

GIẢI PHÁP PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ KHU VỰC NGOẠI THÀNH HÀ NỘI

SOME SOLUTIONS OF PHYSICAL DEVELOPMENT FOR SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN THE SUBURBS OF HANOI

ThS. Trần Thị Nhu, TS. Phùng Xuân Dũng
Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài lựa chọn được 5 nhóm giải pháp với 10 giải pháp được xây dựng nội dung cụ thể nhằm phát triển thể chất cho học sinh các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội. Kết quả bước đầu đã khẳng định hiệu quả các giải pháp mà đề tài đã lựa chọn được trong việc phát triển thể chất cho khách thể nghiên cứu.

Từ khóa: Giải pháp, thể chất, học sinh, Trung học cơ sở.

Abstract: Using conventional scientific research methods, the topic has selected 5 groups of solutions, 10 solutions of which have been built with specific content to develop physical fitness for secondary school students in the suburbs of Hanoi. The initial results have confirmed the effectiveness of the selected solutions in the physical development for the research subjects.

Keywords: Solutions, physical, students, secondary school.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua khảo sát thực tiễn công tác GDTC trong các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội cho thấy, về cơ bản các trường đều thực hiện theo đúng quy định về nội dung chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định. Tuy nhiên, do điều kiện kinh tế - xã hội của đa số các trường ngoại thành còn nhiều khó khăn nên vấn đề đầu tư về CSVC phục vụ tập luyện GDTC, thể thao tại các trường còn hạn chế. Đội ngũ giáo viên TDTT còn thiếu về số lượng. Công tác GDTC trong nhà trường chưa được quan tâm một cách đúng mức, chưa có giải pháp tổ chức, triển khai hợp lý. Nội dung chương trình môn học GDTC trong các trường THCS còn sơ sài, đơn điệu, các hoạt động tập luyện GDTC, thể thao ngoại khóa chưa được quan tâm, đầu tư đầy đủ nên chưa có tác dụng tốt đến sự phát triển thể chất của học sinh. Chính điều đó đã dẫn đến thực trạng năng lực thể chất của học sinh còn nhiều hạn chế như: Các tố chất thể lực của học sinh đều ở mức yếu và kém, số lượng học sinh bị cong vẹo cột sống, béo phì, cận thị... nhiều.

Cho đến nay, ở nước ta đã có một số công trình nghiên cứu trên lĩnh vực phát triển thể chất của học sinh các lứa tuổi khác nhau như:

Mai Thu Hà (2014), Đồng Lan Hương (2016), Lê Đông Dương (2017)... Tuy nhiên, do một số đặc điểm riêng của khối các trường THCS thì các công trình nghiên cứu này chưa giải quyết được nhiều vấn đề đang còn tồn tại trong việc nâng cao thể chất cho học sinh, đặc biệt là học sinh các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội

Xuất phát từ những lý do nêu trên, việc “Nghiên cứu giải pháp phát triển thể chất cho học sinh trung học cơ sở khu vực ngoại thành Hà Nội” là một việc làm cấp thiết trong giai đoạn hiện nay.

Đề tài sử dụng các phương pháp sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sư phạm, và phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn giải pháp nhằm phát triển thể chất cho học sinh THCS khu vực ngoại thành Hà Nội.

Qua phân tích thực trạng công tác tổ chức, quản lý các hoạt động GDTC cho học sinh các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội, qua tham khảo các nguồn tài liệu có liên quan, đề tài đã tiến hành phỏng vấn cán bộ lãnh đạo,

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

cán bộ quản lý, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy môn GDTC tại các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội; các chuyên gia tại các trường

Đại học TĐTT lựa chọn giải pháp phát triển thể chất cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp phát triển thể chất cho học sinh THCS khu vực ngoại thành Hà Nội (n = 90)

TT	Các giải pháp	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%
1	Nhóm giải pháp 1: Nâng cao nhận thức, trang bị kiến thức về vai trò của công tác GDTC và tầm quan trọng của việc tập luyện TĐTT nâng cao sức khỏe.	89	98.9	1	1.1	-	-
2	Nhóm giải pháp 2: Cải tạo, nâng cấp CSVC kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thỏa đáng:						
3	<i>Giải pháp 2.1: Cải tạo, nâng cấp CSVC kỹ thuật.</i>	78	86.36	10	11.11	2	2.2
4	<i>Giải pháp 2.2: Tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thỏa đáng.</i>	82	91.11	8	8.89	-	-
5	Nhóm giải pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình và đổi mới phương pháp dạy học, phương pháp kiểm tra đánh giá môn GDTC						
6	<i>Giải pháp 3.1: Cải tiến nội dung của chương trình, nâng cao mật độ vận động trong giờ học</i>	88	97.78	2	2.2	-	-
7	<i>Giải pháp 3.2: Đổi mới phương pháp dạy học GDTC theo hướng tích cực hóa, phát triển tính chủ động, sáng tạo của học sinh.</i>	87	96.36	3	3.33	-	-
8	<i>Giải pháp 3.3: Đổi mới tổ chức dạy học và kiểm tra đánh giá môn học GDTC theo hướng phân loại sức khỏe, thể lực và năng khiếu của học sinh.</i>	82	91.11	8	8.89	-	-
9	Nhóm giải pháp 4: Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Tổ môn GDTC.	89	98.9	1	1.1	-	-
10	Nhóm giải pháp 5: Đa dạng hóa nội dung và hình thức hoạt động thể thao ngoại khóa bám sát mục tiêu GDTC.						
11	<i>Giải pháp 5.1: Khuyến khích mỗi học sinh tham gia tập luyện ít nhất một môn thể thao. Tăng cường hoạt động thi đấu và thi đấu nhiều nội dung tạo điều kiện cho mỗi học sinh tham gia.</i>	88	97.78	2	2.2	-	-
12	<i>Giải pháp 5.2: Thành lập các CLB thể thao theo cho cán bộ, giáo viên, học sinh các khối theo hình thức xã hội hoá.</i>	86	95.56	4	4.44	-	-
13	<i>Giải pháp 5.3: Duy trì và nâng cao chất lượng hoạt động của đội đại biểu, đội tuyển.</i>	83	92.22	7	7.78	-	-
14	Nhóm giải pháp 6: Đẩy mạnh xã hội hóa TĐTT trong việc tổ chức các giải đấu và xây dựng	15	16.36	30	33.33	45	50.00

	CSVC						
15	Nhóm giải pháp 7: Thành lập đội tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao ngoại khóa cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường	20	22.22	20	22.22	50	55.56

Từ kết quả bảng 1 cho thấy, có 10 giải pháp thuộc 5/7 nhóm mà đề tài đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn từ 78% ý kiến xếp ở mức ưu tiên 1.

2.2. Xây dựng nội dung các giải pháp phát triển thể chất cho học sinh THCS khu vực ngoại thành Hà Nội

Nhóm giải pháp 1: Nâng cao nhận thức, trang bị kiến thức về vai trò của công tác GDTC và tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe

Mục đích: Tuyên truyền nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo nhà trường, các tổ chức đoàn thể, các phòng ban chức năng có liên quan của nhà trường; cũng như tuyên truyền, giáo dục nâng cao ý thức học tập của học sinh, giúp nhận thức vị trí vai trò của rèn luyện TDTT nhằm nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh.

- Nội dung giải pháp:

+ Quán triệt cho cán bộ quản lý và giáo viên có nhận thức đúng đắn về mục tiêu GDTC

+ Phối hợp với các lực lượng liên quan thông qua các hoạt động phong phú và đa dạng trong giờ nội khóa và chính khóa, giúp học sinh nhận thức đúng vị trí và nhiệm vụ học tập, tạo điều kiện cho học sinh trao đổi, học hỏi, nâng cao nhận thức, động cơ, thái độ tích cực tham gia các hoạt động GDTC, từ đó tạo thành nhu cầu tham gia tập luyện TD, TT.

+ Tham mưu với ban giám hiệu nhà trường bổ sung nội dung sinh hoạt chuyên môn có chủ đề; Đưa các tiết dạy online lên trang thông tin nhà trường để giáo viên tham khảo và đánh giá rút kinh nghiệm.

+ Trao đổi trực tiếp qua facebook, zalo, qua tương tác cùng phụ huynh khi các tiết học được phát trực tiếp.

- Đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

+ Các cấp ủy Đảng, Ban giám hiệu nhà trường, Ban chấp hành Chi đoàn thanh niên công sản Hồ Chí Minh chỉ đạo thực hiện.

+ Phòng Giáo vụ phối hợp, giám sát triển khai thực hiện. Tổ bộ môn GDTC chủ trì thực hiện.

- Phương pháp đánh giá kết quả:

Đánh giá giải pháp dựa trên số lượng các nội dung, hình thức tuyên truyền được thực hiện và sự thay đổi nhận thức của giáo viên, phụ huynh và học sinh về vai trò của công tác GDTC và tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe

Nhóm giải pháp 2: Cải tạo, nâng cấp CSVC kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng.

Giải pháp 2.1: Cải tạo, nâng cấp CSVC kỹ thuật.

- Mục đích: Để nâng cấp, cải tạo CSVC, sân bãi tập luyện đảm bảo những điều kiện cần thiết phục vụ cho giảng dạy chính khoá, cũng như các hoạt động ngoại khoá của học sinh.

- Nội dung giải pháp:

+ Tiến hành cải tạo, sửa chữa nâng cấp cơ sở tập luyện, tận dụng tối đa điều kiện CSVC phục vụ giảng dạy chính khoá và hoạt động tập luyện ngoại khóa.

+ Xây dựng phương án sử dụng sân bãi, nhà tập theo từng đối tượng tập luyện, quy chế sử dụng trang thiết bị.

+ Tạo điều kiện cho mượn dụng cụ, mở nhà tập, sân bãi tập luyện... để học sinh có điều kiện tập luyện trong thời gian rảnh rỗi.

+ Các trường rà soát các phương tiện hỗ trợ giảng dạy trực tuyến, đảm bảo cho GV thuận lợi nhất trong quá trình giảng dạy trực tuyến khi GV giảng dạy trực tuyến tại trường

- Đơn vị phối hợp thực hiện:

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

+ Ban Giám hiệu nhà trường chỉ đạo xét duyệt đề án.

+ Tổ môn GDTC và CLB tự quản và có chức năng quản lý, sử dụng và xây dựng đề án dự thảo.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp dựa trên số lượng các sân bãi, CSVC được mua mới, sửa chữa, bảo dưỡng; Kinh phí đầu tư cho phương tiện giảng dạy trực tuyến trong thời gian dịch bệnh...

Giải pháp 2.2: Tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng.

- **Mục đích:** Cải cách, duy trì chế độ, chính sách thoả đáng cho đội ngũ cán bộ, giáo viên, học sinh tham gia các hoạt động ngoại khoá và sinh hoạt tại các câu lạc bộ thể thao cũng như việc hỗ trợ Giáo viên triển khai giờ dạy trực tuyến tại trường và tại nhà trong thời gian cách ly.

- Nội dung giải pháp:

+ Tiếp tục vận dụng các chế độ chính sách đã được thực hiện, xây dựng và ban hành chính sách đãi ngộ cụ thể, trước mắt và lâu dài để đáp ứng được nhu cầu, nguyện vọng của GV, HS.

+ Huy động tài trợ tài chính, giải thưởng...

+ Có chế độ động viên, khen thưởng kịp thời, thoả đáng (về tinh thần và vật chất), tạo động cơ thúc đẩy quá trình huấn luyện, giảng dạy, tập luyện và thi đấu của giáo viên và học sinh.

+ Hỗ trợ kinh phí cho giáo viên trong quá trình giảng dạy trực tuyến môn học GDTC trong điều kiện của từng trường.

- Đơn vị phối hợp thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường: Quyết định và ban hành quy chế thưởng và chính sách bồi dưỡng theo chức năng được phân cấp.

+ Tổ môn GDTC: Tham mưu và đề xuất, tiếp nhận thi hành.

+ Công Đoàn, Đoàn thanh niên cộng sản Hồ Chí Minh động viên khen thưởng về mặt

Đoàn thể, huy động tài trợ cho các hoạt động của nhà trường.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp dựa trên kinh phí chi, mức chi cho hoạt động TĐTT nói chung và TĐTT ngoại khoá nói riêng.

Nhóm giải pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình và đổi mới phương pháp dạy học, phương pháp kiểm tra đánh giá môn GDTC

Giải pháp 3.1: Cải tiến nội dung của chương trình, nâng cao mật độ vận động trong giờ học

- **Mục đích:** Xây dựng kế hoạch dạy học căn cứ vào chương trình khung môn GDTC cho đối tượng học sinh THCS theo chương trình GDTC mới năm 2018. Từ đó nâng cao mật độ vận động trong giờ học, giúp học sinh nâng cao lượng vận động trong từng giờ học GDTC

- Nội dung giải pháp:

+ Cải tiến nội dung của chương trình theo hướng chú trọng chất lượng các giờ học thực hành, lược bỏ những nội dung không còn phù hợp, đưa thêm một số nội dung mới tăng sự hấp dẫn tạo hứng thú cho học sinh, trong học tập và tập luyện thể thao.

+ Sáng tạo và lựa chọn các trò chơi vận động phù hợp với nội dung giờ học, điều kiện thực tiễn và đặc điểm đối tượng học sinh THCS

+ Đưa nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thân thể vào giờ học và nội dung kiểm tra đánh giá môn học lồng ghép vào các giờ lên lớp

+ Việc xây dựng kế hoạch, bài giảng, video giúp cho việc tổ chức dạy học trực tuyến môn học GDTC chủ động và có định hướng rõ ràng, mục tiêu cần đạt đối với học sinh và giáo viên; giúp người học chủ động tập luyện.

+ Các thầy chủ động xây dựng video bài vận động để học sinh theo dõi và học tập với các động tác vận động phù hợp khi tập luyện ở trong không gian hẹp.

- Đơn vị phối hợp thực hiện:

+ Tổ môn GDTC: Tham mưu và đề xuất xây dựng kế hoạch giáo dục môn học GDTC, từ đó làm căn cứ xây dựng kế hoạch bài học và triển khai giờ học đảm bảo các nguyên tắc GDTC, đạt được mục tiêu đã đề ra.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp dựa trên nội dung đổi mới chương trình GDTC theo khung chương trình 2018 của Bộ GD&ĐT; Đánh giá qua sự tăng trưởng mật độ vận động trong giờ học; Số lượng các video, bài giảng trực tuyến đã triển khai.

Giải pháp 3.2: Đổi mới phương pháp dạy học GDTC theo hướng tích cực hóa, phát triển tính chủ động, sáng tạo của học sinh.

- **Mục đích:** Đổi mới phương pháp dạy học môn học GDTC phù hợp với điều kiện của nhà trường, phù hợp với điều kiện thực tiễn (dịch bệnh Covid 19), phù hợp với nhu cầu, đặc điểm ham thích của các em học sinh, tạo động cơ tự giác, tính tích cực, phát triển tính chủ động, sáng tạo của học sinh trong giờ học thể dục.

- Nội dung giải pháp:

+ Trong các giờ lý thuyết: Dùng các phương tiện trình chiếu, video để giảng dạy giúp học sinh hứng thú với giờ học.

+ Trong quá trình tập luyện, phân chia người tập theo từng nhóm nhỏ, tận dụng tối đa sân bãi, dụng cụ tập luyện hiện có, đảm bảo cho số lượt các học sinh được tham gia tập luyện cao nhất.

+ **Cải tiến hình thức tổ chức tập luyện: Tăng cường các hình thức tập luyện các bài tập theo nhóm, các bài tập phối hợp nhóm.**

+ Xác định việc dạy học trực tuyến đem lại cho giáo viên và học sinh nhiều lợi ích về thời gian và hiệu quả nên tác giả đã tham mưu với nhà trường tổ chức các lớp tập huấn cho giáo viên về phương pháp và kỹ năng dạy học online.

- Đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

+ **Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.**

+ **Phòng Giáo vụ phối hợp, giám sát triển khai thực hiện. Tổ bộ môn GDTC chủ trì thực hiện.**

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp dựa trên đổi mới về phương pháp tổ chức triển khai giờ dạy GDTC trực tiếp và trực tuyến của giáo viên; Sự linh hoạt, đa dạng trong sử dụng các hình thức tổ chức tập luyện.

Giải pháp 3.3: Đổi mới tổ chức dạy học và kiểm tra đánh giá môn học GDTC theo hướng phân loại sức khỏe, thể lực và năng khiếu của học sinh.

- **Mục đích:** Cần đổi mới phương pháp, phương tiện giảng dạy, nội dung môn học GDTC phù hợp với điều kiện của nhà trường, phù hợp với nội dung môn học GDTC đã xây dựng trong điều kiện dịch bệnh covid 19. Định hướng phát triển các môn thể thao hiện đại, kết hợp cả phát triển các môn thể thao dân tộc hiện có của địa phương để tăng cường hiệu quả công tác GDTC trong nhà trường.

- Nội dung giải pháp:

+ Thường xuyên tổ chức kiểm tra sức khỏe, thể lực học sinh

+ Xây dựng nội dung, phương pháp tập luyện cho từng nhóm học sinh

+ Tổ chức nhóm năng khiếu thể thao, bao gồm các học sinh thuộc nhóm sức khỏe và năng khiếu ban đầu, có nguyện vọng tập luyện môn thể thao tự chọn.

- Các đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Phòng Giáo vụ phối hợp, giám sát triển khai thực hiện. Tổ bộ môn GDTC chủ trì thực hiện.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp dựa trên đổi mới phương pháp tổ chức kiểm tra đánh giá môn học GDTC phù hợp với nội dung và thực tiễn giảng dạy trực tuyến. Các nội dung kiểm tra đánh giá đảm bảo phù hợp, phản ánh được yêu cầu cần đạt của môn học GDTC đối với đối tượng khách thể nghiên cứu.

Nhóm giải pháp 4: Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Tổ môn GDTC.

- **Mục đích:** Xây dựng cơ cấu tổ chức quản lý bộ môn GDTC: Với mục đích phân công trách nhiệm cho từng nhóm, từng cán bộ giảng dạy, đảm bảo hoàn thành các nhiệm vụ, chức trách của giáo viên là giảng dạy nội khoá, xây dựng kế hoạch phát triển phong trào TDTT của nhà trường. Nâng cao trình độ chuyên môn cho đội ngũ cán bộ giảng dạy TDTT tại các nhà trường.

- Nội dung giải pháp:

+ Lập kế hoạch dự báo số lượng học sinh và nhu cầu giáo viên, tuyển dụng giáo viên theo tiêu chuẩn quy định; đồng thời, phân công giáo viên giảng dạy phù hợp với trình độ chuyên môn, đảm bảo dạy đủ, dạy đúng theo chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

+ Tổ chức bồi dưỡng nâng cao trình độ cho đội ngũ giáo viên..

+ Huy động tối đa các nguồn lực tài chính trong và ngoài ngân sách, thiết bị dạy học phong phú, đa dạng để hỗ trợ giáo viên trong việc bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn.

- Đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện. Phối hợp chặt chẽ với Sở Giáo dục và Đào tạo của tỉnh xin chủ trương thực hiện.

+ Phòng Giáo vụ và các đơn vị chức năng. Tổ bộ môn GDTC chủ trì thực hiện.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Đánh giá giải pháp thông qua số lượng giáo viên GDTC được bồi dưỡng, nâng cao trình độ.

Nhóm giải pháp 5: Đa dạng hóa nội dung và hình thức hoạt động thể thao ngoại khóa bám sát mục tiêu GDTC.

Giải pháp 5.1: Khuyến khích mỗi học sinh tham gia tập luyện ít nhất một môn thể thao. Tăng cường hoạt động thi đấu và thi đấu nhiều nội dung tạo điều kiện cho mỗi học sinh tham gia.

- **Mục đích:** Tạo môi trường hoạt động thi đấu thường xuyên phong phú và đa dạng, giúp

học sinh tiếp cận với công tác tổ chức, điều hành, trọng tài một giải thi đấu các môn thể thao, qua đó nâng cao năng lực thể chất, đồng thời phát hiện và tuyển chọn học sinh vào các đội tuyển.

- **Nội dung giải pháp:**

+ Bám sát kế hoạch giảng dạy, học tập trong và ngoài trường, kế hoạch năm học và sự chỉ đạo của Ban giám hiệu để xây dựng kế hoạch tổ chức các hoạt động thi đấu các môn thể thao hợp lý, hiệu quả.

+ Tổ bộ môn GDTC và các đơn vị có liên quan thường xuyên tổ chức các giải truyền thống các môn thể thao hàng năm, qua đó tạo sân chơi lành mạnh cho đội ngũ cán bộ, giáo viên và học sinh.

+ Các khối, các lớp thường xuyên tổ chức và có các cuộc thi đấu thể thao nội bộ.

- Các đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

Ban giám hiệu nhà trường, Phòng Giáo vụ, Tổ bộ môn GDTC

Công Đoàn, Đoàn Thanh niên cộng sản Hồ Chí Minh, các giáo viên chủ nhiệm phối hợp với các trường THCS trên cùng địa bàn, các trường thuộc các huyện, thị, và các cơ quan, đơn vị quản lý

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Số lượng học sinh tham ra các hoạt động TDTT ngoại khóa; Số lượng các giải thi đấu TDTT được tổ chức

Giải pháp 5.2: Thành lập các CLB thể thao theo sở thích cho cán bộ, giáo viên, học sinh các khối theo hình thức xã hội hoá.

- **Mục đích:** Nhằm đáp ứng nhu cầu thiết thực của học sinh là biết nhiều môn, giỏi một môn, nâng cao hiệu quả học tập giờ GDTC chính khoá, đạt được tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, và của nhà trường, đạt thành tích cao trong thi đấu các môn thể thao tại các giải thi đấu của địa phương, của ngành tổ chức.

- **Nội dung giải pháp:**

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

+ Tuyên truyền nâng cao nhận thức về loại hình hoạt động tập luyện, thi đấu các môn thể thao ngoại khóa.

+ Bám sát sự chỉ đạo của các cấp uỷ, Ban giám hiệu, thành lập Ban chủ nhiệm câu lạc bộ thể thao và các thành viên, có quy chế, chương trình hoạt động cụ thể.

+ Tổ chức xây dựng các câu lạc bộ thể thao toàn trường trong đội ngũ cán bộ, giáo viên và học sinh theo các khối, lớp.

- **Đơn vị chỉ đạo và phối hợp thực hiện:** Ban giám hiệu là thường trực tổ chức, điều hành trực tiếp tổ môn học GDTC của nhà trường. Đối với câu lạc bộ cấp trường thì do đại diện Ban giám hiệu là chủ tịch, các phòng chức năng, Công Đoàn, Đoàn thanh niên công sản Hồ Chí Minh, các giáo viên chủ nhiệm là thành viên.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Số lượng các câu lạc bộ TDTT được thành lập và hoạt động.

Giải pháp 5.3: Duy trì và nâng cao chất lượng hoạt động của đội đại biểu, đội tuyển.

- **Mục đích:** Nhằm đáp ứng mục tiêu đào tạo là học sinh giỏi một môn, biết nhiều môn, đạt được đẳng cấp VĐV theo yêu cầu đào tạo, nâng cao chất lượng đào tạo, chuẩn bị lực lượng tham gia thi đấu đối ngoại nâng cao vị thế nhà trường.

- **Nội dung giải pháp:**

+ Bám sát kế hoạch thi đấu của ngành, địa phương, thực hiện nghiêm túc sự chỉ đạo của lãnh đạo nhà trường.

+ Tăng cường, đẩy mạnh công tác huấn luyện thể lực cho học sinh giỏi các môn.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và đào tạo (2020), Thông tư số 26/2020/TT-BGDĐT ngày 26 tháng 8 năm 2020 về việc “sửa đổi, bổ sung một số Điều của Quy chế đánh giá, xếp loại học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông Ban hành theo Thông tư số 58/2011/TT-BGDĐT ngày 12 tháng 12 năm 2011 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT”.

2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26 tháng 12 năm 2018 Ban hành chương trình giáo dục phổ thông môn GDTC

+ Củng cố, hoàn thiện kỹ xảo vận động, tâm lý thi đấu, kỹ chiến thuật cho học sinh.

+ Tham gia thi đấu giao lưu, cọ sát nâng cao trình độ chuyên môn, kinh nghiệm thi đấu.

- **Tổ chức thực hiện:** Tổ môn GDTC tổ chức chỉ đạo thành lập các đội tuyển hoạt động trong các CLB theo sự chỉ đạo của Ban giám hiệu nhà trường, Công Đoàn, Đoàn thanh niên công sản Hồ Chí Minh, Ban quản lý học sinh.

- **Phương pháp đánh giá kết quả:** Số lượng các đội tuyển thể thao; số buổi huấn luyện các đội tuyển thể thao và thành tích đạt được tại các giải đấu tham gia.

3. KẾT LUẬN

Đề tài đã lựa chọn được 10 giải pháp thuộc 5 nhóm nhằm phát triển thể chất cho học sinh các trường THCS khu vực ngoại thành Hà Nội. Các nhóm giải pháp gồm:

Nhóm giải pháp 1: Nâng cao nhận thức, trang bị kiến thức về vai trò của công tác GDTC cũng như tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT nâng cao sức khoẻ.

Nhóm giải pháp 2: Cải tạo, nâng cấp CSVC kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng.

Nhóm giải pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình và đổi mới phương pháp dạy học, phương pháp kiểm tra đánh giá môn GDTC

Nhóm giải pháp 4: Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Tổ môn GDTC.

Nhóm giải pháp 5: Đa dạng hóa nội dung và hình thức hoạt động thể thao ngoại khóa bám sát mục tiêu GDTC.

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2006), Chương trình giáo dục phổ thông môn GDTC ban hành kèm theo Quyết định số 16/2006/QĐ-BGD-ĐT ngày 5/6/2006 của Bộ trưởng BộGD&ĐT.

4. Bộ Giáo dục và Đào tạo (1995), Quyết định số53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 quy định tiêu chí đnhá giá thể lực cho học sinh học sinh

5. Thủ tướng Chính phủ (2016), “Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17 tháng 6 năm 2016” phê duyệt “Đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025”.

6. Novicop A.D - Matveep L.P (1990), *Lý luận và phương pháp GDTC*, Dịch: Phạm Trọng Thanh, Lê Văn Lãm, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Phùng Xuân Dũng (2022), Bài báo cắt trích từ đề tài cấp Bộ: “*Nghiên cứu giải pháp phát triển thể chất cho học sinh trung học cơ sở khu vực ngoại thành Hà Nội*”.

Ngày nhận bài: 05/02/2023

Ngày đánh giá: 20/02/2023

Ngày duyệt đăng: 10/03/2023

