BIỆN PHÁP VẬN DỤNG MÔ HÌNH LỚP HỌC ĐẢO NGƯỢC TRONG DẠY HỌC MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG PHỔ YÊN TỈNH THÁI NGUYÊN

Lê Văn Giang[1]
Đỗ Ngọc Cương[2]

Thông tin bài báo:
Ngày nhận bài: **17/04/2026**
Ngày phản biện: **19/05/2026**
Ngày đăng: **12/06/2026**

Tác giả liên hệ:
Lê Văn Giang
Email: Giangpy1987@gmail.com
Tập 3, số 4 (2026), trang 112-116
DOI: https://doi.org/10.64024/upes14232
Bản quyền © 2026. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:
Dạy học theo mô hình lớp học đảo ngược (LHĐN) là một trong những phương pháp hiện đại và đáp ứng được những yêu cầu đổi mới phương pháp dạy học. Bằng các phương pháp khoa học, đề tài xác định cơ sở lý luận của mô hình LHĐN và đề xuất biện pháp vận dụng mô hình LHĐN trong dạy học môn Giáo dục thể chất (GDTC) cho học sinh (HS) trường Trung học phổ thông (THPT) Phổ Yên, tỉnh Thái Nguyên.
Từ khóa: giáo dục thể chất, lớp học đảo ngược, phương pháp dạy học.

Measures for applying the flipped classroom model in teaching physical education to students at Pho Yen High School, Thai Nguyen Province

Le Van Giang[1]
Do Ngoc Cuong[2]

Article Information:
Received: **17/04/2026**
Review date: **19/05/2026**
Published: **12/06/2026**

Corresponding Author:
Le Van Giang
Email: Giangpy1987@gmail.com
Vol.3, Issue 4 (2026), pp 112-116
DOI: https://doi.org/10.64024/upes14232
Copyright © 2026. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Abstract:
The flipped classroom model is one of the modern teaching approaches that meets the requirements of pedagogical innovation. Using scientific research methods, this study identified the theoretical basis of the flipped classroom model and proposed measures for applying this model in teaching Physical Education (PE) to students at Pho Yen High School, Thai Nguyen Province.
Keywords: physical education, flipped classroom, teaching methods.

[1]ThS Trường Trung học phổ thông Phổ Yên
[2]TS Khoa Thể dục thể thao Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

ĐẶT VẤN ĐỀ

Môn GDTC giúp HS hình thành, phát triển kĩ năng chăm sóc sức khoẻ, kỹ năng vận động, thói quen tập luyện thể thao và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tầm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao.

Đổi mới phương pháp dạy học phải theo hướng lấy người học làm trung tâm, phát huy tính tích cực, chủ động, sáng tạo và vận dụng kiến thức; tập trung dạy cách học, cách nghĩ, khuyến khích tự học, tạo cơ sở để người học cập nhật và đổi mới tri thức, kĩ năng qua đó hình thành và phát triển năng lực, phẩm chất [1].

Dạy học theo mô hình LHĐN là một trong những phương pháp hiện đại và đáp ứng được những yêu cầu đổi mới phương pháp dạy học. Nguyên lý chung của phương pháp này là HS sẽ tự tìm hiểu nội dung bài học ở nhà qua mạng, sau đó tại lớp, HS sẽ tương tác cùng giáo viên (GV) và các bạn khác để củng cố nội dung kiến thức. Phương pháp này giúp HS có thêm sự hứng thú trong việc tìm hiểu bài, phát huy các kĩ năng, đồng thời cho phép GV có thêm thời gian để củng cố kiến thức, đi sâu hơn vào nội dung bài học [1].

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Cơ sở lý luận của mô hình lớp học đảo ngược

Lớp học đảo ngược mô tả một "sự đảo ngược của giáo dục truyền thống", HS được tiếp xúc với thông tin mới bên ngoài lớp học (thông qua việc đọc hoặc xem bài giảng, xem video). Sau đó thời gian học được sử dụng để làm các công việc lĩnh hội kiến thức mang tích thách thức thông qua các chiến lược như giải quyết vấn đề, thảo luận hoặc tranh luận [1], [4].

Trong mô hình LHĐN, HS nghiên cứu bài giảng ở nhà còn giờ học trên lớp sẽ được dành cho các hoạt động hợp tác giúp củng cố thêm các khái niệm đã tìm hiểu. Cơ sở khoa học của phương pháp này là thang đo tư duy Bloom. Theo thang đo này, "nhớ, hiểu" lý thuyết là những hoạt động đòi hỏi mức tư duy thấp nhất, do đó, HS có thể tự xử lý một mình tại nhà, còn "áp dụng", "phân tích" và "sáng tạo" là các hoạt động đòi hỏi mức tư duy đào sâu hơn và cần được thực hiện tại lớp, khi có thầy cô và bạn bè cùng thảo luận, chia sẻ, hỗ trợ [6], [7].

Sự khác nhau giữa lớp học truyền thống và lớp học đảo ngược được tổng hợp tóm tắt như trình bày ở bảng 1 [1],[2],[4], [5].

Để dạy học theo mô hình lớp học đảo ngược, đầu tiên GV sẽ thiết kế các bài giảng, video hoặc chia sẻ các tài liệu cho HS. GV có thể tạo các lớp học trên mạng, sau đó tải các bài giảng, video, tài liệu lên. HS xem bài giảng ở nhà và tự trải nghiệm, khám phá kiến thức, từ đó có thể rút ra những kết luận về bài học, nếu không hiểu thì sẽ trao đổi với GV trên lớp. Sau đó, lên lớp HS thực hành, thảo luận với GV và các bạn khác để hiểu hơn bài học.

Để tổ chức được lớp học đảo ngược hiệu quả, GV cần sự trợ giúp của một số công cụ hỗ trợ như: Công cụ mạng học tập xã hội, Các công cụ tạo lớp học ảo, Công cụ cung cấp tài liệu học tập…

2. Các biện pháp vận dụng mô hình lớp học đảo ngược trong dạy học môn GDTC cho học sinh Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên

Mô hình LHĐN có thể vận dụng với nhiều hình thức, mức độ khác nhau tùy thuộc vào đặc điểm môn học, điều kiện trang thiết bị, trình độ GV, đặc điểm HS... Nghiên cứu này chỉ đề cập đến các biện pháp cụ thể để GV vận dụng trong phạm vi lớp học mình phụ trách. Các biện pháp này tuy không mới, song ít được quan tâm trong dạy học môn GDTC cho HS Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên.

Qua nghiên cứu nhiều nguồn tư liệu khác nhau trong và ngoài nước, bước đầu chúng tôi đã tổng hợp được 5 biện pháp vận dụng mô hình lớp học đảo ngược trong dạy học môn GDTC

Bảng 1. Sự khác nhau giữa lớp học truyền thống và lớp học đảo ngược

Lớp học truyền thống	Lớp học đảo ngược
GV chuẩn bị kế hoạch bài dạy. HS nghe giảng và ghi chép bài trên lớp. Sau khi học trên lớp thì HS được GV giao bài tập về nhà để luyện tập	GV thiết kế bài giảng, video, chia sẻ tài liệu cho HS (qua internet). HS xem bài giảng, video, tài liệu do GV gửi trước khi đến trường. Sau khi xem bài giảng, video, tài liệu trước ở nhà thì đến lớp HS sẽ được GV tổ chức cho thực hành, thảo luận với GV và bạn trong lớp.
GV là trung tâm của quá trình dạy học, HS nghe GV giảng bài một cách thụ động	HS là trung tâm của quá trình dạy học, HS tự khám phá và trải nghiệm kiến thức thức mới. GV chỉ là người định hướng, giúp đỡ và hướng dẫn
- Không phù hợp với thang Bloom vì GV có nhiệm vụ truyền đạt kiến thức, và theo thang tư duy Bloom thì nhiệm vụ này chỉ ở những bậc thấp (tức là "Biết" và "Hiểu"). Còn nhiệm vụ của HS là làm bài tập vận dụng và nhiệm vụ này thuộc bậc cao của thang tư duy (bao gồm "Ứng dụng", "Phân tích", "Đánh giá" và "Sáng tạo").	- Phù hợp với thang Bloom là do đã có sử đảo ngược. Nhiệm vụ của HS là tìm hiểu các kiến thức ở những bậc thấp "Biết" và "Hiểu", còn GV thì giúp đỡ HS trong quá trình khám phá và mở rộng thông tin, đồng thời rèn luyện khả năng tư duy ở những bậc cao hơn bao gồm "Ứng dụng", "Phân tích", "Đánh giá" và "Sáng tạo".
- Khả năng tư duy và hoạt động trí não ít hơn.	- Đòi hỏi sự phân tích, tư duy và phải dùng nhiều đến hoạt động trí não
- Ứng dụng CNTT, CNDH vào dạy học còn hạn chế.	- Ứng dụng CNTT, CNDH vào dạy học nhiều hơn, hiện đại hơn.
- HS không có nhiều thời gian để trao đổi với GV nếu không hiểu kĩ bài giảng.	- HS chưa hiểu kĩ bài giảng có nhiều thời gian hơn để trao đổi với GV

cho HS Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên, đó là:

Biện pháp 1: Đổi mới tiến trình tổ chức hoạt động dạy học.

- Mục đích: Nâng cao năng lực tự chủ - tự học, giải quyết vấn đề - sáng tạo cho học sinh.

- Nội dung: Quá trình dạy học gồm 4 hoạt động: mở đầu, hình thành kiến thức mới, luyện tập và vận dụng… Theo mô hình lớp học truyền thống thì cả 4 hoạt động này thường được tổ chức trên lớp. Nếu vận dụng mô hình LHĐN thì hoạt động học kỹ thuật động tác mới có thể được thực hiện trước giờ lên lớp.

- Cách thức thực hiện: GV xây dựng bài giảng điện tử về kỹ thuật thể thao; Gửi cho bài giảng cho HS, hướng dẫn HS tự khám phá, tự tập luyện trước giờ lên lớp; HS xem bài giảng, hướng dẫn của GV để tự hình thành biểu tượng về kỹ thuật động tác, tập luyện trước khi đến lớp; Trên lớp GV củng cố, sửa sai và tổ chức các nội dung tập luyện mở rộng, nâng cao…

Biện pháp 2: Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong hoạt động dạy học.

- Mục đích: Tăng cường mối liên kết, các hoạt động tương tác giữa GV và HS

- Nội dung: Sử dụng học liệu số, các phần mềm và thiết bị công nghệ hỗ trợ cho quá trình dạy học môn GDTC theo mô hình lớp học đảo ngược.

- Cách thức thực hiện: GV sử dụng phần mềm, thiết bị công nghệ để soạn bài rồi gửi cho HS cùng các nguồn học liệu số… HS sử dụng

thiết bị công nghệ để tiếp cận bài giảng, học liệu số…; GV sử dụng mạng xã hội, phần mềm… để quản lý hoạt động học tập của HS; HS sử dụng thiết bị công nghệ, phần mềm… để báo cáo hoạt động tự học, tự khám phá…

Biện pháp 3: Đa dạng hóa nguồn học liệu.

- Mục đích: Tạo điều kiện cho HS được tiếp cận nhiều nguồn học liệu khác nhau; Nâng cao năng lực về công nghệ thông tin cho HS.

- Nội dung: GV có thể sử dụng các nguồn học liệu khác ngoài sách giáo khoa để soạn bài giảng; HS có thể tự học qua các nguồn học liệu khác ngoài sách giáo khoa. Đặc biệt quan tâm việc khai thác đa dạng nguồn học liệu số.

- Cách thức thực hiện: GV sử dụng nguồn học liệu mở rộng để soạn bài hoặc tự xây dựng các học liệu số để cung cấp cho HS; Khuyến khích, hướng dẫn HS tìm kiếm các học liệu liên quan đến nội dung bài học trên Internet…

Biện pháp 4: Đa dạng hóa phương pháp dạy học và hình thức tập luyện.

- Mục đích: Nâng cao hứng thú cho HS với môn học; Phát triển đa dạng các phẩm chất, năng lực cho HS đặc biệt là năng lực tự học.

- Nội dung: Dạy học môn GDTC thường sử dụng 3 nhóm phương pháp: sử dụng lời nói, trực quan, tập luyện. Hình thức chủ yếu là GV làm mẫu, hướng dẫn; HS bắt trước làm theo. Để phát triển phẩm chất, năng lực của HS cần vận dụng đa dạng phương pháp, hình thức dạy học để HS tự khám phá nội dung bài học.

- Cách thức tiến hành: GV giao nhiệm vụ học tập trước giờ học cho HS; Tăng cường hoạt động tập luyện theo nhóm. Giao nhiệm vụ để HS tự khám phá động tác mới, tự tổ chức tập luyện; báo cáo kết quả bằng việc trực tiếp trình diễn hoặc quay video…; GV chỉ thực hiện nhiệm vụ củng cố, sửa sai…

Biện pháp 5: Đa dạng hóa hình thức kiểm tra, đánh giá.

- Mục đích: Đánh giá được năng lực tự học của HS; Giúp HS hình thành và phát triển năng lực tự đánh giá qua đó giúp HS tự học tốt hơn.

- Nội dung: Đa dạng hóa hình thức kiểm tra đánh giá, tăng cường đánh giá thường xuyên; Quan tâm đến đánh giá năng lực tự học; Hướng dẫn học sinh tự đánh giá.

- Cách thức tiến hành: GV giao nhiệm vụ tự học cho HS trước giờ lên lớp. GV đánh giá việc tự học của học HS qua câu hỏi, báo cáo; Xây dựng tiêu chí và hướng dẫn HS tự đánh giá, theo dõi và tự điều chỉnh kịp thời quá trình học tập của mình; Ứng dụng công nghệ thông tin trong kiểm tra, đánh giá.

3. Xác định mức độ phù hợp của các biện pháp

Để xác định mức độ phù hợp của các biện pháp ở trên với điều kiện thực tiễn của Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên, đề tài tham khảo ý kiến của 20 chuyên gia GDTC. Các chuyên gia này là những giảng viên Khoa Thể dục thể thao Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên và các GV GDTC có kinh nghiệm trên địa bàn khu vực TP Phổ Yên cũ. Kết quả được tổng hợp tại bảng 2.

Qua kết quả ở bảng 2 cho thấy, những biện pháp mà đề tài lựa chọn và đề xuất để tổ chức hoạt động dạy học trong các giờ học GDTC cho HS trường THPT Phổ Yên theo mô hình LHĐN được đa số (85% đến 95%) và đặc biệt là không có ai phủ nhận tính phù hợp của các biện pháp. Đồng thời, tất cả các biện pháp được đề xuất đều có giá trị χ^2 tính > χ^2 bảng (6,635) ở ngưỡng xác suất $P<0,01$, chứng tỏ tỷ lệ chuyên gia đánh giá các giải pháp ở mức "Hoàn toàn phù hợp" vượt trội một cách có ý nghĩa thống kê so với các mức đánh giá còn lại. Kết quả này khẳng định các biện pháp đã xây dựng có cơ sở thực tiễn vững chắc, phù hợp với điều kiện tổ chức dạy học môn GDTC tại Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên.

KẾT LUẬN

Chương trình môn học GDTC hướng đến phát triển các phẩm chất, năng lực chung và năng lực đặc thù. Để phát triển đầy đủ các phẩm chất, năng lực này thì việc vận dụng các phương pháp, quan điểm dạy học tiên tiến như dạy học phân hóa, dạy học tích hợp, mô hình lớp học đảo ngược là hết sức cần thiết.

Quá trình nghiên cứu đã xác định được 5 biện pháp vận dụng mô hình lớp học đảo ngược trong dạy học môn GDTC cho HS trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên bao gồm: Đổi mới tiến trình tổ chức hoạt động dạy học; Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong hoạt động

Bảng 2. Kết quả đánh giá và kiểm định mức độ phù hợp của các biện pháp vận dụng mô hình lớp học đảo ngược trong dạy học môn GDTC cho HS Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên (n = 20)

TT	Biện pháp	Hoàn toàn phù hợp		Phù hợp		Ít phù hợp		Không phù hợp		χ^2	P
		m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%		
1.	Đổi mới tiến trình tổ chức hoạt động dạy học	19	95	1	5	0	0	0	0	16.2	<0.01
2.	Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong hoạt động dạy học	18	90	0	0	2	10	0	0	12.8	<0.01
3.	Đa dạng hóa nguồn học liệu	17	85	1	5	2	10	0	0	9.8	<0.01
4.	Đa dạng hóa phương pháp dạy học và hình thức tập luyện	19	95	0	0	1	5	0	0	16.2	<0.01
5.	Đa dạng hóa hình thức kiểm tra, đánh giá	17	85	1	5	2	10	0	0	9.8	<0.01

dạy học; Đa dạng hóa nguồn học liệu; Đa dạng hóa phương pháp dạy học và hình thức tập luyện; Đa dạng hóa hình thức kiểm tra, đánh giá. Các biện pháp mà đề tài lựa chọn bước đầu có đủ độ tin cậy để áp dụng trong tổ chức dạy học môn GDTC cho HS Trường THPT Phổ Yên tỉnh Thái Nguyên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017), *Tài liệu Tập huấn ETEP, Tư duy phản biện & Lớp học đảo ngược*, Hà Nội.

2. Cù Thị Ngọc Anh và các tác giả (2019), "Sử dụng mô hình lớp học đảo ngược trong dạy học ca dao (ngữ văn 10, tập 1)", *Tạp chí Giáo dục* (Số đặc biệt, kỳ 2), tr 191-194.

3. Nguyễn Văn Cường (2014), *Lý luận dạy học hiện đại*, NXB Đại học sư phạm Hà Nội.

4. Nguyễn Chính (2016). *Dạy học theo mô hình Flipped Classroom*. Báo Tia sáng- Bộ Khoa học và Công nghệ, ngày 4/4/2016.

5. Nguyễn Thị Phương Liên, Lưu Thanh Tuấn (2020), "Vận dụng mô hình lớp học đảo ngược vào dạy học học hữu cơ (hóa học 9) nhằm phát triển năng lực tự học cho học sinh", *Tạp chí Giáo dục* (số 479), tr 13 – 37.

6. Tô Thụy Diễm Quyên (2015), *Lớp học đảo ngược*, https://vnexpress.net/tin-tuc/giao-duc/lophoc-dao-nguoc;

7. Ngô Tử Thành, Nguyễn Thế Dũng (2015), "Dạy học theo dự án với mô hình lớp học đảo ngược trong B-learning", *Tạp chí Khoa học số 8A* (Đại học Sư phạm Hà Nội).