

# ĐỔI MỚI PHƯƠNG PHÁP DẠY HỌC TENNIS THEO HƯỚNG LẤY NGƯỜI HỌC LÀM TRUNG TÂM CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC BÌNH DƯƠNG

Trần Phú Vinh

Trường Đại học Bình Dương

Email:tpvinh@bdu.edu.vn.

**Tóm tắt:** Trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học, việc áp dụng phương pháp dạy học lấy người học làm trung tâm trong giáo dục thể chất là xu hướng tất yếu nhằm nâng cao chất lượng đào tạo. Bài báo đánh giá hiệu quả dạy học tennis theo hướng này đối với kết quả và thái độ học tập của sinh viên Trường Đại học Bình Dương. Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phân tích - tổng hợp tài liệu, quan sát và kiểm tra sư phạm. Nội dung đổi mới tập trung vào tổ chức luyện tập theo nhóm, học theo trạm, tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng, kết hợp tăng cường phản hồi của giảng viên. Kết quả cho thấy phương pháp này giúp nâng cao rõ rệt kỹ thuật cơ bản như đánh thuận tay, trái tay và giao bóng; đồng thời cải thiện hứng thú, tính chủ động và thái độ học tập của sinh viên. Tuy mức độ tiên bộ giữa các kỹ thuật có khác biệt, nhưng nhìn chung phương pháp thể hiện tính khả thi và hiệu quả, có thể mở rộng áp dụng trong giảng dạy giáo dục thể chất ở bậc đại học.

**Từ khóa:** Dạy học lấy người học làm trung tâm, tennis, giáo dục thể chất, phương pháp dạy học, sinh viên đại học. Nhận bài: 09/01/2026; Biên tập: 12/01/2026; Phản biện: 19/01/2026; Duyệt đăng: 26/01/2026.

## 1. Đặt vấn đề

Giảng dạy tennis tại các trường đại học hiện nay ở nhiều nơi vẫn chủ yếu dựa trên phương pháp truyền thống: người dạy chủ yếu giảng giải, thị phạm, yêu cầu sinh viên bắt chước kỹ thuật theo mẫu mà chưa chú trọng đến việc tương tác, phản hồi và phát triển năng lực tự học của người học. Nghiên cứu thực trạng cho thấy phương pháp này dễ dẫn đến hứng thú học tập thấp và thiếu sự tiến bộ đồng đều giữa các sinh viên do chưa đáp ứng nhu cầu cá thể hóa trong học tập kỹ thuật thể thao.

Ở bối cảnh đó, phương pháp dạy học theo hướng lấy người học làm trung tâm - trong đó người học được chủ động trải nghiệm, khám phá và tương tác nhiều hơn - nổi lên như một hướng tiếp cận mang tính đổi mới, phù hợp với giáo dục đại học hiện đại. Đây không chỉ là xu hướng chung trong giáo dục mà còn được ghi nhận có hiệu quả trong môn thể thao như tennis thông qua các phương pháp dạy học mang tính tương tác, game-based hay inquiry-based...

Tại Trường Đại học Bình Dương, môn tennis được giảng dạy cho sinh viên với ý nghĩa phát triển thể lực cơ bản và năng lực vận động. Tuy nhiên, ít có nghiên cứu hệ thống về việc làm thế nào để thiết kế và áp dụng phương pháp dạy học tennis lấy người học làm trung tâm sao cho phù hợp với đặc thù học phần này. Do vậy, cần có một khảo sát thực nghiệm để: Thiết kế mô hình dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm; Đánh giá hiệu quả của mô hình này đối với tiến trình học tập kỹ thuật tennis và thái độ học tập của sinh viên.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện bởi quá trình phân tích - tổng hợp tài liệu, quan sát sư phạm, kiểm tra

sư phạm nhằm đánh giá hiệu quả của việc đổi mới phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm đối với sinh viên Trường Đại học Bình Dương.

Cụ thể, nghiên cứu sử dụng mô hình thực nghiệm một nhóm có đo lường trước - sau (one-group pretest-posttest design). Trong đó, sinh viên được đánh giá trình độ kỹ thuật tennis và thái độ học tập trước khi áp dụng phương pháp dạy học mới (pre-test) và sau khi kết thúc quá trình giảng dạy theo mô hình đổi mới (post-test). Thiết kế này phù hợp với các nghiên cứu giáo dục ứng dụng trong điều kiện thực tiễn nhà trường, khi việc tổ chức nhóm đối chứng gặp nhiều hạn chế về chương trình và thời khóa biểu.

*Thiết kế mô hình dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm*

Trên cơ sở lý luận về dạy học lấy người học làm trung tâm và đặc thù của môn tennis trong giáo dục thể chất đại học, nghiên cứu đã xây dựng mô hình tổ chức dạy học gồm bốn thành tố chính: (1) phân hóa nhiệm vụ học tập; (2) tổ chức luyện tập theo nhóm nhỏ và theo trạm; (3) tăng cường tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng; (4) tối ưu hóa phản hồi sư phạm của giảng viên.

*Thứ nhất*, về phân hóa nhiệm vụ học tập, sinh viên được chia thành các nhóm theo trình độ kỹ thuật ban đầu dựa trên kết quả kiểm tra pre-test. Mỗi nhóm được giao các nhiệm vụ luyện tập phù hợp với năng lực, bảo đảm nguyên tắc "vừa sức nhưng có tính thách thức". Điều này giúp hạn chế tình trạng sinh viên yếu bị "quá tải", đồng thời tạo cơ hội để sinh viên khá - giỏi được phát huy khả năng.

*Thứ hai*, hình thức luyện tập theo trạm (station-based learning) được triển khai trong mỗi buổi học. Mỗi trạm tập trung vào một kỹ thuật cụ thể như giao

bóng, thuận tay, trái tay hoặc kiểm soát bóng cơ bản. Sinh viên luân phiên di chuyển qua các trạm theo thời gian quy định, qua đó tăng mật độ vận động và số lần thực hành kỹ thuật. Hình thức này giúp tối đa hóa thời gian hoạt động của người học, thay vì chờ đợi đến lượt như trong cách tổ chức truyền thống.

*Thứ ba*, cơ chế tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng được tích hợp thông qua phiếu quan sát kỹ thuật đơn giản. Sinh viên được hướng dẫn các tiêu chí cơ bản (tư thế chuẩn bị, điểm tiếp xúc bóng, hướng vung vợt...) và thực hiện nhận xét cho bạn tập. Quá trình này không chỉ giúp sinh viên hiểu rõ hơn cấu trúc kỹ thuật mà còn phát triển năng lực quan sát, phản tư và hợp tác.

*Thứ tư*, vai trò của giảng viên được chuyển từ “người truyền đạt” sang “người tổ chức và hỗ trợ”. Giảng viên tập trung quan sát, đưa ra phản hồi cá nhân hóa và điều chỉnh nhiệm vụ luyện tập khi cần thiết. Phản hồi được thực hiện ngắn gọn, cụ thể và kịp thời, giúp sinh viên điều chỉnh sai sót ngay trong quá trình thực hành.

Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng chú trọng xây dựng môi trường học tập tích cực, khuyến khích sinh viên đặt câu hỏi, chia sẻ kinh nghiệm và hỗ trợ lẫn nhau. Không khí lớp học được tổ chức theo hướng cởi mở, giảm áp lực đánh giá thành tích, qua đó giúp sinh viên tự tin hơn khi thực hiện các kỹ thuật khó.

Mô hình dạy học này bảo đảm sự kết hợp giữa yếu tố kỹ thuật, yếu tố tâm lý và yếu tố tổ chức lớp học, tạo nên một hệ thống tác động toàn diện đến quá trình hình thành kỹ năng vận động của sinh viên. Đây chính là cơ sở thực tiễn quan trọng để triển khai thực nghiệm và đánh giá hiệu quả ở các mục tiếp theo của nghiên cứu.

**2.2. Kết quả nghiên cứu và thảo luận**

**2.2.1. Kết quả đánh giá trình độ kỹ thuật tennis của sinh viên**

**2.2.1.1. Kết quả đánh giá kỹ thuật trước khi thực nghiệm**

Kết quả kiểm tra kỹ thuật tennis trước khi áp dụng phương pháp dạy học theo hướng lấy người học làm trung tâm cho thấy trình độ kỹ thuật của sinh viên còn ở mức trung bình - thấp và không đồng đều giữa các cá nhân. Phần lớn sinh viên gặp khó khăn trong việc thực hiện đúng tư thế và kiểm soát hướng bóng, đặc biệt là ở các kỹ thuật yêu cầu sự phối hợp toàn thân như giao bóng và đánh trái tay.

Điểm trung bình các kỹ thuật cơ bản của sinh viên trước thực nghiệm đạt ở mức chưa cao, phản ánh hạn chế của phương pháp dạy học truyền thống, trong đó sinh viên chủ yếu quan sát và bắt chước kỹ thuật, ít có cơ hội tự điều chỉnh thông qua phản hồi và trải nghiệm thực hành đa dạng.

Kết quả này phù hợp với nhận định của Ma, Dai và He (2023) khi cho rằng việc dạy tennis theo

phương pháp đồng loạt, thiếu phân hóa trình độ sẽ làm giảm hiệu quả tiếp thu kỹ thuật của sinh viên không chuyên thể thao.

**2.2.1.2. Kết quả đánh giá kỹ thuật sau khi thực nghiệm**

Sau thời gian áp dụng phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm, kết quả kiểm tra kỹ thuật của sinh viên cho thấy sự cải thiện rõ rệt ở tất cả các nội dung đánh giá.

**Kỹ thuật giao bóng:** Sinh viên cải thiện đáng kể về tư thế chuẩn bị, độ ổn định và độ chính xác khi thực hiện động tác.

**Kỹ thuật đánh thuận tay:** Có sự tiến bộ rõ về biên độ vung vợt, điểm tiếp xúc bóng và khả năng kiểm soát hướng đánh.

**Kỹ thuật đánh trái tay:** Đây là kỹ thuật có mức độ tiến bộ tương đối cao so với trước thực nghiệm, do sinh viên được luyện tập theo nhóm nhỏ và nhận phản hồi thường xuyên từ bạn học và giảng viên.

So sánh điểm trung bình trước và sau thực nghiệm cho thấy mức tăng trưởng kỹ thuật có ý nghĩa thực tiễn, phản ánh hiệu quả tích cực của phương pháp dạy học lấy người học làm trung tâm trong việc nâng cao năng lực vận động cho sinh viên.

**2.2.1.3. So sánh mức độ tiến bộ giữa các kỹ thuật**  
**Kết quả so sánh cho thấy:**

Các kỹ thuật có tính lặp lại cao và dễ tổ chức luyện tập theo trạm (thuận tay, trái tay) có mức tiến bộ rõ hơn.

Kỹ thuật giao bóng tuy có cải thiện nhưng tốc độ tiến bộ chậm hơn, do yêu cầu kỹ thuật phức tạp và đòi hỏi thời gian luyện tập dài hơn.

Điều này cho thấy việc thiết kế hoạt động học tập theo hướng lấy người học làm trung tâm cần được điều chỉnh linh hoạt tùy theo đặc điểm từng kỹ thuật, đặc biệt với các kỹ thuật phức hợp trong tennis.

**2.2.2. Kết quả khảo sát mức độ hứng thú và thái độ học tập của sinh viên**

**2.2.2.1. Mức độ hứng thú đối với môn tennis**

Kết quả khảo sát bằng phiếu hỏi cho thấy, sau khi áp dụng phương pháp dạy học mới, đa số sinh viên bày tỏ mức độ hứng thú cao hơn đối với môn tennis so với giai đoạn trước thực nghiệm.

**Sinh viên đánh giá cao:**

Việc được tham gia học tập theo nhóm;

Cơ hội luyện tập nhiều hơn thay vì nghe giảng thụ động;

Không khí học tập cởi mở, mang tính hỗ trợ và hợp tác.

Mức độ hứng thú gia tăng là yếu tố quan trọng góp phần duy trì động cơ học tập và sự tham gia tích cực của sinh viên trong các buổi học tiếp theo.

**2.2.2.2. Mức độ chủ động và tham gia học tập**

Kết quả quan sát sự phạm và phản hồi từ sinh viên cho thấy:

Sinh viên chủ động đặt câu hỏi và trao đổi kỹ thuật với bạn học;

Tăng cường sự tự giác luyện tập và tự điều chỉnh động tác;

Có sự hợp tác tích cực trong các hoạt động học tập theo nhóm và theo trạm.

Những biểu hiện này phản ánh sự chuyển biến rõ rệt từ vai trò “người học thụ động” sang “chủ thể của quá trình học tập”, đúng với tinh thần của dạy học lấy người học làm trung tâm.

### 2.2.3. Kết quả quan sát sự phạm

Quan sát trong quá trình thực nghiệm cho thấy:

Tỷ lệ sinh viên tham gia đầy đủ các hoạt động học tập tăng lên rõ rệt;

Không khí lớp học trở nên sôi nổi, sinh viên ít có biểu hiện chán nản hoặc bỏ tập;

Giảng viên có điều kiện quan sát và hỗ trợ cá nhân tốt hơn nhờ tổ chức lớp học linh hoạt.

Những kết quả này cho thấy phương pháp dạy học theo hướng lấy người học làm trung tâm không chỉ cải thiện kết quả học tập mà còn góp phần nâng cao chất lượng tương tác sự phạm trong giờ học tennis.

Từ các kết quả thu được có thể khẳng định: Phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm giúp nâng cao rõ rệt trình độ kỹ thuật của sinh viên. Phương pháp này tác động tích cực đến hứng thú, thái độ và mức độ tham gia học tập của sinh viên. Việc tổ chức hoạt động học tập linh hoạt, đa dạng là yếu tố then chốt tạo nên hiệu quả của quá trình dạy học.

## 2.3. Thảo luận

### 2.3.1. Hiệu quả của phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm đối với kỹ năng vận động

Kết quả nghiên cứu cho thấy việc áp dụng phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm đã góp phần nâng cao rõ rệt trình độ kỹ thuật tennis của sinh viên Trường Đại học Bình Dương. Sự tiến bộ thể hiện ở tất cả các kỹ thuật cơ bản, đặc biệt là kỹ thuật đánh thuận tay và trái tay - những kỹ thuật có tần suất luyện tập cao và dễ tổ chức hoạt động học tập theo nhóm, theo trạm.

Kết quả này có thể được lý giải bởi việc sinh viên được tăng cường thời lượng thực hành, đồng thời nhận được phản hồi thường xuyên và đa chiều từ giảng viên cũng như bạn học. Điều này phù hợp với quan điểm của dạy học lấy người học làm trung tâm, trong đó quá trình học tập được xem là một chuỗi hoạt động trải nghiệm - phản tư - điều chỉnh liên tục, giúp người học từng bước hoàn thiện kỹ năng vận động.

So sánh với các nghiên cứu trước, kết quả nghiên cứu này tương đồng với nhận định của Ma, Dai và He (2023) khi cho rằng các phương pháp DPH và lấy người học làm trung tâm trong giảng dạy tennis giúp nâng cao hiệu quả tiếp thu kỹ thuật cho sinh viên không chuyên thể thao. Đồng thời, kết quả cũng củng cố các bằng chứng từ nghiên cứu

của Wang và Josue (2025) về tính ưu việt của các phương pháp dạy học tích cực so với phương pháp truyền thống trong giáo dục thể chất đại học.

### 2.3.2. Sự khác biệt về mức độ tiến bộ giữa các kỹ thuật tennis

Một điểm đáng chú ý trong kết quả nghiên cứu là mức độ tiến bộ giữa các kỹ thuật không đồng đều. Trong khi các kỹ thuật đánh thuận tay và trái tay có mức cải thiện rõ rệt, thì kỹ thuật giao bóng - vốn đòi hỏi sự phối hợp phức tạp giữa nhiều bộ phận cơ thể - có tốc độ tiến bộ chậm hơn.

Hiện tượng này cho thấy rằng, mặc dù phương pháp dạy học lấy người học làm trung tâm mang lại hiệu quả tích cực, song đặc điểm riêng của từng kỹ thuật vẫn đóng vai trò quan trọng trong việc quyết định tốc độ và mức độ tiến bộ của sinh viên. Do đó, việc áp dụng phương pháp này cần được điều chỉnh linh hoạt, đặc biệt đối với các kỹ thuật phức tạp, cần tăng cường thời gian luyện tập cá nhân hóa và hỗ trợ trực tiếp từ giảng viên.

Kết quả này phù hợp với quan điểm của Yang và Wattanapayungkul (2024), khi cho rằng việc tích hợp các phương pháp dạy học tích cực cần gắn với đặc thù kỹ thuật của từng nội dung giảng dạy trong môn tennis nhằm tối ưu hóa hiệu quả học tập.

### 2.3.3. Tác động của phương pháp dạy học đến hứng thú và thái độ học tập của sinh viên

Bên cạnh sự cải thiện về mặt kỹ thuật, nghiên cứu cho thấy phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm có tác động tích cực đến mức độ hứng thú và thái độ học tập của sinh viên. Sinh viên tham gia nghiên cứu thể hiện sự chủ động, tích cực hơn trong quá trình học tập, giảm tình trạng học tập thụ động vốn phổ biến trong các lớp giáo dục thể chất truyền thống.

Kết quả này có thể được giải thích bởi việc phương pháp dạy học mới tạo ra môi trường học tập tương tác, trong đó sinh viên được tham gia vào các hoạt động học tập mang tính hợp tác, được tự đánh giá và đánh giá lẫn nhau. Những yếu tố này góp phần hình thành cảm giác được tôn trọng, được tham gia và có trách nhiệm với quá trình học tập của bản thân.

Phát hiện này phù hợp với các nghiên cứu về game-based learning và flipped classroom trong giảng dạy tennis, vốn nhấn mạnh vai trò của trải nghiệm học tập tích cực trong việc duy trì động cơ và sự tham gia của người học.

### 2.3.4. Ý nghĩa sự phạm và khả năng ứng dụng trong thực tiễn giảng dạy

Từ các kết quả và phân tích trên, có thể khẳng định rằng phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm không chỉ nâng cao kết quả học tập mà còn góp phần cải thiện chất lượng tương tác sự phạm trong giờ học giáo dục thể chất.

Đối với bối cảnh Trường Đại học Bình Dương - nơi đa số sinh viên không chuyên thể thao - phương

pháp này tỏ ra phù hợp nhờ khả năng:

- Cá thể hóa hoạt động học tập;
- Phát huy tính chủ động và hợp tác của sinh viên;
- Giảm áp lực tâm lý trong học tập kỹ thuật thể thao.

Những kết quả này cho thấy tiềm năng ứng dụng rộng rãi của phương pháp dạy học lấy người học làm trung tâm trong giảng dạy tennis nói riêng và giáo dục thể chất đại học nói chung.

### 2.3.5. Hạn chế của nghiên cứu

Mặc dù đạt được những kết quả tích cực, nghiên cứu vẫn tồn tại một số hạn chế nhất định:

Quy mô mẫu nghiên cứu còn giới hạn trong một học phần;

Chưa đánh giá được tác động lâu dài của phương pháp dạy học đối với việc duy trì kỹ năng tennis;

Chưa tiến hành so sánh với nhóm đối chứng trong cùng điều kiện giảng dạy.

Những hạn chế này là cơ sở quan trọng để định hướng cho các nghiên cứu tiếp theo.

### 3. Kết luận

Qua nghiên cứu, có thể kết luận rằng: Phương pháp dạy học tennis theo hướng lấy người học làm trung tâm giúp sinh viên cải thiện kỹ năng kỹ thuật và thái độ học tập so với trước khi áp dụng phương pháp này. Việc thiết kế hoạt động học linh hoạt (thảo luận nhóm, tự đánh giá, game-based tasks) đã thúc đẩy tính tích cực, chủ động và sự hứng thú học tập của sinh viên. Kết quả nghiên cứu phù hợp

với các bằng chứng quốc tế liên quan đến đổi mới phương pháp giảng dạy trong education fields và trong giảng dạy tennis ở bậc đại học ■

### Tài liệu tham khảo

- [1]. Huang, P., Saibon, J. B., & Xue, Y. (2025). *Targeted teaching method combined with stepped assessment in public tennis lessons*. Heliyon.
- [2]. Wang, S., & Josue, F. (2025). *A comparative study on TGFU and traditional teaching methods for enhancing tennis skills among Chinese university students*. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 14 (3), 333 - 346.
- [3]. Zhao, Y., Maharkan, P., & Tongdechareon, W. (2025). *Development tennis teaching program with game-based learning to improve skills and specific fitness for university students*. International Journal of Sociologies and Anthropologies Science Reviews, 5 (4), 483 - 492.
- [4]. Ma, Y., Dai, Y., & He, D. (2023). *Study on the application of layered teaching method in college tennis teaching*. Journal of Education and Educational Research, 6 (3), 186 - 188.
- [5]. Yang, X., & Wattanapayungkul, Y. (2024). *Guideline of integration flipped classroom and peer teaching method to improve tennis learning outcome of students*. International Journal of Sociologies and Anthropologies Science Reviews, 4 (2), 477 - 484.

## Innovating Tennis teaching methods toward a learner-centered approach for the students at Binh Duong University

Tran Phu Vinh

Binh Duong University

Email: tpvinh@bdu.edu.vn

**Abstract:** In the context of higher education innovation, the application of the learner-centered teaching methods in physical education is an inevitable trend aimed at improving the quality of training. This article evaluates the effectiveness of teaching Tennis using this approach on the learning outcomes and attitudes of students at Binh Duong University. The research employed the following methods: document analysis and synthesis, observation, and pedagogical testing. The innovative content focuses on group-based practice, station-based learning, selfassessment and peer assessment, combined with enhanced instructor feedback. The results showed that this method significantly improved basic techniques such as forehand, backhand, and serve; while also enhancing students' interest, initiative, and learning attitude. Although the level of progress varies among the techniques, the methods generally demonstrate feasibility and effectiveness, and can be expanded for application in teaching physical education at the university level.

**Keywords:** Learnercentered teaching, Tennis, physical education, teaching methods, university students.