

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH NINH BÌNH
TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

BÁO CÁO KẾT QUẢ THỰC HIỆN
NHIỆM VỤ KHOA HỌC VÀ CÔNG NGHỆ CẤP CƠ SỞ

BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG TỰ HỌC
MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG
ĐẠI HỌC HOA LƯ

Chủ nhiệm đề tài: THS. ĐINH THỊ HOA
Đơn vị: BỘ MÔN GDTC- TL

NINH BÌNH, 2022

ỦY BAN NHÂN DÂN TỈNH NINH BÌNH
TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

BÁO CÁO KẾT QUẢ THỰC HIỆN
NHIỆM VỤ KHOA HỌC VÀ CÔNG NGHỆ CẤP CƠ SỞ

BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG TỰ HỌC
MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG
ĐẠI HỌC HOA LƯ

Chủ nhiệm đề tài: THS. ĐINH THỊ HOA

Thành viên tham gia: ThS. ĐINH THÀNH CÔNG

ThS. LÊ HỒNG PHƯỢNG

Đơn vị: BỘ MÔN GDTC- TL

Xác nhận của Chủ tịch HĐ nghiệm thu

Chủ nhiệm nhiệm vụ

NINH BÌNH, 2022

DANH MỤC CÁC TỪ VIẾT TẮT
VÀ KÝ HIỆU THƯỜNG DÙNG TRONG ĐỀ TÀI

ĐHHL: Đại học Hoa Lư
TDTT: Thể dục thể thao
GD: Giáo dục
ĐH: Đại học
GD – ĐT: Giáo dục đào tạo
GDTC: Giáo dục thể chất
CLB: Câu lạc bộ
NCKH: Nghiên cứu khoa học
NXB: Nhà xuất bản
STT: Số thứ tự
VĐV: Vận động viên
SV: Sinh viên
Cm: Centimet
SL: Số lần
“s” Giây
%: Phần trăm
n: số người

MỤC LỤC

PHẦN MỞ ĐẦU	1
1. Tính cấp thiết của đề tài:	1
2. Tổng quan tình hình nghiên cứu đề tài.....	2
3. Mục đích nghiên cứu	9
4. Khách thể và đối tượng nghiên cứu	9
5. Nhiệm vụ nghiên cứu	10
6. Cách tiếp cận, phương pháp luận, phương pháp nghiên cứu.....	10
NỘI DUNG	12
CHƯƠNG 1: MỘT SỐ VẤN ĐỀ LÝ LUẬN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN	12
1.1. CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN	12
1.1.1. Khái niệm tự học	12
1.1.1.1. Đặc điểm tự học của sinh viên ở các trường đại học	13
1.1.1.2. Vai trò và ý nghĩa của tự học	14
1.1.2. Môn bóng chuyền trong chương trình Giáo dục thể chất ở trường Đại học ...	14
1.1.2.1. Đặc điểm cơ bản của môn bóng chuyền	14
1.1.2.2. Ý nghĩa, vai trò của môn Bóng chuyền	15
1.1.2.3. Một số yêu cầu đối với sinh viên trong môn bóng chuyền.....	15
1.1.3. Một số vấn đề kỹ năng tự học của sinh viên.....	16
1.1.4. Các hình thức của tự học môn Bóng chuyền	19
1.1.4.1. Tự học có sự hướng dẫn của giảng viên	19
1.1.4.2. Tự học không có sự hướng dẫn của giảng viên	19
1.2. CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN.....	20
1.2.1. Yếu tố khách quan.....	21
1.2.2. Yếu tố chủ quan.....	21
CHƯƠNG 2: THỰC TRẠNG TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ	24
2.1. KHÁI QUÁT VỀ CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ TỔ CHỨC DẠY HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CHO SINH VIÊN Ở TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ	24
2.1.1. Khái quát về chương trình giáo dục thể chất	24
2.1.2. Nội dung giảng dạy giáo dục thể chất.....	25

2.2. TỔ CHỨC KHẢO SÁT	26
2.2.1. Mục đích khảo sát	26
2.2.2. Nội dung khảo sát.....	26
2.2.3. Cách thức, thời gian tiến hành khảo sát	26
2.3. KẾT QUẢ KHẢO SÁT THỰC TRẠNG TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ'.....	27
2.3.1. Chương trình, nội dung và cách thức tự học môn bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.	27
2.3.1.1. Chương trình, nội dung học môn Bóng chuyền của sinh viên.....	27
2.3.1.2. Cách thức tự học môn Bóng chuyền của sinh viên.....	29
2.3.2. Thực trạng kết quả học tập môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư.....	30
2.3.3. Mức độ khó khăn của sinh viên trong quá trình tự học môn bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư	37
2.3.4. Đánh giá mức độ thực hiện quá trình tự học môn bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư	37
2.4. CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ'.....	39
2.4.1. Yếu tố khách quan.....	39
2.4.2. Yếu tố chủ quan.....	39
CHƯƠNG 3: THỰC NGHIỆM MỘT SỐ BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ'	40
3.1. MỤC ĐÍCH THỰC NGHIỆM.....	40
3.2. XÂY DỰNG CÁC BIỆN PHÁP	40
3.2.1. Căn cứ để lựa chọn biện pháp	40
3.2.2. Yêu cầu lựa chọn biện pháp	41
3.2.3. Lựa chọn biện pháp.....	44
3.3. TỔ CHỨC THỰC NGHIỆM.....	51
3.3.1. Cơ sở thực nghiệm	51
3.3.2. Thời gian thực nghiệm	51
3.3.3. Nội dung thực nghiệm.....	51
3.3.4. Phương pháp thực nghiệm	52
3.3.5. Qui trình thực nghiệm	52

3.4. KẾT QUẢ THỰC NGHIỆM	64
3.4.1. Khảo sát, so sánh mức độ tự học.....	64
3.4.2. So sánh kết quả học tập môn Bóng chuyền của sinh viên	65
3.4. 3. Những điều kiện thực hiện biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên.	65
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	69
1. Kết luận	69
2. Kiến nghị.....	70
DANH MỤC CÁC TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	72
PHỤ LỤC	

DANH MỤC BẢNG

Bảng 2.2. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng học môn Bóng chuyền... 30	
Bảng 2.4. Đánh giá mức độ thực hiện quá trình tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư..... 38	
Bảng 3.1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa lư..... 44	
Bảng 3.2: kết quả phỏng vấn mức độ tự học của sinh viên.....64	

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Tính cấp thiết của đề tài:

Sinh thời Chủ tịch Hồ Chí Minh đã từng nói: “*Về cách học, phải lấy tự học làm cốt*”. Tự học là một thuộc tính vốn có của con người, là con đường phát triển của mỗi cá nhân, của cả dân tộc, là động lực chính của quá trình giáo dục – đào tạo. Đối với đào tạo đại học, hoạt động tự học, tự nghiên cứu của sinh viên được coi là công việc thường xuyên và tất yếu, hơn thế nữa, nó còn là yêu cầu bắt buộc và được thể hiện bằng một tỉ trọng thời lượng nhất định trong kết cấu thời lượng của học phần khi áp dụng đào tạo theo tín chỉ.[11]

Trong quá trình học đại học của sinh viên tự học có vai trò vô cùng quan trọng. Tự học là yếu tố quyết định chất lượng học tập, chất lượng đào tạo bởi nó phát huy tính tự giác, tính tích cực chiếm lĩnh tri thức của sinh viên. Do đó, bồi dưỡng năng lực tự học cho sinh viên là một công việc có vị trí cần thiết trong các nhà trường đại học. Chỉ có tự học, tự bồi đắp tri thức bằng nhiều con đường, nhiều cách thức khác nhau mỗi sinh viên mới có thể bù đắp được những thiếu hụt tri thức khoa học về đời sống xã hội để từ đó có được sự tự tin trong cuộc sống, công việc bằng chính năng lực toàn diện của mình.

Bóng chuyền là môn thể thao tập thể nên tính phối hợp về chiến thuật cao đòi hỏi người chơi phải có óc quan sát, có tinh thần đồng đội cao để có thể phát huy hết khả năng của mình. Để nâng cao thành tích và hoàn thiện kĩ thuật, thể lực người tập phải tự tập luyện kiên trì, tốn nhiều thời gian và công sức nên đòi hỏi người tập phải có một tinh thần tốt. Tự tập luyện Bóng chuyền là quá trình rèn luyện, bồi dưỡng con người phát triển toàn diện về phẩm chất tâm lý, ý chí, tinh thần tập thể, tính kiên trì, dũng cảm. Sự đa dạng của các kỹ năng, kỹ xảo vận động và hành động thi đấu khác nhau không chỉ về cường độ dùng sức mà cả về cấu trúc phối hợp sẽ tạo điều kiện phát triển các tố chất thể lực của con người như: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo và tính khéo léo trong những động tác phối hợp hài hoà. Tự tập luyện bóng chuyền ảnh hưởng tích cực tới sự phát triển cho người tập lòng dũng cảm, tính kiên định, tính quyết đoán, tính sáng tạo và kỷ luật. Điều đó sẽ góp phần giáo dục ý thức trách nhiệm tập thể, tính kỷ luật, tình cảm bạn bè ...cho người tập.[7]

Để sinh viên có thành tích tốt trong mỗi giờ học, giảng viên giảng dạy trong mỗi giờ học phải đặt ra yêu cầu đối với sinh viên mỗi một nội dung môn học phải thể hiện được ba mục đích cho người tập đó là thành thực về kĩ năng

động tác, đảm bảo khối lượng vận động trong tiết học và nâng cao được thành tích vận động. Muốn đạt được mục đích đó đòi hỏi giảng viên phải biết tổ chức giảng dạy để sinh viên nắm được kỹ thuật động tác, tổ chức tập luyện nghỉ ngơi tích cực, tăng cường khối lượng vận động hợp lý, hình thức tự tập luyện phong phú đa dạng để thúc đẩy các em say mê tập luyện.

Tuy nhiên, hiện nay hoạt động tự học, tự nghiên cứu của sinh viên nói chung, trong đó có sinh viên trường Đại học Hoa Lư học môn Bóng chuyền là nội dung trong chương trình môn học Giáo dục thể chất. Kết quả hoạt động của sinh viên ở nội dung này chỉ ở mức đạt, thể hiện ở việc sinh viên chưa có ý thức nhiều trong tập luyện, hoạt động tự rèn luyện môn Bóng chuyền chưa phong phú và đa dạng về hình thức và nội dung tự tập luyện. Đặc biệt trong những năm học qua môn Bóng chuyền có kết quả học tập chỉ ở mức độ đạt. Tình trạng này do nhiều nguyên nhân, có nguyên nhân chủ quan và cả nguyên nhân khách quan, sinh viên chưa tự giác tập luyện, hình thức tập luyện, chưa nhận thức được tầm quan trọng của môn học dẫn đến thái độ còn thờ ơ thụ động phụ thuộc nhiều vào giảng viên, chưa chủ động trong quá trình tập luyện, bên cạnh đó giảng viên giao bài tập về nhà sinh viên không chịu tự luyện tập. Vì vậy để nâng cao kết quả tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư sao cho khoa học, hiệu quả, phù hợp với đặc thù môn học trong bối cảnh đổi mới phương thức đào tạo, hướng tới mục tiêu phát huy năng lực của người học đó là một trong những vấn đề cấp bách của vấn đề nâng cao chất lượng dạy và học của nhà trường. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: ***“Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư”***.

2. Tổng quan tình hình nghiên cứu đề tài

** Các nghiên cứu về vấn đề tự học trên thế giới*

Tự học đã được con người thực hiện từ rất sớm, ngay từ khi giáo dục chưa trở thành một ngành khoa học thực sự. Ở thời kỳ đó, người ta đã biết quan tâm đến việc làm sao cho người học chăm chỉ, tích cực ghi nhớ được những giáo huấn của thầy và hành động theo những điều ghi nhớ đó.) Montaigne từng khuyên rằng: “Tốt hơn là ông thầy để cho học trò tự học, tự đi lên phía trước, nhận xét bước đi của họ, đồng thời giảm bớt tốc độ của thầy cho phù hợp với sức học của trò”. Từ thế kỷ XVII, các nhà giáo dục như: J.AComensky (1592-1670); G.Brousseau (1712-1778); JH. Pestalozzi (1746-1872); ADisterweg (1790-1866)

trong các công trình nghiên cứu của mình đều rất quan tâm đến sự phát triển trí tuệ tính tích cực, độc lập, sáng tạo của sinh viên và nhấn mạnh phải khuyến khích người đọc giành lấy trí thức bằng con đường tự khám phá, tìm tòi và suy nghĩ trong quá trình học tập. Vào những năm đầu của thế kỷ XX, trên cơ sở phát triển mạnh mẽ của tâm lý học hành vi, tâm lý học phát sinh, nhiều Phương pháp dạy học mới ra đời: “phương pháp lạc quan” phương pháp trọng tâm trí thức, phương pháp montessori”... Các phương pháp dạy học này đã khẳng định vai trò quyết định của học sinh trong học tập nhưng quá coi trọng “con người cá thể” nên đã hạ thấp vai trò của người giáo viên đồng thời phức tạp hóa quá trình dạy học. Mặt khác, những phương pháp này đòi hỏi các điều kiện rất cao kể cả từ phía người học lẫn các điều kiện giảng dạy nên khó có thể triển khai rộng rãi được. Từ giữa người học lẫn các điều kiện giảng dạy nên khó có thể triển khai. Từ giữa những năm 1970 đã có sách hay bài viết về vấn đề này (Benn. S, I viết bài “Freedom, Autonomy and the Concept of the Person” năm 1976: Holee H. viết quyển “Autonomy in Foreign Language Learning năm 1981. NXB Oxford) Sau chiến tranh thế giới thứ II, bên cạnh sự tiến bộ rất nhanh của các ngành khoa học cơ bản, khoa học giáo dục cũng có nhiều tiến bộ đáng kể. Một trong những tiến bộ đó là: sự xích lại gần nhau hơn giữa dạy học truyền thống (Giáo viên là nơi phát động thông tin, học sinh là nơi tiếp nhận thông qua diễn giảng trên lớp) và các quan điểm dạy học hiện đại (học sinh là chủ thể tích cực, giáo viên là người tổ chức hướng dẫn). Các nhà giáo dục học ở Mỹ và Tây Âu ở thời kỳ này đã đều thống nhất khẳng định vai trò của người học trong quá trình dạy học, song bên cạnh đó cũng khẳng định vai trò rất quan trọng của người thầy và các phương pháp, phương tiện dạy học. Các nghiên cứu này được triển khai theo nhiều hướng khác nhau, sau đây là một số hướng cơ bản:

Thứ nhất, nghiên cứu làm sáng tỏ nguồn gốc, bản chất; cấu trúc, biểu hiện, con đường hình thành... Tự học. Nhóm tác giả: H.F.Dobrunhin, L.M.Ziubin, A.I.Serbalov, N.L.Luskanov X.L. Rubinstein... nghiên cứu nguồn gốc, bản chất tính tích cực. Nguồn gốc của tự học, theo Rob Barnes là phẩm chất vốn có của nhân cách, theo A.N.Leonchiev, X.L. Rubinstein là động cơ học tập... Bản chất của tự học, theo H.F.Dobrunhin, là tính tích cực ý chí, trí tuệ và nhận thức; theo L.M.Ziubin là sự tích hợp trí tuệ và nhân cách; theo A.I.Serbalov là sự kết hợp nhận thức, tình cảm, ý chí; theo N.L.Luskanov, là động lực học tập, thái độ cảm xúc đối với hoạt động học tập. Như vậy, các tác giả cho rằng, tự

học có nguồn gốc từ nhân cách, nhu cầu, động cơ; có bản chất là cảm xúc, trí tuệ và ý chí, nhận thức của người học. Nhóm tác giả: M.G.Iarosepxki, .Petoropxki, M.Machiuxkin, A.A.Volochkov, nghiên cứu cấu trúc tự học. Theo M.G.Iarosepxki và A.V.Petoropxki, gồm nhân tố bên trong và bên ngoài; theo A.M.Machiuxkin gồm tự học thích ứng và sáng tạo; các nhu cầu, động cơ và yếu tố tâm lý, điều khiển; theo A.A.Volochkov bao gồm hệ thống: “tiềm năng”, “yếu tố điều chỉnh”, “động thái”, “kết quả”; theo L.N. Pavlopva tự học, chủ động học; xây dựng kế hoạch học tập; xây dựng mục đích học tập; sáng tạo; tự phân tích; cảm xúc, giá trị.

Thứ hai, nghiên cứu tìm kiếm hình thức tổ chức dạy học tự học; các tác động vào các bước của quá trình học tập nâng cao tính tích cực tự học tập của người học.

* Về hình thức tổ chức dạy học tự học, các nhà nghiên cứu đề xuất các hình thức tổ chức quá trình tự học tập nhằm nâng cao tính tích cực tự học tập của người học. Đó là tăng cường học tập cá thể theo hướng cá nhân hóa. Tiêu biểu là các tác giả I.F.Khalarinov, F.E Weinert, A. Helrake, AG. Môlibôc, X.I. Arkhanghenxki... Bản chất của học tập cá thể theo hướng cá nhân hóa, theo các tác giả là hình thức tổ chức quá trình học tập mà trong đó mỗi học sinh dưới sự hướng dẫn của giáo viên tự lựa chọn nội dung học tập, phương pháp học tập và tự quyết định chất lượng học tập của mình. Bằng cách đó, tạo điều kiện cho cá nhân bộc lộ và phát triển năng lực, tài năng để đạt mục đích học tập, theo đó tính tích cực tự học của sinh viên được phát huy. Đó là tăng cường học tập theo hướng phân hóa. Tiêu biểu là các tác giả Antons, Klau; Kelber, Magda; Sader, Manfred; F.E Weinert, A. Helrake, AG. Môlibôc, V.A Cruchetxki, AG. Môlibôc, Hummel và Rossi, Snow, Nastasi, và Clemnts, Slavin, Klaus, Perter, Magda, Max, Manfred... Bản chất của tự học theo hướng phân hóa, theo các tác giả là hình thức tổ chức quá trình học tập mà trong đó muốn sinh viên tiếp cận được tri thức, giảng viên cần tiếp cận với từng sinh viên về mọi phương diện, theo đó tính tích cực tự học của sinh viên được phát huy. Mỗi lớp học có bao nhiêu sinh viên thì ở đó có bấy nhiêu sự khác biệt và giảng viên phải tiếp cận với tất cả sự khác biệt ấy... Đó là thay đổi cấu trúc giờ học, theo Muraviev A. V, cần phải thay đổi cấu trúc giờ học theo cách kết hợp truyền thụ bài mới với kiểm tra bài cũ sẽ tiết kiệm thời gian, sinh viên không nhàm chán, đồng thời tăng thời gian tự học tập cho sinh viên và nâng cao khối lượng kiến thức tiếp thu được...

* Về nghiên cứu tìm kiếm các phương hướng, biện pháp tác động vào các giai đoạn, các bước của quá trình học tập. Theo hướng này, các tác giả quan niệm quá trình học tập của người học thường trải qua các bước: tự học, tự nghiên cứu; nghe giảng trên lớp; làm thí nghiệm, thực hành và kiểm tra, đánh giá kết quả học tập. Vì vậy, để phát huy tính tích cực tự học của người học cần tìm ra các biện pháp tác động vào tất cả các khâu của quá trình học tập của người học. Cụ thể như:

- Về khâu tổ chức tự học, tự nghiên cứu, có nhiều tác giả mà tiêu biểu là AG. Môlibôc, I.F.Khalarinov...AG. Môlibôc cho rằng: “Kế hoạch hóa toàn bộ các dạng bài tập công tác độc lập cả về khối lượng và thời gian hoàn thành, việc dạy nghiên cứu bài giảng, nghiên cứu tài liệu, phương pháp điều khiển công tác độc lập của sinh viên là những yếu tố quan trọng thúc đẩy sinh viên tự học tập tích cực. Theo, I.F.Khalarinov cần phải định hướng để nỗ lực tìm tòi nghiên cứu của các em đi đúng hướng và giải quyết được vấn đề nghiên cứu...”

- Về khâu tổ chức dạy học trên lớp, nghe giảng trên lớp, có nhiều tác giả mà tiêu biểu là N.M.Zvereva, I. Ia. Lecner; I.F.Khalarinov; V ÔKôn...Các tác giả cho rằng dạy học gọi vấn đề kết hợp với nắm chắc logic hoạt động nhận thức của người học và đưa ra các thủ thuật, biện pháp dạy học có ý nghĩa quan trọng trong phát huy tính tự học của người học.

- Về khâu tổ chức kiểm tra, đánh giá kết quả học tập, có nhiều tác giả quan tâm và coi đó như một yếu tố quan trọng nhằm thúc đẩy tính tích cực tự học tập. Tiêu biểu là AG. Môlibôc, X.I. Arkhanghenxki...Theo tác giả X.I. Arkhanghenxki, cần phải bổ sung có hệ thống các loại và dạng bài kiểm tra như kiểm tra kết thúc, kiểm tra bổ xung, kiểm tra lý thuyết thực hành.... Các loại và dạng bài kiểm tra đều phải có khả năng thực hiện các chức năng dạy học, giáo dục và phát triển. Theo tác giả AG. Môlibôc, để phát huy được tính tích cực tự học tập cần phải nhận thức, xác định rõ tầm quan trọng, mục đích, nội dung, hình thức kiểm tra...

Tóm lại, ở nước ngoài đã có nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu về tự học. Các nghiên cứu tập trung vào các hướng: Làm sáng tỏ nguồn gốc, bản chất; cấu trúc, biểu hiện, con đường hình thành tích cực tự học tập; tìm kiếm các hình thức tổ chức dạy học; các tác động vào các giai đoạn, các bước của quá trình tự học tập; hoàn thiện các phương pháp, các biện pháp, thủ thuật dạy học nhằm phát huy tính tích cực tự học tập của người học. Tất cả đã chỉ ra bức tranh chung

về tự học tập đặt cơ sở vững chắc cho việc lập luận và đề xuất phương hướng, giải pháp nâng cao tính tích cực tự học tập của sinh viên trong dạy học các bộ môn khoa học đặc thù.

** Các nghiên cứu về vấn đề tự học ở Việt Nam*

Việc nâng cao tự học cũng đã có từ lâu. Cuối thế kỷ XIX đầu thế kỷ XX, về cơ bản nền giáo dục nước ta là nền giáo dục thực dân với mục đích là đào tạo lớp người thừa hành chính sách cai trị của Pháp, tự học của người học bị trói buộc, hạn chế. Sau cách mạng Tháng Tám 1945, nước ta có 3 lần cải cách giáo dục. Qua những lần đó vấn đề dân chủ hoá trong trường học, phát huy tính tự học của người học từng bước được gợi mở, nhấn mạnh và đi vào thực tiễn đời sống.

Dưới ánh sáng của đường lối, chủ trương của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước & ngành giáo dục đào tạo, nâng cao tính tự học của người học ngày càng được coi trọng. Từ những năm 1960 của thế kỷ 20, tính tự học của người học đã được ngành giáo dục quan tâm chú ý, chủ trương “biến quá trình đào tạo thành quá trình tự đào tạo” cũng đi vào các trường sư phạm từ thời điểm đó. Đặc biệt, trong quá trình đổi mới đất nước, đáp ứng những đòi hỏi của thời đại và yêu cầu thực tiễn đất nước, những nghiên cứu về tính tích cực tự học, nâng cao tính tích cực tự học trong quá trình dạy học được quan tâm, đẩy mạnh. Các nghiên cứu đó, được triển khai theo nhiều hướng khác nhau, mà tập trung là các hướng:

Thứ nhất, nghiên cứu làm sáng tỏ nguồn gốc, bản chất; cấu trúc, biểu hiện, con đường hình thành về tự học.

Ở Việt Nam đã có nhiều công trình của các nhà lý luận dạy học: Các tác giả (Phạm Minh Hạc, Phạm Thành Nghị...) nghiên cứu về nguồn gốc tính tích cực tự học. Các tác giả cho rằng: Nguồn gốc tính tích cực tự học là nhu cầu, động cơ học tập; hứng thú, niềm tin, lý tưởng học tập; đòi hỏi khách quan của điều kiện xã hội...; Các tác giả Phạm Minh Hạc, Phạm Hoàng Gia, Trần Trọng Thủy, Nguyễn Quang Uẩn, Hoàng Thị Tuyết, Trần Trung ... nghiên cứu về bản chất của tính tích cực tự học. Các tác giả quan niệm: Tính tích cực tự học là một thuộc tính nhân cách (nhu cầu, động cơ, hứng thú, niềm tin, lý tưởng) của con người và nó được hình thành trong môi trường học tập, do đó, được phát huy khi có sự điều khiển, điều chỉnh hoạt động học tập. Các tác giả Trần Trung, Hoàng Thị Tuyết đã chỉ ra, tính tích cực tự học là tính sẵn sàng hoạt động học tập; là nhu cầu đối với hoạt động học tập; là sự chủ động và tự giác của hành động

nhận thức; là tính chủ động của chủ thể đối với tác động sự phạm bên ngoài. Sự chuyển động, sự biến đổi trạng thái đang hoạt động nội tại. Sự thích nghi cao độ, sự thích ứng, sự cải tạo và sự sáng tạo trong học tập; Các tác giả Phan Trọng Ngọ, Phạm Thành Nghị, Nguyễn Văn Thành, Lê Ngọc Lan, Hoàng Thị Thu Hà... nghiên cứu về sự hình thành và các yếu tố ảnh hưởng đến tính tích cực, đã chỉ ra điều kiện khách quan và chủ quan hình thành tính tích cực tác động vào động cơ, mục đích học tập, để qua đó hình thành thao tác, hành động và hoạt động học; tăng cường tinh thần trách nhiệm của người dạy, vai trò tác động của tập thể lớp học và đảm bảo tốt về điều kiện, cơ sở vật chất, phương tiện, tài liệu học tập cho người học; nâng cao sức hấp dẫn của bài giảng, nội dung, chương trình sinh động thiết thực, phương pháp dạy học phù hợp, không khí thi đua học tập trong lớp, điều kiện phương tiện học tập tốt, tài liệu học tập phong phú, người học có ý thức tự khẳng định mình, họ muốn làm chủ tri thức và bản thân có nhu cầu tự học tập.

Thứ hai, nghiên cứu các hình thức tổ chức dạy học tự học; tác động vào các giai đoạn của quá trình học tập nâng cao tính tự học của người học.

* Về hình thức tổ chức dạy học tự học, các nhà nghiên cứu đề xuất các hình thức tổ chức quá trình học tập nhằm nâng cao tính tự học của người học. Đó là tăng cường tự học tập theo hướng cá nhân hóa. Tiêu biểu là các tác giả Đặng Vũ Hoạt; Hà Thế Ngữ; Nguyễn Ngọc Quang; Nguyễn Cảnh Toàn; Nguyễn Kỳ; Trần Bá Hoàn... Theo các tác giả, bản chất của tự học tập cá thể hóa thực chất giúp cho người học tự học, tự nghiên cứu, tự điều chỉnh quá trình học tập; được thực hiện bằng nhiều con đường khác nhau như cá biệt hóa các yếu tố của quá trình dạy học, cá biệt hóa bài tập nhận thức, cá biệt hóa trong đánh giá kết quả học tập... Đó là tăng cường học tập theo hướng phân hóa. Tiêu biểu là các tác giả Đặng Thành Hưng; Trần Kiều; Đặng Vũ Hoạt; Hà Thế Ngữ; Nguyễn Anh Dũng; Nguyễn Cảnh Toàn; Tôn Thân; Lê Phụng Hiếu... Theo các tác giả là hình thức tổ chức quá trình học tập này hướng vào người học, trong giờ học giảng viên có tác động sự phạm với tất cả sinh viên hay nhóm sinh viên trong lớp, làm cho mọi thành viên có thể phát huy năng lực vốn có của mình.

* Về nghiên cứu các phương hướng, biện pháp tác động vào các giai đoạn của quá trình tự học tập nhằm nâng cao tính tích cực tự học tập của người học:

- Về khâu tổ chức tự học, tự nghiên cứu, có nhiều tác giả mà tiêu biểu là Đặng Vũ Hoạt; Hà Thị Đức; Lê Khánh Bằng; Nguyễn Ngọc Bảo; Nguyễn Xuân

Huỳnh; Phan Trọng Luận; Nguyễn Kỳ; Trần Bá Hoàn; Phan Trọng Ngọ; Trịnh Quang Từ... đã phân tích sâu sắc ý nghĩa, đề xuất đa dạng các cách thức, biện pháp, kỹ năng nâng cao năng lực tự học, tự nghiên cứu của người học. Coi đó như con đường nâng cao tính tự học của người học.

- Về khâu tổ chức dạy học trên lớp, nghe giảng trên lớp. Có nhiều tác giả mà tiêu biểu là Nguyễn Bá Kim; Nguyễn Thị Doan; Nguyễn Văn Nghiến; Trần Bá Hoàn; Phan Trọng Ngọ; Lê Minh Vụ... quan tâm đến các phương pháp dạy học. Các tác giả cho rằng vận dụng phương pháp tình huống; nêu vấn đề; đóng vai – mô hình hóa... là những phương pháp phát huy được tính tích cực tự học tập của người học. Các tác giả Phạm Minh Hạc; Nguyễn Bá Kim; Trần Bá Hoàn; Nguyễn Quang Lạc; Lê Công Chiêm; Thái Văn Thành; Vũ Văn Mạnh... quan tâm đến việc tiến hành thí nghiệm, thực hành, thảo luận thông qua sử dụng các phương tiện kỹ thuật dạy học hiện đại nhằm nâng cao tính tích cực tự học của người học.

- Về khâu tổ chức kiểm tra, đánh giá kết quả học tập, có nhiều tác giả quan tâm và coi đó như một yếu tố quan trọng nhằm thúc đẩy tính tích cực tự học tập. Tiêu biểu là Đặng Bá Lãm; Lâm Quang Thiệp; Trần Bá Hoàn; Phan Trọng Ngọ; Nghiêm Xuân Nùng; Lê Công Dưỡng; Nguyễn Văn Đức... Các tác giả khẳng định tổ chức kiểm tra, đánh giá kết quả học tập ảnh hưởng tích cực đến việc nâng cao tính tích cực tự học của người học.

Thứ ba, nghiên cứu tìm kiếm hoàn thiện các phương pháp, các biện pháp, thủ thuật dạy học nhằm nâng cao tính tích cực tự học của người học. Các tác giả: Nguyễn Cảnh Toàn; Trần Bá Hoàn; Phan Trọng Ngọ; Nguyễn Văn Cư; Vũ Hồng Tiến ... trong các công trình nghiên cứu của mình (thuộc các lĩnh vực khoa học, các môn học, cấp học khác nhau..) đều đặc biệt quan tâm nâng cao tính tích cực tự học tập của người học trên cơ sở tìm kiếm các phương hướng, phương pháp, các biện pháp, kỹ thuật, thủ thuật dạy học.

Cùng với việc nghiên cứu các vấn đề lý luận và thực tiễn của việc tự học nói chung, các nhà nghiên cứu trong nước đã đi sâu nghiên cứu tự học của sinh viên trong các loại hình đào tạo, trình độ đào tạo, các bậc học, các đối tượng, các môn học... khác nhau. Từ khi đưa môn Bóng Chuyền vào dạy học trong các trường đại học, cao đẳng, nghiên cứu về tính tự học của sinh viên trong dạy học môn học đã được nhiều tác giả trong nước quan tâm cả trực tiếp và gián tiếp. Có thể kể đến các nghiên cứu tiêu biểu: Dương Thị Linh (2010), Một số vấn đề về

hoạt động tự học của sinh viên trong giai đoạn hiện nay, tạp chí giáo dục, số đặc biệt, tháng 1. Như vậy, qua các bài viết các tác giả đã đề cập đến đổi mới phương pháp, biện pháp dạy học để góp phần nâng cao hứng thú, tính tích cực tự học tập của người học. Những kết quả đó, tuy chưa mang tính hệ thống, toàn diện, còn nặng về lý luận, nhẹ về thực tiễn nhưng cũng cung cấp những cơ sở, gợi ý có giá trị, hữu ích cho quá trình nghiên cứu đề tài.

Vấn đề mà luận văn thạc sĩ khoa học và các bài viết trên chủ yếu viết khi môn Bóng Chuyền đang được nhà trường triển khai theo chương trình, giáo trình cũ và phương thức đào tạo theo niên chế. Hiện nay, nhà trường đã chuyển sang phương thức đào tạo mới theo học chế tín chỉ, môn Bóng Chuyền đang triển khai theo chương trình, giáo trình mới. Do đó, nghiên cứu *“Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư”*. Trong điều kiện mới của nhà trường là cần thiết cả về phương diện lý luận và thực hành, đáp ứng nhu cầu đổi mới phương pháp, nâng cao chất lượng dạy học môn học và đào tạo của nhà trường.

3. Mục đích nghiên cứu

Tìm hiểu thực trạng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư. Trên cơ sở nghiên cứu lý luận và thực tiễn tự học môn bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư, đề tài nhằm đề xuất biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

4. Khách thể và đối tượng nghiên cứu

4.1. Khách thể nghiên cứu

+ 07 giảng viên, giáo viên giảng dạy môn Giáo dục thể chất trường Đại học Hoa Lư.

+ 110 sinh viên đại học D14 (55 sinh viên ngành giáo dục mầm non và 55 nữ sinh viên ngành giáo dục tiểu học).

- Thời gian nghiên cứu:

+ Khảo sát thực trạng: bắt đầu từ tháng 2/2021

+ Tổ chức thực nghiệm: Bắt đầu từ 4,5, / 2022

4.2. Đối tượng nghiên cứu

Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

4.3. Phạm vi nghiên cứu

+ 07 giảng viên, giáo viên giảng dạy môn Giáo dục thể chất trường Đại học Hoa Lư.

+ 110 sinh viên đại học D14 (55 sinh viên ngành giáo dục mầm non và 55 nữ sinh viên ngành giáo dục tiểu học).

5. Nhiệm vụ nghiên cứu

- Nghiên cứu cơ sở lý luận của việc nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên.

- Tìm hiểu thực trạng tự học môn Bóng chuyền, tìm ra những yếu tố ảnh hưởng đến quá trình tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Đại học Hoa Lư.

- Đề xuất biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư. Tổ chức thực nghiệm một số biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

6. Cách tiếp cận, phương pháp luận, phương pháp nghiên cứu

6.1. Cách tiếp cận nghiên cứu đề tài

Nghiên cứu lý thuyết - thử nghiệm - ứng dụng

6.2. Phương pháp luận, phương pháp nghiên cứu:

6.2.1. Nhóm phương pháp nghiên cứu lý luận

Sử dụng phương pháp phân tích, tổng hợp, khái quát hóa các tài liệu có liên quan đến đề tài nhằm xây dựng cơ sở lý luận cho đề tài.

6.2.2 Nhóm phương pháp nghiên cứu thực tiễn

* Phương pháp quan sát

+ Quan sát quá trình tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

+ Quan sát mức độ tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

6.2.3. Phương pháp điều tra

Sử dụng phiếu điều tra cho giảng viên, sinh viên nhằm tìm hiểu thực trạng tự học môn Bóng chuyền cho sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

6.2.4. Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm

Phương pháp này được sử dụng trong quá trình điều tra thực trạng và lựa chọn các biện pháp tổ chức hoạt động tự học môn Bóng chuyền. Mặt khác, thông qua việc dùng phiếu phỏng vấn, đề tài có thêm cơ sở thực tiễn để xác định và đánh giá những yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động tự học của sinh viên.

6.2.5. Phương pháp tổng kết kinh nghiệm

Nhằm tìm hiểu những kinh nghiệm của giảng viên về việc hướng dẫn tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

6.2.6. Phương pháp nghiên cứu sản phẩm

Nghiên cứu kế hoạch, giáo án tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

6.2.7. Phương pháp thực nghiệm sư phạm

Phương pháp này được sử dụng trong quá trình nghiên cứu nhằm mục đích kiểm nghiệm hiệu quả thực tiễn của các biện pháp tổ chức hoạt động tự học môn Bóng chuyền mà đề tài lựa chọn. Thời gian thực nghiệm được chúng tôi tiến hành trong 2 tháng. Trước và sau thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra để đánh giá hiệu quả tác động của các biện pháp đã lựa chọn.

Tổ chức thực nghiệm được tiến hành theo hình thức thực nghiệm song song (2 nhóm thực nghiệm và đối chứng).

Để khẳng định tính khoa học và tính hiệu quả của những biện pháp tổ chức hoạt động tự học môn Bóng chuyền đã đề ra nhằm nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư chúng tôi đã tiến hành thực nghiệm trên 2 lớp sinh viên khóa D14 khoa Tiểu học, mầm non .

- Thực nghiệm được tổ chức tại Trường Đại học Hoa Lư. Thời gian: 2 tháng
- Nhóm thực nghiệm 55 sinh viên.
- Nhóm đối chứng là 55 sinh viên.

6.2.8. Phương pháp xử lý số liệu

Sử dụng các công thức toán thống kê để xử lý số liệu đã điều tra.

Các phương pháp trên được tiến hành trong mối quan hệ chặt chẽ, bổ sung cho nhau, trong đó: phương pháp nghiên cứu lí luận, phương pháp điều tra, quan sát, phương pháp đàm thoại là những phương pháp nghiên cứu cơ bản.

NỘI DUNG

CHƯƠNG 1: MỘT SỐ VẤN ĐỀ LÝ LUẬN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN

1.1. CƠ SỞ LÝ LUẬN VỀ TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN

1.1.1. Khái niệm tự học

Theo Từ điển Giáo dục học: “Tự học là quá trình tự mình lĩnh hội tri thức khoa học và rèn luyện kỹ năng thực hành không có sự hướng dẫn của giáo viên và sự quản lý trực tiếp của cơ sở giáo dục đào tạo”.

Tác giả Nguyễn Kỳ cũng bàn về khái niệm tự học: Tự học là hoạt động trong đó người học tích cực chủ động, tự mình tìm ra tri thức, kinh nghiệm bằng hành động của mình, tự thể hiện mình. Tự học là người học tự đặt mình vào tình huống học, vào vị trí nghiên cứu, xử lý các tình huống, giải quyết các vấn đề, thử nghiệm các giải pháp.

Về bản chất của tự học, hiện nay đa số các nhà nghiên cứu trong và ngoài nước đều dựa theo tinh thần của tiếng Hy Lạp, “Autodidaktos” là tự tiếp thu tri thức mà không có sự truyền đạt của giáo viên, không phải tham dự các giờ giảng dạy ở nhà trường. Cách hiểu như vậy thường dẫn tới định nghĩa tự học là học không có thầy hướng dẫn, ngoài phạm vi nhà trường.

Theo tinh thần đó thì việc tự học của sinh viên được hiểu là việc học ở nhà, ngoài giờ lên lớp. Còn khi ngồi nghe giảng bài trên lớp thì được hiểu là đang học. Như vậy giữa “học” và “tự học” được phân biệt với nhau bởi tiêu chí có hay không có giảng viên giảng bài và giữa “học” và “tự học” có một hàng rào ngăn cách tuyệt đối, xét trong mối quan hệ với người dạy thì chúng loại trừ lẫn nhau.

Trong thực tế, không nên hiểu hạn hẹp khái niệm tự học chỉ là “học không có thầy hướng dẫn, ngoài phạm vi nhà trường”. Việc tự học diễn ra ngay cả khi sinh viên có sự hướng dẫn, hỗ trợ trực tiếp hoặc gián tiếp của giảng viên và của người khác. *Vì thế, tự học cần được hiểu là hoạt động học do bản thân người học tự quyết định, tự thực hiện và tự điều chỉnh một cách tự giác, tích cực nhằm đạt tới mục tiêu, hoàn thành nhiệm vụ đã đề ra.*

Xung quanh quan niệm về đặc điểm của sự tự học có thể thấy có nhiều ý kiến khác nhau của các nhà nghiên cứu. Một số người nhấn mạnh khía cạnh “tiếp thu” (lĩnh hội), trong khi một số người khác lại nhấn mạnh khía cạnh “tạo lập” (sáng tạo) của sự tự học, Tương tự như vậy, một số nhà nghiên cứu chủ yếu

quan tâm đến “kết quả của sự tự học, trong khi một số nhà nghiên cứu khác lại chủ yếu quan tâm tới “quá trình” tạo ra kết quả đó của sự tự học...

Từ những phân tích trên về tự học, chúng ta đều nhận thấy điểm chung của tự học là sự tự giác, chủ động và độc lập của người học trong quá trình lĩnh hội tri thức. Bản chất của tự học là quá trình chủ thể người học, cá nhân hóa việc học nhằm thỏa mãn các nhu cầu học tập, tự giác tiến hành các hoạt động học tập như: phân tích, so sánh, tổng hợp, khái quát, giao tiếp, thực hành, kiểm tra, đánh giá... Hoạt động tự học chỉ có thể đạt chất lượng cao khi người học được hướng dẫn và rèn luyện kỹ năng tự học, biết cách tổ chức hoạt động tự học một cách khoa học, hiệu quả.

1.1.1.1. Đặc điểm tự học của sinh viên ở các trường đại học

Mục tiêu đào tạo của các trường đại học hiện nay là: "Đào tạo và bồi dưỡng đội ngũ cán bộ khoa học kỹ thuật nghiệp vụ, có trình độ, có lý tưởng cách mạng, có quyết tâm vươn tới những đỉnh cao của văn hoá, khoa học hoặc chỉ đạo việc thực hiện những nhiệm vụ chuyên môn do mình phụ trách, có tiềm lực để từng bước tiến hành giải quyết các vấn đề thực tiễn do cuộc sống đặt ra trong phạm vi "nghề nghiệp" của mình và với phương châm "biến quá trình đào tạo thành quá trình tự đào tạo".

Quá trình học tập của sinh viên ở các trường đại học về bản chất là quá trình nhận thức có tính chất nghiên cứu. Trong quá trình học tập, mỗi sinh viên cần tự mình chiếm lĩnh hệ thống tri thức, kỹ năng, phải nắm vững những cơ sở của nghề nghiệp tương lai và có tiềm năng vươn lên thích ứng với những yêu cầu trước mắt và lâu dài do thực tiễn xã hội đặt ra. Muốn vậy, khi tiến hành hoạt động học tập, sinh viên không chỉ phải có năng lực nhận thức thông thường mà cần tiến hành hoạt động nhận thức mang tính chất nghiên cứu trên cơ sở khả năng tư duy độc lập, sáng tạo phát triển ở mức độ cao. Điều đó có nghĩa là dưới vai trò chủ đạo của thầy, sinh viên không nhận thức một cách máy móc chân lý có sẵn mà còn đào sâu hoặc mở rộng kiến thức...

Trong quá trình học tập, việc xác định mục đích, xây dựng động cơ, lựa chọn phương pháp, hình thức tự học hợp lý là cần thiết. Song điều quan trọng là sinh viên phải có hệ thống kỹ năng tự học. Vì tri thức là sản phẩm của hoạt động, muốn nắm vững tri thức và có tay nghề thì việc rèn luyện hệ thống kỹ năng tự học một cách thường xuyên và nghiêm túc phải được chú trọng ngay từ khi còn ngồi trên ghế nhà trường.

Như vậy, tự học ở các trường đại học, cần thực hiện theo ba định hướng: Bồi dưỡng năng lực tự học, tự nghiên cứu; Tạo điều kiện cho người học phát triển tư duy sáng tạo; Rèn luyện kỹ năng thực hành, tham gia nghiên cứu, ứng dụng.

1.1.1.2. Vai trò và ý nghĩa của tự học

Chất lượng và hiệu quả giáo dục được nâng cao khi và chỉ khi tạo ra được năng lực sáng tạo của người học, khi biến được quá trình giáo dục thành quá trình tự giáo dục. Vai trò cụ thể của tự học là:

-Tự học giúp sinh viên tự nắm vững tri thức, kỹ năng, kỹ xảo về nghề nghiệp tương lai. Khi tự học sinh viên đã thể hiện ở mức độ cao vai trò chủ thể nhận thức của mình, kết hợp và thống nhất vai trò của chủ thể nhận thức với vai trò đối tượng điều khiển trong dạy học.

- Tự học giúp sinh viên không chỉ khi còn ngồi trên ghế nhà trường mà còn giúp người cán bộ trong tương lai có năng lực, hứng thú, thói quen, có phương pháp tự học thường xuyên, suốt đời.

- Tự học còn giúp sinh viên hình thành niềm tin khoa học, rèn luyện ý chí phấn đấu, đức kiên trì, óc sáng tạo, khả năng đánh giá, lòng say mê nghiên cứu khoa học... Thông qua tự học, sinh viên không chỉ lĩnh hội tri thức mà còn hình thành nhân cách, phát triển năng lực.

1.1.2. Môn bóng chuyền trong chương trình Giáo dục thể chất ở trường Đại học

1.1.2.1. Đặc điểm cơ bản của môn bóng chuyền

Bóng chuyền là môn thể thao tập thể mang tính chất đối kháng không trực tiếp, thi đấu giữa hai đội chơi trên sân có lưới phân cách ở giữa. Trận đấu được tổ chức thi đấu trên sân có kích thước 18m x 9m giữa hai đội. Quá trình thi đấu hình thành hai đội hai bên sân, gồm 6 người, có lưới và vạch ngăn giữa sân. Số lần chạm bóng của mỗi đội không quá 3 lần, thời gian thi đấu không hạn chế. Đội thắng 3 ván trước là đội thắng trận, số điểm thắng tối thiểu ở 4 ván đầu là 25, ván 5 là 15.

Từ năm 1999 FIVB chính thức áp dụng luật thi đấu bóng chuyền mới, với nhiều thay đổi đã mang lại cho môn bóng chuyền nhiều thay đổi trong hình thức và hoạt động thi đấu. Hoạt động thi đấu trong môn bóng chuyền là hoạt động không có chu kỳ, các tình huống diễn ra trên sân thay đổi liên tục giữa hai mặt tấn công và phòng thủ. Các kỹ thuật tùy theo tình huống thi đấu cụ thể trên sân

mang tính chất đối lập nhau và hình thành một hệ thống liên hoàn giữa tấn công và phòng thủ.

Ví dụ: Phát bóng – đỡ chuyền một, đập – chắn, đập phòng thủ hàng sau...

Một đặc trưng rất quan trọng của bóng chuyền là vị trí các VĐV trong quá trình thi đấu luôn có sự thứ tự xoay vòng đến các khu vực quy định theo chiều kim đồng hồ. Các VĐV hàng sau không được tấn công hay chắn bóng trên vạch 3m, nghĩa là các VĐV phải thi đấu cả hàng trước cũng như hàng sau trong tấn công cũng như phòng thủ. Do vậy yêu cầu năng lực toàn diện và tấn công và phòng thủ của các VĐV ảnh hưởng đến hiệu quả thành tích thi đấu của toàn đội. Bóng chuyền là môn thể thao thi đấu trên một diện tích sân nhỏ, có số lượng VĐV nhiều nhất, khoảng cách di chuyển của các VĐV ngắn, tốc độ đường bóng bay trong sân ngắn, biến hóa rất nhanh.

Ví dụ: Tốc độ của đường bóng đập có thể đạt đến 28-30m/s, tốc độ của đường nhảy phát 30m/s... Thời gian thi đấu bóng chuyền không hạn chế, tốc độ thi đấu nhanh, hệ thống tính điểm trực tiếp, thông thường các trận đấu căng thẳng ở trình độ cao điểm cách biệt thắng thua chỉ từ 4-5 điểm, có hiệp có những điểm cuối đến 40:42.

1.1.2.2. Ý nghĩa, vai trò của môn Bóng chuyền

Trong chương trình giáo dục thể chất do Bộ giáo dục và đào tạo ban hành, Bóng chuyền được coi là một trong những nội dung chính và có một số ý nghĩa và vai trò nổi bật sau đây:

- Là một môn thể thao hấp dẫn, với trang thiết bị đơn giản và dễ tổ chức luyện tập cho các đối tượng có trình độ kỹ thuật, có giới tính và lứa tuổi khác nhau.
- Có nội dung kỹ thuật phong phú với sự phối hợp biến hoá sinh động và đẹp mắt.
- Có tác dụng rèn luyện thân thể cao.
- Bồi dưỡng con người về mặt ý chí, phẩm chất và đạo đức.
- Tăng cường sức khỏe và nâng cao thể lực.
- Nâng cao tính kỷ luật, tập thể và tăng cường tình đoàn kết giữa các đơn vị, Dân tộc và các Quốc gia. Bóng chuyền còn là sự ngoại giao hợp tác giữa các Dân tộc và Quốc gia.

1.1.2.3. Một số yêu cầu đối với sinh viên trong môn bóng chuyền

- Căn cứ vào các nhiệm vụ khác nhau của sinh viên mà có các bài tập riêng. Các phương pháp, hình thức tập luyện phải phù hợp với trình độ, đối tượng, với thực tế và

nâng dần độ khó cao hơn thực tế thi đấu. Rèn luyện bản lĩnh, ý chí, khả năng chú ý và nhạy cảm cho người tập.

- Hình thức tổ chức dạy học môn Bóng chuyền quy định hoạt động tự học của sinh viên như là thành phần bắt buộc và là nội dung quan trọng trong thời khóa biểu, là một nội dung quan trọng trong việc đánh giá kết quả học tập. Hoạt động dạy học giáo dục thể chất 2 có 3 hình thức: lên lớp, thực hành và tự học, trong đó hình thức tự học là không có sự tiếp xúc trực tiếp giữa giảng viên và sinh viên, giảng viên giao nội dung để sinh viên tự học, tự nghiên cứu, tự thực hành và sẵn sàng tư vấn khi được yêu cầu.

- Hoạt động tự học được kiểm tra, đánh giá thường xuyên thông qua các bài kiểm tra, bài tập, các buổi thảo luận,... trong suốt cả quá trình học. Như vậy, trong hoạt động tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trở thành hoạt động bắt buộc với các chế tài cụ thể theo quy định. Để hoạt động tự học đạt hiệu quả tốt nhất nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền, cần đảm bảo một số yêu cầu để tăng cường hoạt động tự học của sinh viên.

- Xác định mục đích, động cơ, thái độ học tập, nghiên cứu đúng đắn

- Xây dựng thái độ học tập, nghiên cứu đúng đắn: gắn liền với sự hiểu biết mục tiêu đào tạo, với các điều kiện của phương pháp học tập, nghiên cứu, biểu hiện ở sự đầu tranh tích cực với các nội dung của tư duy và hành động, với việc khắc phục những khó khăn gặp phải, đấu tranh thắng thắn để tìm ra chân lí.

- Xây dựng kế hoạch học tập phù hợp: Sinh viên nhận và xây dựng kế hoạch chi tiết thực hiện nhiệm vụ tự học, tự nghiên cứu mà giảng viên giao. Thực hiện thật tốt kế hoạch nói trên (mạnh dạn liên hệ với giảng viên để được tư vấn, hỗ trợ về vấn đề đang tự học, tự nghiên cứu); sau mỗi buổi học, nên đọc đề cương chi tiết cho buổi học tiếp theo và có hướng tập luyện.

- Tham gia vào nhiều hoạt động ngoại khóa để tu dưỡng, học tập nghiên cứu, lao động, rèn luyện nghiệp vụ, thể dục thể thao,...

- Phân bố hài hòa giữa tập luyện, thư giãn, nghỉ ngơi, có chế độ sinh hoạt khoa học, cần có khả năng kiểm soát bản thân: kiên trì, bình tĩnh, không bị lôi cuốn bởi các yếu tố khác,... Khi tập luyện cần tập trung cao độ, không làm phân tán tư tưởng.

1.1.3. Một số vấn đề kỹ năng tự học của sinh viên

Kỹ năng tự học còn có vai trò to lớn trong việc giáo dục, hình thành nhân cách cho sinh viên. Việc tự học rèn luyện cho sinh viên thói quen độc lập suy

nghĩ, độc lập giải quyết vấn đề khó khăn trong nghề nghiệp, tự tin hơn trong cuộc sống.

Các kĩ năng tự học mà sinh viên cần phải có là:

- Kĩ năng xác định mục tiêu và kế hoạch hóa.

Mục tiêu là động lực học tập của sinh viên, chỉ có vậy sinh viên mới biết mình cần phải học vì cái gì, sẽ phục vụ vào công việc gì và chỉ khi ấy mới chủ động học và tự học để có đủ kiến thức thực hiện mục tiêu mà bản thân đã đề ra.

Để nâng cao hiệu quả tự học và thỏa mãn các nhu cầu hoạt động khác của cá nhân, tận dụng tối đa ưu thế của học chế tín chỉ thị sinh viên cần lập kế hoạch học tập thật khoa học, cụ thể, phân bổ thời gian hợp lý, phù hợp với điều kiện và hoạt động đặc thù của bản thân.

Kĩ năng này cần tuân thủ các nguyên tắc sau: Đảm bảo thời gian tự học tương xứng với lượng thông tin của môn học; xen kẽ hợp lý giữa các hình thức tự học, giữa các môn học, giữa giờ tự học, giờ nghỉ ngơi, thực hiện nghiêm túc kế hoạch tự học như biết cách làm việc độc lập, biết tự kiểm tra, đánh giá.

- Kĩ năng đọc giáo trình, tài liệu tham khảo, thực hành.

Phải xác định rõ mục đích đọc sách, chọn cách đọc phù hợp như tìm hiểu nội dung tổng quát của quyển sách, đọc thử một vài đoạn, đọc lướt qua nhưng có trọng điểm, lọc kĩ có phân tích, nhận xét, đánh giá. Khi đọc sách cần phải tập trung chú ý, tích cực suy nghĩ và thực hành.

Để việc đọc sách có chất lượng và hiệu quả, cần đọc theo một quy trình nhất định, nghiêm túc và tuân theo các yêu cầu sau:

+ Đọc có suy nghĩ

+ Đọc có hệ thống

+ Đọc có ghi nhớ

+ Đọc có chọn lọc

- Kĩ năng nghe và thực hành trên lớp

Quy trình nghe giảng gồm các khâu như ôn bài cũ, làm quen với bài mới, hình dung các câu hỏi đối với bài mới. Khi nghe giảng cần tập trung theo dõi sự dẫn dắt của thầy, cô, liên hệ với kiến thức đang nghe, kiến thức đã có với các câu hỏi đã hình dung trước.

Kỹ năng thực hành gắn bó chặt chẽ với kỹ năng nghe và thị phạm vì nếu không thực hành thì gần như các thông tin đã học sẽ dần biến mất khỏi trí não. Việc thực hành giúp chúng ta nhớ lại thông tin tốt hơn. Trí óc sẽ lưu giữ tất cả

những gì nhìn thấy, nghe thấy và cảm thấy. Nếu không thực hành và xem xét sự kiện thì con người chỉ có khả năng nhớ một phần rất nhỏ những gì nghe, nhìn hoặc đọc được cách đó một ngày. Thực hành hiệu quả sẽ tiết kiệm thời gian cho người học có thể sắp xếp thông tin và nhớ lại chúng khi cần.

- Kỹ năng ôn tập: gồm kỹ năng ôn bài và kỹ năng luyện tập, thực hành

Kỹ năng ôn bài là hoạt động có ý nghĩa quan trọng trong việc chiếm lĩnh kiến thức bài giảng của thầy, cô. Đó là hoạt động tái nhận bài giảng như xem lại bài thực hành, mối quan hệ giữa các đoạn rời rạc, bổ sung bài thực hành bằng những thông tin nghiên cứu được ở các tài liệu khác, nhận diện cấu trúc từng phần và toàn bài.

Việc luyện tập dựa vào những biểu tượng, khái niệm, phán đoán được ghi nhận từ bài giảng của thầy, từ hoạt động tái nhận bài giảng, dựng lại bài giảng của thầy, cô bằng ngôn ngữ của chính mình, đó là những mối liên hệ logic có thể có cả kiến thức cũ và mới. Từ đó hoàn chỉnh việc tổ chức tư liệu học và đưa vào bộ nhớ.

Kỹ năng luyện tập, thực hành có tác dụng trong việc hình thành kỹ năng tương ứng với những tri thức đã học. Từ việc giải bài tập của thầy, cô đến việc người học tự thiết kế những loại bài tập cho mình; từ bài tập củng cố đơn vị kiến thức đến bài tập hệ thống hóa bài học, chương học, cũng như những bài tập vận dụng kiến thức vào cuộc sống. Trong quá trình học tập, tập luyện, các kỹ năng vận động cũng như kỹ xảo vận động được hình thành là kết quả của quá trình tiếp thu các động tác. Kỹ năng vận động thể hiện tiêu biểu bằng sự tiếp thu kỹ thuật động tác ở mức đó phải tập trung chú ý cao vào các bộ phận tạo thành động tác và ở các cách thức chưa ổn định khi giải quyết các nhiệm vụ vận động. Khi tập luyện, động tác được lặp đi lặp lại nhiều lần các bộ phận cấu thành động tác đó ngày càng trở nên quen thuộc, các cơ chế phối hợp vận động diễn ra được tự động hoá và kỹ năng vận động trở thành kỹ xảo. Vì vậy "Kỹ xảo vận động thể hiện tiêu biểu bằng sự tiếp thu kỹ thuật động tác ở mức độ điều khiển động tác xảy ra một cách tự động và động tác tiến hành với mức vững chắc cao". Vì vậy, khả năng thực hành được hiểu như ở mức độ đánh giá nhất định (kỹ năng hoặc kỹ xảo) việc thực hiện các động tác kỹ thuật.

- Kỹ năng tự kiểm tra, đánh giá hoạt động tự học

Các nhà giáo dục đã khẳng định, kiểm tra, đánh giá trong học tập là quá trình thu thập và xử lý thông tin về tình hình lĩnh hội kiến thức, bồi dưỡng tư

tưởng đạo đức, hình thành kỹ năng, kỹ xảo của người học so với mục tiêu, yêu cầu học tập.

Việc tự kiểm tra đánh giá kết quả học tập qua quá trình tự học có thể được thực hiện bằng nhiều hình thức: dùng các thang đo mức độ đáp ứng theo yêu cầu của giảng viên, đánh giá nhận xét của tập thể thông qua thảo luận, tự đối chiếu so sánh với mục tiêu mà bản thân đặt ra ban đầu... Tất cả các hình thức này đều mang một ý nghĩa tích cực, cần được quan tâm thực hiện thường xuyên. Thông qua nó người học tự đối thoại để thẩm định mình, hiểu được cái gì làm được, điều gì chưa thỏa mãn nhu cầu học tập nghiên cứu để từ đó có hướng khắc phục hay phát huy, góp phần rèn luyện các thao tác tư duy nhanh, sâu, độc lập, sáng tạo.

1.1.4. Các hình thức của tự học môn Bóng chuyền

1.1.4.1. Tự học có sự hướng dẫn của giảng viên

Quá trình luyện tập các kỹ thuật trên lớp là quá trình căn bản, cung cấp cho sinh viên những kiến thức cơ bản về kỹ thuật bóng chuyền, khái quát về các kỹ thuật của môn Bóng chuyền. Giảng viên giữ vai trò quan trọng trong việc định hướng cho sinh viên, hướng dẫn cho sinh viên phương pháp nghiên cứu, tự học ở trên lớp, cho sinh viên chủ động, nắm vững và chiếm lĩnh được trọn vẹn các kỹ thuật liên quan đến Bóng chuyền đã học trên lớp. Ngoài ra, với việc định hướng cho sinh viên, giảng viên còn có một vai trò quan trọng trong việc giám sát, hướng dẫn, kiểm tra, đánh giá kết quả đạt được của sinh viên sau khi sinh viên tự nghiên cứu, tự học thông qua các buổi vấn đáp tại lớp, kiểm tra thường xuyên....

Tự học theo hình thức này sẽ gắn liền với nội dung bài học, theo sự sắp xếp và giám sát của giảng viên, nó sẽ giúp cho sinh viên xác định được phương hướng, mục tiêu và giải pháp tốt nhất để hoàn thành bài học cũng như bổ sung thêm kiến thức liên quan đến vấn đề đã được học.

1.1.4.2. Tự học không có sự hướng dẫn của giảng viên

Ngoài việc tự học theo sự hướng dẫn của giảng viên, sinh viên cũng phải tự chủ động tìm kiếm các hình thức tự học như học thời gian rỗi, tập luyện theo câu lạc bộ thể thao của trường... nghiên cứu những vấn đề tự tập luyện không được giảng viên định hướng nhưng những vấn đề đó lại có thể hỗ trợ tốt cho bản thân tự luyện tập các kỹ thuật đã được học trên lớp .

Hình thức này sẽ kích thích cho sinh viên có hứng thú để tự học các kỹ thuật tìm ra cách luyện tập để nâng cao thành tích của bản thân, tìm ra cách tập luyện của sinh viên giúp sinh viên hoàn thiện bản thân nhiều hơn, có thêm nhiều kiến thức khác tạo thêm sự tự tin cho sinh viên khi học tập cũng như tăng thêm khả năng tìm kiếm việc làm cho sinh viên khi ra trường.

Việc không có hướng dẫn của giảng viên giúp sinh viên không bị gò bó, không bị ràng buộc nên có thể chủ động tư duy, sáng tạo tạo ra những giá trị mới cho bản thân. Tuy nhiên, sinh viên cũng nên hỏi giảng viên nếu cảm thấy có vướng mắc hoặc chưa hiểu hết nội dung liên quan đến vấn đề mình đang nghiên cứu để tránh tư duy lạc đường, có sáng tạo nhưng không phù hợp dẫn đến hiểu sai vấn đề gây ảnh hưởng không tốt đến kết quả tự học của bản thân.

Ngoài ra, sinh viên còn có thể tự học ở nhà theo sở thích, đam mê của bản thân. Có thể bạn đang theo học một ngành này nhưng bạn vẫn hoàn toàn có thể nghiên cứu những vấn đề liên quan đến ngành học khác chỉ cần bạn cảm thấy nó thú vị, mình thực sự đam mê với nó. Việc tự học này sẽ giúp người học có một kiến thức tổng hợp, sâu rộng ở nhiều lĩnh vực khác nhau.

1.2. CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN

1.2.1. Yếu tố khách quan

**Thời tiết*

Tự nhiên là yếu tố khách quan và chúng ta không thể thay đổi được. Các rủi ro xảy ra từ thời tiết bất thường khiến cho quá trình tập luyện không đảm bảo về nội dung chương trình nên rất khó khăn, bất tiện. Đặc biệt với sân ngoài trời thì thời tiết xấu sẽ là một điều đáng buồn, tệ hơn nữa là dừng tập luyện....

**Phân bổ thời gian không hợp lý*

Thời gian là một yếu tố quan trọng trong bất kì một công việc nào. Những vấn đề về việc phân bổ thời gian thường gặp nhất chính là thời gian chuẩn bị, tập luyện, thời gian nghỉ, thời gian thực hiện kỹ thuật....

**Thực hiện kỹ thuật*

Mặc dù đã được kiểm tra, chạy thử trước đó nhưng những kỹ thuật động tác, tư thế người, trang phục... vẫn có thể xảy ra. Những tình trạng này khiến cho tập luyện không thể diễn ra suôn sẻ, phải dừng lại nhiều lần và không tạo được hứng thú cho các sinh viên tham gia tập luyện. Vì vậy, để đề phòng được hết những không may xảy ra, chúng ta cần phải tập trung kỹ vào khâu kiểm tra kỹ thuật và dạy động tác, tư thế chuẩn bị, thứ tự thực hiện kỹ thuật.

- Tự ý thức: Tự ý thức của sinh viên phụ thuộc vào sự hiểu biết về mục đích ý nghĩa và vai trò của tự học, nội dung cách thức của tự học và nhân tố ảnh hưởng tới tự học của bản thân. Từ đó SV biết tự tổ chức, tự kiểm tra - đánh giá kết quả tự học của mình để đáp ứng mục tiêu của giáo dục & đào tạo.

- Thái độ tự học: Thái độ tự học của SV được thể hiện ở nhu cầu tự học, động lực tự học, hứng thú, tích cực, tự lực học tập, sự say mê với tinh thần quyết tâm cao và ý chí khắc phục khó khăn để thực hiện được nhiệm vụ học tập. Những cử chỉ hành vi có thể quan sát được cũng là biểu hiện của thái độ tự học (cần mẫn, chăm chỉ...). “vấn đề hình thành và phát triển tư duy không chỉ là vấn đề nắm vững tri thức kỹ năng kỹ xảo, trí tuệ và phương thức hành động mà xen vào đó là biểu hiện sâu sắc của xúc cảm và tình cảm, thái độ tích cực của người học.

Những thành phần bên trong của thái độ tự học bao gồm: Nhu cầu tự học, động cơ tự học, hứng thú tự học, ý chí khắc phục khó khăn trong tự học...

- Khả năng tự học: Cùng với hệ thống các yếu tố trên sinh viên phải có khả năng tự học thông qua việc thực hiện kế hoạch tự học, cách thức tổ chức tự học, đặt biệt dựa vào kết quả học tập để quyết tâm phấn đấu. Như thế SV phải tích cực tự học, tự thu thập tài liệu về nội dung, phương pháp, bản thân mình có nhu cầu tích lũy tri thức cũng như cách thức và kỹ năng thực hành.

- Phương pháp học tập: Là phương thức để đạt được mục đích, nhiệm vụ học tập theo một cách thức nào đó. SV phải có kế hoạch học tập hợp lý, có sự phân phối thời gian và áp dụng các hình thức tự học phù hợp. Phương pháp học tập có tính quyết định đến kết quả học tập của SV. Bên cạnh những yếu tố trên, khả năng tư duy, khái quát, tổng hợp, phân tích vấn đề là yếu tố bên trong quyết định trực tiếp đến hiệu quả của hoạt động tự học.

1.2.2. Yếu tố chủ quan

Bộ giáo dục và Đào tạo đặc biệt quan tâm đến công tác GDTC trong các trường đại học, thể hiện qua việc thường xuyên ban hành các nội dung chương trình môn học thể dục các trường với các quy định về tự học Bóng chuyền cụ thể như: Luôn cải tiến chương trình cho phù hợp với điều kiện và hoàn cảnh của từng trường, từng địa phương và của đất nước, thường xuyên tổ chức các giải phong trào cũng như tham gia các giải học sinh, sinh viên của khu vực và thế giới để động viên và khích lệ sinh viên tham gia tập luyện.

Để đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của hội nhập, các nhà trường cần phải

đầu tư, trang bị những điều kiện đảm bảo cần thiết phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện Bóng chuyên, cũng như rèn luyện thể thao.

Đội ngũ cán bộ, giáo viên hướng dẫn môn giáo dục thể chất trong các trường đại học: là nhân tố quyết định đến chất lượng công tác GDTC trong nhà trường. Giáo viên môn giáo dục thể chất có trách nhiệm lập kế hoạch công tác GDTC, tiến hành việc dạy môn học thể dục theo chương trình quy định, tổ chức hướng dẫn các hoạt động tự học sinh viên, tổ chức ngày hội thể thao của trường và tham gia các hoạt động chung của ngành, của địa phương.

Đội ngũ sinh viên: Là đối tượng trực tiếp tham gia các hoạt động học tự tập luyện. Đây là đối tượng trung tâm của công tác GDTC. Giữ vai trò quyết định, thể hiện tính hiệu quả của công tác GDTC của nhà trường. Thể hiện ở việc hoàn thành những nội dung chương trình môn học GDTC, mức độ hứng thú đối với việc tham gia tập luyện TĐTT của các em.

- Phương pháp dạy học của giảng viên: Các yêu cầu về học tập, đòi hỏi phương pháp giảng dạy của giáo viên phải phù hợp với trình độ nhận thức và đặc điểm tâm sinh lý của mỗi cá nhân mới hình thành và phát triển khả năng tự học cho sinh viên. Khi các khả năng tự học hình thành rồi phải được rèn luyện và củng cố thường xuyên. Việc đổi mới phương pháp giảng dạy phù hợp với trình độ nhận thức và đặc điểm tâm sinh lý của cá nhân là yếu tố tác động trực tiếp đến việc rèn luyện khả năng tự học cho sinh viên nhằm phát huy tính tích cực, tự giác độc lập sáng tạo của sinh viên. Các nghiên cứu cho rằng: chất lượng tự học phụ thuộc vào trình độ tổ chức và điều khiển hoạt động học của thầy.

- Việc tổ chức, quản lý sinh viên tự học cũng có tác dụng tới quá trình hình thành rèn luyện, nâng cao khả năng tự học cho sinh viên. Tuy rằng việc tự học của sinh viên Cao đẳng, Đại học hiện nay được quản lý theo cơ chế tự quản. Song các trường quản lý tự học của sinh viên bằng nhiều cách: yêu cầu giáo viên đổi mới phương pháp dạy học, thực hiện nghiêm túc qui chế thi cử và kiểm tra – đánh giá theo từng năm học, từng kỳ học, từng tháng và từng tuần.

- Các yếu tố khác: Môi trường tự học (sự phát triển xã hội, yêu cầu của thời đại, mối quan hệ bạn bè, môi trường tập thể...); Thời gian tự học (để rèn luyện và nâng cao khả năng tự học cho sinh viên không những phải sắp xếp thời gian hợp lý vào thời điểm trong ngày mà còn phù hợp với đặc điểm tâm lý cá nhân); Điều kiện sống, điều kiện sinh hoạt, các phương tiện học tập, tài liệu tham khảo; Nhân tố gia đình, bạn bè người thân...

Tóm lại, việc hình thành và phát triển khả năng tự học của sinh viên chịu ảnh hưởng nhiều yếu tố chủ quan và khách quan. Trong đó yếu tố chủ quan là cốt lõi, có tính quyết định ảnh hưởng trực tiếp đến hành động và kết quả tự học. Yếu tố khách quan là điều kiện cơ sở nền tảng để kết quả tự học của sinh viên đạt mức độ cao hơn. Tuy nhiên xét về khả năng tự học, để hình thành, rèn luyện và nâng cao khả năng tự học thì yếu tố chủ quan mới là điều kiện cần và đủ. Yếu tố bên trong quyết định trực tiếp hiệu quả hành động tự học. J.A.Comenxki đã nói: Mỗi học sinh có một vốn tri thức, một trình độ tư duy riêng, chỉ có tự học mới học hết tất cả những điều cần học vì chỉ có bản thân người học mới biết rõ mình còn thiếu cái gì và cần học cái gì?.

CHƯƠNG 2

THỰC TRẠNG TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

2.1. KHÁI QUÁT VỀ CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ TỔ CHỨC DẠY HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CHO SINH VIÊN Ở TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

2.1.1. Khái quát về chương trình giáo dục thể chất

Chương trình môn học Giáo dục Thể chất nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập thể dục, thể thao để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, hoàn thiện nhân cách, nâng cao khả năng học tập, kỹ năng hoạt động xã hội cho sinh viên trường Đại học Hoa Lư với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện đào tạo đội ngũ cán bộ khoa học kỹ thuật, quản lý kinh tế và văn hóa xã hội; phát triển hài hòa về thể lực và tư duy, có thể chất cường tráng, đáp ứng yêu cầu xã hội. Thông qua các hoạt động Giáo dục Thể chất để thúc đẩy các phong trào thể dục, thể thao trong toàn trường

** Về nhận thức*

- Rèn luyện tinh thần tập thể, ý thức tổ chức kỷ luật, xây dựng niềm tin, lối sống tích cực lành mạnh, tinh thần tự giác học tập, rèn luyện thân thể, chuẩn bị sẵn sàng phục vụ sản xuất và bảo vệ Tổ quốc.

- Giúp người học nhận thức tầm quan trọng của việc rèn luyện thân thể và phát triển thể chất cho bản thân.

- Nâng cao năng lực nghề nghiệp, tích cực, chủ động tham gia các hoạt động thể dục thể thao của nhà trường và xã hội

** Về kiến thức Thể dục thể thao*

- Một số nội dung cơ bản về lý luận và phương pháp thể dục thể thao

- Kiến thức cơ bản về phương pháp tập luyện, rèn luyện thể chất một số môn thể thao cơ bản.

- Vận dụng được các điều luật thể thao cơ bản tổ chức tập luyện, tổ chức thi đấu, trọng tài. Phương pháp tự học và tự tổ chức tập luyện theo nhóm.

** Về kỹ năng thực hành và trình độ thể chất.* Người học đạt được các yêu cầu sau:

- Thực hiện được kỹ thuật cơ bản các môn thể thao thuộc chương trình môn học.

- Kỹ năng tự tập luyện và có thể thi đấu một số môn thể thao.
- Kỹ năng tổ chức các hoạt động giao lưu thể dục thể thao.
- Hoàn thành môn học và có kết quả các học phần phải đạt điểm 5 trở lên.

**Yêu cầu*

- Chương trình môn học Giáo dục Thể chất dành cho sinh viên trường Đại học Hoa Lư được xây dựng trên cơ sở nội dung của khung chương trình môn học Giáo dục Thể chất do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định; chương trình môn học Giáo dục Thể chất đào tạo theo hệ thống tín chỉ và điều kiện thực tế về đội ngũ giảng viên, cơ sở vật chất, sân bãi luyện tập của Bộ môn Giáo dục Thể chất Trường Đại học Hoa Lư;

- Nội dung chương trình quy định về mức độ kiến thức, kỹ năng của một số môn thể thao, mức độ về phát triển thể chất mà người học phải đạt được trong quá trình học tập môn Giáo dục Thể chất.

2.1.2. Nội dung giảng dạy giáo dục thể chất

- Cung cấp cho người học các kỹ thuật, kỹ năng cơ bản của môn học và phát triển các tố chất vận động.

- Quy định về yêu cầu, kiểm tra đánh giá kết quả học tập;
- Quy định về nội dung và kế hoạch giảng dạy;
- Các học phần phải có đề cương chi tiết thể hiện rõ số lượng tín chỉ, điều kiện tiên quyết (nếu có), nội dung lý thuyết và thực hành, cách thức đánh giá học phần, giáo trình, tài liệu tham khảo và thực hành, phục vụ học phần.

**Phần lý thuyết*

Nắm được nội dung cơ bản trong các học phần của chương trình; Hiểu biết một số điều luật thi đấu cơ bản của môn học.

**Phần thực hành*

Nắm được nội dung cơ bản học phần Giáo dục Thể chất bắt buộc của chương trình; biết luật thi đấu, phương pháp tự tập luyện và rèn luyện thể chất, sức khỏe.

- Mô tả các học phần: Kiến thức, kỹ năng thực hành môn Bóng rổ, Bóng chuyền, cầu lông, điều luật cơ bản, phương pháp tự tập luyện và rèn luyện thể chất, sức khỏe.

Thời gian đào tạo Chương trình Giáo dục Thể chất được bố trí giảng dạy, học tập trong toàn khoá học với 03 tín chỉ gồm 135 tiết; 1 tín chỉ 45 tiết; 1 tiết là 50 phút, không được trùng lặp nhau về nội dung môn học giữa các học phần.

- + Giáo dục Thể chất 1 (01 tín chỉ)
- + Giáo dục Thể chất 2 (01 tín chỉ)
- + Giáo dục Thể chất 3 (01 tín chỉ)
- * Đánh giá và xếp loại

Việc tổ chức, quản lý đánh giá kết quả học tập đối với các học phần thuộc chương trình môn học Giáo dục thể chất được thực hiện theo Quy chế đào tạo hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ của Trường Đại học Hoa Lư.

2.2. TỔ CHỨC KHẢO SÁT

2.2.1. Mục đích khảo sát

Khảo sát thực trạng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư nhằm đề xuất biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

2.2.2. Nội dung khảo sát

- Nhận thức của sinh viên về ý nghĩa, chương trình, nội dung và hình thức tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

- Khảo sát thực trạng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

- Tìm hiểu mức độ khó khăn của sinh viên trong quá trình tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

- Đánh giá mức độ tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

2.2.3. Cách thức, thời gian tiến hành khảo sát

Bước 1: Tiến hành khảo sát

- Gửi phiếu khảo sát giảng viên giảng dạy học phần Giáo dục thể chất 2, giảng viên Giáo dục thể chất tham gia hướng dẫn tự học môn Bóng chuyền.

- Quan sát quá trình tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

- Tiến hành đàm thoại, trao đổi ý kiến với giảng viên giảng dạy học phần Giáo dục thể chất 2, giảng viên Giáo dục thể chất tham gia hướng dẫn tự học môn Bóng chuyền, với sinh viên nhằm làm sáng tỏ và cụ thể hóa các nội dung khảo sát, đồng thời xác định nguyên nhân của thực trạng.

- Đánh giá mức độ thực hiện việc tự học môn Bóng chuyền của sinh viên.

Bước 2: Xử lý kết quả khảo sát

Bước 3: Phân tích thực trạng và tìm ra nguyên nhân ảnh hưởng đến thực trạng Thời gian khảo sát thực trạng tiến hành từ tháng 4/2022 đến tháng 5/2022.

2.3. KẾT QUẢ KHẢO SÁT THỰC TRẠNG TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYÊN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

2.3.1. Chương trình, nội dung và cách thức tự học môn bóng chuyên của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư.

2.3.1.1. Chương trình, nội dung học môn Bóng chuyên của sinh viên

Chương trình giảng dạy môn giáo dục thể chất tại Đại học Hoa Lư được đề tài khảo sát một cách chi tiết để xác định các vấn đề liên quan đến việc tự học của sinh viên học môn giáo dục thể chất.

Theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo việc phân bổ chương trình, nội dung tại Đại học Hoa Lư như sau:

Phân phối nội dung, chương trình môn giáo dục thể chất

TT	Nội dung	Tổng số giờ	Học phần/Tín chỉ
			GDTC2/1tín
1	Lý thuyết	2	2
2	Thực hành	43	43
	Bóng chuyên		
Tổng		45	45

Từ phân phối chương trình cho thấy: Chương trình quy định chặt chẽ về thời gian, nội dung học tập, đồng thời để phù hợp với đặc điểm riêng của Trường như điều kiện về sân bãi, thời tiết và đội ngũ giảng dạy.

Thực tế chương trình đã cho phép chia thành ba tín chỉ và được học vào hai năm đầu. Việc học môn giáo dục thể chất được tiến hành theo hình thức “ cuốn chiếu” tức là dạy liên tục để hoàn thiện các nội dung của các học phần liền nhau. Mỗi buổi học sinh sẽ học 3 tiết/ 15 tuần và được học lệch buổi so với học chính khoá và chia đều các lớp trên tuần, phân phối thời gian và các môn học như vậy sẽ đảm bảo được sử dụng các sân bãi, dụng cụ các môn học.

Về chương trình chi tiết môn học giáo dục thể chất tại Trường.

Chuẩn đầu ra của chương trình giáo dục thể chất 2 của Trường.

STT	Chuẩn đầu ra học phần	Thang đo Bloom (6 cấp độ)
1	Vận dụng các nguyên lý kỹ thuật để thực hiện các kỹ thuật cơ bản của một số nội dung môn bóng chuyền.	Vận dụng
2	Vận dụng kiến thức đã học để tổ chức tập luyện và tham gia các hoạt động thi đấu.	Vận dụng
3	Có khả năng tự rèn luyện nâng cao sức khỏe phù hợp với điều kiện môi trường học tập, làm việc và trong thực tiễn cuộc sống.	Phi nhận thức

Nội dung môn học.

Phần	Nội dung học tập	Số tiết	Số tiết tự học
Giáo dục thể chất 2: Bóng chuyền			5
Lý thuyết	Lịch sử môn Bóng chuyền Thế giới và Việt Nam; Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng chuyền.	2	
Thực hành	Tư thế chuẩn bị và kỹ thuật di chuyển	10	
	Kỹ thuật chuyền bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt	10	
	Chuyền bóng thấp tay trước mặt (đệm bóng)	10	
	Phát bóng	10	
Kiểm tra	Chuyền bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt; chuyền bóng thấp tay trước mặt; Phát bóng	3	

Căn cứ vào chuẩn đầu ra cho nội dung môn học cho thấy:

- Thứ 1: Phần lớn kiến thức môn học đều đòi hỏi sinh viên phải đạt đến mức độ cao của quá trình nhận thức. Việc biết và hiểu là cơ sở để sinh viên phân tích, tổng hợp, đánh giá, vận dụng và sáng tạo những kiến thức đã được học vào hoạt động thực tiễn.

- Thứ 2: Thời gian thực hiện bài giảng trên lớp rất hạn hẹp, chỉ đủ cho sinh viên tiếp cận được vấn đề, biết và hiểu. Để nhận thức cao hơn sinh viên cần được rèn luyện kỹ năng tư duy, so sánh, phân tích, tổng hợp, thử nghiệm... Điều

này đòi hỏi phải có đủ thời gian để tự luyện tập, phải gắn liền với thực tiễn, có kế hoạch và phương thức tự học phù hợp.

- Thứ 3: Theo phân phối chương trình môn học theo niên chế trước đây, tỉ lệ thời gian học trên lớp và thời gian tự học là 1:1. Trong chương trình môn học theo tín chỉ thì có 5 tiết tự học. Việc thực hiện giờ tự học cho mỗi môn học phụ thuộc nhiều vào yêu cầu của giảng viên và sự nỗ lực, tự giác của sinh viên, được đánh giá thông qua kết quả là điểm học phần môn học.

- Thứ 4: Việc kiểm tra, đánh giá kết quả học tập học phần được thực hiện theo qui định chung. Kết quả này phụ thuộc vào các yếu tố chủ quan trong quá trình tổ chức việc hoạt động dạy học. Để đảm bảo tính chính xác, khách quan, đánh giá được đúng mức độ đạt chuẩn đầu ra thì nội dung, cách thức tổ chức thi và kiểm tra cần được thiết kế và thực hiện hợp lý, khoa học.

2.3.1.2. Cách thức tự học môn *Bóng chày* của sinh viên

- Tự học dựa trên tài liệu, hướng dẫn của giảng viên. Theo cách này giảng viên trước khi bước vào giảng dạy một học phần sẽ cho các bạn danh mục những tài liệu liên quan đến học phần đó và nhiệm vụ của sinh viên đó là tìm hiểu và đọc các tài liệu được giảng viên cung cấp. Cách này sẽ giúp sinh viên nắm vững được kiến thức của môn học, mang lại một kết quả học tập tốt.

- Tự học thông qua các phương tiện truyền thông, sách, báo.... Theo cách này, bạn có thể chủ động hơn trong việc thu thập thông tin, tích lũy thêm nhiều kiến thức khác liên quan đến môn học gắn liền với thực tiễn cuộc sống. Điều quan trọng là bạn cần thực hiện nó một cách thường xuyên để có thể ghi nhớ và vận dụng tốt hơn trong học tập và cuộc sống.

- Tự học thông qua việc tham gia các hội nghị, các sự kiện, các lớp kỹ năng khác... Việc tự học này giúp sinh viên tích lũy được những kinh nghiệm, những bài học bổ ích từ những người có chuyên môn cao từ đó tạo cho sinh viên một tầm gương để học hỏi, phấn đấu vươn lên.

- Tự học thông qua việc tham gia các câu lạc bộ, đội nhóm trong cũng như ngoài trường. Việc tham gia các CLB, đội nhóm giúp sinh viên có những trải nghiệm mới, có cơ hội để thực hành những kiến thức mà mình đã được học và thu thập thêm cho bản thân những bài học mới, tạo cho sinh viên phát triển toàn diện về học thức lẫn kỹ năng.

2.3.2. Thực trạng kết quả học tập môn Bóng chuyên của sinh viên trường Đại học Hoa Lư

(*) Để đánh giá thực trạng tự học môn Bóng chuyên của sinh viên chúng tôi tiến hành phỏng vấn trên đối tượng sinh viên khoá đại học D14 ngành TH,MN vào thời điểm trước môn học. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 2.2.

Bảng 2.3. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng học môn Bóng chuyên (n = 110)

TT	Nội dung	Ý kiến lựa chọn		
		mi	%	
1.	Mục đích tự học	Thi qua môn học	50	45,5
		Được điểm cao	45	41
		Theo phong trào	5	4,5
		Phục vụ cuộc sống	10	9,1
		Trở thành cán bộ chuyên ngành giỏi	0	0
2.	Động cơ tự học	Thỏa mãn yêu cầu hiểu biết	20	18,2
		Nhanh hoàn thành khóa học	30	27,3
		Đáp ứng nguyện vọng của gia đình	5	4,5
		Có cơ hội việc làm	0	0
		Được giảng viên ghi nhận	30	27,3
		Được bạn bè tôn trọng	20	18,2
		Được khen thưởng	5	4,5
3.	Thái độ tự học	Có hứng thú	10	9,1
		Nếu bắt buộc thì thực hiện	55	50
		Chán nản	20	18,2
		Thiếu tự tin	25	22,7
4.	Hình thức tự học	Độc lập, không theo kế hoạch	34	31
		Có kế hoạch riêng	12	11
		Theo hướng dẫn của giảng viên	50	45,5
		Học theo nhóm trên lớp	14	12,7
		Học theo nhóm riêng	0	0
		Tham gia câu lạc bộ học tập	0	0
		Theo lịch trình môn học	5	4,5

5.	Nội dung tự học	Do giảng viên yêu cầu	50	45,5
		Theo đề cương ôn tập	50	45,5
		Vấn đề bản thân quan tâm, hứng thú	5	4,5
		Liên quan đến việc làm sau này	0	0
		Các vấn đề mang tính thời sự	0	0
6.	Phương tiện sử dụng để tự học	Giáo trình	45	40,9
		Sân bãi, dụng cụ, trang phục...	35	31,8
		Tài liệu điện tử	5	4,5
		Tài liệu hướng dẫn(đề cương bài giảng, phim ảnh, báo chí...)	10	9,1
		Sách tham khảo	5	4,5
		Từ thực tiễn sinh hoạt, tập luyện	10	9,1
7.	Mức độ đáp ứng của các phương tiện tự học	Cung cấp đủ phương tiện	50	45,5
		Nhiều quá, không chọn lọc được	20	18,2
		Thiếu phương tiện cần thiết	10	9,1
		Sử dụng không hiệu quả	30	27,3
8.	Thời lượng giành cho việc tự học	Không có	0	0
		Rất ít	15	13,6
		1 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	64	58,2
		2 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	15	13,6
		3 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	5	4,5
		Không xác định được	11	10
9.	Địa điểm tự học	Trên lớp học	50	45,5
		Tập trong phòng ở	15	13,6
		Tập ở sân nhà ở	18	13,4
		Tại nơi làm thêm	0	0
		Tại bất cứ nơi nào	7	6,4
		Sân tập	20	18,2
10.	Tự học khi nào	Theo thời gian biểu	10	9,1
		Lúc rảnh rỗi	15	13,6
		Khi có hứng thú	20	18,2
		Khi có bạn cùng học	5	4,5
		Khi sắp phải kiểm tra	60	54,5

11.	Vai trò của tự học đến kết quả môn học	Rất quan trọng	18	16,4
		Quan trọng	34	31
		Bình thường	58	52,7
		Không quan trọng	0	0
12.	Việc cần làm để tự học môn Bóng chuyên	Định hướng rõ ràng mục tiêu	10	9,1
		Được quan tâm, động viên	20	18,2
		Hướng dẫn sử dụng các bài tập	25	22,7
		Xác định cụ thể nội dung tự học	5	4,5
		Có sự kiểm tra, đánh giá việc tự học	10	9,1
		Có địa điểm tự học phù hợp	24	21,8
		Có phong trào tự học	6	5,5
		Có nhóm, câu lạc bộ học tập	5	9,1

**Thực trạng về mục đích tự học môn Bóng chuyên của sinh viên*

Có 45,5% xác định mục tiêu tự học là thi qua môn học. Đây có thể xem là nhiệm vụ vừa sức và đảm bảo kết quả đạt được ở mức an toàn, nhất là ở đối tượng sinh viên năm đầu làm quen với việc tự học ở bậc đại học.

Với mục tiêu đã chọn thì động lực tự học của sinh viên là chưa cao vì mục tiêu thi qua môn học với sinh viên hiện nay là không khó để đạt được khi theo thống kê, kết quả học tập các môn học nói chung trong trường thường có tỉ lệ thi qua lần 1 là trên 75%. Điều này chắc chắn sẽ ảnh hưởng rất nhiều đến tâm lý tự học của sinh viên.

Số sinh viên tự học môn học nhằm được điểm cao cũng chiếm tỷ lệ không nhỏ (41%). Đây cũng là nhu cầu chính đáng và đang khá phổ biến vì yêu cầu về bằng cấp cho đến nay vẫn là rất quan trọng khi sinh viên có dự định xin việc theo đúng ngành đã học và có thể liên quan đến 0% số sinh viên có mong muốn trở thành cán bộ chuyên ngành giỏi.

Chỉ 4,5% sinh viên cho rằng tự học theo phong trào, theo bạn bè. Điều này cho thấy việc tự học môn Bóng chuyên chưa có phong trào, chưa tạo được ảnh hưởng tới các sinh viên đang học môn học.

**Thực trạng về động cơ tự học môn Bóng chuyên của sinh viên*

Trong số sinh viên được hỏi có 4,5% cho rằng việc học tập là do mong muốn của gia đình; 27,3 % mong được giảng viên ghi nhận; 27,3% vì muốn học cho xong nhiệm vụ, hoàn thành khóa học; 18,2% muốn được bạn bè tôn trọng; 4,5% vì muốn được khen thưởng trong khi chỉ có 18,2% tự học để được thỏa mãn nhu cầu hiểu biết, được tìm tòi, khám phá.

Trên cơ sở mục đích, động cơ tự học của sinh viên cho thấy việc học vì điểm là xuất phát từ mong muốn học cho xong, học để bố mẹ yên tâm, học cho có điểm cao để dễ xin việc làm chứ ở phần lớn sinh viên, việc tự học môn Bóng chuyên chưa phải vì sự ham mê với môn học, muốn chinh phục tri thức, muốn hoàn thiện bản thân. Nếu học chỉ vì điểm số thì chỉ đem lại kết quả nhất thời chứ không thể giúp sinh viên hình thành phẩm chất, phát huy năng lực nghề nghiệp của người lao động trong tương lai. Quan trọng là với động cơ tự học không tích cực thì sinh viên khó có thể nỗ lực vượt qua tâm lý ngại học và những bất lợi từ môi trường bên ngoài để hoàn thành tốt nhiệm vụ học tập.

** Thực trạng về thái độ tự học môn Bóng chuyên của sinh viên*

Qua điều tra, chỉ 9,1% sinh viên có hứng thú khi tự học môn Bóng chuyên. Có 50% cho rằng nếu bắt buộc thì thực hiện, 18,2% số sinh viên được hỏi cho biết dễ bị chán nản và 22,7% có thái độ thiếu tự tin khi tự học. Điều này cho thấy đa phần sinh viên thiếu động lực để tự học, một số vì chưa có kỹ năng tự học nên cảm thấy dễ nản, thiếu tự tin. Ở một số sinh viên, với mục đích học không vì sự ham hiểu biết, việc tự học không bị quản lý, kiểm tra chặt chẽ thì tâm lý thiếu tự giác tích cực trong tự học là điều dễ hiểu.

** Thực trạng về hình thức tự học môn Bóng chuyên của sinh viên*

Phần đông sinh viên (50%) được hỏi cho biết tự học môn Bóng chuyên theo hình thức học theo hướng dẫn của giảng viên, đây là hình thức giảng viên thường tổ chức cho sinh viên tập luyện hoặc khi giảng viên đề xuất sinh viên giúp đỡ nhau trong tập luyện. Việc tự học độc lập, không theo kế hoạch chiếm 31%. Số sinh viên chủ động tự học theo kế hoạch riêng chiếm tỷ lệ 11% và chưa có hình thức tự học theo nhóm riêng do các sinh viên tự tổ chức hoặc theo các câu lạc bộ sinh viên yêu thích môn học. Thực trạng này cho thấy hình thức tự học môn Bóng chuyên của sinh viên là chưa đa dạng, chưa chủ động và thiếu tính kế hoạch.

** Thực trạng về nội dung tự học môn Bóng chuyên của sinh viên*

Có 45,5% sinh viên được hỏi tự học những nội dung do giảng viên yêu cầu; 45,5% theo đề cương ôn tập; không có sinh viên tự học những nội dung liên quan đến việc làm sau này; 4,5% tự học những nội dung mà bản thân quan tâm, hứng thú, không tự tìm hiểu nội dung liên quan đến các vấn đề mang tính thời sự và chỉ 4,5% sinh viên tự học môn Bóng chuyên theo lịch trình môn học.

Kết quả cho thấy, ở môn Bóng chuyên, thực trạng chỉ học những nội dung đến việc thi, kiểm tra là rất phổ biến. Việc chủ động tự học các nội dung đã được giới thiệu trong lịch trình môn học cũng như các vấn đề mang tính thời sự có liên qua đến nội dung môn học cũng không được nhiều sinh viên quan tâm. Bên cạnh đó, nguyên nhân còn do nhiều sinh viên cho dù đang học đại học nhưng vẫn chưa định hướng được nghề nghiệp tương lai hoặc chưa phân biệt được bản chất hoạt động học tập.

** Thực trạng về việc sử dụng các phương tiện và mức độ đáp ứng của các phương tiện trong tự học môn Bóng chuyên:*

Có 40,9% sinh viên sử dụng giáo trình để phục vụ cho việc tự học môn học. Đây là yêu cầu bắt buộc khi sinh viên đến lớp học. Tuy nhiên, với chuẩn đầu ra mới của môn học thì việc chỉ tự học từ giáo trình là không đảm bảo được nội dung yêu cầu mà còn trải qua quá trình tự luyện tập trên lớp tự luyện tập theo các hình thức khác nhau.

Tài liệu điện tử là phương tiện khá phổ biến giúp tự học môn học, có 4,5% sinh viên sử dụng, được phát huy bởi đa số sinh viên đã có điện thoại thông minh và có thể kết nối internet. Việc cập nhật, tra cứu thông tin từ tài liệu điện tử là rất cần thiết bởi phương tiện này có dung lượng thông tin lớn và thường xuyên được cập nhật nội dung. Tuy nhiên dung lượng quá nhiều và thông tin chưa được kiểm chứng cũng sẽ gây khó khăn cho sinh viên khi chỉ dựa vào phương tiện này để tự học. Tỷ lệ dùng tài liệu tài liệu hướng dẫn (đề cương bài giảng, phim ảnh, báo chí...) để tự học là 9,1% và sách tham khảo là 4,5%. Thực trạng cho thấy đa phần sinh viên chưa có nhu cầu đa dạng hóa các phương tiện để tìm hiểu, nghiên cứu sâu hơn về các nội dung tự học môn Bóng chuyên.

Có 9,1% sinh viên được hỏi đã tự học thông qua các hoạt động sinh hoạt, tập luyện hàng ngày từ phim ảnh, báo chí và không có sinh viên tiếp cận với tạp chí chuyên ngành. Vì môn Bóng chuyên là môn học đòi hỏi tính ứng dụng cao và gắn liền với thực tế nên tỷ lệ này là chưa đạt yêu cầu. Các sinh viên cũng có ý kiến khác nhau về mức độ đáp ứng của các phương tiện trong việc cung cấp thông tin. Kết quả này cho thấy, việc sử dụng các phương tiện và mức độ đáp

ứng của các phương tiện trong tự học môn Bóng chuyên không chỉ là nhiều hay ít mà sâu xa hơn là cách thức sử dụng các phương tiện này cũng như kỹ năng tiếp nhận và xử lý thông tin và giải quyết vấn đề của sinh viên chưa tốt.

**Thực trạng về thời gian dành cho việc tự học môn Bóng chuyên*

Kết quả thu được cho thấy các sinh viên dành thời gian cho việc tự học ở các mức độ khác nhau. Có 13,6% cho biết dành rất ít thời gian để tự học; 58,2% tự học với tỉ lệ tương ứng với số tiết học trên lớp; 13,6% tự học với tỉ lệ tương ứng với số tiết học trên lớp là 2:1; có 4,5% tự học với tỉ lệ tương ứng với số tiết học trên lớp là 3 :1 và có 10% không xác định được thời gian dành cho việc tự học môn môn Bóng chuyên.

So với yêu cầu của học phần tin chỉ thì việc dành thời gian tự học như vậy là không đạt yêu cầu. Dù quan tâm đến hiệu quả hay quá trình thì việc đảm bảo mỗi tiết học trên lớp cần tối thiểu 1 tiết tự học là điều kiện tiên quyết để sinh viên có đủ thời hoàn thành các nhiệm vụ của môn học, đi sâu tìm hiểu các tri thức, rèn luyện các kỹ năng và tạo ra sự hứng thú trong học tập. Các giá trị này chỉ có được khi sinh viên thực hiện nghiêm túc hoạt động tự học.

**Thực trạng về địa điểm và thời điểm sinh viên tự học môn Bóng chuyên*

Kết quả cho thấy, 45,5% sinh viên tự học trên lớp trong giờ chính khóa. 13,4% tập tại sân trước cửa nhà ở. Việc tự học tại sân trường, nơi có điều kiện được cho là phù hợp nhất lại chỉ chiếm 18,2%. Có 13,6% cho biết có học tại phòng riêng ở nhà. Chỉ 0% có học tại nơi làm thêm và 6,4% cho rằng có tự học tại bất cứ nơi nào có thể.

Thực trạng này cho thấy đa phần sinh viên chỉ tự học trên lớp theo yêu cầu của giáo viên trong giờ học, đây chưa thực sự là tự học có tính đào sâu phân tích bởi khi học trên lớp sinh viên phải chịu sự chi phối bởi các hoạt động theo tiến trình của bài giảng, khó có thể tự học một cách chủ động, độc lập và cũng không đảm bảo được thời gian tự học theo đúng tiêu chuẩn.

Nguyên nhân của thực trạng này là do một phần ý thức tự học của sinh viên chưa cao, một phần là do các em sinh viên chưa chú trọng vào vấn đề tập luyện chỉ chú tâm vào các việc làm thêm của cá nhân khi có thời gian rảnh.

Phần lớn (54,5%) sinh viên cho biết đã tự học môn Bóng chuyên khi sắp đến kiểm tra. Gần nửa số này cũng cho biết sẽ tự học khi có hứng thú hoặc có thời gian rảnh rỗi. Có 4,5% cho rằng sẽ tự học khi có bạn cùng học và việc tự học theo thời gian biểu chỉ có 9,1% sinh viên thực hiện.

* *Nhận thức của sinh viên về vai trò của tự học đến kết quả học tập và nhu cầu trong việc tự học môn Bóng chuyên:*

Có 52,7% sinh viên được hỏi cho rằng việc tự học có vai trò ở mức bình thường đến kết quả học tập môn học, 16,4% cho rằng rất quan trọng và 31% cho ý kiến là quan trọng. Điều này có thể do nhận thức của sinh viên về vai trò của tự học môn học là chưa cao hoặc do qua thực tế, sinh viên chưa nhận thấy mức độ ảnh hưởng của việc tự học đến kết kiểm tra của môn học.

+ *Thực trạng này có thể là do những nguyên nhân sau*

- Đa số sinh viên vẫn chưa làm quen được với môi trường giáo dục đại học. Phương pháp học tập từ thời phổ thông vẫn chưa thể thoát ly trong suy nghĩ và thực hành của sinh viên.

- Nhiều sinh viên có mục đích, động cơ học tập chưa đúng đắn, thiếu tích cực.

- Trong điều kiện được tự do thoải mái, không có động lực phấn đấu, đa số sinh viên chưa ý thức được vai trò tự giác của bản thân trong học tập và rèn luyện.

- Thiếu môi trường học tập cạnh tranh, thiếu người đồng hành” trong quá trình tự học, tự nghiên cứu.

- Sinh viên chưa được trang bị đầy đủ về kỹ năng tự học, sử dụng các phương tiện hỗ trợ cho quá trình tự học chưa hiệu quả.

- Chưa đảm bảo các điều kiện phục vụ cho việc tự học của sinh viên.

- Bản thân giảng viên trong quá trình lên lớp cũng chưa nâng cao hơn nữa phương pháp giảng dạy để phát huy tính tích cực tự học của sinh viên.

* *Thực trạng cơ sở vật chất, dụng cụ phục vụ học tập môn Bóng chuyên tại trường Bảng 2.4*

Tên sân bãi, dụng cụ	Số lượng	Chất lượng		
		Tốt	Trung bình	Kém
Sân tập Bóng chuyên	2 sân		X	
Quả Bóng chuyên	50 quả	X		
Lưới Bóng chuyên	2 cái		X	
Còi	01	X		
Đồng hồ bấm giờ	01	X		

Thông qua khảo sát chúng tôi thấy cơ sở vật chất là đảm bảo cho quá trình học môn học Bóng chuyên và cả đảm bảo cho việc tự học.

2.3.3. Mức độ khó khăn của sinh viên trong quá trình tự học môn bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư

Về cơ sở vật chất đã đảm bảo cho sinh viên học chính khoá có đủ bóng, sân để học bên cạnh đó sinh viên muốn mượn bóng về giảng viên sẵn sàng cho mượn về nhưng qua quá trình quan sát thì thấy sinh viên không có nhu cầu tự học chỉ có ít sinh viên mượn bóng về nhà nên dẫn đến kết quả học tập điểm thấp và không đạt

Việc thực hiện kỹ thuật trong quá trình tự học là rất khó khăn cho sinh viên vì quá trình tự học trên lớp còn có các bạn có sự hướng dẫn của giảng viên thì mức độ khó khăn ít hơn so với tự học kỹ thuật ngoài giờ học hay tại nơi ở chẳng hạn thì việc tự học kỹ thuật lại rất khó khăn vì không có bóng, không có sự hướng dẫn của giảng viên, khi tập luyện cũng không có giảng viên sửa sai kỹ thuật cứ tập theo cái sai của mình... Trong quá trình học trên lớp thì thụ động, lười tập luyện giảng viên nhắc nhở mới tập còn không nhắc thì tìm cách chôn...

Ví dụ: Tự học kỹ thuật chuyền bóng cao tay vào thời điểm học tại sân nhà ở không có giảng viên hướng dẫn, sửa sai thì sẽ dẫn tới sai về kỹ thuật, cách chuyền bóng thì động tác tay quên hay nhớ không hết dẫn đến việc tự tập luyện của sinh viên sẽ rất khó khăn.

Trong quá trình tự tập luyện sinh viên gặp khó khăn nhất là thiết bị hay trang phục bóng chuyền ảnh hưởng đáng kể đến hiệu suất của thực hiện kỹ thuật bóng chuyền trên sân và sinh viên của Trường là sinh viên sư phạm là phần lớn sức khoẻ yếu lại chiều cao thì thấp nên trong quá trình thực hiện kỹ thuật rất khó khăn bên cạnh đó yếu tố thiên nhiên như mưa, nắng cũng sẽ gây khó khăn cho việc tập luyện vì sân bóng chuyền nằm ở ngoài trời.

- Khi giảng viên phân tích kỹ thuật, nêu phương pháp tập luyện và những sai lầm thường mắc trong quá trình thực hiện kỹ thuật thì không chịu tư duy, học hỏi, ghi nhớ, không chịu nghe... dẫn đến việc tự học không muốn tự tập luyện.

- Nhà trường tổ chức cho các em học buổi chiều nên khi học xong thì trời đã tối và học 5 tiết lý thuyết một buổi học và cũng đã mệt mỏi nên dẫn đến sinh viên lười đi tập, buổi sáng thì đi làm thêm nên cũng không có thời gian tự học.

- Một trở ngại lớn nữa là vấn đề mưu sinh, sinh viên gặp phải điều kiện kinh tế khó khăn, phải đi làm thêm, đôi khi không dự lớp và không có thời gian tự học, vì thế chất lượng học tập kém và không theo nổi việc học.

2.3.4. Đánh giá mức độ thực hiện quá trình tự học môn bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư

Qua quá trình thực hiện việc tự học của sinh viên chúng tôi đã quan sát thực tế về mức độ tự học của sinh viên D14 TH,MN và thấy rằng việc tự học của sinh viên chưa đạt yêu cầu.

Để đánh giá mức độ thực hiện quá trình tự học môn bóng chuyền của sinh viên chúng tôi tiến hành phỏng vấn 110 sinh viên D14TH,MN ở bảng sau: Bảng 2.5

TT	Nội dung	Ý kiến lựa chọn		
		SL	%	
1	Nhận thức về tầm quan trọng của môn Bóng chuyền khi tự học môn Bóng chuyền	Rất quan trọng	20	18,2
		Bình thường	60	54,5
		Không quan trọng	30	27,3
2	Thái độ, nhu cầu, hứng thú, tâm trạng khi tự học môn Bóng chuyền	Mong muốn	26	23,6
		Bình thường	24	21,8
		Không mong muốn	50	45,5
3	Mức độ thực hiện tự học tập môn Bóng chuyền	Thường xuyên	15	13,6
		Thỉnh thoảng	60	54,5
		Không bao giờ	35	31,8
4	Sở thích của bản thân khi tự học môn Bóng chuyền	Rất thích	15	13,6
		Thích	25	22,7
		Bình thường	30	27,3
		Không thích	40	36,4

Như vậy, qua Bảng 2.5, ta thấy mức độ thực hiện tự học tập môn Bóng chuyền chỉ có thi thoảng tập là đạt tới 54,5% còn tỷ lệ thường xuyên tập thì lại rất ít có 13,6% và sinh viên không thực hiện mức độ tự học thì đạt tới 31,8% bên cạnh đó nhận thức và tầm quan trọng của sinh viên tự học môn Bóng chuyền là rất ít 18,2%, trong khi đó có tới 54,5 % cảm thấy bình thường thực hiện tự học môn học, 27,3 % không quan trọng về việc thực hiện tự học môn học. Thực hiện tự học của sinh viên là một trong các minh chứng biểu hiện rõ nét nhất về nâng cao chất lượng môn học của sinh viên, tuy nhiên, trong luyện tập môn học tại nhà trường hiện nay, hơn 1/3 sinh viên không bao giờ thực hiện tự học môn học. Điều đó, cho thấy hạn chế trong việc nâng cao chất lượng tự học môn học của người học.

Tóm lại, thông qua các Bảng cho thấy mức độ thực hiện tự học tập môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại Học Hoa Lư cho thấy các em chưa nhận thức đúng vị trí và vai trò của môn học, vì vậy các em chưa có thái độ tự học trong học tập sự thiếu hụt về vấn đề tự học là trông thấy, rất đáng lo ngại về việc

tự học của sinh viên trong học tập môn học. Do vậy, điều này làm ảnh hưởng đến kết quả học tập của môn học nói riêng và chất lượng giáo dục của nhà trường nói chung từ đó chúng tôi đi sâu nghiên cứu về thực trạng và đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trong học tập môn học ở nhà trường là rất cần thiết và quan trọng.

2.4. CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

2.4.1. Yếu tố khách quan

- Hệ thống giám sát quá trình tự học (Giảng viên, sinh viên).
- Kết quả điều tra cho thấy, việc lựa chọn địa điểm, phương tiện, việc cần làm để tự học có ảnh hưởng lớn nhất đến hoạt động tự học của sinh viên. Qua phỏng vấn phần lớn sinh viên lựa chọn những nội dung có liên quan đến nội dung trong chương trình Bóng chuyền như là sân tập (18,2%) để tự học môn Bóng chuyền, sân bãi dụng cụ trang phục (31,8%), hướng dẫn sử dụng các bài tập (22,7%)

2.4.2. Yếu tố chủ quan

Những yếu tố chủ quan có ảnh hưởng lớn nhất đến hoạt động tự học của sinh viên chính là nhu cầu.

- Ý thức học tập và động cơ tự học của sinh viên còn thấp mặc dù cơ sở vật chất rất đảm bảo nhưng ý thức và động cơ không có nên dẫn đến việc tự học chưa cao, sinh viên đa phần là người ở địa phương nên còn bận nhiều về vấn đề kinh tế của bản thân nên không có thời gian tự tập nên dẫn đến việc tự học là rất hạn chế. Phương pháp tự học của người học thái độ và động cơ, nội dung, tự học khi nào của sinh viên đối với hoạt động này. Căn cứ trên kết quả phỏng vấn ngẫu nhiên 110 sinh viên đã cho thấy, chỉ có 45,5% số sinh viên được hỏi là có mục đích tự học là thi qua môn trong đó số lượng phần trăm tự học theo phong trào ở sinh viên 4,5%. Như vậy, ngay bản thân sinh viên chưa ý thức được mục đích của việc tự học và tác dụng của việc tự học với đời sống thể chất cũng như đời sống tinh thần của cá nhân. Đây chính là nguyên nhân chủ quan lớn nhất có ảnh hưởng đến hoạt động tự học của sinh viên.

CHƯƠNG 3
THỰC NGHIỆM MỘT SỐ BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG
TỰ HỌC MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ

3.1. MỤC ĐÍCH THỰC NGHIỆM

Thực nghiệm sư phạm được tiến hành nhằm mục đích thẩm định về tính hiệu quả tính khả thi của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn Bóng chuyền ở trường Đại học Hoa Lư, qua đó xác lập mối quan hệ nhân quả giữa sự tác động của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học, hiệu quả quá trình dạy học. Thực nghiệm sư phạm nhằm điều chỉnh và bổ sung để hoàn chỉnh các nghiên cứu lý thuyết nhằm tìm ra hướng đi đúng đắn, thích hợp để nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn Bóng chuyền ở trường Đại học Hoa Lư.

3.2. XÂY DỰNG CÁC BIỆN PHÁP

3.2.1. Căn cứ để lựa chọn biện pháp

- Căn cứ vào các văn bản pháp quy của Bộ Giáo dục và đào tạo về công tác dạy và học.

Theo QĐ 53/2008/QĐ-BGDĐT. Trong thời gian không thể tập trung để học tập theo kế hoạch, sinh viên có thể tự tập luyện theo tiêu chuẩn thể lực của sinh viên quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT, nhằm nâng cao thể lực hoàn thành nhiệm vụ học tập trong điều kiện hiện nay. Lưu ý: - Văn bản này không áp dụng đối với học sinh, sinh viên khuyết tật, tàn tật; học sinh, sinh viên mắc các loại bệnh không thể vận động với cường độ và khối lượng cao được cơ sở y tế có thẩm quyền từ cấp huyện trở lên xác nhận.

Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025; Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT ngày 31/12/2020 của Bộ trưởng Bộ GDĐT quy định về hoạt động thể thao trong nhà trường; Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ GDĐT về việc kiểm tra, đánh giá, xếp loại thể lực HSSV.

- Quy định dạy và học và các văn bản liên quan đến công tác tổ chức đào tạo sinh viên của Trường Đại học Hoa Lư

- Chương trình môn học Bóng chuyên dành cho sinh viên không chuyên trường Đại học Hoa lư.

- Căn cứ vào những kết luận đánh giá thực trạng công tác đào tạo của sinh viên trường Đại học Hoa lư: Cơ sở vật chất, kinh phí, đội ngũ giáo viên giảng dạy, công tác giảng dạy và kiểm tra, công tác tổ chức quản lý quá trình dạy học.

Dựa vào kết quả phỏng vấn mức độ hài lòng của sinh viên về công tác tổ chức giảng dạy của các giảng viên Bộ môn và kết quả thi kết thúc học phần.

3.2.2. Yêu cầu lựa chọn biện pháp

Để nâng cao chất lượng đào tạo môn Bóng chuyên cho sinh viên Trường Đại học Hoa lư cần phải lựa chọn được các giải pháp đồng bộ, mang tính khả thi. Để đạt được mục đích đó, đề tài dựa vào những căn cứ sau đây:

- Đảm bảo mục tiêu dạy học

Dạy học là con đường, phương tiện quan trọng nhất, giúp nhà trường thực hiện mục tiêu giáo dục, đào tạo. Mục tiêu dạy học là cái đích hướng đến của quá trình đào tạo, nó quy định nội dung, phương pháp, phương tiện, biện pháp...dạy học. Vì vậy, trong quá trình dạy học, lựa chọn nội dung, phương pháp, phương tiện, biện pháp... phải phù hợp, đảm bảo mục tiêu dạy học. Đảm bảo mục tiêu dạy học là nguyên tắc cơ bản, quan trọng hàng đầu để đề xuất biện pháp dạy học. Theo Quyết định số 52/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo, mục tiêu môn học giáo dục thể chất: “Cung cấp những hiểu biết có tính hệ thống về thể chất, đạo đức, giá trị văn hoá. Tiếp tục cung cấp những kiến thức cơ bản về môn Bóng chuyên. Cùng với môn học chuyên các tư thế di chuyển tiến lùi, chuyên bóng cao tay, thấp tay, ... Góp phần xây dựng nền tảng đạo đức con người mới”. Do đó, khi đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn Bóng chuyên ở trường Đại học Hoa Lư phải đảm bảo, phù hợp với mục tiêu môn học. Mọi biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn học ở nhà trường đi ngược, hoặc chệch hướng mục tiêu môn học đều mất đi ý nghĩa, giá trị đích thực của nó. Để đúng hướng, phù hợp, đảm bảo mục tiêu môn học, các biện pháp cần làm cho sinh viên thực sự tự giác, tích cực, chủ động, sáng tạo trong việc nắm bắt có tính hệ thống thể chất, đạo đức, giá trị văn hoá, những kiến thức cơ bản về môn Bóng chuyên, những hiểu biết về phát triển thể chất, góp phần xây dựng con người mới.

- Đảm bảo phù hợp nội dung môn học

Việc đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn học phải dựa vào nội dung, đặc thù tri thức môn học. Nội dung, đặc thù tri thức môn học sẽ quy định việc lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn học của người học. Các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của người học chỉ được coi là có hiệu quả khi nó phù hợp với nội dung, đặc thù tri thức môn học. Nội dung kiến thức của môn học thể chất là hệ thống các kỹ thuật động tác. Đó là những vấn đề cơ bản như: kỹ thuật các tư thế di chuyển tiến lùi, chuyển bóng cao tay, thấp tay, ... Về đặc thù tri thức môn học Bóng chuyền, là vấn đề có ảnh hưởng sâu sắc đến việc tìm tòi biện pháp, cách thức phát huy tính tự học tập môn học cho sinh viên. Tri thức môn học Bóng chuyền có tính đặc thù:

Thứ nhất: Môn Bóng chuyền giúp cho sinh viên phát triển đều đặn những nhóm cơ chủ yếu, tạo điều kiện hình thành tư thế đúng, điều chỉnh trọng lượng cơ thể. Ngoài ra, việc tập luyện thường xuyên môn Bóng chuyền còn góp phần rèn luyện ý chí, giáo dục ý thức khắc phục khó khăn cho sinh viên .

Thứ hai: Khi giảng dạy cần phải tuân thủ theo những nguyên tắc giáo dục đó là đi từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp, từ nhẹ đến nặng. Ngoài ra người dạy phải nắm bắt được nhiệm vụ cơ bản của môn học để tổ chức giảng dạy cho phù hợp.

Thứ ba: Để giờ dạy đạt hiệu quả cao giảng viên cần nắm vững tâm sinh lý của sinh viên, cần tìm hiểu rõ thể trạng, sức khỏe của từng sinh viên để đưa ra các phương pháp tập luyện cho phù hợp. Mặt khác giảng viên phải thiết kế giáo án và chuẩn bị đồ dùng dạy học cho phù hợp với tiết dạy.

Thứ tư: Trên thực tế có một số giảng viên áp dụng các phương pháp tập luyện môn Bóng chuyền còn chậm và chưa khoa học. Việc học tập thêm các phương pháp mới còn hạn chế.

Với các em sinh viên thì đa số các em còn coi nhẹ bộ môn, ngại luyện tập hay luyện tập chưa tích cực .

Cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện còn thiếu

Đa số các em sinh viên chọn những môn tập theo ý thích chủ quan của mình mà không để ý đến thể trạng cơ thể cũng như tố chất thể thao của mình.

Thứ năm: Trước hết giáo viên cần phải nghiên cứu kỹ nội dung bài dạy, tập làm mẫu từng động tác, thao tác thật nhuần nhuyễn, phân tích rõ ràng từng chi tiết, yếu lĩnh kỹ thuật động tác trước khi lên lớp để sinh viên hiểu và nắm bắt ngay, việc tự học của sinh viên là phải có kế hoạch...

- Tìm hiểu thực trạng thể lực của học sinh thông qua kiểm tra đánh giá đầu năm, để nắm được tình trạng sức khỏe của học sinh mà có những phương pháp giảng dạy cho phù hợp

Thứ sáu: Áp dụng nhiều biện pháp để giảng dạy với nội dung phong phú và phù hợp với mục đích của các giờ dạy Bóng chuyên. Đặc biệt để giờ học không quá căng thẳng mà vui tươi nhẹ nhàng, đạt hiệu quả cao về giáo dục, về rèn luyện sức khỏe, thể lực của sinh viên.

Thứ bảy: Nhiệm vụ đề ra rõ ràng và dễ hiểu, độ khó phải phù hợp với khả năng thực tế của sinh viên giảng giải phải ngắn gọn rõ ràng và có mục đích.

- Việc sử dụng dụng cụ, số lần lặp lại, nhịp điệu và tốc độ thực hiện bài tập phù hợp với khả năng của sinh viên là những điều giảng viên phải nắm chắc vì nó quyết định đến chất lượng bài học.

Như vậy, cùng với mục tiêu môn học, nội dung, đặc thù môn học, là cơ sở, căn cứ đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng môn học.

- Đảm bảo tính hệ thống

Khi đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn Bóng chuyên phải đảm bảo tính hệ thống. Tính hệ thống của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn học, nghĩa là nó phải được xây dựng trên những cơ sở nền tảng thống nhất, nhất quán và sắp xếp một cách logic, khoa học, hợp lí. Tính hệ thống của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học, được quy định trước hết bởi tính hệ thống của bản thân. Mặt khác, tính hệ thống của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn học, còn được quy định bởi tính hệ thống của quá trình dạy học môn học, đặc thù tri thức môn học và tính hệ thống của các nhân tố bên trong cấu thành tính tự học của người học. Điều đó được tập trung thể hiện: Bản thân môn Bóng chuyên là một hệ thống quan điểm toàn diện, sâu sắc về hệ thống các bài tập để phát triển thể chất. Trong quá trình dạy học môn học thì các nhân tố của quá trình dạy học (mục tiêu, nội dung, phương pháp, phương tiện, hoạt động của người dạy và người học...), các bước của tiến trình dạy học nằm trong mối quan hệ biện chứng được sắp xếp một cách hệ thống theo một trật tự, logic nhất định. Môn thể chất là một bộ môn khoa học, Chương trình môn học (mục tiêu, nội dung, nhiệm vụ môn học...), Giáo trình môn học (hệ thống các bài dạy, kiến thức của các bài dạy) được sắp xếp một cách logic, khoa học, hợp lí. Các nhân tố bên trong cấu thành

tính tự học (Nhu cầu, động cơ, thái độ, kỷ luật đối với học tập; nỗ lực cao trong hành động và trí tuệ, kết quả học tập...) của người học nằm trong mối quan hệ logic có hệ thống.

- Đảm bảo tính thực tiễn

Khi đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn học phải đảm bảo tính thực tiễn. Tính thực tiễn của các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học, nghĩa là thực hiện nguyên tắc thống nhất giữa lý luận và thực tiễn, các biện pháp được đề xuất về mặt lý luận phải xuất phát từ thực tiễn nhà trường, phù hợp với thực tiễn nhà trường, phải được áp dụng vào thực tiễn nhà trường, phải đi vào thực tiễn và có sức mạnh cải tạo thực tiễn nhà trường. Hiệu quả thực tiễn, sức mạnh cải tạo thực tiễn dạy học môn học ở nhà trường, phát huy tính tự học của người học đó là cơ sở, căn cứ để lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong dạy học môn học.

Tóm lại, để đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học của người học có nhiều nguyên tắc, nhưng căn bản nhất là phải dựa trên các nguyên tắc đảm bảo mục tiêu, nội dung, đặc thù tri thức môn học, tính hệ thống, tính tương tác...

3.2.3. Lựa chọn biện pháp

Dựa trên những phân tích kết quả khảo sát thực trạng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lư, qua tham khảo tài liệu, qua mạn đàm, tham vấn, đề tài đề xuất 15 biện pháp nhằm nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền. Để đảm bảo tính khoa học, hợp lý của các biện pháp, bước tiếp theo chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 07 giảng viên đang giảng dạy môn giáo dục thể tại trường.

Bảng 3.1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên Trường Đại học Hoa Lư (n = 7)

TT	Các biện pháp	Ý kiến lựa chọn					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		Số lượng	%	Số lượng	%	Số lượng	%
1.	Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng	5		2		0	0

	đẫn cho sinh viên						
1.	Giúp sinh viên nhận thức được vai trò của tự học trong việc đạt chuẩn đầu ra của môn học	4		3		0	0
3.	Liên hệ, gắn kết các nội dung tự học với hoạt động thực tiễn	5		2		0	0
4.	Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học	6		1		0	0
5.	Kích thích tính tích cực, chủ động, sáng tạo của sinh viên trong việc tự học	2		5		0	0
6.	Phân chia các nhóm học tập theo chuyên môn	1		6		0	0
7.	Quan tâm đến tâm tư nguyện vọng, sở thích của sinh viên	3		4		0	0
8.	Đáp ứng cơ sở vật chất, phương tiện phục vụ tự học	3		4		0	0
9.	Tăng cường kiểm tra, đánh giá việc tự học	4		3		0	0
10.	Đổi mới hình thức kiểm tra đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra	6		1		0	0
11.	Đưa nội dung tự học vào nội dung kiểm tra	4		3		0	0
12.	Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực	5		2		0	0
13.	Tăng cường giao bài tập về nhà cho sinh viên	3		4		0	0
14.	Đồng nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học	6		1		0	0
15.	Cung cấp cho sinh viên giáo cụ trực quan phục vụ việc tự học	4		3		0	0

Kết quả bảng 3. cho thấy, các biện pháp đề xuất đều được đánh giá ở mức quan trọng và rất quan trọng. Trong điều kiện thực tế, để đảm bảo tính khả thi, đề tài lựa chọn 6 biện pháp có số phiếu tán thành ở mức rất quan trọng, tỷ lệ 75% trở lên để áp dụng nhằm nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyên:

(1) Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên.

(2) Liên hệ, gắn kết các nội dung tự học với hoạt động thực tiễn.

(3) Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học.

(4) Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra.

(5) Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực.

(6) Đồng nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học.

Việc áp dụng các biện pháp này được tiến hành cụ thể như sau:

Biện pháp 1: Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên.

- Mục đích: Giúp sinh viên hiểu ý nghĩa, tác dụng và tầm quan trọng của việc tự học môn học được yêu cầu cụ thể tại chuẩn đầu ra của môn học để trả lời được các câu hỏi: Tự học để làm gì? (Mục đích); Tự học vì cái gì? (Động cơ học tập); Tại sao phải tự học? (Nhu cầu) và Tự học như thế nào? (Thái độ) [29].

- Nội dung thực hiện:

+ Ở buổi học đầu tiên và từng buổi học tiếp theo, giảng viên cần khái quát nội dung của môn học, bài học. Sau đó sẽ phân tích cho sinh viên hiểu ý nghĩa, tầm quan trọng của môn Bóng chuyên thể hiện cụ thể ở chuẩn đầu ra của môn học, bài học.

+ Trên cơ sở các mục tiêu đạt của môn học, bài học, sinh viên chứng minh được vai trò của tự học Bóng chuyên trong việc nâng cao nhận thức, rèn luyện kỹ năng, hình thành thái độ tích cực để nâng cao giá trị của bản thân, thích ứng với các yêu cầu của xã hội, nâng cao chất lượng cuộc sống.

+ Tăng cường giao lưu giữa giảng viên và sinh viên, hình thành các nhóm hoặc câu lạc bộ luyện tập, tư vấn giúp sinh viên giải tỏa những khó khăn thường gặp trong sinh hoạt, luyện tập hàng ngày, tạo niềm tin cho sinh viên.

- Yêu cầu: Cần được thực hiện thường xuyên trong mỗi giờ học, có cách tiếp cận phù hợp với đặc điểm của đối tượng người học và theo mục tiêu bài học. Việc có một mục đích rõ ràng và tốt đẹp là động lực mạnh mẽ để mỗi sinh

viên hoàn thiện bản thân. Trong thực tế, không phải là sinh viên không nhận thức được ý nghĩa, tầm quan trọng của việc tự học trong việc tiếp thu kiến thức, rèn luyện kỹ năng nhưng khi phải đối mặt với những khó khăn, trước những tác động tiêu cực, thiếu các tác động tích cực thì đa số sinh viên thường tỏ ra thiếu ý chí, ngại khó, đổ lỗi, bỏ dở việc luyện tập. Muốn khắc phục tình trạng này, thì giảng viên cần động viên, hỗ trợ kịp thời, ghi nhận những cố gắng và có hướng giải quyết các khó khăn cho sinh viên.

Biện pháp 2: Liên hệ, gắn kết nội dung tự học với hoạt động thực tiễn.

- Mục đích: Trong phạm vi môn Bóng chuyền, việc tự học sẽ hướng tới hình thành ở sinh viên những thói quen tích cực đối với những tri thức đã học bởi nó gắn liền với hoạt động sống hàng ngày, là sự tác động thường xuyên từ môi trường xung quanh đến mỗi cá nhân và đòi hỏi mỗi người phải có cách nhìn nhận, ứng xử phù hợp. Từ đó giúp sinh viên nhận thấy tính thiết thực của tri thức đối với cuộc sống, trở thành cái quyết định bên trong có sức mạnh thúc đẩy, điều khiển, điều chỉnh mọi hành vi và cử chỉ bên ngoài.

- Nội dung thực hiện:

+ Thông qua các hoạt động thực tiễn đa dạng và phong phú để biến động cơ tiềm năng thành động cơ có hiệu lực. Trong các hoạt động cần đặc biệt chú trọng tổ chức tốt các hình thức tổ chức dạy và học tích cực nhằm tạo ra nhiều cơ hội khác nhau để khi tham gia vào đó buộc sinh viên phải tích cực vận dụng những tri thức đã được học, có nhu cầu và cơ hội để thể hiện bản thân.

+ Tổ chức các hoạt động trải nghiệm phù hợp với cuộc sống sinh viên và theo nội dung bài học như: Tìm hiểu, đánh giá xây dựng tiêu chuẩn vệ sinh cá nhân, vệ sinh dinh dưỡng, vệ sinh môi trường, vệ sinh tập luyện... cho bản thân hoặc cho các đối tượng (cộng đồng, gia đình, bạn bè...). Khuyến khích sinh viên tham quan, trải nghiệm thực tế, tham gia các hoạt động tập thể, giúp đỡ cộng đồng, bảo vệ môi trường...

Yêu cầu: Thực hiện thường xuyên và có đánh giá hiệu quả thông qua các bài tập, bài thu hoạch của sinh viên.

Biện pháp 3: Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học, môn học.

- Mục đích: Rèn luyện cho sinh viên kỹ năng tự học đúng cách, đúng yêu cầu của bài học, môn học.

- Nội dung: Trong quá trình tổ chức dạy học Bóng chuyên, giảng viên hướng dẫn sinh viên rèn luyện các kỹ năng tự học cần phải có là:

+ Kỹ năng xác định mục tiêu và kế hoạch hóa:

Mục tiêu là động lực học tập của sinh viên, chỉ có vậy sinh viên mới biết mình cần phải học vì cái gì, sẽ phục vụ vào công việc gì và chỉ khi ấy mới chủ động học và tự học để có đủ kiến thức thực hiện mục tiêu mà bản thân đã đề ra.

Để nâng cao hiệu quả tự học và thỏa mãn các nhu cầu hoạt động khác của cá nhân, tận dụng tối đa ưu thế của học chế tín chỉ thì ngay từ buổi học đầu tiên, của bài học giảng viên cần giới thiệu, cùng sinh viên phân tích mục tiêu, yêu cầu của từng bài, từng chương và mục tiêu của cả môn học. Trên cơ sở đó, sinh viên cần lập kế hoạch học tập thật khoa học, cụ thể, phân bổ thời gian hợp lý, phù hợp với điều kiện và hoạt động đặc thù của bản thân.

Kỹ năng này cần tuân thủ các nguyên tắc sau: Đảm bảo thời gian tự học tương xứng với lượng thông tin của môn học; xen kẽ hợp lý giữa các hình thức tự học, giữa các môn học, giữa giờ tự học, giờ nghỉ ngơi; thực hiện nghiêm túc kế hoạch tự học như biết cách làm việc độc lập, biết tự kiểm tra, đánh giá.

+ Kỹ năng đọc giáo trình, tài liệu tham khảo:

Ngoài giáo trình thì các thông tin, tài liệu có thể sử dụng để phục vụ tự học Bóng chuyên của sinh viên là rất đa dạng. Muốn sử dụng có hiệu quả các tài liệu này sinh viên phải xác định rõ mục đích đọc, chọn cách đọc phù hợp, tuân theo các yêu cầu: Đọc có suy nghĩ; Đọc có hệ thống; Đọc có chọn lọc; Đọc có ghi nhớ.

+ Kỹ năng nghe và làm theo hướng dẫn của giảng viên trên lớp:

Quy trình nghe giảng gồm các khâu như tập luyện bài cũ, làm quen với kỹ thuật mới, hình dung các kỹ thuật đối với bài mới. Khi nghe giảng cần tập trung theo dõi sự dẫn dắt của giảng viên, liên hệ với kiến thức đang nghe, kiến thức đã có với các câu hỏi được đặt ra.

Kỹ năng trong việc tập luyện gắn bó chặt chẽ với kỹ năng nghe và thị phạm của giảng viên vì nếu không ghi nhớ thì gần như các thông tin đã nghe và hướng dẫn của giảng viên sẽ dần biến mất khỏi trí não. Việc nghe và thị phạm của giảng viên giúp sinh viên nhớ lại thông tin tốt hơn. Trí óc sẽ lưu giữ tất cả những gì nhìn thấy, nghe thấy và cảm thấy. Nếu không nghe và xem xét sự kiện thì con người chỉ có khả năng nhớ một phần rất nhỏ những gì nghe hoặc đọc

được cách đó một ngày. Ghi nhớ hiệu quả sẽ tiết kiệm thời gian do sinh viên có thể sắp xếp thông tin và nhớ lại chúng khi cần.

+ Kỹ năng ôn tập: gồm kỹ năng ôn bài và kỹ năng luyện tập

Kỹ năng ôn bài là hoạt động tái nhận bài giảng như xem lại các kỹ thuật đã học, mối quan hệ giữa các đoạn rời rạc, bổ sung bài ghi bằng những thông tin nghiên cứu được ở các tài liệu khác, nhận diện cấu trúc từng phần và toàn bài. Dựa vào những biểu tượng, khái niệm, phán đoán được ghi nhận từ bài giảng của giảng viên, sinh viên dựng lại bài giảng bằng ngôn ngữ của chính mình, đó là những mối liên hệ lôgic có thể có cả kiến thức cũ và mới.

Kỹ năng luyện tập có tác dụng trong việc hình thành kỹ năng tương ứng với những tri thức đã học. Từ việc củng cố đơn vị kiến thức đến hệ thống hóa bài học, chương học, cũng như những bài tập vận dụng kiến thức vào cuộc sống.

- Kỹ năng tự kiểm tra, đánh giá hoạt động tự học:

Giảng viên hướng dẫn sinh viên tự kiểm tra đánh giá kết quả tự học bằng nhiều hình thức như: dùng các thang đo mức độ đáp ứng theo yêu cầu của giảng viên, đánh giá nhận xét của tập thể thông qua thảo luận, tự đối chiếu so sánh với mục tiêu mà bản thân đặt ra ban đầu... Tất cả các hình thức này đều mang một ý nghĩa tích cực, cần được quan tâm thực hiện thường xuyên. Thông qua nó người học tự đối thoại để thẩm định mình, hiểu được điều gì làm được, điều gì chưa thỏa mãn nhu cầu học tập nghiên cứu để từ đó có hướng khắc phục hay phát huy, góp phần rèn luyện các thao tác tư duy nhanh, sâu, độc lập, sáng tạo.

Biện pháp 4: Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra.

Mục đích: Sử dụng cách thức kiểm tra, đánh giá kết quả học tập môn học phù hợp với chuẩn đầu ra để định hướng nội dung, phương pháp tự học của sinh viên.

- Nội dung:

+ Hạn chế kiểm tra, đánh giá khả năng ghi nhớ vì sẽ không có tác dụng kích thích tự học mà trái lại làm cho sinh viên chán nản, đối phó, chây ì.

+ Sử dụng cách thức kiểm tra, đánh giá có khả năng khai thác tính tích cực, sáng tạo, giúp sinh viên được thể hiện, chứng minh năng lực bản thân.

+ Hình thức kiểm tra phù hợp với môn Bóng chuyên theo mô hình đào tạo tín chỉ hiện nay là: Đánh giá

+ Nội dung kiểm tra là các vấn đề mang tính thực tiễn cao, đòi hỏi sinh viên phải có tư duy vận dụng, sáng tạo và bậc lộ được quan điểm, thái độ.

- Yêu cầu: Nội dung, hình thức kiểm tra, đánh giá phải đảm bảo đánh giá được chính xác mức độ đạt chuẩn đầu ra. Việc tổ chức đánh giá đã được nhà trường phê duyệt và được thông báo công khai với sinh viên ngay buổi học đầu tiên.

Biện pháp 5: Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực.

- Mục đích: Lấy sinh viên làm trung tâm; phát huy tính tích cực, tự giác, chủ động, sáng tạo của sinh viên, hỗ trợ việc tự học, tăng cường liên hệ, vận dụng kiến thức vào thực tiễn, tạo hứng thú học tập.

- Nội dung:

+ Tinh giản nội dung một cách hợp lý, cập nhật các kiến thức, thành tựu khoa học công nghệ mới...

+ Đặt ra các tình huống có vấn đề theo chủ đề bài học.

+ Tổ chức bài giảng theo hướng kích thích sự chủ động, tích cực của sinh viên để giải quyết vấn đề như: chủ động, thảo luận, nghiên cứu trường hợp điển hình, xử lý tình huống, trò chơi, dạy học theo dự án...

+ Triển khai có hiệu quả các kỹ thuật dạy học: chia nhóm, giao nhiệm vụ, tập vòng tròn, khăn trải bàn, phòng tranh, mảnh ghép, ...

+ Sử dụng hợp lý thiết bị dạy học, đặc biệt là thiết bị công nghệ hiện đại.

- Yêu cầu:

+ Giảng viên phải lên kế hoạch khoa học, hợp lý cho từng bài giảng. Đảm bảo về thời gian cần thiết để sinh viên xác định nhiệm vụ, sẵn sàng thực hiện.

+ Có giám sát, hướng dẫn cụ thể.

+ Có kiểm tra, đánh giá kịp thời, khách quan.

+ Tổ chức quá trình dạy học phù hợp với đặc thù môn học và đặc điểm người học, có ý nghĩa thực tiễn cao,

Biện pháp 6: Thống nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học của sinh viên.

- Mục đích: Biến quá trình đào tạo thành quá trình tự đào tạo. Giúp cho hoạt động tự học của sinh viên có thể diễn ra tự giác, mọi lúc mọi nơi, huy động mọi khả năng nhận thực hiện có của mình để tìm hiểu, khám phá.

- Nội dung:

+ Giảng viên luôn giúp sinh viên xác định rõ mục tiêu môn học, bài học căn cứ theo chuẩn đầu ra mà không cần phân biệt giữa nội dung học trên lớp hay tự học ở nhà. Thời lượng trên lớp chỉ đủ để giảng viên giúp sinh viên tiếp cận vấn đề, định hướng, tìm cách giải quyết vấn đề và đánh giá kết quả tự học, tự nghiên cứu của sinh viên. Để hoàn thành nhiệm vụ học tập trên lớp thì đương nhiên sinh viên phải tự học ở nhà và ngược lại có những nội dung học trên lớp nhưng lại do bản thân sinh viên độc lập tiến hành, phát hiện, tiếp thu như: về nhà tự tập, tập luyện theo cách riêng, rủ nhóm bạn tập vào lúc rảnh rỗi, phát hiện vấn đề mới, đề xuất ý kiến, quan điểm mới...

+ Nội dung tự học được kiểm tra, đánh giá ở bài kiểm tra kết thúc từng phần.

- Yêu cầu: Nội dung tự học phải được xác định cụ thể, có hướng dẫn cách thức tìm hiểu, nghiên cứu, có nhận xét, chỉnh lý, bổ sung, có kiểm tra, đánh giá.

3.3. TỔ CHỨC THỰC NGHIỆM

3.3.1. Cơ sở thực nghiệm

Thực nghiệm sư phạm được tiến hành tại trường Đại học Hoa Lư, Lý do để lựa chọn địa điểm thực nghiệm là:

- Nhà trường đã có thời gian dạy học môn học cần thiết làm cơ sở thực tiễn.

- Đề tài hướng vào việc đổi mới biện pháp dạy học để nâng cao chất lượng tự học của sinh viên trong luyện tập môn Bóng chuyền ở trường Đại học Hoa Lư.

- Chủ nhiệm đề tài, các thành viên tham gia nghiên cứu đề tài là những giảng viên trực tiếp giảng dạy ở trường. Điều đó đặt cơ sở cho việc triển khai kết quả nghiệm thu của đề tài vào thực tiễn dạy học.

3.3.2. Thời gian thực nghiệm

Thực nghiệm vận dụng vào môn học Bóng chuyền, thời gian thử nghiệm được tiến hành vào kỳ II trong năm học 2021 – 2022 lớp D14 TH và MN với hai lớp 110 sinh viên

3.3.3. Nội dung thực nghiệm

* Chúng tôi tổ chức tiến hành thực nghiệm các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trong quá trình dạy học tại lớp thực nghiệm, cụ thể là các biện pháp:

- Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên.

- Liên hệ, gắn kết nội dung tự học với hoạt động thực tiễn.
- Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học, môn học.
- Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra.
- Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực.
- Thống nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học của sinh viên.

* Với chương trên đây, các biện pháp sẽ được đưa vào thực nghiệm. Cơ sở chủ yếu để vận dụng các biện pháp này vào dạy học là phải căn cứ vào mục tiêu, nội dung kiến thức, phương pháp dạy học của bộ môn. Điều đó có nghĩa là tùy theo mục tiêu, nội dung kiến thức, phương pháp dạy học cụ thể mà các biện pháp được đưa vào cho phù hợp.

3.3.4. Phương pháp thực nghiệm

Phương pháp để thực hiện mục đích là tiến hành thực nghiệm kiểu đối chứng- thực nghiệm sư phạm. Với mục đích và phương pháp thực nghiệm trên các nghiệm thể (đối tượng thực nghiệm) được chia làm hai nhóm: Nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Hai nhóm này được lựa chọn ngẫu nhiên, có số lượng và trình độ phát triển ngang nhau, điều đó được khẳng định bằng kiểm tra chất lượng ban đầu. Nhóm thực nghiệm được giảng viên dạy thực nghiệm tác động bởi các biến số độc lập để xem diễn biến nhận thức học tập của đối tượng thực nghiệm có đúng với giả thuyết ban đầu hay không? Nhóm đối chứng giảng viên dạy đối chứng cho đối tượng có diễn biến phát triển hoàn toàn tự nhiên không làm thay đổi bất cứ điều gì khác thường. Từ kết quả so sánh thu được của hai nhóm trên ta có thể khẳng định hay phủ định giả thuyết thực nghiệm.

Trong phần thực nghiệm, giảng viên dạy thực nghiệm, tác động vào đối tượng thực nghiệm qua các biện pháp độc lập. Tức là, giảng viên dạy thực nghiệm vận dụng các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền nhằm mục đích kích thích tính tự học tập môn học của sinh viên. Nhờ bài dạy thực nghiệm, trong đó có vận dụng các biện pháp mà nhận thức học tập của sinh viên thực nghiệm có những biến đổi so với bình thường (tạo ra các biến số phụ thuộc), đó là cơ sở để so sánh với nhóm đối chứng.

3.3.5. Qui trình thực nghiệm

Bước 1: Chuẩn bị thực nghiệm

+ ***Thiết kế giáo án.***

Giáo án được thiết kế theo hướng:

1/ Tôn trọng chương trình và giáo trình theo quy định của Bộ Giáo dục – Đào tạo;

2/ Phù hợp với hoàn cảnh, cơ sở vật chất và điều kiện cơ sở vật chất của trường;

3/ Giáo án được thiết kế theo đúng kết cấu, bố cục mà giảng viên giảng dạy các môn thể dục thường thiết kế, có gắn với đặc thù riêng của những biện pháp mà đề tài đề xuất.

+ *Lựa chọn lớp thực nghiệm và đối chứng*

Lớp thực nghiệm và đối chứng có sự tương đương nhau về trình độ trình độ, thử nghiệm 110 sinh viên ở hai lớp D14 nữ tiểu học và D14 Mầm non.

+ *Xác định mục tiêu bài học*

Mục tiêu bài học được xem như là mô hình về kết quả mà sinh viên cần đạt sau bài học, là đích hướng tới của gi trong hoạt động dạy học. Theo quan điểm dạy học tích cực, mục tiêu bài học giảng viên phải xác định những tiêu chí cần đạt một cách mạch lạc, rõ ràng và có khả năng kiểm chứng cụ thể ở sinh viên. Cơ sở để xác định mục tiêu bài học dựa trên nhiều nhân tố, nhưng cơ bản là nội dung của bài học. Xác định mục tiêu bài học sẽ giúp người dạy thiết kế được các hoạt động dạy và hoạt động học, phương pháp, biện pháp, phương tiện để thực hiện mục tiêu. Đối với người học, mục tiêu bài học là cơ sở giúp họ chủ động trong việc xây dựng kế hoạch học tập của bản thân và do đó việc học trở nên tích cực hơn. Mục tiêu dạy học được xác định là tốt khi đảm bảo hai chức năng: Chỉ đạo tổ chức dạy học và là tiêu chuẩn đánh giá khách quan kết quả dạy học.

+ *Phương pháp, phương tiện và tài liệu*

*** *Phương pháp:***

Phương pháp dạy học là hệ thống những hành động phối hợp có chủ đích, theo một trình tự nhất định của giảng viên và sinh viên, nhằm tổ chức hoạt động nhận thức và hoạt động thực hành của sinh viên, đảm bảo cho họ lĩnh hội nội dung dạy học và đạt mục tiêu dạy học. Cơ sở chủ yếu để xác định phương pháp dạy học là căn cứ vào mục tiêu, nội dung dạy học và đặc điểm của người học. Xu hướng cơ bản trong việc lựa chọn phương pháp dạy học là kết hợp nhiều

phương pháp; hướng tới những phương pháp dạy học (tích cực), phương pháp tăng cường hoạt động độc lập, tự chủ, sáng tạo của người học.

**Phương tiện:*

Phương tiện dạy học là tập hợp những đối tượng vật chất được giảng viên sử dụng với tư cách là phương tiện tổ chức điều khiển hoạt động nhận thức của người học, là phương tiện nhận thức của người học mà qua đó thực hiện những nhiệm vụ dạy học. Cơ sở chủ yếu để xác định phương tiện dạy học là nội dung và phương pháp dạy học.

**Tài liệu:*

Tài liệu chủ yếu là giáo trình đối với cả người dạy và người học. Ngoài ra còn có các tài liệu tham khảo như sách báo, tạp chí...

+ Các hoạt động dạy học

Thiết kế các hoạt động dạy học là sự xâu chuỗi các hoạt động dạy học các kỹ thuật động tác theo logic của quá trình dạy học ngoài trời. Logic của quá trình dạy học bao gồm nhiều bước, nhiều khâu (không kể khâu ổn định tổ chức lớp), có thể thiết kế các hoạt động dạy học theo các bước sau:

- ***Ôn tập bài cũ và chuẩn bị bài mới***

Nên thực hiện thường xuyên, linh hoạt việc ôn tập bài cũ và chuẩn bị bài mới nhằm đánh giá kết quả học bài, nắm bắt thông tin phản hồi, rèn luyện thói quen học bài, chuẩn bị tâm thế chủ động cho người học bắt đầu bài học mới.

- ***Giới thiệu bài mới (Giới thiệu chủ đề bài học)***

Đây là hoạt động cần thiết nhằm tạo nên tâm thế, định hướng tư duy, tập trung chú ý của người học vào chủ đề (nội dung chính) của bài học; giúp học ý thức được và tích cực, tự giác chủ động trong việc thực hiện nhiệm vụ học tập. Giới thiệu bài mới cần đạt yêu cầu: Kết nối bài cũ, khái quát mục tiêu bài học mới trong sự liên hệ với các sự kiện, hiện tượng diễn ra trong thực tiễn.

- ***Dạy bài mới (Phát triển chủ đề)***

Đây là khâu đặc biệt quan trọng của việc thiết kế bài giảng, có ý nghĩa quyết định đối với thành công bài giảng. Thiết kế khâu này cần chú ý:

+ Phần này nhằm giúp cho người học tự trang bị tri thức chuyên sâu; hình thành kỹ năng, kỹ xảo; thái độ hành vi đúng đắn thông qua hoạt động học.

+ Phải căn cứ vào nội dung bài học; phương pháp, phương tiện, biện pháp, dạy học; cũng như đối tượng người học để thiết kế các hoạt động dạy học.

+ Phải quán triệt và thể hiện được nguyên tắc dạy học tự học. Hoạt động dạy học đóng vai trò tổ chức, điều khiển, đánh giá các hoạt động học; hoạt động học chủ yếu là tự học hoặc làm việc theo nhóm để giành lấy kiến thức; đảm bảo sự kết hợp hài hoà các hoạt động tập thể và cá nhân, hoạt động của giảng viên và sinh viên; với sự đa dạng về phương pháp, biện pháp dạy học.

+ Nội dung thiết kế phải đầy đủ, chi tiết, rõ ràng mạch lạc, đảm bảo kết hợp chặt chẽ giữa nội dung tri thức với thời gian, phương pháp, biện pháp, phương tiện dạy học tương ứng.

- ***Củng cố, luyện tập***

Đây là hoạt động quan trọng tiếp theo hoạt động phát triển chủ đề. Củng cố, luyện tập nhằm khái quát nội dung kiến thức lại thành hệ thống có mối quan hệ nội tại giúp người học nắm được ý cơ bản của bài. Chủ thể củng cố kiến thức có thể được thực hiện hoàn toàn do người dạy hoặc do người học (dưới sự dẫn dắt của người dạy), quan điểm chỉ đạo là từng bước chuyển nhiệm vụ này cho người học sau khi kết thúc bài học. Củng cố kiến thức cần phải liên hệ với thực tiễn, rút ra ý nghĩa việc học tập, đồng thời, phải đưa ra các tình huống, các câu hỏi, bài tập... để hướng người học tiếp tục đi sâu nghiên cứu tìm hiểu.

- ***Bước 2: Tiến hành thực nghiệm***

Giảng viên tiến hành dạy theo giáo án thực nghiệm ở các lớp thực nghiệm và giảng dạy bình thường ở các lớp đối chứng với cùng 1 bài dạy. Trong quá trình dạy thực nghiệm chúng tôi theo dõi và trực tiếp dự giờ ở một số lớp TN và ĐC. Tuy nhiên, có một vài tiết dạy chúng tôi không có điều kiện trực tiếp dự. Với những tiết này chúng tôi trao đổi trực tiếp ý tưởng, giáo án và đề kiểm tra để giảng viên thực nghiệm tiến hành.

- ***Kiểm tra và đánh giá kết quả thực nghiệm***

Thực nghiệm nhằm kiểm tra các biện pháp đề tài đề xuất có nâng cao chất lượng tự học của sinh viên hay không. Chúng tôi sử dụng 2 tiêu chí sau:

Tiêu chí 1: Những dấu hiệu bề ngoài: thái độ, hành vi, tự học tập

Tiêu chí 2: Những dấu hiệu bên trong như sự nỗ lực hoạt động, sự phát triển của tư duy, sáng tạo...

- **** Giải pháp các vấn đề***

- ***+ Mục tiêu của giải pháp:***

Giáo dục thể chất cũng như các mặt giáo dục khác khi mà nhu cầu phát triển của xã hội ngày càng cao đối với con người thì việc tăng dần yêu cầu đối

với các mặt giáo dục khác cũng như giáo dục thể chất là một tất yếu khách quan. Thông qua việc đổi mới về phương pháp và nội dung tập luyện ngày càng đa dạng phong phú, lượng vận động ngày càng cao nhiệm vụ vận động ngày càng khó khăn, khả năng thích nghi cơ thể với với nhiệm vụ vận động cũng sẽ nhằm chán với lượng vận động và bài tập cũ, chính vì lý do khách quan ấy nên cần thiết phải đổi mới nhiệm vụ và các bài tập mới nhằm nâng cao thành tích của môn Bóng chuyền.

+ Nội dung và cách thức thực hiện giải pháp

Ban đầu thực hiện chương trình giảng dạy chung cho 2 nhóm với cùng một giáo án theo chương trình chuẩn.

* Đối với giáo viên trong quá trình giảng dạy.

Sử dụng phương pháp sư phạm chung:

- Phương pháp phân tích và giảng giải.
- Phương pháp trực quan trực tiếp.
- Phương pháp thị phạm

* Đối với sinh viên: thực hiện và tập luyện theo các yêu cầu của bài học, nhiệm vụ của giáo viên đề ra:

*Trình tự các nhiệm vụ và biện pháp giảng dạy được tiến hành như sau:

Nhóm đối chứng :

Gồm 55 sinh viên lớp D14 MN các em học theo chương trình nhà trường và tổ chuyên môn biên soạn, thời gian 1 tháng.

Nhóm thực nghiệm :

Gồm 55 nữ sinh viên lớp D14 TH các em học theo phương pháp nâng cao chất lượng tự học do chúng tôi biên soạn và áp dụng vào trong tiết dạy thời gian 1 tháng tương ứng với 4 tuần , mỗi tuần 4 tiết với nội dung và trình tự như sau:

- Tập hình tay tiếp xúc bóng
- Tập phản xạ tay đón bóng
- Tập tự tung bóng lên cao, sau đó tạo hình tay đỡ bóng để bóng rơi vào tay
- Tập chuyền bóng vào tường
- Tập tự tung bóng lên cao, sau đó kết hợp lực và chuyền bóng liên tục lên cao

Nhiệm vụ 1: Xây dựng khái niệm kỹ thuật và tìm hiểu đặc điểm Bóng chuyền

Nhiệm vụ 2: Dạy kỹ thuật các tư thế Bóng chuyền

Nhiệm vụ 3: Dạy kỹ thuật chuyển bóng cao tay với những biện pháp sau:

Nhiệm vụ 4 : Dạy kỹ thuật chuyển bóng thấp tay thông qua các biện pháp kỹ thuật sau.

Nhiệm vụ 5: Luyện tập chuyển bóng cao tay.

Nhiệm vụ 6: Luyện tập chuyển bóng thấp tay .

Nhiệm vụ 7: Hoàn thiện kỹ thuật chuyển bóng cao tay.

Nhiệm vụ 8: Hoàn thiện kỹ thuật chuyển bóng thấp tay.

+ **Tiến trình giảng dạy**

TT	NHIỆM VỤ - BIỆN PHÁP		Tuần 1	Tuần 2	Tuần 3	Tuần 4
Nội dung chi tiết	Nội dung tự học	Nhóm Thực Nghiệm	1	2	3	4
	Nhóm đối chứng					
1	- Giáo viên phân tích làm mẫu kỹ thuật .		x			
	Ôn tập * Tư thế chuẩn bị và kỹ thuật di chuyển. - Tư thế chuẩn bị(đứng cao; đứng thấp...) - Kỹ thuật di chuyển(Di chuyển ngang; di chuyển tiến lùi: di chuyển chéo) - Kỹ thuật chuyển bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt.	Ôn nội dung đã học Ôn và phân tích kỹ thuật nội dung đã học Buổi sau kiểm tra nội dung tự học	x			
Dạy kỹ thuật các tư thế Bóng chuyển						
	- Học mới kỹ thuật chuyển bóng	Ôn nội dung đã học - Ôn, phân tích kỹ thuật chuyển bóng cao tay bằng 2	x			

2	thấp tay trước mặt (đệm bóng) + Chuẩn bị + Yếu lĩnh kỹ thuật; + Kết thúc động tác - Ôn và hoàn thiện kỹ thuật chuyên bóng cao tay bằng 2 tay trước mặt.		tay trước mặt.				
			Kiểm tra kỹ thuật chuyên bóng 2 tay trước mặt không bóng	x	x	x	
				x			
				x			
Dạy kỹ thuật chuyên bóng cao tay.							
3	- Giới thiệu tư thế tay, chân cách chuyên bóng. - Giáo viên phân tích và làm mẫu kỹ thuật . Các bài tập phối hợp chuyên bóng cao tay và chuyên bóng thấp tay	Ôn nội dung đã học	Luyện tập - Bài tập chuyên bóng vào vòng tròn trên tường	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng hình tam giác (3 người)	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng với đồng đội cự ly ngắn	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng với đồng đội cự ly dài	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng qua lưới	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng kết hợp với di chuyển	x			
			Luyện tập - Bài tập chuyên bóng qua lưới rơi vào vòng tròn	x			

			Kiểm tra kỹ thuật chuyển bóng Cao tay				
Dạy kỹ thuật chuyển bóng thấp tay							
4	<p>Học mới kỹ thuật Phát bóng thấp tay bằng 2 tay + Chuẩn bị + Yếu lĩnh kỹ thuật; + Kết thúc động tác</p> <p>- Giáo viên phân tích và làm mẫu kỹ thuật .</p> <p>Hoàn thiện và nâng cao Kỹ thuật chuyển bóng cao tay</p> <p>Hoàn thiện Kỹ thuật chuyển bóng thấp tay trước mặt.</p>	Ôn nội dung đã học	- Bài tập mô phỏng kỹ thuật		x		
			- Tập đệm bóng vào tường		x		
			- Tự tung bóng lên rồi đệm		x		
			- Phát bóng vào tường nảy ra rồi đệm bóng		x		
			-Hai bạn đứng thẳng nhau chuyển cho nhau để đệm bóng		x		
			- Hai bạn chuyển cho nhau qua lưới đỡ đệm bóng (bắt bước 1)		x		
			Kiểm tra nội dung kỹ thuật chuyển bóng thấp tay đã ôn				
Luyện tập chuyển bóng cao tay.							
5	<p>Các bài tập phối hợp chuyển bóng cao tay và chuyển bóng thấp tay</p> <p>Hoàn thiện kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt</p>	Ôn tập các nội dung đã học trên lớp	- Tập hình tay tiếp xúc bóng:		x	x	
			- Tập phản xạ tay đón bóng:		x	x	
			- Tập tự tung bóng lên cao, sau đó hình tay đỡ bóng để bóng rơi vào tay:		x	x	
			- Tập tự tung bóng lên cao, hình tay đỡ bóng để bóng rơi vào tay:		x	x	
			- Tập tự tung bóng lên cao, sau đó kết hợp lực và chuyển bóng liên tục lên cao:		x	x	

			- Những sai lầm thường mắc khi chuyền bóng cao tay.		x	x	
			- Bài tập nằm sấp chống đẩy Kiểm tra nội dung kỹ thuật khi giáo viên giáo về ôn.		x	x	
6	Luyện tập chuyền bóng thấp tay						
	Các bài tập phối hợp chuyền bóng cao tay và chuyền bóng thấp tay	Ôn tập các nội dung đã học trên lớp	- Đệm bóng vào tường.			x	
			-Tự tung bóng lên cao khi bóng rơi đệm.			x	
			- Phát bóng vào tường nảy ra rồi đệm bóng .			x	
			- Hai bạn đệm cho nhau			x	
-Đứng vào giữa sân và một bạn sân đối diện phát sang và đỡ (gọi là đỡ bước 1). Kiểm tra nội dung kỹ thuật khi giáo viên giáo về ôn.					x		
7	Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng cao tay.						
	Hoàn thiện và nâng cao kỹ thuật Chuyền bóng cao tay	Ôn tập các nội dung đã học trên lớp	- Bài tập chuyền bóng kết hợp với di chuyển (lặp lại).			x	
			-Bài tập chuyền bóng qua lưới rơi vào vòng tròn			x	
			- Bài tập thi đấu chỉ sử dụng kỹ thuật chuyền bóng cao tay. Kiểm tra nội dung kỹ thuật khi giáo viên giáo về ôn.			x	
8	Hoàn thiện kỹ thuật chuyền bóng thấp tay.						
	Hoàn thiện và		- Tập chuyền bóng theo đội hình ba em trên một đường thẳng (em giữa chuyền lật			x	

nâng cao kỹ thuật Chuyền bóng thấp tay	Ôn tập các nội dung đã học trên lớp	sau đầu)				
		-bóng di chuyền ngang theo nhóm hai em			x	
		- Nhảy chuyền bóng			x	
		- Bài tập thi đấu chỉ sử dụng kỹ thuật chuyền bóng thấp tay, cao tay Kiểm tra nội dung kỹ thuật khi giáo viên giáo về ôn.			x	x
Kiểm tra đánh giá kết quả						x

* Phương pháp kiểm tra sự phạm

Thang đánh giá học phần Bóng chuyền theo tín chỉ:

* Nội dung kiểm tra: Kỹ thuật chuyền bóng cao tay trước mặt.

* Hình thức kiểm tra: Hai người đứng cách nhau khoảng 2 – 3 m chuyền bóng qua lại cho nhau.

- Tiêu chí chấm điểm:

Điểm	Tiêu chí
9, 10đ (Xuất sắc)	Tiếp xúc bóng tốt, phối hợp lực tốt, đường bóng chuyền lại tốt, ổn định, động tác chuyền đẹp.
8đ (Giỏi)	Tiếp xúc bóng tốt, phối hợp lực tốt nhưng đường bóng chưa ổn định.
7đ (Khá)	Biết cách tiếp xúc bóng nhưng động tác chuyền chưa đẹp.
6đ (Trung bình khá)	Tiếp xúc bóng chưa ổn định nhưng phối hợp được động tác.
4 - 5đ (TB + TB yếu)	Tiếp xúc bóng chưa ổn định, động tác chuyền còn lúng túng.
Dưới 4đ (Kém)	Bắt, giữ bóng khi chuyền hoặc không chuyền được bóng.

Kết quả thu được như sau :

Lớp D14 TH: Xuất sắc: 8 sinh viên (14,5%).

Giỏi: 11 sinh viên (20%).

Khá : 25 sinh viên (45,5%).

Trung bình khá: 11 sinh viên (20%).

Trung bình + TB yếu: 0sinh viên (0%).

Kém: 0 sinh viên (0%)

Lớp D14 MN: Xuất sắc: 01 sinh viên (1,8%)

Giỏi: 6 sinh viên (10,9 %).

Khá : 15 sinh viên (27,3%).

Trung bình khá: 9 sinh viên (16,4%).

Trung bình + TB yếu: 19 sinh viên (34,5%)

Kém: 5 sinh viên (9,1%)

3.4. Kết quả thực nghiệm

3.4.1. Khảo sát, so sánh mức độ tự học của sinh viên lớp thử nghiệm và lớp đối chứng.

Đánh giá hiệu quả việc áp dụng các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên trường Đại học Hoa Lu

Để đánh giá việc áp dụng các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên đã được lựa chọn ở trên, đề tài tiến hành phỏng vấn, quan sát trên, đề tài tiến hành phỏng vấn trên 55 sinh viên D14TH theo lịch trình giảng dạy kết quả được trình bày qua bảng 3.2. (n = 110)

TT	Nội dung		Nhóm TN (n= 55)		Nhóm ĐC (n= 55)	
			SL	%	SL	%
1.	Mục đích tự học	Thi qua môn học	22	40	30	54,5
		Được điểm cao	23	41,8	10	18,2
		Theo phong trào	2	3,6	5	9,1
		Phục vụ cuộc sống	8	14,5	10	18,2
		Trở thành cán bộ chuyên ngành giỏi	0	0	0	0
2.	Động cơ tự học	Thỏa mãn yêu cầu hiểu biết	26	47,3	20	36,4
		Nhanh hoàn thành khóa học	9	16,4	30	54,5
		Đáp ứng nguyện vọng của gia đình	2	3,6	5	9,1
		Có cơ hội việc làm	0	0	0	0
		Được giảng viên ghi nhận	10	18,2	30	54,5
		Được bạn bè tôn trọng	5	9,1	20	36,4
		Được khen thưởng	3	5,5	5	9,1
3.	Thái độ tự học	Có hứng thú	15	27,3	10	18,2
		Nếu bắt buộc thì thực hiện	20	36,4	25	45,5
		Chán nản	9	16,4	5	9,1

		Thiếu tự tin	11	20	15	27,3
4.	Hình thức tự học	Độc lập, không theo kế hoạch	13	23,6	34	31
		Có kế hoạch riêng	8	14,5	12	11
		Theo hướng dẫn của giảng viên	25	45,5	30	45,5
		Học theo nhóm trên lớp	9	16,4	14	12,7
		Học theo nhóm riêng	0	0	0	0
		Tham gia câu lạc bộ học tập	0	0	0	0
5.	Nội dung tự học	Theo lịch trình môn học	12	21,8	5	4,5
		Do giảng viên yêu cầu	20	41,8	25	45,5
		Theo đề cương ôn tập	18	32,7	20	45,5
		Vấn đề bản thân quan tâm, hứng thú	2	3,6	5	9,1
		Liên quan đến việc làm sau này	3	5,5	5	9,1
		Các vấn đề mang tính thời sự	0	0	0	0
6.	Thời lượng giành cho việc tự học	Không có	0	0	0	0
		Rất ít	7	6,4	15	13,6
		1 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	29	52,7	30	58,2
		2 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	10	18,1	15	13,6
		3 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp	3	5,5	5	4,5
		Không xác định được	6	10,9	11	10
7.	Vai trò của tự học đến kết quả môn học	Rất quan trọng	26	47,3	18	16,4
		Quan trọng	20	36,4	34	31
		Bình thường	9	16,4	35	52,7
		Không quan trọng	0	0	0	0

So sánh đối chiếu kết quả phỏng vấn sinh viên khóa đại học D14TH (nhóm thực nghiệm nhóm TN) với sinh viên khóa đại học D14MN (nhóm đối chứng – nhóm DC) về việc tự học môn Bóng chuyên tại bảng trên cho thấy:

- Về mục đích, động cơ tự học môn Bóng chuyên của nhóm thực nghiệm đã có những thay đổi rõ rệt theo chiều hướng tích cực so với nhóm đối chứng. Tỷ lệ sinh viên tự học nhằm mục đích thỏa mãn nhu cầu hiểu biết.

Cùng với mục đích, động cơ tự học môn Bóng chuyên cũng đã được ghi nhận theo hướng tăng tỷ lệ sinh viên học vì sự tiến bộ của bản thân; học để được bạn bè và thầy cô công nhận, tôn trọng; học vì muốn đáp ứng theo niềm mong

mỗi của gia đình. Điều này cho thấy, sinh viên đã nhận thức được vai trò và ý nghĩa thiết thực của việc tự học môn Bóng chuyền trong việc hoàn thiện bản thân, phục vụ cuộc sống.

Về hình thức tự học, có trên 45,5% sinh viên tự học môn Bóng chuyền theo sự hướng dẫn của giảng viên theo nhóm trên lớp và nhóm riêng, tăng đáng kể so với nhóm đối chứng. Điều này cho thấy, việc tổ chức hoạt động dạy học trên lớp của giảng viên đã thực sự thu hút được các sinh viên.

- Thái độ tự học Bóng chuyền của sinh viên đã có sự thay đổi rõ rệt. Qua phỏng vấn thay vì chỉ 10% sinh viên có hứng thú khi tự học Bóng chuyền ở nhóm đối chứng thì ở nhóm thực nghiệm, số sinh viên cho biết có hứng thú khi tự học môn học là 15%. Ở nhóm đối chứng, có 50% cho rằng nếu bắt buộc thì mới tự học trong khi ở nhóm thực nghiệm còn là 36,4%. Số sinh viên ở nhóm thực nghiệm cảm thấy chán nản và thiếu tự tin khi tự học cũng giảm đi đáng kể.

Điều này cho thấy phần đông sinh viên đã có động lực, tinh thần để tự học. Cùng với việc xác định được mục đích, động cơ học tập tích cực thì việc được rèn luyện kỹ năng tự học của sinh viên và tăng cường kiểm tra, giám sát, đánh giá của giảng viên cũng như sự ghi nhận của bạn học và của chính sinh viên đã góp phần tạo nên thái độ tích cực này.

Nội dung tự học ở nhóm sinh viên thực nghiệm đã có sự đa dạng hóa, và có tỷ lệ lựa chọn tăng đáng kể so với nhóm đối chứng. Sinh viên không chỉ tự học những nội dung do giảng viên yêu cầu, học theo đề cương ôn tập liên quan đến việc thi, kiểm tra mà còn tự tìm hiểu những nội dung liên quan đến việc làm sau này, những vấn đề mà bản thân có quan tâm, hứng thú hay những vấn đề có tính thời sự.

Điều này cho thấy, sinh viên đã dần có định hướng nghề nghiệp và có sự tiên bộ hơn nhiều trong hoạt động học tập.

Thời gian dành cho việc tự học Bóng chuyền đạt 2 tiết tự học/1 tiết học trên lớp theo đúng yêu cầu của học phần tín chỉ ở nhóm thực nghiệm là 58,2% trong khi ở nhóm đối chứng là 13%. Dù vậy, vẫn còn tỷ lệ không nhỏ sinh viên dành không đủ thời gian cho việc tự học Bóng chuyền theo yêu cầu.

Điều này có thể do có chế độ sinh hoạt, học tập chưa hợp lý hoặc chưa biết tranh thủ thời gian để tự học mọi nơi mọi lúc, tự học từ thực tiễn. Qua đây cho thấy, cần có thêm các biện pháp hiệu quả hơn trong việc phát huy tính tự giác tích cực tự học của sinh viên với môn học.

- Ý kiến của sinh viên về vai trò của tự học đến kết quả tự học môn Bóng chuyền đã có sự thay đổi theo chiều hướng tích cực. Có 48% sinh viên nhóm thực nghiệm cho là có vai trò rất quan trọng; 38% cho là quan trọng; 14% cho là bình thường trong khi ở nhóm đối chứng là 15%; 39% và 56%.

Như vậy, phân đông sinh viên đã có nhận thức đúng đắn về tầm quan trọng của việc tự học.

3.4.2. So sánh kết quả học tập môn Bóng chuyền của sinh viên

Sau khi thi kết thúc môn học, đề tài tiến hành so sánh kết quả học tập môn Bóng chuyền bằng cách sử dụng điểm học phần của sinh viên nhóm TN và sinh viên nhóm ĐC.

Với phương pháp đánh giá ở trên thì kết quả kiểm tra ở các lớp sẽ rất cụ thể và rõ ràng. Sự khác biệt về kết quả kiểm tra nội dung chuyên bóng cao tay trước mặt, thấp tay ở một số lớp được thể hiện thông qua số liệu sau: Bảng 3.3

Số SV	Xếp loại Lớp	Xuất sắc	Giỏi	Khá	TB Khá	TB + TB yếu	Kém
55	D14 - MN	1	6	15	9	19	5
55	D14 - TH	8	11	25	11	0	0
110	Tổng	9	17	40	20	19	5
	Tỷ lệ	8,2%	15,5%	36,4%	18,2%	17,3%	4,5%

Như vậy, kết quả học tập của sinh viên D14TH qua thực nghiệm đạt kết quả tốt hơn so với sinh viên D14MN.

3.4.3. Những điều kiện thực hiện biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền của sinh viên.

** Đối với đội ngũ giảng viên*

Chất lượng giáo dục đại học bị chi phối bởi nhiều nhân tố. giảng viên là chủ thể tác động, phát huy, nhóm họp sức mạnh của các nhân tố khác vì mục tiêu dạy học. Vì vậy, để thực hiện các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền, điều kiện đối với đội ngũ nhà giáo là: Được đào tạo chu đáo, đúng chuyên môn; phải có tâm với nghề nghiệp: quán triệt những yêu cầu cụ thể khi vận dụng các biện pháp. Giảng viên thể dục phải không ngừng học tập nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, thâm nhập thực tế, tạo cho mình thói quen có

trách nhiệm trước mọi đối tượng người học, tránh chủ quan, không chịu đổi mới, coi thường người học...

Do đó, để nâng cao chất lượng tự học môn học, giảng viên thể dục phải có kỹ năng nghề nghiệp đạt chuẩn, nghĩa là phải được đào tạo chu đáo, đúng chuyên môn.

* Giảng viên phải có tâm với nghề.

Có tâm với nghề ở mỗi giảng viên thể hiện ở hai mặt chính: yêu người và yêu nghề. Yêu người là một phẩm chất đạo đức cao quý của con người và là một phẩm chất đặc trưng trong nhân cách thầy, cô giáo, là nền tảng giúp họ yêu nghề, chăm lo chuyên môn và nghiệp vụ dạy học, giáo dục. Tình cảm tôn trọng, yêu thương, gắn bó, sự sẻ chia, đồng viên, khích lệ... của giảng viên trong học tập và rèn luyện giúp sinh viên vượt qua mọi khó khăn thử thách, trở ngại của hoàn cảnh để học tập hoàn thiện nhân cách. Vì thế lòng yêu nghề là một phẩm chất không thể thiếu của giáo viên đảm bảo sự thành công trong hoạt động nghề nghiệp của họ. Đó là động lực mạnh mẽ giúp giảng viên vượt qua khó khăn để thực hiện chức năng của mình với một tinh thần trách nhiệm cao, sự say mê sáng tạo, ý chí không ngừng học hỏi vượt lên để hoàn thiện mình.

Ở đây cần lưu ý tất cả các quy trình trên đều nằm trong quy trình chung thiết kế bài giảng để thực hiện dạy học trên lớp. Việc phân chia thành các quy trình, từng quy trình ra các công đoạn nhằm làm sáng tỏ từng vấn đề, thuận tiện cho việc tiếp cận, nghiên cứu, nhanh chóng nắm biết từng công đoạn trong từng quy trình và thực hành một cách thuận lợi. Mặt khác, cũng phải thấy được quy trình chúng tôi đưa ra là áp dụng với một bài học cụ thể như một mẫu ví dụ nhằm mục đích cụ thể hoá giúp chúng ta nghiên cứu và vận dụng vào thực tiễn. Không thể coi đó là khuôn mẫu, chuẩn mực chung cho mọi bài học mà cần phải có vận dụng sáng tạo, điều chỉnh, bổ sung, đúc rút kinh nghiệm.

* *Đối với sinh viên*

Điều kiện, yêu cầu đặt ra đối với sinh viên khi áp dụng các biện pháp là: Phải có sự hiểu biết bản chất về các biện pháp mà giảng viên áp dụng; phải có đủ trình độ về mọi mặt theo một quy chuẩn chung, phải có những phẩm chất và năng lực thích ứng với các biện pháp đó.

Sinh viên phải có hiểu biết về các biện pháp mà giảng viên sử dụng trong dạy học môn học. Do đó, phải tạo ra sự đồng thuận giữa sinh viên và giảng viên trong việc chủ động sử dụng các biện pháp. Nói cách khác, người học phải có

hiểu biết về bản chất các biện pháp mà giảng viên sử dụng. Để thực hiện được điều này, một mặt, giảng viên phải giúp sinh viên hiểu biết về các biện pháp, mặt khác, sinh viên phải không chỉ là người tương tác tham gia thực hiện các biện pháp mà phải vươn lên vị trí "làm chủ" các biện pháp đó. Mục đích đặt ra ở đây là giảng viên là người sử dụng các biện pháp, sinh viên là người học cách sử dụng các biện pháp đó.

Điều này đòi hỏi sinh viên phải có những phẩm chất và năng lực thích ứng với môi trường mới đó, thể hiện trên các bình diện cơ bản sau:

- Giác ngộ được mục đích của việc sinh viên tham gia tương tác cùng giảng viên thực hiện các biện pháp. Mục đích đó sẽ chi phối phương hướng nỗ lực trong toàn bộ hoạt động học tập, giúp sinh viên tự giác theo đuổi những mục đích đã đề ra. Do vậy, nó có ý nghĩa quan trọng đối với việc tự học của sinh viên.

- Biết cách và có kỹ năng tiếp nhận các biện pháp. Điều này có ý nghĩa then chốt trong việc triển khai thực hiện có hiệu quả các biện pháp. Nó đòi hỏi sinh viên nhanh chóng tiếp nhận các biện pháp và nỗ lực thực hành các biện pháp. sinh viên phải có sự kết hợp nhuần nhuyễn giữa việc học tri thức với phương pháp, biện pháp làm ra tri thức, coi trọng năng lực thực hành, hình thành kỹ năng tự học.

- Có khả năng tổng kết, rút kinh nghiệm việc tham gia thực hiện các biện pháp. Điều này là cần thiết để kịp thời uốn nắn, điều chỉnh nâng cao hiệu quả tham gia thực hiện, song cần phải kết hợp giữa việc tự đánh giá của sinh viên với đánh giá của giảng viên.

** Đối với cấp quản lý*

- Chỉ đạo tổ nhóm chuyên môn chú trọng tất cả các khâu trong quá trình hoạt động: xác định mục đích yêu cầu thực hiện, xây dựng thiết kế bài giảng mẫu theo hướng áp dụng các biện pháp, lần lượt cử các giảng viên dạy thử nghiệm và tập thể dự giờ, trao đổi, rút kinh nghiệm.

- Phân công nhiệm vụ cụ thể đến từng giảng viên, nội dung công việc, thời gian thực hiện, chất lượng công việc. Đồng thời, phải xác lập cơ cấu phối hợp giữa các giảng viên trực tiếp áp dụng các biện pháp với các bộ phận chức năng, đoàn thể trong trường để công việc diễn ra đúng tiến độ theo kế hoạch.

- Quá trình tổ chức thực hiện cần có sự kiểm tra đánh giá giám sát kịp thời nắm bắt tình hình, nhận định những thuận lợi, khó khăn.

- * Kiểm tra đánh giá tổng kết, rút kinh nghiệm, mở rộng ứng dụng.
- Bộ môn thường xuyên phân công tham gia theo dõi và điều chỉnh các hoạt động áp dụng các biện pháp thông qua vai trò của tổ trưởng, nhóm trưởng.
- Cơ quan quản lý cần kết hợp giữa đánh giá của cá nhân với đánh giá của Bộ môn để vừa xác định được những vấn đề chung, những vấn đề cụ thể phải giải quyết trong tiến trình thực hiện kế hoạch.
- Kết thúc kế hoạch cần tổng kết, rút kinh nghiệm để mở rộng ứng dụng các biện pháp ra toàn bộ chương trình môn học.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

1. Kết luận

Tính tích cực học tập và biện pháp nâng cao chất lượng tự học của người học là vấn đề được nhiều nhà giáo dục cổ kim, Đông Tây nghiên cứu, bàn luận, đề xuất và tìm cách thực hiện. Từ đó một trong các sứ mệnh trọng tâm và giá trị tích cực của giảng viên là tìm ra biện pháp nâng cao chất lượng tự học của người học đối với môn học mà mình phụ trách. Dạy học môn Bóng chuyền ở trường Đại học Hoa Lư không nằm ngoài xu thế đòi hỏi chung đó. Tức là, tìm ra các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn học của sinh viên ở trường là một đòi hỏi khách quan.

Để có cơ sở khoa học cho việc tìm ra các biện pháp, về mặt lý luận, đề tài đã nghiên cứu có hệ thống các vấn đề như: Tính tích cực tự học, tính tích cực nhận thức, đặc điểm môn học, tính tích cực và biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn học... Để thẩm định tính đúng đắn và giá trị khoa học của các biện pháp trong dạy học, tác giả đã tiến hành thực nghiệm khoa học sư phạm: Xây dựng chương trình, kế hoạch thực nghiệm, thiết kế giáo án thực nghiệm; dạy bài thực nghiệm tại lớp thực nghiệm, đồng thời dạy lớp đối chứng cùng bài với lớp thực nghiệm nhưng không có vận dụng các biện pháp nêu trên. Sau khi tiến hành thực nghiệm, kết quả cho thấy: Nhóm tác giả đã tìm ra được 6 biện pháp để nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyền cho sinh viên: Biện pháp 1: Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên. Biện pháp 2: Liên hệ, gắn kết nội dung tự học với hoạt động thực tiễn. Biện pháp 3: Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học, môn học. Biện pháp 4: Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra. Biện pháp 5: Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực. Biện pháp 6: Thống nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học của sinh viên. Sinh viên lớp thực nghiệm có ý thức, thái độ, kỷ luật học tập; hành động trí tuệ và nghị lực trong học tập, kết quả học tập cao hơn so với lớp đối chứng. Điều này đồng nghĩa với việc tự học môn học của sinh viên được nâng cao và hiệu quả của các biện pháp đề xuất được khẳng định. Tức là, các biện pháp đó có tính khả thi, phù hợp và sát với thực tiễn môi trường đào tạo của nhà trường.

Tóm lại, đề tài giúp chúng ta tiếp cận dạy học tự học, góp phần giải quyết nhiệm vụ đổi mới phương pháp, nâng cao chất lượng dạy học bộ môn. Cơ sở

khoa học của các biện pháp đặt nền móng thực hành và thực tiễn vững chắc cho việc nghiên cứu và đề xuất các biện pháp dạy học. Thực nghiệm khoa học sư phạm giúp chúng ta khẳng định giá trị tích cực của các biện pháp đó. Quy trình và điều kiện thực hiện cung cấp con đường, những lưu ý cần thiết để thực hiện và thực hiện có hiệu quả các biện pháp. Điều đó cho thấy nội dung đề tài đã đáp ứng được mục đích nghiên cứu và đã giải quyết được các nhiệm vụ nghiên cứu đặt ra.

2. Kiến nghị

Bước đầu nghiên cứu về quá trình luyện tập môn Bóng chuyền ở trường Đại học Hoa Lư, trong điều kiện giới hạn về thời gian (đề tài thực hiện trong một năm) và không gian (số lượng các lớp học tập môn học, làm cơ sở cho thử nghiệm và đối chứng không nhiều), nhóm tác giả đã đề xuất 6 biện pháp nâng cao tính tích cực luyện tập của sinh viên trong học tập môn điền kinh. Nhóm tác giả đã tiến hành thử nghiệm khoa học sư phạm 6 biện pháp trong thực tiễn dạy học bộ môn để thẩm định tính đúng đắn, giá trị của các biện pháp; Biện pháp 1: Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên. Biện pháp 2: Liên hệ, gắn kết nội dung tự học với hoạt động thực tiễn. Biện pháp 3: Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học, môn học. Biện pháp 4: Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra. Biện pháp 5: Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực. Biện pháp 6: Thống nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học của sinh viên. Trên cơ sở đó, nhóm tác giả của đề tài đã rút ra quy trình, điều kiện thực hiện và những kiến nghị cần thiết để sử dụng các biện pháp nâng cao chất lượng tự luyện tập của sinh viên trong học tập môn học. Xuất phát từ những cơ sở đó, nhóm đề tài xin rút ra những kiến nghị về hướng nghiên cứu tiếp theo của đề tài như sau:

- Tiếp tục đi sâu nghiên cứu 6 biện pháp nâng cao chất lượng tự luyện tập của sinh viên trong học tập môn học mà nhóm tác giả đã đề xuất, trên nền tảng đó, củng cố, bổ sung, phát triển, làm phong phú các biện pháp nâng cao chất lượng tự luyện tập của sinh viên trong học tập môn Bóng chuyền. Chúng tôi đề xuất hướng nghiên cứu này, xuất phát từ quan niệm biện pháp trong dạy học vô cùng rộng lớn, phong phú, phức tạp; hơn nữa, rút khoát, con đường phát triển của khoa học là không cùng, trái lại luôn luôn đổi mới, phát triển sáng tạo không ngừng.

- Khuyến nghị về sử dụng kết quả nghiên cứu của đề tài

Đề tài đã đạt được những kết quả nhất định: Tập trung làm rõ cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn của vấn đề nghiên cứu; bước đầu đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự luyện tập của người học trong dạy học môn Bóng chuyền phù hợp với điều kiện nhà trường; tiến hành thử nghiệm để thẩm định giá trị, hiệu quả của các biện pháp đề xuất. Trên cơ sở đó, rút ra quy trình, điều kiện cần thiết để thực hiện có các biện pháp nâng cao chất lượng tự luyện tập của người học. Thực hiện đề tài còn những hạn chế không thể tránh khỏi, tuy nhiên, những kết quả đạt được của đề tài là không thể không phủ nhận. Vì vậy, nhóm nghiên cứu thực hiện đề tài của chúng tôi đưa ra những kiến nghị cơ bản về sử dụng kết quả nghiên cứu của đề tài như sau:

- Kết quả của đề tài có những vấn đề lý luận chung thuộc lĩnh vực khoa học giáo dục, lý luận và phương pháp dạy học, được nhóm tác giả dày công tập trung nghiên cứu, khái quát, tổng hợp từ nhiều nguồn tài liệu thuộc các công trình khoa học khác nhau. Những kết quả đó có giá trị tham khảo tích cực, hiệu quả cho các công trình nghiên cứu khoa học cùng chủ đề, vấn đề nghiên cứu.

DANH MỤC CÁC TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nghị quyết số 29 - NQ/TW ngày 4/11/2013 Hội nghị Trung ương 8 khoá XI, Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng XHCN và hội nhập quốc tế.
2. Trương Xuân Dung, Lộc Đình Cường (2010), *Lựa chọn và ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả giờ tự học môn Lý luận và Phương pháp TĐTT cho sinh viên trường Đại học TĐTT Bắc Ninh*, Tuyển tập NCKH TĐTT, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Kỳ (2006), *Biến quá trình dạy học thành quá trình tự học*, Tạp chí Giáo dục, (số 2).
4. Dương Thị Linh (2010), *Một số vấn đề về hoạt động tự học của sinh viên trong giai đoạn hiện nay*, tạp chí Giáo dục, số Đặc biệt, tháng 1.
5. Nguyễn Giang Nam (2014), *Bản chất và đặc điểm năng lực tự học của sinh viên Đại học*, Tạp chí Giáo dục số 32.
6. Nguyễn Đức Văn (2000) *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, NXB Hà Nội.
7. Bộ GD & ĐT (2004), *Giáo trình bóng chuyền*, NXB Đại Học Sư Phạm
8. Bộ GD & ĐT (2015), *Phương pháp trọng tài bóng chuyền*, NXB Thể dục thể thao.
9. NA. Rubakin (1973), *Tự học như thế nào*, NXB Thanh niên.
10. Nguyễn Cảnh Toàn (2004), *Học và dạy cách học*, NXB Đại học Sư phạm.
11. Đoàn Sỹ Tuấn, Lương Duy Quyền “ *Hướng dẫn tự học, tự nghiên cứu trong dạy học môn tư tưởng Hồ Chí Minh ở trường Đại học Hoa Lư* (2016).
12. Đinh Thành Công “ *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất trong trường Đại học Hoa Lư*”(2015).
13. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), *Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ*” theo quyết định 43/2007/QĐ-BGD&ĐT.
14. Nguyễn Thị Thu Ba (2013), *Phát triển kỹ năng tự học cho học sinh phổ thông*, Viện nghiên cứu Giáo dục, ĐH Sư phạm TP. HCM.
15. Lê Khánh Bằng (1998), *Tổ chức phương pháp tự học cho sinh viên Đại học Sư phạm*, NXB Hà Nội.

16. Đào Thị Phương Chi, Nguyễn Thị Thúy Sinh, Đinh Thị Mai Anh (2009), *Nghiên cứu ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả học tập môn Sinh hóa TĐTT cho sinh viên trường Đại học TĐTT Bắc Ninh*, Tuyển tập NCKH TĐTT, Nxb TĐTT, Hà Nội.

PHỤ LỤC 1

TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ
BỘ MÔN GDTC - TL

HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

PHIẾU PHỎNG VẤN

Thực hiện kế hoạch triển khai đề tài KH & CN cấp cơ sở năm 2022 của trường Đại học Hoa Lư. Đề tài: “Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyên của sinh viên Đại học Hoa Lư”.

Số liệu được thu thập được qua phiếu phỏng vấn này là cơ sở để đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyên.

Qua thực tế học tập môn Bóng chuyên, xin các bạn cho ý kiến bằng cách điền dấu(x) vào câu trả lời được lựa chọn trong bảng sau: Nếu không đồng chí bỏ trống không đánh dấu.

Các em cho biết sơ lược về bản thân.

Họ và tên:.....Năm sinh:.....Giới tính:.....

Lớp:Khóa.....Khoa.....

Câu hỏi 1:

Mục đích tự học Bóng chuyên của bạn là gì?

Thi qua môn học

Được điểm cao, bằng giỏi

Theo phong trào

Phục vụ cuộc sống

Trở thành cán bộ chuyên ngành giỏi

Ý kiến khác:

Câu hỏi 2 : Động cơ tự học Bóng chuyên của em là gì?

Thỏa mãn yêu cầu hiểu biết

Nhanh hoàn thành khóa học

Đáp ứng nguyện vọng của gia đình

Có cơ hội việc làm

Được giảng viên ghi nhận

Được bạn bè tôn trọng

Được khen thưởng

Ý kiến khác:

Câu hỏi 3 : Bạn cảm thấy thế nào khi tự học Bóng chuyên?

Có hứng thú

Nếu bắt buộc thì thực hiện

Chán nản

Thiếu tự tin

Ý kiến khác:

Câu hỏi 4: Bạn tự học Bóng chuyên theo hình thức nào?

Độc lập, không theo kế hoạch

Có kế hoạch riêng

Theo hướng dẫn của giảng viên

Học theo nhóm trên lớp

Học theo nhóm riêng

Tham gia câu lạc bộ học tập

Ý kiến khác:

Câu hỏi 5: Bạn tự học nội dung gì trong môn Bóng chuyên?

Theo lịch trình môn học

Do giảng viên yêu cầu

Theo đề cương ôn tập

Vấn đề bản thân quan tâm, hứng thú

Liên quan đến việc làm sau này

Các vấn đề mang tính thời sự

Ý kiến khác:

Câu hỏi 6: Phương tiện sử dụng để tự học Bóng chuyên là gì?

Giáo trình

Sân bãi, dụng cụ, trang phục...

Tài liệu điện tử

Tài liệu hướng dẫn(đề cương bài giảng, phim ảnh, báo chí...)

Sách tham khảo

Từ thực tiễn sinh hoạt, tập luyện

Câu hỏi 7: Mức độ đáp ứng của các phương tiện tự học?

- Cung cấp đủ phương tiện
- Nhiều quá, không chọn lọc được
- Thiếu phương tiện cần thiết
- Sử dụng không hiệu quả
- Câu hỏi 8: Thời gian bạn giành cho việc tự học Bóng chuyên là gì?
- Không có
- Rất ít
- 1 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp
- 2 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp
- 3 tiết tự học/ 1 tiết học trên lớp
- Không xác định được
- Câu hỏi 9: Bạn thường tự học Bóng chuyên ở đâu?
- Trên lớp học
- Tập trong phòng ở
- Tập ở sân nhà ở
- Tại nơi làm thêm
- Tại bất cứ nơi nào
- Sân tập
- Câu hỏi 10: Bạn thường tự học Bóng chuyên vào lúc nào?
- Theo thời gian biểu
- Lúc rảnh rỗi
- Khi có hứng thú
- Khi có bạn cùng học
- Khi sắp phải kiểm tra
- Câu hỏi 11: Vai trò của tự học đến kết quả môn học?
- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Bình thường
- Không quan trọng
- Câu hỏi 12: Theo bạn, cần làm để tự học môn Bóng chuyên tốt hơn?
- Định hướng rõ ràng mục tiêu
- Được quan tâm, động viên
- Hướng dẫn sử dụng các bài tập
- Xác định cụ thể nội dung tự học

Có sự kiểm tra, đánh giá việc tự học

Có địa điểm tự học phù hợp

Có phong trào tự học

Có nhóm, câu lạc bộ học tập

Ý kiến khác:

Những ý kiến khác của các em:

.....

.....

Xin trân trọng cảm ơn sự cộng tác của các em!

Ngày.... tháng..... năm 2022

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

PHIẾU PHỎNG VẤN

Thực hiện kế hoạch triển khai đề tài KH & CN cấp cơ sở năm 2022 của trường Đại học Hoa Lư. Đề tài: “Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyên của sinh viên Đại học Hoa Lư”.

Số liệu được thu thập được qua phiếu phỏng vấn này là cơ sở để đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn Bóng chuyên.

Qua thực tế học tập môn Bóng chuyên, xin các bạn cho ý kiến bằng cách điền dấu(x) vào câu trả lời được lựa chọn trong bảng sau: Nếu không đồng ý bỏ trống không đánh dấu.

Các em cho biết sơ lược về bản thân.

Họ và tên:.....Năm sinh:.....Giới tính:.....

Lớp:Khóa.....Khoa.....

TT	Các biện pháp	Ý kiến lựa chọn		
		Rất quan trọng	Quan trọng	Không quan trọng
1.	Xác định mục đích, hình thành, phát triển động cơ tự học đúng đắn cho sinh viên			
2.	Giúp sinh viên nhận thức được vai trò của tự học trong việc đạt chuẩn đầu ra của môn học			
3.	Liên hệ, gắn kết các nội dung tự học với hoạt động thực tiễn			
4.	Rèn luyện kỹ năng tự học cho sinh viên theo yêu cầu bài học			
5.	Kích thích tính tích cực, chủ động, sáng tạo của sinh viên trong việc tự học			
6.	Phân chia các nhóm học tập theo chuyên môn			

7.	Quan tâm đến tâm tư nguyện vọng, sở thích của sinh viên			
8.	Đáp ứng cơ sở vật chất, phương tiện phục vụ tự học			
9.	Tăng cường kiểm tra, đánh giá việc tự học			
10.	Đổi mới hình thức kiểm tra đánh giá môn học phù hợp với yêu cầu của chuẩn đầu ra			
11.	Đưa nội dung tự học vào nội dung kiểm tra			
12.	Tăng cường sử dụng các phương pháp dạy học tích cực			
13.	Tăng cường giao bài tập về nhà cho sinh viên			
14.	Đồng nhất việc thực hiện nhiệm vụ học tập trên lớp với việc tự học			
15.	Cung cấp cho sinh viên giáo cụ trực quan phục vụ việc tự học			

Xin chân thành cảm ơn những ý kiến đóng góp của các Thầy, Cô!

Những ý kiến khác của các thầy cô:

.....

Xin trân trọng cảm ơn sự cộng tác của các thầy cô!

Ngày.... tháng..... năm 2022

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

PHỤ LỤC SỐ 3

TRƯỜNG ĐẠI HỌC HOA LƯ
BỘ MÔN GDTC - TL

HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

PHIẾU PHỎNG VẤN

(Dành cho các khối lớp D14TH, D14MN)

Để thực hiện đề tài NCKH “Biện pháp nâng cao chất lượng tự học môn bóng chuyền của sinh viên Trường đại học hoa lư”, xin Anh (chị), vui lòng cho biết: Nếu không đồng chí bỏ trống không đánh dấu.

Các em cho biết sơ lược về bản thân.

Họ và tên:.....Năm sinh:.....Giới tính:.....

Lớp:Khóa.....Khoa.....

Câu 1. Nhận thức của anh (chị) về tầm quan trọng của môn Bóng chuyền?

Rất quan trọng

Bình thường

Không quan trọng

Câu 2. Thái độ, nhu cầu, hứng thú, tâm trạng của anh (chị) khi học tập môn Bóng chuyền?

Mong muốn

Bình thường

Không mong muốn

Câu 3. Mức độ thực hiện tự học tập môn Bóng chuyền của anh (chị)?

Thường xuyên

Thỉnh thoảng

Không bao giờ

Câu 4. Nhu cầu, động cơ của bản thân học tập môn học Bóng chuyền?

Rất thích

Thích

Bình thường

Không thích

Câu 5. Mức độ tần xuất khi thực hiện tự học môn Bóng chuyền?

Thường xuyên

Thỉnh thoảng

Không bao giờ

Những ý kiến khác của các em:

.....
Xin trân trọng cảm ơn sự cộng tác của các em!

Ngày.... tháng..... năm 2022

Người phỏng vấn

Người được phỏng vấn

**BẢNG TỔNG HỢP KẾT QUẢ
LỚP THỰC NGHIỆM VÀ LỚP ĐỐI CHỨNG**

TT	Đối chứng (D14MN)		Kết quả Điểm	Thực nghiệm (D14TH)		Kết quả Điểm
1	Phạm Thị Lan	Anh	7,1	Lê Tuyết	Anh	5,6
2	Ngô Thị Ngọc	Ánh	6,5	Phạm Minh	Anh	9
3	Nguyễn Thị	Bình	5,5	Phạm Phương	Anh	8
4	Phạm Thị Thùy	Dương	5,9	Phạm Thị Ngân	Anh	5,5
5	Hà Thị Mĩ	Duyên	7	Phạm Thị Ngọc	Anh	9
6	Nguyễn Thị	Duyên	4,7	Đinh Thị Minh	Ánh	8,4
7	Hà Thị	Giang	8,4	Vũ Thị Ngọc	Ánh	6,6
8	Nguyễn Thị	Hà	5,8	Nguyễn Thị Khánh	Chi	6,6
9	Mai Thúy	Hằng	7,3	Phan Chí	Công	5,5
10	Nguyễn Thị	Hằng	6,3	Đỗ Thị	Dung	8,2
11	Nguyễn Thị Thu	Hiền	4,8	Phạm Thị Thùy	Dung	9
12	Nguyễn Thị	Hoa	6,5	Vũ Thị Thùy	Dương	5,7
13	Trần Lệ	Hồng	9	Đặng Hương	Giang	8,1
14	Bùi Thị Lan	Hương	5,3	Phạm Vũ Hương	Giang	6,5
15	Nguyễn Thị Thu	Hương	8	Lương Thị Hồng	Hà	5,9
16	Hoàng Thị Thanh	Huyền	4,5	Dương Khánh	Hạ	8
17	An Thị	Lan	6,4	Đỗ Thị Minh	Hằng	6,3
18	Lê Thị Ngọc	Lan	7,5	Nguyễn Đoàn Thu	Hằng	9
19	Ngân Thị Nhật	Lệ	5,6	Đỗ Thị Hồng	Hạnh	5,5
20	Đặng Thị Thùy	Linh	6,3	Nguyễn Hồng	Hạnh	8
21	Đinh Thị Bảo	Linh	7	Phạm Thị Thu	Hiền	5,7
22	Hà Thị Kiều	Linh	8,1	Trần Thị Thúy	Hiền	9
23	Nguyễn Thị Hà	My	5,5	Vũ Thị Thanh	Hiền	8
24	Vũ Thúy	Nga	6,6	Nguyễn Thị	Hiền	6
25	Nguyễn Thảo	Nguyên	5,3	Trần Thị Thu	Huế	9,2
26	Nguyễn Thị	Nhung	6,1	Bùi Thị Hồng	Huế	5,8
27	Nguyễn Thị Thanh	Oanh	3,5	Đinh Thị Lan	Hương	6,2
28	Trịnh Thị Kim	Oanh	7	Nguyễn Thị Thu	Hương	8
29	Hà Thị Thu	Phương	5,5	Đinh Thị Khánh	Huyền	6,5
30	Trần Lan	Phương	8	Phạm Thị Khánh	Huyền	6,8
31	Lại Thị Hương	Quỳnh	5,5	Đinh Thị Mai	Lan	6,3
32	Nguyễn Thị	Quỳnh	7,5	Nguyễn Thị Hương	Lan	9
33	Phan Xuân	Quỳnh	5,3	Phạm Thị Ngọc	Linh	5,4
34	Nguyễn Thanh	Tâm	3,8	Tổng Khánh	Linh	6

35	Đinh Thị	Thanh	7,2	Nguyễn Hoàng	Mai	6,4
36	Nguyễn Thị	Thanh	4,6	Bùi Thị Thanh	Mùi	7
37	Trịnh Thị Phương	Thanh	8,2	Nguyễn Thị Phương	Ngoan	6,2
38	Bùi Trần Thu	Thảo	5,8	Vũ Thị Bích	Ngọc	9,2
39	Phạm Thị Thanh	Thảo	7	Nguyễn Thị Ánh	Nguyệt	6,3
40	Đinh Thị	Thi	8	Phạm Thị Thanh	Nhàn	5,5
41	Phạm Thị	Thu	5,9	Đinh Thị Kiều	Oanh	8
42	Nguyễn Thị Minh	Thúy	7	Nguyễn Thị Kim	Oanh	6,4
43	Hà Thị Hồng	Thúy	5,7	Lê Thu	Phương	6,7
44	Hoàng Thị Lệ	Thúy	5,5	Nguyễn Vũ Ngọc	Quỳnh	5,6
45	Bùi Kiều	Trang	7,6	Phạm Thị	Sinh	7,5
46	Đinh Thị Huyền	Trang	5,5	Nguyễn Thị Hải	Tâm	6,8
47	Hoàng Thị Huyền	Trang	7,5	Nguyễn Thị Phương	Thảo	7,3
48	Nguyễn Huyền	Trang	5,8	Đỗ Hoài	Thu	6,5
49	Vũ Thị Huyền	Trang	7,3	Nguyễn Thị	Thúy	5,8
50	Nguyễn Thị Ánh	Tuyết	5,8	Nguyễn Thị Lệ	Thúy	7,7
51	Lê Thị Thu	Uyên	7,3	Điền Thị Thùy	Trang	8
52	Phạm Thu	Uyên	6,3	Lê Thị Hoài	Trang	7,4
53	Hà Thị Hà	Vi	5,5	Lê Thị Huyền	Trang	8,2
54	Vũ Thị Thu	Uyên	7,1	Nguyễn Thị Thu	Trang	6,7
55	Nguyễn Hải	Yến	5,6	Trần Hải	Yến	9

