

ĐỀ XUẤT MỤC ĐÍCH CÁC GIẢI PHÁP NÂNG CAO TÍNH CÁCH CHỦ ĐỘNG VÀ NĂNG LỰC BẢN THÂN ĐỂ CẢI THIẾN KẾT QUẢ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÀ NỘI

Nguyễn Minh Quang⁽¹⁾; Trần Đức Luân⁽¹⁾
Vũ Thanh Hùng⁽¹⁾; Trần Gia Kiên⁽¹⁾

Tóm tắt:

Bài báo trình bày về kết quả đề xuất và xây dựng 6 giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Hà Nội. Các giải pháp được các cán bộ quản lý, chuyên gia, giảng viên đánh giá ở mức rất cần thiết và rất khả thi, giữa chúng có mối tương quan đồng biến.

Từ khóa: giải pháp, tính cách chủ động, năng lực bản thân, môn GDTC, sinh viên.

Proposing solutions to enhance proactive personality and personal capacity to improve learning outcomes of Physical Education subject for students at Hanoi University

Summary: The article presents the results of the proposal and development of 6 solutions to enhance proactive personality and self-capacity to improve the learning outcomes of physical education for students at Hanoi University. The solutions are evaluated by managers, experts, and lecturers as very necessary and very feasible, with a positive correlation between them.

Keywords: solution, proactive personality, personal capacity, physical education subject, students

ĐẶT VẤN ĐỀ

Nghiên cứu nâng cao tính cách chủ động của SV sẽ góp phần nâng cao chất lượng GDTC cho SV trường Đại học Hà Nội. Sinh viên tham gia vào các nhóm tập luyện thể thao không chỉ cải thiện sức khỏe mà còn phát triển các kỹ năng xã hội, tinh thần làm việc nhóm và khả năng lãnh đạo. Hiểu rõ mối quan hệ giữa tính cách chủ động và năng lực, kết quả học tập giúp các giảng viên Trường Đại học Hà Nội thiết kế và cải tiến các chương trình GDTC một cách hiệu quả hơn.

Việc xác định giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV Trường Đại học Hà Nội là hết sức cần thiết. Dựa trên kết quả đánh giá thực trạng và kiểm chứng, bài báo xác định các giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV trường Đại học Hà Nội.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp phân tích SWOT và phương pháp toán học thống kê.

Khảo nghiệm 6 giải pháp đề xuất được thực hiện thông qua phiếu phỏng vấn, tính cần thiết và khả thi của mỗi giải pháp được đánh giá theo thang đo Likert. Sau đó xếp hạng và tính mối tương quan thứ bậc, từ đó rút ra kết luận về mối quan hệ giữa tính cần thiết và khả thi của các giải pháp đề xuất theo giá trị R thu được.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Xây dựng các giải pháp

Căn cứ cơ sở lý luận và thực tiễn đã xác định được 6 giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV Trường Đại học Hà Nội. Cấu trúc mỗi giải pháp gồm các phần: Mục đích, nội

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học Hà Nội



Tạo môi trường học tập tích cực và hỗ trợ cho sinh viên là giải pháp quan trọng giúp nâng cao hiệu quả của công tác giáo dục thể chất cho sinh viên

dung, chủ thể thực hiện. Dưới đây là mục đích của 6 giải pháp:

- Giải pháp 1: Xây dựng và phát triển kế hoạch học tập cá nhân cho sinh viên.

Mục đích: Khuyến khích SV tự quản lý quá trình học tập của mình, từ đó phát triển thói quen chủ động, kỹ năng trong việc lập kế hoạch, thực hiện, và đánh giá kết quả học tập thể chất. Tạo điều kiện cho SV nhận biết rõ hơn về điểm mạnh, điểm yếu của bản thân trong môn GDTC, từ đó xây dựng các kế hoạch học tập phù hợp với nhu cầu và khả năng cá nhân. Đồng thời giúp SV tự tin, nỗ lực tập trung vào các mục tiêu cụ thể, cải thiện hiệu suất tập luyện và từ đó nâng cao kết quả học tập môn GDTC.

- Giải pháp 2: Khuyến khích tinh thần tự giác và kỷ luật của sinh viên.

Mục đích: Tăng cường ý thức tự giác trong việc quản lý thời gian, lập kế hoạch học tập và tuân thủ lịch trình đã đề ra, từ đó nâng cao khả năng tự quản lý và trách nhiệm cá nhân. Xây dựng thói quen kỷ luật trong việc duy trì chế độ tập luyện, ăn uống, nghỉ ngơi hợp lý, giúp SV

có sức khỏe tốt hơn và đạt kết quả cao hơn trong môn GDTC. Qua đó SV nhận diện những điểm yếu của bản thân và tự điều chỉnh kế hoạch học tập hoặc tập luyện để phù hợp hơn với mục tiêu đề ra.

- Giải pháp 3: Tạo môi trường học tập tích cực và hỗ trợ cho sinh viên.

Mục đích: Tạo môi trường học tập tích cực giúp sinh viên cảm thấy hứng thú hơn với môn giáo dục thể chất, từ đó tăng cường động lực để học tập và rèn luyện. Tạo sự tự tin, thoải mái và an toàn, khuyến khích sự tương tác và hợp tác nhằm giúp SV học hỏi lẫn nhau và hợp tác tốt hơn trong các hoạt động học tập và thể chất. Môi trường học tập tích cực giúp SV tập trung tốt hơn, tiếp thu kiến thức nhanh hơn, và thực hành hiệu quả hơn, dẫn đến kết quả học tập tốt hơn trong môn GDTC và duy trì tập luyện thể thao một cách lâu dài.

- Giải pháp 4: Ứng dụng công nghệ trong học tập và rèn luyện thể chất.

Mục đích: Ứng dụng công nghệ nhằm đa dạng hóa phương pháp học tập (video, 2D, 3D...),

giúp sinh viên tự theo dõi quá trình luyện tập và nhận phản hồi liên tục, kịp thời, từ đó điều chỉnh phương pháp học tập và rèn luyện một cách chủ động và hiệu quả. Các công cụ công nghệ giúp sinh viên dễ dàng giao tiếp, hợp tác với giảng viên và bạn bè, qua đó cải thiện chất lượng học tập và nâng cao kỹ năng làm việc nhóm.

- Giải pháp 5: Khuyến khích SV tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa.

Mục đích: Tăng cường sức khỏe và thể lực, từ đó tạo nền tảng vững chắc cho việc học tập môn GDTC. Tham gia các hoạt động ngoại khóa giúp SV phát triển kỹ năng tự quản lý, tính kỷ luật và trách nhiệm với bản thân, từ đó nâng cao khả năng tự học và chủ động trong việc rèn luyện thể chất. Việc thường xuyên tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa giúp SV rèn luyện kỹ năng thể chất, nâng cao hiệu suất học tập và đạt kết quả tốt hơn trong môn GDTC.

- Giải pháp 6: Thường xuyên cung cấp phản hồi và hỗ trợ từ giảng viên cho sinh viên.

Mục đích: Giúp SV hiểu rõ hơn về năng lực hiện tại của mình, nhận diện những điểm mạnh cần phát huy và những điểm yếu cần cải thiện trong quá trình học tập và rèn luyện thể chất. Đồng thời Giảng viên cung cấp hướng dẫn cụ

thể giúp SV hiểu rõ hơn về các yêu cầu và mục tiêu của môn học, từ đó họ có thể điều chỉnh cách học và rèn luyện phù hợp hơn. Qua đó thúc đẩy sự tự tin, khích lệ sự tiến bộ sẽ giúp SV cảm thấy tự tin hơn và có thêm động lực để tiếp tục cố gắng, không bị nản lòng trước những khó khăn trong quá trình rèn luyện thể chất.

2. Khảo nghiệm các giải pháp.

- Tổ chức khảo nghiệm.

Mục đích khảo nghiệm: Xác định sự cần thiết và tính khả thi của các giải pháp đã đề xuất.

Đối tượng khảo nghiệm: Nghiên cứu đã tiến hành trưng cầu ý kiến của 28 người (6 cán bộ quản lý – 21.4%; 14 giảng viên – 50.0%; 8 chuyên gia – 28.6%).

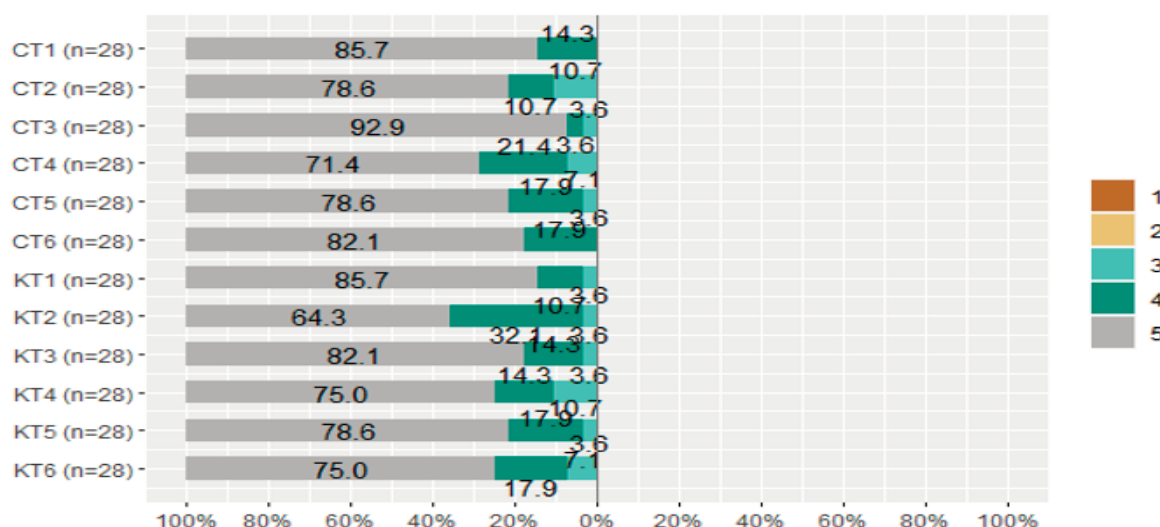
Nội dung và quy trình khảo nghiệm: Thực hiện thông qua phiếu phỏng vấn và đánh giá các giải pháp theo thang đo Likert. Sau đó xử lý số liệu thu được và rút ra kết luận về mối quan hệ giữa tính cần thiết và khả thi của các giải pháp đề xuất theo giá trị R thu được.

- Kết quả khảo nghiệm.

Kết quả khảo sát tính cần thiết và tính khả thi thu được ở bảng 1 và biểu đồ 1 cho thấy: Tỷ lệ đánh giá tính cần thiết của các giải pháp theo thang đo Likert ở mức rất cần thiết chiếm từ

Bảng 1. Mối tương quan giữa tính cần thiết và tính khả thi của các giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV Trường Đại học Hà Nội (n = 28)

TT	Giải pháp	Tính cần thiết		Tính khả thi	
		$\bar{x}$	Hạng	$\bar{x}$	Hạng
1	Xây dựng và phát triển kế hoạch học tập cá nhân cho SV	4.86	2	4.82	1
2	Khuyến khích tinh thần tự giác và kỷ luật của SV	4.68	5	4.64	5
3	Tạo môi trường học tập tích cực và hỗ trợ cho SV	4.89	1	4.79	2
4	Ứng dụng công nghệ trong học tập và rèn luyện thể chất	4.64	6	4.61	6
5	Khuyến khích SV tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa	4.75	4	4.75	3
6	Thường xuyên cung cấp phản hồi và hỗ trợ từ giảng viên cho SV	4.82	3	4.68	4
	$\bar{x}$	4.77		4.72	
	Tương quan Spearman's	R (rho) = 0.886 P (p-value) = 0.033			



Biểu đồ 1. Tỷ lệ đánh giá theo thang đo Likert về tính cần thiết và khả thi của các giải pháp

71.4 – 85.7%, mức cần thiết chiếm từ 3.6 – 21.4%, tổng hai mức cần thiết và rất cần thiết trên 90%; còn tính khả thi của các giải pháp ở mức rất khả thi chiếm từ 64.3 – 85.7%, mức khả thi chiếm từ 10.7 – 32.2%, tổng hai mức khả thi và rất khả thi chiếm trên 90%. Như vậy, đa số giải pháp được đánh giá theo thang đo Likert đều chiếm tỷ lệ đánh giá tính khả thi và cần thiết ở mức cao (4 – 5 điểm). Điểm trung bình chung của các giải pháp khảo nghiệm tính cần thiết là 4.77 điểm, còn tính khả thi là 4.72 điểm, như vậy đều lớn hơn 4.20 điểm. Do vậy, các giải pháp đã lựa chọn nhận được ý kiến đánh giá của các cán bộ quản lý, chuyên gia và giảng viên ở mức rất cần thiết và rất khả thi.

Giá trị tương quan thứ hạng Spearman giữa tính cần thiết và tính khả thi là 0.886 thuộc mức tương quan rất mạnh. Như vậy, giá trị R có hệ số tương quan dương cho phép đi đến kết luận là tương quan thuận, tức là tính cần thiết tăng thì tính khả thi cũng tăng. Điều đó chứng tỏ các giải pháp nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV Trường Đại học Hà Nội mà chúng tôi đã lựa chọn và xây dựng được các đối tượng phỏng vấn đánh giá có tính cần thiết và tính khả thi cao. Tác động qua lại giữa tính cần thiết và tính khả thi là đồng biến.

KẾT LUẬN

Thông qua đánh giá thực trạng và tuân thủ các nguyên tắc đã xây dựng được 6 giải pháp

nâng cao tính cách chủ động và năng lực bản thân để cải thiện kết quả học tập môn GDTC cho SV Trường Đại học Hà Nội. Khảo nghiệm các giải pháp xây dựng nhận được ý kiến đánh giá của các cán bộ quản lý, chuyên gia và giảng viên ở mức rất cần thiết và rất khả thi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Denslegen.G, Lego. K (1985), *Bốn nhân tố nâng cao thành tích tập luyện*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Phạm Minh Hạc (2002), *tuyển tập Tâm lý học*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
3. Rudich P. A (1980), *Tâm lý học thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
5. Phạm Ngọc Viễn (1991), *Xây dựng mô hình tâm lý của VĐV một số môn thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 5/9/2024, Phản biện ngày 13/10/2024, duyệt in ngày 28/11/2024)

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Minh Quang
Email: quangnm@hanu.edu.vn)