

THỰC TRẠNG TÂM LÝ SỢ NƯỚC CỦA NỮ HỌC SINH KHỐI 10 TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRẦN HƯNG ĐẠO THÀNH PHỐ NINH BÌNH - NINH BÌNH

ThS. Phạm Ngọc Tú¹; ThS. Vũ Văn Thịnh²

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã tiến hành kiểm tra, đánh giá thực trạng tâm lý sợ nước của nữ học sinh khối 10 khối 10 Trường Trung học phổ thông Trần Hưng Đạo Thành Phố Ninh Bình- Ninh Bình. Kết quả cho thấy Thực trạng tâm lý sợ nước của các em nữ học sinh khối 10 Trường Trung học phổ thông Trần Hưng Đạo Thành Phố Ninh Bình- Ninh Bình là rất cao với nhiều nguyên nhân tâm lý khác nhau.

Từ khóa: Tâm lý, sợ nước, nữ học sinh khối 10, Trường Trung học phổ thông Trần Hưng Đạo Thành Phố Ninh Bình

Summary: By conventional research methods in Physical Education and Sports, the article has examined and assessed the current state of female students' fear of water in Grade 10, Grade 10, Tran Hung Dao High School, Ninh Binh City. - Ninh Binh. The results show that the psychological state of fear of water among female students in grade 10 at Tran Hung Dao High School in Ninh Binh City - Ninh Binh is very high with many different psychological causes.

Keywords: Psychology, fear of water, 10th grade female student, Tran Hung Dao High School, Ninh Binh City

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường học là một bộ phận quan trọng không thể thiếu được của nền giáo dục xã hội chủ nghĩa, GDTC có tác dụng tích cực đối với việc hoàn thiện nhân cách thể chất cho SV nhằm đào tạo con người mới phát triển toàn diện phục vụ đắc lực cho sự nghiệp Công nghiệp hóa - Hiện đại hóa đất nước, đồng thời giữ vững an ninh quốc phòng.

Tai nạn đuối nước ở trẻ em, học sinh là một vấn đề rất cấp bách hiện nay vì vậy Bộ giáo dục và đào tạo cũng đã có những chỉ đạo nhằm phổ cập môn bơi trong nhà trường để giảm thiểu tai nạn đuối nước cho trẻ em và học sinh.

Qua quan sát thực tế các lớp học bơi ở tất cả các đối tượng từ người già đến trẻ em thì một trong những nguyên nhân dẫn tới kéo dài thời gian học để biết bơi là do người tập bơi bị chi phối bởi tâm lý sợ nước... Đây luôn là một trở ngại lớn cho việc tiếp thu kỹ thuật bơi. Với các đối tượng học sinh lớp 10 mới học bơi ban đầu, tỷ lệ các em có tâm lý sợ nước rất cao đặc biệt là các em nữ. Làm thế nào để các em khắc phục tâm lý sợ nước, sớm làm quen với các hoạt động trong môi trường nước luôn là vấn đề lớn và được nhiều quan tâm. Nhằm thực hiện tốt mục tiêu phổ cập bơi cho nữ sinh khối 10 Trường Trung học phổ thông (THPT) Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng tình hình tâm lý sợ nước của các nữ sinh khối

10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình.

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, quan sát sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Đánh giá thực trạng tâm lý sợ nước của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình- Ninh Bình

Qua việc quan sát thực tiễn tại Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình, trong các buổi tập bơi của các em, chúng tôi nhận thấy rằng phần lớn các em nữ học sinh không biết bơi. Đồng thời qua trao đổi với các giáo viên tại cơ sở chúng tôi được biết tỉ lệ biết bơi của các em sau mỗi khóa là rất thấp mà lý do quan trọng là tâm lý sợ nước cho các em. Để đánh giá thực trạng tâm lý sợ nước của nữ học sinh khối 10 của Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 60 em nữ học sinh khối 10 của trường. Kết quả được trình bày cụ thể ở bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy tại lớp học ban đầu của bể bơi Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình đa số các em đều thích học bơi song phần lớn người học bơi ban đầu lại rất sợ độ sâu, sợ chết đuối, sợ sặc nước những nguyên nhân này có số phiếu tán thành chiếm tỷ lệ rất cao từ 93,33% đến 96,66%. Rất nhiều em có tâm lý nôn

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn biểu hiện tâm lý của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình (n=60)

TT	Kết quả Nguyên nhân	Số phiếu tán thành	Tỷ lệ %
1	Ngại tắm gội mỗi khi bơi	30	50,00
2	Thiếu tự tin	58	96,66
3	Sợ sặc nước	56	93,33
4	Xấu hổ với bạn	30	50,00
5	Sợ độ sâu	57	95,00
6	Sợ chết đuối	57	95,00
7	Sợ cay mắt, cay mũi	56	93,33
8	Sợ lạnh	40	46,66
9	Sợ đen, sợ xấu	27	45,00
10	Sợ nước bẩn	25	41,66
11	Sợ mùi nước Clo	26	43,33
12	Sợ lây bệnh truyền nhiễm	27	45,00

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn về nguyên nhân sợ nước của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình. (n=15)

TT	Kết quả Nguyên nhân	Số phiếu tán thành	Tỷ lệ %
1	Thiếu tự tin	13	86,66
2	Sợ sặc nước	14	93,33
3	Sợ cay mắt, cay mũi	13	86,66
4	Sợ độ sâu	12	80,00
5	Sợ chết đuối	15	100,00

Bảng 3. Kết quả kiểm tra ban đầu về nguyên nhân sợ nước của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình (n=28)

TT	Kết quả Nguyên nhân	Học sinh mắc	Tỷ lệ %
1	Không sợ, bạo dạn tự tin	4	14,29
2	Thiếu tự tin	24	85,71
3	Sợ sặc nước	28	100
4	Sợ cay mắt, cay mũi	22	78,57
5	Sợ độ sâu	21	75,00
6	Sợ chết đuối	28	100

nóng muốn biết bơi, nhưng khi chưa bơi được, chưa bơi đúng kỹ thuật lại nảy sinh tư tưởng thiếu tự tin vào khả năng của bản thân dẫn đến chán nản.

Đồng thời chúng tôi cũng tiến hành phỏng vấn các giáo viên nguyên nhân sợ nước thường gặp trong dạy bơi của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Kết quả bảng 2 cho thấy các nguyên nhân đưa ra đều được các giáo viên tán thành với tỉ lệ cao từ 86,66% đến 100%. Các giáo viên, huấn luyện viên đều cho rằng học sinh học bơi ban đầu đều có tâm lý hoang mang dao động, sợ nguy hiểm, sợ chết đuối, dễ bị sặc nước, sợ có sự cố đối với cơ thể người tập. Từ đó thiếu tự tin, hoang mang trước độ sâu, không hiểu trạng thái mất thăng bằng cơ thể khi ở trong

môi trường nước và việc thực hiện các động tác kỹ thuật bơi rất khó khăn.

Từ kết quả quan sát sự phạm và phỏng vấn cho ta kết quả tương đối đồng nhất về tâm lý tiêu cực, nguyên nhân dẫn đến các tiêu cực là: Thiếu tự tin; Sợ sặc nước; Sợ độ sâu; Sợ chết đuối; Sợ cay mắt, cay mũi. Những tiêu cực này ảnh hưởng không nhỏ tới các hoạt động nắm vững kỹ thuật bơi của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình.

2.2. Thực trạng tỷ lệ sợ nước của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình

Qua điều tra quan sát và điều tra ban đầu về tình trạng sợ nước do các nguyên nhân trên của 28 nữ học sinh khối 10 được trình bày tại bảng 3.

Kết quả bảng 3 cho thấy tỷ lệ các em học sinh bị mắc phải những nguyên nhân dẫn đến tâm lý sợ nước rất lớn. Tất cả các em đều mắc phải tâm lý sợ nước như: sợ sặc và chết đuối, sợ độ sâu, sợ cay mắt, cay mũi, thiếu tự tin chiếm từ 75% trở lên và tỷ lệ các em bạo dạn tự tin thì lại rất thấp chỉ chiếm 14,29%. Đây là trở ngại rất lớn ảnh hưởng đến hiệu quả dạy bơi và học bơi của nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình.

2.3. Thực trạng việc sử dụng các biện pháp khắc phục tâm lý sợ nước trong dạy bơi tại Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình.

Hàng năm Trường THPT Trần Hưng Đạo thành

phố Ninh Bình – Ninh Bình đều có tổ chức dạy bơi, chương trình giảng dạy đang sử dụng có tổng số là 15 buổi / một khóa. Mỗi buổi 60 phút, kể cả giờ khởi động trên cạn.

Để khảo sát thực trạng việc sử dụng các biện pháp để khắc phục tâm lý sợ nước và giảng dạy ban đầu cho nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình – Ninh Bình. Chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi đối với các giáo viên. Kết quả được trình bày ở bảng 4.

Kết quả bảng 4 cho thấy các giáo viên sử dụng chủ yếu sử dụng chủ yếu là các biện pháp tập bắt chước trên cạn, không kích thích sự tự giác, hứng thú và đam mê của em để vượt qua nỗi sợ hãi. Các biện pháp của các em giáo viên mặc dù đa dạng song còn nhiều cứng nhắc và hiệu quả chưa cao. Ngoài ra thời gian tập trên cạn thường kéo dài từ 20-25 phút, chiếm trên 1/3 tổng số giờ dạy bơi theo chúng tôi như vậy sẽ ảnh hưởng thời gian hoạt động dưới nước, cần phải tăng cường các hoạt động ở dưới nước.

Để đánh giá thực trạng hiệu quả dạy bơi, chúng tôi tham khảo kết quả ba lần kiểm tra kết thúc của hai lớp học bơi ban đầu gồm 58 học sinh. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 5

Cách đánh giá:

- Điểm kỹ thuật: Giỏi là 9-10, khá là 7-8, trung bình là 5-6, yếu là 1-4

- Cự lý bơi được: Giỏi trên 20(m); khá là từ 15-20(m); trung bình là từ 10-15(m); kém là dưới 10(m)

Kết quả bảng 5 cho thấy: Các em học bơi có kỹ

Bảng 4. Thực trạng sử dụng các biện pháp trong giảng dạy ban đầu cho nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình. (n=15)

TT	Biện pháp	Kết quả		Thường xuyên sử dụng		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Đọc câu tự nhủ	4	26,67	5	33,33	6	40,00		
2	Bài tập bám bờ ngụp thở	4	26,67	7	46,67	4	26,67		
3	Bài tập đi lại trong nước	14	93,33	1	6,67	0	0,00		
4	Bài tập trò chơi té nước	10	66,67	3	20,00	2	13,33		
5	Bài tập đấm lướt nước	13	86,67	2	13,33	0	0,00		
6	Sự trợ giúp của GV và đồng đội	13	86,67	2	13,33	0	0,00		
7	Bài tập lặn chui phao	8	53,33	6	40,00	1	6,67		
8	Bài tập cầm tay di chuyển nhóm	4	26,67	7	46,67	4	26,67		
9	Bài tập ôm gối nổi người	10	66,67	4	26,67	1	6,67		
10	Bài tập nổi người dang tay, chân	13	86,67	2	13,33	0	0,00		
11	Động viên khích lệ	5	33,33	5	33,33	5	33,33		
12	Dùng dụng cụ phao bơi	8	53,33	7	46,67	0	0,00		

Bảng 5. Thực trạng kết quả học tập sau 15 giáo án của lớp học bơi cho nữ học sinh khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo thành phố Ninh Bình - Ninh Bình (n=58)

TT	Kết quả Nội dung	Giỏi		Khá		Trung bình		Yếu	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Điểm kỹ thuật (điểm)	6	10,34	15	25,86	35	60,34	2	1,45
2	Cự ly bơi được (m)	4	6,90	12	20,69	37	63,79	5	8,62

thuật tốt chỉ chiếm 10,34%. Các em có kỹ thuật ở mức trung bình chiếm tỉ lệ rất cao 60,34% và cự ly mà các em đạt được là còn yếu. Số học sinh bơi được trên 20(m) chiếm 6,90%, số học sinh bơi được từ 10-15 (m) chiếm 63,79%

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu, chúng tôi đã tiến hành kiểm tra, đánh giá thực trạng tâm lý sợ nước của nữ học sinh khối 10 khối 10 Trường THPT Trần Hưng Đạo Thành phố Ninh Bình- Ninh Bình. Kết

quả tương đối đồng nhất về tâm lý tiêu cực, nguyên nhân dẫn đến các tiêu cực là: Thiếu tự tin; Sợ sặc nước; Sợ độ sâu; Sợ chết đuối; Sợ cay mắt, cay mũi. Thực trạng điều kiện giảng dạy, việc sử dụng các bài tập cũng như thực trạng kết quả giảng dạy nói trên trong giảng dạy ban đầu khi dạy bơi là chưa tốt. Những tiêu cực này ảnh hưởng không nhỏ tới các hoạt động nắm vững kỹ thuật bơi của nữ học sinh khối 10 Trường THP Trần Hưng Đạo Thành phố Ninh Bình - Ninh Bình.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Vũ Thị Thanh Bình, Phạm Thị Thiệu (2002), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT
2. Hà Đình Lâm, Nguyễn Minh Hà, Nguyễn Hữu Thái (2003), *Giáo trình bơi lội Trường ĐHSPTDTT Hà Nội*, Nxb TDTT.
3. Lê Văn Xem (2007), *Tâm lý học TDTT*, Nxb Đại Học Sư Phạm.
4. Nguyễn Văn Trạch (1997), *Dạy bơi cho trẻ thơ*, Nxb TDTT.
5. Nguyễn Văn Trạch, Nguyễn Đức Thuận (2000), *Phương pháp dạy bơi cho trẻ thơ*, Nxb TDTT.
6. Nguyễn Đức Văn (1987), *Toán Thống kê*, Nxb TDTT.
7. Nguyễn Duy Quyết, Vũ Văn Thịnh, Nguyễn Văn Thuật (2019), *Giáo trình Bơi và phương pháp giảng dạy*

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài cấp trường năm 2019 với tên: “Ứng dụng một số biện pháp khắc phục tâm lý sợ nước cho nữ học sinh khối 10 trường THPT Trần Hưng Đạo Ninh Bình - Ninh Bình”, chủ nhiệm ThS. Phạm Ngọc Tú bảo vệ 6/2019.

Ngày nhận bài: 15/1/2023; **Ngày duyệt đăng:** 25/3/2023