

ỨNG DỤNG PHƯƠNG PHÁP VẬN ĐỘNG KỂ CHUYỆN TRONG CHƯƠNG TRÌNH GYM SPORTS DÀNH CHO TRẺ MẦM NON

APPLICATION OF THE STORY-BASED MOVEMENT METHOD IN THE GYM SPORTS PROGRAM FOR PRESCHOOL CHILDREN

ThS. Đặng Thị Kim Ngân¹, Bùi Văn Dũng², Nguyễn Văn Nguyên²
Trường ĐH Sư Phạm TDTT Hà Nội¹, Công Ty CP ĐT&PT Giáo Dục Gym Sports²

Tóm tắt: Bài báo trình bày việc ứng dụng phương pháp vận động kể chuyện trong chương trình Gym Sports dành cho trẻ mầm non như một hướng tiếp cận giáo dục thể chất hiện đại, tích hợp và giàu tính trải nghiệm. Dựa trên cơ sở lý luận của giáo dục mầm non, giáo dục thể chất và triết lý “Teaching for Understanding”, bài báo phân tích vai trò của câu chuyện, âm nhạc và hóa thân trong việc kích hoạt vận động tự nhiên, tăng hứng thú và hỗ trợ sự phát triển toàn diện của trẻ. Chương trình Gym Sports được xây dựng có hệ thống theo chủ đề, độ tuổi và mức độ vận động, đảm bảo phù hợp đặc điểm tâm sinh lý trẻ 3–6 tuổi. Kết quả cho thấy phương pháp vận động kể chuyện không chỉ nâng cao năng lực vận động cơ bản mà còn phát triển kỹ năng xã hội, cảm xúc – hành vi và thái độ tích cực với vận động. Mô hình này gợi ý một hướng đổi mới cho giáo dục thể chất mầm non hiện nay.

Từ khóa: Giáo dục mầm non, giáo dục thể chất mầm non, vận động kể chuyện, giáo dục vận động sớm, phát triển toàn diện, gym sports.

Abstract: This article presents the application of the story-based movement method in the Gym Sports program for preschool children as a modern, integrative, and experiential approach to early childhood physical education. Grounded in the theoretical foundation of early childhood education, physical development, and the Teaching for Understanding framework, the study analyzes the role of stories, music, and role-play in stimulating natural movement, enhancing motivation, and supporting children’s holistic development. The Gym Sports program is systematically structured by themes, age levels, and movement complexity, ensuring alignment with the developmental characteristics of children aged 3–6. Findings indicate that the story-based movement method not only improves fundamental motor skills but also fosters social-emotional competencies and positive attitudes toward physical activity. This model suggests a promising direction for innovation in contemporary early childhood physical education.

Keywords: Early Childhood Education, Physical Education for Early Childhood, Storytelling through Movement, Early Motor Skills Education, Holistic Development, gym sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những thập niên gần đây, giáo dục mầm non được nhìn nhận không chỉ là giai đoạn chuẩn bị mà còn là nền móng cho sự phát triển toàn diện của trẻ. Các nghiên cứu giáo dục hiện đại đều chỉ ra rằng 5–6 năm đầu đời là “cửa sổ vàng” để hình thành năng lực thể chất, cảm xúc, nhận thức và xã hội. Chính vì vậy, nhiệm vụ của giáo dục mầm non không dừng lại ở việc “giữ trẻ” hay “dạy trẻ biết đọc, biết viết sơ khởi”, mà

là kiến tạo những trải nghiệm học tập giúp trẻ phát triển hài hòa cả thân thể lẫn tâm hồn, cả kỹ năng vận động lẫn kỹ năng sống. Trong bức tranh đó, giáo dục thể chất mầm non (GDTC mầm non) giữ một vị trí đặc biệt. Các hoạt động vận động giúp trẻ phát triển cơ bắp, điều hòa cơ thể, phòng chống thụ động và bệnh lý học đường. Song nếu nhìn sâu hơn, vận động còn là một “ngôn ngữ đầu đời” thông qua chuyển động, trẻ giao tiếp với thế giới, diễn đạt cảm xúc, thể hiện cá tính và học cách tồn tại cùng người khác.

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Vì thế, vận động vừa là công cụ, vừa là mục tiêu, vừa là phương tiện giáo dục toàn diện.

Tuy nhiên, thực tiễn triển khai GDTC mầm non ở Việt Nam hiện nay vẫn còn những hạn chế. Ở nhiều trường, hoạt động thể chất thường thiên về lặp đi lặp lại động tác cơ bản, theo khuôn mẫu có sẵn. Điều này giúp rèn luyện cơ bắp, nhưng dễ khiến trẻ cảm thấy nhàm chán, thiếu sự nhập tâm. Ngược lại, ở một số nơi, vận động lại chỉ dừng ở “trò chơi tự do”, thiếu định hướng hệ thống, dẫn đến khó đạt mục tiêu phát triển lâu dài. Cả hai cách tiếp cận này đều chưa chạm tới bản chất của GDTC mầm non: phải giúp trẻ học hỏi và trưởng thành thông qua vận động.

Thực tế hiện nay cho thấy khoảng cách giữa lý luận giáo dục mầm non và triển khai thực tiễn vẫn còn khá lớn. Việc thiếu các mô hình vận động có tính hệ thống, tích hợp và phù hợp tâm sinh lý trẻ khiến nhiều hoạt động GDTC chưa đạt hiệu quả như kỳ vọng. Điều này đặt ra nhu cầu cấp thiết phải nghiên cứu, lựa chọn và phát triển các phương pháp vận động đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục.

Đặt ra câu hỏi: Làm thế nào để vận động trở thành một trải nghiệm học tập thực sự, để trẻ vừa phát triển thể chất, vừa nuôi dưỡng tâm hồn, vừa hình thành kỹ năng xã hội?

Trong bối cảnh đó, chương trình Gym Sports (GS) xuất hiện như một nỗ lực đổi mới sáng tạo, đặt nền tảng trên triết lý “Teaching for Understanding” – dạy học để hiểu. Nghĩa là, thông qua vận động, trẻ không chỉ tập một động tác, mà còn hiểu tại sao mình vận động, vận động có ý nghĩa gì, và vận động gắn với bài học nào trong cuộc sống. Thông điệp cốt lõi là: Vận động trở thành một ngôn ngữ giáo dục, chứ không chỉ là kỹ năng cơ học.

Gym Sports chọn cho mình phương pháp đặc thù: Vận động kể chuyện. Trẻ không tập bài theo hiệu lệnh khô cứng, mà bước vào một câu chuyện có bối cảnh, nhân vật, âm nhạc.

Trẻ hóa thân thành chú thỏ vượt qua dòng suối, chú chim bay về tổ, hay người bạn nhỏ vượt qua thử thách trong rừng. Chính câu chuyện và âm nhạc làm cho vận động trở nên hấp dẫn, giàu cảm xúc, và đặc biệt là giàu tính giáo dục.

Điểm nổi bật của Gym Sports không phải ở việc sáng tạo ra một động tác vận động mới, mà là ở cách tổ chức vận động thành trải nghiệm học tập có hệ thống, có ý nghĩa, có triết lý. Trẻ học thể chất nhưng đồng thời học tinh thần đồng đội, học chờ đợi đến lượt, học cách đương đầu thử thách và chia sẻ niềm vui chiến thắng. *Mỗi giờ Gym Sports vì thế trở thành một “chuyến hành trình” – nơi thể chất, kỹ năng xã hội và tâm hồn cùng lớn lên.*

Cơ sở lý luận:

Việc ứng dụng phương pháp vận động kể chuyện trong chương trình Gym Sports được đặt trên nền tảng ba hướng tiếp cận chính:

- (1) Tâm lý học phát triển trẻ mầm non,
- (2) Giáo dục thể chất hiện đại và (3) Triết lý “Teaching for Understanding”.

Những cơ sở này đảm bảo tính khoa học, tính sư phạm và tính thực tiễn của chương trình khi triển khai tại trường mầm non. Ngoài ra, các nghiên cứu gần đây về học tập thông qua vận động (embodied learning) cho thấy vận động kết hợp cảm xúc – ngôn ngữ – hình ảnh giúp trẻ ghi nhớ sâu, hiểu bản chất hành động, đồng thời phát triển kỹ năng xã hội hiệu quả hơn so với các mô hình GDTC truyền thống chỉ tập trung vào kỹ thuật động tác.

2. TRIẾT LÝ & MỤC TIÊU CỦA GYM SPORTS

2.1. Triết lý giáo dục

Gym Sports được xây dựng trên triết lý “Teaching for Understanding” – dạy học để hiểu. Ở lứa tuổi mầm non, “hiểu” không phải là tư duy khái niệm trừu tượng, mà là khả năng trải nghiệm, cảm nhận và gắn kết hành động với ý nghĩa.

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Mỗi vận động trong Gym Sports đều đặt trong một câu chuyện có bối cảnh và nhân vật. Trẻ không đơn thuần nhảy, bò hay chạy, mà trở thành chú thỏ vượt suối, chim non bay về tổ.

Qua đó, trẻ vừa tập luyện thể chất, vừa cảm nhận giá trị của sự nỗ lực, niềm vui vượt thử thách và tinh thần đồng đội. Đây chính là điểm khác biệt của Gym Sports so với GDTC truyền thống: Từ rèn luyện động tác khô khan → thành hành trình trải nghiệm giáo dục toàn diện.

2.2. Mục tiêu chương trình

Chương trình Gym Sports hướng tới 4 mục tiêu cơ bản:

Phát triển thể chất: Gym Sports không chỉ rèn kỹ năng vận động cơ bản mà còn tăng khả năng phối hợp, định hướng không gian và

2.3. Sự khác biệt với GDTC truyền thống

GDTC truyền thống	Gym Sports
Rèn động tác cơ bản, thiên về kỹ thuật	Dạy học để hiểu, vận động gắn ý nghĩa
Hiệu lệnh khô khan, dễ nhầm chán	Câu chuyện, âm nhạc, hóa thân sinh động
Tập trung chủ yếu vào thể chất	Phát triển đồng thời thể chất – xã hội – cảm xúc

2.4. Ý nghĩa

Gym Sports cho thấy vận động mầm non không chỉ là thể dục, mà còn là giáo dục. Chương trình biến giờ tập thành “hành trình trưởng thành” – nơi trẻ phát triển thể chất, trí tưởng tượng và kỹ năng xã hội cùng một lúc. Điều này đáp ứng nhu cầu của giáo dục hiện đại: Nuôi dưỡng con người toàn diện, khỏe mạnh và nhân văn ngay từ tuổi mầm non.

3. PHƯƠNG PHÁP: VẬN ĐỘNG KỂ CHUYỆN

3.1. Cốt lõi phương pháp

Gym Sports không chỉ “cho trẻ tập động tác”, mà tổ chức mỗi tiết học như một câu chuyện vận động. Trẻ trở thành nhân vật, tham gia hành trình với những thử thách thể chất được lồng ghép trong mạch truyện và âm nhạc.

kiểm soát cơ thể, những yếu tố nền tảng cho vận động phức tạp ở bậc học tiếp theo.

Phát triển kỹ năng xã hội: Thông qua câu chuyện và tình huống nhập vai, trẻ học cách hợp tác, chia sẻ và tuân thủ luật chơi một cách tự nhiên, không áp đặt.

Nuôi dưỡng tâm hồn – trí tưởng tượng: Sự hòa quyện giữa hình ảnh – âm thanh – chuyển động giúp trẻ trải nghiệm cảm xúc đa dạng, qua đó phát triển năng lực thẩm mỹ và trí tưởng tượng.

Hình thành thái độ tích cực với vận động: Khi vận động gắn với câu chuyện có ý nghĩa, trẻ chủ động tham gia và xem vận động như niềm vui, thay vì nhiệm vụ mang tính kỹ thuật.

Ví dụ: Trong câu chuyện “Hành trình chú thỏ tìm cà rốt”, trẻ phải nhảy qua suối, bò qua hang, chạy nhanh để tránh cáo. Mỗi vận động vừa rèn kỹ năng thể chất, vừa mang ý nghĩa cảm xúc – trẻ trải nghiệm niềm vui khám phá và tinh thần vượt khó.

3.2. Cấu trúc của một giờ Gym Sports

Một tiết học thường có 3 phần:

- Khởi động bằng câu chuyện, chia sẻ.
- + Giáo viên kể một tình huống ngắn, khơi gợi trí tưởng tượng.
- + Trẻ nhập vai nhân vật, làm quen với nhạc nền và bối cảnh.
- Trải nghiệm vận động chính
- + Hệ thống động tác được sắp xếp theo tình tiết câu chuyện.
- + Ví dụ: *Leo trèo khi “vượt núi”, bật nhảy khi “qua cầu”, di chuyển theo nhạc khi “vào lễ hội”.*

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

- Kết thúc – cảm nhận
- + Câu chuyện được khép lại, trẻ chia sẻ cảm xúc: vui, hồi hộp, tự hào.
- + Qua đó, trẻ không chỉ nhớ động tác, mà còn hiểu được “ý nghĩa hành trình”.

3.3. Vai trò của âm nhạc và hóa thân

Âm nhạc là người bạn đồng hành: Nhạc nhanh để thúc đẩy vận động mạnh, nhạc chậm để điều hòa nhịp thở, nhạc vui để tạo hứng khởi. Sự phối hợp nhạc – động tác giúp trẻ cảm thụ tiết tấu, rèn khả năng kiểm soát vận động và nuôi dưỡng tình cảm thẩm mỹ.

Việc hóa thân nhân vật lại giúp trẻ “thực sự sống trong câu chuyện”, từ đó tự nguyện vận động mà không cảm thấy bị ép buộc. Đây là sự kết hợp của thể chất + trí tưởng tượng + cảm xúc – ba trụ cột quan trọng của giáo dục mầm non.

3.4. Tính hệ thống trong phương pháp

Phương pháp vận động kể chuyện của Gym Sports không phải ngẫu hứng, mà được hệ thống hóa theo:

- Chủ đề (động vật, thiên nhiên, gia đình, lễ hội...).
- Mức độ vận động (từ đơn giản đến phức tạp).
- Độ tuổi (3 tuổi: vận động cơ bản, 5 tuổi: Vận động phối hợp, nhóm).

Nhờ đó, trẻ được trải nghiệm vận động phù hợp với sự phát triển, vừa an toàn vừa hiệu quả.

3.5. Ý nghĩa phương pháp

Phương pháp vận động kể chuyện của Gym Sports:

- Biến giờ tập thành trải nghiệm vui tươi, hấp dẫn.
- Kết nối vận động với ý nghĩa giáo dục, giá trị sống.
- Đáp ứng triết lý “Teaching for Understanding”: Trẻ không chỉ tập mà còn hiểu, cảm và nhớ.

4. HỆ THỐNG HÓA CHƯƠNG TRÌNH GYM SPORTS

4.1. Nguyên tắc xây dựng

Chương trình Gym Sports được thiết kế dựa trên 3 nguyên tắc:

Phù hợp lứa tuổi: Nội dung vận động bám sát đặc điểm phát triển của trẻ 3–6 tuổi.

Tính tiến trình: Từ đơn giản đến phức tạp, từ cá nhân đến nhóm.

Tích hợp – liên ngành: Kết hợp thể chất, âm nhạc, ngôn ngữ, cảm xúc và kỹ năng xã hội.

4.2. Cấu trúc hệ thống

Chương trình được chia thành 3 cấp độ:

- Mầm (3–4 tuổi)
- Chồi (4–5 tuổi)
- Lá (5–6 tuổi)

4.3. Chủ đề chương trình

Các chủ đề được thiết kế linh hoạt, gần gũi, dễ tạo hứng thú:

Thiên nhiên: “Cuộc phiêu lưu trong rừng”, “Khám phá đại dương”.

Động vật: “Đàn chim di cư”, “Chú thỏ tìm cà rốt”.

Văn hóa – lễ hội: “Ngày hội mùa xuân”, “Cuộc đua kỳ thú”.

Giá trị sống: “Giúp bạn qua sông”, “Chia sẻ quả táo”.

Mỗi chủ đề có kịch bản riêng, lồng ghép vận động – âm nhạc – tình huống giáo dục giá trị.

4.4. Ý nghĩa hệ thống hóa

Nhờ được tổ chức có lộ trình, Gym Sports đảm bảo:

Trẻ phát triển vận động từ cơ bản → nâng cao.

Các kỹ năng xã hội, cảm xúc được hình thành từng bước, có kiểm soát.

Giáo viên dễ dàng triển khai, phụ huynh dễ theo dõi sự tiến bộ.

Hệ thống hóa giúp Gym Sports không chỉ là “giờ vui chơi”, mà trở thành chương trình giáo dục mầm non có định hướng, bền vững và khoa học.

5. LỢI ÍCH VÀ TÁC ĐỘNG THỰC TIỄN

5.1. Đối với trẻ mầm non

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Gym Sports mang lại sự phát triển toàn diện:

Thể chất: Tăng cường sức khỏe, sự nhanh nhẹn, khả năng phối hợp.

Cảm xúc – tâm hồn: Trải nghiệm niềm vui, học cách kiểm soát cảm xúc khi nhập vai nhân vật.

Xã hội – giao tiếp: Hình thành kỹ năng hợp tác, chia sẻ, tuân thủ luật chơi.

Thái độ học tập: Trẻ gắn vận động với niềm vui, tạo nền tảng cho thói quen rèn luyện lâu dài.

5.2. Đối với giáo viên

Có công cụ trực quan, sinh động để giảng dạy, thay thế cách tập luyện khô khan.

Đễ dàng điều chỉnh nội dung phù hợp lứa tuổi và bối cảnh lớp học.

Giúp giáo viên mầm non phát huy vai trò người kể chuyện, người dẫn dắt cảm xúc, chứ không chỉ là huấn luyện viên thể chất.

5.3. Đối với phụ huynh

Phụ huynh nhìn thấy sự tiến bộ của con không chỉ ở vận động mà còn ở thái độ, sự tự tin, kỹ năng xã hội.

Tạo sự yên tâm vì trẻ được học trong môi trường an toàn, vui vẻ và có định hướng giáo dục rõ ràng.

Góp phần thay đổi nhận thức: GDTC mầm non không đơn thuần là “cho trẻ vận động”, mà là nền tảng phát triển con người toàn diện.

5.4. Đối với cộng đồng giáo dục

Đề xuất một mô hình GDTC mầm non mới, gắn vận động với triết lý giáo dục nhân văn.

Góp phần xây dựng chương trình mầm non hiện đại, hòa nhập với xu hướng quốc tế về giáo dục toàn diện.

Tạo cơ sở để các trường nhân rộng, áp dụng vào hoạt động ngoại khóa, hội thi, hoặc chương trình giáo dục địa phương.

5.5. Ý nghĩa lâu dài

Gym Sports không chỉ rèn luyện trẻ khỏe mạnh ở tuổi mầm non, mà còn hình thành nền móng nhân cách và thói quen tích cực cho cả quá trình học tập sau này. Sự kết hợp giữa thể chất – tâm hồn – xã hội giúp trẻ lớn lên như một cá thể cân bằng, giàu cảm xúc, có khả năng thích ứng và hợp tác.

Đây chính là giá trị bền vững của Gym Sports: Nuôi dưỡng một thế hệ trẻ em không chỉ khỏe mạnh, mà còn hiểu biết, giàu nhân văn và sẵn sàng hội nhập góp phần xây dựng sứ mệnh: Nâng Cao Tâm Vóc Việt.

6. KẾT LUẬN

Phương pháp vận động kể chuyện trong chương trình Gym Sports cho thấy hiệu quả rõ rệt trong việc phát triển toàn diện trẻ mầm non, đặc biệt ở ba lĩnh vực: Thể chất – cảm xúc – kỹ năng xã hội. Bài báo khẳng định giá trị của Gym Sports như một mô hình GDTC hiện đại, có cơ sở lý luận vững chắc và phù hợp tâm sinh lý trẻ 3–6 tuổi. Hai đặc điểm nổi bật của mô hình là tính hệ thống và tính tích hợp, giúp vận động trở thành trải nghiệm giáo dục chứ không chỉ là rèn luyện động tác. Những kết quả phân tích trong bài mở ra gợi ý quan trọng cho việc đổi mới GDTC mầm non tại Việt Nam.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Thị Mai Anh (2019), *Vận động sớm cho trẻ mầm non*. NXB Giáo Dục Việt Nam.
2. Bộ Giáo Dục và Đào Tạo (2021), *Chương trình giáo dục mầm non – Văn bản hợp nhất số 01/VBHN-BGDĐT*. Hà Nội.
3. Trần Thị Hồng Hạnh (2020), *Phát triển tâm lý xã hội trẻ mầm non*. NXB Giáo Dục Việt Nam.
4. Trần Văn Hùng (2017), *Giáo dục thể chất trong trường mầm non*. NXB Thể Thao.
5. Lê Thị Thanh Hương (2018), *Kỹ năng vận động cho trẻ mầm non*. NXB Giáo Dục Việt Nam.
6. Nguyễn Thị Thu Hương (2019), *Tâm lý phát triển trẻ mầm non*. NXB Giáo Dục Việt Nam.

Ngày nhận bài: 04/11/2025; Ngày đánh giá: 27/11/2025; Ngày duyệt đăng: 10/12/2025.