

PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC VẬN ĐỘNG CHO TRẺ MẪU GIÁO 4-5 TUỔI THÔNG QUA TRẢI NGHIỆM VỚI VẬT LIỆU MỞ TRONG MÔI TRƯỜNG TỰ NHIÊN

Nguyễn Thị Kim Phụng

Trường mầm non Hoa Dừa ấp Lộc Thành, xã Lộc Thuận, tỉnh Vĩnh Long

Email: kimphungkute0106@gmail.com

Tóm tắt: Phát triển năng lực vận động là một nội dung quan trọng trong giáo dục thể chất cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi, góp phần hình thành khả năng phối hợp, giữ thăng bằng, định hướng không gian và kiểm soát vận động. Việc tổ chức cho trẻ trải nghiệm với vật liệu mở trong môi trường tự nhiên tạo ra những tình huống vận động đa dạng, linh hoạt và giàu tính khám phá. Bài viết phân tích cơ sở lý luận về phát triển năng lực vận động thông qua trải nghiệm với vật liệu mở và môi trường tự nhiên; trên cơ sở đó đề xuất các giải pháp lựa chọn vật liệu, thiết kế thử thách, tổ chức trải nghiệm, bảo đảm an toàn và đánh giá sự tiến bộ của trẻ.

Từ khóa: Năng lực vận động; vật liệu mở; môi trường tự nhiên; trải nghiệm vận động; trẻ 4-5 tuổi.

DEVELOPING MOTOR COMPETENCE FOR 4-5 YEAR OLD PRESCHOOL CHILDREN THROUGH EXPERIENCE WITH OPEN-IN MATERIALS NATURAL ENVIRONMENT

Abstract: Developing motor capacity is an important content in physical education for preschool children 4-5 years old, contributing to the formation of coordination, balance, spatial orientation and movement control. Organizing children's experiences with open materials in the natural environment creates diverse, flexible and exploratory movement situations. The article analyzes the theoretical basis for developing motor capacity through experience with open materials and the natural environment; On that basis, propose solutions for selecting materials, designing challenges, organizing experiences, ensuring safety and evaluating children's progress.

Keywords: Movement capacity; open material; natural environment; movement experience; 4-5 year old children.

Nhận bài: 13/08/2026

Phản biện: 13/09/2026

Duyệt đăng: 16/09/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển thể chất, trong đó có năng lực vận động, là một thành tố quan trọng của giáo dục mầm non, góp phần hình thành khả năng phối hợp và kiểm soát cơ thể cho trẻ. Ở độ tuổi 4-5, trẻ có sự tiến bộ rõ về vận động thô, vận động tinh, giữ thăng bằng, thay đổi hướng và thực hiện các chuỗi vận động liên hoàn. Vật liệu mở và môi trường tự nhiên có khả năng tạo ra những tình huống vận động đa dạng, khuyến khích trẻ thử nghiệm, điều chỉnh và thích nghi. Tuy nhiên, việc khai thác có chủ đích hai yếu tố này nhằm phát triển năng lực vận động vẫn cần được hệ thống hóa. Từ đó, bài viết đề xuất một số giải pháp tổ chức trải nghiệm phù hợp với trẻ 4-5 tuổi.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Bài viết sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu nhằm hệ thống hóa các nghiên cứu về phát triển vận động, vật liệu mở, môi trường tự nhiên và học tập trải nghiệm; phương pháp nghiên cứu lý luận để làm rõ các khái niệm và mối quan hệ giữa các thành tố; phương pháp phân tích nội dung để xác định dạng vật liệu và hoạt động phù hợp với trẻ 4-5 tuổi; phương pháp khái quát hóa nhằm xây dựng hệ thống giải pháp tổ chức hoạt động. Cơ sở lý luận được kế thừa từ lý thuyết vật

liệu mở của Nicholson, học tập qua trải nghiệm của Dewey và Kolb, vùng phát triển gần của Vygotsky, cùng các nghiên cứu về phát triển vận động trẻ mẫu giáo.

III. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

3.1. Cơ sở lý luận về phát triển năng lực vận động cho trẻ 4-5 tuổi thông qua trải nghiệm với vật liệu mở trong môi trường tự nhiên

3.1.1. Năng lực vận động của trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi

Năng lực vận động ở trẻ mầm non được thể hiện qua khả năng thực hiện, phối hợp và điều chỉnh các vận động phù hợp với yêu cầu của nhiệm vụ và điều kiện môi trường. Ở độ tuổi 4-5, hệ vận động và khả năng điều khiển thần kinh - cơ có bước phát triển rõ rệt; trẻ dần kiểm soát tốt hơn tư thế, tốc độ, lực vận động và hướng di chuyển, đồng thời bắt đầu thực hiện tương đối thành thạo các chuỗi vận động liên hoàn.

Năng lực vận động của trẻ bao gồm sự phối hợp giữa vận động thô và vận động tinh, khả năng giữ thăng bằng, định hướng không gian, phối hợp tay - mắt, chân - mắt và kiểm soát lực. Trong đó, nhanh nhẹn thể hiện ở khả năng phản ứng nhanh, di chuyển linh hoạt, thay đổi hướng và thích ứng với tình huống vận động; khéo léo thể hiện ở khả

năng phối hợp chính xác, nhịp nhàng, có kiểm soát giữa các bộ phận cơ thể. Đây là hai biểu hiện trọng tâm có thể được phát triển thông qua những tình huống vận động đa dạng và có mức độ thử thách phù hợp.

3.1.2. Vật liệu mở và khả năng phát triển vận động

Vật liệu mở (loose parts) là những vật liệu không bị quy định bởi một chức năng sử dụng cố định, cho phép trẻ tự lựa chọn, sắp xếp, kết hợp, tháo lắp và biến đổi theo mục đích của mình. Theo lý thuyết vật liệu mở của Nicholson, những vật liệu có tính linh hoạt cao tạo điều kiện để trẻ khám phá và hình thành nhiều cách thức tương tác khác nhau.

Trong môi trường mầm non, vật liệu mở có thể gồm vật liệu tự nhiên như cành cây, lá, đá, sỏi, cát, nước, vỏ dừa, hạt, quả khô; hoặc vật liệu tái chế và vật liệu đời sống như bìa carton, chai lọ, nắp chai, dây, ống và vải. Với đặc tính không có cách sử dụng duy nhất, chúng có thể được chuyển hóa thành các phương tiện tạo thử thách vận động như kéo, đẩy, nâng, bê, xếp, luồn, vượt, giữ thăng bằng, ném và bắt.

Điểm đáng chú ý là vật liệu mở không chỉ cung cấp đối tượng để trẻ vận động, mà còn làm thay đổi mức độ và cách thức vận động. Trẻ phải lựa chọn vật liệu, xác định cách thao tác, thử nghiệm và điều chỉnh khi kết quả chưa phù hợp. Quá trình đó tạo thêm cơ hội rèn luyện khả năng phối hợp, kiểm soát lực, giữ thăng bằng và điều chỉnh vận động theo tình huống.

3.1.3. Môi trường tự nhiên và trải nghiệm vận động của trẻ

Môi trường tự nhiên tạo nên một không gian vận động có tính mở và giàu biến đổi, trong đó địa hình, bề mặt, độ dốc, vật cản và khoảng cách có thể tạo ra những yêu cầu vận động khác nhau. Khi di chuyển trên các dạng địa hình không hoàn toàn bằng phẳng, trẻ phải liên tục điều chỉnh tư thế, trọng tâm, bước chân, tốc độ và hướng di chuyển. Các nghiên cứu được tổng hợp trong tài liệu cho thấy môi trường tự nhiên có tiềm năng hỗ trợ phát triển thăng bằng, phối hợp vận động và sự linh hoạt của trẻ.

Nếu môi trường tự nhiên cung cấp bối cảnh và địa hình, thì vật liệu mở cung cấp công cụ thao tác và khả năng tạo thử thách. Sự kết hợp giữa hai yếu tố này làm phong phú các tình huống vận động, giúp trẻ không chỉ thực hiện một động tác được định sẵn mà còn quan sát, lựa chọn, thử nghiệm, điều chỉnh và thích nghi với điều kiện thực tế. Vì

vậy, trải nghiệm vận động trong môi trường tự nhiên có thể được xem là quá trình tương tác giữa trẻ - vật liệu - không gian - nhiệm vụ vận động.

3.1.4. Nguyên tắc và cơ chế tác động của trải nghiệm với vật liệu mở

Việc tổ chức trải nghiệm với vật liệu mở trong môi trường tự nhiên cần bảo đảm bốn nguyên tắc cơ bản: một là, phù hợp với đặc điểm phát triển và khả năng vận động của trẻ 4-5 tuổi; hai là, bảo đảm tính mở, khuyến khích trẻ chủ động lựa chọn và trực tiếp trải nghiệm; ba là, gắn hoạt động với điều kiện môi trường tự nhiên và đặc điểm địa phương; bốn là, bảo đảm an toàn nhưng vẫn duy trì những thử thách vận động phù hợp để trẻ có cơ hội khám phá và thích nghi. Các nguyên tắc này phù hợp với định hướng trong tài liệu về việc kết hợp trải nghiệm, vật liệu mở, môi trường tự nhiên và quản lý rủi ro trong hoạt động vận động.

Về cơ chế tác động, có thể khái quát theo chuỗi:

Vật liệu mở + môi trường tự nhiên → tạo tình huống vận động đa dạng → trẻ quan sát, lựa chọn, thử nghiệm và điều chỉnh → tăng cường phối hợp, phản xạ, thăng bằng và kiểm soát cơ thể → phát triển năng lực vận động, đặc biệt là nhanh nhẹn và khéo léo.

Như vậy, giá trị của vật liệu mở không nằm ở bản thân vật liệu mà ở khả năng tạo ra những cơ hội vận động đa dạng trong một môi trường giàu trải nghiệm. Đây cũng là cơ sở để chuyển từ việc “cho trẻ chơi với vật liệu” sang thiết kế có chủ đích các trải nghiệm vận động bằng vật liệu mở trong môi trường tự nhiên.

3.2. Giải pháp phát triển năng lực vận động cho trẻ 4-5 tuổi thông qua trải nghiệm với vật liệu mở trong môi trường tự nhiên

3.2.1. Lựa chọn và chuẩn bị hệ thống vật liệu mở phù hợp với mục tiêu phát triển vận động

Xây dựng “ngân hàng vật liệu vận động” từ các vật liệu tự nhiên và vật liệu đời sống phù hợp với điều kiện thực tế như cành cây, khúc gỗ, sỏi, đá, lá, dây, bẹ dừa, gáo dừa, hộp carton, lốp xe... Vật liệu được phân loại theo kích thước, trọng lượng, hình dạng, độ mềm - cứng và khả năng thao tác; đồng thời xác định dạng vận động mà từng nhóm vật liệu có thể hỗ trợ. Chẳng hạn, vật liệu nhẹ và dễ cầm nắm có thể phục vụ các hoạt động mang, chuyền, ném; vật liệu dài có thể tạo đường đi, giới hạn hoặc chướng ngại vật; vật liệu có độ ổn định khác nhau có thể tạo thử thách về thăng bằng và kiểm soát cơ thể.

Việc lựa chọn vật liệu cần bảo đảm tính đa dạng nhưng không gây quá tải cho trẻ. Giáo viên nên ưu tiên những vật liệu gần gũi, dễ tìm, có khả năng sử dụng theo nhiều cách và có thể kết hợp với nhau để tạo ra những nhiệm vụ vận động khác nhau. Trước khi sử dụng, cần kiểm tra độ an toàn, vệ sinh, độ chắc chắn, bề mặt và khả năng gây tổn thương cho trẻ. Qua đó, hệ thống vật liệu không chỉ là nguồn đồ dùng phục vụ hoạt động mà trở thành nguồn lực sư phạm giúp giáo viên chủ động thiết kế các tình huống vận động phù hợp với mục tiêu và khả năng của từng trẻ.

3.2.2. Thiết kế các thử thách vận động mở từ vật liệu tự nhiên

Chuyển vật liệu từ những đồ vật có sẵn thành các tình huống vận động có nhiều cách giải quyết. Cành cây có thể tạo thành chướng ngại vật hoặc đường vượt; dây tạo đường giới hạn, đường zig-zag; gáo dừa dùng để mang, chuyền hoặc ném; khúc gỗ, bẹ dừa tạo thử thách giữ thăng bằng; sỏi, đá được sử dụng trong các nhiệm vụ vận chuyển, sắp xếp hoặc di chuyển theo tuyến. Giáo viên không quy định duy nhất một cách thực hiện mà tạo điều kiện để trẻ tự lựa chọn cách di chuyển, thao tác và điều chỉnh. Qua đó, trẻ được rèn luyện nhanh nhẹn, khéo léo, phối hợp và thích nghi vận động.

Điểm cốt lõi của giải pháp là thiết kế nhiệm vụ thay vì chỉ cung cấp vật liệu. Cùng một vật liệu có thể tạo ra nhiều yêu cầu vận động tùy theo cách bố trí trong không gian. Ví dụ, một cành cây có thể được đặt thấp để trẻ bước qua, đặt thành tuyến để trẻ di chuyển theo hướng quy định hoặc kết hợp với các vật liệu khác để hình thành một đường vận động liên hoàn. Giáo viên có thể thay đổi khoảng cách, hướng di chuyển, số lượng vật cản hoặc yêu cầu phối hợp để tạo các mức độ thử thách khác nhau. Cách tổ chức này giúp trẻ không chỉ thực hiện động tác mà còn phải quan sát, lựa chọn, thử nghiệm và điều chỉnh phương án vận động, từ đó phát triển khả năng thích ứng với những tình huống không cố định.

3.2.3. Tổ chức hoạt động theo quy trình trải nghiệm và tăng dần mức độ thử thách

Tổ chức hoạt động theo chu trình:

Quan sát → lựa chọn vật liệu → thử nghiệm → thực hiện → điều chỉnh → sáng tạo cách vận động mới.

Giáo viên giữ vai trò thiết kế tình huống, gợi mở, hỗ trợ và điều chỉnh mức độ thử thách thay vì làm thay trẻ. Trước hết, trẻ được quan sát vật liệu và không gian, nhận biết đặc điểm của nhiệm vụ;

sau đó lựa chọn vật liệu hoặc cách thực hiện phù hợp. Trong quá trình vận động, trẻ có thể thay đổi cách thao tác nếu phương án ban đầu chưa hiệu quả. Giáo viên chủ yếu sử dụng câu hỏi gợi mở, hướng dẫn hoặc điều chỉnh điều kiện hoạt động để giúp trẻ tự tìm ra cách giải quyết.

Hoạt động có thể được phát triển từ thao tác đơn giản đến vận động cá nhân; từ một vận động đơn lẻ đến phối hợp nhiều vận động; từ hoạt động cá nhân đến phối hợp nhóm và giải quyết các nhiệm vụ vận động mở. Mức độ thử thách cần tăng dần, phù hợp với khả năng của trẻ, chẳng hạn tăng khoảng cách, thay đổi hướng, bổ sung vật cản hoặc kết hợp nhiều thao tác. Cách tiếp cận này phù hợp với quan điểm học tập qua trải nghiệm, trong đó kinh nghiệm trực tiếp là cơ sở để trẻ phản hồi, điều chỉnh và tiếp tục thử nghiệm. Qua đó, trẻ vừa được củng cố kỹ năng đã hình thành, vừa có cơ hội phát triển những khả năng vận động mới.

3.2.4. Xây dựng môi trường vận động tự nhiên giàu thử thách gắn với yêu cầu bảo đảm an toàn

Khai thác sân vườn, thảm cỏ, cây xanh, địa hình và các không gian ngoài trời để tạo những khu vực vận động linh hoạt, hạn chế sự phụ thuộc vào sân tập cố định. Giáo viên có thể tận dụng đặc điểm tự nhiên của địa phương làm chất liệu tổ chức hoạt động, đồng thời kiểm tra địa hình, vật liệu và giới hạn không gian trước mỗi hoạt động. Việc thay đổi không gian vận động giúp trẻ được tiếp xúc với những điều kiện khác nhau, qua đó phải điều chỉnh bước chân, tư thế, trọng tâm, tốc độ và hướng di chuyển.

Môi trường nên được tổ chức theo hướng có thử thách nhưng có kiểm soát. Giáo viên có thể bố trí các khu vực vận động với mức độ khó khác nhau để trẻ lựa chọn phù hợp với khả năng. Trong quá trình tổ chức, cần thường xuyên quan sát và kịp thời điều chỉnh khi điều kiện tự nhiên thay đổi. Việc bảo đảm an toàn không đồng nghĩa với loại bỏ mọi thử thách; cần lựa chọn và kiểm soát mức độ thử thách phù hợp để trẻ được trải nghiệm, nhận biết giới hạn và từng bước hình thành khả năng thích nghi với môi trường. Đây cũng là cơ sở để phát huy giá trị của môi trường tự nhiên mà vẫn bảo đảm yêu cầu chăm sóc, giáo dục trẻ.

3.2.5. Đổi mới đánh giá năng lực vận động thông qua quá trình trải nghiệm

Đánh giá cần hướng vào sự tiến bộ của từng trẻ trong quá trình trải nghiệm, thay vì chỉ căn cứ vào kết quả hoàn thành một bài tập. Điều này đặc biệt cần thiết đối với hoạt động với vật liệu mở, bởi

mỗi trẻ có thể lựa chọn cách thực hiện khác nhau và mức độ thành công không chỉ thể hiện ở kết quả cuối cùng mà còn ở khả năng tự điều chỉnh trong quá trình vận động.

Một số nhóm chỉ báo có thể tập trung vào: nhanh nhẹn qua phản ứng với hiệu lệnh, thay đổi hướng, né tránh vật cản và điều chỉnh tốc độ; khéo léo qua giữ thăng bằng, phối hợp tay - mắt, chân - mắt, điều chỉnh lực và tư thế; tính chủ động trong lựa chọn vật liệu và cách thực hiện; khả năng thích nghi khi điều kiện địa hình hoặc vật liệu thay đổi; và khả năng phối hợp khi thực hiện nhiệm vụ cùng bạn. Các chỉ báo này cần được quan sát trong nhiều tình huống khác nhau để tránh đánh giá năng lực của trẻ chỉ qua một hoạt động đơn lẻ.

Có thể kết hợp quan sát, bảng kiểm, hồ sơ quá trình và một số bài kiểm tra vận động phù hợp với đặc điểm trẻ 4-5 tuổi. Kết quả đánh giá không chỉ nhằm xác định mức độ đạt được mà còn cung cấp căn cứ để giáo viên điều chỉnh vật liệu, không gian và mức độ thử thách cho những lần

trải nghiệm tiếp theo. Như vậy, đánh giá trở thành một bộ phận của quá trình giáo dục theo vòng liên tục: tổ chức trải nghiệm → quan sát → đánh giá → điều chỉnh → tổ chức trải nghiệm mới, qua đó góp phần bảo đảm sự phát triển vận động phù hợp với khả năng và tốc độ tiến bộ của từng trẻ.

IV. KẾT LUẬN

Vật liệu mở và môi trường tự nhiên là những nguồn lực giáo dục giàu tiềm năng trong phát triển năng lực vận động cho trẻ mẫu giáo 4-5 tuổi. Việc khai thác hai yếu tố này cần chuyển từ sử dụng các dụng cụ vận động cố định sang xây dựng môi trường mở, tạo cơ hội để trẻ được lựa chọn, thao tác, thử nghiệm, điều chỉnh và sáng tạo cách vận động. Năm nhóm giải pháp tập trung vào lựa chọn vật liệu, thiết kế thử thách, tổ chức trải nghiệm, xây dựng môi trường an toàn và đổi mới đánh giá. Qua đó, trẻ không chỉ phát triển nhanh nhẹn, khéo léo, phối hợp và thăng bằng mà còn hình thành tính chủ động, khả năng thích nghi và hứng thú vận động.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2021). Văn bản hợp nhất số 01/VBHN-BGDĐT ngày 13 tháng 4 năm 2021: Thông tư ban hành Chương trình Giáo dục mầm non. Hà Nội.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Nicholson, S. (1971). How not to cheat children: The theory of loose parts. *Landscape Architecture*, 62(1), 30–34.
- Dewey, J. (1938). *Experience and education*. Macmillan.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (6th ed.). McGraw-Hill.
- Fjørtoft, I. (2004). Landscape as playscape: The effects of natural environments on children's play and motor development. *Children, Youth and Environments*, 14(2), 21–44. <https://doi.org/10.1353/cye.2004.0054>
- Đặng Hồng Phương. (2008). *Giáo trình lý luận và phương pháp giáo dục thể chất cho trẻ em lứa tuổi mầm non*. Nxb. Đại học Sư phạm.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. World Health Organization.