

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

1. Lý do chọn đề tài

Đất nước ta đang trong thời kỳ đổi mới kinh tế, xã hội một cách toàn diện. Ngành giáo dục và đào tạo cũng không nằm ngoài dòng chảy đó. Nhằm đáp ứng cho nhu cầu phát triển của xã hội, giáo dục và đào tạo trong những năm gần đây đã có những chuyển biến mạnh mẽ.

Đổi mới giáo dục cần đi từ tổng kết thực tiễn để phát huy ưu điểm, khắc phục các biểu hiện hạn chế, lạc hậu, yếu kém, trên cơ sở đó tiếp thu vận dụng các thành tựu hiện đại của khoa học giáo dục trong nước và quốc tế vào thực tiễn nước ta. Có thể nói, đổi mới phương pháp dạy học và kiểm tra đánh giá là hai mặt thống nhất hữu cơ của quá trình dạy học, đổi mới phương pháp dạy học phải dựa trên kết quả đổi mới kiểm tra đánh giá và ngược lại đổi mới kiểm tra đánh giá đề thúc đẩy và phát huy hiệu quả khi thực hiện đổi mới phương pháp dạy học.

Thể dục là môn học yêu cầu về vận động rất lớn. Trong quá trình học tập, thông qua các hoạt động, học sinh được rèn luyện thân thể, nâng cao sức khỏe. Nhiều năm qua, nội dung giảng dạy môn Thể dục ở cấp THCS còn nặng về bài tập đơn điệu, ít đổi mới, cộng thêm điều kiện cơ sở vật chất của các trường còn khó khăn nên việc thực hiện các phương pháp dạy học mới còn nhiều hạn chế. Mặc dù sách giáo viên của bộ môn Thể dục đã có nhiều cải tiến, nhiều trò chơi được đưa vào hướng dẫn tiết dạy với mục đích làm phong phú thêm hình thức tổ chức dạy học. Tuy nhiên, việc thực hiện thường xuyên còn chưa được chú trọng. Nhiều giáo viên còn e ngại với việc thay đổi phương pháp đã ăn sâu vào nếp nghĩ, cách làm, cũng như sự chuẩn bị cần rất chu đáo của các hoạt động dưới hình thức trò chơi này. Điều này càng cần phải có một hệ thống các trò chơi giúp các thầy, cô dễ dàng tham khảo và ứng dụng trong công việc, đồng thời học sinh cũng có sự chuyển biến khi tham gia tiết học, tăng hiệu quả của bộ môn.

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, với mong muốn góp phần vào việc đổi mới và hoàn thiện phương pháp giảng dạy cũng như nhằm củng cố và giúp các em học sinh khắc sâu kiến thức, kỹ năng môn học, giúp các em yêu thích môn học hơn. Tôi quyết định chọn đề tài nghiên cứu của mình là: ***“Phương pháp tổ chức trò chơi dân gian trong giờ học nội khóa bộ môn giáo dục thể chất ở trường THCS”***.

2. Mục đích nghiên cứu

Tôi chọn đề tài nghiên cứu này nhằm góp phần vào việc xây dựng hệ thống trò chơi trong giờ học nội khoá nhằm củng cố kỹ năng vận động cho học sinh THCS, tạo hứng thú trong các tiết học thể dục, giúp các em yêu thích môn học hơn, tăng cường các hoạt động thể chất nhằm duy trì và nâng cao sức khỏe, từ đó hỗ trợ cho việc học văn hoá tốt hơn.

3. Nhiệm vụ nghiên cứu

- Tìm hiểu cơ sở lý luận của vấn đề nghiên cứu.
- Điều tra thực trạng sử dụng trò chơi dân gian trong quá trình dạy học nội khoá của giáo viên THCS trên địa bàn Thành phố Hà Nội.
- Đề xuất và thực nghiệm một số trò chơi dân gian cho học sinh các khối lớp.

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

- Đối tượng nghiên cứu đề tài này của tôi là: phương pháp tổ chức trò chơi dân gian trong giờ học nội khoá bộ môn giáo dục thể chất ở trường THCS.
- Phạm vi nghiên cứu đề tài: Đề tài tập trung nghiên cứu tại trường THCS.
- Thời gian nghiên cứu đề tài: Năm học 2018 - 2019.

5. Phương pháp nghiên cứu

- Các phương pháp nghiên cứu lý luận:
 - + Gồm các phương pháp phân tích, khái quát, tổng kết các tài liệu liên quan đến đề tài nghiên cứu để xác lập cơ sở lý luận cho đề tài.
- Các phương pháp nghiên cứu thực tiễn:
 - + Phương pháp Anket: Sử dụng các mẫu phiếu điều tra để thu thập thông tin về thực trạng sử dụng các trò chơi dân gian trong kiểm tra đánh giá, chất lượng dạy học bộ môn Giáo dục thể chất, mức độ yêu thích môn học của học sinh.
 - + Phương pháp thực nghiệm: Thực nghiệm tác động trên 2 lớp 8 với 99 học sinh của một trường THCS trên địa bàn Thành phố Hà Nội.
 - + Phương pháp trò chuyện, phỏng vấn giáo viên và học sinh để thu thập những thông tin cần thiết cho quá trình nghiên cứu.

6. Giả thuyết khoa học

Nếu trong dạy học môn Giáo dục thể chất, giáo viên xây dựng được hệ thống trò chơi dân gian theo một quy trình hợp lý thì sẽ phát huy tính tích cực, độc lập, sáng tạo trong học tập của học sinh, qua đó góp phần nâng cao chất lượng dạy học môn học này; giúp các em yêu thích môn học hơn, tăng cường các hoạt động thể chất nhằm duy trì và nâng cao sức khỏe, từ đó hỗ trợ cho việc học văn hoá tốt hơn.

II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

CHƯƠNG 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ CƠ SỞ THỰC TIỄN CỦA VIỆC TỔ CHỨC TRÒ CHƠI DÂN GIAN TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

1.1. Cơ sở lý luận.

Trò chơi là hoạt động không thể thiếu trong đời sống con người. Mọi lứa tuổi đều có nhu cầu vui chơi giải trí. Tùy thuộc các độ tuổi, nhu cầu này không giống nhau cả về nội dung và hình thức. Đặc biệt đối với học sinh THCS, trò chơi được coi như một món ăn không thể thiếu để thỏa mãn nhu cầu của các em. Thông qua trò chơi các em thể hiện được khả năng của mình, khám phá hiểu biết thêm cuộc sống, được lĩnh hội kiến thức trong không gian đầy ắp tiếng cười, tiếng vỗ tay đồng thời tạo ra được bầu không khí vui vẻ, đoàn kết, thân ái giúp đỡ nhau trong học tập, rèn luyện. Vì vậy việc tổ chức các trò chơi cho học sinh có một ý nghĩa vô cùng quan trọng trong giờ GDTC.

PGS.TS Nguyễn Văn Huy, Giám đốc Bảo tàng Dân tộc học Việt Nam cho rằng: “Cuộc sống đối với trẻ em không thể thiếu những trò chơi. Trò chơi dân gian không đơn thuần là một trò chơi của trẻ con mà nó chứa đựng cả một nền văn hóa dân tộc Việt Nam độc đáo và giàu bản sắc. Trò chơi dân gian không chỉ nâng cánh cho tâm hồn trẻ, giúp trẻ phát triển khả năng tư duy, sáng tạo, sự khéo léo mà còn giúp các em hiểu về tình bạn, tình yêu gia đình, quê hương, đất nước. Trẻ em ở một xã hội công nghiệp, chỉ quen với máy móc và không có khoảng trống để chơi cũng là một thiệt thòi. Thiệt thòi hơn khi các em không được làm quen và chơi những trò chơi dân gian của thiếu nhi thuở trước - đang ngày càng bị mai một và quên lãng, không chỉ ở các thành phố mà còn ở cả các vùng nông thôn, nơi mà đang dần bị đô thị hóa mạnh mẽ. Vì thế giúp các em hiểu và tìm về cội nguồn với những trò chơi dân gian là một việc làm cần thiết”.

Trong chương trình môn Thể dục ở trường THCS, trò chơi chiếm một vị trí quan trọng, nó phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi góp phần tích cực vào việc đẩy mạnh sự phát triển toàn diện của cơ thể học sinh. Trò chơi được sử dụng rộng rãi trong các giờ thể dục, trong hoạt động nội khóa và hoạt động ngoại khóa. Trò chơi có thể được giáo viên đưa vào phần khởi động, phần cơ bản, cũng có khi là phần kết thúc. Các nội dung trò chơi hầu như tiết nào cũng có nhất là ở khối lớp 6, 7 có tiết không chỉ có một trò chơi mà có thể đưa 2 – 3 trò chơi vào tiết dạy.

1.2. Cơ sở thực tiễn.

Trò chơi là nhu cầu tự nhiên của con người có ý nghĩa giáo dục toàn diện, là phương tiện nhằm thu hút và giáo dục học sinh nhanh nhất trong thời gian ngắn nhất và đạt hiệu quả cao nhất. Trò chơi góp phần điều hòa và cân bằng nguồn năng lượng dư thừa trong quá trình trao đổi chất, đảm bảo sự hoạt động bình thường trong cơ thể học sinh và luôn tạo ra không khí vui vẻ, đoàn kết thân ái. Ngoài nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, khả năng hoạt bát, phản xạ trong các tình huống khác nhau trò chơi còn giáo dục phẩm chất, ý chí, sự nỗ lực cố gắng, trí thông minh dũng cảm quên mình, đức tính khiêm tốn thật thà, khả năng vận dụng những bài học vào thực tế cuộc sống. Đối với học sinh trò chơi được

sử dụng tích cực để giảng dạy những động tác, kỹ năng vận động cơ bản: đi, chạy, nhảy, ném, vượt chướng ngại vật... Nội dung trò chơi ở các lứa tuổi có sự khác nhau. Ở các lớp bậc THCS trò chơi còn có đặc điểm mang nhiều tác dụng đến phát triển các tố chất thể lực, khối lượng vận động tăng, thời gian kéo dài cần huy động nhiều nhóm cơ toàn thân tham gia.

Muốn dạy tốt nội dung trò chơi và đưa trò chơi dân gian vào tiết học tôi phải nhận thức rõ vai trò trách nhiệm của mình trong việc giáo dục thể chất ở trường THCS là giáo dục nhằm phát triển toàn diện nhân cách cho học sinh giúp các em không những phát triển về tri thức mà còn phát triển về thẩm mỹ, đạo đức và sức khỏe.

Cá nhân tôi đưa ra một số biện pháp như sau:

- Bản thân giáo viên phải chuẩn bị cho mình những kiến thức cơ bản nhất, liệt kê được các trò chơi chính trong chương trình môn Thể dục THCS đặc biệt hơn tìm được những trò chơi dân gian có nội dung phù hợp với nội dung bài dạy. Những trò chơi được đưa vào chương trình cần phải chọn lọc, có mục đích, có kế hoạch mà người xây dựng kịch bản và người điều khiển trước hết là giáo viên, người tham gia chơi là học sinh. Học sinh cũng cần phải được sắm vai là người điều khiển trò chơi, tham gia đánh giá đảm bảo công bằng tự tin trước tập thể lớp. Người tổ chức điều khiển trò chơi có vai trò rất quan trọng, phải chủ động, biết tạo tình huống, biết tận dụng sự ngạc nhiên của người chơi thì trò chơi sẽ trở nên hấp dẫn.

- Luôn quan tâm theo dõi sát sao quá trình chơi của học sinh.

- Phải biết lựa chọn trò chơi phù hợp với đối tượng, với nội dung bài học.

- Phải đảm bảo mục đích giáo dục đạo đức, tư tưởng, kiến thức, kỹ năng và rèn luyện thể lực cho học sinh.

- Phải nắm bắt được sở thích, yếu tố tâm lý của học sinh.

- Phải nắm chắc hiểu rõ luật chơi.

- Chuẩn bị các phương tiện cần thiết phục vụ cho trò chơi, nhưng tuyệt đối phải an toàn.

- Giới thiệu tên trò chơi mục đích, ý nghĩa, yêu cầu trò chơi, hướng dẫn luật chơi, cách chơi và cách đánh giá phải ngắn gọn cuốn hút bằng giọng nói điệu bộ gây được hứng thú, tính tò mò.

- Ổn định tổ chức bố trí đội hình phù hợp.

- Biết cách động viên khích lệ và xử lý hợp lý.

- Khi học trò chơi mới nên chọn nhóm học sinh làm mẫu, sắp xếp đội hình sau đó cho chơi thử, khi các em hiểu rõ mới cho chơi thật. Với những trò thường xuyên chơi chỉ cần nêu tên và đặt ra yêu cầu mới.

- Không nên quá thô bạo, nghiêm nghị điều hành cuộc chơi. Đánh giá kết quả chơi phải công bằng chính xác, có thưởng phạt hợp lý.

- Không nên chơi quá nhiều, quá sức dễ làm cho học sinh nhàm chán ảnh hưởng đến sức khỏe.

- Không nên phức tạp làm khó quá trò chơi mà phải đơn giản dễ hiểu, dễ chơi.

CHƯƠNG 2: THỰC TRẠNG SỬ DỤNG TRÒ CHƠI DÂN GIAN TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

2.1. Vài nét về tình hình nhà trường

Trường THCS mà tôi thực hiện nghiên cứu đề tài này, được thành lập từ năm 1974, trường nằm tại trung tâm của một Quận trên địa bàn TP Hà Nội. Kết quả học tập của học sinh ngày một tiến bộ, trong những năm gần đây số lượng học sinh thi vào cấp ba luôn đứng vào tốp đầu của Quận. Công tác bồi dưỡng học sinh giỏi, học sinh năng khiếu cũng được nhà trường quan tâm đúng mức, hàng năm nhà trường có nhiều học sinh dự thi học sinh giỏi và đạt nhiều giải cấp Quận, Thành phố ở các môn học (trong đó có Giáo dục thể chất).

Tuy nhiên bên cạnh những thành tích đã đạt được vẫn còn một số tồn tại như: nhiều em học sinh còn chưa thực sự yêu thích, học lệch, học yếu một số môn khoa học; riêng bộ môn Giáo dục thể chất nhiều học sinh còn lười tập luyện, thể chất yếu, không duy trì được trạng thái vận động lâu.

2.2. Thực trạng sử dụng trò chơi dân gian trong giờ học nội khóa bộ môn giáo dục thể chất

Đứng trước tình hình trên, là một giáo viên dạy bộ môn GDTC, tôi đã tiến hành khảo sát thực trạng sử dụng trò chơi dân gian trong giờ học nội khóa của giáo viên môn Thể dục trong nhà trường và sự yêu thích bộ môn, kết quả học tập bộ môn Thể dục của các em học sinh lớp 6.

* *Mục đích khảo sát:* Nhằm đánh giá thực trạng sử dụng trò chơi dân gian của giáo viên môn Thể dục, từ đó xác lập cơ sở thực tiễn cho việc vận dụng trò chơi dân gian trong kiểm tra đánh giá môn Thể dục THCS.

* *Đối tượng khảo sát:* 3 giáo viên giảng dạy bộ môn Thể dục và 95 học sinh lớp 6A4, 6A6 của trường THCS mà tôi chọn nghiên cứu.

* *Nội dung khảo sát:*

- Điều tra thực trạng sử dụng trò chơi dân gian môn Thể dục.
- Kết quả học tập giữa học kì I của học sinh lớp 6A4, 6A6.
- Đánh giá mức độ yêu thích của học sinh khi học tập môn Thể dục.

* *Kết quả khảo sát:*

Bảng 1: Tổ chức trò chơi dân gian trong quá trình dạy học bộ môn Thể dục

<i>TT</i>	<i>Tần suất sử dụng trò chơi dân gian</i>	<i>Số ý kiến</i>	<i>Tỷ lệ (%)</i>
1	Có sử dụng, tần suất ít.	2	75
2	Có sử dụng, tần suất nhiều.	1	25
3	Không sử dụng.	0	0

Qua bảng 1 ta thấy: Các giáo viên đều sử dụng trò chơi dân gian, tuy nhiên tần suất có khác nhau. 2/3 giáo viên không mấy khi sử dụng vì nhiều lý do như học sinh ít chủ động, hoặc ngại thay đổi hình thức dạy học đã thành nếp quen. Điều này khiến cho việc dạy và học bộ môn còn nhiều bất cập, được thể hiện một phần qua bảng khảo sát thứ 2 và thứ 3 về kết quả học tập và mức độ yêu thích môn học của học sinh.

Bảng 2: Kết quả học tập giữa kì I môn Thể dục của học sinh các lớp 6A4, 6A6

Lớp	Sĩ số	Đạt	Chưa đạt
6A4	48	48	0
6A6	47	47	0
Tổng	95	95	0
(%)	100%	100%	0%

Nhìn chung, kết quả học tập bộ môn Thể dục của 2 lớp là tốt. Qua việc trao đổi với các em về kiến thức bộ môn, tôi thấy kiến thức, kỹ năng các em nắm được tương đối sâu, thực hành được, tuy còn nhiều học sinh lúng túng. Nhưng quan trọng hơn, hứng thú với môn học của các em chưa thật nhiều, nhiều học sinh chỉ cố gắng ở mức tối thiểu để đạt trình độ môn học.

Bảng 3: Kết quả đánh giá mức độ yêu thích của học sinh khi học tập bộ môn Thể dục

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không có ý kiến
6A4	48	34	12	2
6A6	47	37	10	0
Tổng	95	71	22	2
(%)	100%	74,7%	23,2%	2,1%

Qua bảng 3 cho thấy tỉ lệ học sinh không thích học bộ môn Thể dục (23,2%) ít hơn tỉ lệ học sinh yêu thích (74,7%) môn này khi học tập, số còn lại (2,1%) là không có ý kiến. Tuy nhiên, số học sinh không yêu thích còn lớn (gần 1/4). Để tìm nguyên nhân cho kết quả đó, tôi tiến hành phỏng vấn các em học sinh và đại đa số các em cho biết lí do không thích học môn này là thời gian rèn luyện ở nhà còn quá ít, thậm chí một số em không bao giờ có thói quen tập luyện; số khác do tư chất yếu nên ngại tập luyện; một số do thời gian học tập văn hoá chiếm quá lớn nên cũng ít rèn luyện. Đặc biệt, có một số học sinh do thấy môn học chỉ toàn vận động đơn thuần, ít có hoạt động gắn kết tập thể, ít tiếng cười nên không hứng thú với môn học.

2.3. Đánh giá chung về thực trạng sử dụng trò chơi dân gian trong giảng dạy Thể dục.

Nhìn chung các thầy cô giảng dạy bộ môn Thể dục trường THCS mà tôi chọn để nghiên cứu đề tài này, đã tích cực đổi mới phương pháp dạy học và kiểm tra đánh giá và đã đạt được những thành tích đáng kể. Tuy nhiên bên cạnh những thành tích đó vẫn còn một số tồn tại như học sinh chưa chủ động, tích cực tham gia; giáo viên ngại thay đổi, còn tư tưởng “đi theo lối mòn”... Đứng trước những vấn đề đó, là một giáo viên giảng dạy bộ môn Thể dục THCS, tôi mạnh dạn nghiên cứu các loại trò chơi dân gian sử dụng trong giờ nội khoá bộ môn Thể dục để từ vận dụng loại bài tập này vào quá trình dạy học, kiểm tra đánh giá học sinh khi học tập bộ môn Thể dục, nhằm nâng cao chất lượng dạy học bộ môn này và khơi dậy niềm đam mê, yêu thích môn học cho các em học sinh.

CHƯƠNG 3: ĐỀ XUẤT QUY TRÌNH XÂY DỰNG CÁC TRÒ CHƠI DÂN GIAN TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

3.1. Nội dung kiến thức

Muốn thực hiện dạy tốt được nội dung trò chơi trước hết cần phải hiểu rõ trò chơi là gì? Phân loại trò chơi từ đó lựa chọn trò chơi sao cho phù hợp với đối tượng nội dung bài dạy, địa điểm, sân bãi, dụng cụ, hoàn cảnh chơi.

3.1.1. Trò chơi là gì?

- Trò chơi là một hoạt động tự do, tự nguyện không hề bị gò ép bắt buộc vì thế tạo nên sự hấp dẫn lôi cuốn thu hút học sinh bởi lẽ các em hoàn toàn chủ động trong suy nghĩ, sự lựa chọn và hành động. Từ đó các em có thể phát huy cao nhất khả năng sáng tạo của mình để giành thế có lợi, phần thắng về phía mình mà không phụ thuộc và bị người khác chi phối. Trong không khí náo nức, phấn khởi được tự do tham gia, sự cổ vũ của tập thể giúp các em phát huy cao nhất năng lực, sở trường của mình.

- Trò chơi được giới hạn bởi không gian và thời gian: Mục đích và nội dung của mỗi trò chơi phụ thuộc vào người tổ chức trò chơi vì thế phải có không gian đáp ứng cho từng trò chơi. Mặt khác, dù bất kỳ quy mô chơi như thế nào thì trò chơi có một thời gian nhất định: thời gian chuẩn bị, thời gian nghe, nhìn, thời gian chơi thử và chơi thật. Do vậy người tổ chức chơi hướng dẫn chơi phải tính toán và hình dung được: Chơi trò chơi này ở đâu, thời gian là bao nhiêu cho hợp lý và hiệu quả nhất, để vừa đáp ứng được mục đích, yêu cầu đề ra, vừa đảm bảo được kế hoạch chung của hoạt động.

- Trò chơi là một hoạt động sáng tạo: Đây chính là đặc trưng quan trọng tạo nên sự hấp dẫn, thu hút người tham gia trò chơi cho đến kết quả cuối cùng luôn là một ẩn số và đầy những yếu tố bất ngờ mà không ai biết được. Đó cũng chính là thời gian dành cho sự sáng tạo của người tham gia trò chơi.

- Trò chơi là một hoạt động có quy tắc: Trò chơi nào cũng vậy, dù đơn giản hay phức tạp, thì những người tham gia chơi đều phải tuân thủ những quy tắc nhất định. Điều đó làm hấp dẫn thêm trò chơi vì người chơi đều bình đẳng với nhau và cùng tuân theo những quy định mới mà không bị ràng buộc, chi phối bởi bất kỳ điều kiện khách quan, chủ quan nào.

- Trò chơi là một hành động giả định: Dù rằng trò chơi đó có nguồn gốc từ đâu nhưng bao giờ trò chơi cũng tạo ra cuộc sống khác hẳn với cuộc sống bình thường đang diễn ra, do đó trò chơi luôn tạo nên cho người chơi một nhận thức, một cảm giác với thực tại.

3.1.2. Phân loại trò chơi

Do tính phong phú, đa dạng của trò chơi, việc phân loại trở nên khó khăn. Có nhiều cách phân loại khác nhau, năm 1969 nhà nghiên cứu Roger Gaillois tìm ra một cách phân loại mà cho đến nay được nhiều người đồng tình đó là:

- Trò chơi thi đấu: Loại này bao gồm những trò chơi diễn ra giữa 2 người hay 2 phe, giữa nhiều người hay nhiều phe mà kết quả bao giờ cũng có người thắng, kẻ thua. Loại trò chơi này thường thu hút được rất nhiều người tham gia.

Bởi lẽ, quyền lợi của người chơi và người cổ vũ gắn chặt với nhau. Ví dụ: kéo co, đánh cờ, đấu bóng....

- Trò chơi mô phỏng: Loại trò chơi này nhằm tái hiện những hoạt động lao động sản xuất, sinh hoạt hàng ngày của con người hay sự vận hành của vũ trụ. Trò chơi mô phỏng những hoạt động sống của con người giúp cho học sinh chuẩn bị gia nhập thế giới người lớn. Ví dụ: kéo co; nhảy dây....

- Trò chơi cầu may: Loại này bao gồm những trò chơi chỉ để nhằm thoả mãn nhu cầu của cá nhân nhưng thu hút nhiều người tham gia. Ví dụ: Xổ số; cá ngựa...

- Trò chơi tạo cảm giác: Loại trò chơi này nhằm đáp ứng và thoả mãn những nhu cầu đặc biệt của con người để thoát khỏi thực tại bằng sự xuất thần tạo nên một cảm giác mới lạ choáng ngợp. Ví dụ: nhào lộn; nhảy dù; đánh đu...

* Cũng có thể phân loại trò chơi theo nhóm:

- Nhóm trò chơi trí tuệ. Ví dụ: trò chơi tìm người chỉ huy; đoàn kết; rán mỡ; trốn tìm (trò chơi dân gian)...

- Nhóm trò chơi thẩm mỹ. Ví dụ: thả đĩa ba ba; rồng rắn lên mây (trò chơi dân gian)...

- Nhóm trò chơi thể lực. Ví dụ: Chạy tiếp sức; Nhảy ô tiếp sức; Kéo co; Nhảy dây...

* Đối với học sinh trường THCS giáo viên nên chia thành hai nhóm trò chơi:

- Nhóm trò chơi hội tĩnh: thường được sử dụng vào phần kết thúc. Ví dụ: tìm người chỉ huy; súng, hồ và người đi săn...

- Nhóm trò chơi vận động: thường được sử dụng vào phần khởi động, phần cơ bản. Ví dụ: Bắt vịt; Nhảy bao bố; Thả đĩa bà ba; Chạy tiếp sức chuyển vật;

3.1.3. Cách chọn trò chơi

Trò chơi có nhiều loại cần nghiên cứu sắp xếp và sử dụng trò chơi phù hợp với đối tượng, thời gian, địa điểm hoàn cảnh chơi.

a) Những căn cứ lựa chọn trò chơi:

- Căn cứ vào mục đích, yêu cầu nhiệm vụ giáo dục: Để phát triển thể lực thì chọn trò chơi nhằm phát triển những tố chất như nhanh nhẹn, bền bỉ hay sức mạnh... Trò chơi còn có tác dụng hoạt động bổ trợ hoặc rèn luyện kỹ năng về động tác chạy, nhảy, ném, chống đỡ... Chọn trò chơi cần chú ý đến yêu cầu giáo dục đạo đức, tư tưởng, kiến thức, kỹ năng và rèn luyện thể lực cho học sinh.

- Căn cứ vào đặc điểm tâm sinh lý của học sinh: Ở lứa tuổi bậc THCS, cơ thể học sinh chưa phát triển hoàn chỉnh, thể lực các em còn yếu, nên không thể chọn các trò chơi đòi hỏi phải dụng nhiều sức mạnh hoặc hoạt động trong một thời gian dài như ở bậc THPT. Các em còn hiếu động nên cần chọn những trò chơi vui, hấp dẫn. Khả năng nhận thức và tư duy của học sinh còn có hạn nên không thể áp dụng những trò chơi có quy tắc quá phức tạp. Cần căn cứ vào lứa tuổi mà đề ra quy tắc, yêu cầu khối lượng vận động, thời gian chơi cho phù hợp với từng đối tượng học sinh.

- Căn cứ vào địa điểm, sân bãi, dụng cụ: Chọn trò chơi tùy thuộc vào địa điểm, dụng cụ, sân bãi. Địa điểm chơi phụ thuộc vào số người tham gia. Cấu trúc nội dung, hình thức tổ chức trò chơi có liên quan trực tiếp đến điều kiện, dụng cụ, sân bãi.

- Căn cứ vào thời gian và hoàn cảnh: Tổ chức trò chơi có liên quan đến quỹ thời gian thực hiện. Thời gian chơi quyết định tới chọn trò chơi. Mặt khác, trò chơi chịu ảnh hưởng trực tiếp vào điều kiện, hoàn cảnh (nắng, mưa...) cụ thể để lựa chọn các hình thức tổ chức và loại trò chơi cần thiết.

Việc lựa chọn trò chơi rất quan trọng, có tính chất quyết định đến tác dụng giáo dục và kết quả của trò chơi, đòi hỏi tổ chức cần hợp lý về nội dung, điều kiện cho phù hợp.

b) Lựa chọn trò chơi:

Để tiến hành tổ chức - hướng dẫn một trò chơi cho học sinh công việc rất quan trọng mang tính quyết định là phải biết chọn trò chơi. Để chọn trò chơi đúng mong muốn, phải nắm vững những yêu cầu sau đây:

- Xác định được mục đích, yêu cầu của trò chơi định lựa chọn.
- Đối tượng chơi ở lứa tuổi nào? Nam hay nữ?
- Số lượng các em tham gia và tình trạng sức khỏe của các em?
- Người tổ chức và hướng dẫn phải hiểu thấu đáo từ luật chơi đến diễn biến, kết quả, thời gian vật chất của trò chơi.
- Trò chơi đáp ứng nhu cầu nguyện vọng của các em nhưng nhất thiết phải đảm bảo sự an toàn tuyệt đối về tính mạng, về tài sản của cá nhân và tập thể.

c) Chuẩn bị địa điểm và phương tiện:

Sau khi đã chọn được trò chơi theo yêu cầu đề ra, người tổ chức và hướng dẫn phải nghiên cứu thật kỹ cách chơi (luật, cách thức chơi) và phương pháp tổ chức trò chơi. Đồng thời phải hình dung và sớm có phương án lựa chọn địa điểm, phương tiện để chơi, cụ thể là:

- Địa điểm vừa đủ cho số người chơi và đáp ứng được nội dung của trò chơi.

- Địa điểm phải thoáng, mát, sạch sẽ không có các chướng ngại vật, đá sỏi...không gây nguy hiểm và làm mất vệ sinh cho người chơi.

- Phương tiện được xếp đặt đúng vị trí, các dấu quy ước phải làm cho rõ để mọi người đều dễ dàng sử dụng.

Nếu chuẩn bị tốt địa điểm và phương tiện chơi thì kết quả tổ chức trò chơi sẽ cao và an toàn cho người chơi.

3.2. Hướng dẫn trò chơi cho học sinh

3.2.1. Ổn định tổ chức, bố trí đội hình.

Để bắt đầu một trò chơi phải tập hợp tất cả các em tham gia trò chơi. Trong nhà hay ngoài sân cũng cần có sự sắp xếp có trật tự. Tuỳ theo tính chất của trò chơi mà người tổ chức bố trí các đội hình khác nhau như: đội hình hàng dọc, hàng ngang, chữ V, hình vuông, hình chữ nhật hay một hoặc nhiều vòng tròn ... Có thể quy định số người chơi hoặc bố trí chơi theo lớp, tổ, nhóm v.v...

Bố trí đội hình chơi phải phù hợp với vị trí trung tâm của người hướng dẫn sao cho tất cả các em tham gia cuộc chơi có thể nghe thấy, quan sát thấy người hướng dẫn nói gì, làm gì và thực hiện các động tác mà không bị người khác cản trở.

3.2.2. Giới thiệu và giải thích trò chơi.

Giới thiệu và giải thích trò chơi có thể tiến hành bằng nhiều cách khác nhau phụ thuộc vào thực tiễn sự hiểu biết của các em bằng năng lực của người hướng dẫn. Nếu các em chưa biết trò chơi đó thì cần giới thiệu, giải thích, làm mẫu tỉ mỉ, cụ thể sao cho tất cả các em đều nắm được cách chơi và ngược lại nếu trò chơi đó các em đã biết thì giới thiệu và giải thích ngắn gọn hơn.

Giới thiệu và giải thích trò chơi là một nghệ thuật để có thể thu hút và dẫn dắt các em phấn khởi, tập trung, chú ý. Vì vậy người hướng dẫn phải biết lựa chọn cách vào đề vừa vui vẻ vừa hài hước, ngắn gọn, rõ ràng để các em tiếp thu nhanh và có thể thực hiện được ngay. Đồng thời phải nói rõ mục đích, yêu cầu của trò chơi, cách chơi và luật chơi mà mọi người phải nghiêm túc, tự giác thực hiện. Ngoài ra cần nói và thống nhất với các em cách đánh giá thắng, thua và một số vấn đề khác do đặc thù của trò chơi quy định.

3.2.3. Điều khiển trò chơi và đánh giá kết quả.

Người điều khiển trò chơi phải đảm đương vai trò của trọng tài do đó phải theo dõi chặt chẽ tiến trình từ lúc bắt đầu đến kết quả cuối cùng; nắm chắc mọi chi tiết của cuộc chơi; phải khách quan, công bằng trong điều khiển và đánh giá, nhận xét.

- Tổ chức cho các em chơi thử một vài lần
- Nhắc nhở, động viên chuẩn bị chơi thật (trước khi chơi thật cần nhắc lại một số yêu cầu và có thể rút kinh nghiệm ngay một số vấn đề có thể xảy ra tiếp theo)
- Lệnh cho bắt đầu cuộc chơi.
- Theo dõi để nắm vững hoạt động của từng cá nhân và tập thể.
- Động viên bằng lời, tiếng vỗ tay, kèn, trống, hò reo,... để tăng hoặc giảm nhịp điệu, cường độ của cuộc chơi.

Trong quá trình diễn ra trò chơi cần uốn nắn, nhắc nhở và kịp thời tăng giảm thời gian, phạm vi hoạt động, thay đổi số người cũng như các trường hợp phạm quy, “ăn gian” khi thực hiện trò chơi

- Đánh giá kết quả, nhận xét, xếp loại người thắng cuộc, thua cuộc là “phần kết quả” của trò chơi. Vì vậy phải rất bình tĩnh, đánh giá đúng thực chất cuộc chơi, bao gồm:

- + Ưu điểm, khuyết điểm của cá nhân và tập thể .

- + Thời gian hoàn thành của cá nhân hoặc tập thể .
- + Cá nhân, tập thể ít phạm luật chơi nhất .
- + Đảm bảo an toàn về người và vật chất tốt nhất.

Việc đánh giá, nhận xét đúng mức sau cuộc chơi sẽ tạo được tình cảm, gây ấn tượng trong mỗi em học sinh. Nếu người điều khiển chỉ đánh giá, nhận xét về những hành động không đúng sẽ tạo nên sự buồn chán, hẫng hụt, thậm chí mất đoàn kết trong các em. Do đó phải biết động viên, khích lệ các em để những em thắng cuộc không kiêu căng, tự mãn, càng phấn khởi và cố gắng hơn. Ngược lại, các em thua cuộc vẫn vui vẻ, tự rút kinh nghiệm để học tập bạn bè, quyết tâm phấn đấu giành kết quả trong những trò chơi tiếp theo.

3.3. Một số trò chơi

Trò chơi nói chung và trò chơi dân gian nói riêng rất nhiều. Tôi xin lựa chọn một vài trò chơi tiêu biểu, có thể thay đổi để phù hợp và áp dụng vào các tiết học thể dục mang lại một số hiệu quả nhất định.

3.3.1. Một số trò chơi thường được tổ chức trong lớp học (khi nhiều tiết thể dục cùng diễn ra và nhà thể chất nhỏ).

- Chuyền khăn:

Cách chơi: Quản trò cho tập thể hát bài hát nào đó (tập thể đều thuộc). Chiếc khăn được chuyền từ tay quản trò đến người chơi, người chơi chuyền khăn cho nhau theo nhịp bài hát.

+ Lưu ý: Khi trọng tài thổi một tiếng còi (hoặc hát hết bài hát) khăn dừng lại ở ai thì người đó được thưởng (hoặc phạt tùy theo quy định). Chuyền khăn phải theo nhịp vỗ tay của bài hát. Ai ném khăn hoặc giữ khăn (không chuyền) là phạm luật. Có thể thay lời bài hát bằng những bài thơ, văn hoặc định nghĩa định luật nào đó trong chương trình các môn học để giúp các em nhớ lâu bài học.

- Nếu thì ...

Cách chơi: Quản trò cho người chơi điểm danh theo thứ tự: 1, 2, 1, 2, ... cho đến hết. Khi quản trò hô: “Bắt đầu”, người số 1 viết ra giấy vé thứ nhất của một câu bắt đầu bằng chữ “Nếu...”, (ví dụ: “Nếu bạn nghỉ học đi chơi ...”), người số 2 viết vé thứ hai của câu, bắt đầu bằng chữ “thì...”, (ví dụ: “thì sẽ không hiểu bài”). Sau đó cùng mang lên bàn của quản trò bỏ vào 2 hộp : số 1 bỏ vào hộp 1, số 2 bỏ vào hộp 2. Quản trò bốc bất kì một phiếu ở hộp 1, một phiếu ở hộp 2 rồi ghép thành một câu hoàn chỉnh. Câu nào có ý nghĩa, hay thì 2 bạn viết câu đó thắng cuộc. Ví dụ: Nếu bạn nghỉ học đi chơi thì bố mẹ buồn.

- Ô ăn quan: Là một trò chơi dân gian của trẻ em người Kinh Việt Nam mà chủ yếu là các bé gái. Đây là trò chơi có tính chất chiến thuật thường dành cho hai người chơi và có thể sử dụng các vật liệu đa dạng, dễ kiếm để chuẩn bị cho trò chơi.

Vẽ một hình chữ nhật được chia đôi theo chiều dài và ngăn thành 5 hàng dọc cách khoảng đều nhau, ta có được 10 ô vuông nhỏ. Hai đầu hình chữ nhật được vẽ thành 2 hình vòng cung, đó là 2 ô quan lớn đặc trưng cho mỗi bên, đặt vào đó một viên sỏi lớn có hình thể và màu sắc khác nhau để dễ phân biệt hai bên, mỗi ô vuông được đặt 5 viên sỏi nhỏ, mỗi bên có 5 ô.



*Hình ảnh chơi **Ô ăn quan** ở trường THCS*

Hai người hai bên, người thứ nhất đi quan với nắm sỏi trong ô vuông nhỏ tùy vào người chơi chọn ô, sỏi được rải đều chung quanh từng viên một trong những ô vuông cả phần của ô quan lớn, khi đến hòn sỏi cuối cùng ta vẫn bắt lấy ô bên cạnh và cứ thế tiếp tục đi quan (bỏ những viên sỏi nhỏ vào từng ô liên tục). Cho đến lúc nào viên sỏi cuối cùng được dừng cách khoảng là một ô trống, như thế là ta chập ô trống bắt lấy phần sỏi trong ô bên cạnh để nhặt ra ngoài. Vậy là những viên sỏi đó thuộc về người chơi, và người đối diện mới được bắt đầu.

Đến lượt đối phương đi quan cũng như người đầu tiên, cả hai thay phiên nhau đi quan cho đến khi nào nhặt được phần ô quan lớn và lấy được hết phần của đối phương. Như thế người đối diện đó thua hết quan. Hết quan tàn dân, thu quân kéo về. Hết ván, bày lại như cũ, ai thiếu phải vay của bên kia. Tính thắng thua theo nợ các viên sỏi. Quan ăn 10 viên sỏi.

Cách chơi ô ăn quan được nói lên rất đơn giản nhưng người chơi ô ăn quan đó giỏi thì việc tính toán rất tài tình mà người đối diện phải thua cuộc vì không còn quan (sỏi) bên phần mình để tiếp tục cuộc chơi...

3.3.2. Một số trò chơi được tổ chức ở sân chơi hoặc nhà thể chất có diện tích rộng.

*** Mèo đuổi chuột:**

Tất cả đứng thành vòng tròn, tay nắm tay, giơ cao lên qua đầu. Rồi bắt đầu hát:

Mèo đuổi chuột

Mời bạn ra đây

Tay nắm chặt tay

Đứng thành vòng rộng

Chuột luôn lỗ hồng

Mèo chạy đằng sau

Thế rồi chú chuột lại đóng vai mèo

Co cẳng chạy theo, bác mèo hóa chuột



**Hình ảnh trò chơi “Mèo đuổi chuột”
tại trường THCS**

Một người được chọn làm mèo và một người được chọn làm chuột. Hai người này đứng vào giữa vòng tròn, quay lưng vào nhau. Khi mọi người hát đến câu cuối thì chuột bắt đầu chạy, mèo phải chạy đằng sau. Tuy nhiên mèo phải chạy đúng chỗ chuột đó chạy. Mèo thắng khi mèo bắt được chuột. Rồi hai người đổi vai trò mèo chuột cho nhau. Trò chơi lại được tiếp tục.

*** Nhảy bao bố:** Người tham gia trò chơi "Nhảy Bao Bó" đứng đúng vạch mức quy định của mình. Số lượng người chơi từ 5 đến 10 người. Mỗi người đứng vào bên trong một bao bố loại 100 kg. Trong khi hai chân đứng trong bao bố còn hai tay cầm hai bên bao kéo thẳng.



Khi người điều khiển trò chơi thổi một tiếng còi dài hoặc đếm một, hai, ba thì các vận động viên tham gia trò chơi với hai tay thật chắc để giữ bao bố và nhanh chân nhảy từng bước một đến vạch đó được quy định phía trước, rồi quay đầu lại ngay tiếp tục nhảy đến mức khởi hành. Thế là đã đến đích! Người nào nhanh chân có bước nhảy dài hơn sẽ đến đích sớm và người đó thắng cuộc. Việc khó khăn khi nhảy bao bố là phải giữ thẳng bằng trong khi nhảy vì rất dễ vấp ngã khi người chơi cố sức nhảy nhanh để vượt qua những đối thủ bên cạnh đang cùng thi trong trận đấu.

3.3.3. Một số trò chơi thường dùng để phạt những người chơi sai.

Sau mỗi lần chơi thường có những người chơi sai hay tập thể chơi thua, quản trò lại dùng hình thức phạt. Thực chất của hình thức phạt nhằm thỏa mãn cả người chơi và người bị phạt. Sau đây là một số trò chơi thường sử dụng:

*** Soi gương**

Cách chơi: Quản trò cho người bị phạt đứng quay mặt vào nhau từng đôi một và quy định một người soi gương, một người làm "gương". Người soi làm động tác nào thì gương làm y như thế nhưng với chiều ngược lại (giống như cái gương).

*** Làm cho khéo**

Cách chơi: Quản trò cho người chịu phạt đứng thành hàng dọc hoặc vòng tròn và ngồi xuống. Sau đó quản trò hô các động tác như:

+ Nghi: Người bị phạt phải xoạc một chân ra.



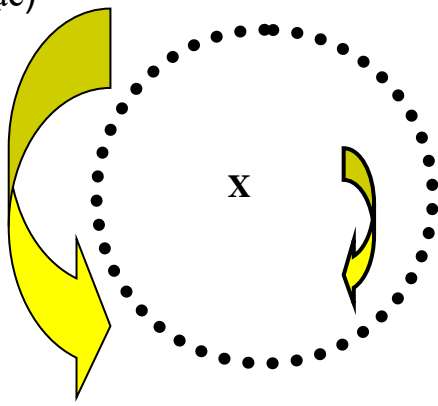
+ Nghiêm: Ngồi xồm cũng phải nghiêm thẳng lưng.





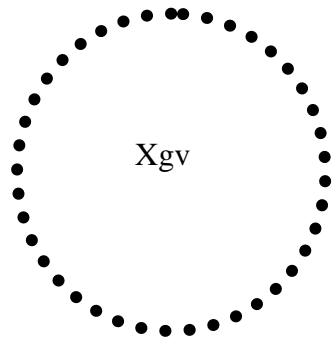
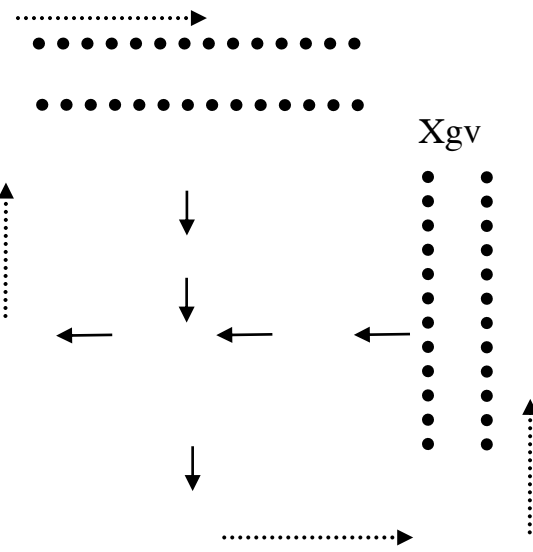
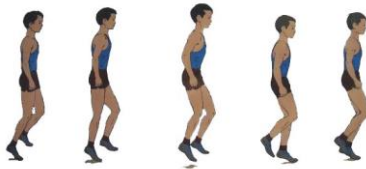

+ Cứ như thế quản trò hô bên phải (trái, sau), quay, dậm chân tại chỗ,...


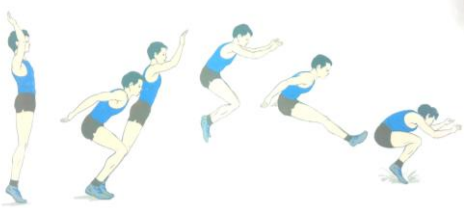
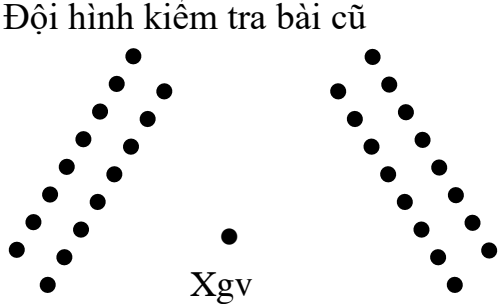
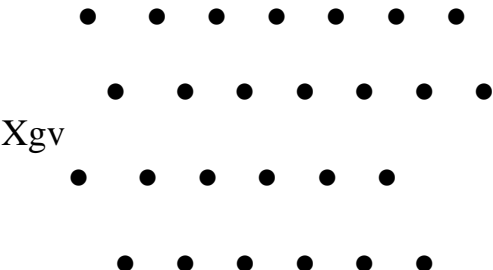
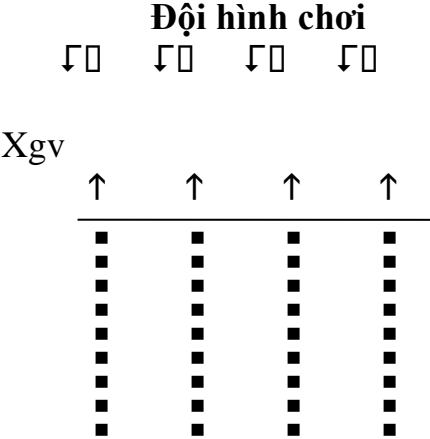
Người chịu phạt phải thực hiện động tác ở tư thế ngồi.

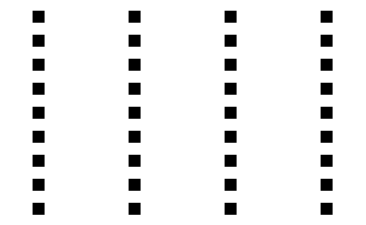
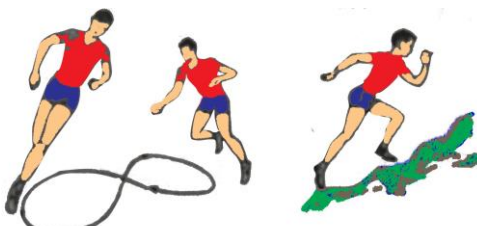
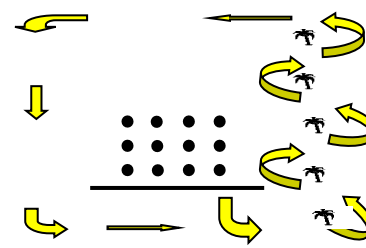

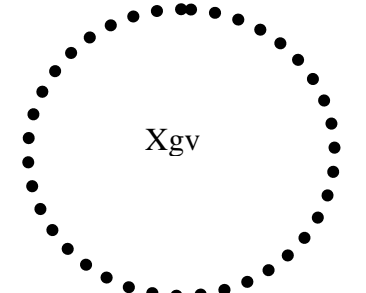
3.4. Giáo án minh họa.

Tiết 54 – lớp 6 Bật nhảy - chạy nhanh

NỘI DUNG	ĐỊNH LƯỢNG		PHƯƠNG PHÁP TỔ CHỨC
	T/G	SL	
<p>I. PHẦN MỞ ĐẦU</p> <p>1-Nhận lớp:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Học sinh tập hợp điểm số báo cáo. - Giáo viên phổ biến nhiệm vụ yêu cầu bài học. <p>2-Khởi động.</p> <p>a- Khởi động chung:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Chạy vòng quanh sân trường. + Tập bài khởi động 4 động tác : <p style="text-align: center;">Động tác đánh tay cao</p>  <p style="text-align: center;">Động tác tay ngực</p> 	<p>10-12p</p> <p>1-2p</p> <p>6-8p</p>	<p>1 vòng</p> <p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p>	<p>Tập trung 4 hàng ngang</p> <p style="text-align: center;">● ●</p> <p style="text-align: center;">Xgv</p> <p>Yêu cầu: Lớp trưởng hô to, rõ. Giáo viên phổ biến nội dung bài học ngắn gọn, đúng trọng tâm.</p> <p>- Đội hình khởi động chung (có nhạc)</p>  <p>Các động tác khởi động đưa cơ thể chuyển từ trạng thái tĩnh sang trạng thái động một cách hợp lý.</p> <p>Giúp cho cơ thể sẵn sàng đáp ứng được các yêu cầu về vận động của phần cơ bản.</p> <p>Yêu cầu: Các động tác của bài khởi động phải được thực hiện hết biên độ, làm dẻo các khớp.</p>

<p style="text-align: center;">Động tác vận mình</p>  <p style="text-align: center;">1 2 3 4</p> <p style="text-align: center;">Động tác bụng lưng</p>  <p style="text-align: center;">1,2 3,4 5,6 7,8</p> <p style="text-align: center;">Động tác đi ngồi</p>  <p style="text-align: center;">Động tác bật nhảy</p> 		<p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p> <p>2lần x 8nhịp</p>	<p>- Lớp trưởng điều khiển khởi động chung.</p> <p>Giáo viên quan sát nhắc nhở học sinh thực hiện.</p> <p>Đội hình xoay cột khớp , ép dẻo, đá lăng...</p>  <p>- Giáo viên điều khiển khởi động chuyên môn.</p> <p>Đội hình khởi động chuyên môn</p> 
<p>b- Khởi động chuyên môn:</p> <ul style="list-style-type: none"> + Xoay các khớp: cổ chân, cổ tay, vai, hông, gối... + Ép dây chằng ngang, dọc + Đá lăng trước, + Đá lăng ngang + Chạy bước nhỏ  <ul style="list-style-type: none"> + Chạy nâng cao đùi 			

<p>+ Chạy gót chạm hông</p>  <p>II. PHẦN CƠ BẢN</p> <p>Kiểm tra bài cũ: Gọi 1-2 học sinh thực hiện : Đà 3 bước – giậm nhảy đá lăng</p> <p>1. Bật nhảy: - Bật xa tại chỗ</p>  <p>-Trò chơi: + Bật xa tiếp sức (lần 1 và 2)</p> <p>* Nếu bóng rơi được phép nhặt bóng lên và tiếp tục bật xa</p> <p>+ Nhảy bao bố (lần 3)</p> <p>* Thưởng – phạt : Đội nào thua cuộc sẽ phải hô “Chúng tôi học tập đội bạn” 3 lần</p>	<p>30-32p</p> <p>2-3p</p> <p>12-15p</p> <p>1 lần</p>	<p>2x10m</p> <p>5-7 lần</p> <p>2 lần</p> <p>1 lần</p>	<p>Đội hình kiểm tra bài cũ</p>  <p>Xgv</p> <p>Hs quan sát và nhận xét. GV nhận xét và cho điểm</p> <p>Đội hình luyện tập</p>  <p>Xgv</p> <p>GV luôn quan sát và sửa sai</p> <p>Đội hình chơi</p>  <p>Xgv</p> <p>Giáo viên phổ biến luật chơi - điều khiển học sinh chơi.</p>
---	--	---	---

<p>2. Chạy nhanh - Trò chơi: Chạy tiếp sức</p> <p>* Các trường hợp phạm quy: + Chưa có lệnh hoặc chưa chạm tay bạn chạy trước đã rời khỏi vạch xuất phát + Không chạy vòng qua ghế</p> <p>*Thưởng – phạt : Đội nào thua phải lắc mông theo nhịp đọc “<i>lúc lắc, lúc lắc</i>”</p>	7- 9p	2-3lần	<p style="text-align: center;">Đội hình chơi</p> <p style="text-align: center;">↵□ ↵□ ↵□ ↵□</p> <p>Xgv</p> <p style="text-align: center;">↑ ↑ ↑ ↑</p>  <p>GV phổ biến cách chơi - điều khiển học sinh chơi.</p>
<p>3. Chạy bền -Luyện chạy bền trên địa hình tự nhiên.</p> 	5-7p	2-3v	<p>Lần lượt từng hàng chạy nối tiếp nhau thành một hàng dọc quanh sân trường.</p> <p>- GV luôn quan sát học sinh chạy.</p> <p style="text-align: center;">Đội hình chạy bền</p> 
<p>III. PHẦN KẾT THÚC - Thả lỏng</p>  <p>-Gv nhận xét buổi học -Gv giao bài tập về nhà + Ôn bật xa tại chỗ + Ôn xuất phát cao + Chạy nhanh</p>	2-3p	1-2 lần	<p>- Học sinh thả lỏng theo nhạc bài hát</p> <p>Đội hình thả lỏng và xuống lớp</p> 

3.5. Kết quả khảo sát sau khi thực hiện giải pháp của đề tài

3.5.1. Tiến hành khảo sát đối chiếu

Bảng 4: So sánh mức độ yêu thích của học sinh khi học tập môn Thể dục trước và sau khi thực hiện giải pháp của đề tài

** Mức độ yêu thích bộ môn của lớp 6A4, 6A6 trước khi thực hiện đề tài.*

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không có ý kiến
6A4	48	34	12	2
6A6	47	37	10	0
Tổng	95	71	22	2
(%)	100%	74,7%	23,2%	2,1%

** Mức độ yêu thích bộ môn của lớp 6A4, 6A6 sau khi thực hiện đề tài.*

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không ý kiến
6A4	48	35	11	1
6A6	47	41	6	1
Tổng	95	76	17	2
(%)	100%	80,0%	17,9%	2,1%

Qua bảng tổng kết số phiếu khảo sát mức độ yêu thích môn học trước và sau khi thực hiện giải pháp của đề tài, ta thấy: số học sinh yêu thích môn học tăng 5,3%, số học sinh không yêu thích môn học giảm 5,3%, số học sinh không nêu ý kiến giữ nguyên so với ban đầu là 2,1%.

3.5.2. Đánh giá chung về kết quả thực nghiệm

- Kết quả thực nghiệm cho thấy trong các giờ học, học sinh hứng thú, say mê hơn, bài học đã thực sự mang lại cho các em những điều bổ ích và những cảm xúc tích cực.

- Về năng lực vận động, các em được phát triển cơ bản các kỹ năng, kỹ xảo thực hành, nhiều em đã tích cực vận động, tham gia sôi nổi và có hiệu quả.

3.6. Bài học kinh nghiệm

Trong quá trình thực hiện đề tài tôi rút ra được một số kinh nghiệm sau:

- Trò chơi dân gian rất thu hút các em học sinh, nhất là đối tượng học sinh thành phố ít được tham gia vận động do thiếu sân chơi, thời gian học văn hoá nhiều... Tuy nhiên, ới thời gian còn hạn chế, tôi nhận thấy rằng việc áp dụng các trò chơi dân gian vào các tiết học thể dục vẫn còn khó khăn, đó là việc để các em thuộc các bài đồng dao đi kèm với trò chơi, việc chuẩn bị các vật dụng và việc bố trí thời gian trong các tiết học.

- Giáo viên cần phải đầu tư nhiều thời gian, biên soạn, tìm kiếm, sưu tầm các trò chơi dân gian hay, ý nghĩa, gắn liền hiện tượng trong thực tế.

III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận

Dựa vào mục đích, nhiệm vụ của đề tài, tôi nhận thấy đề tài đã căn bản hoàn thành được những vấn đề sau:

- Nghiên cứu cơ sở lý luận của đề tài.
- Xây dựng được hệ thống trò chơi dân gian trong thực tiễn giảng dạy.
- Giả thiết khoa học của đề tài đã được khẳng định qua kết quả thực nghiệm sư phạm: đề tài là cần thiết và có tính hiệu quả. Học sinh cảm thấy hứng thú và yêu thích học môn Thể dục hơn.

2. Khuyến nghị

Qua quá trình giảng dạy bộ môn cũng như nghiên cứu đề tài và tiến hành thực nghiệm, tôi có một số đề xuất sau:

- Nên đưa nhiều hơn và phong phú nội dung hơn các dạng trò chơi vào sách giáo viên.
- Nên tăng cường số lượng và chất lượng các bài tập vận động theo các trò chơi dân gian trong kiểm tra, đánh giá.

**XÁC NHẬN CỦA
THỦ TRƯỞNG ĐƠN VỊ**

Hà Nội, ngày 20 tháng 03 năm 2019

Tôi xin cam đoan đây là
sáng kiến kinh nghiệm của mình, không sao
chép nội dung của người khác

Người viết

(Ký, ghi rõ họ tên)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. 150 Trò chơi thiếu nhi: Bùi Sĩ Tụng và Trần Quang Đức
2. Trò chơi dân gian trẻ em: Trần Hòa Bình và Bùi Lương Việt
3. 64 trò chơi vận động dân gian : PGS - PTS. Nguyễn Toán và PTS. Lê Anh Thơ
4. Tài liệu bồi dưỡng giáo viên dạy thể dục trường THCS: Vũ Đào Hùng : Trần Đồng Lâm - Đặng Đức Thao
5. Tài liệu bồi dưỡng thường xuyên cho giáo viên chu kỳ III (2004-2007) môn thể dục.

PHỤ LỤC 1: PHIẾU KHẢO SÁT Ý KIẾN CỦA GIÁO VIÊN

Để góp phần nâng cao chất lượng dạy học bộ môn Thể dục, xin đồng chí vui lòng cho tôi biết ý kiến của mình về một số vấn đề sau:

Đồng chí có sử dụng trò chơi dân gian trong giờ dạy Thể dục không? Nếu có, hãy cho biết tần suất thực hiện. Đồng chí đánh dấu X vào ô mà đồng chí thường làm.

- Có sử dụng, tần suất nhiều.
 Có sử dụng, tần suất ít.
 Không sử dụng.

PHỤ LỤC 2: PHIẾU ĐIỀU TRA HỌC SINH

Em hãy đọc kỹ và đánh dấu X vào những ý phù hợp với em sau đây:

1. Em có thích học bộ môn Thể dục không?

- Thích
- Không thích
- Không ý kiến

2. Em thích vì những lý do nào sau đây:

- Vì em được vận động
- Vì em thấy vui
- Vì em có tố chất tốt và được thầy, cô khen ngợi khi tập luyện
- Vì em được tham gia nhiều trò chơi thú vị, hấp dẫn

3. Nếu không thích, em hãy cho biết vì những lý do nào sau đây:

- Vì em không có đủ sức khỏe.
- Vì em bận học các môn học khác
- Vì thầy, cô dạy không hay
- Vì giờ dạy ít hoạt động vui chơi