

**ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM**

HÀ VĂN VĨNH

**NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC
PHỔ THÔNG GANG THÉP TỈNH THÁI NGUYÊN**

LUẬN VĂN THẠC SĨ KHOA HỌC GIÁO DỤC

THÁI NGUYÊN - NĂM 2020

**ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM**

HÀ VĂN VĨNH

**NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC
PHỔ THÔNG GANG THÉP TỈNH THÁI NGUYÊN**

Chuyên ngành: LL&PP dạy học bộ môn GDTC

Mã số : 8.14.01.11

LUẬN VĂN THẠC SĨ KHOA HỌC GIÁO DỤC

HƯỚNG DẪN KHOA HỌC

PGS.TS Hà Quang Tiến

THÁI NGUYÊN - NĂM 2020

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan, đây là công trình nghiên cứu của riêng tôi. Các số liệu, kết quả nêu trong luận văn là trung thực và chưa từng được công bố trong bất kỳ một công trình nào.

Tác giả luận văn

Hà Văn Vĩnh

LỜI CẢM ƠN

Tôi xin chân thành cảm ơn Trường Đại học sư phạm - Đại học Thái Nguyên, Phòng Đào tạo, Khoa Thể dục Thể thao Nhà trường đã tạo mọi điều kiện thuận lợi cho tôi trong suốt quá trình học tập và nghiên cứu.

Trân trọng cảm ơn PGS.TS Hà Quang Tiến đã dành nhiều thời gian chỉ bảo cho tôi những kiến thức và kinh nghiệm quý báu, giúp tôi thực hiện nghiên cứu đề tài này.

Tôi cũng xin chân thành cảm ơn Đảng ủy, Ban Giám hiệu Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên cùng các tổ chức đoàn thể, cán bộ, giáo viên và các em học sinh đã giúp đỡ tôi trong quá trình điều tra, khảo sát, thu thập các dữ liệu liên quan đến đề tài.

Trong quá trình thực hiện đề tài, tôi đã nghiêm túc và cố gắng hết mình nhưng không thể tránh khỏi những sai sót. Kính mong nhận được ý kiến đóng góp của các nhà khoa học, chuyên gia, thầy, cô giáo và đồng nghiệp để đề tài được hoàn thiện hơn.

Xin chân thành cảm ơn!

Thái Nguyên, ngày.... tháng 11 năm 2020

Tác giả luận văn

Hà Văn Vĩnh

MỤC LỤC

	Trang
LỜI CAM ĐOAN	i
LỜI CẢM ƠN.....	ii
MỤC LỤC	iii
DANH MỤC CÁC KÝ HIỆU VIẾT TẮT	vi
DANH MỤC CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG	vi
DANH MỤC CÁC BẢNG	vii
DANH MỤC CÁC BIỂU ĐỒ	viii
MỞ ĐẦU	1
1. Lý do chọn đề tài	1
2. Mục đích nghiên cứu.....	3
3. Nhiệm vụ nghiên cứu	4
4. Giả thuyết khoa học.....	4
Chương 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU	5
1.1. Quan điểm, đường lối của Đảng và Nhà nước về GDTC và thể thao trường học.....	5
1.2. Một số khái niệm có liên quan	7
1.2.1. Giáo dục thể chất	7
1.2.2. GDTC trong trường học	8
1.2.3. Thể thao trường học.....	8
1.3. Mục đích, mục tiêu, nhiệm vụ, nội dung chương trình và nguyên tắc của GDTC	8
1.3.1. Mục đích, mục tiêu, nhiệm vụ của GDTC	8
1.3.2. Nội dung, chương trình môn GDTC trong trường phổ thông.....	11
1.3.3. Những nguyên tắc của hệ thống GDTC	13
1.4. Những yếu tố đảm bảo cho công tác GDTC trong nhà trường phổ thông.....	15

1.4.1. Đổi mới nội dung chương trình giảng dạy GDTC ở trường phổ thông

17

1.4.2. Đội ngũ giáo viên GDTC.....	18
1.4.3. Cơ sở vật chất phục vụ GDTC.....	18
1.5. Đặc điểm tâm, sinh lý lứa tuổi học sinh THPT (lứa tuổi 16 - 18).....	19
1.5.1. Đặc điểm tâm lý của học sinh THPT	19
1.5.2. Đặc điểm sinh lý của học sinh THPT.....	20
1.6. Một số công trình nghiên cứu có liên quan đến công tác GDTC trong trường học.....	23
Chương 2: PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU	25
2.1. Phương pháp nghiên cứu	25
2.1.1. Phương pháp tham khảo tài liệu	26
2.1.2. Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm	26
2.1.3. Phương pháp quan sát sự phạm.....	27
2.1.4. Phương pháp kiểm tra sự phạm.....	27
2.1.5. Phương pháp thực nghiệm sự phạm.....	29
2.1.6. Phương pháp thống kê toán học	30
2.2. Tổ chức nghiên cứu	31
2.2.1. Đối tượng nghiên cứu	31
2.2.2. Phạm vi nghiên cứu	31
2.2.3. Địa điểm nghiên cứu.....	31
2.2.4. Thời gian nghiên cứu.....	31
Chương 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN	32
3.1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC ở Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	32
3.1.1. Nghiên cứu thực trạng đội ngũ Giáo viên GDTC tại Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	32

3.1.2. Thực trạng chương trình giảng dạy và cách thức tổ chức giờ học GDTC trong Trường THPT Gang Thép.....	33
3.1.3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên	35
3.1.4. Thực trạng về thái độ học tập, rèn luyện thể chất của học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên	38
3.1.5. Thực trạng kết quả học tập môn Thể dục của học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	40
3.1.6. Thực trạng thể lực của học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên theo quy định của Bộ GD&ĐT	41
3.2. Lựa chọn và ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	43
3.2.1. Cơ sở lý luận và thực tiễn lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	43
3.2.2. Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên	47
3.2.3. Xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh trường THPT Gang Thép Thái Nguyên	51
3.2.4. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên.....	55
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ.....	70
1. Kết luận.....	70
2. Kiến nghị	70
TÀI LIỆU THAM KHẢO	72
PHỤ LỤC	

DANH MỤC CÁC KÝ HIỆU VIẾT TẮT

Đ	: Điểm
GD&ĐT	: Giáo dục và Đào tạo
GDTC	: Giáo dục Thể chất
HSSV	: Học sinh sinh viên
n	: Số lượng
NĐC	: Nhóm đối chứng
NTN	: Nhóm thực nghiệm
Nxb	: Nhà xuất bản
RLTT	: Rèn luyện thân thể
Stt	: Số thứ tự
TDTT	: Thể dục thể thao
THPT	: Trung học phổ thông
XHCN	: Xã hội Chủ nghĩa

DANH MỤC CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG

%	: Phần trăm
cm	: Centimet
Đ = điểm	: Số điểm
Kg	: Kilogram lực
lần	: Số lần
m	: Mét
m _i	: Số lượng phần tử
s	: Giây

DANH MỤC CÁC BẢNG

Stt	Nội dung	Trang
Bảng 3.1.	Thực trạng đội ngũ giáo viên GDTC Trường THPT Gang Thép	32
Bảng 3.2	Chương trình môn học GDTC tại Trường THPT Gang Thép	33
Bảng 3.3	Thực trạng cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ công tác GDTC của Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên	36
Bảng 3.4	Kết quả xác định mức độ nhận thức về vị trí, vai trò của công tác GDTC tại Trường THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên	39
Bảng 3.5	Thống kê kết quả học tập của học sinh THPT Gang Thép tỉnh Thái Nguyên trong 3 năm học	40
Bảng 3.6	Kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn RLTT của học sinh khối 10 Trường THPT Gang Thép	42
Bảng 3.7	Kết quả phỏng vấn cán bộ, giáo viên về lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh Trường THPT Gang Thép	48
Bảng 3.8	Kết quả phỏng vấn đánh giá tính khả thi của các biện pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh trường THPT Gang Thép	50
Bảng 3.9	Kết quả kiểm tra thể lực của Nam học sinh NTN và NĐC trước thực nghiệm	56
Bảng 3.10	Kết quả kiểm tra thể lực của Nữ học sinh NTN và NĐC trước thực nghiệm	57
Bảng 3.11	Kết quả kiểm tra thể lực của Nam học sinh NTN và NĐC sau thực nghiệm	58
Bảng 3.12	Kết quả kiểm tra thể lực của Nữ học sinh NTN và NĐC sau thực nghiệm	58
Bảng 3.13	So sánh kết quả học tập môn GDTC giữa hai NTN và NĐC ở đối tượng Nam và Nữ sau thực nghiệm	64

DANH MỤC CÁC BIỂU ĐỒ

Stt	Nội dung	Trang
Biểu đồ 3.1	So sánh thành tích Lực bóp tay thuận của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	59
Biểu đồ 3.2	So sánh thành tích nằm ngửa gập bụng của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	60
Biểu đồ 3.3	So sánh thành tích bật xa tại chỗ của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	60
Biểu đồ 3.4	So sánh thành tích chạy 30m XPC của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	60
Biểu đồ 3.5	So sánh thành tích chạy con thoi 4x10m của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	61
Biểu đồ 3.6	So sánh thành tích chạy 5 phút tùy sức của nam NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	61
Biểu đồ 3.7	So sánh thành tích lực bóp tay thuận của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	61
Biểu đồ 3.8	So sánh thành tích nằm ngửa gập bụng của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	62
Biểu đồ 3.9	So sánh thành tích bật xa tại chỗ của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	62
Biểu đồ 3.10	So sánh thành tích chạy 30m XPC của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	62
Biểu đồ 3.11	So sánh thành tích chạy con thoi 4x10m của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	63
Biểu đồ 3.12	So sánh thành tích chạy 5 phút tùy sức của Nữ NTN và NĐC sau 03 tháng thực nghiệm	63
Biểu đồ 3.13	So sánh kết quả học tập môn GDTC giữa hai NTN và NĐC của Nam và Nữ sau 03 tháng thực nghiệm	65