

XÂY DỰNG NỘI DUNG MÔN CẦU LÔNG CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN HÓA THỂ THAO VÀ DU LỊCH THANH HÓA

TS. Trịnh Ngọc Trung¹

Tóm tắt: Nghiên cứu về việc xây dựng và ứng dụng nội dung môn cầu lông cho sinh viên không chuyên thể dục thể thao tại Trường Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa đã đạt được kết quả tích cực. Môn học được thiết kế hợp lý, phù hợp với đối tượng sinh viên và cơ sở vật chất của nhà trường, giúp sinh viên không chỉ cải thiện thể lực mà còn phát triển kỹ năng chơi cầu lông. Nội dung môn học kết hợp giữa lý thuyết và thực hành, tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên tham gia. Kết quả thực nghiệm ban đầu cho thấy hiệu quả rõ rệt, chứng tỏ tính khả thi và hiệu quả của nội dung môn học đối với sinh viên không chuyên thể dục thể thao.

Từ khóa: Nội dung, giáo dục thể chất, Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa.

Abstract: The study on the development and application of the content of badminton for non-physical education students at Thanh Hoa University of Culture, Sports and Tourism has yielded positive results. The course is designed appropriately, suited to the students and the university's facilities, helping students not only improve their physical fitness but also develop badminton skills. The curriculum combines theory and practice, providing favorable conditions for student participation. The initial experimental results show significant effectiveness, proving the feasibility and effectiveness of the course content for non-physical education students.

Keywords: Content, physical education, Thanh Hoa University of Culture, Sports and Tourism.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hiện nay, Trường Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa đang triển khai chương trình Giáo dục thể chất (GDTC) theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, cụ thể là Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ban hành ngày 14/10/2015. GDTC trong nhà trường đóng vai trò quan trọng, góp phần thực hiện mục tiêu “Nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài”. Đây là nền tảng để mỗi công dân, đặc biệt là thế hệ trẻ, phát triển toàn diện về trí tuệ, thể chất, tinh thần và đạo đức. Trong bối cảnh yêu cầu về chất lượng nguồn nhân lực ngày càng cao, sức khỏe trở thành yếu tố then chốt. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020) đã ban hành Thông tư 48/2020/TT-BGDĐT vào ngày 31/12/2020, có hiệu lực từ ngày 15/2/2021, nhằm quy định chi tiết về việc tổ chức các hoạt động thể thao trong các cơ sở giáo dục, bao gồm các trường học. Thông tư này nhằm mục đích phát triển thể chất, nâng cao sức khỏe cho học sinh, sinh viên (SV), đồng thời khuyến khích các hoạt động thể thao trong môi trường học đường, các cơ sở giáo dục tăng cường các điều kiện cơ sở vật chất, đội ngũ giáo viên thể dục thể thao (TDTT), và thiết lập các chương trình tập luyện phù hợp với từng đối tượng học sinh, SV.

Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra vai trò quan trọng của môn Cầu lông đối với SV đại học. Các công trình như của Nguyễn Văn Hưng (2019) nhấn mạnh tác dụng tích cực của Cầu lông trong việc cải thiện sức khỏe tim mạch và sức bền cho SV. Trần Thị Lan (2021) tập trung vào việc phát triển kỹ thuật cơ bản như phát cầu, đập cầu, trong khi Phạm Thị Thu Hà (2022) chỉ ra rằng phương pháp huấn luyện kết hợp lý thuyết và thực hành giúp SV tiến bộ nhanh chóng. Các nghiên cứu khác cũng khẳng định Cầu lông không chỉ nâng cao thể lực mà còn giúp phát triển tính kỷ luật, sự phối hợp tay-mắt, và khả năng làm việc nhóm. Những công trình này đóng góp quan trọng vào việc xây dựng chương trình đào tạo thể chất cho SV tại các trường đại học thể thao.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn, tọa đàm; Thực nghiệm sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Nghiên cứu xây dựng nội dung giảng dạy môn Cầu lông cho SV Trường Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa

2.1.1. Nghiên cứu xây dựng nội dung chi tiết môn Cầu lông

Thông qua kết quả nghiên cứu lý thuyết và tham

khảo tài liệu, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn trực tiếp các giảng viên giảng dạy cũng như các nhà quản lý trong lĩnh vực TDTT về nội dung giảng dạy môn Cầu lông. Phỏng vấn được đánh giá theo ba mức: Rất phù hợp, phù hợp và không phù hợp. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Tất cả các nội dung được đưa ra lựa chọn khi xác định tiêu chí chi tiết cho môn thể thao đã chọn đều nhận được sự đồng thuận cao, phù hợp với các nghiên cứu lý luận thu thập từ tài liệu tham khảo. Tỷ lệ đồng ý trong các cuộc phỏng vấn dao động từ 91.7% đến 98.3%, cho thấy nội dung giảng dạy môn Cầu lông đã đề xuất được các giảng viên và nhà quản lý, chuyên gia đánh giá cao. Điều này khẳng định rằng các nội dung được lựa chọn là phù hợp và có thể xem là chuẩn mực cho môn học.

2.1.2. Thực nghiệm và đánh giá hiệu quả nội dung Cầu lông đã lựa chọn

Quá trình thực nghiệm được thực hiện với 25 SV (12 nam, 13 nữ) được chọn ngẫu nhiên từ khóa K2 và K3 của Trường Đại học Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thanh Hóa. Thực nghiệm nhằm đánh giá tác động của nội dung môn Cầu lông đến thể lực, kết

quả học tập và tinh thần tự giác của SV.

Trước khi thực nghiệm, SV được kiểm tra ban đầu để thu thập dữ liệu về thể lực. Sau đó, SV tiếp tục được kiểm tra theo phương pháp so sánh tự đối chiếu, giúp đánh giá sự thay đổi trước và sau thực nghiệm.

Đánh giá thể lực thông qua 6 test kiểm tra theo tiêu chuẩn của Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Thành tích học tập được đánh giá dựa trên điểm tổng kết cuối kỳ. Kết quả cho thấy SV nhóm thực nghiệm có sự cải thiện đáng kể về thể lực và kết quả học tập, khẳng định hiệu quả của chương trình giảng dạy Cầu lông. Kết quả kiểm tra lý thuyết và thực hành được tổng hợp và trình bày cụ thể trong bảng 2, 3 và biểu đồ 1.

Qua bảng 2, 3 và biểu đồ 1 cho thấy: Qua các bài kiểm tra thể lực được tiến hành trước và sau quá trình thực nghiệm, các nhóm nam và nữ SV đều có sự cải thiện rõ rệt về mặt thể chất. Mức độ cải thiện này được xác định có ý nghĩa thống kê, với giá trị t tính lớn hơn t bảng ở mức độ ý nghĩa $P < 0.05$, cho thấy hiệu quả rõ rệt của chương trình học môn Cầu lông trong việc nâng cao sức khỏe và khả năng thể

Bảng 1. Lựa chọn nội dung giảng dạy Cầu lông (n = 20)

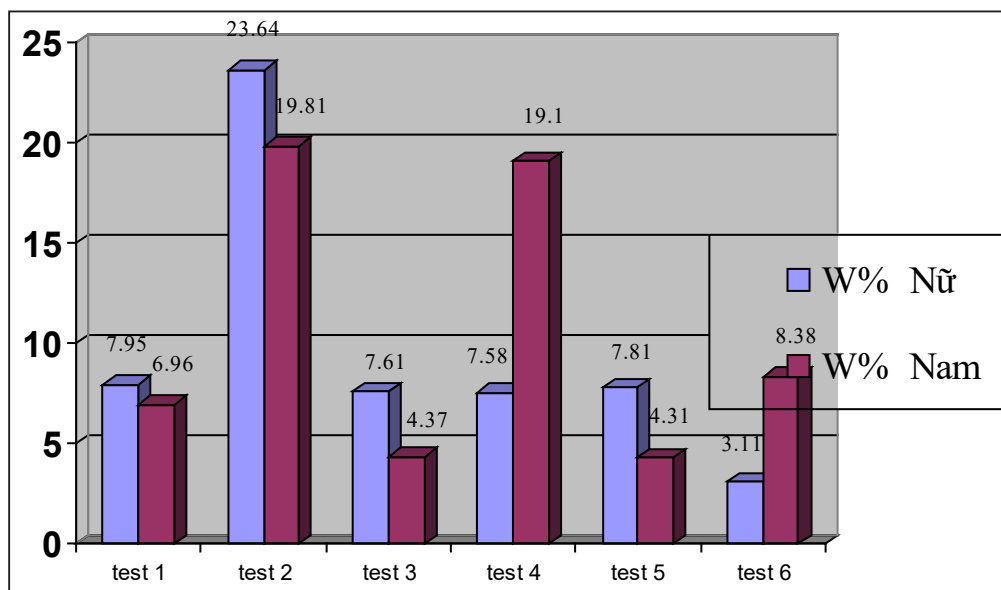
TT	Kiến thức cần trang bị	Kết quả phỏng vấn							
		Rất phù hợp (3 điểm)		Phù hợp (2 điểm)		Không phù hợp (1 điểm)		Tổng	
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm	Điểm	%
1	Lý thuyết								
2	Lịch sử phát triển	15	45	5	10	0	00	55	91.7
3	Nguyên lý kỹ thuật	18	54	2	4	0	00	58	96.7
4	Kỹ, chiến thuật thi đấu	18	54	2	4	0	00	58	96.7
5	Luật thi đấu	17	51	3	6	0	00	57	95.0
6	Thực hành kỹ thuật đánh Cầu lông								
7	Cách cầm vợt, cầu	16	48	4	8	0	00	56	93.3
8	Các tư thế chuẩn bị	18	54	2	4	0	00	58	96.7
9	Kỹ thuật phát cầu	17	51	3	6	0	00	57	95.0
10	Kỹ thuật đỡ phát cầu	19	57	1	2	0	00	59	98.3
11	Kỹ thuật đánh cầu cao sâu	19	57	1	2	0	00	59	98.3
12	Kỹ thuật đánh cầu thấp tay	15	45	5	10	0	00	55	91.7
13	Kỹ thuật bước di chuyển lên lưới	19	57	1	2	0	00	59	98.3
14	Kỹ thuật bước di chuyển lùi sau	17	51	3	6	0	00	57	95.0
15	Kỹ thuật bước di chuyển sang hai bên	15	45	5	10	0	00	55	91.7
16	Kỹ thuật bước di chuyển đánh cầu	18	54	2	4	0	00	58	96.7
17	Kỹ thuật phát cầu cao sâu cuối sân.	19	57	1	2	0	00	59	98.3
18	Chiến thuật đánh đơn, đôi	19	57	1	2	0	00	59	98.3

Bảng 2. Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu thể lực của lớp Cầu lông trước và sau thực nghiệm năm học 2023-2024 (n = 25)

TT	Test/ Đối tượng	Trước TN		Sau TN		Sự khác biệt thống kê		
		$\bar{x}_d$	$\pm d_d$	$\bar{x}_d$	$\pm d_d$	$t_{tính}$	P	$W\%$
<i>Nam</i>		<i>(n = 12)</i>		<i>(n = 12)</i>				
1	Lực bóp tay thuận (KG)	42.30	2.96	45.35	3.05	2.486	< 0.05	6.96
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	15.92	3.42	19.42	3.50	2.478	< 0.05	19.81
3	Bật xa tại chỗ (cm)	216.42	8.68	226.10	9.67	2.581	< 0.05	4.37
4	Chạy 30m XPC (s)	5.95	0.82	4.91	0.95	2.862	< 0.05	19.10
5	Chạy con thoi 4 x 10m(s)	12.45	0.67	11.93	0.53	2.132	< 0.05	4.31
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	934.30	80.52	1016.03	81.73	2.468	< 0.05	8.38
<i>Nữ</i>		<i>(n = 13)</i>		<i>(n = 13)</i>				
1	Lực bóp tay thuận (KG)	25.85	2.12	27.99	2.14	2.561	< 0.05	7.95
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	14.92	3.96	18.92	4.01	2.559	< 0.05	23.64
3	Bật xa tại chỗ (cm)	160.33	8.92	169.58	9.25	2.595	< 0.05	5.61
4	Chạy 30m XPC (s)	6.08	0.56	5.64	0.45	2.228	< 0.05	7.58
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.03	0.98	12.05	0.76	2.849	< 0.05	7.81
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	855.08	27.02	882.10	29.68	2.427	< 0.05	3.11

Bảng 3. Kết quả học tập của SV sau thực nghiệm môn Cầu lông

TT	Số SV	Lý thuyết									
		Xuất sắc (10)		Giỏi (8-9)		Khá (7)		TB (5-6)		Dưới TB (1-4)	
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	25	2	8.00	3	12.00	12	48.00	8	32.00	0	%
Thực hành											
2	25	3	12.00	4	16.00	13	52.00	5	20.00	0	0%


Biểu đồ 1. Nhịp tăng trưởng SV sau thực nghiệm môn Cầu lông

lực của SV. Mức độ cải thiện thể lực của nam SV dao động từ 4.31% đến 19.81%, trong khi nữ SV có sự cải thiện từ 3.11% đến 23.64%. Điều này chứng tỏ rằng nội dung môn học không chỉ phát huy tác dụng đối với thể chất mà còn có thể tạo ra sự thay đổi tích cực đối với thể lực của SV sau một học kỳ thực nghiệm.

Về kết quả học tập, thông qua bảng số liệu về điểm số của 25 SV tham gia thực nghiệm, bao gồm 12 nam và 13 nữ, chúng ta thấy rằng hầu hết SV đều đạt kết quả học tập tốt, đặc biệt là phần thực hành môn Cầu lông. Cụ thể, 12% SV đạt điểm giỏi và 48% đạt điểm khá trong phần lý thuyết, trong khi phần thực hành có 16% SV đạt điểm giỏi và 52% đạt điểm khá. Điều này cho thấy rằng SV có xu hướng thực hiện tốt hơn trong phần thực hành so với lý thuyết, điều này có thể phản ánh sự hứng thú và khả năng áp dụng kiến thức vào thực tế của SV. Sự hấp dẫn và hiệu quả của môn học Cầu lông được thể hiện qua việc không có SV nào đạt điểm dưới trung bình, chứng tỏ rằng nội dung học tập đã được tiếp thu và thực hiện hiệu quả. Sự thành công này không chỉ phản ánh chất lượng giảng dạy mà còn là minh chứng cho sự thu hút và khả năng tiếp nhận của SV đối với môn học, khẳng định tính thiết thực và hữu ích của chương trình đào tạo thể chất trong môi trường học đường.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu về nội dung môn Cầu lông tại Trường ĐH Văn hóa, Thể thao & Du lịch Thanh Hóa cho thấy những cải tiến tích cực trong xây dựng và đánh giá chương trình giảng dạy. Quá trình thực nghiệm được thực hiện khoa học, có sự tham gia của giảng viên và nhà quản lý, giúp xác định nội dung phù hợp với thực tiễn.

Nội dung môn học được thiết kế cân đối giữa lý thuyết và thực hành, đảm bảo tính pháp lý theo quy định Bộ GD&ĐT, giúp SV tiếp thu kiến thức sâu sắc và rèn luyện kỹ năng bài bản. Kết quả thực nghiệm cho thấy SV nhóm thử nghiệm có sự cải thiện thể lực đáng kể ($P < 0.05$), đồng thời kết quả học tập tăng rõ rệt. Điều này khẳng định hiệu quả của môn Cầu lông trong việc nâng cao thể chất và học tập, góp phần đổi mới phương pháp giảng dạy và đáp ứng xu hướng giáo dục hiện đại.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 Quy định về chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo đại học.*

2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), *Thông tư 48/2020/TT-BGDĐT ngày 31/12/2020, có hiệu lực từ ngày 15/2/2021, quy định về việc tổ chức hoạt động thể thao trong các cơ sở giáo dục, bao gồm trường học.*

3. Nghiên cứu của Nguyễn Văn Hưng (2019), *Ảnh hưởng của việc luyện tập Cầu lông đến sức khỏe tim mạch của SV đại học.* Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

4. PGS.TS Nguyễn Toán, TS. Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

5. Nghiên cứu của Trần Thị Lan (2021), *Phát triển kỹ năng cơ bản của môn Cầu lông cho SV đại học thể thao.* Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Nguồn bài báo: trích từ kết quả Luận án Tiến sĩ tại Viện khoa học TDTT, tên luận án “Nghiên cứu nội dung môn GDTC cho SV trường Đại học Văn hóa Thể thao và Du lịch Thanh Hóa”. Tác giả: Trịnh Ngọc Trung, bảo vệ năm 2017.

Ngày nhận bài: 21/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)