

SỞ GIÁO DỤC & ĐÀO TẠO HÀ NỘI



MÃ SKKN

SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM

“Một số biện pháp giúp học sinh khối 3 nâng cao hiệu quả môn nhảy dây”

Lĩnh vực / Môn : Thể dục

Cấp học : Tiểu học

NĂM HỌC: 2016 – 2017

MỤC LỤC

PHẦN I: ĐẶT VẤN ĐỀ.....	4
PHẦN II: GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ.....	5
I. Cơ sở lý luận.....	5
1. Cơ sở thực tiễn.....	5
2. Thực trạng.....	6
3. Biện pháp tiến hành.....	7
<i>*<u>Biện pháp 1</u>: Tổ chức cho học sinh nhiều trò chơi, kết hợp tổ chức các hoạt động dạy học phong phú, phù hợp với học sinh.....</i>	<i>7</i>
<i>*<u>Biện pháp 2</u>: Thiết kế nghiêm túc giáo án, chuẩn bị tốt các phương tiện đồ dùng dạy học và sáng tạo phần thưởng cho học sinh.....</i>	<i>8</i>
<i>*<u>Biện pháp 3</u>: Chuẩn bị các phương tiện đồ dùng dạy học.....</i>	<i>12</i>
<i>*<u>Biện pháp 4</u>: Sáng tạo phần thưởng cho học sinh.....</i>	<i>13</i>
<i>*<u>Biện pháp 5</u>: Không ngừng rèn luyện kỹ năng chuyên môn, trau dồi kiến thức.....</i>	<i>15</i>
4. Kết quả đạt được.....	15
PHẦN III. KẾT LUẬN – KHUYẾN NGHỊ.....	17

PHẦN I: ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong công cuộc đổi mới và xây dựng đất nước, Đảng và Nhà nước luôn đặt trọng tâm giáo dục là quốc sách hàng đầu. Giáo dục Tiểu học của nước ta đang thực hiện những đổi mới đồng bộ và toàn diện nhằm góp phần tạo những con người lao động tự chủ, năng động. Xuất phát từ thực tiễn giáo dục, môn Thể dục được coi trọng, thể hiện ở sự đầu tư của ngành giáo dục và đào tạo trong việc biên soạn, đổi mới sách giáo khoa và bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ cho giáo viên chuyên trách. Nhất là đối với những trường thuộc mô hình học 2 buổi/ ngày.

Nâng cao đức - trí - thể - mỹ cho con người là vấn đề vô cùng quan trọng trong sự nghiệp phát triển toàn diện của xã hội và tiền đề của những yếu tố đó là sức khỏe.

Nhận thức được việc rèn luyện cho học sinh có sức khỏe rất quan trọng. Vì vậy giáo dục Thể dục cần phải nâng cao chất lượng dạy học. Môn Thể dục nói chung và môn nhảy dây nói riêng là môn học không thể thiếu trong giáo dục toàn diện cho các em.

Từ những năm 2000 trở về trước, chất lượng giáo dục chưa phát triển theo kịp tiến độ khoa học kỹ thuật và nhu cầu ngày càng cao của xã hội.

Vì vậy Bộ giáo dục & đào tạo quyết định tiến hành đổi mới chương trình, phương pháp dạy và học môn Thể dục nói chung nhằm phát huy tính tích cực cho học sinh.

Từ thực trạng nêu trên, bản thân tôi chọn đề tài ***“Một số biện pháp giúp học sinh khối 3 nâng cao hiệu quả môn nhảy dây”*** để nghiên cứu, thực hiện.

PHẦN II: GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

1. Cơ sở lí luận.

Giáo dục thể chất là một hình thức giáo dục chuyên biệt cùng với các hoạt động giáo dục khác(đạo đức, thẩm mỹ..), góp phần giáo dục toàn diện cho thế hệ trẻ, thực hiện mục tiêu đào tạo của nhà trường phổ thông.Mục tiêu giáo dục thể chất trong nhà trường tiểu học nhằm góp phần bảo vệ sức khỏe, cung cấp những kiến thức cơ bản về vệ sinh cơ thể, môi trường,...hình thành thói quen tập luyện, biết thực hiện một số động tác cơ bản thể dục thể thao, trò chơi vận động,...tạo nên môi trường phát triển tự nhiên của trẻ em, gây được không khí vui tươi, lành mạnh, nhanh nhẹn, mạnh dạn, dũng cảm,...Thông qua giảng dạy thể dục bồi dưỡng cho học sinh những tư tưởng, tình cảm tốt đẹp theo”Năm điều Bác Hồ dạy”như “Yêu Tổ quốc, yêu đồng bào-Đoàn kết tốt-Khiêm tốn thật thà dũng cảm”và làm cho học sinh biết vận dụng những điều đó vào trong học tập, lao động và cuộc sống hàng ngày.Giáo dục thể chất trong nhà trường phổ thông còn góp phần bồi dưỡng nhân tài thể dục thể thao cho đất nước.Vậy để học sinh yêu thích và học tốt môn nhảy dây với vai trò là người giáo viên chuyên thể dục tôi luôn băn khoăn, suy nghĩ nhằm tìm ra các biện pháp hợp lý nhất để giảng dạy giúp cho các em học tốt hơn môn nhảy dây.

2. Cơ sở thực tiễn.

Việc đổi mới phương pháp dạy học là một vấn đề cần thiết trong quá trình giảng dạy nói chung, dạy môn Thể dục nói riêng. Giáo viên phải có sự đầu tư rất lớn để tìm ra phương pháp dạy học thích hợp, hiệu quả. Tuy nhiên đó không phải là vấn đề đơn giản mà mỗi chúng ta cần phải góp một phần công sức của mình để nâng cao hiệu quả giáo dục. Từ đó rút ra những kinh nghiệm cho bản thân để giảng dạy ngày càng tốt hơn.

- Đối với môn nhảy dây mà tôi giảng dạy, tôi nhận thấy các em nữ ham thích học môn này hơn các em nam bởi nhiều lý do: Các em xem môn Thể dục là môn phụ và chưa thật sự hiểu rõ tác dụng và lợi ích, cũng như môn nhảy dây.

- Học sinh khối 3 tuổi còn nhỏ nên ý thức luyện tập thể dục thể thao nói chung và môn nhảy dây nói riêng chưa cao.

- Việc dạy và học môn nhảy dây ở khối 3 trường Tiểu học chưa đạt kết quả cao có thể do học sinh chưa hứng thú. Chính vì những lý do nêu trên, tôi đã cố gắng tìm hiểu và nghiên cứu thực hiện đề tài.

** Mục đích nghiên cứu:*

Giúp học sinh khối 3 nâng cao hiệu quả môn nhảy dây

** Đối tượng nghiên cứu.*

Giờ dạy môn thể dục khối 3 trường Tiểu học.

** Phạm vi nghiên cứu:*

Học sinh lớp 3A,3B,3C,3D. Thời gian từ tuần học thứ 21 đến hết tuần học thứ 30.

** Phương pháp nghiên cứu:*

- Phương pháp giảng dạy môn thể dục khối 3.
- Phương pháp thực nghiệm sư phạm.
- Phương pháp quan sát sư phạm.
- Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu.

3. Thực trạng

- Trước đây trong chương trình phổ thông giáo viên còn chú trọng về chuyên môn cho học sinh mà không quan tâm đến sự hứng thú trong học tập cho các em.

- Phương pháp dạy học của giáo viên giảng giải, làm mẫu quá nhiều nên còn rất ít thời gian cho học sinh tập luyện không tạo tính tích cực cho các em tập luyện ở nhóm.

- Tiết học môn nhảy dây không có trò chơi vận động, không có hình thức thi đua từ đó không tạo hứng thú cho các em

- Học sinh vận động tập luyện ít không phát huy tính tích cực tốt, ngoài 2 tiết học ở trường các em về nhà không tập luyện thêm do đó chưa nâng cao kết quả học tập từ đó các em không ham thích học môn nhảy dây.

- Dụng cụ tập luyện đôi khi còn thiếu do các em quên, nhà thể chất còn bé cho nên chưa đáp đủ nhu cầu cho các em.

- Trang phục cho các em còn hạn chế như: Giày....Do đó không phục vụ tốt cho luyện tập môn nhảy dây.

- Học sinh Tiểu học đang tuổi ăn, tuổi chơi, các hoạt động vui chơi, học tập, đều mang tính chất trẻ con. Vì vậy chúng ta phải tạo cho các em mọi điều kiện vui chơi giải trí để các em ham thích. Từ đó các em có lòng tin ở bản thân mà cố gắng học tập, tạo nên thói quen luyện tập hàng ngày dần dần các em sẽ ham thích học môn nhảy dây.

4. Các biện pháp tiến hành

****Biện pháp 1: Tổ chức cho học sinh nhiều trò chơi, kết hợp tổ chức các hoạt động dạy học phong phú, phù hợp với học sinh.***

- Tổ chức cho học sinh chơi nhiều trò chơi.

Hầu hết các trò chơi vận động được sử dụng trong giáo dục thể chất ở trường Tiểu học đã mang sẵn tính mục đích một cách rõ ràng. Trong quá trình chơi, học sinh tiếp xúc với nhau, cá nhân phải hoàn thành nhiệm vụ của mình trước tập thể ở mức độ cao, tập thể có trách nhiệm động viên, giúp đỡ cá nhân hoàn thành nhiệm vụ của mình, vì vậy tình bạn, lòng nhân ái tinh thần tập thể, được hình thành. Cũng trong quá trình chơi, đã xây dựng cho học sinh tác phong khẩn trương, nhanh nhẹn, tính kỉ luật, sự sáng tạo, để hoàn thành nhiệm vụ với chất lượng cao góp phần giáo dục đạo đức và hình thành nhân cách cho học sinh.

Do vậy, giáo viên đã mạnh dạn linh hoạt trong việc tổ chức cho học sinh chơi nhiều trò chơi và chủ yếu chơi những trò chơi nghiêng về phát triển thể lực và phản xạ nhanh nhẹn cho học sinh.

Ví dụ:

Trò chơi: “Chạy tiếp sức” nhằm rèn luyện kĩ năng chạy, phát triển sức

nhanh, tinh thần khẩn trương và khả năng tập trung chú ý rất cao.

Trò chơi đuổi bắt: Nhằm rèn luyện kỹ năng chạy phát triển sức nhanh, giáo dục tính tự giác...

- *Tổ chức các hoạt động dạy học phong phú, phù hợp với đối tượng học sinh*

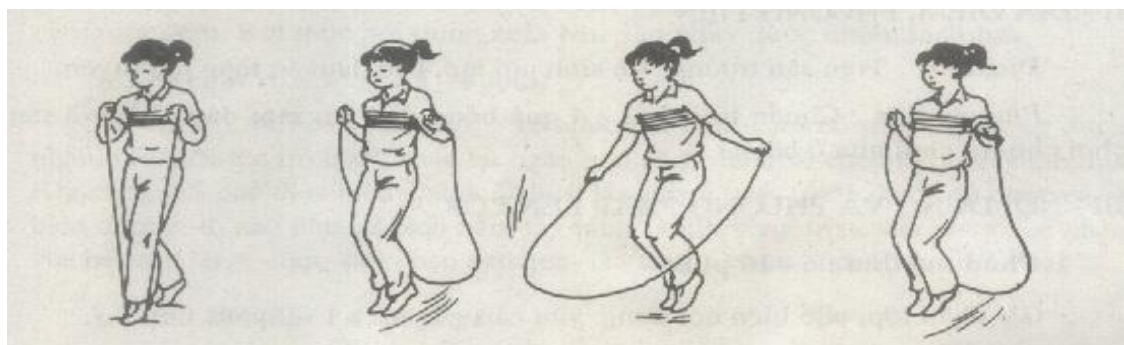
Ở giữa học kỳ II trong những chương trình học của môn thể dục lớp 3 thì có đến một nửa chương trình học sinh chủ yếu tập bài phát triển chung lớp 3. Tôi thấy thời gian tập bài thể dục của các em rất nhiều mà nội dung thì cứ lặp đi lặp lại. Chính vì vậy mà tôi mạnh dạn linh hoạt trong việc cải tiến nội dung và kết hợp việc tổ chức các hoạt động dạy học phong phú, phù hợp với học sinh bằng cách đẩy nội dung tập luyện thêm phần nhảy dây lên. Chủ yếu giáo viên cho các em tập luyện theo nhóm hoặc tổ. Và giáo viên hướng dẫn cho các em tập các nội dung tập nhảy dây và yêu cầu các tổ phải hoàn thành. Ngoài ra về phía bản thân mình thì tôi sẽ lên kế hoạch và cho cả lớp tập theo tập thể lớp, các em chưa hoàn thành kỹ thuật hoặc chưa thực hiện nhuần nhuyễn ngoài việc giáo viên chỉnh sửa ra còn có những học sinh thực hiện tốt hướng dẫn thêm.

**** Biện pháp 2: Thiết kế nghiêm túc giáo án, chuẩn bị tốt các phương tiện đồ dùng dạy học và sáng tạo phần thưởng cho học sinh.***

- *Thiết kế giáo án:*

Mỗi trang giáo án đều mang đậm nét tình cảm nghề nghiệp, thể hiện dấu ấn lao động nghiêm túc của người giáo viên có trách nhiệm. Sự chuẩn bị chu đáo và đầy đủ mang lại cho tôi sự tự tin, hứng thú và sự hiểu biết tường tận công việc sẽ thực hiện trên lớp, giúp tôi đủ sức, đủ bản lĩnh tổ chức tốt một tiết học nhẹ nhàng, tự nhiên và có chủ đích.

Để tiện cho việc nghiên cứu dưới đây là: Hình ảnh kỹ thuật nhảy dây kiểu chụm hai chân.



ách

nghiêm túc cho từng tiết dạy

Dưới đây là tiết dạy minh họa:

BÀI 45: ÔN NHẢY DÂY

I.MỤC TIÊU

1. Nội dung

- Củng cố và nâng cao kỹ năng động tác nhảy dây kiểu chụm 2 chân.
- Chơi trò chơi “Chuyền bóng tiếp sức”

2. Yêu cầu

a. Kiến thức

- Yêu cầu HS thực hiện động tác ở mức độ tương đối đúng, nhanh, nhịp nhàng, khéo léo.
- Yêu cầu HS biết cách chơi và chơi ở mức tương đối chủ động.
- HS phải giữ trật tự, ổn định lớp học, giờ học và làm theo sự hướng dẫn của GV.

b. Kỹ năng

- HS nắm được kỹ thuật và nâng cao được thành tích nhảy dây.
- Qua trò chơi rèn luyện cho các em tính khéo léo, nhanh nhẹn.

c. Thái độ - Hành vi


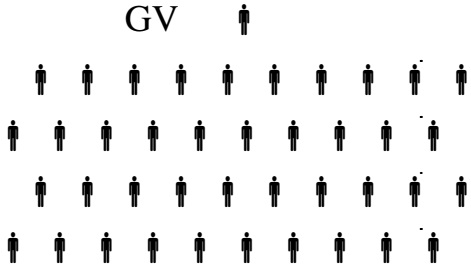
- HS nghiêm túc trật tự, tác phong nhanh nhẹn, tính tập thể cao

II. ĐỊA ĐIỂM – PHƯƠNG TIỆN:

- Địa điểm : Nhà thể chất.
- Phương tiện : Còi, dụng cụ, mỗi 1 HS một dây nhảy cá nhân, 04 bóng .

III. NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP LÊN LỚP:

Nội dung	ĐL		Phương pháp giảng dạy
	TG	SL	

Nội dung	ĐL		Phương pháp giảng dạy
	TG	SL	
<p>A. Mở đầu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tập trung lớp : Cán sự báo cáo sĩ số, trang phục, hô chúc GV “khỏe”. GV chúc HS “khỏe”. - GV phổ biến nội dung và yêu cầu bài học ngắn gọn, đầy đủ, chính xác và dễ hiểu. - Tập bài TD phát triển chung : 8 động tác. - Xoay cổ tay, cổ chân, xoay vai, cánh tay, đầu gối, hông. <p>- Trò chơi “Chim bay, cò bay”. GV nêu tên trò chơi.</p> <p>*. Kiểm tra bài cũ</p>	5-7'	<p>1L 2x8N</p> <p>2x8N</p> <p>1-2L</p> <p>1-2L</p>	<p>ĐH lên lớp 4 hàng ngang</p>  <p>ĐH hàng ngang so le, giãn cách 1 sải tay</p> <p>GV</p>  <ul style="list-style-type: none"> - CS điều khiển – GV quan sát yêu cầu HS tập đúng biên độ động tác. - GV điều khiển HS : con vật nào bay thì hô “bay” không biết bay đứng im. - GV gọi 3-5 HS lên thực hiện nhảy dây kiểu chụm 2 chân → GV nhận xét . <p>ĐH như khởi động GV (cán sự) điều khiển.</p>
<p>B. Cơ bản</p> <p>1. Nhảy dây cá nhân kiểu chụm 2 chân.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Tại chỗ tập so dây. + Tại chỗ trao dây, quay dây và vào 	20-23'	<p>1L</p> <p>2-3L</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cả lớp đồng loạt tập. - GV quan sát và sửa sai cho HS.

***Biện pháp 3: Chuẩn bị các phương tiện đồ dùng dạy học**

Căn cứ vào mục tiêu của các tiết dạy, tôi chuẩn bị đồ dùng mỗi học sinh một dây nhảy, bóng, một số ảnh các nhóm nhảy dây... sao cho phù hợp. Đồ dùng dạy học ở buổi học này không đòi hỏi quá cao siêu nhưng không thể thiếu và phải đảm bảo tính an toàn. Có như vậy mới cuốn hút, gây hứng thú học tập cho các em. Ví dụ: Đối với sau tập luyện có sự thi đua giữa các tổ...

*** Biện pháp 4: Sáng tạo phần thưởng cho học sinh**

Phần thưởng rất có tác dụng trong công tác giáo dục. Ngoài việc khích lệ tinh thần học tập và rèn luyện của học sinh còn tạo ra không khí thi đua sôi nổi trong lớp học, ở các tiết dạy này chủ yếu là tổ chức các hoạt động mang tính thi đua nhẹ nhàng, thoải mái. Sau mỗi cuộc thi tôi thường tổng kết tuyên dương trước lớp nhất là được tặng 1 phần thưởng để trao tặng ngay sau mỗi tiết học thì các em rất hứng thú. Vì vậy tôi đã sáng tạo một số phần thưởng như sau:

+ Phần thưởng trong các tiết học: Quả cầu chình, dây nhảy... với những phần thưởng này các em có thể tập luyện ở nhà hoặc những giờ ra chơi ở trường học.

+ Phần thưởng sau mỗi học kỳ: Sau mỗi học kỳ tổng kết số lượng phần thưởng của học sinh em nào đạt được nhiều giải thưởng trong các tiết học sẽ được trao giải đặc biệt của học kỳ và đề nghị được nhận thưởng cuối năm học.

Đề xuất của biện pháp : Mua phần thưởng và trao cho các em đạt được nhiều thành tích, đó là những em chăm chỉ học tập có nhiều thành tích, thể hiện tài năng ở nhiều mặt: đá bóng, đá cầu, chơi trò chơi, đồng diễn dành giải nhất, nhì... bài thể dục và những em đạt giải thưởng trong các cuộc thi “ Hội khỏe phù Đổng” cấp trường và các hoạt động thể thao do huyện và thành phố tổ chức.

*** Biện pháp 5: Không ngừng rèn luyện kỹ năng chuyên môn, trau dồi kiến thức.**

Để thực hiện tốt các biện pháp trên, ngoài giờ lên lớp tôi còn thường xuyên rèn luyện kỹ năng nhiệm vụ như: Luyện đọc, luyện nói, luyện tập các môn Thể dục

thể thao. Đồng thời học hỏi, tham khảo phương pháp dạy của đồng nghiệp và phương pháp dạy học một số nước khác. Tôi còn thường xuyên theo dõi các phương tiện thông tin đại chúng và tìm hiểu các môn thể dục Thể thao và sưu tầm tranh ảnh các cầu thủ, các vận động viên Thể dục thể thao để phục vụ cho quá trình giảng dạy.

Trên đây chỉ là một vài biện pháp nhằm dạy tốt môn thể dục mà tôi đã áp dụng và đem lại hiệu quả nhất định trong thực tế giảng dạy của mình. Các biện pháp này luôn được tôi sử dụng và kết hợp chặt chẽ. Nó có tác dụng hỗ trợ lẫn nhau, cùng hướng vào mục đích nâng cao chất lượng dạy và hiệu quả học môn thể dục nói chung và tăng cường thể dục nói riêng. Bởi vì, muốn sắp xếp được chương trình hợp lý trước hết người giáo viên cần nắm rõ nội dung của kế hoạch dạy học. Từ đó đề ra mục tiêu cho từng tiết dạy học và thể hiện thành những trang giáo án nghiêm túc. Bên cạnh đó, chuẩn bị tốt các phương tiện đồ dùng dạy học và sáng tạo phần thưởng cho học sinh giúp cho việc thực hiện các nội dung đa dự định một cách có hiệu quả. Biện pháp rèn luyện kỹ năng chuyên môn, nghiệp vụ nhằm hỗ trợ người giáo viên thực hiện tốt các biện pháp khác.

Tuy không nhiều, nhưng cũng đủ để chúng ta thấy rằng những cách tiếp cận với Thể dục thể thao đã được đơn giản hoá rất nhiều để phù hợp với trình độ nhận thức và học hỏi của học sinh. Theo tôi thì các biện pháp này hoàn toàn có khả năng ứng dụng trong điều kiện ở các trường Tiểu học của chúng ta hiện nay.

Tóm lại: Tuỳ từng nội dung, từng tiết dạy mà tôi thay đổi các hình thức dạy học khác nhau, tạo không khí học tập vui vẻ phát huy năng lực học sinh. Các em học tập được ở nhau những kỹ năng thể hiện, phát huy tinh thần đoàn kết qua hình thức dạy học theo nhóm. Bên cạnh đó, nhờ hình thức dạy học cá nhân tôi cũng phát hiện những em có năng khiếu từng mặt, từ đó có kế hoạch bồi dưỡng và tạo nguồn học sinh có năng khiếu và từ đó xây dựng các đội tuyển của trường tham dự các giải thi đấu do quận và thành phố tổ chức.

Đối với giáo viên:

- Ở nhà

+ Xác định mục tiêu bài học môn nhảy dây, nắm nội dung chính xác, xác định rõ mục tiêu yêu cầu bài dạy.

+ Giáo viên cần tham khảo, đọc thêm sách báo, xem đài để có những thông tin chính xác.

+ Chuẩn bị đồ dùng dạy học chu đáo, đẹp mắt để gây hứng thú cho các em.

+ Phải có kỹ năng nhảy dây khi lên lớp.

+ Tìm ra những trò chơi dân gian có thể thay thế những trò chơi trong sách để các em không nhàm chán vì phải chơi lại những trò chơi cũ.

- Ở lớp:

+ Giáo viên cần quan tâm đến tất cả các đối tượng học sinh, thường xuyên quan sát sửa sai cho các em.

+ Phần lý thuyết cần truyền thụ ngắn gọn, cần chú trọng vào nội dung chính, cần nhiều thời gian tập luyện.

+ Giáo viên tổ chức phân chia nhóm tập luyện đồng thời theo dõi các nhóm để giúp đỡ các em.

+ Tổ chức cho các em thi đua thường xuyên, gây hứng thú trong khi học.

+ Tổ chức trò chơi thường xuyên và cho các em chơi nhiều trò chơi mới lạ để tránh sự nhàm chán.

Đối với học sinh:

- Ở nhà:

+ Học sinh cần rèn luyện đúng theo qui tắc tập luyện, nghỉ ngơi hợp lý, tập vừa sức, liên tục. Phương pháp tập nhóm với học sinh gần nhà hoặc cá nhân, tự rèn luyện kỹ năng nhảy dây theo hướng dẫn của giáo viên.

- Ở lớp:

+ Học sinh tập trung chú ý nắm kiến thức kỹ năng nhảy dây.

+ Chấp hành nghiêm túc sự hướng dẫn tập luyện của giáo viên.

+ Học sinh tập luyện ở tổ nhóm phải biết sửa sai theo hướng dẫn của cán sự hay tổ trưởng.

5. Kết quả đạt được.

Với các biện pháp nêu trên, qua thời gian học vừa qua tôi đã đạt được kết quả khả quan thông qua bảng số liệu sau:

BẢNG 1: KẾT QUẢ KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ HỌC SINH TRƯỚC KHI SỬ DỤNG BIỆN PHÁP.

STT	LỚP	SỐ SỐ	HOÀN THÀNH TỐT	CHƯA HOÀN THÀNH
1	3A	61	19 = 31%	42 = 69%
2	3B	51	16 = 31%	35 = 69%
3	3C	45	12 = 27%	33 = 73%
4	3D	41	11 = 27%	30 = 73%

BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA ĐÁNH GIÁ HỌC SINH SAU KHI SỬ DỤNG BIỆN PHÁP.

STT	LỚP	SỐ SỐ	HOÀN THÀNH TỐT	CHƯA HOÀN THÀNH
1	3A	61	58 = 95%	3 = 5%
2	3B	51	50 = 98%	1 = 2%
3	3C	45	42 = 93%	3 = 7%
4	3D	41	39 = 95%	2 = 5%

Nhìn vào hai bảng số liệu trên ta có thể thấy sau khi áp dụng các biện pháp nêu trên như sau:

- Học sinh yêu thích học phân môn nhảy dây hơn: Không có học sinh nào không biết phối hợp kỹ thuật nhảy dây kiểu chụm hai chân trừ những học sinh khuyết tật ở các lớp.

- Khả năng nhảy dây của học sinh nâng cao, các em nhảy bén hơn cũng như có cách nhìn, cách nghĩ tích cực hơn.

- Kết quả của phân môn nhảy dây đã góp phần làm cho kết quả của môn Thể dục đạt khá cao.

Bài học kinh nghiệm

“Một số biện pháp giúp học sinh khối 3 nâng cao hiệu quả môn nhảy dây”

- Người giáo viên phải yêu nghề, luôn lấy giáo dục làm trọng tâm.
- Luôn luôn tìm tòi học hỏi rút ra kinh nghiệm để nâng cao tay nghề.
- Giáo viên phải nắm vững kiến thức cơ bản về chuyên môn nghiệp vụ, kỹ năng nhảy dây, yêu nghề mến trẻ.
- Quan tâm chăm sóc, giúp đỡ các em xem các em là người thân.
- Áp dụng phương pháp dạy phát huy tính tích cực.
- Vận dụng nhiều phương pháp dạy nhằm tạo tính tích cực, hứng thú cho các em.
- Tăng khối lượng vận động, thời gian luyện tập, khi dạy chương trình mới thì phải đổi mới phương pháp dạy cho phù hợp với nội dung chương trình, tránh sự lặp đi lặp phương pháp cũ học sinh dễ nhàm chán.
- Thường xuyên tổ chức thi đua ở các nhóm, tổ, tạo sự hứng thú cho các em.

PHẦN III: KẾT LUẬT - KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận

Như chúng ta đã biết, Thể dục là phân môn tổng hợp kiến thức của nhiều chủ đề khác nhau như: Đội hình đội ngũ, tư thế vận động cơ bản, nhảy dây.... Đặc biệt, nhảy dây góp phần quan trọng trong việc hình thành kỹ năng luyện tập Thể dục thể thao. Đối với tôi, việc thực hiện Sáng kiến kinh nghiệm này có một ý nghĩa quan trọng. Bởi, đây là một sáng kiến kinh nghiệm hết sức thiết thực, các biện pháp áp dụng phù hợp với mọi đối tượng học sinh lớp 3 và góp phần đáng kể để nâng cao hiệu quả dạy và học môn nhảy dây.

**** Khả năng ứng dụng, triển khai***

Sau thời gian áp dụng “*Một số biện pháp giúp học sinh khối 3 nâng cao hiệu quả môn nhảy dây*” kết quả đạt được có nhiều khả quan. Tôi thiết nghĩ đây là một tiến bộ đáng kể của các em đáng để chúng ta trân trọng. Vì lí do vậy, với đề tài này, tôi mong nhận được sự đóng góp nhiệt tình của bạn đồng nghiệp, BGH nhà trường và các cấp lãnh đạo để đề tài được hoàn thiện hơn, từ đó có thể triển khai và ứng dụng rộng rãi trong việc dạy thể dục nói chung và môn nhảy dây ở lớp 3 nói riêng.

2. Khuyến nghị

Phòng giáo dục và Đào tạo Thường xuyên tổ chức các chuyên đề và các lớp tập huấn chuyên sâu, để giáo viên cùng học hỏi, trao đổi kinh nghiệm, nâng cao trình độ chuyên môn.

Trên đây là một vài biện pháp mà tôi đã nghiên cứu và áp dụng để dạy tốt nhảy dây trong các tiết học của các em khối 3. Đề tài không tránh khỏi những tồn tại, thiếu sót, kính mong sự đóng góp ý kiến của cấp trên và các bạn đồng nghiệp để đề tài được hoàn thiện hơn.

Hà Nội, ngàytháng.....năm 2017

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

SÁCH THAM KHẢO

STT	TÊN SÁCH	TÊN TÁC GIẢ
1	Bồi dưỡng phương pháp giảng dạy môn thể dục	Đinh Phương Luyện
2	Sách giáo viên thể dục 3	Phạm Vĩnh Thông
3	100 trò chơi vận động cho học sinh tiểu học	Trần Đồng Lâm (chủ biên)