HNUE JOURNAL OF SCIENCE DOI: 10.18173/2354-1075.2022-0010
Educational Sciences, 2022, Volume 67, Issue 1, pp. 95-109
This paper is available online at http://stdb.hnue.edu.vn

THỰC NGHIỆM BIỆN PHÁP TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG NGOÀI TRỜI NHẰM PHÁT TRIỂN TỐ CHẤT THỂ LỰC CHO TRẺ 5-6 TUỔI Ở TRƯỜNG MẦM NON

Đặng Hồng Phương
Khoa Giáo dục Mầm non, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

Tóm tắt. Từ nghiên cứu thực trạng mức độ (MĐ) phát triển tố chất thể lực (TCTL) của trẻ 5-6 tuổi ở một số trường mầm non (MN) Hà Nội và khảo sát nhận thức của giáo viên (GV) các trường MN ở Hà Nội, Thái Bình, Nghệ An và Lai Châu về việc tổ chức hoạt động ngoài trời (HĐNT) nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi, kết hợp với việc kế thừa các biện pháp (BP) truyền thống, tác giả đề xuất một số BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi như*: nhóm BP quản lí bao gồm tăng cường thời gian và bổ sung đánh giá (ĐG) HĐNT trong chương trình Giáo dục mầm non (GDMN), tăng cường cơ sở vật chất cho HĐNT ở trường MN; nhóm BP bổ sung nội dung bao gồm sưu tầm, lựa chọn những trò chơi, bài tập phù hợp nhằm phát triển TCTL cho trẻ, lập kế hoạch tổng thể và chi tiết; nhóm BP tổ chức thực hiện bao gồm tạo môi trường phù hợp, phương tiện phong phú để kích thích trẻ HĐ tích cực, rèn luyện một cách hệ thống các kĩ năng vận động (KNVĐ) cho trẻ, ĐG trẻ trong HĐNT.* Tổ chức thực nghiệm kiểm chứng, ĐG hiệu quả các BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi đã đề xuất.

Từ khóa: Hoạt động ngoài trời, biện pháp, kĩ năng vận động, tố chất thể lực.

1. Mở đầu

Vai trò về việc chơi ngoài trời có ý nghĩa quan trọng kể từ khi các nhà GD cho rằng thời thơ ấu là giai đoạn quan trọng của một đời người. Từ đó, việc chơi và học ở ngoài trời trở thành một bộ phận GD trẻ em, mặc dù sự nhận thức về vai trò của nó không ổn định. HĐNT nhằm phát triển TCTL cho con người nói chung và cho trẻ em nói riêng là vấn đề được các nhà nghiên cứu quan tâm. Đặc biệt trong các lĩnh vực Thể dục Thể thao, Y học và GD. Trong những lĩnh vực này, các nhà nghiên cứu đều quan tâm tới ảnh hưởng của các điều kiện môi trường tự nhiên như không khí, ánh nắng, nước, đất, cát, không gian HĐ... đến sự phát triển TCTL của con người.

Từ thế kỉ XII, Giôn-Lốc-Cơ (1632-1704) đã ĐG cao vai trò của sức khỏe và ông cho rằng, ngay từ nhỏ trẻ em phải được rèn luyện để chúng nhanh nhẹn, hoạt bát, không cảm thấy sợ HĐ và không thấy mệt nhọc. Ông cho rằng, việc GD thể chất cho trẻ em cần được tổ chức một cách khoa học, trong quá trình rèn luyện phải tạo cho trẻ em những thói quen tốt như chịu đựng gian khổ, vượt mọi khó khăn, nguy hiểm [1, tr. 96]. J. J. Rousseau (1712-1778) đã kêu gọi phải tiến hành GD tự nhiên và tự do vì "Thiên nhiên mong muốn rằng trẻ em phải là trẻ trước khi trở thành người lớn" [1, tr. 104]. Theo ông, GD bắt nguồn từ 3 cơ sở, đó là thiên nhiên, con người và đồ vật; trẻ em từ 3-12 tuổi là thời kì phát triển mạnh mẽ các giác quan cho nên phương pháp

Ngày nhận bài: 2/12/2021. Ngày sửa bài: 29/12/2021. Ngày nhận đăng: 10/1/2022.
Tác giả liên hệ: Đặng Hồng Phương. Địa chỉ e-mail: phuongdh@hnue.edu.vn

GD trong thời kì này là phải bằng HĐ thực tiễn [1, tr. 106]. Ngoài ra, ông còn nhấn mạnh việc dạy học cho trẻ từ 0-5 tuổi chủ yếu là thông qua VĐ tự nhiên và chủ động của chúng. J. H. Pestalozzi (1746-1827) cho rằng, nếu học tập chỉ bằng những kinh nghiệm do đứa trẻ tự khám phá sẽ không có hiệu quả. Để tạo ra sự hài hòa, ông thiết kế mục tiêu bài học, trong đó GV giới thiệu mục tiêu học tập, thường là từ thiên nhiên và cho phép mỗi trẻ sử dụng các giác quan của mình để khám phá. Ông tán thành việc cho trẻ đi bộ ở ngoài trời để rèn luyện thể lực. Sau này, khi những trường MN đầu tiên trên thế giới được thành lập ở Đức năm 1835, Anh năm 1851, Mỹ năm 1855, Nhật Bản năm 1876,... thì vai trò của HĐNT ở trường MN chiếm một vị trí quan trọng trong quá trình GD trẻ em. [2]. Các nhà tâm lí học, GD học Liên Xô trước đây như: A. P. Uxova, A. U. Zaparojet, A. A. Liublinxkaia đã nhấn mạnh quan điểm GD ở mọi nơi mọi lúc, coi trọng các HĐ được tổ chức ở phạm vi ngoài lớp học như sân trường, các giờ HĐNT [3]. Vào năm 2002, tác giả Karyn Wellhousem có đề cập đến vai trò và vấn đề ĐG HĐNT của trẻ MN [2], Lưu Tân đề cập đến các phương tiện sử dụng trong HĐNT cho trẻ MN [4]. Tiếp đến, năm 2007, tập thể các nhà khoa học GDMN Nhật Bản đã đề cập đến một số trò chơi tổ chức ở ngoài trời và một số phương tiện sử dụng trong HĐ này giúp trẻ phát triển 5 lĩnh vực: sức khỏe thể chất, môi trường, quan hệ xã hội, ngôn ngữ và sự diễn đạt (tài liệu dịch của khoa GDMN-ĐHSP Hà Nội, năm 2007).

Tiếp thu và kế thừa những tư tưởng của các nhà khoa học trên thế giới, các nhà nghiên cứu ở Việt Nam đã khẳng định tầm quan trọng của việc rèn luyện cơ thể ngoài môi trường thiên nhiên. *Dưới góc độ sinh học, y học* các nhà nghiên cứu cho rằng: nước, ánh sáng, không khí trong lành thực sự là một vị thuốc bổ đối với sức khỏe con người. VĐ điều độ, khoa học rất tốt cho sức khỏe, VĐ trong điều kiện thiên nhiên tốt hơn nhiều. Nhóm các nhà nghiên cứu bộ môn Nhi khoa của trường Đại học Y Hà Nội đã khẳng định tác dụng to lớn của việc HĐNT khi nói đến nguồn cung cấp vitamin D cho cơ thể, đặc biệt là đối với cơ thể trẻ em [5, tr. 207-208]. Nhóm tác giả Vũ Yến Khanh và Phạm Mai Chi đã phối hợp với bộ môn Vệ sinh dịch tễ và bộ môn Nhi khoa trường Đại học Y Hà Nội nghiên cứu và khẳng định thêm tình trạng và nguyên nhân gây bệnh còi xương ở trẻ em Việt Nam là do ít cho trẻ em ra ngoài trời. [6, tr.17]. *Dưới góc độ của nhà nghiên cứu tâm lí trẻ em,* tác giả Nguyễn Ánh Tuyết lại nhìn nhận tác dụng của thiên nhiên theo một khía cạnh khác. Thiên nhiên luôn làm trẻ em hứng thú ở bất cứ thời điểm nào mà các em được đến với thiên nhiên [7, tr.113]. Vật liệu trong thiên nhiên như đất, cát, cỏ, cây... vừa là phương tiện HĐ, vừa là đối tượng kích thích trẻ HĐ để phát triển thể chất và tinh thần. *Dưới góc độ GD học,* các nhà GD đều thống nhất rằng, HĐNT là một HĐ bắt buộc trong chế độ sinh hoạt hằng ngày của trẻ MN, HĐNT rất bổ ích đối với trẻ em. Trong cuốn giáo trình "GD học mẫu giáo" của tác giả Nguyễn Thị Ngọc Chúc [8], "GD học MN" [9], [10] của chủ biên là Đào Thanh Âm và một số tác giả khác đã cụ thể hóa HĐNT bằng cấu trúc bao gồm ba phần và đi sâu vào nội dung, cách tổ chức của từng phần. *Dưới góc độ chuyên biệt và chuyên sâu,* HĐNT ở trường MN ít được các nhà khoa học GD dành thời gian nghiên cứu. Do đó, tài liệu hướng dẫn tổ chức HĐNT còn thiếu. Đây cũng là một khó khăn cho các GV khi tiến hành tổ chức HĐNT ở trường MN. Mặc dù trong chương trình GDMN Việt Nam hiện nay, các nhà GD đã nghiên cứu và đề xuất mục tiêu, nội dung tổ chức HĐNT cho trẻ MN, nhưng chưa chú trọng đến các thành phần khác của HĐ này như: phương pháp, BP, hình thức và ĐG. Có một vài công trình nghiên cứu một số vấn đề đơn lẻ trong HĐNT cho trẻ MN như: phát triển thể lực, kĩ năng nhận thức, phát triển lời nói mạch lạc của các tác giả Nguyễn Thị Tuyết Ánh (luận văn cao học:*"Một số BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển thể lực cho trẻ 5-6 tuổi"*, năm 2005); Nguyễn Thị Thu Hà (luận văn cao học: "Một *số BP nâng cao hiệu quả nhận thức của trẻ 5-6 tuổi qua HĐNT"*, năm 2005); Cao Thị Hồng Nhung (luận án tiến sĩ: *"Tổ chức HĐNT nhằm phát triển lời nói mạch lạc cho trẻ 5-6 tuổi ở trường MN"*, năm 2020) cũng chưa chú ý đến thời gian tổ chức,

môi trường và ĐG trong HĐNT. Mặc dù HĐNT ở trường MN ngày càng được quan tâm hơn và có quy mô lớn hơn, nhưng nó chưa được quan tâm một cách đúng mức, nhiều nơi chưa có điều kiện thực hiện và chưa khai thác hết tác dụng của nó [11]. Vì vậy, đã đến lúc chúng ta phải xem xét việc tổ chức HĐNT một cách nghiêm túc.

HĐNT là một trong các HĐ hàng ngày của trẻ ở trường MN. Môi trường bên ngoài lớp học rất tốt đối với sức khỏe và việc học tập, vui chơi của trẻ. HĐNT ở trường MN là một HĐGD đặc trưng trong chế độ sinh hoạt hằng ngày của trẻ ở trường MN. HĐNT được xây dựng dựa vào mục tiêu của ngành GDMN xuất phát từ yêu cầu phát triển toàn diện của trẻ, được nhà GD tổ chức một cách có mục đích trong môi trường không gian tự nhiên. [9], [12]. Tổ chức HĐNT cho trẻ ở trường MN được quy định trong chương trình GDMN. [13] Đây là một trong những loại HĐ đem lại cho trẻ nhiều cơ hội tiếp xúc với thiên nhiên, ở đó, trẻ có thể tìm tòi, khám phá thiên nhiên và thỏa mãn nhu cầu VĐ của mình. Môi trường bên ngoài lớp học rất tốt đối với sức khỏe và việc học tập, vui chơi của trẻ nhỏ. Chơi ngoài trời tạo cho trẻ nhiều cơ hội VĐ toàn thân, phát triển KNVĐ thô thông qua các bài tập như: đi, chạy, nhảy, leo trèo, thăng bằng... phát triển KNVĐ tinh như: vẽ trên cát, làm lâu đài cát; phát triển TCTL: sức nhanh, sức mạnh, sức bền và khéo léo [2], [4].

Tuy nhiên, trong thực tế GD ở Việt Nam, nhiều nhà GD và quản lí GDMN cho rằng HĐ trong lớp quan trọng hơn. Mặc dù trong chương trình GDMN hiện hành đã đề cập đến nội dung HĐNT, bao gồm 3 phần: quan sát có chủ đích, chơi trò chơi vận động và chơi tự do, nhưng trong thực tiễn, GV thường không chú ý đến việc lập kế hoạch tổ chức và lựa chọn các phương tiện cho HĐ này so với các HĐ trong lớp, coi đó là giờ vui chơi, khám phá tự do của trẻ, do đó cũng không có phần ĐG HĐ này. Cho nên, HĐNT ở trường MN chưa khai thác hết những tiềm năng của trẻ, chưa phát huy tính tích cực, độc lập và sáng tạo của chúng, trong đó chưa chú ý đến việc phát triển TCTL cho trẻ. [11], [13], [14]. Từ những lí do trên, việc nghiên cứu đề xuất các BP tổ chức HĐNT cho trẻ 5-6 tuổi nhằm phát triển TCTL là một vấn đề cần thiết, nhằm góp phần chuẩn bị thể chất cho trẻ bước vào lớp một.

Chúng tôi đã tiến hành điều tra thực trạng vấn đề tổ chức HĐNT cho trẻ 5-6 tuổi ở trường MN trong chương trình GDMN hiện hành; quan sát và điều tra bằng bài tập VĐ để ĐG MĐ phát triển TCTL của 180 trẻ 5-6 tuổi ở 3 trường MN tại Hà Nội: trường MN Hoa Hồng-Quận Cầu Giấy, Tứ Liên-Quận Ba Đình và Hoa Hồng-Quận Hà Đông. Thời gian tiến hành khảo sát cuối tháng 8/2020, mỗi trường 60 trẻ [11]. Ngoài ra, chúng tôi còn sử dụng phương pháp điều tra bằng phiếu trưng cầu ý kiến của 700 GVMN ở các trường MN thuộc Hà Nội (360), Thái Bình (120), Nghệ An (100) và Lai Châu (120) vào tháng 4 năm 2021 về các vấn đề liên quan đến việc tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi như: nhận thức của GV về vai trò của HĐNT đối với sự phát triển của trẻ; nội dung, BP, hình thức và những vấn đề quan tâm khi tổ chức HĐNT cho trẻ của GV; những trò chơi GV sử dụng khi tổ chức HĐNT và những khó khăn GV gặp phải khi tiến hành ĐG kết quả HĐNT cho trẻ.

Hiện nay các trường MN đang thực hiện chương trình GDMN năm 2020. Phần hướng dẫn và nội dung thực hiện HĐNT của chương trình có một số điểm cần lưu ý. *Ưu điểm:* thời gian cho HĐNT của trẻ đã tăng gấp đôi từ 20 phút lên đến 30-40 phút. GV tự thiết kế nội dung HĐNT cho trẻ và phải phản ánh theo chủ đề trong tháng. Do đó, GV có thể chủ động, sáng tạo trong quá trình tổ chức HĐNT cho trẻ. *Hạn chế:* thời gian cho một buổi HĐNT của trẻ 5-6 tuổi vẫn chưa đủ để GV có thể tổ chức một buổi HĐNT cho trẻ một cách thuận lợi. Việc GV tự thiết kế nội dung HĐNT, đòi hỏi GV phải có trình độ chuyên môn vững, có kinh nghiệm, có sự đầu tư suy nghĩ… mới đảm bảo được yêu cầu phát triển của trẻ. Tuy nhiên, vì không có phần ĐG HĐ nên việc lập kế hoạch HĐNT và việc tổ chức thực hiện HĐ này còn nhiều hạn chế [2], [13].

Qua điều tra thực trạng về MĐ phát triển TCTL của trẻ 5-6 tuổi ở 3 trường MN tại Hà Nội tập trung chủ yếu ở MĐ trung bình. Phân tích nhận thức của GVMN ở một số tỉnh đã kể trên về vai trò của HĐNT đối với sự phát triển TCTL của trẻ 5-6 tuổi, cho thấy đa số ý kiến GV cho rằng HĐNT có ảnh hưởng nhiều nhất đến sự phát triển thể chất của trẻ (chiếm 85% ý kiến) [11]. Đây là một trong các cơ sở giúp cho việc tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi. Phân tích các BP GV sử dụng để tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi ở trường MN, cho thấy GV thường xuyên sử dụng BP lập kế hoạch để tổ chức HĐNT cho trẻ chiếm tỉ lệ khá cao (70% ý kiến). Nhưng đa số là các BP về chuẩn bị điều kiện HĐ. BP tăng cường thời gian tổ chức HĐNT cho trẻ chưa bao giờ GV sử dụng (90% ý kiến), chỉ có 10% ý kiến là thỉnh thoảng sử dụng. Điều này cũng dễ hiểu vì chương trình GDMN đã quy định thời gian [12-13]. Như vậy, thời gian quy định là chưa đủ để tận dụng mọi ưu thế của HĐNT như đã phân tích ở trên. Do đó, để tạo ra sự phát triển mạnh mẽ về thể lực cũng như phát triển về mọi mặt của trẻ, cần phải có những BP tích cực hơn như chủ động tạo ra môi trường HĐ theo mục đích của nhà GD, tăng thêm thời gian HĐNT, tăng cường rèn luyện KNVĐ. Ngoài ra, còn có nhóm BP ĐG trẻ trong HĐNT không được chú ý, và có 65% đến 80% ý kiến GV không bao giờ sử dụng nhóm BP này. Do đó, có cơ sở để cho rằng, GV ít sử dụng kết quả ĐG HĐNT để lập kế hoạch cho giai đoạn tiếp theo. Đó là một hạn chế không nhỏ ảnh hưởng đến kết quả của HĐNT cho trẻ [15].

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Các khái niệm công cụ

* *Hoạt động ngoài trời* là HĐ được chủ thể tiến hành một cách có mục đích trong môi trường không gian tự nhiên. HĐNT cho trẻ ở trường MN là một HĐGD nằm trong chế độ sinh hoạt hằng ngày của trẻ ở trường MN, được nhà GD tổ chức một cách có mục đích trong môi trường không gian tự nhiên [13].

* *Kĩ năng vận động* là MĐ thực hiện các động tác của bài tập, thể hiện ở sự tập trung vào các thao tác của bài tập, được hình thành theo cơ chế của phản xạ có điều kiện [16].

* *Thể lực* trong thể dục thể thao được coi là khả năng làm việc của các hệ thống chức năng của cơ thể, được đánh giá thông qua HĐVĐ, thể hiện ở các đặc tính: chính xác, tiết kiệm sức, mạnh mẽ, bền bỉ, nhanh chóng và mềm dẻo [4].

* *Tố chất thể lực* là các mặt khác nhau của khả năng VĐ phần tương đối riêng biệt trong thể lực của con người, bao gồm các yếu tố cơ bản: sức nhanh, sức mạnh, sức bền và khéo léo [4].

* *Mối quan hệ giữa kĩ năng vận động và tố chất thể lực:* trong HĐNT, với mục đích phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi, thì việc rèn luyện KNVĐ là điều rất quan trọng. Trong quá trình này cần chú ý đến việc ôn luyện các VĐ. Vì vậy, việc hướng dẫn các trò chơi trong HĐNT không thể không chú ý đến yếu tố này. Có nghĩa là sự sắp xếp kế hoạch HĐ phải có sự lặp lại các trò chơi với MĐ thích hợp mới rèn luyện được ở trẻ KNVĐ. Có KNVĐ tốt sẽ có tác dụng phát triển TCTL. Ngược lại, các TCTL phát triển tốt sẽ tạo điều kiện cho việc hình thành và hoàn thiện các KNVĐ nhanh hơn [4], [15].

* *Phát triển thể lực* là quá trình hình thành và biến đổi của cơ thể con người về mặt chức năng, thể hiện qua sự hình thành và phát triển của các TCTL như nhanh, mạnh, khéo, bền. Quá trình đó diễn ra dưới tác động của điều kiện sống và môi trường GD [16], [19].

* *Phát triển tố chất thể lực* là một mặt của quá trình phát triển thể lực, tập trung vào việc hình thành và phát triển những yếu tố đặc biệt của thể lực bao gồm: sức nhanh, sức mạnh, sức bền và khéo léo [19].

** Biện pháp tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi* là cách thức tổ chức HĐNT của GV. Trong đó, GV là người hướng dẫn, trẻ tích cực HĐ nhằm phát triển TCTL cho chúng [3], [4], [16].

2.2. Khái quát quá trình thực nghiệm

2.2.1. Mục đích thực nghiệm: Từ thực trạng về việc tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi hiện nay, chúng tôi xác định mục đích của thực nghiệm (TN) là kiểm nghiệm hiệu quả và tính khả thi của việc đề xuất các nhóm BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi ở trường MN.

2.2.2. Đối tượng, phạm vi, thời gian thực nghiệm

*****_Đối tượng thực nghiệm:_ Các nhóm BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi ở trường MN.

- *Nhóm biện pháp quản lí*

+ Tăng cường thời gian và bổ sung ĐG HĐNT trong chương trình GDMN. *Mục đích:* tăng thời gian HĐ của trẻ ở ngoài trời, sẽ tạo điều kiện cho GVMN khai thác tiềm năng ở trẻ về mọi mặt, trong đó có sự phát triển TCTL cho chúng. *Cách thức tiến hành:* giảm thời gian của các HĐ trong lớp khoảng 20 đến 30 phút. Như vậy, thời gian cho HĐNT của trẻ sẽ tăng từ 30-40’ lên 50-60’.

+ Tăng cường cơ sở vật chất cho HĐNT ở trường MN. *Mục đích:* tạo khoảng không gian ngoài trời cho trẻ, ở đó trẻ có cơ hội khám phá thiên nhiên và rèn luyện cơ thể bằng yếu tố tự nhiên. *Cách thức tiến hành:* tùy thuộc vào điều kiện của từng trường, khoảng không gian tự nhiên có thể là tự tạo (chẳng hạn như hành lang), trên lầu hoặc sân trường. Trong đó, sân trường có diện tích rộng là điều kiện tốt để tổ chức HĐNT cho trẻ. Tuy nhiên, cần chú trọng đầu tư không gian như: khung cảnh HĐ, cây cối, vật nuôi, đồ chơi ngoài trời...

- *Nhóm biện pháp bổ sung nội dung*

+ Sưu tầm, lựa chọn những trò chơi, bài tập phù hợp nhằm phát triển TCTL cho trẻ. *Mục đích:* tạo ra một ngân hàng trò chơi, bài tập phong phú nhằm rèn luyện các KNVĐ và phát triển các TCTL cho trẻ. *Cách tiến hành:* thống kê toàn bộ trò chơi vận động trong chương trình GD trẻ 5-6 tuổi. Sưu tầm các trò chơi vận động, bài tập phù hợp với trẻ, có tác dụng phát triển TCTL. Phân loại trò chơi, bài tập theo ý nghĩa sử dụng. Lựa chọn, sắp xếp vào kế hoạch HĐNT theo dự kiến.

+ Lập kế hoạch tổng thể và kế hoạch chi tiết**.** *Mục đích:* giúp GV biết tổng thể về kế hoạch HĐNT của trẻ trong một năm hay một giai đoạn nào đó, từ đó có thể chủ động tổ chức và điều chỉnh HĐ phù hợp với khả năng, hứng thú, nhu cầu và sự phát triển của trẻ. *Cách tiến hành:* lập kế hoạch toàn bộ năm học, lập kế hoạch chi tiết cho từng tháng, từng chủ điểm cụ thể. Dựa trên thực tế HĐ, điều chỉnh kế hoạch HĐ một cách linh hoạt. Chẳng hạn, trong quá trình thực hiện, lập kế hoạch bổ sung, điều chỉnh dựa trên thực tế HĐ của trẻ như sự hứng thú, MĐ thực hiện KNVĐ và phát triển TCTL... thông qua quan sát, kiểm tra và ĐG trẻ trong quá trình tổ chức HĐ. Ngoài ra, còn phải tính đến sự thay đổi thời tiết của thiên nhiên, của đối tượng HĐ trong từng ngày, từng thời điểm cụ thể. Khi lập kế hoạch phải tuân theo các nguyên tắc GD, nguyên tắc rèn luyện, đảm bảo các yêu cầu rèn luyện nhằm phát triển TCTL cũng như yêu cầu phát triển toàn diện của trẻ.

- *Nhóm biện pháp tổ chức thực hiện*

+ Tạo môi trường phù hợp, phương tiện phong phú để kích thích trẻ HĐ tích cực. *Mục đích:* tạo ra sự hứng thú, đa dạng, kích thích tính tích cực của trẻ. *Cách tiến hành:* căn cứ vào nội dung HĐ cụ thể của từng giai đoạn, từng chủ điểm, GV có thể thiết kế môi trường HĐ phù hợp. Thứ nhất là tạo môi trường phù hợp với lứa tuổi, với nội dung HĐ. Thứ hai là môi trường

kích thích sự tìm tòi khám phá của trẻ. Cuối cùng là môi trường tạo cho trẻ cảm giác mới, kích thích trẻ HĐ tích cực. Cách tạo môi trường: thiết kế môi trường HĐ, luân phiên các góc HĐ, thay đổi vị trí các đồ chơi trong sân trường, thêm những chi tiết mới của đồ chơi, thêm những đồ chơi mới, khuyến khích trẻ tạo ra những cái mới lạ trong quá trình HĐ [4], [16]. Nguồn nguyên vật liệu thiên nhiên là phương tiện đa dạng mà GV có thể sưu tầm và huy động trẻ tham gia sưu tầm đến lớp, cùng chơi với các bạn một cách hứng thú như lá chuối, lá dừa có thể làm đồng hồ, có thể làm con mèo, củ ấu..., hướng dẫn trẻ cách làm những đồ chơi mang tính chất dân gian đó. Từ đó, tạo cho trẻ có thói quen tìm kiếm, sưu tầm để cùng chơi, cùng chia sẻ với nhóm bạn vào mỗi buổi HĐNT.

+ Rèn luyện một cách hệ thống các KNVĐ cho trẻ**.** *Mục đích:* nhằm đạt hiệu quả cao trong quá trình rèn luyện kĩ năng và phát triển TCTL. Đây là BP có tính quyết định đến sự phát triển TCTL của trẻ. Bởi vì, các TCTL được phát triển thống nhất với sự phát triển của các KNVĐ. Sự hình thành KNVĐ phụ thuộc vào MĐ phát triển của các TCTL và ngược lại KNVĐ góp phần làm cho các TCTL hoàn thiện dần và thể hiện có hiệu quả hơn. *Cách tiến hành:* lựa chọn nội dung HĐ: việc lựa chọn nội dung phụ thuộc vào nhiều yếu tố. Thứ nhất, phụ thuộc vào kế hoạch HĐNT; thứ hai, phụ thuộc vào các TCTL cần phát triển, từ đó liên quan đến các KNVĐ cần rèn luyện; thứ ba, muốn rèn luyện KNVĐ cần tuân theo các nguyên tắc rèn luyện và cơ chế hình thành kĩ năng; Lựa chọn BP rèn luyện KNVĐ cần chú ý đến các BP bắt chước, luyện tập và củng cố kĩ năng; Lựa chọn hình thức rèn luyện phụ thuộc vào KNVĐ hoặc TCTL cần rèn luyện. Nếu đó là kĩ năng chơi trò chơi vận động thì chọn hình thức theo nhóm, tổ. Nếu là KNVĐ cơ bản thì chọn hình thức hướng dẫn cả lớp hoặc cá nhân [4], [16]; Lựa chọn phương tiện để rèn luyện KNVĐ phụ thuộc vào những TCTL cần rèn luyện. Chẳng hạn muốn rèn luyện tố chất sức bền, có thể qua VĐ là chạy chậm 150 m, thì phương tiện rèn luyện cần có là khoảng sân đủ dài, rộng để luyện tập (nếu không thì phải chạy quay vòng để đủ 150 m). Có thể chọn trong quá trình HĐNT để rèn luyện tố chất đó, nghĩa là thông qua các nội dung của HĐNT để trẻ tham gia HĐ một cách tích cực, thường xuyên, điều độ và giúp trẻ có khả năng bền bỉ trong HĐ. Muốn vậy, HĐNT phải được tổ chức một cách hợp lí. Sau khi lựa chọn nội dung, BP, hình thức, phương tiện rèn luyện kĩ năng là đến việc tổ chức hướng dẫn thực hiện các kĩ năng đó. Các KNVĐ được rèn luyện trong HĐNT chủ yếu thông qua các trò chơi vận động và chơi tự do [4], [16].

+ Đánh giá MĐ phát triển TCTL của trẻ trong HĐNT. *Mục đích:* giúp GV nhìn nhận toàn diện khả năng của trẻ để lập kế hoạch HĐ phù hợp với khả năng của chúng. Việc đánh giá trẻ giúp GV có thể phát huy mặt mạnh, khắc phục những mặt yếu của mỗi trẻ, điều chỉnh HĐ của trẻ một cách cân đối. *Cách tiến hành:* ĐG KNVĐ thông qua các bài tập VĐ dựa trên các tiêu chí đề ra hoặc ĐG thông qua các HĐ hằng ngày của trẻ. Với cách ĐG thứ hai, GV phải tổ chức quan sát trong HĐ hằng ngày của trẻ. Việc quan sát phải tiến hành thường xuyên, có hệ thống, ghi chép tỉ mỉ, khách quan và phân tích kết quả thông qua những thông tin đã ghi chép [2]. Ở nghiên cứu này, chúng tôi tập trung vào kiểu ĐG thứ nhất, đó là ĐG MĐ phát triển TCTL của trẻ dựa trên các bài tập VĐ tương ứng với các TCTL nhanh, mạnh, bền và khéo. Kết quả ĐG phải có sự thảo luận, trao đổi giữa các GV, giữa GV với cha/mẹ trẻ, giữa GV với cán bộ quản lí để tìm ra BP phù hợp trong giai đoạn tiếp theo.

**Phạm vi thực nghiệm:* TN được tổ chức tại 2 lớp mẫu giáo 5-6 tuổi thuộc trường MN Minh Quang, thành phố Thái Bình. Lớp 5A – lớp TN: 30 trẻ, lớp 5C – lớp đối chứng (ĐC): 30 trẻ.

**Thời gian thực nghiệm:* TN được tổ chức trong thời gian 8 tuần của hai tháng 9 và 10/2021 (từ 6/9/2021 đến 29/10/2021).

2.2.3. Nội dung thực nghiệm

**Những cơ sở xác định nội dung thực nghiệm:* Chương trình GDMN hiện hành; thực trạng

MĐ phát triển TCTL của trẻ 5-6 tuổi trong HĐNT; trình độ chuyên môn và khả năng sư phạm của GV; điều kiện của nhà trường MN nơi tiến hành TN.

**Nội dung thực nghiệm:* Chúng tôi tiến hành TN 02 nhóm BP (nhóm biện pháp bổ sung nội dung và nhóm biện pháp tổ chức thực hiện) tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi. Ở nghiên cứu này, chúng tôi chưa thử nghiệm nhóm BP1 vì lí do liên quan đến thời gian qui định chế độ sinh hoạt hằng ngày của chương trình GDMN [13] và điều kiện kinh tế của nhà trường. Hai nhóm BP còn lại được tổ chức thông qua các buổi HĐNT ở trường MN theo kế hoạch TN tháng 9 và 10/2021 (Bảng 1 và 2).

Bảng 1. Chương trình thực nghiệm BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi *Tháng 9/2021 (Chủ điểm: Trường mầm non)* [17]

Tuần **Thứ**	**TUẦN I** Từ 6/9 – 10/9	**TUẦN II** Từ 13/9 – 17/9	**TUẦN III** Từ 20/9 – 24/9	**TUẦN IV** Từ 27/9 – 1/10
Thứ 2	Hoạt động có mục đích: Nói chuyện về ngày khai giảng trường em **Trò chơi vận động:** Chuyển trứng **Chơi tự chọn:** Làm trâu lá đa	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về vườn trường em **Chơi giao thông:** Chuyền bóng qua đầu **Chơi tự chọn:** Làm đồng hồ bằng lá hoặc giấy	Hoạt động có mục đích: Hát hoặc đọc các bài thơ về trường mầm non **Trò chơi vận động:** Kéo co **Chơi tự chọn:** Thu lượm vật liệu thiên nhiên trang trí nhà trên cát	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây nhãn ra quả **Trò chơi vận động:** Chuyền bóng qua đầu, chân **Chơi tự chọn:** Ghép hình bằng hoa, lá
Thứ 3	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về vườn trường em **Trò chơi vận động:** Chuyển trứng **Chơi tự chọn:** Chơi cát, làm trâu lá đa	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây bưởi ra hoa **Trò chơi vận động:** Chuyền bóng qua chân **Chơi tự chọn:** Làm đồng hồ bằng lá hoặc giấy. Vẽ trên sân	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về các bạn trường em **Trò chơi vận động:** Kéo co **Chơi tự chọn:** Thu lượm vật liệu thiên nhiên, trang trí trên cát	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về các bác lao công trường em **Trò chơi vận động:** Nhảy tiếp sức **Chơi tự chọn:** Gấp thuyền mui
Thứ 4	Hoạt động có mục đích: Cây có gì khác? **Trò chơi vận động:** Nhảy tiếp sức **Chơi tự chọn:** Gấp và chơi tàu thủy	Hoạt động có mục đích: Cây xà cừ trồng để làm gì? **Trò chơi vận động:** Mèo đuổi chuột **Chơi tự chọn:** Nhặt hoa, lá rụng; Thả hoa, lá trong nước	Hoạt động có mục đích: Nói chuyện về trường mầm non **Trò chơi vận động:** Chơi đồ **Chơi tự chọn:** Xếp hình bằng hột hạt	Hoạt động có mục đích: Cây phượng có gì mới? **Trò chơi vận động:** Chuyền trứng **Chơi tự chọn:** Làm đồ chơi bằng vật liệu thiên nhiên
Thứ 5	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng
Thứ 6	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây bằng lăng nở hoa **Trò chơi vận động:**	Hoạt động có mục đích: Nói chuyện về cô giáo trường em **Trò chơi vận**	Hoạt động có mục đích: Vẽ về cảnh đẹp trường mầm non **Trò chơi vận động:**	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về ngày lễ 20/10. **Trò chơi vận**

	Bánh xe quay **Chơi tự chọn:** Gấp và chơi tàu thủy, thuyền mui	**động:** Mèo đuổi chuột **Chơi tự chọn:** Lao động ở góc thiên nhiên	Chơi đồ **Chơi tự chọn:** Làm đồ chơi bằng vật liệu thiên nhiên	**động:** Chơi đồ **Chơi tự chọn:** Lao động ở góc thiên nhiên

Bảng 2. Chương trình thực nghiệm BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi Tháng 10/2021 (Chủ điểm: Phương tiện giao thông) **[17]**

Tuần / Thứ	**TUẦN I** Từ 4/10 – 8/10	**TUẦN II** Từ 11/10 – 15/10	**TUẦN III** Từ 18/10 – 22/10	**TUẦN IV** Từ 25/10 – 29/10
Thứ 2	Hoạt động có mục đích: Quan sát sự nảy mầm của cây **Trò chơi vận động:** Cướp cờ **Chơi tự chọn:** Xếp hình trên cát, làm đồ chơi bằng lá cây	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây bàng đâm chồi **Chơi giao thông:** Em đi qua ngã tư đường phố **Chơi tự chọn:** Bật liên tục qua 5 vòng	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về giao thông **Trò chơi vận động:** Ai ném xa nhất **Chơi tự chọn:** Nhặt và xâu dây hoa làm vòng nguyệt quế	Hoạt động có mục đích: Công việc của bác lao công **Trò chơi vận động:** Ai nhanh hơn **Chơi tự chọn:** Chơi giao thông đường thủy, xếp hình bằng sỏi
Thứ 3	Hoạt động có mục đích: Công việc của công an giao thông **Trò chơi vận động:** Cướp cờ **Chơi tự chọn:** Xếp hình bằng hoa, lá	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về luật lệ giao thông **Chơi giao thông:** Em đi qua ngã tư đường phố **Chơi tự chọn:** Bật liên tục qua 5 vòng	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về giao thông trên đường **Trò chơi vận động:** Ai ném xa nhất **Chơi tự chọn:** Vẽ trên sân	Hoạt động có mục đích: Công việc của cô bán hàng dịch vụ **Trò chơi vận động:** Chơi bể bóng **Chơi tự chọn:** Làm và chơi đồ chơi bằng giấy
Thứ 4	Hoạt động có mục đích: Quan sát mưa rào **Trò chơi vận động:** Bánh xe quay **Chơi tự chọn:** Nhặt lá làm thuyền	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây nhãn **Trò chơi vận động:** Ai nhanh hơn **Chơi tự chọn:** Làm đồ chơi bằng giấy và vật liệu thiên nhiên	Hoạt động có mục đích: Công việc của bác bảo vệ **Trò chơi vận động:** Ô tô về bến **Chơi tự chọn:** Xây đường giao thông trên cát	Hoạt động có mục đích: Công việc của công an giao thông **Trò chơi vận động:** Cướp cờ **Chơi tự chọn:** Làm đồ chơi bằng vật liệu thiên nhiên
Thứ 5	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng	Hoạt động phòng đa năng
Thứ 6	Hoạt động có mục đích: Quan sát cây bằng lăng nở hoa **Trò chơi vận động:** Bánh xe	Hoạt động có mục đích: Quan sát con vật **Trò chơi vận động:** Ai nhanh hơn	Hoạt động có mục đích:Trò chuyện về phương tiện giao thông **Trò chơi vận động:**	Hoạt động có mục đích: Trò chuyện về ngày 20/11 **Trò chơi vận động:** Bánh xe

	quay **Chơi tự chọn:** Gấp giấy, chơi nước	**Chơi tự chọn:** Lao động ở góc thiên nhiên	Người tài xế giỏi **Chơi tự chọn:** Chơi giao thông trên cát	quay **Chơi tự chọn:** Chơi đồ chơi ngoài trời

2.2.4. Các tiêu chí và thang đánh giá

Trong quá trình TN, chúng tôi sử dụng tiêu chí và thang ĐG MĐ phát triển TCTL của trẻ 5-6 tuổi dựa trên khái niệm phát triển TCTL, đặc điểm phát triển và biểu hiện các TCTL của chúng [4], [17], [18], [19] được trình bày ở bảng 3 để đo kết quả trước và sau TN. Sau đó, sử dụng phương pháp thống kê toán học để xử lí các số liệu thu thập nhằm ĐG kết quả TN một cách khách quan [20].

Tiêu chí ĐG về MĐ phát triển TCTL thể hiện qua các bài tập VĐ, được chia thành 5 nhóm: 1-sức nhanh (chạy nhanh 18 m), 2-sức mạnh (bật xa và ném xa), 3-sức bền (chạy chậm 150 m), 4-khéo léo (chuyền bắt bóng và làm đồ chơi), 5-phối hợp sức mạnh & khéo (nhảy lò cò và đi lùi 10 m) [6],[18]. Chúng tôi đề ra 3 MĐ ĐG ứng với thang điểm: MĐ cao (MĐ1): 3 điểm, MĐ trung bình (TB) (MĐ2): 2 điểm, MĐ thấp (MĐ3): 1điểm. Tổng cộng có 5 nhóm VĐ, cho nên tổng số điểm & điểm TB trẻ đạt được ở các MĐ sẽ là: MĐ1: 12 đến 15 điểm (2,4 đ đến 3 đ). MĐ2: 9 đến cận 12 điểm (1,8 đ đến cận 2,4 đ). MĐ3: 5 đến cận 9 điểm (1 đ đến cận 1,8 đ).

Bảng 3. Tiêu chí và thang đánh giá mức độ phát triển TCTL của trẻ 5-6 tuổi trong HĐNT

TỐ CHẤT THỂ LỰC	**BÀI TẬP VẬN ĐỘNG**	**MỨC ĐỘ THỰC HIỆN KĨ NĂNG VẬN ĐỘNG & TỐ CHẤT THỂ LỰC**		
		Cao (3 điểm)	**Trung bình (2 điểm)**	**Thấp (1 điểm)**
Nhanh	**Chạy nhanh 18 m (giây)**	Chạy đúng theo hiệu lệnh, phối hợp nhịp nhàng tay, chân và toàn thân. Về đích đợt 1 từ 4,5-4,7 giây; đợt 2 từ 4,5-5 giây	Chạy đúng theo hiệu lệnh, phối hợp tay chân & toàn thân chưa nhịp nhàng. Về đích đợt 1 từ 4,8-5 giây; đợt 2 từ >5-6 giây	Chạy chưa đúng theo hiệu lệnh, phối hợp chưa nhịp nhàng các bộ phận cơ thể. Về đích đợt 1 từ >5 giây; đợt 2 từ >6 giây
Mạnh	**Bật xa**	Nắm được kĩ năng, thực hiện nhịp nhàng. Bật liên tục qua 3 vạch khoảng cách rộng 40 cm không dẫm chân vào vạch	Nắm được kĩ năng, thực hiện chưa nhịp nhàng. Bật liên tục qua 3 vạch như mức độ cao, bị chạm gót vào vạch 1 lần	Chưa nắm được kĩ năng, thực hiện lúng túng. Bật qua 3 vạch còn dẫm chân vào vạch từ 2-3 lần
	Ném xa	Nắm được kĩ năng, thực hiện thành thạo. Ném xa 7 m trở lên	Nắm được kĩ năng, thực hiện chưa thành thạo.. Ném xa từ 6 đến < 7 m	Chưa năm được kĩ năng, thực hiện động tác còn sai. Ném xa dưới 6 m
Bền	**Chạy chậm 150 m**	Chủ động được hướng chạy, giữ được tốc độ chạy tương đối ổn định từ đầu đến cuối. Sau khi chạy, trạng thái cơ thể bình thường (thở nhanh nhưng không quá mệt mỏi, sắc mặt	Chủ động được hướng chạy, tốc độ chạy chưa ổn định. Sau khi chạy, trạng thái cơ thể bình thường	Chưa chủ động được hướng chạy, tốc độ chạy không ổn định. Sau khi chạy, trạng thái cơ thể bình thường

		không tím tái, trở lại bình thường sau vài phút)		
Khéo	**Chuyền bắt bóng**	Bắt bóng bằng 2 tay 5 lần liên tục, không bị ôm bóng vào ngực, không làm rơi bóng, chuyền bóng vừa tầm không bị cao, xa hoặc gần quá	Bắt bóng bằng 2 tay 5 lần liên tục, có thể khi bắt bóng còn ôm bóng vào ngực hoặc làm rơi bóng 1-2 lần, chuyền bóng vừa tầm không bị cao, xa hoặc gần quá	Không bắt được bóng bằng 2 tay, làm rơi bóng từ 3 lần trở lên
	Làm đồ chơi	Làm được 3-4 đồ chơi với vật liệu khác nhau như giấy, lá, hoa... bằng cách cắt, cuộn, buộc, gấp đơn giản, sản phẩm tương đối gọn gàng, đẹp mắt	Làm được 2-3 đồ chơi với vật liệu khác nhau như giấy, lá, hoa... bằng cách cắt, cuộn, buộc, gấp đơn giản, sản phẩm còn hơi sộc sệch, chưa đẹp mắt	Chưa biết làm đồ chơi bằng vật liệu thiên nhiên hoặc làm nhưng không thành sản phẩm
Mạnh & khéo	**Nhảy lò cò**	Nhảy vững vàng, chủ động bằng 1 chân thuận trong vòng 10 m, không bị chống chân xuống đất	Nhảy tương đối vững vàng bằng 1 chân thuận trong vòng 10 m, bị chống chân xuống đất 1-2 lần	Nhảy chưa vững vàng, bị chống chân xuống đất 3 lần trở lên
	Đi lùi 10 m	Đi thẳng hướng, chân tay phối hợp nhịp nhàng, không phải quay mặt nhìn về phía sau	Đi thẳng hướng, chân tay phối hợp chưa thật nhịp nhàng, không phải quay mặt nhìn về phía sau	Đi không thẳng hướng, chân tay phối hợp chưa nhịp nhàng, phải quay mặt nhìn về phía sau

2.2.5. Quy trình thực nghiệm

**Chọn mẫu thực nghiệm:* Nhóm BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi được TN trên 60 trẻ của 2 lớp mẫu giáo 5-6 tuổi trường MN Minh Quang. Chúng tôi lựa chọn mẫu theo nguyên tắc ngẫu nhiên. Trường MN Minh Quang là một trường có môi trường sư phạm tốt, có quy mô vừa phải với số lượng gần 500 trẻ, hơn 30 cán bộ GV, trong đó có 30 GV. 100% GV được đào tạo chính quy, trong đó hơn 65% có trình độ đại học, còn lại là trình độ cao đẳng. GV của trường phần lớn có thâm niên công tác trên 5 năm, có kinh nghiệm dạy và tổ chức các hoạt động GD trẻ. Trường có khuôn viên rộng rãi, sân chơi thoáng mát, với trang thiết bị, đồ dùng, đồ chơi khá đầy đủ. Lớp TN và ĐC được lựa chọn đều có các điều kiện như nhau về: số lượng trẻ trong mỗi lớp; mức độ phát triển TCTL của trẻ ở mỗi lớp; trình độ chuyên môn và kinh nghiệm của GV; cơ sở vật chất: đồ dùng, đồ chơi, không gian triển khai các HĐ.

**Tổ chức thực nghiệm*

- *Nguyên tắc thực nghiệm:* Để kết quả TN mang tính khách quan và đạt được hiệu quả, chúng tôi xây dựng kế hoạch TN dựa trên các nguyên tắc tổ chức hoạt động GD nói chung và phát triển TCTL nói riêng.

+ Đảm bảo sức khỏe và sự tăng trưởng lành mạnh của cơ thể trẻ.

+ Phù hợp với đặc điểm lứa tuổi và mức độ phát triển KNVĐ của trẻ.

+ Đảm bảo vai trò chủ đạo của GV và sự tự nguyện hứng thú hoạt động của trẻ.

+ Đảm bảo việc thực hiện kế hoạch chung của trường, lớp trong thời gian TN.

+ Phải tính đến điều kiện tổ chức hoạt động.

- *Quy trình tổ chức thực nghiệm*

+ Giai đoạn 1: Đánh giá sơ bộ tình hình ban đầu nhằm chuẩn bị kế hoạch TN, chúng tôi dự giờ tổ chức HĐNT của lớp TN và ĐC trong điều kiện bình thường. Đo đầu vào trước TN.

+ Giai đoạn 2: Triển khai mục đích, nội dung, kế hoạch TN với GV của hai lớp TN và ĐC.

+ Giai đoạn 3: Triển khai kế hoạch TN.

+ Giai đoạn 4: Đánh giá kết quả TN: đo đầu ra sau TN, xử lí kết quả TN, kết luận về TN.

- *Điều kiện thực nghiệm:* Chúng tôi tổ chức triển khai 02 nhóm (2 & 3) BP tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ tại lớp TN trong điều kiện bình thường. GV của hai lớp TN và ĐC đều tốt nghiệp Cao đẳng và Đại học Sư phạm MN và đã dạy trẻ liên tục 5 năm trở lên. Trẻ của hai nhóm TN và ĐC được chọn ngẫu nhiên ở trong lớp.

- *Lập kế hoạch thực nghiệm:* Lớp ĐC: GV tổ chức HĐNT theo kế hoạch HĐ của trường, của lớp đã đề ra trước. Lớp TN: GV tổ chức HĐ theo nội dung, yêu cầu của chương trình TN đã đề xuất. Trong quá trình triển khai, chúng tôi phối hợp cùng GV thực hiện.

- *Tiến hành thực nghiệm:*

+ Đo đầu vào trước TN: để ĐG MĐ phát triển TCTL và khả năng VĐ của trẻ trước TN, chúng tôi tiến hành đo đầu vào trước TN đối với 60 trẻ của hai lớp TN và ĐC thông qua 5 nhóm BTVĐ với 8 VĐ cụ thể dựa trên các tiêu chí đánh giá ở bảng 3.

+ Các nhóm BP TN được tiến hành theo kế hoạch chi tiết bao gồm: lịch TN, nội dung HĐNT và kế hoạch cụ thể cho từng buổi HĐNT.

+ Sau thời gian TN, chúng tôi tiếp tục tiến hành đo đầu ra đối với 60 trẻ ở hai nhóm TN và ĐC với tiêu chí đã sử dụng khi đo đầu vào.

+ Kiểm tra kết quả đầu ra sau TN, xử lí kết quả, kết luận về vấn đề TN.

2.2.6. Kết quả thực nghiệm

Bảng 4. Kết quả đo mức độ phát triển TCTL trước TN của trẻ 2 lớp TN và ĐC

Nhóm VĐ / Tên lớp	Nhóm VĐ1	Nhóm VĐ2	Nhóm VĐ3	Nhóm VĐ4	Nhóm VĐ5	Trung bình cộng của 5 nhóm
TN	**1,86**	**1,90**	**1,83**	**1,88**	**1,88**	**1,86**
ĐC	1,93	1,86	1,83	1,80	1,83	1,85

Bảng 4 cho thấy, kết quả đo được của trẻ trước TN ở cả hai lớp TN và ĐC tương đương nhau và tập trung ở MĐ trung bình. Tuy nhiên, có sự khác nhau về kết quả đo được giữa các nhóm VĐ ở cả hai lớp, đó là sự phát triển sức nhanh và mạnh thuộc nhóm VĐ1 & VĐ2. Nếu lớp ĐC chiếm ưu thế hơn về sức nhanh, thì nhóm TN lại là sức mạnh. Các nhóm còn lại ở hai lớp không có sự chênh lệch đáng kể nào. Ngoài ra, qua quan sát thì cả hai lớp còn có khoảng gần 30% số trẻ còn phản xạ chậm với các hiệu lệnh, chưa nắm chắc KNVĐ cơ bản, thực hiện vận động còn rời rạc, chưa có sự liên kết giữa các giai đoạn của một vận động, chưa huy động được sức nhanh, sức mạnh của cơ thể, chưa thực sự khéo léo.

Bảng 5 cho thấy có sự thay đổi MĐ phát triển TCTL của trẻ sau TN của hai lớp TN và ĐC. Lớp ĐC có tỉ lệ trẻ đạt ở MĐ1 có tăng và tỉ lệ trẻ đạt MĐ3 giảm xuống nhưng không đáng kể. MĐ phát triển TCTL của trẻ ở lớp ĐC tập trung chủ yếu ở MĐ2. Trong khi đó, tỉ lệ trẻ ở lớp TN tập trung nhiều ở MĐ1. Đánh giá từng nhóm VĐ ở cả hai lớp cho thấy, *sức nhanh*: lớp TN và ĐC không còn tương đương như kết quả trước TN.

Bảng 5. ***Kết quả đo mức độ phát triển TCTL sau TN của trẻ hai lớp TN và ĐC***

TÊN LỚP		NHÓM VĐ 1			NHÓM VĐ 2			NHÓM VĐ 3			NHÓM VĐ 4			NHÓM VĐ 5		
		MĐ1	MĐ2	MĐ3	MĐ1	MĐ2	MĐ3	MĐ1	MĐ2	MĐ3	MĐ1	MĐ2	MĐ3	MĐ1	MĐ2	MĐ3
LỚP TN	N	21	6	3	18	12	0	12	15	3	22	7	1	22	7	1
	%	70	20	1	60	40	0	40	50	10	73,33	23,34	3,33	73,33	23,34	3,33
	$\overline{X}$	**2,60**			**2,41**			**2,3**			**2,53**			**2,53**		
	%	**2,47**														
		MĐ1: 63,4%; MĐ2: 31,3%; MĐ3: 5,3%														
LỚP ĐC	N	5	23	2	7	22	1	1	24	5	6	22	2	3	25	**2**
	%	16,67	76,66	6,67	23,34	73,33	3,33	3,33	80	16,67	20	73,33	6,67	10	83,33	**6,67**
	$\overline{X}$	**2,1**			**1,91**			**1,86**			**1,9**			**1,88**		
	%	**1,93**														
		MĐ1: 14%; MĐ2: 77,3%; MĐ3: 8,7%														

Lớp ĐC kết quả cao nhất tập trung ở MĐ trung bình: 76, 66%; MĐ cao có tăng lên nhưng chỉ đạt 16,67%; MĐ thấp vẫn còn 6,67%. Tỉ lệ này chỉ nhỉnh hơn chút ít so với tỉ lệ các MĐ đạt được trước TN. Trong khi đó, ở lớp TN tỉ lệ trẻ đạt MĐ cao tăng lên đáng kể, đạt 70%. Đối chiếu với tiêu chí và kết hợp quan sát thực tế, chúng tôi thấy, sau TN trẻ ở lớp TN có tiến bộ hơn hẳn về khả năng thực hiện KNVĐ, thành tích được nâng lên đáng kể. Ở lớp ĐC, so với trước TN cũng có sự thay đổi nhưng không đáng kể, số trẻ tiến bộ về KNVĐ không nhiều, vẫn còn nhiều trẻ phối hợp VĐ chưa thuần thục giữa các giai đoạn của bài tập VĐ. *Nhóm sức mạnh*: sự tiến bộ của trẻ sau TN có diễn ra ở cả 2 lớp TN và ĐC, nhưng chỉ có sự thay đổi nhiều ở lớp TN. Ở MĐ cao, trẻ lớp ĐC chỉ có 23,34%, trong khi đó trẻ ở lớp TN là 60%. *Nhóm sức bền*: đây là VĐ có yêu cầu kĩ năng tương đối phức tạp, do đó sự tiến bộ diễn ra chậm hơn so với các nhóm VĐ khác. Cụ thể, ở lớp TN trẻ đạt MĐ cao chỉ chiếm 40%. Tuy nhiên, kết quả đó vẫn cao hơn nhiều so với lớp ĐC, chỉ có 3,33%. *Nhóm khéo léo:* kết quả thực hiện bài tập của trẻ ở cả 2 lớp tăng. Tuy nhiên, ở lớp TN trẻ đạt MĐ cao là 73,33%, ở lớp ĐC chỉ có 20%. Quan sát thực tế trong TN, chúng tôi nhận thấy: ở VĐ làm đồ chơi trẻ được tham gia HĐ nhiều do phương tiện HĐ được đầu tư phong phú, trẻ HĐ tích cực hơn do đó điểm đạt chệnh lệch lớn giữa lớp TN và ĐC. Các sản phẩm khéo tay trẻ tham gia làm đã tăng cả về số lượng và chất lượng, trẻ biết làm nhiều loại đồ chơi từ giấy và nguyên vật liệu thiên nhiên, các sản phẩm làm đẹp hơn trước TN. Ở VĐ chuyền và bắt bóng trẻ tiến bộ nhiều. Ở lớp ĐC biểu hiện tiến bộ không rõ, kết quả đánh giá sau TN vẫn tập trung ở MĐ trung bình. *Nhóm sức mạnh và khéo* cũng có kết quả tương tự như các nhóm VĐ trước, Về KNVĐ ở lớp TN, trẻ thực hiện VĐ tương đối dễ dàng, khả năng thăng bằng của trẻ tiến bộ nhiều. Trong VĐ nhảy lò cò, số trẻ đạt ở MĐ cao tăng lên đáng kể. VĐ đi lùi trẻ đi một cách nhẹ nhàng, thoải mái hơn, không còn tình trạng 2 tay khép chặt vào 2 bên hông và quay mặt nhìn về phía sau nữa. Ở lớp ĐC, sự tiến bộ không rõ rệt, kết quả không cao.

Bảng 6. Điểm trung bình cộng (TBC) trước (Tr) & sau (S) TN của trẻ 2 lớp TN & ĐC

Nhóm VĐ / Tên lớp	VĐ1		VĐ2		VĐ3		VĐ4		VĐ5		TBC của5 nhóm		MĐ chênh lệch
	Tr	S	Tr	S	Tr	S	Tr	S	Tr	S	Tr	S	
TN	1,86	2,6	1,9	2,41	1,83	2,3	1,83	2,53	1,88	2,53	1,86	2,47	0,61
ĐC	1,91	2,1	1,86	1,91	1.83	1,86	1,8	1,9	1,83	1,88	1,85	1,93	0.08

Bảng 6 cho thấy, điểm TBC trước & sau TN của trẻ hai lớp TN & ĐC đều tăng, nhưng ở lớp TN mức độ tăng cao hơn so với trẻ ở lớp ĐC.

Bảng 7. Kiểm định giá trị TBC sau TN của lớp TN và ĐC [20]

NHÓM VẬN ĐỘNG	|t|	tα	P
1	**3,45**	2,66	<0.05
2	**3,85**	2,66	<0.05
3	**3,12**	2,66	<0.05
4	**4,9**	2,66	<0.05
5	**4,84**	2,66	<0.05

Nhìn vào kết quả ở Bảng 7, chúng ta thấy giá trị $|t| > t\alpha$ ở tất cả các nhóm VĐ, chứng tỏ các BP đề xuất có ý nghĩa. Qua quan sát trong quá trình ĐG, chúng tôi cũng ghi nhận được những thay đổi ở trẻ của lớp TN: trẻ thực hiện các bài tập VĐ một cách tự tin hơn, chủ động hơn, KNVĐ của trẻ tiến bộ rõ rệt, trẻ đã phối hợp nhịp nhàng các thao tác VĐ và giảm đi sự rời

rạc giữa các bước của một bài tập VĐ. Như vậy, nếu áp dụng các BP đã đề xuất sẽ góp phần nâng cao MĐ phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi.

3. Kết luận

Sau thời gian 8 tuần tiến hành TN, chúng tôi thấy rằng, khả năng VĐ của trẻ ở lớp TN có tiến bộ đáng kể. Nếu như trước TN, trẻ thường mắc các nhược điểm như: phản xạ chậm với các hiệu lệnh, chưa nắm chắc KNVĐ cơ bản, thực hiện vận động còn rời rạc, chưa có sự liên kết giữa các giai đoạn của một vận động, chưa huy động được sức nhanh, sức mạnh của cơ thể, chưa thực sự khéo léo… thì nay những nhược điểm đó đã giảm nhiều. Nhờ sự tác động của hai nhóm BP đề xuất, trẻ được vận động thường xuyên hơn, MĐ vận động được tăng lên do bổ sung các phương tiện, hình thức hoạt động phong phú, môi trường hoạt động được cải thiện, trẻ hứng thú và hoạt động tích cực hơn. Như vậy, hai nhóm BP đề xuất của chúng tôi đã có tính khả thi, và có thể dùng làm tài liệu tham khảo cho các GVMN trong việc tổ chức HĐNT nhằm phát triển TCTL cho trẻ 5-6 tuổi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1] Hà Nhật Thăng, Đào Thanh Âm, 1998. *Lịch sử giáo dục học.* Nxb Giáo dục

[2] Karyn Wellhousen 2002. Out door play, every day. *Delmar Thomson Learning,* pp. 2-17, 62-69, 153-158.

[3] A. U. Zapôrôjet, 1980. *Những cơ sở của giáo dục học trước tuổi học.* Nxb Matxcova, sách dịch.

[4] Lưu Tân, 2002. *Thể dục thể thao nhi đồng trước tuổi đi học.* Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội, tr. 66-96, 224-227.

[5] Lê Nam Trà (chủ biên), 2000. *Bài giảng nhi khoa,* Tập 1. Nxb Y học Hà Nội.

[6] Vũ Yến Khanh, Phạm Mai Chi, 1989. Tắm nắng ở nhà trẻ để phòng bệnh còi xương, Số 11. *Tạp chí nghiên cứu Giáo dục*.

[7] Nguyễn Ánh Tuyết, 1996. *Những điều cần biết về sự phát triển của trẻ thơ.* Nxb Giáo dục.

[8] Nguyễn Thị Ngọc Chúc, 2000. *Giáo dục học mẫu giáo.* Nxb Giáo dục.

[9] Đào Thanh Âm (chủ biên), 2004. *Giáo dục học mầm non.* Nxb Đại học Sư phạm, Hà Nội.

[10] Nguyễn Thị Châu, Nguyễn Thị Oanh, Trần Sinh, 2001. *Giáo dục học mầm non.* Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội.

[11] Đặng Hồng Phương, 9/2020. Thực trạng về tổ chức hoạt động ngoài trời cho trẻ ở trường mầm non. *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*, Số 224, kì 1, tr. 73-75.

[12] Bộ Giáo dục và Đào tạo, 1999. *Chiến lược giáo dục mầm non từ năm 1998 đến năm 2020*. Nxb Hà Nội.

[13] Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2020. *Chương trình giáo dục mầm non.* Nxb Giáo dục, tr. 34, 36-37; 72-77.

[14] Đặng Hồng Phương, 8/2020. Tổ chức hoạt động ngoài trời cho trẻ ở trường mầm non. *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*, Số 222, kì 1, tr. 84-85.

[15] Đặng Hồng Phương, 2021. Biện pháp tổ chức hoạt động ngoài trời nhằm phát triển tố chất thể lực cho trẻ 5-6 tuổi ở trường mầm non. *Tạp chí Khoa học trường Đại học Sư phạm Hà Nội*, Volume 66, Issue 4C, tr. 207-216.

[16] Đặng Hồng Phương, 2021, *Giáo trình lí luận và phương pháp giáo dục thể chất cho trẻ em lứa tuổi mầm non*. Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội, tr. 128-135,180-183, 221-223.

[17] Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2020. *Hướng dẫn thực hiện chương trình giáo dục mầm non mẫu giáo 5-6 tuổi*. Nxb Giáo dục.

[18] Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2010. *Thông tư Ban hành Quy định về Bộ chuẩn phát triển trẻ em năm tuổi.* Số 23/2010/TT-BGD ĐT. CÔNG BÁO/Số 487 + 488 ngày 12-8-2010.

[19] Nguyễn Toán và Phạm Danh Tốn, 2000. *Lý luận và phương pháp Thể dục thể thao.* Nxb Thể dục Thể thao Hà Nội.

[20] Hoàng Chúng, 1994. *Phương pháp thống kê toán học trong khoa học giáo dục*. Nxb Giáo dục.

ABSTRACT

Experimental measures organizing outdoor activities to develop physical qualities for children 5-6 years in preschool

Dang Hong Phuong

Faculty of Early Childhood Education, Hanoi National University of Education

From the research on the level of physical quality of 5-6-year-old children in some preschools in Hanoi and survey of teachers' perceptions of preschools of the province Ha Noi, Thai Binh, Nghe An and Lai Chau about organizing outdoor activities to develop physical quality for children 5-6 years old combined with the inherit the traditional methods, the authors suggest a number of measures to organize outdoor activities for children 5-6 years: group of management measures: increase time and add outdoor activities assessment in the preschool curriculum, increase facilities for outdoor activities; group of measures to supplement content: collecting, selecting the mobility game, planning overall and detailed plans and group of measures to organize implementation: creating suitable environment and various means to stimulate children to be active; training a system of mobility skills for children; assessing children in outdoor activities. Organization of work test and evaluate the effectiveness of outdoor activities organization measures to develop physical qualities for children 5-6 years as suggested.

Keywords: Outdoor activities, measures, movement skills, physical quality.