**I. MỞ ĐẦU**

**1. Lí do chọn đề tài:**

Giáo dục thể chất nói chung và môn học Thể dục nói riêng là một môn học cơ bản trong hệ thống giáo dục quốc dân, nhằm mục tiêu giáo dục con người mới phát triển toàn diện: Đức, Trí, Thể, Mỹ. Có đủ năng lực, phẩm chất và sức khoẻ. Điển hình trong phong trào tập luyện thể dục thể thao Bác Hồ đã từng nói: “Tự tôi ngày nào cũng tập”. Câu nói của Bác đã trở thành biểu trưng cho phong trào tích cực, tự giác tập luyện thể dục thể thao, nâng cao sức khoẻ. Thế hệ trẻ hôm nay ngoài trí tuệ còn phải có sức khoẻ: “Khoẻ để xây dựng và bảo vệ tổ quốc”. Chính vì vậy mà trong những năm gần đây môn học Thể dục đã được Đảng và Nhà nước quan tâm nhiều hơn, được đầu tư về trang thiết bị, đồ dùng dạy học. Các em được tập luyện thể dục thể thao ngay từ bậc Tiểu học, Với tinh thần “Học mà vui - vui mà học”. Các em đã hăng hái tập luyện thể dục thể thao trong các giờ chính khoá, cũng như các hoạt động ngoài giờ lên lớp, đem lại hiệu quả đáng kể trong việc nâng cao sức khoẻ, phát triển tâm sinh lý cho học sinh, như cha ông ta đã từng đúc kết: “Sức khoẻ là vốn quý nhất của con người”.

Từ xưa đến nay, con người đã biết tập luyện thể dục thể thao đê nâng cao sức khỏe và giúp con người ý thức hơn về cái đẹp, cái đáng quý của bản thân mình. Đó là vẻ đẹp của sức mạnh, vẻ đẹp của một tinh thần minh mẫn trong một cơ thể cường tráng, tạo niền tin, động lực cho chúng ta bước vào cuộc sống đầy ý nghĩa và tương lai mới ở phía trước.

Môn thể dục là một trong những bộ phận của nền giáo dục, có ảnh hưởng rất lớn tới các mặt giáo dục khác, có vị trí hết sức quan trọng trong việc chuẩn bị cho học sinh có đầy đủ khả năng, sức khỏe để tham gia vào cuộc sống sản xuất và bảo vệ tổ quốc. Trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo của Đảng và Nhà nước luôn quan tâm và coi trọng mục tiêu phát triển con người toàn diện, khảng định tầm quan trọng “ Phát triển giáo dục và đào tạo là động lực thúc đẩy sự nghiệp: Công nghiệp hóa-hiện đại hóa đất nước, là điều kiện phát huy nguồn nhân lực".

Với nhiệm vụ chính là nâng cao sức khỏe cho học sinh, môn thể dục ở Tiểu học đã góp phần quan trọng trong thực hiện mục tiêu giáo dục, là cấp học nền móng đặc biệt quan trọng để các em học lên ở các cấp học cao hơn, cũng như việc phát hiện và bồi dưỡng bước đầu các nhân tài thể thao cho đất nước.

Trước tình hình thực tế của trường tiểu học Thành Hưng, khi nói đến giờ Thể dục thì tất cả các em đều rất thích học, tích cực tập luyện. Chính vì vậy mà các em tiếp thu nhanh và thực hiện tốt các nội dung, yêu cầu tập luyện. Song bên cạnh đó trong một lớp học vẫn còn một bộ phận nhỏ học sinh do điều kiện sống của các em hay sự phát triển tâm lí còn chậm, chưa phù hợp với kiến thức, nội dung bài học hay tác phong chậm chạp, chưa nhạy bén, ý thức tự tin trong học tập môn thể dục còn hạn chế dẫn đến tiếp thu bài học còn thụ động khi thực hiện các trò chơi trong chương trình không đúng theo yêu cầu. Do đó trò chơi không mang tính hấp dẫn, lôi cuốn, đúng luật chơi.

Trong chương trình giảng dạy môn Thể dục lớp 4, nội dung giảng dạy trò chơi ***“Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ”*** là nội dung đòi hỏi sự phối hợp khéo léo, kĩ năng định hướng của học sinh. Đây là một trò chơi hay, bổ ích, thu hút được sự tập trung chú ý và có tác dụng tốt đến sức khoẻ cũng như kỹ năng phối hợp vận động của các em. Qua trò chơi này rèn luyện cho các em tinh thần đoàn kết, nâng cao khả năng phối hợp với nhau... Tuy nhiên, trong quá trình giảng dạy thực tế khi học sinh tham gia trò chơi tôi thấy một số em kĩ năng ném rổ còn hạn chế, sau khi chạy tư thế ném rổ vội vàng, chưa tĩnh tại, đặc biệt là các em nữ, nên chán nản, chưa ham thích chơi. Nguyên nhân do các em chưa có kỹ năng điều khiển được bóng, cảm giác bóng và định hướng không gian chưa tốt, ngoài ra một số em tay và cổ tay còn yếu nên không gập được cổ tay khi ném bóng. Chính vì vậy tôi đã tìm tòi, nghiên cứu và có một số biện pháp khắc phục tình trạng trên, làm cho các em tiếp thu nhanh, thực hiện đúng kỹ thuật động tác và đạt hiệu quả ném rổ cao qua sáng kiến ***“ Kinh nghiệm giảng dạy trò chơi chạy tiếp sức ném bóng vào rổ”****.* Với các biện pháp và giải pháp tổ chức giảng

dạy cụ thể tôi đã giúp các em tham gia tốt, chủ động, linh hoạt và tích cực hơn khi chơi trò chơi "Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ".

**2. Mục đích nghiên cứu:**

Qua thực tế giảng dạy môn thể dục ở Tiểu học tôi thấy học sinh rất yêu thích môn học này, khi đến giờ thể dục các em rất hồ hởi, phấn khởi. Chính vì vậy, khi giảng dạy tôi luôn tìm tòi, suy nghĩ, sử dụng các biện pháp, phương pháp phù hợp để làm sao các em tiếp thu tốt được bài, thực hiện tốt nội dung tập luyện, qua đó nâng cao hiệu quả giảng dạy và hứng thú tập luyện của học sinh. Cụ thể qua sáng kiến tôi muốn nâng cao khả năng phối hợp đồng đội, sức nhanh và kĩ năng ném rổ chính xác cho học sinh. Giúp các em tham gia trò chơi “Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ” một cách chủ động, nhanh nhen, linh hoạt và đạt hiệu quả giáo dục cao hơn.

**3. Đối tượng nghiên cứu:**

- Đối tượng nghiên cứu: Học sinh lớp 4A. Trường Tiểu học Thành Hưng.

- Nội dung nghiên cứu: Phương pháp giảng dạy trò chơi “Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ”.

**4. Phương pháp nghiên cứu:**

- Phương pháp tham khảo tài liệu: Sách giáo viên thể dục lớp 4, tâm lí lứa tuổi học sinh tiểu học, chuẩn kiến thức kĩ năng...

- Phương pháp nghiên cứu sản phẩm: Nghiên cứu kết quả thực hiện trò chơi “Chạy tiếp sức ném bóng vào rổ” của học sinh.

- Phương pháp phân tích tổng hợp.

- Phương pháp sử dụng lời nói: phổ biến cách chơi, luật chơi, giảng giải, hướng dẫn.

- Phương pháp trực quan:

+ Trực tiếp: Giáo viên làm mẫu động tác.

+ Gián tiếp: Cho xem tranh ảnh kĩ thuật.

- Phương pháp rèn luyện sức nhanh: Phát triển sức nhanh.

- Phương pháp tập luyện: Hình thành kĩ năng, kĩ xảo vận động và phát triển các tố chất vận động.

- Phương pháp trò chơi, thi đấu: Tổ chức chơi phân thắng thua, thưởng phạt để phát huy tối đa các tố chất vận động và kĩ năng, kĩ xảo của học sinh.

**II. NỘI DUNG SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM**

**1. Cơ sở lí luận của sáng kiến kinh nghiệm**

Như ta đã biết, sự hình thành và phát triển nhân cách của học sinh là một quá trình diễn ra dưới các tác động giáo dục và dạy học, được tổ chức và thực hiện ở trong nhà trường, gia đình và xã hội. Lứa tuổi học sinh tiểu học là một giai đoạn cụ thể tham gia vào quá trình xã hội hoá cá nhân với tư cách là một thành viên của xã hội. Trong đó hoạt động vui chơi là một nhu cầu không thể thiếu được đối với các em. Bởi nó cần thiết cho sự phát triển tâm lý, thể lực, nhân cách trẻ em. Tổ chức cho học sinh tiểu học tham gia vào các trò chơi có mục đích, có kế hoạch giữ vai trò to lớn trong thực hiện mục tiêu giáo dục của bậc học nói chung, mục tiêu phát triển nhân cách nói riêng. Ngày nay, trong công tác giáo dục nhân cách học sinh tiểu học trò chơi đã được đưa vào vận dụng trên phương diện là nội dung, là phương pháp dạy học. Trò chơi là phương tiện đồng thời cũng là con đường để trẻ lĩnh hội tri thức, khám phá thế giới xung quanh. Qua trò chơi, trẻ khám phá được bản thân, mối quan hệ với bố mẹ, bạn bè và thế giới xung quanh mình. Trong các trò chơi, hầu hết các em đều có bạn chơi, có thể là một hay nhiều bạn chơi, điều này sẽ giúp trẻ phát huy được tính tương tác xã hội, đồng thời cũng giúp cho trẻ trở nên độc lập hơn, có khả năng giải quyết vấn đề, phát huy tính tập trung và trí tưởng tượng. Các nhà khoa học đã kết luận rằng: “di truyền chỉ có thể quyết định các tiềm năng, nhưng chính môi trường và sự nuôi dưỡng mới có những tác động quan trọng đến trí thông minh của trẻ”.

Ở lứa tuổi học sinh Tiểu học các em rất hiếu động, yêu thích vận động, các hoạt động vui chơi, trò chơi, đặc biệt luôn hứng thú với những bài tập,

5