

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIẢNG DẠY KỸ THUẬT BƠI ÉCH CHO SINH VIÊN HỌC VIỆN TÀI CHÍNH

TS. Phạm Tuấn Hiệp¹

Tóm tắt: Việc đánh giá thực trạng công tác giảng dạy kỹ thuật trong bơi ếch cho sinh viên Học viện Tài chính nhằm xác định được nguyên nhân, hạn chế ảnh hưởng đến kết quả tập luyện kỹ thuật bơi ếch cũng như kết quả kiểm tra kết thúc môn học là hết sức cần thiết. Từ đó, làm cơ sở lựa chọn ra các bài tập bổ trợ ứng dụng vào quá trình giảng dạy để hoàn thiện kỹ thuật bơi ếch cho sinh viên Học viện, góp phần nâng cao hiệu quả giảng dạy - học tập kỹ thuật bơi ếch cho sinh viên trong chương trình giáo dục thể chất tại Học viện.

Từ khóa: Kỹ thuật; bơi ếch; sinh viên Học viện Tài chính.

Abstract: This study aims to assess the current state of technical instruction in breaststroke for students at the Academy of Finance. This assessment is crucial for identifying the underlying causes and limitations that impact the effectiveness of breaststroke technical training and the outcomes of end-of-course examinations. The findings will serve as a foundation for selecting appropriate supplementary exercises to integrate into the teaching process, thereby enhancing students' breaststroke technique. Ultimately, this will contribute to improving the overall efficiency of breaststroke instruction and learning within the physical education curriculum at the Academy.

Keywords: Technique; breaststroke; Academy of Finance students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bơi ếch là một trong bốn loại kiểu bơi phổ biến trên thế giới. Nó là sự phối hợp nhịp nhàng, uyển chuyển của tổ hợp động tác tay, chân chuyển động thân người và hơi thở, là kiểu bơi rất phổ biến, dễ học, dễ tập và phù hợp với tất cả các đối tượng. Bơi ếch là kiểu bơi có kỹ thuật các động tác khá phức tạp. Kỹ thuật động tác là một trong những yếu tố cơ bản quyết định đến thành tích của Bơi ếch, đóng vai trò trong việc tạo ra lực tiến đưa cơ thể tiến về phía trước. Động tác Bơi ếch hợp lý, đúng kỹ thuật sẽ có tác dụng rất lớn trong việc tạo ra hiệu quả của tốc độ bơi và giúp người tập tiết kiệm sức.

Trong quá trình giảng dạy, việc đánh giá thực trạng kỹ thuật động tác trong Bơi ếch cho sinh viên Học viện Tài chính (SV HVTC) nhằm xác định được nguyên nhân, hạn chế ảnh hưởng đến kết quả tập luyện kỹ thuật Bơi ếch cũng như kết quả kiểm tra kết thúc môn học là hết sức cần thiết. Từ đó, làm cơ sở lựa chọn ra các bài tập bổ trợ ứng dụng vào quá trình giảng dạy để hoàn thiện kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC. Góp phần nâng cao hiệu quả giảng dạy - học tập kỹ thuật Bơi ếch cho SV trong chương trình Giáo dục thể chất tại Học viện. Nội dung bài viết giới thiệu kết quả đánh giá thực trạng công tác giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn toạ đàm; toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng về kết quả học tập thực hành môn Bơi ếch của SV HVTC

Để giải quyết vấn đề này, trước hết nghiên cứu tiến hành khảo sát thực trạng học tập môn Bơi ếch, thành tích và kết quả đánh giá về kỹ thuật đối với SV các năm học 2023-2024 và 2024-2025. Kết quả khảo sát được như trình bày ở bảng 1 và bảng 2.

Từ kết quả thi được ở bảng 1 và 2 cho thấy:

- Kết quả học tập môn Bơi ếch của SV các năm học 2023-2024 và 2024-2025 còn thấp, số SV đạt kết quả học tập loại trung bình và loại kém chiếm tỷ lệ tương đối cao (từ 33.78% đến 57.92% đối với mức trung bình và 17.50% đến 30.00% đối với loại kém), số SV xếp loại khá và giỏi chiếm tỷ lệ thấp hơn (từ 24.158% đến 45.78%).

- Kết quả thực hiện kỹ thuật Bơi ếch cũng có kết quả tương tự. Trình độ kỹ thuật loại A đạt tỷ lệ thấp (từ 7.92% đến 19.56%), trình độ kỹ thuật đạt loại B và C chiếm tỷ lệ khá cao so với loại A (từ 16.25% đến 46.22% đối với loại B; từ 34.22% đến 75.83% đối với loại C).

2.2. Đánh giá thực trạng công tác giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC

Căn cứ vào chương trình, kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy - huấn luyện môn học Bơi ếch, đề tài đã tiến hành khảo sát thực trạng công tác giảng dạy môn học Bơi ếch cho SV HVTC trong 2 năm qua ở các mặt sau:

- Tỷ lệ thời gian giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch theo từng nội dung.

1: Học viện Tài chính.



- Tỷ lệ các bài tập chuyên môn và các bài tập hỗ trợ ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch thuộc các nhóm bài tập sau:

- + Nhóm 1: Bài tập chuyên môn.
- + Nhóm 2: Bài tập thể lực.
- + Nhóm 3: Bài tập hỗ trợ.

Bảng 1. Thực trạng chất lượng học tập thực hành môn Bơi ếch của SV qua các năm học 2023-2024 và 2024-2025

TT	Năm học	Giới tính	Kết quả học tập						Thành tích (s)
			Giỏi/Khá		Trung bình		Kém		
			<i>n</i>	Tỷ lệ %	<i>n</i>	Tỷ lệ %	<i>n</i>	Tỷ lệ %	
1	2023-2024	Nam (n = 64)	17	26.56	28	43.75	19	29.69	26.20
		Nữ (n = 240)	59	24.58	139	57.92	42	17.50	17.45
2	2024-2025	Nam (n = 60)	15	25.00	27	45.00	18	30.00	26.56
		Nữ (n = 225)	103	45.78	76	33.78	46	20.44	17.20

Bảng 2. Kết quả đánh giá kỹ thuật Bơi ếch của SV qua các năm học 2023-2024 và 2024-2025

TT	Năm học	Giới tính	Kết quả đánh giá thực hiện kỹ thuật						Điểm đạt (điểm)
			A		B		C		
			<i>n</i>	Tỷ lệ %	<i>n</i>	Tỷ lệ %	<i>n</i>	Tỷ lệ %	
1	2023-2024	Nam (n = 64)	9	14.06	19	29.69	36	56.25	6.90
		Nữ (n = 240)	19	7.92	39	16.25	182	75.83	7.15
2	2024-2025	Nam (n = 60)	7	11.67	18	29.00	36	60.00	7.20
		Nữ (n = 225)	44	19.56	104	46.22	77	34.22	6.85

Bảng 3. Tỷ lệ thời gian giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC

TT	Nội dung giảng dạy	Thời gian giảng dạy theo nội dung (giờ)	
		<i>n</i>	%
1	Kỹ thuật	36	64.29
2	Thể lực chung.	8	14.29
3	Thể lực chuyên môn.	12	21.43
4	Tổng	56	100.00

Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 3 và bảng 4.

Từ kết quả thu được ở bảng 3 và 4 cho thấy:

- Khi xem xét đến thời gian giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch cho đối tượng nghiên cứu cho thấy, tỷ lệ thời gian của các nội dung giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch không đều nhau, phần lớn thời gian được sử dụng cho giảng dạy kỹ thuật (36 giờ chiếm tỷ lệ 64.29%), riêng đối với tỷ lệ thời gian huấn luyện thể lực chung và chuyên môn có tỷ lệ thời gian ít hơn cả (chiếm tỷ lệ từ 14.29% đến 21.43%).

- Các bài tập chuyên môn giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch thuộc các nhóm bài tập như đã trình bày ở trên đã được hầu hết các giảng viên sử dụng trong quá trình giảng dạy - huấn luyện môn Bơi ếch cho SV các khoá của nhà trường.

- Hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch cho SV tại nhà trường chưa nhiều (từ 28 đến 32 bài tập). Đồng thời các bài tập được sử dụng trong giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch chưa có hệ thống và phân bố không đều ở các nhóm. Các bài tập được sử dụng nhiều nhất là ở nhóm 1 và nhóm 2 (nhóm bài tập chuyên môn và bài tập

Bảng 4. Thực trạng sử dụng các bài tập giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC

TT	Năm học	Số lượng các bài tập chuyên môn theo từng nhóm						Tổng
		Nhóm 1		Nhóm 2		Nhóm 3		
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	
1	2023-2024	15	46,88	11	34,38	6	18,75	32
2	2024-2025	11	39,29	9	32,14	8	28,57	28

**Bảng 5. Kết quả quan sát những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật Bơi ếch của SV HVTC
(n = 267)**

TT	Nội dung sai lầm thường mắc	Kết quả quan sát	
		<i>n</i>	Tỷ lệ %
1	Không thả lỏng cơ bắp.	169	63,30
2	Giữ yên đầu gối và bắp chân khi co chân.	98	36,70
3	Thở không đúng cách.	205	76,78
4	Đẩy bắp đùi lên cao phía trên hông.	114	42,70
5	Không đẩy nước bằng lòng bàn chân.	145	54,31
6	Khép chân không thẳng, không ép 2 lòng bàn chân vào nhau.	223	83,52
7	Ngược về phía trước khi ngoi lên lấy hơi.	189	70,79
8	Đập tay bắn nước và đẩy khép tay dưới bụng.	224	83,90
9	Không khép sát ngón tay	208	77,90
10	Động tác tay và chân không đúng nhịp	229	85,77

thể lực, từ 20 đến 26 bài chiếm tỷ lệ từ 71,43.46% đến 81.26%), ít nhất là ở các bài tập thuộc nhóm 3 - nhóm bài tập hỗ trợ (từ 6 đến 8 bài tập chiếm tỷ lệ từ 18.75% đến 28.57%).

Khi quan sát các khóa học qua 2 năm học tại HVTC cho thấy, việc tổ chức dạy giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch cho SV các khóa cùng một chương trình nội dung như nhau, số thời gian giành cho việc hình thành kỹ thuật là phù hợp, nhưng số lượng các bài tập và việc sử dụng các phương tiện trong tập luyện còn ít.

Bên cạnh đó, việc tiếp thu, lĩnh hội kỹ thuật của SV là không đồng đều. Có những SV tiếp thu chậm kỹ thuật động tác, có những bài tập chưa nắm vững được thì phải chuyển sang học động tác kỹ thuật khác nên việc thực hiện đúng kỹ thuật còn một số hạn chế.

Mặt khác phần lớn các giảng viên và huấn luyện viên thường chỉ quan tâm tới việc giảng dạy kỹ thuật động tác cơ bản, còn lại việc trang bị những nguyên lý kỹ thuật động tác thì ít quan tâm hơn. Điều này ảnh hưởng tới quá trình tập luyện sau này, cũng như ảnh hưởng tới hoàn thiện kỹ thuật động tác kỹ thuật.

2.3. Thực tiễn những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật Bơi ếch của SV HVTC

Bằng phương pháp quan sát sự phạm qua các giờ học của 267 SV, kết hợp với quá trình trao đổi mạn đàm với các giảng viên lâu năm trong và ngoài trường, đề tài đã xác định được một số sai lầm thường mắc trong quá trình học tập kỹ thuật Bơi ếch của SV, kết quả thu được như trình bày ở bảng 5.

Từ kết quả thu được ở bảng 5 cho thấy: Tỷ lệ SV mắc những sai lầm về kỹ thuật tương đối nhiều (từ 36.70% đến 85.77%). Đặc biệt là trong khi bơi không thả lỏng cơ bắp còn nhiều SV (chiếm 63,30%, thực hiện động tác thực hiện động tác thở không đúng cách (chiếm 76.78%). Ngoài ra việc đẩy bắt đùi lên cao phía trên hông (chiếm 42.70%), không đẩy nước bằng lòng bàn chân (chiếm 54.31%), thực hiện động tác khép chân không thẳng, không ép 2 lòng bàn chân vào nhau (chiếm 77.53%), ngược về phía trước khi ngoi lên lấy hơi, đập tay bắn nước và đẩy khép tay dưới bụng, không khép sát ngón tay, động tác tay và chân không đúng nhịp (chiếm tỷ lệ từ 70.79% đến 85.77%) đã ảnh hưởng không nhỏ đến thành tích Bơi ếch của đối tượng nghiên cứu.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu, chúng tôi có thể kết luận như sau:

- Vấn đề giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật Bơi ếch nói chung và vấn đề sử dụng các bài tập ứng dụng trong giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch nói riêng cho SV HVTC hiện nay chưa được các giảng viên, các nhà sư phạm quan tâm một cách đúng mức. Việc phân bố các nhóm bài tập trong giảng dạy kỹ thuật Bơi ếch cho SV không đồng đều, trong đó các bài tập hỗ trợ chuyên môn còn ít được các giảng viên sử dụng.

- Kết quả học tập - tập luyện môn Bơi ếch và trình độ kỹ thuật Bơi ếch của SV HVTC nhìn chung còn chưa đạt kết quả cao.

- Việc tiếp thu và thực hiện kỹ thuật Bơi ếch của đại đa số SV HVTC thông thường mắc sai lầm ở một số điểm sau:

- Không thả lỏng cơ bắp.
- Giữ yên đầu gối và bắt chân khi co chân.
- Thở không đúng cách.
- Đẩy bắt đùi lên cao phía trên hông.
- Không đẩy nước bằng lòng bàn chân.
- Khép chân không thẳng, không ép 2 lòng bàn chân vào nhau.
- Ngược về phía trước khi ngoi lên lấy hơi.
- Đập tay bắn nước và đẩy khép tay dưới bụng.
- Không khép sát ngón tay.
- Động tác tay và chân không đúng nhịp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hoàng Thị Thanh Hảo (2014), *Ứng dụng bài tập hỗ trợ chuyên môn trong quá trình giảng dạy Bơi ếch cho trẻ em 6 - 7 tuổi quận Cầu Giấy Hà Nội*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
2. Ngô Xuân Viên (2015), *Giáo trình Bơi thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2006), *Đo lường Thể thao*, Nxb Lao động - Xã hội, Hà Nội.
4. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2006), *Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: được trích từ đề tài: “Ứng dụng bài tập hỗ trợ nâng cao hiệu quả kỹ thuật Bơi ếch cho SV HVTC” - Đề tài khoa học công nghệ cấp cơ sở HVTC năm 2025.

Ngày nhận bài: 10/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.