

Ứng dụng một số trò chơi vận động nhằm tạo hứng thú học tập môn Giáo dục Thể chất cho học sinh hệ trung cấp - khóa 57 của Trường Cao đẳng Công nghiệp Hưng Yên

Nguyễn Tất Long*, Đào Mạnh Quyền*

*Tổ GDTC- Khoa Khoa học cơ bản, Trường CĐ Công nghiệp Hưng Yên

Received: 08/3/2024; Accepted: 12/3/2024; Published: 18/3/2024

Abstract: Exercise games are of great importance for physical development. Movement games are both a form of fun and a means for comprehensive education, attracting many students to participate in playing and developing motor skills. In addition, movement games also create conditions for Training qualities and developing physical strength contributes to raising awareness. Using regular research methods, we selected and applied a number of movement games in learning Physical Education for intermediate students - course 57 of Hung Yen Industrial College. Initially, the application process improved the quality and created interest in learning for research subjects.

Keywords: Applications, sports games, excitement, physical education, students...

1. Đặt vấn đề

Ngày nay đất nước ta đang đi trên con đường công nghiệp hóa, hiện đại hoá với khẩu hiệu: “Khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc”. Hiểu được ý nghĩa tác dụng của việc tập luyện thể dục thể thao (TDTT) đã đem lại sức khỏe cho con người, hoàn thiện về thể chất cho nhân dân lao động. Có thể nói sức khỏe con người là tài sản vô giá, là một yếu tố hợp thành quan trọng của lực lượng sản xuất, có sức khỏe mới có lao động, có lao động mới có sự sáng tạo để sản xuất ra của cải vật chất, đất nước mạnh giàu cùng với sự lớn mạnh của nhiều ngành trong cả nước. TDTT ngày nay đã và đang được toàn dân quan tâm, phát triển cả về bề rộng lẫn chiều sâu.

Phát triển thể lực chung là cơ sở, nền tảng để tiếp tục nắm vững kỹ thuật - chiến thuật trong tất cả hoạt động các môn thể thao. Trò chơi vận động (TCVĐ) là một trong những phương tiện hữu hiệu nhằm phát triển các tố chất thể lực. TCVĐ có hình thức đa dạng, lôi cuốn được người học tham gia, có tác dụng góp phần phát triển các tố chất vận động, tạo hứng thú tập luyện, nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất (GDTC) và học tập các môn khoa học khác. Vì vậy, vấn đề đặt ra cần đa dạng hóa các loại hình bài tập trong giờ học môn GDTC tránh những nội dung, hoạt động đơn điệu tăng hứng thú cho người học.

Trên thực tế việc ứng dụng một số TCVĐ trong học tập môn GDTC cho học sinh (HS) hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường Cao Đẳng Công nghiệp (CDCN) Hưng Yên còn một số hạn chế và chưa thường xuyên

đưa vào các tiết dạy, số lượng trò chơi còn ít, sự tích cực, tự giác ở một số em chưa được thể hiện rõ. Vì vậy giờ chưa khơi dậy được tinh thần, hứng thú của một bộ phận HS trong giờ học môn giáo dục thể chất, ảnh hưởng không nhỏ đến chất lượng học tập.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu:

Để giải quyết các vấn đề trên, chúng tôi sử dụng PP nghiên cứu: PP tổng hợp và phân tích tài liệu, PP quan sát sự phạm, PP phỏng vấn bằng phiếu, PP kiểm tra sự phạm, PP toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành trên 60 HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CDCN Hưng Yên.

2.2. Thực trạng chương trình Giáo dục Thể chất cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CDCN Hưng Yên

Thực trạng chương trình và PP tổ chức giờ học môn GDTC cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CDCN Hưng Yên

Bảng 2.1. Nội dung chương trình môn học GDTC cho HS hệ Trung cấp Trường CDCN Hưng Yên

Nội dung	Tổng số tiết	Năm học		
		10	11	12
1. Lý thuyết	8	4	4	0
2. Thực hành		172		
Thể dục cơ bản (tay không, thể lực với xà)		24	0	0
Điền kinh (100m, 800m, nhảy cao, xa)		32	0	0
Tự chọn (võ, đá cầu, bóng chuyền, cầu lông)		0	56	60
3. Ngoại khóa				
Tổng	180	60	60	60

Kết quả bảng 1 cho thấy: Cấu trúc chương trình môn học GDTC học sinh hệ Trung cấp - khóa 57 tại Trường CĐCN Hưng Yên hiện nay được chia thành 2 loại lý thuyết và thực hành với tổng số giờ 180 tiết chia đều cho 3 năm học, mỗi năm 60 tiết, mỗi kỳ 30 tiết. Nội dung giảng dạy phù hợp quy định của Bộ GD&ĐT.

2.3. Lựa chọn một số trò chơi vận động cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CĐCN Hưng Yên

Nhóm tác giả tiến hành lựa chọn được 10 trò chơi vận động cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CĐCN Hưng Yên thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn trực tiếp các GV và phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi.

Để định lượng vận động phù hợp với đối tượng nghiên cứu, căn cứ vào đặc điểm phát triển tố chất thể lực của HS; căn cứ trao đổi trực tiếp với các chuyên gia GDTC và các giáo viên GDTC tại Trường CĐCN Hưng Yên, chúng tôi xây dựng được 10 trò chơi vận động cụ thể như sau:

Bảng 2.2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn một số trò chơi vận động tạo hứng thú học tập cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CĐCN Hưng Yên (n=60)

TT	Trò chơi vận động	Kết quả phỏng vấn					
		Rất phù hợp		Phù hợp		Bình thường	
		Số phiếu	Tỉ lệ %	Số phiếu	Tỉ lệ %	Số phiếu	Tỉ lệ %
1	Cướp cờ	53	88,3	4	6,6	3	5,0
2	Kéo co	46	76,7	8	13,3	6	10,0
3	Chim sỏ lông	55	91,7	3	5,0	2	3,3
4	Chạy chuyền bóng	12	20,0	28	46,7	20	33,3
5	Mèo đuổi chuột	51	85,0	4	6,7	5	8,3
6	Người thừa thứ 3	58	96,7	2	3,3	0	0,0
7	Bóng chuyền sáu	44	73,3	10	16,7	6	10,0
8	Lò cò tiếp sức	21	35,0	18	30,0	21	35,0
9	Bóng qua hàm	43	71,7	11	18,3	6	10,0
10	Bịt mắt bắt dê	52	86,7	7	11,7	1	1,7

Qua bảng 2.2, chúng tôi lựa chọn được 08 trò chơi tạo hứng thú trong học tập cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CĐCN Hưng Yên có tỉ lệ số phiếu tán thành trên 70%. Tác giả tiến hành thực nghiệm sự phạm để đánh giá hiệu quả của các trò chơi nêu trên.

Bảng 2.3. Danh sách trò chơi vận động được lựa chọn

TT	Trò chơi rèn luyện định hướng phân xạ khéo léo và tập trung chú ý	Trò chơi phát triển tố chất thể lực
----	---	-------------------------------------

1	Bóng qua hàm	Mèo đuổi chuột
2	Bịt mắt bắt dê	Kéo co
3	Chim sỏ lông	Người thừa thứ 3
4	Bóng chuyền sáu	Cướp cờ

Qua nghiên cứu về lý luận và khảo sát việc sử dụng trò chơi vận động trong giảng dạy cho HS hệ Trung cấp - khóa 57 của Trường CĐCN Hưng Yên, nhóm tác giả đã lựa chọn được 08 trò chơi vận động được chia làm 2 nhóm trong đó bao gồm: 4 trò chơi định hướng phân xạ, khéo léo, tập trung chú ý và 4 trò chơi phát triển các tố chất thể lực chung. Nhóm tác giả tiến hành thực nghiệm sự phạm để đánh giá hiệu quả của các trò chơi đối với sự phát triển các tố chất thể lực chung của HS.

Nghiên cứu tiến hành đo lường kết quả trước thực nghiệm, sử dụng 04 test đánh giá thể lực, kết quả được trình bày trong các bảng 2. 4:

Bảng 2.4. So sánh các test đánh giá thể lực giữa nhóm thực nghiệm với nhóm đối chứng trước thực nghiệm

TT	Test	Giới tính	Nhóm TN	Nhóm ĐC	t	p
			± δ	± δ		
1	Nam ngửa gập bụng 30s	Nam (n = 30)	14.2 ± 3.11	14.3 ± 3.01	0.452	> 0, 05
		Nữ (n = 30)	13 ± 3.11	12.8 ± 3.52	0.000	> 0.05
2	Bật xa tại cho (cm)	Nam (n = 30)	195 ± 16.00	195.2 ± 17.50	1.389	> 0, 05
		Nữ (n = 30)	151 ± 12.86	151 ± 12.25	0.395	> 0, 05
3	Chạy 30m XPC (s)	Nam (n = 30)	5.93 ± 0.46	5.89 ± 0.63	0.336	> 0, 05
		Nữ (n = 30)	7.06 ± 0.45	6.91 ± 0.60	1.333	> 0, 05
4	Chạy con thoi 4x10m(s)	Nam (n = 30)	12.62 ± 0.92	12.52 ± 0.81	0.211	> 0, 05
		Nữ (n = 30)	13.10 ± 0.35	13.12 ± 0.61	0.286	> 0, 05

Số liệu bảng 2.4 cho thấy: Thể lực của nam nhóm thực nghiệm so với nam nhóm đối chứng là tương đương nhau, nữ nhóm thực nghiệm so với nữ nhóm đối chứng là tương đương nhau, thể hiện ở kết quả so sánh các test thể lực giữa các nhóm đều có $t_{tính} < t_{bảng}$ ($P > 0.05$). Các kết quả ở bảng 4 cho phép khẳng định trước khi tiến hành thực nghiệm HS nam nhóm thực nghiệm và đối chứng là tương đồng nhau; nữ nhóm thực nghiệm và đối chứng là tương đồng nhau.

Sau 10 tuần thực nghiệm, nghiên cứu sử dụng các test đánh giá thể lực và test đánh giá sự tập trung chú ý đã sử dụng trước thực nghiệm để đo lường kết quả sau thực nghiệm, kết quả được trình bày trong các bảng 2.5.

Bảng 2.5. So sánh các test đánh giá thể lực giữa nhóm thực nghiệm với nhóm đối chứng sau thực nghiệm

TT	Test kiểm tra	Nhóm Nam (n = 30)		t	p	Nhóm Nữ (n = 30)		t	p
		Nhóm thực nghiệm $\bar{x} \pm \delta$	Nhóm đối chứng $\bar{x} \pm \delta$			Nhóm thực nghiệm $\bar{x} \pm \delta$	Nhóm đối chứng $\bar{x} \pm \delta$		
1	Nam ngựa gập bụng 30s	18.2 ± 3.21	16 ± 3.02	2.980	<0.05	15.8 ± 3.11	14 ± 3.25	2.547	<0.05
2	Bật xa tại cho (cm)	214 ± 15.50	211 ± 15.44	3.325	<0.05	170.0 ± 11.83	157 ± 12.20	2.649	<0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.266 ± 0.52	5.6 ± 0.85	3.434	<0.05	6.94 ± 0.52	6.5 ± 0.60	2.992	<0.05
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	1201 ± 0.75	12.33 ± 0.81	2.412	<0.05	12.1 ± 0.41	13.02 ± 0.60	4.331	<0.05

Từ kết quả ở bảng 2.5 cho thấy thể lực của nam nhóm thực nghiệm tốt hơn nam nhóm đối chứng, nữ nhóm thực nghiệm tốt hơn nữ nhóm đối chứng. Điều đó thể hiện kết quả kiểm tra thể lực sau thực nghiệm giữa nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm có sự khác biệt $t_{\text{thực nghiệm}} > t_{\text{đối chứng}}$ ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$.

3. Kết luận

Qua kết quả nghiên cứu, nhóm tác giả đã đánh giá được thực trạng thể lực chung của HS hệ Trung cấp - khóa 57 tại Trường CĐCN Hưng Yên. Thông qua nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 08 trò chơi vận động nhằm góp phần phát triển các tố chất thể lực chung và tạo hứng thú trong các giờ học môn GDTC. Khi áp dụng các trò chơi vận động vào giảng dạy thì mức tăng trưởng thể lực diễn ra mạnh hơn ở

các nhóm thực nghiệm. Điều đó chứng tỏ trò chơi vận động đã có những hiệu quả nhất định đối với sự phát triển thể lực chung, đồng thời nâng cao hứng thú học tập của HS nhà trường. Các kết quả đó cũng đảm bảo tính khách quan, cơ sở khoa học và độ tin cậy để ứng dụng giảng dạy, nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy nói chung và nâng cao thành tích học tập môn GDTC cho HS nói riêng.

Tài liệu tham khảo

1. Phạm Đình Bâm (2005), *Một số vấn đề cơ bản về quản lý TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.
2. Đinh Văn Lắm, Đào Bá Trì (1999), *Giáo trình trò chơi vận động*, NXB TDTT, Hà Nội.
3. Lê Văn Lắm (2007), *Giáo trình đo lường thể thao, Trường Đại học Sư phạm Thể dục - Thể thao Hà Tây*, NXB TDTT, Hà Nội

Lựa chọn bài tập giảng dạy bơi..... (tiếp theo trang 349)

Bảng 2.4 cho thấy, sau 3 tháng TN kết quả kiểm tra tự đối chiếu cho thấy có sự tiến bộ rõ rệt về số lượng HS biết bơi và ở tất cả các test. Sự tiến bộ có ý nghĩa, thể hiện ở giá trị ở cả 2 test. Kết quả cụ thể như sau:

- Đối với HS nam: Số HS biết bơi là 72/119 chiếm 60.5%, tăng trưởng so với trước TN là 120%, cự ly bơi trung bình là 25.75m tăng trưởng so với trước TN là 80.27%.

Số HS biết bơi trườn sấp là 28/119 chiếm 23.52%, tăng trưởng so với trước TN là 120%. Cự ly bơi được trung bình là 26.0m, tăng trưởng so với trước TN là 79.56%.

+ Số HS biết bơi ếch là 44/119 chiếm 36.97%,%, tăng trưởng so với trước TN là 120%, cự ly bơi trung bình là 25.5m tăng trưởng so với trước TN là 71.35.

- Đối với HS nữ: Số HS biết bơi 48/90 chiếm 53.3%, tăng trưởng so với trước TN là 90.9%, cự ly bơi trung bình là 25.05m, tăng trưởng so với trước TN là 71.5%.

+ Số HS biết bơi trườn sấp là 20/90 chiếm 22.2%, tăng trưởng so với trước TN là 96.2%, cự ly bơi được trung bình là 22.5m, tăng trưởng so với trước TN là 67.06%.

+ Số HS biết bơi ếch là 28/90 chiếm 31.1%, tăng

trưởng so với trước TN là 87.1%, cự ly bơi được trung bình là 23.6m, tăng trưởng so với trước TN là 63.91.

3. Kết luận

Qua quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 23 bài tập dạy học bơi ban đầu cho HS

Trường TH Việt dân ở 02 nhóm bài tập. Thông qua ứng dụng TN thực tế, kết quả cho thấy nhóm HS tham gia nghiên cứu có mức tăng trưởng từ 63→81% ở tất cả các nội dung đánh giá.

*Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài NCKH: “Nghiên cứu lựa chọn các bài tập giảng dạy bơi ban đầu cho HS trường Tiểu học Việt Dân - Thị xã Đông Triều – Tỉnh Quảng Ninh”, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, nghiệm thu tháng 3/2024.

Tài liệu tham khảo

1. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, (Nguyễn Quang Hưng dịch), NXB TDTT, Hà Nội.
2. Đồng Văn Triệu, Trần Đức Dũng, Bùi Quang Hải (2007), *Lượng vận động và lập kế hoạch trong huấn luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội