

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM

Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

ĐƠN YÊU CẦU CÔNG NHẬN SÁNG KIẾN

Kính gửi: - Hội đồng xét duyệt Sáng kiến kinh nghiệm trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1.

1. Tôi ghi tên dưới đây:

Số TT	Họ và tên	Ngày tháng năm sinh	Nơi công tác (hoặc nơi thường trú)	Chức danh	Trình độ chuyên môn	Tỷ lệ (%) đóng góp vào việc tạo ra sáng kiến (ghi rõ đối với từng đồng tác giả, nếu có)
01	Hà Hữu Thông	08/02/1982	Trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1	GV	Đại học	100%

2. Là tác giả đề nghị xét công nhận sáng kiến “*Giải pháp tạo sự hứng thú để nâng cao hiệu quả trong giờ Thể dục giữa giờ*”.

3. Chủ đầu tư tạo ra sáng kiến (trường hợp tác giả không đồng thời là chủ đầu tư tạo ra sáng kiến).....

4. Lĩnh vực áp dụng sáng kiến: Giáo dục

5. Ngày sáng kiến được áp dụng lần đầu hoặc áp dụng thử: Ngày 20/9/2021.

6. Mô tả bản chất của sáng kiến:

6.1. *Tình trạng của giải pháp đã biết:*

a) *Mô tả đầy đủ, chi tiết tình trạng kỹ thuật hoặc phương pháp tổ chức sản xuất, công tác, tác nghiệp hiện tại (thường làm) trước khi thực hiện những giải pháp mới (mô tả chi tiết các bước/quy trình thực hiện nhiệm vụ).*

*** *Thực trạng tình hình đơn vị***

Giáo dục thể chất nói chung và môn học Thể dục trong nhà trường nói riêng, thể chất giữ vai trò quan trọng trong việc giáo dục toàn diện. Thể dục là một biện pháp tích cực, tác động nhiều đến sức khỏe học sinh, nhằm cung cấp cho học sinh những kiến thức, những kỹ năng vận động cơ bản, làm cơ sở cho các em rèn luyện thân thể.

Ở chúng ta, việc giáo dục toàn diện cho các em trên tất cả các môn học, từ những môn về kiến thức khoa học tự nhiên, xã hội đến những môn năng khiếu như: Âm nhạc, Mỹ thuật, Thủ công, Giáo dục thể chất,... cũng cần có sự kết hợp một cách hài hòa nhằm tạo sự tác động qua lại lẫn nhau giữa các môn học, sẽ làm tăng thêm hiệu quả giáo dục đối với các em. Có thoải mái vui tươi, với sức khỏe tốt, có một tinh thần sảng khoái thì việc học tập của các em sẽ đạt kết quả cao hơn.

Từ những việc nói trên, trong những năm qua, bài tập thể dục giữa giờ vẫn được thể hiện liên tục tại các trường trong huyện Tân Hồng nói chung và tại trường

Tiểu học Tân Hộ Cơ 1 nó riêng chưa thật sự tạo được sự hứng thú và hấp dẫn đối với các em học sinh dẫn đến hiệu quả mang lại không cao.

*** *Thực trạng của bản thân***

Tập thể dục giữa giờ trong trường học là một hoạt động quan trọng, không chỉ rèn luyện sức khỏe mà còn giúp học sinh giải trí, thư giãn sau những giờ học tập căng thẳng. Việc hình thành thói quen rèn luyện thể dục thể thao là một vấn đề cấp thiết cho mọi người, nhất là đối với học sinh tiểu học.

Là một giáo viên giảng dạy môn Thể dục nhiều năm đồng thời được nhà trường phân công giữ chức vụ Tổng phụ trách Đội, tôi thiết nghĩ mình cần phải có ý tưởng để nhằm nâng cao thể chất và tinh thần cho học sinh, có sức khỏe tốt, tinh thần thoải mái thì việc học của các em sẽ tiến bộ vì thế tôi đã quyết tâm mạnh dạn đưa ra những giải pháp nhằm giúp các em thực hiện một cách hứng thú, thoải mái hơn trong giờ Thể dục giữa giờ.

b) Nêu, phân tích rõ những ưu, nhược điểm, thuận lợi, khó khăn của giải pháp kỹ thuật hoặc giải pháp tổ chức sản xuất, công tác, tác nghiệp hiện đang được áp dụng tại cơ quan, đơn vị hoặc trong lĩnh vực công tác mình đảm nhiệm và phân tích nguyên nhân dẫn đến tình hình đó.

*** *Ưu điểm:***

- Tiết kiệm được rất nhiều thời gian trong việc tập trung học sinh để chuẩn bị cho buổi Thể dục giữa giờ.

- Chỉ cần một Giáo viên thể dục hoặc một mình giáo viên Tổng phụ trách Đội có thể điều hành được học sinh toàn trường so với các năm trước phải tập trung tất cả Giáo viên Chủ nhiệm để hỗ trợ công tác xếp hàng.

*** *Nhược điểm:***

- Còn một số ít học sinh còn rụt rè và chưa cảm nhận được âm nhạc nên đôi khi động tác còn sai nhịp.

*** *Thuận lợi:***

- Các giải pháp đưa ra thực hiện được sự ủng hộ nhiệt tình từ phía lãnh đạo nhà trường, toàn thể đồng nghiệp trong cơ quan đặc biệt là thái độ hợp tác tích cực từ phía các em học sinh.

*** *Khó khăn:***

- Đây là nhiệm vụ chuyên môn của giáo viên Thể dục, tuy nhiên không phải giáo viên thể dục nào cũng biết và thực hiện được việc ghép nhạc với bài Thể dục giữa giờ hoặc nhảy aerobic, hoặc chachacha,...chính vì thế cần phải có sự phối hợp thực hiện tốt giữa giáo viên thể dục với giáo viên âm nhạc và giáo viên làm Tổng phụ trách Đội.

6.2. Nội dung của giải pháp đề nghị công nhận là sáng kiến:

a) Mục đích của giải pháp;

- Tạo sự hứng thú để nâng cao hiệu quả trong giờ Thể dục giữa giờ tại trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1.

b) Tính mới của giải pháp (đối với giải pháp mới hoàn toàn) hoặc những điểm khác biệt, tính mới của các giải pháp so với các giải pháp đã biết (đối với các

giải pháp có sự cải tiến đối với các giải pháp đã có).

* Tính mới: Giải pháp mới hoàn toàn

Hơn 2 năm trước đây khi tập Thể dục giữa giờ các em học sinh chỉ tập theo nhịp đếm hoặc nhịp trống của thầy cô đánh, còn giờ đây được thay thế hoàn toàn bằng âm nhạc với những bài hát sôi động, phù hợp lứa tuổi các em đồng thời quý thầy cô còn chọn những bài hát có nội dung tuyên truyền tích cực đến các em về bảo vệ môi trường, an toàn giao thông, v.v...

* Trình bày các bước/quy trình thực hiện giải pháp:

- **Giải pháp thứ Nhất:** *Lồng ghép âm nhạc với bài Thể dục giữa giờ*

+ Như chúng ta đã biết âm nhạc có thể giúp kích thích tinh thần khiến chúng ta có hứng thú và xua tan sự lười biếng. Giúp chúng ta có thêm động lực để tập luyện thể thao nâng cao sức khỏe cho bản thân.

+ Áp dụng âm nhạc trong môn thể dục giữa giờ nói riêng và trong giáo dục thể chất nói chung sẽ giúp cho quá trình truyền đạt nội dung bài học được diễn ra nhanh gọn và khoa học. Qua các động tác của bài tập phù hợp với nhạc nền sẽ làm cho bài học trở nên sinh động, tăng khả năng tiếp thu và hiệu quả tập luyện của học sinh lên nhiều lần.

+ Trước hết chúng ta cần phải lựa chọn những bài hát có nội dung phù hợp với lứa tuổi học sinh từng cấp học, nhịp điệu rõ ràng, tempo (nhANH-CHẬM) bài nhạc vừa phải không quá nhanh cũng không quá chậm.

+ Trước khi ghép nhạc giáo viên cần soạn và tính được bài nhạc đó có bao nhiêu lần 8 nhịp để phân chia số nhịp cho từng động tác phù hợp với bài nhạc.

+ Nên chọn những bài hát mà khi kết thúc bài tập thì nhạc và lời hát cũng cùng lúc kết thúc theo như: Con cào cào, em là hoa hồng nhỏ, mưa hè....

- **Giải pháp thứ Hai:** *Giáo viên cùng tập thể dục giữa giờ với học sinh*

+ Để tạo thêm sự hứng thú và nghiêm túc trong giờ thể dục giữa giờ thì sự tham gia tập luyện của quý thầy cô cùng các em học sinh là vô cùng ý nghĩa, bởi lẽ ngoài việc quý thầy cô cùng rèn luyện sức khỏe với các em hằng ngày thì song song đó còn là thông điệp tốt đẹp, còn là sự gương mẫu, sự thân thiện mà quý thầy cô muốn truyền tải đến các em. Thầy cô cùng tập luyện với các em sẽ tạo nên một hình ảnh gần gũi hơn giữa thầy - trò, để học sinh cảm nhận được rằng mỗi ngày đến trường là một ngày vui.

- **Giải pháp thứ Ba:** *Phải xây dựng được đội tập mẫu chuẩn*

+ Do trình độ tiếp thu ở học sinh Tiểu học là rất khác nhau, phần lớn học sinh khối Một, Hai đứng sau nhìn các anh chị khối Ba, Bốn, Năm để tập theo, chính vì thế trước khi cho học sinh ghép nhạc với bài thể dục giữa giờ chúng ta cần phải tập luyện trước một đội tập mẫu từ 5 đến 10 em để giữ nhịp cho toàn trường và các em này phải đứng phía trước nơi cao nhất (có thể là sân khấu) đảm bảo học sinh toàn trường phải nhìn thấy, nếu sân trường không có sân khấu hoặc một số học sinh không thể nhìn thấy đội tập mẫu thì chúng ta sẽ giữ lại đội tập mẫu phía trước khoảng 03 em, còn lại từ 5 đến 7 em chúng ta cho các em tản ra chia đều ở khắp sân trường để giữ nhịp cho các bạn.

- Giải pháp thứ Tư: Chuẩn bị sân bãi đủ rộng

+ Thời gian giải lao của các em ở mỗi buổi học là không dài, nên làm sao khi tập Thể dục giữa giờ xong để các em còn có thời gian ăn uống và vui đùa..., chính vì thế mà sân bãi chúng ta cần phải được chuẩn bị trước, đối với sân bãi chúng ta cần đánh dấu vị trí đứng cho từng học sinh của mỗi lớp riêng biệt để khi tiếng trống hoặc tiếng chuông ra chơi là các em sẽ nhanh chóng chạy đến vị trí mà chúng ta đã đánh dấu sẵn trước đó và đánh dấu làm sao khi các em dàn hàng các đầu ngón tay của em này không được đụng em kế bên, thực hiện được việc này chúng sẽ tiết kiệm được rất nhiều thời gian; không cần phải chỉnh đốn hàng ngũ, nhắc nhở các em xếp hàng như trước kia.

Ghế đá, thùng rác... cần phải đặt đúng nơi qui định, không được đặt lung tung trong sân trường làm chiếm không gian buổi tập Thể dục giữa giờ.

- Giải pháp thứ Năm: Sắp xếp đội hình hợp lý

Để cho cho bài Thể dục giữa giờ được diễn ra điều, đẹp thì việc sắp xếp đội hình tập luyện hợp lý là rất quan trọng, thường thì học sinh khối Năm sẽ tiếp thu bài và tập tốt hơn các khối còn lại, chính vì thế khi sắp xếp đội hình tập luyện chúng ta nên sắp xếp các lớp theo đội hình hàng ngang và học sinh khối Năm sẽ xếp thành những hàng ngang phía trên sau đó sẽ đến các khối còn lại từ lớn đến bé (Ví dụ: 5A, 5B,...4A, 4B...3A, 3B...2A, 2B...1A, 1B...).

- Giải pháp thứ Sáu: Thay đổi nhạc và bài tập để tạo sự hứng thú

+ Việc tập Thể dục giữa giờ là việc làm mỗi ngày của các em học sinh chính vì thế nếu để các em cứ tập đi, tập lại hoài với chỉ một bài nhạc thì đảm bảo các em sẽ nhàm chán và sẽ dẫn đến việc lười tập, tập không nhiệt tình, trốn ở trên lớp không chịu tự giác ra sân tập luyện...Do vậy chúng ta cần phải thay đổi nhạc, thay đổi bài tập để tạo sự hứng thú trong học sinh thì hiệu quả mang lại mới cao. Có nhiều cách làm đơn giản đã được áp dụng hiệu quả tại trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1 như: “Một bài tập nhưng 1 tháng thay đổi nhạc 1 lần” hoặc “ 2 bài tập khác nhau, 1 bài tập vào ngày lẻ và 1 bài tập vào ngày chẵn (ví dụ: thứ 2,4,6 tập thể dục phát triển chung, thứ 3,5 tập võ hoặc nhảy chachacha...)”

- Giải pháp thứ Bảy: Trang bị âm thanh đủ lớn

+ Đây là thứ quan trọng nhất quyết định đến việc đạt hiệu quả cao hay thấp cho buổi Thể dục giữa giờ, vì đã kết hợp Thể dục giữa giờ với âm nhạc nếu âm thanh không đủ lớn để tất cả thầy cô và học sinh cùng nghe được thì sẽ không bao giờ tập đúng và tập đều. Chính vì thế nhà trường cần phải đầu tư một dàn âm thanh có công suất đủ lớn để khi mở nhạc đảm bảo tất cả giáo viên và học sinh toàn trường nghe được rõ lời, rõ nhịp thì các động tác sẽ được tập đúng, tập đều và đẹp.

c) Ưu, nhược, điểm của giải pháp mới:

*** Ưu điểm:**

- Tiết kiệm được rất nhiều thời gian trong việc tập trung học sinh để chuẩn bị cho buổi Thể dục giữa giờ.

- Chỉ cần một Giáo viên thể dục hoặc một mình giáo viên Tổng phụ trách Đội có thể điều hành được học sinh toàn trường so với các năm trước phải tập trung tất cả Giáo viên Chủ nhiệm để hỗ trợ công tác xếp hàng.

*** Nhược điểm:**

- Còn một số ít học sinh còn rụt rè và chưa cảm nhận được âm nhạc nên đôi khi động tác còn sai nhịp.

7. Khả năng áp dụng của giải pháp:

Với sáng kiến này thì Trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1 đã áp dụng rất thành công trong nhiều năm qua và đã góp phần nâng cao chất lượng giáo dục trong nhà trường, đồng thời đã được nhiều trường bạn trên địa bàn huyện cũng như Hội đồng đội huyện Tân hồng đánh giá rất cao.

Đây là sáng kiến rất dễ thực hiện bởi không đơn thuần chỉ là những động tác truyền thống mà các em được tập trong tiếng nhạc với nhiều điệu nhảy, điệu múa vui nhộn. Mục đích là mang lại tinh thần sảng khoái cho các em trong học tập và rèn luyện tính nhanh nhẹn. Các em rất vui khi đến trường, yêu trường, yêu lớp hơn”. Chỉ 5 phút tập của bài thể dục, học sinh đã lấy lại được tinh thần sảng khoái sau những tiết học căng thẳng.

Tóm lại đây là những giải pháp có thể áp dụng cho tất cả các cơ quan trường học ở lứa tuổi cấp 1, cấp 2 thậm chí có thể là học sinh Trung học phổ thông.

8. Hiệu quả, lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng giải pháp: theo ý kiến của tổ chức, cá nhân đã áp dụng sáng kiến (nếu có); và theo ý kiến của tác giả sáng kiến:

Từ năm học 2021-2022 đến nay khi áp dụng những giải pháp trên cho bài tập thể dục giữa giờ thì hiệu quả đem lại không ngừng được tăng lên qua từng năm học:

- Học sinh luôn có ý thức tự giác nhanh chóng ra tập luyện hơn mỗi khi đến giờ tập Thể dục giữa giờ.

- Tập trung nhanh chóng, đúng vị trí và luôn có thái độ tập luyện tích cực.

- Các động tác, các điệu nhảy luôn được các em thực hiện thuần thục, đồng điều và đúng nhạc.

- Buổi tập Thể dục giữa giờ luôn hào hứng với những động tác, những bước nhảy theo điệu nhạc sôi động.

- Thầy cô và học sinh có mối quan hệ gần gũi hơn, thân thiết hơn cũng nhờ thông qua buổi Thể dục giữa giờ.

- Qua buổi tập Thể dục giữa giờ khi được hỏi đa số điều trả lời rằng; các em cảm thấy sảng khoái hơn, hào hứng hơn và sẵn sàng cho các tiết học tiếp theo.

9. Những thông tin cần được bảo mật (nếu có):

10. Các điều kiện cần thiết để áp dụng sáng kiến:

- Sự quan tâm chỉ đạo các bộ phận phối hợp thực hiện của lãnh đạo nhà trường, Sự đầu tư về âm thanh, sân bãi.

11. Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tác giả:

- Lợi ích thu được là ngoài mong đợi: 100% các em học sinh được hỏi điều trả lời các em đều cảm thấy rất vui và thích thú khi được tập Thể dục giữa giờ với nhạc cũng như những điệu nhảy sôi động.

12. Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tổ chức, cá nhân đã tham gia áp dụng sáng kiến lần đầu, kể cả áp dụng thử (nếu có)

13. Danh sách những người đã tham gia áp dụng thử hoặc áp dụng sáng kiến lần đầu (nếu có):

Số TT	Họ và tên	Ngày tháng năm sinh	Nơi công tác (hoặc nơi thường trú)	Chức danh	Trình độ chuyên môn	Nội dung công việc hỗ trợ
01	Hà Hữu Thông	08/02/1983	Trường Tiểu học Tân Hộ Cơ 1	GV	Đại học	Tác giả

Tôi (chúng tôi) xin cam đoan mọi thông tin nêu trong đơn là trung thực, đúng sự thật và hoàn toàn chịu trách nhiệm trước pháp luật./.

Tân Hồng, ngày 29 tháng 3 năm 2024

NGƯỜI NỘP ĐƠN

Hà Hữu Thông