

SỬ DỤNG PHƯƠNG PHÁP CHIA NHÓM NHẪM NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LUẬT HÀ NỘI

NGUYỄN TRỌNG QUANG
Trường Đại học Luật Hà Nội

Nhận bài ngày 06/12/2025. Sửa chữa xong 20/01/2026. Duyệt đăng 25/02/2026.

Abstract

This study focuses on the application of the grouping method in teaching Physical Education (PE) to improve the learning quality of students at Hanoi Law University. Through group-based learning activities, students are encouraged to strengthen their sense of cooperation, proactiveness, and self-directed learning. The survey results indicate that students developed more positive attitudes, while their motor skills and tactical understanding improved significantly. The grouping method also contributed to enhancing lesson effectiveness and creating a lively, engaging classroom atmosphere that fostered stronger connections between lecturers and students. In addition, the study proposes several practical solutions to maximize the advantages of this model in university-level Physical Education teaching.

Keywords: Cooperation and active learning, group-based teaching method, improving learning quality, physical education, university students.

1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học hiện nay, việc nâng cao chất lượng giảng dạy các môn học nói chung, Giáo dục thể chất (GDTC) nói riêng là yêu cầu cấp thiết. Môn GDTC không chỉ giúp sinh viên (SV) rèn luyện sức khỏe mà còn góp phần hình thành nhân cách, ý chí, tinh thần đồng đội và khả năng làm việc nhóm - những yếu tố quan trọng đối với SV ngành Luật trong quá trình học tập và hành nghề sau này. Tuy nhiên, thực tế giảng dạy tại Trường Đại học Luật Hà Nội cho thấy, nhiều SV vẫn còn tâm lý xem nhẹ môn học này; hình thức tổ chức lớp học còn nặng về truyền thống, thiếu sự tương tác và hợp tác giữa SV với nhau. Điều này ảnh hưởng đến chất lượng, hứng thú và hiệu quả học tập của người học.

Phương pháp chia nhóm là một trong những hình thức dạy học tích cực được xem là giải pháp phù hợp để khắc phục tình trạng trên [2, tr. 50-55]. Khi áp dụng vào giảng dạy GDTC, SV có thể cùng nhau luyện tập, hỗ trợ lẫn nhau trong kỹ năng vận động, thi đấu cũng như phát triển kỹ năng hợp tác và lãnh đạo nhóm. Việc nghiên cứu, áp dụng và đánh giá hiệu quả của phương pháp chia nhóm trong môn GDTC tại nhà trường vì thế có ý nghĩa thực tiễn sâu sắc, góp phần đổi mới phương pháp dạy học theo hướng lấy người học làm trung tâm và nâng cao chất lượng toàn diện GDTC.

2. Kết quả nghiên cứu

2.1. Cơ sở lý luận của phương pháp chia nhóm trong giảng dạy Giáo dục thể chất

2.1.1. Phương pháp chia nhóm

Là một trong những hình thức đặc trưng của dạy học tích cực, trong đó người học được đặt ở vị trí trung tâm của quá trình giáo dục. Thay vì tiếp thu thụ động kiến thức từ giảng viên (GV), SV được tham gia chủ động vào các hoạt động học tập thông qua trao đổi, hợp tác và cùng nhau giải quyết nhiệm vụ được giao. Trong quá trình làm việc nhóm, mỗi SV đều có trách nhiệm và vai trò riêng, từ đó hình thành

Email: quangnguyendhluathn@gmail.com

kỹ năng lãnh đạo, phối hợp và hỗ trợ lẫn nhau. Phương pháp này giúp kích thích tư duy độc lập, khuyến khích người học tự tìm tòi, sáng tạo và rút ra kinh nghiệm thực tiễn. Đối với môn GDTC, việc chia nhóm không chỉ tăng cường sự tương tác mà còn tạo động lực thi đua, giúp SV luyện tập tích cực hơn. Bầu không khí học tập trở nên sôi nổi, năng động và mang tính hợp tác cao, góp phần nâng cao hiệu quả rèn luyện thể lực và tinh thần đồng đội. Đây là cơ sở quan trọng để hình thành năng lực tự học, tự rèn luyện - yếu tố then chốt trong giáo dục đại học hiện nay [1, tr. 20-24].

2.1.2. Cơ sở tâm lý - giáo dục

Trong lĩnh vực tâm lý - giáo dục học, nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng học tập là một quá trình xã hội hóa, trong đó người học phát triển thông qua sự tương tác, hợp tác và trải nghiệm thực hành. Đối với SV đại học, đặc biệt là trong môn GDTC, việc học không chỉ dựa trên tri thức lý thuyết mà còn phụ thuộc nhiều vào trải nghiệm vận động, sự quan sát và phản hồi lẫn nhau giữa các cá nhân trong nhóm. Khi SV được làm việc cùng nhau, họ dễ dàng chia sẻ kinh nghiệm, hỗ trợ kỹ thuật và động viên tinh thần, từ đó hình thành cảm giác tự tin và gắn bó hơn với môn học. Quá trình hợp tác nhóm giúp SV phát triển năng lực giao tiếp, kỹ năng lãnh đạo và khả năng giải quyết vấn đề, đồng thời tăng cường sự chú ý, ghi nhớ và hứng thú học tập. Về mặt tâm lý, sự tương tác nhóm còn giúp giảm căng thẳng, xóa bỏ mặc cảm hoặc e ngại khi luyện tập, tạo môi trường học tập an toàn và khích lệ. Theo quan điểm của Vygotsky (1978), tri thức được kiến tạo hiệu quả nhất khi người học tham gia hoạt động chung trong “vùng phát triển gần” với sự hỗ trợ của bạn bè và GV [6]. Do đó, việc tổ chức học tập theo nhóm trong GDTC không chỉ nâng cao hiệu quả rèn luyện mà còn tác động tích cực đến cảm xúc, thái độ và hành vi học tập của SV, hình thành những phẩm chất xã hội cần thiết cho công dân hiện đại.

2.1.3. Trong giảng dạy Giáo dục thể chất, việc chia nhóm phù hợp với đặc trưng “thực hành - vận động - hợp tác” của môn học

Giáo dục thể chất là một lĩnh vực đặc thù, trong đó người học không thể tiếp thu kiến thức chỉ qua nghe giảng mà phải trực tiếp thực hành, vận động và trải nghiệm. Quá trình học tập trong GDTC đòi hỏi sự kết hợp giữa nhận thức, hành động và cảm xúc, vì vậy phương pháp chia nhóm đặc biệt phù hợp. Khi được chia thành các nhóm nhỏ, SV có cơ hội thực hành nhiều hơn, được GV quan sát và hướng dẫn kỹ hơn từng động tác. Hoạt động nhóm còn tạo điều kiện để SV tương tác, trao đổi kỹ thuật, góp ý lẫn nhau, giúp việc rèn luyện trở nên sinh động và hiệu quả. Bên cạnh đó, trong các bài tập thể thao, yếu tố phối hợp và hợp tác đóng vai trò quan trọng, đặc biệt trong các môn mang tính đồng đội như bóng rổ, bóng chuyền, kéo co hay cầu lông đôi. Học theo nhóm giúp SV hình thành tinh thần kỷ luật, đoàn kết và chiến lược tập thể, qua đó nâng cao kỹ năng vận động chiến thuật và năng lực giao tiếp thể thao. Ngoài ra, chia nhóm còn giúp GV dễ dàng điều tiết cường độ vận động, phân hóa nhiệm vụ theo năng lực, giới tính hoặc trình độ thể chất, đảm bảo công bằng và hiệu quả. Như vậy, phương pháp chia nhóm trong GDTC không chỉ phù hợp với đặc trưng thực hành - vận động - hợp tác của môn học mà còn góp phần phát triển thể lực, nhân cách, ý chí và tinh thần đồng đội cho SV. Đây là hướng đi phù hợp trong đổi mới phương pháp giảng dạy theo định hướng phát triển năng lực người học hiện nay.

2.2. Đặc điểm của sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội

2.2.1. Đa phần sinh viên thiên về tư duy lý luận, ít hứng thú với hoạt động thể chất

Đặc thù của SV Trường Đại học Luật Hà Nội là thiên về tư duy lý luận, khả năng phân tích và lập luận logic tốt, phù hợp với đặc trưng của ngành học mang tính hàn lâm như luật học. Tuy nhiên, chính điều này cũng khiến nhiều SV ít quan tâm đến các hoạt động thể chất, coi GDTC là môn phụ hoặc chỉ mang tính bắt buộc để hoàn thành chương trình đào tạo. Tâm lý ngại vận động, sợ ra mồ hôi, ngại va chạm hoặc thiếu tự tin về thể hình là những rào cản phổ biến, đặc biệt là ở nữ SV - vốn chiếm tỷ lệ cao trong cơ cấu người học của trường (khoảng 70-75%).

Đa phần nữ sinh có thể lực trung bình hoặc yếu, ít tham gia hoạt động thể thao thường xuyên, dẫn đến sức bền, sức mạnh và khả năng phối hợp vận động còn hạn chế. Trong các giờ học GDTC, nhiều SV thể hiện thái độ dè dặt, ngại thử thách hoặc thiếu hứng thú với các nội dung vận động mang tính

đối kháng. Ngược lại, SV nam dù chiếm tỷ lệ thấp hơn lại thường thể hiện sự tự tin và năng động hơn trong hoạt động thể thao.

Từ góc nhìn tâm lý học sư phạm, sự chênh lệch về giới tính và hứng thú thể chất này ảnh hưởng trực tiếp đến động cơ, thái độ và hiệu quả học tập. Nếu GV chỉ áp dụng phương pháp giảng dạy truyền thống, không tạo cơ hội tương tác và hỗ trợ giữa các nhóm SV thì mức độ tham gia của người học, đặc biệt là nữ sinh sẽ giảm đáng kể. Do đó, việc áp dụng phương pháp chia nhóm trong GDTC là một giải pháp hợp lý, giúp tạo môi trường thân thiện, chia sẻ và khích lệ lẫn nhau. Khi được học cùng nhóm bạn đồng trang lứa, SV - nhất là nữ cảm thấy tự tin hơn, sẵn sàng luyện tập, trao đổi và vượt qua tâm lý e ngại. Như vậy, hiểu rõ đặc điểm SV Luật thiên về lý luận, tỷ lệ nữ cao và hứng thú thể thao còn hạn chế là cơ sở quan trọng để GV lựa chọn phương pháp, hình thức tổ chức học tập phù hợp, hướng tới mục tiêu nâng cao chất lượng môn GDTC trong nhà trường [3, tr. 57-58].

2.2.2. Khả năng vận động, sức bền và tinh thần thi đấu chưa đồng đều

Trong quá trình giảng dạy và đánh giá thực tế, có thể nhận thấy mức độ phát triển thể lực của SV Trường Đại học Luật Hà Nội còn chênh lệch đáng kể. Một bộ phận SV có nền tảng thể chất tốt, từng tham gia thể thao ở phổ thông hoặc câu lạc bộ nên thể hiện kỹ năng vận động, sức bền và khả năng phối hợp tốt. Tuy nhiên, phần lớn SV chưa có thói quen rèn luyện thường xuyên, dẫn đến thể lực yếu, phản xạ chậm và sức bền kém ổn định. Sự khác biệt về giới tính, thể hình và tâm lý thi đấu cũng góp phần tạo nên sự không đồng đều trong khả năng vận động và tinh thần thi đấu. Trong khi một số SV nam thể hiện tính cạnh tranh, chủ động và năng động thì nhiều SV nữ còn e dè, thiếu tự tin khi tham gia các hoạt động đối kháng. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả chung của giờ học và chất lượng thực hành kỹ thuật. Do đó, việc tổ chức lớp học theo nhóm nhỏ, phân hóa theo trình độ và thể lực là giải pháp quan trọng nhằm đảm bảo mọi SV đều có cơ hội rèn luyện, tiến bộ và phát huy khả năng bản thân.

2.2.3. Tinh thần kỷ luật và làm việc nhóm cần được rèn luyện thông qua phương pháp sư phạm thích hợp

Trong môi trường đại học, đặc biệt là ở môn GDTC, tinh thần kỷ luật và khả năng làm việc nhóm giữ vai trò then chốt đối với sự thành công của người học. Hoạt động thể chất không chỉ đòi hỏi kỹ năng vận động mà còn yêu cầu người học tuân thủ quy định, thời gian và sự phối hợp nhịp nhàng với tập thể. Tuy nhiên, thực tế cho thấy nhiều SV vẫn còn biểu hiện thiếu ý thức tự giác, chưa tôn trọng vai trò của tập thể, dẫn đến hiệu quả luyện tập chưa cao. Vì vậy, GV cần áp dụng phương pháp sư phạm phù hợp như chia nhóm, giao nhiệm vụ nhóm hoặc tổ chức thi đấu nhỏ để rèn luyện tinh thần trách nhiệm, kỷ luật và hợp tác trong quá trình học. Khi được giao vai trò trong nhóm (đội trưởng, thư ký, người hỗ trợ...), SV học cách tự điều chỉnh hành vi, lắng nghe và tuân thủ nguyên tắc chung. Việc lặp lại những hoạt động mang tính tổ chức, phối hợp và phản hồi thường xuyên sẽ giúp hình thành thói quen kỷ luật, tinh thần tôn trọng tập thể và năng lực hợp tác bền vững - những phẩm chất quan trọng không chỉ trong học tập mà cả trong nghề nghiệp tương lai.

2.3. Quy trình tổ chức dạy học theo nhóm trong giáo dục thể chất

Trong giảng dạy môn GDTC, việc lựa chọn phương pháp tổ chức lớp học đóng vai trò then chốt trong việc quyết định hiệu quả rèn luyện và hứng thú học tập của SV. Phương pháp chia nhóm được xem là một hướng tiếp cận tích cực, phù hợp với đặc trưng “thực hành - vận động - hợp tác” của môn học. Tuy nhiên, để phát huy hiệu quả, GV cần nắm rõ quy trình tổ chức và các bước triển khai cụ thể. Việc xây dựng một quy trình dạy học theo nhóm khoa học, hợp lý và khả thi giúp tạo môi trường học tập năng động, công bằng và phát huy tối đa năng lực của từng SV [4, tr. 40-45].

Bước 1: Chia nhóm dựa theo thể lực, giới tính, kỹ năng hoặc ngẫu nhiên tùy mục tiêu bài học: Việc chia nhóm là khâu đầu tiên và quan trọng nhất, ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả hoạt động của SV trong giờ học. GV cần căn cứ vào mục tiêu bài học, nội dung vận động và đặc điểm thể chất của SV để lựa chọn cách chia phù hợp. Trong các bài tập yêu cầu sức mạnh hoặc đối kháng nên chia theo giới tính và thể lực để đảm bảo an toàn và công bằng. Ở các nội dung mang tính kỹ thuật hoặc phối hợp, có thể

chia theo trình độ, kỹ năng để các thành viên trong nhóm học hỏi và hỗ trợ lẫn nhau. Trường hợp bài học chú trọng tinh thần hợp tác hoặc tạo sự gắn kết tập thể, GV có thể chia ngẫu nhiên để tăng tính đa dạng và giao lưu giữa SV. Việc chia nhóm hợp lý giúp cân bằng năng lực giữa các nhóm, tạo môi trường cạnh tranh tích cực và nâng cao hiệu quả dạy học.

Bước 2: Giao nhiệm vụ cho nhóm: Sau khi chia nhóm, GV cần giao nhiệm vụ cụ thể và phù hợp với khả năng của từng nhóm SV. Ví dụ môn Aerobic, nhiệm vụ có thể mang tính rèn luyện kỹ thuật như luyện các động tác cơ bản, phối hợp nhịp thở hoặc mang tính tổ chức - biểu diễn như xây dựng bài Aerobic theo nhạc. GV cần giải thích rõ mục tiêu, tiêu chí đánh giá, thời gian thực hiện và hướng dẫn nhóm tự phân công vai trò như người dẫn, biên đạo, quan sát và phản hồi. Việc giao nhiệm vụ rõ ràng giúp SV chủ động, có định hướng phấn đấu và ý thức trách nhiệm trong tập thể. Đồng thời, nhiệm vụ học tập khả thi và có tính thử thách cũng góp phần duy trì hứng thú, động lực học tập trong suốt tiết học GDTC.

Bước 3: GV theo dõi, hỗ trợ và điều chỉnh hoạt động nhóm: Trong quá trình nhóm hoạt động, GV đóng vai trò người hướng dẫn, quan sát và điều phối chứ không chỉ là người giảng giải. GV cần di chuyển linh hoạt giữa các nhóm, theo dõi mức độ tham gia của từng thành viên, phát hiện những khó khăn hoặc sai sót trong kỹ thuật để can thiệp, điều chỉnh kịp thời. Đồng thời, GV nên khuyến khích SV trao đổi, tự sửa sai và nhận xét lẫn nhau thay vì phụ thuộc hoàn toàn vào sự chỉ dẫn. Việc hỗ trợ này giúp SV phát triển khả năng tự học, tự đánh giá và phản hồi tích cực trong học tập. Ngoài ra, GV cần đảm bảo an toàn trong vận động, điều chỉnh cường độ tập luyện phù hợp với thể lực của từng nhóm. Giai đoạn này thể hiện rõ vai trò của người tổ chức, cố vấn và tạo động lực học tập - yếu tố quyết định thành công của phương pháp chia nhóm.

Bước 4: Các nhóm thi đấu, trình diễn hoặc phản hồi lẫn nhau: Đây là giai đoạn giúp SV biểu hiện kết quả học tập thông qua hoạt động thực tiễn. Sau khi hoàn thành nhiệm vụ luyện tập, các nhóm có thể tham gia thi đấu, biểu diễn kỹ thuật hoặc tổ chức mini game, tùy theo nội dung bài học. GV khuyến khích các nhóm quan sát, nhận xét, phản hồi và học hỏi lẫn nhau để củng cố kỹ năng vận động và tinh thần hợp tác. Các hoạt động thi đấu hoặc trình diễn không chỉ tạo không khí sôi nổi mà còn rèn luyện bản lĩnh, tự tin và tinh thần thi đua lành mạnh cho SV. Bên cạnh đó, phản hồi từ bạn bè và GV giúp SV nhận ra ưu điểm, hạn chế và cách khắc phục, từ đó nâng cao năng lực tự điều chỉnh trong học tập thể chất. Hoạt động này góp phần làm phong phú hình thức dạy học, giúp SV hứng thú và gắn bó hơn với môn GDTC.

Bước 5: Tổng kết, đánh giá cá nhân và nhóm: Kết thúc tiết học, GV tiến hành tổng kết, nhận xét và đánh giá kết quả học tập của từng nhóm cũng như từng cá nhân. Việc đánh giá cần đảm bảo tính khách quan, công bằng và mang tính khích lệ, không chỉ dựa trên kết quả vận động mà còn xem xét tinh thần hợp tác, kỷ luật và mức độ nỗ lực của mỗi SV. GV có thể sử dụng bảng tiêu chí đánh giá theo nhóm hoặc phiếu tự đánh giá - đánh giá chéo để SV tham gia vào quá trình phản hồi. Đây là cách giúp người học ý thức rõ vai trò của bản thân trong tập thể, đồng thời rèn luyện kỹ năng phản biện và tự đánh giá năng lực. Việc tổng kết cuối giờ cũng là dịp để GV rút kinh nghiệm giảng dạy, điều chỉnh phương pháp và ghi nhận tiến bộ của SV, tạo động lực cho các buổi học tiếp theo.

2.4. Thực nghiệm sư phạm

Nghiên cứu thực nghiệm được tiến hành trong học kỳ I năm học 2025-2026 tại Trường Đại học Luật Hà Nội, với 150 SV năm thứ nhất tham gia môn học GDTC.

Các SV được chia thành hai nhóm tương đương về giới tính, thể lực và trình độ ban đầu: - Nhóm thực nghiệm: 75 SV được học theo phương pháp chia nhóm, mỗi lớp được chia thành các nhóm nhỏ (6-8 SV) để cùng luyện tập, hỗ trợ và đánh giá lẫn nhau; - Nhóm đối chứng: 75 SV học theo phương pháp truyền thống, GV hướng dẫn chung và SV luyện tập cá nhân [5].

Sau 10 tuần học tập, tiến hành kiểm tra, đánh giá theo ba tiêu chí: 1) Thể lực; 2) Kỹ năng vận động; 3) Tinh thần học tập.

Biểu đồ cho thấy sự chênh lệch rõ rệt giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ở bốn tiêu chí đánh giá. Ở tiêu chí SV đạt loại Tốt về thể lực, nhóm thực nghiệm đạt 58%, cao hơn nhóm đối chứng 18%. Về tiến bộ trong kỹ năng vận động, nhóm thực nghiệm đạt 65%, trong khi nhóm đối chứng chỉ đạt 46%. Ở tiêu chí thái độ học tập tích cực, chủ động, nhóm thực nghiệm vượt trội với 87%, cao hơn nhóm đối chứng 19%. Đặc biệt, tỷ lệ tham gia đầy đủ các buổi học của nhóm thực nghiệm đạt 94%, trong khi nhóm đối chứng chỉ đạt 81%.

Sự khác biệt này cho thấy nhóm

thực nghiệm có mức độ cải thiện toàn diện hơn. Các kết quả đều nghiêng về nhóm thực nghiệm ở tất cả các tiêu chí. Điều đó chứng tỏ phương pháp thực nghiệm mang lại hiệu quả rõ rệt. Nhóm thực nghiệm không chỉ tiến bộ về thể lực mà còn thể hiện tinh thần học tập tốt hơn. Qua đó, có thể khẳng định phương pháp chia nhóm là hướng đi tích cực và hiệu quả hơn so với phương pháp truyền thống.

Giảng viên cũng ghi nhận bầu không khí lớp học trở nên sôi nổi, thân thiện và hợp tác hơn, SV chủ động tự điều chỉnh kỹ thuật và hỗ trợ bạn cùng nhóm.

2.5. Kết quả khảo sát ý kiến sinh viên

Cuối kỳ, nghiên cứu tiến hành khảo sát 150 SV thông qua bảng hỏi ẩn danh gồm 5 câu hỏi đánh giá cảm nhận về phương pháp chia nhóm.

Thu về 145 phiếu hợp lệ, kết quả tổng hợp như biểu đồ.

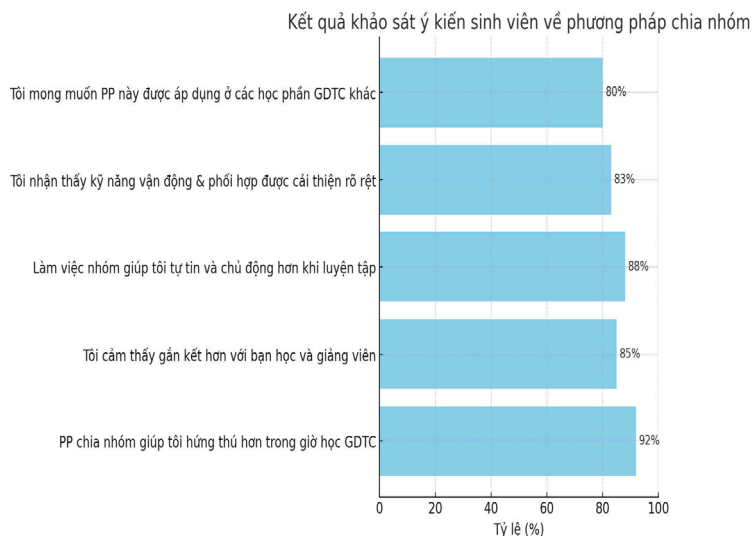
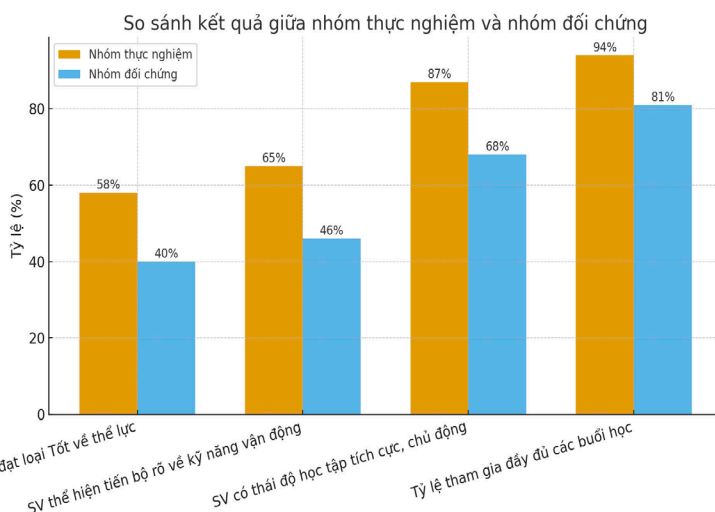
Nhìn chung, kết quả khảo sát cho thấy đa số SV đánh giá tích cực về phương pháp chia nhóm. Họ cảm thấy việc học trở nên sinh động, dễ tiếp thu hơn và có động lực rèn luyện thể chất thường xuyên hơn. Điều này chứng minh rằng phương pháp chia nhóm không chỉ nâng cao kết quả học tập mà còn góp phần hình thành tinh thần đồng đội, ý thức kỷ luật và thái độ học tập tích cực - những yếu tố quan trọng đối với SV đại học.

2.6. Giải pháp phát huy tối đa ưu điểm của phương pháp chia nhóm trong giảng dạy môn Giáo dục thể chất.

Để phương pháp chia nhóm phát huy hiệu quả cao nhất trong giảng dạy GDTC cần có sự kết hợp đồng bộ giữa yếu tố sư phạm, tổ chức và quản lý.

2.6.1. Giảng viên cần được tập huấn chuyên sâu về phương pháp và kỹ thuật tổ chức lớp học theo nhóm trong môn Giáo dục thể chất

Việc bồi dưỡng này giúp GV hiểu rõ cách phân loại SV theo thể lực, giới tính, kỹ năng và mức độ



hợp tác để chia nhóm hợp lý. Một GV nắm vững phương pháp sẽ biết cách điều tiết cường độ vận động, xác định vai trò của từng thành viên và duy trì sự cân bằng giữa các nhóm. Tập huấn còn giúp GV đổi mới tư duy dạy học, chuyển từ truyền thụ sang hướng dẫn và hỗ trợ SV. Đây là điều kiện tiên quyết bảo đảm việc chia nhóm diễn ra khoa học, công bằng và đạt hiệu quả cao. Việc đào tạo thường xuyên sẽ giúp đội ngũ GV thích ứng nhanh với xu hướng dạy học tích cực, hiện đại trong giáo dục đại học.

2.6.2. Nhà trường cần tăng cường đầu tư cơ sở vật chất và thiết bị tập luyện để đáp ứng yêu cầu dạy học theo nhóm trong môn Giáo dục thể chất

Việc trang bị sân bãi, dụng cụ và không gian luyện tập riêng cho từng nhóm giúp SV chủ động hơn, tránh tình trạng chông chéo hoặc gián đoạn khi thực hành. Bên cạnh đó, bố trí khu vực học linh hoạt theo từng nội dung môn học (Khiêu vũ, Aerobic, Cầu lông, Thể lực...) sẽ nâng cao hiệu quả giảng dạy và an toàn vận động. Cơ sở vật chất đầy đủ còn giúp GV dễ dàng quan sát, hướng dẫn và điều chỉnh kỹ thuật cho từng nhóm. Đây là yếu tố không thể thiếu để phương pháp dạy học chia nhóm đạt hiệu quả lâu dài.

2.6.3. Xây dựng cơ chế đánh giá linh hoạt, kết hợp giữa cá nhân và tập thể nhằm phản ánh toàn diện quá trình học tập của sinh viên

Bên cạnh điểm kỹ thuật và thể lực, GV nên khuyến khích SV tự đánh giá bản thân và đánh giá chéo giữa các thành viên trong nhóm. Việc nhận phản hồi hai chiều giúp người học ý thức rõ vai trò, trách nhiệm và mức độ đóng góp của mình. Đồng thời, hình thức này tạo môi trường khích lệ, công bằng, giúp SV tôn trọng và ghi nhận nỗ lực của tập thể. Qua đó, tinh thần hợp tác và động lực rèn luyện được nâng cao rõ rệt trong mỗi giờ học GDTC.

2.6.4. Giảng viên cần đa dạng hóa hình thức tổ chức học tập để mỗi buổi học trở nên hấp dẫn và hiệu quả hơn

Có thể lồng ghép các trò chơi vận động nhóm, mini game thể thao hoặc thi đấu giao lưu giữa các nhóm nhằm tạo không khí vui tươi, gắn kết và cạnh tranh lành mạnh. Những hoạt động này giúp SV rèn luyện kỹ năng phối hợp, tinh thần đồng đội và ý chí vượt khó, đồng thời phát huy năng lực tổ chức và lãnh đạo nhóm. Sự thay đổi linh hoạt trong phương pháp giảng dạy giúp SV duy trì hứng thú, phát huy tính sáng tạo và chủ động trong luyện tập. Đây cũng là cách hiệu quả để biến giờ học GDTC thành một trải nghiệm học tập tích cực, năng động và đầy ý nghĩa.

2.6.5. Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong quá trình tổ chức, theo dõi và đánh giá hoạt động nhóm trong môn Giáo dục thể chất

Giảng viên có thể sử dụng bảng điểm điện tử, phần mềm quản lý lớp học hoặc nhật ký rèn luyện trực tuyến để lưu trữ kết quả và nhận xét thường xuyên. SV có thể tự quay video bài tập, gửi phản hồi hoặc nhận góp ý trực tuyến, giúp việc trao đổi trở nên linh hoạt và minh bạch hơn. Ứng dụng công nghệ không chỉ hỗ trợ GV đánh giá tiến bộ của từng nhóm một cách khoa học và liên tục mà còn khuyến khích SV chủ động theo dõi sự phát triển của bản thân. Đây là xu hướng tất yếu trong đổi mới phương pháp dạy học hiện đại, góp phần nâng cao chất lượng môn học GDTC.

2.6.6. Xây dựng văn hóa hợp tác trong môi trường giáo dục thể chất, coi đây là nền tảng để duy trì tinh thần học tập tích cực và đoàn kết giữa sinh viên

Giảng viên cần thường xuyên khuyến khích sự chia sẻ, hỗ trợ và tôn trọng lẫn nhau trong quá trình rèn luyện, giúp các nhóm gắn bó và phát triển bền vững. Mỗi cá nhân phải nhận thức được vai trò và giá trị của mình trong tập thể, từ đó hình thành trách nhiệm và tinh thần cống hiến cho nhóm. Khi văn hóa hợp tác được duy trì, SV sẽ chủ động hơn, tự tin hơn và sẵn sàng vượt qua khó khăn trong luyện tập. Đây chính là yếu tố then chốt giúp phương pháp chia nhóm phát huy tối đa hiệu quả, tạo nên môi trường GDTC năng động, kỷ luật và nhân văn.

Những giải pháp trên, nếu được triển khai đồng bộ sẽ giúp phương pháp dạy học theo nhóm trong GDTC trở thành công cụ hữu hiệu để nâng cao chất lượng thể chất, kỹ năng xã hội và ý thức kỷ luật cho SV đại học, đặc biệt trong bối cảnh đổi mới giáo dục theo định hướng phát triển năng lực người học hiện nay.

Xem tiếp trang 170