

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**Độc lập - Tự do - Hạnh phúc****BÁO CÁO TÓM TẮT SÁNG KIẾN****1. Tên sáng kiến**

Giải pháp nâng cao vấn đề nhận thức về vai trò của việc rèn luyện thể chất trong giới trẻ: Học sinh trung học cơ sở của Trường Thực hành Sư phạm.

2. Mục tiêu của sáng kiến

Nhằm trang bị cho học sinh trung học cơ sở của nhà trường có nhận thức đúng đắn về vai trò của việc rèn luyện thể chất. Rèn luyện thể chất có ý nghĩa to lớn đối với việc phát triển, bồi dưỡng nhân tố con người và giúp nâng cao thể lực, hoàn thiện các năng lực thể chất, phát triển trí lực, giáo dục nhân cách, đạo đức, xây dựng lối sống lành mạnh.

3. Mô tả nội dung sáng kiến (giải pháp)

- Tìm hiểu nguyên nhân các bạn học sinh chưa có sự quan tâm hoặc thiếu sự quan tâm đối với việc rèn luyện thể chất. Thực hiện các biện pháp để thu hút các em học sinh trung học cơ sở tham gia các môn ngoại khóa về thể chất cơ bản nhất.

- Xác định được lợi ích của của rèn luyện thể chất đối với học sinh. Đối với việc rèn luyện thể chất đem lại cho con người nhiều lợi ích mang tính chất thiết thực giống việc kiểm soát cân nặng, không để tình trạng thừa cân, béo phì, hạn chế các bệnh liên quan tới béo phì và cải thiện tình trạng sức khỏe, trí nhớ. Không chỉ vậy, việc luyện tập thường xuyên còn đem lại nhiều lợi ích, hiệu quả đối với việc ngăn ngừa các bệnh mạn tính như tim mạch, tiểu đường, huyết áp.

4. Phạm vi áp dụng

Sáng kiến được áp dụng trong phạm vi học sinh trung học cơ sở của Trường Thực hành Sư phạm.

5. Thời gian triển khai áp dụng tại đơn vị

Sáng kiến được áp dụng lần đầu cho năm học 2020 - 2021.

6. Hiệu quả của sáng kiến (giải pháp)

Số học sinh đăng ký học các lớp năng khiếu của trường

- Trước khi thực hiện

Năm học	Bóng đá	Cầu Lông	Bơi
2019 - 2020	80	20	114

- Sau khi thực hiện

Năm học	Bóng đá	Cầu Lông	Bơi
2020 - 2021	150	57	181

- **Giải pháp**

Sáng kiến sẽ hỗ trợ nhà trường và Thầy Cô Trường Thực hành Sư phạm:

- Xây dựng ý thức cho học sinh nhận thức đầy đủ về ý nghĩa và tầm quan trọng của giờ học giáo dục thể chất, đảm bảo hiệu quả giáo dục là nâng cao nhận thức vị trí, vai trò của việc tập luyện nâng cao sức khỏe, hình thành và nâng cao các kỹ năng vận động cơ bản, giáo dục toàn diện các tố chất vận động.

- Tìm ra nguyên nhân dẫn đến chưa đảm bảo chất lượng thể lực của học sinh, từ đó xây dựng nội dung học tập và tiêu chí đánh giá phù hợp nhằm kích thích tính rèn luyện của học sinh.

- Đảm bảo có kế hoạch xây dựng nhà tập, phòng tập thể dục thể thao, trồng cây xanh để lấy bóng mát cho sân tập ngoài trời...; mua sắm thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện.

- Hỗ trợ các học sinh béo phì, còi xương và nhận được sự đồng thuận của phụ huynh khi cho các em tham gia các môn thể thao ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực.

- Ghi nhận những khó khăn, kiến nghị của học sinh trung học cơ sở để có những hướng giải quyết mang tính thuyết phục và phù hợp nhất đối với mỗi đối tượng học sinh của Trường.

- Học sinh học tập và rèn luyện thể thao trong giờ thể dục tích cực và nghiêm túc hơn, nhiều em đăng ký học thêm ngoại khóa như môn bóng đá, cầu lông nhiều hơn.