

Nghiên cứu lựa chọn một số biện pháp nhằm nâng cao kết quả học tập môn chuyên sâu cho sinh viên bóng ném trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

ThS. Đặng Hùng Linh; GV. Lại Thế Việt ■

TÓM TẮT:

Trên cơ sở tiến hành phân tích thực trạng học tập môn chuyên sâu cho sinh viên (SV) bóng ném của trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội (ĐHSP TDTT) trên các mặt: thực trạng tình hình sinh hoạt của SV chuyên sâu bóng ném (CSBN), thực trạng chương trình giảng dạy, thực trạng đội ngũ giảng viên giảng viên và cơ sở vật chất, thực trạng học tập chuyên môn; nghiên cứu lựa chọn được 05 biện pháp nâng cao kết quả học tập cho SV CSBN Trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

Từ khóa: Biện pháp, kết quả học tập, sinh viên, chuyên sâu bóng ném, Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

ABSTRACT:

On the basis of conducting an analysis of the situation of specialized learning for students Handball at Hanoi University of Education and Sports on the following aspects: Current situation of daily life of students the state of the curriculum, the status of teaching staff and facilities, the status of professional learning; researched and selected 05 measures to improve the learning outcomes for students specializing in handball at Hanoi University of Education and Sports.

Keywords: Measures, academic results, students, intensive handball, Hanoi University of Education and Sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện thi đấu bóng ném có tác dụng phát triển các tố chất vận động như: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo, khả năng phối hợp vận động và phát triển ý trí dũng cảm ngoan cường của bản thân. Hơn thế nữa, mang trong mình sự hấp dẫn vô cùng to lớn, hiện nay bóng ném đang từng bước thu hút đông đảo



(Ảnh minh họa)

mọi người tập luyện. Bóng ném là môn thể thao được đào tạo giáo viên giáo dục thể chất (GDTC) cho SV nhà trường.

Tuy nhiên thông qua theo dõi tìm hiểu quá trình học tập và thi đấu của SV CSBN học kỳ 1 và học kỳ 2 vừa qua chúng tôi nhận thấy kết quả học tập và thi đấu của các SV đạt được chưa cao do nhiều nguyên nhân như: đội ngũ giảng viên, cơ sở vật chất, chương trình tập luyện và bài tập... còn nhiều vấn đề cần được giải quyết và một trong những vấn đề quan trọng là việc vận dụng những biện pháp học tập như thế nào cho phù hợp để nâng cao kết quả học tập của SV CSBN trường ĐHSP TDTT Hà Nội là nhiệm vụ cần thiết.

Quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu tham khảo, quan sát sư phạm, phỏng vấn,

kiểm tra sự phạm, thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá thực trạng công tác giảng dạy CSBN cho SV Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội

Tiến hành đánh giá thực trạng công tác giảng dạy chuyên sâu bóng ném cho SV CSBN Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội thông qua quan sát sự phạm; phỏng vấn trực tiếp cán bộ, giáo viên giảng dạy Môn GDTC tại trường; phỏng vấn bằng phiếu hỏi với cán bộ quản lý, giáo viên, học sinh Nhà trường. Quá trình phỏng vấn được tiến hành trên 15 SV CSBN Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội và 20 cán bộ, giáo viên đã và đang làm công tác tổ chức, quản lý, giảng dạy tại Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội.

Kết quả cho thấy:

- Thực trạng tình hình sinh hoạt của SV CSBN trường đại học SP TĐTT Hà Nội cho thấy số lượng SV đăng ký ở ký túc xá là cao nhưng các em thường ở và sinh hoạt bên ngoài ký túc xá. Điều này gây ra những khó khăn trong việc thường xuyên quản lý SV, làm ảnh hưởng khá nhiều đến việc học tập, đặc biệt là tham gia tập luyện, rèn luyện thêm các môn thực hành khác, môn chuyên sâu của SV. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

- Thực trạng về chương trình giảng dạy cho thấy: Với cấu trúc chia ra 6 học phần tương đương 450 tiết học; có 4 học phần 75 tiết, 1 học phần 60 tiết và 1 học phần 90 tiết. Trong đó 380 tiết là thực hành và 70 tiết là lý thuyết. Chương trình mới cắt giảm đi nhiều về số lượng thời lượng giờ học như vậy cũng ảnh hưởng tới thời gian đứng lớp của các giảng viên, việc đứng

lớp ít hơn sẽ có tác động tới kinh nghiệm chuyên môn. Đó là một trong những yếu tố ảnh hưởng trực tiếp đến quá trình đào tạo trong giai đoạn hiện nay và tới đây.

- Thực trạng về giảng viên giảng dạy bóng ném và cơ sở vật chất: bộ môn có 5 giảng viên bóng ném đều có học vị thạc sỹ, có chuyên môn nghiệp vụ nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy tuy nhiên trong công tác hoạt động giảng dạy còn thiếu kinh nghiệm trong việc giảng dạy vì lớp chuyên sâu không có nhiều, cần nghiên cứu nhiều hơn về các tài liệu chuyên môn, đôi khi xử lý cứng nhắc, dập khuôn, có lúc lên lớp chưa tập trung; Về cơ sở vật chất: hiện nay nhà trường có 1 sân bóng ném, dụng cụ như bóng các loại, cầu môn, cọc, bóng nhồi, bảng bật... là đầy đủ đảm bảo cho công tác giảng dạy, huấn luyện, học tập cũng như rèn luyện của SV.

- Tìm hiểu nhận thức của SV chuyên sâu Bóng ném đối với việc học tập ngoại khoá. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: hầu hết các SV đều cho rằng giờ học ngoại khoá là rất cần thiết và cần thiết đối với bản thân cụ thể là 93,3% cho rằng là rất cần thiết, 6% là cần thiết. Không có cá nhân nào nhận thức giờ học ngoại khoá là không cần thiết. Thông qua bảng số liệu này chúng ta có thể thấy rằng đây là một tín hiệu đáng mừng cho một tương lai tốt đẹp sau này của SV CSBN.

- Tìm hiểu động cơ học tập ngoại khoá của SV chuyên sâu Bóng ném. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: hầu hết các SV đi ngoại khoá động cơ vì công việc sau khi ra trường (26,6%)

Bảng 1. Điều tra vấn đề chỗ ở của SV

Khoá/ Tổng số SV	K47/15		
	Ký túc xá	Ngoại trú	Tự ý ra ngoài ở
Nơi ở			
Số lượng	14	01	7
Tỷ lệ %	93%	6%	46%

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn về vấn đề nhận thức của SV đối với buổi học ngoại khoá (n = 15)

Số phiếu phát ra	Số phiếu thu về	Mức độ nhận thức		
		Rất cần thiết	Cần thiết	Không cần thiết
15	15			
Số lượng		14	1	0
Tỷ lệ %		93,3%	6%	0

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn về động cơ học tập ngoại khoá của SV chuyên sâu Bóng ném

Số phiếu phát ra	Số phiếu thu về	Các động cơ			
		Vì công việc sau khi ra trường	Vì kết quả học tập ở trường	Vì yêu thích môn thể thao này	Vì bạn bè rủ đi tập
15	15				
Số lượng		4	13	11	6
Tỷ lệ %		26,6	86,6	73	40

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn nội dung tập luyện ngoại khoá của SV CSBN (n = 15)

Số phiếu phát ra	Số phiếu thu về	Nội dung tập luyện				
		Tập kỹ thuật	Tập thể lực	Tập chiến thuật	Thi đấu	Tổng hợp
15	15					
Số người		5	2	3	5	7
Tỷ lệ %		33,3	13,3	20	33,3	46,6

và kết quả học tập ở trong trường (86,6%), yêu môn thể thao là 73% và 40% là bạn gọi rủ ra tập. Còn lại động cơ vì yêu thích môn Bóng ném thì đã chiếm tỷ lệ khá cao, lúc ban đầu khi vào học các em cảm thấy xa lạ và không hứng thú do chưa biết bóng ném là gì, do không đạt 2 nguyện vọng đăng ký chuyên sâu. Nhưng do lớp có sự giúp đỡ của giáo viên, của một số bạn là VĐV dẫn các em đã có sự thay đổi trong học tập, đặc biệt đã có nhiều hứng thú khi thi đấu. Còn động cơ vì bạn bè rủ đi tập chỉ chiếm một tỷ lệ nhỏ, đây là động cơ không bền vững.

- Tìm hiểu về nội dung tập luyện ngoại khoá của SV CSBN. Kết quả được trình bày tại bảng 4

Qua bảng 4 cho thấy: phần lớn số lượng SV đi tập luyện ngoại khoá là thi đấu và tập tổng hợp. Trong khi đó tỷ lệ số lượng SV tập các kỹ thuật và chiến thuật còn rất hạn chế chiếm 33,3% kỹ thuật, 20% chiến thuật. Theo chúng tôi đây là một trong những nguyên nhân chính dẫn đến việc có nhiều SV CSBN còn rất yếu hoặc chưa ổn định các kỹ thuật và chiến thuật cơ bản.

2.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao kết quả học tập cho SV CSBN Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội

Tiến hành lựa chọn biện pháp biện pháp nâng cao kết quả học tập cho SV chuyên sâu bóng ném Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội theo các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu
- Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các giáo viên trên cơ sở đánh giá thực trạng công tác giảng dạy CSBN của SV Nhà trường
- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi.

Kết quả lựa chọn được 05 biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khoá nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu. Cụ thể gồm:

Biện pháp 1. Nghiêm túc quán triệt, thường xuyên giáo dục SV tuân thủ quy định của Trường, bộ môn.

- Mục đích: phối hợp với phòng công tác học sinh SV(PCTHSSV), phòng đào tạo, ban chủ nhiệm SV, bộ môn bóng rổ-bóng ném... Nhằm giáo dục ý thức, nhận thức về tác phong, nề nếp của SV. Nâng cao nhịp độ học tập cho SV CSBN.

- Cách tổ chức tiến hành: Tập hợp cán bộ lớp phổ biến mục đích, yêu cầu của biện pháp, phối hợp với

PCTHSSV, phòng đào tạo, ban chủ nhiệm của trường để phân công địa điểm lớp chuyên sâu rèn luyện và học, học nhóm, tự học. Xây dựng các tổ trực ban phân công, đôn đốc, kiểm tra các tổ, lớp, chi đoàn, khoá, nhóm tự quản, hàng tháng có tổng kết. Cuối học kỳ và năm học có khen thưởng đối với cá nhân, tập thể thực hiện tốt nội dung này.

Bằng cách sử dụng những hình thức như quan tâm giáo dục động viên, khen thưởng, khiển trách cảnh cáo nghiêm khắc đối với những SV thường xuyên nghỉ học không phép, đi học muộn, có tác phong tinh thần thái độ học tập kém.

Chính vì vậy đi học với thái độ, ý thức, tích cực, đoàn kết là một điều kiện quan trọng để người tập có thể tiếp thu lĩnh hội bài học một cách tốt nhất.

Biện pháp 2. Tăng cường hơn nữa giờ học ngoại khoá dưới sự chỉ đạo của giảng viên.

- Mục đích: Tạo sân chơi bổ ích, nơi tập luyện cho SV CSBN theo thời gian biểu cụ thể và khoa học ngoài giờ học chính khóa. Đáp ứng nhu cầu tập luyện ngoại khóa của SV, giúp học sinh không phải tập luyện một cách tự phát, thiếu định hướng.

- Cách tổ chức tiến hành: Tham gia ngoại khóa khi lịch học trống, đoàn kết giúp đỡ nhau, đôn đốc động viên nhau ra tập luyện. Buổi sáng + Buổi chiều thời gian tập luyện từ 60 phút đến 120 phút.

Tham gia tập thể lớp với số lượng SV là 15/15. Kết hợp với các SV phổ tu yêu thích và các SV là VĐV tham gia tập bóng ném từ trước.

+ Tổ chức các buổi tập ngoài giờ học trên lớp cho SV vào chiều hàng tuần, thời gian mỗi buổi tập là 60 phút đến 120 phút.

+ Xây dựng kế hoạch tập luyện một cách cụ thể và khoa học, tránh để SV xao nhãng giờ học trên lớp.

+ Đối với những SV có ý thức tập luyện tốt sẽ có hình thức khen thưởng động viên như cộng thêm điểm khi thi kết thúc môn học.

Biện pháp 3. Tăng cường thi đấu ứng dụng trong các giờ học cũng như rèn luyện thêm và tham gia tập đội tuyển.

- Mục đích: Giúp người tập ngoài việc củng cố lại kỹ năng kỹ xảo của mình còn giúp người tập có thể tự đánh giá bản thân, biết mình còn yếu mặt nào để khắc phục, mạnh mặt nào để phát huy hơn nữa. mặt

khác tăng cường thi đấu ứng dụng còn tạo cho người học có được một tâm lý vững vàng, thể lực toàn diện để có thể tham gia các hoạt động khác.

- Cách tổ chức tiến hành: Tích cực tham gia thi đấu tập, với các yêu cầu giá trị thực tiễn sẽ nâng cao năng lực vận động cho các em. Với các giải trong trường thì tham gia công tác tổ chức, trọng tài, thi đấu để lựa chọn các em có năng lực tốt cho đội tuyển. Thi đấu giao hữu mời các đội bạn về trường thi đấu như đại học TDTT Bắc Ninh, đại học Thương Mại, đại học SPHN...

Tuyển chọn các em SV vào đội tuyển nam, nữ theo kế hoạch huấn luyện tập luyện thường niên đã trình. Như các buổi tập vào chiều thứ 3 và thứ 5 hàng tuần. Tuy nhiên theo yêu cầu cụ thể thì có thể tăng số buổi lên trong tuần để phục vụ cho việc nâng cao lựa chọn các yêu cầu về kỹ thuật, chiến thuật phục vụ cho thi đấu giải ngoài trường.

Thời gian tập luyện từ 90 phút đến 120 phút. Các kỹ thuật, bài tập, chiến thuật, thi đấu đã được lựa chọn và biên soạn theo giáo án.

Biện pháp 4. Nghiên cứu tài liệu, lý thuyết môn chuyên sâu theo nhóm.

- Mục đích: Nghiên cứu thêm lý thuyết chuyên sâu là một biện pháp giúp người học có thể hiểu sâu hơn nữa những gì mình đã tiếp thu ở trên lớp mặt khác còn làm sáng tạo thêm nguồn tri thức đó, có kiến thức rộng hơn về nhân sinh quan thể thao.

- Cách tổ chức tiến hành: theo chương trình và tiến trình thì có các giờ học lý thuyết được phân bổ như sau:

+ Lịch sử môn học, kỹ thuật và chiến thuật cơ bản và nâng cao.

+ Phương pháp giảng dạy.

+ Huấn luyện.

+ Luật, trọng tài, tổ chức thi đấu.

Mỗi nhóm phân ra các trưởng nhóm: 15 SV chuyên sâu sẽ phân ra 3 nhóm. Như vậy là số lượng

1 nhóm 5 người có nhiều sự hỗ trợ, giúp đỡ, tìm tòi, biên soạn, chất lọc, có những ý kiến cho nhau trong các vấn đề: Như phương pháp giảng dạy, sửa sai, luật, tình huống và xử lý...

Hàng tuần sẽ có 1 - 2 buổi các nhóm sẽ họp trao đổi về lý thuyết môn học chuyên sâu, các nguồn tài liệu mới cập nhật trên mạng hay liên đoàn bóng ném Việt Nam, thế giới.

Mỗi buổi sẽ kéo dài 45 phút đến 60 phút. Có tài liệu ghi chép, có các video clip minh họa..., có thảo luận nhóm và đánh giá thống nhất.

Biện pháp 5. Tăng cường tập luyện các bài tập thể lực nhằm phát triển các tố chất chuyên môn.

- Mục đích: Thông qua tập luyện các bài tập thể lực nhằm phát triển các tố chất chuyên môn: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo, khéo léo là một biện pháp không thể thiếu giúp người học có thể thi đấu học tập được tốt nhất.

- Cách tổ chức tiến hành: Hàng tuần sẽ có các bài tập thể lực được vận dụng trước, sau khi tập luyện kỹ, chiến thuật, thi đấu.

+ Thời gian: 10 phút đến 30 phút. Số lần tùy vào các bài tập.

+ Các bài tập di chuyển: Chạy bền 1500m-3000m; chạy xuất phát cao 30m, bật nhảy với tay chạm bảng, bật bụi, bật trên ghế, các bài di chuyển thang dóng, qua chướng ngại vật...

+ Các bài tập sức mạnh tay chân: Kéo dây chun, gánh tạ, ném bóng nhồi, ném bóng vào tường, ném xa trên ghế...

+ Các bài tập phối hợp chuyển đổi hành động (bài tập tổng hợp).

2.3. Kết quả thực nghiệm

Đánh giá kết quả thực nghiệm được tiến hành kiểm tra trình độ chuyên môn và kết quả thi lý thuyết của học sinh nhóm đối chứng và thực nghiệm bằng 04 test gồm:



(Ảnh minh họa)

Bảng 5. Kết quả kiểm tra học phần 2 trước thực nghiệm (n = 15)

Nội dung kiểm tra thực hành	Xuất sắc		Giỏi		Khá		Trung bình	
	SV	%	SV	%	SV	%	SV	%
Phối hợp hai người di động chuyển bắt bóng nhảy ném cầu môn (quả)	9	60	4	26	2	13	0	0
Ném bóng xa có đà (m)	8	53	4	26	3	20	0	0
Dẫn bóng vượt chướng ngại vật nhảy ném cầu môn (s)	10	66	5	33	0	0	0	0
Chạy : 4m - 6m -7m -9m -20m -40m (s)	8	53	4	26	3	20	0	0
Kết quả thi lý thuyết	Xuất sắc		Giỏi		Khá		Trung bình	
	SV	%	SV	%	SV	%	SV	%
Chuyên sâu bóng ném khóa 47	3	20	5	33	7	46	0	0

Qua bảng kiểm tra học phần 2 thực hành ta thấy các em chiếm tỷ lệ xuất sắc, giỏi và khá với tỷ lệ chưa phải là cao. Phần lý thuyết các tỷ lệ xuất sắc, giỏi cần phải nhiều hơn nữa, tỷ lệ khá chiếm lớn, điều đáng nói là các em đã tích cực ôn tham khảo tài liệu nên điểm trung bình là không có. Nhìn chung còn nhiều việc phải làm theo mục tiêu đề ra, các kỹ thuật bài tập có phần vẫn như trước, nhưng có phần đã thay đổi nâng cao yêu cầu đòi hỏi các em phải cố gắng nỗ lực học, rèn luyện tích cực thêm để chứng tỏ năng lực tố chất bản thân. Các biện pháp lựa chọn được tiến hành theo đúng kế hoạch và đúng hướng triển khai.

Bảng 6. Kết quả kiểm tra học phần 3 sau thực nghiệm (n = 15)

Nội dung kiểm tra	Xuất sắc		Giỏi		Khá		Trung bình	
	SV	%	SV	%	SV	%	SV	%
Bật nhảy ném bóng 1 tay trên cao vào cầu môn (quả)	10	66	3	20	2	13	0	0
Nhảy cao ngoài vạch 9m ném bóng qua tay chắn (quả)	7	46	4	26	4	26	0	0
Phối hợp ba người di động chuyển bắt bóng nhảy ném cầu môn(quả)	12	80	3	20	0	0	0	0
Bài tập tổng hợp (s)	12	80	3	20	0	0	0	0
Chạy : 4m - 6m -7m -9m -20m -40m (s)	14	93	1	6,6	0	0	0	0

Test 1: Phối hợp hai người di động chuyển bắt bóng nhảy ném cầu môn

Test 2: Ném bóng xa có đà.

Test 3: Dẫn bóng vượt chướng ngại vật nhảy ném cầu môn

Test 4: Chạy : 4m - 6m -7m -9m -20m -40m

* Trước thực nghiệm: Kiểm tra học phần 2 thực hành cho thấy các em chiếm tỷ lệ xuất sắc, giỏi và khá với tỷ lệ chưa phải là cao. Phần lý thuyết các tỷ lệ xuất sắc, giỏi cần phải nhiều hơn nữa, tỷ lệ khá chiếm lớn, điều đáng nói là các em đã tích cực ôn tham khảo tài liệu nên điểm trung bình là không có. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

* Sau thực nghiệm: kiểm tra học phần 3 thực hành

cho thấy các em đạt xuất sắc đã tăng lên ở nhiều nội dung, trong đó có nội dung phối hợp chuyển đổi hành động động tác đây là một yêu cầu quan trọng nhất khi thực hiện các kỹ năng trong bóng ném. Kết quả được trình bày tại bảng 6.

3. KẾT LUẬN

- Lựa chọn được 05 biện pháp nâng cao kết quả học tập cho SV chuyên sâu bóng ném Trường ĐHSPTDĐT Hà Nội.

- Bước đầu ứng dụng các giải pháp lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả. Kết quả, các giải pháp lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 2. Trần Văn Mạnh (2007): "*Nghiên cứu tổ chức hoạt động TĐTT ngoại khóa góp phần nâng cao thể chất SV trường Đại Học Xây Dựng*" Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
 3. Nguyễn Hùng Quân (2002), *Giáo trình Bóng ném*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 4. Phạm Xuân Thành và cộng sự (2013), *Giáo trình Bóng ném*, Nxb TĐTT, Hà Nội
- Nguồn bài báo: Từ đề đề tài cấp cơ sở Đặng Hùng Linh: "*Nghiên cứu lựa chọn một số biện pháp nhằm nâng cao kết quả học tập môn chuyên sâu cho SV bóng ném Trường Đại học SP TĐTT Hà Nội*", đơn vị: Trường ĐHSPTDĐT Hà Nội. Bảo vệ năm 2017.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 11/12/2019; ngày phản biện đánh giá: 26/1/2020; ngày chấp nhận đăng: 12/2/2020)