục thể thao trong nhà trường, cần có sự chỉ đạo thống nhất từ ban giám hiệu và sự phối hợp chặt chẽ giữa các tổ chuyên môn, đoàn thể. Nhà trường nên tổ chức khảo sát nhu cầu, sở thích của học sinh để xây dựng các câu lạc bộ phù hợp với điều kiện thực tế. Việc bố trí thời gian luyện tập hợp lý, có huấn luyện viên hướng dẫn và trang bị dụng cụ đầy đủ sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho hoạt động của câu lạc bộ. Đồng thời, cần có cơ chế khuyến khích, khen thưởng kịp thời nhằm tạo động lực cho học sinh tham gia tích cực. Những giải pháp này sẽ góp phần duy trì phong trào thể thao học đường và phát hiện nhân tố tiềm năng cho các đội tuyển năng khiếu.

III. KẾT LUẬN

Giáo dục thể chất học đường đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển toàn diện học sinh, sinh viên, đặc biệt trong bối cảnh Cách mạng công nghiệp 4.0 đặt ra nhiều yêu cầu mới về năng lực và phẩm chất con người. Việc nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất không chỉ giới hạn ở đổi mới phương pháp giảng dạy mà còn cần sự đầu tư đồng bộ về cơ sở vật chất, nhân lực và ứng dụng công nghệ số. Các giải pháp như tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa, thành lập câu lạc bộ, tăng cường truyền thông nâng cao nhận thức cộng đồng,... cần được triển khai thường xuyên và hiệu quả. Qua đó, góp phần hình thành thể hệ trẻ khỏe mạnh, năng động, thích nghi tốt với yêu cầu của thời đại mới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Cổng Thông tin điện tử Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2025), Tầm quan trọng của phát triển thể thao học đường, <https://bvhttdl.gov.vn/>, ngày 15-1-2025.
- [2]. Thủ tướng Chính phủ (2011), *Quyết định số 641/QĐ-TTG ngày 28-4-2011 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030*, Hà Nội.