

**NGHIÊN CỨU MỘT SỐ BIỆN PHÁP  
NHẪM NÂNG CAO NĂNG LỰC SỰ PHẠM THỰC HÀNH CHỦ YẾU CHO  
SINH VIÊN CHUYÊN SÂU THỂ DỤC, KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT,  
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SỰ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

NGUYỄN THỊ GẤM\*, NGUYỄN VĂN KHÁNH\*\*, LÊ VŨ KIỀU HOA\*\*

**TÓM TẮT**

*Dựa trên cơ sở lý luận, thực tiễn và kết quả phỏng vấn chuyên gia, chúng tôi đã lựa chọn và ứng dụng 10 biện pháp nhằm nâng cao năng lực sự phạm (NLSP) thực hành chủ yếu cho sinh viên (SV) chuyên sâu Thể dục, Khoa Giáo dục Thể chất (GDTC), Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh (ĐHSPTHCM).*

**Từ khóa:** năng lực sự phạm thực hành, thể dục.

**ABSTRACT**

***Some measures to enhance the primary pedagogical practice competences for students majoring in physical education, Faculty of Physical Education, Ho Chi Minh City University of Education***

*Based on literature review, reality and results from interviews with experts, we have selected and implemented 10 measures to enhance the primary pedagogical practice competences for students majoring in physical education, Faculty of Physical Education, Ho Chi Minh City University of Education*

**Keywords:** pedagogical practice competence, physical education.

**1. Mở đầu**

Đối với mỗi SV sự phạm, không những đòi hỏi phải có kiến thức chuyên môn vững vàng, mà còn phải có NLSP tốt. Do đó, việc bồi dưỡng NLSP cho SV nói chung và NLSP thực hành cho SV chuyên ngành GDTC nói riêng là một điều cấp thiết.

Những năm gần đây, đã có rất nhiều đề tài nghiên cứu về lĩnh vực GDTC trường học, song hầu như đều tập trung vào các vấn đề như điều tra thể chất của học sinh, xác định các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển kỹ

năng – kỹ xảo động tác, hoặc phương pháp phát triển thể lực chung và chuyên môn... Có lẽ, còn thiếu những đề tài nghiên cứu về việc bồi dưỡng NLSP thực hành cho SV, một tất yếu của giảng viên (GV) GDTC. Xuất phát từ thực tế nêu trên, chúng tôi tiến hành “*Nghiên cứu một số biện pháp nhằm nâng cao NLSP thực hành chủ yếu cho SV chuyên sâu Thể dục, khoa GDTC, Trường Đại học Sư phạm TPHCM*”.

**2. Lựa chọn một số biện pháp nâng cao các NLSP thực hành chủ yếu cho SV chuyên sâu Thể dục, Khoa GDTC,**

\* TS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM; Email: thao\_nguyen\_2209@yahoo.com

\*\* ThS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM

**Trường ĐHSPTPHCM**

**Cơ sở khoa học và thực tiễn:** Căn cứ vào cơ sở khoa học như: sinh lí học, tâm lí học thể dục thể thao, lí luận và phương pháp GDTC và huấn luyện thể thao, đặc điểm môn thể dục, đặc điểm giải phẫu - tâm sinh lí lứa tuổi 18-22 (được trình bày ở phần cơ sở lí luận của đề tài). Đồng thời, căn cứ vào cơ sở thực tiễn như: nội dung chương trình, tiến trình giảng dạy, cơ sở vật chất, trang thiết bị học tập... chúng tôi đã đưa ra một số biện pháp nhằm nâng cao các NLSP thực hành chủ yếu cho SV chuyên sâu Thể

dục, Khoa GDTC, Trường ĐHSPTPHCM gồm 20 phương án.

**Phỏng vấn lựa chọn:** Nhằm đảm bảo tính khách quan và hiệu quả, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, các nhà chuyên môn thể dục của các Trường Đại học Thể dục Thể thao và khoa GDTC các trường ĐHSPT trong nước, số lượng là 85 người. Trình độ người tham gia khảo sát 100% từ thạc sĩ trở lên. Phương án nào có ý kiến đồng ý từ 70% trở lên sẽ được lựa chọn. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở Bảng 1 sau đây:

**Bảng 1.** Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp phát triển năng lực sư phạm thực hành chủ yếu cho SV chuyên sâu thể dục, Khoa GDTC, Trường ĐHSPTPHCM (n=85)

| TT | Nội dung phỏng vấn   | Kết quả   |              | Phương án được lựa chọn (+) |
|----|--|-----------|--------------|-----------------------------|
|    |  | Số ý kiến | Tỉ lệ %      |                             |
| 1  | <b>Năng lực biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy</b><br>- Thường xuyên cho bài tập để SV biên soạn, GV chấm điểm, phân tích đánh giá trước lớp  | 80        | <b>94,11</b> | +                           |
| 2  | <b>Năng lực làm mẫu động tác (thị phạm)</b><br>- Biên soạn chi tiết về kĩ thuật động tác, có vẽ hình và chỉ dẫn (hoặc phân tích kĩ thuật) trong giáo trình giảng dạy và cho SV tự nghiên cứu trước ở nhà<br>- GV thị phạm động tác đúng và một số động tác sai để SV biết phân biệt và thực hiện động tác (đúng sai), khắc sâu hơn biểu tượng đúng về kĩ thuật động tác<br>- Tăng cường sử dụng các phương tiện trực quan (hình vẽ, tranh ảnh, băng đĩa...)<br>- Rèn luyện cho SV thực hiện thành thạo nhiều động tác thể dục trong chương trình học | 57        | 67,0         | +                           |
|    |  | 59        | 69,4         |                             |
|    |  | 56        | 65,9         |                             |
|    |  | 75        | <b>88,2</b>  |                             |
| 3  | <b>Năng lực giảng giải, phân tích kĩ thuật động tác</b><br>- Phát giáo trình chi tiết để SV tự nghiên cứu trước<br>- Tự tập luyện phân tích kĩ thuật động tác<br>- SV thực tập giảng giải, phân tích kĩ thuật theo nhóm nhỏ  | 58        | 68,2         | +                           |
|    |  | 80        | <b>94</b>    |                             |
|    |  | 82        | <b>96</b>    |                             |

|          |   |    |           |   |
|----------|---|----|-----------|---|
|          | - Tăng cường hình thức kiểm tra vấn đáp   | 54 | 63,5      |   |
|          | - Tăng thời gian thực tập sư phạm trên lớp  | 51 | 60,0      |   |
| <b>4</b> | <b>Năng lực sử dụng phương pháp giảng dạy</b>   |    |           |   |
|          | - Cải tiến phương pháp giảng dạy theo xu hướng tích cực hóa học sinh  | 59 | 69,4      |   |
|          | - Thường xuyên bồi dưỡng phương pháp giảng dạy cho SV   | 81 | <b>95</b> | + |
|          | - Tổ chức các buổi thảo luận về phương pháp giảng dạy (nêu tình huống – chọn phương pháp...)                              | 79 | <b>93</b> | + |
| <b>5</b> | <b>Năng lực trọng tài thi đấu</b>   |    |           |   |
|          | - Tổ chức các lớp bồi dưỡng trọng tài môn thể dục   | 55 | 64,7      |   |
|          | - Cho SV xem băng đĩa về các cuộc thi đấu trong nước, quốc tế hoặc tham quan trực tiếp các cuộc thi đấu tại TP HCM        | 58 | 68,2      |   |
|          | - Tổ chức các cuộc thi đấu nội bộ, cho SV tham gia làm trọng tài (có sự hướng dẫn, trợ giúp của GV)                       | 82 | <b>96</b> | + |
|          | - Tự học và trao đổi luật thi đấu - trọng tài theo nhóm   | 81 | <b>95</b> | + |
| <b>6</b> | <b>Năng lực tác phong sư phạm</b>   |    |           |   |
|          | - Thường xuyên giáo dục đạo đức nhà giáo  | 79 | <b>93</b> | + |
|          | - Tổ chức các cuộc thi: “nét đẹp sư phạm”, “thời trang lên lớp”, phát động các phong trào: “lời hay ý đẹp”, “SV 3 tốt”... | 50 | 58,8      |   |
|          | - Thường xuyên kiểm tra trang phục, tư thế tác phong sư phạm khi lên lớp  | 83 | <b>98</b> | + |

Kết quả phỏng vấn cho thấy:

**a) Đối với năng lực biên soạn kế hoạch - tiến trình - giáo án**

Phương án chủ yếu là thường xuyên cho bài tập để SV biên soạn các loại tài liệu trên cho các giờ học, đối tượng học khác nhau. GV chấm điểm, phân tích đánh giá công khai trước lớp. Phương án cho năng lực này được 80/85 người đồng ý, chiếm tỉ lệ 94,11%.

**b) Đối với năng lực làm mẫu**

Phương án chính là thực hiện thành thạo nhiều động tác thể dục một cách chính xác về kĩ thuật và tư thế. SV biết thực hiện kĩ thuật đúng và sai với các mức độ khác nhau, các động tác hỗ trợ

chính khi giảng dạy. Phương án này có 81/85 người tán thành, đạt tỉ lệ 95%.

**c) Đối với năng lực giảng giải, phân tích kĩ thuật động tác**

Có nhiều phương án được đặt ra, song hai phương án được các nhà chuyên môn lựa chọn cao là:

+ SV tự tập phân tích kĩ thuật động tác, có 80/85 người đồng ý được tỉ lệ 94,11%.

+ Tổ chức thực tập giảng giải trước nhóm nhỏ (để SV thực tập giảng giải – phân tích động tác), có 82/85 người đồng ý, tỉ lệ 96%.

**d) Đối với năng lực sử dụng phương pháp giảng dạy**

Có 3 phương án đặt ra cho năng lực này, 2 trong số đó được các nhà chuyên môn lựa chọn, đó là phương án thường xuyên bồi dưỡng kiến thức và phương pháp dạy học động tác trong thể dục, có 81/85 người đồng ý, chiếm tỉ lệ 95%; phương án tổ chức thảo luận - nêu tình huống - chọn phương pháp, có 79/85 người tán thành, đạt tỉ lệ 93%.

#### e) Đối với năng lực trọng tài thi đấu

Có 4 phương án được đặt ra, song chỉ có 2 phương án được lựa chọn. Đó là phương án tự học, trao đổi luật thi đấu và trọng tài theo nhóm, được 81/85 người đồng ý, đạt tỉ lệ 95%; phương án tập chấm điểm thi đấu nội bộ, có sự giúp đỡ của GV, có 82/85 người tán thành, chiếm tỉ lệ 96%. Các phương án còn lại có số phiếu tán thành thấp, không được lựa chọn để đưa vào thực nghiệm sư phạm.

#### g) Đối với tác phong sư phạm GV

Có 3 phương án được đặt ra, 2 phương án được các nhà chuyên môn lựa chọn với số ý kiến đồng ý cao, đó là phương án kiểm tra thường xuyên trang phục khi lên lớp thực hành, được 83/85 người lựa chọn, đạt tỉ lệ 98%. Phương án tuyên truyền giáo dục đạo đức nhà giáo, cũng được 79/85 người nhất trí, với tỉ lệ cao là 93%.

Từ kết quả phỏng vấn, chúng tôi đã lựa chọn được 10 phương án đưa vào thực nghiệm sư phạm nhằm nâng cao 6 NLSP thực hành chủ yếu của SV thể dục, Khoa GDTC, gồm:

- Thường xuyên biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án;

- Thực hiện thành thạo nhiều động tác thể dục trong chương trình học;
- Tự phân tích kĩ thuật động tác;
- Tập giảng giải kĩ thuật động tác trước nhóm nhỏ;
- Bồi dưỡng kiến thức phương pháp giảng dạy động tác thể dục;
- Thảo luận, nêu tình huống, chọn phương pháp giảng dạy;
- Học và thảo luận luật thi đấu theo nhóm;
- Chấm điểm trong thi đấu nội bộ môn thể dục;
- Thường xuyên kiểm tra trang phục tập luyện;
- Giáo dục đạo đức nhà giáo.

### 3. Ứng dụng và kiểm nghiệm hiệu quả của một số biện pháp nâng cao NLSP thực hành chủ yếu cho SV chuyên sâu Thể dục, Khoa GDTC, Trường ĐHSPTPHCM

Sau khi đã lựa chọn được 10 biện pháp, chúng tôi đã ứng dụng vào thực tiễn và kiểm nghiệm theo hình thức so sánh song song, gồm hai nhóm SV, mỗi nhóm 16 SV. Thời gian thực nghiệm 6 tháng, mỗi tuần 3 buổi. Chúng tôi tiến hành đánh giá trước và sau thực nghiệm trên 6 NLSP thực hành chủ yếu. Mỗi năng lực được đánh giá theo 4 mức độ của hệ thống điểm 10: mức 1 (mức giỏi) đạt từ 9 đến 10 điểm; mức 2 (mức khá) đạt từ 7 đến dưới 9 điểm; mức 3 (trung bình) đạt từ 5 đến dưới 7 điểm; mức 4 (mức kém) đạt dưới 5 điểm. Ngoài ra, chúng tôi sử dụng đánh giá NLSP thực hành theo tổng điểm: từ 54 điểm trở lên:

xếp loại giỏi; từ 42 điểm đến dưới 54 điểm: xếp loại kém.  
 điểm: xếp loại khá; từ 30 điểm đến dưới 42 điểm: xếp loại trung bình; dưới 30 điểm: xếp loại kém.

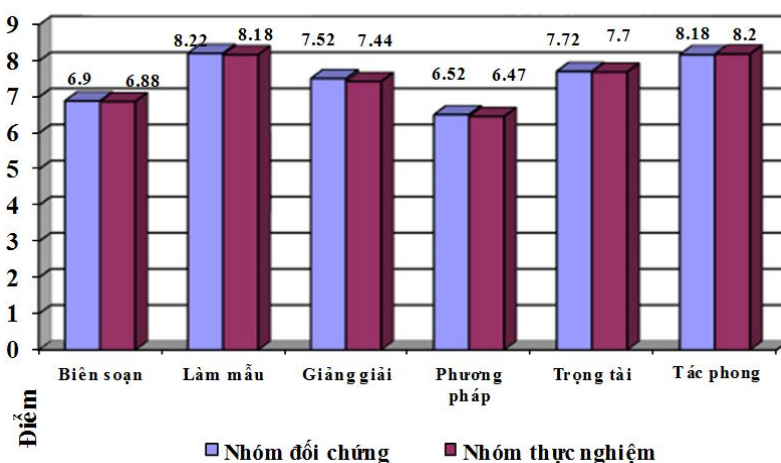
• *Kết quả trước thực nghiệm* (xem

Bảng 2 và Biểu đồ 1):

**Bảng 2. Kết quả trước thực nghiệm**

| T | Đối tượng TNSP            | Các NLSP chủ yếu                               |                         |                             |                                      |                          |                          | Tổng điểm                 |        |
|---|---------------------------|--|-------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|--------|
|   |                           | Biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án (điểm) | Làm mẫu động tác (điểm) | Giảng giải phân tích (điểm) | Sử dụng phương pháp giảng dạy (điểm) | Trọng tài thi đấu (điểm) | Tác phong sư phạm (điểm) | Xếp loại                  |        |
| 1 | Nhóm đối chứng (n= 16)    | 6,90<br>±<br>0,54                              | 8,22<br>±<br>0,26       | 7,52<br>±<br>0,36           | 6,52<br>±<br>0,33                    | 7,72<br>±<br>0,30        | 8,18<br>±<br>0,27        | 45,06<br>±<br>0,35<br>Khá |        |
| 2 | Nhóm thực nghiệm (n = 16) | 6,88<br>±<br>0,60                              | 8,18<br>±<br>0,31       | 7,44<br>±<br>0,40           | 6,47<br>±<br>0,36                    | 7,70<br>±<br>0,32        | 8,20<br>±<br>0,25        | 44,87<br>±<br>0,37<br>Khá |        |
| 3 | Sự khác biệt              | t  | 0,17                    | 0,15                        | 0,36                                 | 0,22                     | 0,15                     | 0,12                      | 0,25   |
|   |                           | p  | > 0,05                  | > 0,05                      | > 0,05                               | > 0,05                   | > 0,05                   | > 0,05                    | > 0,05 |

**Biểu đồ 1. Kết quả trước thực nghiệm**



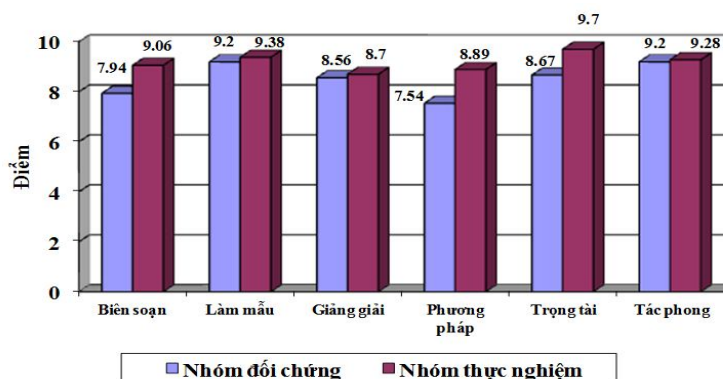
Kết quả trước thực nghiệm: Trình độ NLSP thực hành giữa nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm không có sự khác biệt thống kê (biểu hiện ở tất cả các năng lực đều có  $t_{\text{tính}} < t_{05}$ ). Điều này nói lên trình độ NLSP thực hành giữa nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm là tương đồng và đủ điều kiện để tiến hành thực nghiệm so sánh song song.

- **Kết quả sau thực nghiệm** (xem Bảng 3 và Biểu đồ 2):

**Bảng 3. Kết quả sau thực nghiệm**

| T<br>T | Đối tượng<br>TNSP               | Các NLSP chủ yếu  |                               |   |  |                                   |                                      | Tổng<br>điểm              |      |
|--------|---------------------------------|---|-------------------------------|---|--|-----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------|------|
|        |                                 | Biên soạn<br>kế hoạch,<br>tiến<br>trình,<br>giáo án<br>(điểm) | Làm mẫu<br>động tác<br>(điểm) | Giảng<br>giải<br>phân<br>tích<br>(điểm) | Sử dụng<br>phương<br>pháp<br>giảng dạy<br>(điểm) | Trọng<br>tài thi<br>đấu<br>(điểm) | Tác<br>phong<br>sư<br>phạm<br>(điểm) | Xếp<br>loại               |      |
| 1      | Nhóm đối<br>chứng<br>(n = 16)   | 7,94<br>± 0,50  | 9,20<br>± 0,27                | 8,56<br>± 0,31                          | 7,54<br>± 0,34                                   | 8,67<br>± 0,32                    | 9,20<br>± 0,36                       | 51,11<br>±<br>0,36<br>khá |      |
| 2      | Nhóm thực<br>nghiệm<br>(n = 16) | 9,06<br>± 0,48  | 9,38<br>± 0,25                | 8,70<br>± 0,28                          | 8,89<br>± 0,32                                   | 9,70<br>± 0,30                    | 9,28<br>± 0,34                       | 55,01<br>± 0,33<br>giỏi   |      |
| 3      | Sự<br>khác biệt                 | t   | 2,30                          | 0,72                                    | 0,54   | 2,18                              | 2,24                                 | 0,17                      | 3,15 |
|        |                                 | p   | 0,05                          | > 0,05                                  | > 0,05   | 0,05                              | 0,05                                 | > 0,05                    | 0,01 |

**Biểu đồ 2. Kết quả sau thực nghiệm**



Sau thực nghiệm, nhóm thực nghiệm đạt kết quả tốt hơn nhóm đối chứng, thể hiện rõ ở chỉ tiêu: Biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án, sử dụng phương pháp giảng dạy và trọng tài thi đấu (sự khác biệt có ý nghĩa thống kê:  $t_{tinh} > t_{05}$ ) đó là năng lực: trọng tài thi đấu, sử dụng phương pháp giảng dạy và biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án. Còn 3 năng lực chưa có sự khác biệt tin cậy giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng, đó là năng lực thị phạm, năng lực giảng giải phân tích và tác phong sư phạm (biểu hiện  $t_{tinh} < t_{05}$ ). Điều này có thể giải thích là do 3 năng lực này đòi hỏi vốn kỹ năng kỹ xảo rất lớn, tri thức chuyên môn sâu rộng, do đó cần phải rèn luyện, tích lũy vốn kỹ năng cũng như tri thức trong thời gian dài, tác phong sư phạm cũng vậy. Vì chỉ thực hiện trong thời gian ngắn nên chưa có sự tiến triển đáng kể. Tuy nhiên, xét về tổng điểm, nhóm thực nghiệm có tổng điểm là 55,01 (xếp loại giỏi) hơn hẳn nhóm đối chứng, có tổng điểm là 51,11 (xếp loại khá). Kết quả nghiên cứu trên đã chứng tỏ các NLSP thực hành chủ yếu của SV chuyên sâu thể dục có thể nâng cao bằng các biện pháp tập luyện thích hợp. Thực nghiệm sư phạm (với 10 biện pháp) được tiến hành sau 6 tháng bước đầu đã có tác dụng

tốt, hoàn thiện các năng lực này cho SV.

#### 4. Kết luận

Sau khi lựa chọn và kiểm nghiệm trong thực tiễn, chúng tôi đã xác định được 10 biện pháp nâng cao NLSP thực hành cho SV chuyên sâu Thể dục, Khoa GDTC, Trường ĐHSPTPHCM, bao gồm:

- Thường xuyên biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án;
- Thực hiện thành thạo nhiều động tác thể dục trong chương trình học;
- Tự phân tích kỹ thuật động tác;
- Tập giảng giải kỹ thuật động tác trước nhóm nhỏ;
- Bồi dưỡng kiến thức phương pháp giảng dạy động tác thể dục;
- Thảo luận, nêu tình huống, chọn phương pháp giảng dạy;
- Học và thảo luận luật thi đấu theo nhóm;
- Chấm điểm trong thi đấu nội bộ môn thể dục;
- Thường xuyên kiểm tra nhắc nhở về tư thế tác phong, trang phục tập luyện;
- Giáo dục đạo đức nhà giáo.

Để nâng cao hiệu quả của 10 biện pháp nêu trên, chúng tôi cho rằng các biện pháp này cần phải được thực hiện một cách thường xuyên và trong một thời gian dài hơn.

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Như An (1992), “Phương pháp đánh giá và tự đánh giá bài soạn và bài giảng của người giáo viên”, *Tạp chí Khoa học Giáo dục*, (8).
2. Ngũ Duy Anh, Trần Văn Lam (2006), “Nghiên cứu thực trạng và giải pháp nâng cao Giáo dục thể chất trường học”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học, Giáo dục thể chất, y tế trường học* của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.

3. A. D. Nôvicốp C. P. Mátvêép (1994), *Lí luận giáo dục thể chất*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Apđuliana O. A. (1976), *Kĩ năng sư phạm*, Lê Khánh Bằng dịch, Nxb Matxcova.
5. Lê Khánh Bằng (1991), “Các phương pháp và biện pháp cải tiến phương pháp dạy học ở đại học”, *Tạp chí Khoa học Giáo dục*, (2).
6. Bộ Giáo dục và Đào tạo (1996), *Quy hoạch phát triển ngành thể dục thể thao, ngành giáo dục và đào tạo thời kì 1996- 2000-2005 và định hướng đến 2025*, Hà Nội.
7. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lí học thể dục thể thao*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
8. Phạm Ngọc Viễn (1991), *Tâm lí học thể dục thể thao*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 06-7-2016; ngày phản biện đánh giá: 10-7-2016;  
ngày chấp nhận đăng: 16-10-2016)