

Lựa chọn phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn Chạy cự ly ngắn cho sinh viên Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Đoàn Văn Hiến*, Cao Việt Bắc*

* Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Received: 06/02/2023; Accepted: 15/02/2023; Published: 27/02/2023

Abstract: Short-distance running is one of the subjects taught in the Physical Education curriculum for students at Thai Nguyen Community College. However, the current use of specialized teaching equipment for this subject is not effective, as the exercises are limited and monotonous, and do not meet the learning needs of students. Therefore, the study aims to select a variety of specialized teaching equipment that is suitable for students' needs and can enhance the physical education system at the college, as well as contribute to improving academic and physical results for students.

Keywords: Specialized teaching equipment, Physical education, Short-distance running course, Thai Nguyen Community College.

1. Đặt vấn đề

Hiện nay, các trường Đại học và Cao đẳng đều có xu hướng phát triển về quy mô và đa dạng hoá loại hình đào tạo. Với sự phát triển mạnh mẽ về số lượng sinh viên như hiện nay, vấn đề đảm bảo chất lượng giáo dục trong đó có giáo dục thể chất (GDTC) đang đứng trước những thử thách to lớn. Mặc dù công tác GDTC đã được các cấp lãnh đạo nhà trường hết sức quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới chương trình, nâng cao trang thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và cả đội ngũ giáo viên nhằm vụ tốt cho công tác giảng dạy nội khoá, hoạt động ngoại khoá, phong trào hoạt động thể thao quần chúng và các giải thi đấu thể thao của sinh viên.... Nhưng thực tế công tác GDTC và thể thao học đường ở nhiều trường Đại học, Cao đẳng còn bộc lộ nhiều hạn chế và chưa đáp ứng được yêu cầu mục tiêu giáo dục - đào tạo đã đề ra.

Hiện nay nội dung môn học GDTC của trường Cao đẳng Thái Nguyên bao gồm 2 phần: Giáo dục thể chất chung và thể thao tự chọn, do việc mới sát nhập khối trường sư phạm vào với trường khối kinh tế nên các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn GDTC còn nhiều bất cập, các bài tập thể lực cũng như chuyên môn chưa phù hợp với sinh viên. Đây là một trong những nguyên nhân cơ bản làm hạn chế chất lượng và hiệu quả của môn học GDTC của trường Cao đẳng Thái Nguyên. Từ lý do trên chúng tôi tiến hành nghiên cứu "Lựa chọn phương tiện

chuyên môn trong giảng dạy môn chạy cự ly ngắn cho sinh viên trường cao đẳng thái nguyên".

2. Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: Tổng hợp và phân tích tài liệu; phương pháp phỏng vấn; quan sát sư phạm; toán học thống kê.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thực trạng nội dung chương trình môn học giáo dục thể chất của Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Công tác GDTC được nhà trường xác định là nhiệm vụ quan trọng, bắt buộc, nhà trường luôn quan tâm tạo điều kiện cần thiết để bộ môn GDTC hoàn thành tốt nhiệm vụ được giao (thực hiện đúng đủ chương trình mà Bộ Giáo dục - Đào tạo ban hành, tổ chức một số các hoạt động thể thao ngoại khóa). Trường Cao đẳng Thái Nguyên đã xây dựng nội dung chương trình môn học GDTC dựa trên khung chương trình của Bộ Giáo dục - Đào tạo quy định. Nội dung chương trình môn học được cụ thể trình bày ở bảng 2.1.

Bảng 2.1. Nội dung chương trình môn học GDTC trường Cao đẳng Thái Nguyên

TT	Chương/ bài	Thời gian (giờ)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành	Kiểm tra
I	Bài mở đầu	1	1		
II	Chương I: Giáo dục thể chất chung				

1	Bài 1: Thể dục cơ bản	6	1	5	
2	Bài 2: Điền kinh	8	1	7	
III Chương II: Thể dục thể thao tự chọn					
1	Chuyên đề 2: Môn cầu lông	14	1	12	1
2	Chuyên đề 3: Môn bóng chuyền	14	1	12	1
3	Chuyên đề 5: Môn bóng đá	14	1	12	1
Tổng cộng		30	4	24	

Qua bảng 2.1, thấy rằng thời gian và nội dung chương trình môn học GDTC của Trường Cao đẳng Thái Nguyên được xây dựng tương đối là phù hợp, ngoài nội dung bắt buộc là 2 chuyên đề thể dục cơ bản và Điền kinh thì phần tự chọn có 3 chuyên đề, cầu lông, bóng chuyền, bóng đá để sinh viên lựa chọn cho phù hợp với nhu cầu, sở thích của bản thân.

3.2. Thực trạng những phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn học Chạy cự ly ngắn cho sinh viên Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Với mục đích đánh giá thực trạng những phương tiện chuyên môn (PTCM) sử dụng trong môn học Chạy cự ly ngắn, chúng tôi tiến hành quan sát trên các tiết học và khai thác đề cương, giáo án môn Chạy cự ly ngắn trường đang sử dụng. Kết quả các phương tiện chuyên môn được sử dụng cụ thể như sau:

+ Nhóm bài tập hoàn thiện kỹ thuật

- Chạy 30m XPC
- Chạy đạp sau 30m
- Bật xa tại chỗ
- Chạy 100m XPC
- Trò chơi chạy tiếp sức 30m
- Thăm quan các giải đấu
- + Nhóm bài tập thể lực chuyên môn
- 7. Nằm sấp chống đẩy
- 8. Nhảy cóc

Những PTCM trong môn học Chạy cự ly ngắn tại trường Trường Cao đẳng Thái Nguyên mà chúng tôi tìm hiểu và thống kê được là 8 bài tập. Chúng tôi cho rằng, các PTCM có số lượng ít, nội dung còn đơn điệu chưa tạo dựng được hứng thú cho người tập, các bài tập chỉ tập trung vào một số nội dung như hoàn thiện kỹ thuật và phát triển tố chất thể lực.

3.3. Hiệu quả của các PTCM trong giảng dạy môn học Chạy cự ly ngắn cho sinh viên Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Để đánh giá hiệu quả các PTCM trong môn Chạy cự ly ngắn, ngoài những đánh giá dựa trên kinh nghiệm công tác, chúng tôi còn tiến hành phỏng vấn

các giảng viên thuộc Bộ môn GDTC và sinh viên đã học qua môn GDTC bằng phiếu hỏi. Kết quả thu được như trình bày tại bảng 2.2.

Bảng 2.2. Hiệu quả sử dụng các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn chạy ngắn cho sinh viên Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Nội dung	Hiệu quả							
	Rất cao		Cao		Trung bình		Thấp	
Tham số	n	%	n	%	n	%	n	%
Giáo viên (n = 10)	2	20	3	0	4	40	1	10
Sinh viên (n = 250)	32	12,8	35	14	137	66,8	46	18,4

Kết quả ở bảng 2.2 cho thấy, tỉ lệ sinh viên đánh giá mức độ hiệu quả của các PTCM của môn Chạy cự ly ngắn vẫn chưa cao, số sinh viên đánh giá cao và rất cao chỉ đạt 26,8%, ở mức trung bình là 66,8%, sinh viên đánh giá thấp chiếm 18,4%. Cùng với đó, các đánh giá của các giảng viên hiện đang trực tiếp giảng dạy tại Bộ môn GDTC của trường thì hiệu quả chỉ đạt 50% ở cả 2 mức trung bình và thấp. Những kết quả nêu trên là cơ sở cho việc nhìn nhận và đánh giá khách quan thực trạng sử dụng các PTCM trong môn học chạy ngắn tại Trường Cao đẳng Thái Nguyên.

3.4. Lựa chọn các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn học chạy cự ly ngắn cho sinh viên Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Tổng hợp nguồn tư liệu và thống kê thực tế ở một số trường cao đẳng, đại học, tác giả đã xác định các PTCM môn Chạy cự ly ngắn giảng dạy cho sinh viên có thể áp dụng là:

Bảng 2.3. Kết quả phỏng vấn nội dung hoàn thiện các phương tiện chuyên môn trong môn Chạy cự ly ngắn của trường Cao đẳng Thái Nguyên (n = 32)

TT	Các phương tiện chuyên môn		Mức độ hoàn thiện						Số ý kiến Lựa chọn	
			Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết		n	%
1	Chạy XPC	30m	15	60,0	10	40,0	0	0	25	78,11
2	Chạy TĐC	30m	11	50,0	11	50,0	0	0	22	68,75
3	Chạy 60XPC		17	85,0	3	15,0	0	0	20	62,51

4	Chạy 80m XPC	0	0	4	28,5	10	71,5	14	43,75
5	Đứng lên ngồi xuống 30 lần/tổ	15	65,2	7	30,5	1	4,3	23	71,87
6	Chạy đạp sau 30m	5	20,0	20	80,0	0	0	25	78,11
7	Bật cao đùi liên tục trên hố cát 30 lần/tổ	21	77,7	6	22,3	0	0	27	84,37
8	Bật xa tại chỗ	15	60,0	7	28,0	3	12,0	25	78,11
9	Bật nhảy 3 bước tại chỗ	2	13,3	5	33,3	7	46,6	15	46,87
10	Chạy 100m XPC	20	66,6	10	33,4	0	0	30	93,75
11	Trò chơi cướp cờ	19	67,85	7	25,0	2	7,15	28	87,50
12	Trò chơi chạy tiếp sức 30m	20	71,42	8	28,58	0	0	28	87,50
13	Tham quan các giải đấu	18	69,23	5	19,23	3	11,54	26	81,25
14	Du lịch	0	0	3	30,0	7	70,0	10	31,25

Thông qua các nguồn tư liệu và kết quả phỏng vấn với sự tán đồng của các ý kiến từ 60% trở lên, tác giả đã lựa chọn được 11 phương tiện chuyên môn, bao gồm: Chạy 30m XPC, chạy 30m ĐĐC, chạy 60XPC, chạy 100m XPC, đứng lên ngồi xuống 30 lần/tổ, chạy đạp sau 30m, bật cao đùi liên tục trên hố cát 30 lần/tổ, bật xa tại chỗ, trò chơi cướp cờ, trò chơi chạy tiếp sức 30m, tham quan các giải đấu. Các phương tiện đó là những bài tập thể chất, thể thao, trò chơi, tham quan các giải đấu góp phần làm phong phú và hoàn thiện hệ thống các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn học Chạy cự ly ngắn cho sinh viên nhà trường.

3.5. Xác định hiệu quả hệ thống phương tiện chuyên môn đã được hoàn thiện trong môn chạy cự ly ngắn tại Trường Cao đẳng Thái Nguyên

Với mục đích xác định hiệu quả các phương tiện chuyên môn đã được lựa chọn trong môn Chạy cự ly ngắn tại Trường Cao đẳng Thái Nguyên, chúng tôi tiến hành tính chỉ số X^2 trên cơ sở kết quả kiểm tra nội dung thực hành ở các học kỳ của nhóm đối chứng và thực nghiệm (bảng 2.4)

Bảng 2.4. So sánh hiệu quả các phương tiện chuyên môn của nhóm đối chứng và thực nghiệm ở nội dung Chạy ngắn

Kết quả	Nhóm đối chứng (n=30)	Nhóm thực nghiệm (n=30)	Tổng
Khá, giỏi	5 (7,5)	10 (7,5)	15
Trung bình	16 (17)	18 (17)	34
Yếu, kém	9(5,5)	2 (5,5)	11
Tổng	30	30	60
X^2	$6,216 > X^2_{0,05} = 5,991$		

Kết quả thu được ở bảng 2.4 cho thấy, số lượng học sinh khá giỏi và trung bình ở nhóm đối chứng cao hơn ở nhóm thực nghiệm, ngược lại số lượng học sinh yếu kém ở nhóm đối chứng là cao hơn nhóm thực nghiệm. Chỉ số $X^2 = 6,216 > X^2_{0,05} = 5,991$, điều này chứng tỏ sự khác biệt giữa kết quả học tập thực hành ở nội dung Chạy cự ly ngắn ở nhóm thực nghiệm là cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Hay nói cách khác, kết quả thực nghiệm đã khẳng định hiệu quả của các phương tiện chuyên môn trong GDTC ở nội dung Chạy ngắn tại Trường Đại học Công nghiệp Thái Nguyên.

3. Kết luận

Thực trạng sử dụng các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn học Chạy cự ly ngắn hiện hành còn nhiều hạn chế, đơn điệu và hiệu quả chưa cao làm ảnh hưởng đến chất lượng môn học. Thông qua các nguồn tư liệu và phỏng vấn, tác giả đã lựa chọn được 11 phương tiện chuyên môn. Các phương tiện đó là những bài tập thể chất, thể thao, trò chơi, tham quan các giải đấu. Góp phần làm phong phú và hoàn thiện hệ thống các phương tiện chuyên môn trong giảng dạy môn học Chạy cự ly ngắn cho sinh viên nhà trường.

Tài liệu tham khảo

- Dương Nghiệp Chí &cs (2006). *Đo lường thể thao*. Nxb Thể dục thể thao. Hà Nội
- Chương trình giáo dục thể chất trong các trường đại học, cao đẳng (*không chuyên DTT*) giai đoạn II. *Ban hành theo quyết định số 1262/QĐ/BGDĐT ngày 12/4/1997*.
- Nguyễn Ngọc Long (2015), *Giáo trình Chạy cự ly ngắn*, Nxb Thông tin và truyền thông. Hà Nội
- Nguyễn Toán &cs (2006). *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*. Nxb Thể dục thể thao. Hà Nội:
- Nguyễn Đức Văn (2000). *Phương pháp thống kê trong Thể dục thể thao*. Nxb Thể dục thể thao. Hà Nội