

Biện pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Bóng chuyền cho sinh viên Trường Cao đẳng Sư phạm Kiên Giang

Dương Minh Khoa*

*ThS. Trường Cao đẳng Sư phạm Kiên Giang

Received: 28/7/2024; Accepted: 8/8/2024; Published: 18/8/2024

Abstract: Volleyball not only improves health but also positively impacts various aspects of education, such as developing students' willpower, courage, and sense of discipline. Therefore, enhancing the quality of teaching and learning volleyball and developing physical qualities in students is essential.

Keywords: Innovative teaching methods in volleyball, students, college of education

1. Đặt vấn đề

Phát triển thể chất là một trong những mục tiêu GD toàn diện của Đảng và Nhà nước. Việc hình thành hứng thú học tập môn Bóng chuyền (BC) sẽ góp phần nâng cao CLDH môn học này. Thời gian qua, cùng với nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên (GV) môn BC và đầu tư CSVC, trường CĐSP Kiên Giang luôn quan tâm, chú trọng tới việc nâng cao chất lượng giờ dạy, niềm ham mê học tập môn BC của SV. Tuy nhiên việc học tập môn BC của SV vẫn còn nhiều hạn chế, một số SV chưa nhận thức được ý nghĩa của học môn BC nên không tập trung trong giờ học, chưa có ý thức tự giác tập luyện. Đa phần SV có tâm lí ngại vận động, luyện tập mang tính chất HT, đối phó với GV; không ít SV sợ học môn BC, coi học môn BC là một việc mệt nhọc, đau tay. Để khắc phục những hạn chế đã nêu, bài viết chia sẻ một số biện pháp nâng cao CLDH môn BC ở nhà trường.

2. Các biện pháp nâng cao CLDH môn Bóng chuyền cho sinh viên Trường CĐSP Kiên Giang

2.1. Biện pháp 1: Thay đổi cách tổ chức giờ học

Đây là biện pháp rất quan trọng, là hình thức (HT) cơ bản nhất của học phần BC được tiến hành theo kế hoạch trong Nhà trường.

Nội dung và cách thực hiện

Sử dụng các HT tổ chức giờ học phụ thuộc vào điều kiện tiến hành nhiệm vụ, nội dung của buổi tập, số lượng dụng cụ sử dụng sân tập, mức độ thể lực của SV. Các HT tổ chức giờ BC cơ bản gồm: Tập luyện đồng loạt; Tập luyện lần lượt; Tập luyện theo nhóm; Tập luyện cá nhân.

Trong các giờ học trước đây (mục tiêu, yêu cầu, đặc điểm nội dung chương trình GDTC do Bộ GD&ĐT quy định), thường chỉ thực hiện giảng dạy một nội dung Điền kinh. Do đó sử dụng các HT tập luyện đơn điệu, không phát huy được tính cực của SV.

Với đặc điểm nội dung chương trình GDTC trước đây, cách tổ chức giờ học có một số hạn chế:

- Hiện nay, đổi mới chương trình, đề cương chi tiết học phần đã có những bước chuyển biến, thay đổi mạnh mẽ về mục tiêu, yêu cầu và nhất là nội dung của chương trình theo các môn tự chọn (Bóng chuyền; Bóng đá; Đá cầu; Cầu lông; Bóng bàn; Bóng chuyền hơi) và đặc biệt là những định hướng về cách thức thực hiện CTGD mới. Để đáp ứng yêu cầu thay đổi PPDH thì cách sử dụng các HT tập luyện cũng có những bước thay đổi, cụ thể: Sử dụng HT tập luyện đồng loạt là điều cần thiết, nhưng trong một giờ học chỉ sử dụng một số lần nhất định khi cần thiết để chiếm ít thời gian trong một giờ học BC. Hạn chế sử dụng HT tập luyện lần lượt (nhất là với từng SV) để tạo điều kiện nâng cao khối lượng vận động của giờ học. Tăng cường sử dụng HT tập luyện theo nhóm nhằm nâng cao vai trò GV và tạo tình huống cho SV tự quản. HT tập luyện cá nhân cũng cần được quan tâm sử dụng khi lớp có SV yếu về năng lực vận động.

Giảng dạy môn BC đòi hỏi sự chuẩn bị kỹ lưỡng và kế hoạch cụ thể khi tổ chức giờ dạy. Tổ chức một giờ dạy học môn BC, có các bước như sau:

Chuẩn bị sân chơi và thiết bị:

Lên kế hoạch bài giảng:

Đánh giá và phản hồi:

(4) Kết thúc buổi học.

Quá trình dạy Bóng chuyền cần phải linh hoạt và điều chỉnh theo trình độ và tiến bộ của từng nhóm SV. GV luôn phải tạo môi trường tích cực để SV cảm thấy tự tin và thúc đẩy tinh thần đoàn kết trong lớp học.

2.2. Biện pháp 2. Thay đổi cách soạn giáo án giảng dạy

Đây là biện pháp rất cần thiết. Vì giảng dạy môn BC được thực hiện dưới HT ra sân thực hành là chính, phần lý thuyết chủ yếu để giảng giải, phân tích phương

hướng chuyển động kết cấu của động tác kết hợp với làm mẫu để SV nắm hiểu bài, tiếp thu được kỹ năng động tác và thực hành được động tác tốt hơn.

Nội dung và cách thực hiện

Biên soạn giáo án của GV cần được thay đổi, cụ thể:

Cách soạn giáo án cũ: Chia ra làm 5 cột, trong đó cột lượng vận động chia thành hai cột là Thời gian, Số lần. Trong phần nội dung yêu cầu trình bày đầy đủ kiến thức liên quan đến bài tập hay động tác, cột yêu cầu kỹ thuật phải trình bày chi tiết yêu cầu thực hiện kỹ thuật của từng bài tập hay động tác. Khi đọc giáo án cho tiết thực hành, ta thấy giáo án khá phức tạp, giáo án đó đủ điều kiện để lên lớp một giờ lý thuyết. Trong khi đó khi lên tiết thực hành, GV bao giờ cũng phải thoát ly hoàn toàn giáo án nên làm như vậy quả là không cần thiết..

Cách soạn giáo án mới: Thay đổi cách soạn giáo án là biên soạn một giáo án đơn giản nhưng đầy đủ, những nội dung kiến thức về mặt lý thuyết không nhất thiết phải đưa vào trong giáo án, mà điều đáng quan tâm nhất hiện nay của giáo án thực hành các nội dung GDTC là: GV cần xác định một cách chính xác và cụ thể trong giáo án GV hoạt động như thế nào? SV tập luyện những bài tập nào?... định lượng (thời gian hoặc số lần, nhịp, cự ly, trọng lượng ...), tương ứng từng hoạt động hay nội dung thì tổ chức lớp như thế nào? Vì vậy mẫu giáo án mới có thể không kê cột hay có kê cột, cũng có thể có ba cột là phù hợp. Do đó để nâng cao hiệu quả giờ DH GDTC GV cần hạn chế thời gian giảng giải phân tích lý thuyết quá nhiều và tăng cường thời lượng vận động cho SV.

Cách soạn giáo án mới cho tiết dạy “Kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt” – học phần Bóng chuyền, cụ thể như sau:

- *GV cần xác định các hoạt động;*

- *Xác định những bài tập SV cần tập luyện:* Bài tập 1 SV thực hiện 10 lần/ 3 phút (Tại chỗ mô phỏng động tác: Người tập tại chỗ mô phỏng các giai đoạn kỹ thuật phát bóng cao tay chính diện không bóng); Bài tập 2 SV thực hiện 10 lần/ 3 phút (Mô phỏng động tác tiếp xúc bóng: Người tập tại chỗ cầm bóng đưa cao hơn đầu, thực hiện động tác đánh bóng và tiếp xúc vào giữa dưới tâm bóng (không đánh bóng đi); Bài tập 3 SV thực hiện 10 lần/ 5 phút (Phát bóng qua lại: Hai người tập đứng đối diện cách nhau 6 – 8 m, lần lượt phát bóng qua lại với nhau); Bài tập 4 SV thực hiện 10 lần/ 5 phút (Phát bóng tại vạch 3 m: Người tập đứng tại vạch 3 m thực hiện động tác phát bóng qua lưới); Bài tập 5 SV thực hiện 5 lần/ 5 phút (Phát bóng tại vị

trí cách lưới 6 m: Người tập đứng tại vị trí cách lưới 6 m thực hiện động tác phát bóng qua lưới); Bài tập 6 SV thực hiện 5 lần/ 5 phút (Phát bóng cuối sân: Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện động tác phát bóng qua lưới); Bài tập 7 SV thực hiện 5 lần/ 6 phút (Phối hợp phát bóng và đỡ giao bóng: Người tập đứng tại khu vực phát bóng, thực hiện động tác phát bóng qua lưới cho bạn cùng tập đỡ giao bóng ở sân đối diện); Bài tập 8 SV thực hiện 5 lần/ 6 phút (Phối hợp phát bóng, chuyền bóng thấp và cao tay: Người tập 1 phát bóng cho người tập 2 đỡ bước 1 sao cho bóng được đưa tới người tập 3 để thực hiện chuyền bóng cao tay lại cho người tập 1. Sau 4 – 5 lần thì đổi vị trí cho nhau).

- *HT tổ chức lớp:*

+ HT 1. Luyện tập cá nhân: Theo hướng dẫn và phân công của GV, người tập chủ động tự thực hiện luyện tập trên lớp hoặc luyện tập ở nhà để bước đầu làm quen với kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt bằng các bài tập 1, 2, 4, 5, 6.

+ HT 2. Luyện tập cặp đôi: Từng cặp luân phiên thực hiện động tác và quan sát bạn tập để nhận xét và hỗ trợ nhau thực hiện đúng các giai đoạn trong kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt khi tham gia các bài tập 1, 2, 3, 7.

+ HT 3. Luyện tập nhóm: Nhóm lớn hoặc các nhóm nhỏ theo hướng dẫn và phân công của GV cùng nhau vài thực hiện luân phiên các bài tập 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

2.3. Biện pháp 3. Thay đổi cách sử dụng các PP dạy học

Biện pháp rất quan trọng này nhằm đổi mới cách sử dụng các PPDH trong thực tiễn lên lớp để phát huy tính tự giác, tích cực học tập của SV.

2.3.1. Đặc điểm sử dụng các PP dạy học GDTC trước đây

Căn cứ vào mục tiêu, yêu cầu, nội dung chương trình GDTC trước đây, để thực hiện được mục tiêu đã đề ra (Trang bị kiến thức, hình thành kỹ năng vận động một cách chính xác cho SV là mục tiêu hàng đầu) nên trong quá trình giảng dạy môn BC, GV đã sử dụng các PP dạy học theo các định hướng sau:

- *PP giảng giải:* Trước đây GV giảng giải nhiều, nói rõ nguyên lý kỹ thuật động tác, các yêu cầu chi tiết về thực hiện động tác.

- *PP trực quan trực tiếp:* Trực quan trực tiếp có thể được thể hiện qua các cách: Biểu diễn tự nhiên (mang tính nghệ thuật), Biểu diễn sư phạm (vì mục đích giảng dạy động tác). Trong giảng dạy GDTC trước đây rất quan tâm đến sử dụng PP trực quan trực tiếp.

- *PP trực quan gián tiếp:* PP này sử dụng phim ảnh,

video (Thông qua chiếu phim tài liệu học tập chuyên môn hoặc băng ghi hình thực hiện kỹ thuật bài tập...) cũng không thực hiện được, PP định hướng (Dùng vật định hướng giúp SV nhận thức phương hướng, biên độ, quỹ đạo chuyển động...) không được GV quan tâm sử dụng, sử dụng các giáo cụ trực quan (Tranh ảnh, sơ đồ...) trong thực tế giảng dạy trước đây rất ít được GV sử dụng tới, sử dụng mô hình và sa bàn hầu như không được thực hiện.

- *Sử dụng các PP thực hiện bài tập*: Sử dụng các PP tập luyện để tiếp thu động tác; hạn chế sử dụng PP tập luyện hoàn chỉnh (ngoại trừ các động tác đơn giản); ưu tiên sử dụng PP tập luyện phân đoạn (phân chia hợp nhất); tăng cường sử dụng các bài tập hỗ trợ, dẫn dắt khi thực hiện các động tác phức tạp mà không phân chia ra được các phần, các giai đoạn động tác để tập luyện.

- *Các PP tập luyện để củng cố kỹ thuật động tác*: Chủ yếu là tập luyện lặp lại ổn định; rất ít sử dụng PP trò chơi vào việc củng cố kỹ thuật động tác; hạn chế sử dụng PP tập luyện thay đổi; các PP tập luyện quay vòng rất ít được GV sử dụng vì nó rất khó thực hiện nếu GV không cố gắng; ít sử dụng PP thi đấu (dù là đấu tập) vào giảng dạy các động tác.

- *Sử dụng PP sửa chữa động tác sai*: Sử dụng PP sửa chữa động tác sai được thực hiện thường xuyên trong giờ học. Sử dụng PP sửa chữa động tác sai phải đến tận các chi tiết động tác và cho từng SV. Mất rất nhiều thời gian thực hiện PP này trong giảng dạy các động tác trước đây.

2.3.2. Đặc điểm sử dụng các PPDH môn BC

Căn cứ vào yêu cầu thay đổi về mục tiêu, yêu cầu, nội dung chương trình môn GDTC, để thực hiện tốt các mục tiêu đã đề ra

trong quá trình giảng dạy môn BC GV cần sử dụng các PPDH theo các định hướng sau:

- *Sử dụng các PP dùng lời nói*: GV sử dụng PP giảng giải để trang bị cho SV những kiến thức cơ bản. PP này tốn thời gian ảnh hưởng đến việc tập luyện của SV, nên hiện nay dạy hạn chế giảng giải, phân tích nhiều nhằm dành nhiều thời gian cho tổ chức tập luyện, vui chơi, không yêu cầu phân tích cụ thể nguyên lý kỹ thuật động tác; Kể chuyện mạn đàm, trao đổi yêu cầu phải được vận dụng thường xuyên để phát huy tính tích cực học tập của SV; GV sử dụng chủ yếu để điều khiển các hoạt động vận động của SV;

- *PP trực quan trực tiếp*: Trong giảng dạy GV cần quan tâm sử dụng các PP trực quan trực tiếp theo định hướng: Làm mẫu ít và chủ yếu là mang tính chất biểu diễn tự nhiên kết hợp biểu diễn sư phạm (chính xác, đẹp); Làm mẫu toàn phần động tác là chủ yếu, không

nhất thiết phải làm mẫu tới từng phần của động tác; Làm mẫu ở các góc độ khác nhau, nhanh - chậm khác nhau; Làm mẫu động tác đúng, không cần làm mẫu cả động tác sai; PP “cảm giác qua” cần được tăng cường sử dụng.

- *PP trực quan gián tiếp*: Tăng cường các thiết bị giáo cụ trực quan vào giảng dạy như sử dụng tranh ảnh, biểu đồ, hình vẽ, phim ảnh, phim video, mô hình và sa bàn; PP định hướng.

- *Sử dụng các PP tập luyện*: Xuất phát từ mục tiêu, yêu cầu và đặc điểm nội dung giảng dạy môn BC nên sử dụng các PP tập luyện hiện nay mang đặc điểm:

- *Sử dụng các PP tập luyện để tiếp thu động tác*: Ưu tiên sử dụng PP tập luyện hoàn chỉnh. Hạn chế tối đa sử dụng PP tập luyện phân đoạn. Tăng cường các động tác hỗ trợ khi dạy các động tác phức tạp.

- *Các PP tập luyện để củng cố kỹ thuật động tác*: Tăng cường và kết hợp chặt chẽ PP tập luyện lặp lại ổn định với PP tập luyện thay đổi. Các PP tập luyện tổng hợp sử dụng thường xuyên PP quay vòng. Tăng cường sử dụng PP trò chơi và PP thi đấu tập vào việc củng cố kỹ thuật động tác và nhằm tăng hứng thú tập luyện cho SV.

- Sử dụng thường xuyên PP trò chơi, thi đấu vào việc củng cố kỹ thuật động tác.

3. Kết luận

Đề nâng cao CLDH môn GDTC trong trường CĐSP Kiên Giang cần có nhiều biện pháp đồng bộ và quan trọng nhất là phải có sự phối hợp hài hòa giữa cách soạn giáo án và HT tổ chức dạy học cũng như vận dụng các PP hợp lý thì CLDH môn GDTC của nhà trường mới có chất lượng tốt hơn.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018) *Công văn 5512/BGDĐT - GDTrH về việc xây dựng và tổ chức thực hiện kế hoạch GD của nhà trường*. Hà Nội

2. Nguyễn Việt Minh, Lê Quang Sơn (2007), *Đổi mới PP dạy học theo hướng tích cực hóa hoạt động người học các môn lý luận và PP GD thể chất, Thể dục, Điền kinh, Bơi lội và Đá cầu*, NXB Đại học Sư phạm.

3. Nguyễn Việt Minh, Hồ Đắc Sơn (2003), *Giáo trình bóng chuyền*, NXB Đại học Sư phạm. Hà Nội

4. Đặng Hồng Phương (2008), *PP GD thể chất cho trẻ em mầm non*, NXB GD. Hà Nội

5. Vũ Thành Sơn, Nguyễn Danh Hoàng Việt (2003), *Giáo trình bóng bàn*, NXB Đại học Sư phạm. Hà Nội

65. Vũ Đức Thu, Trương Anh Tuấn (2007), *Giáo trình Lý luận và PP thể dục thể thao*. NXB Đại học Sư phạm. Hà Nội