

Ứng dụng phương pháp dạy học phát huy tính tích cực của sinh viên trong giảng dạy thực hành môn Bơi lội tại trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội

ThS.Vũ Văn Thịnh; ThS. Phạm Ngọc Tú; ThS. Nguyễn Thị Thu ■

TÓM TẮT:

Phương pháp dạy học phát huy tính tích cực tự giác học tập của người học có vai trò cực kỳ quan trọng trong việc nâng cao chất lượng dạy học thể dục thể thao (TDTT). Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy đã xác định được 3 nhóm phương pháp dạy học phát huy tính tích cực (TTC) của sinh viên (SV) giúp nâng cao hiệu quả dạy học trong giảng dạy môn Bơi cho SV trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội (ĐHSPTDTTHN).

Từ khóa: phương pháp dạy học tích cực, giảng dạy bơi lội, sinh viên.

ABSTRACT:

Teaching methods to promote learner self-motivation and self-efficacy play an extremely important role in improving the quality of teaching and learning. Use the routine research methods have identified three groups of teaching methods to promote students' activeness to improve the teaching effectiveness in swimming instruction for students of Hanoi University of Education and Sport.

Keywords: *active teaching and learning methods, teaching swimming, students.*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Chất lượng dạy và học TDTT nói chung và môn Bơi lội nói riêng phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong đó yếu tố TTC tự giác học tập của người học có vai trò cực kỳ quan trọng.

Trong nhiều năm trở lại đây, trên con đường tìm kiếm phương pháp dạy học có hiệu quả, các nhà giáo dục học các nước phát triển đã tìm kiếm và xây dựng nên hệ phương pháp dạy học phát huy TTC nhận thức cho người học và đã thu được nhiều thành quả giảng dạy



(Ảnh minh họa)

tốt. Tuy vậy, phương pháp này vẫn chưa được ứng dụng rộng rãi vào Việt Nam, nhất là trong lĩnh vực TDTT.

Qua thực tế quan sát quá trình giảng dạy và huấn luyện kỹ thuật thực hành môn chuyên sâu và phổ tu bơi cho SV trường ĐHSPTDTTHN, cho thấy: hầu hết các giáo viên (GV) trong bộ môn vẫn còn sử dụng phổ biến các phương pháp dạy bơi truyền thống “truyền đạt một chiều”, người chủ động truyền thụ kiến thức còn trò là người thụ động tiếp thu. Chính cách dạy học này đã làm cho tính chủ động sang tạo và tích cực tham gia vào quá trình dạy và học của thầy và trò chưa phát huy đúng mức, dẫn đến hiệu quả dạy và học chưa cao. Số SV chưa hoàn thành yêu cầu khi kết thúc môn học còn chiếm tỷ lệ cao

Do đó, việc tiến hành ứng dụng hệ phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy nhằm nâng cao chất lượng dạy học môn Bơi cho SV trường ĐHSPTDTTHN là một yêu cầu cấp thiết.

Trong quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, quan sát sư phạm, TN sư phạm, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Xác định phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy môn Bơi lội cho SV trường ĐHSPTDTTHN

Quá trình xác định phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy môn Bơi lội cho SV trường ĐHSPTDTTHN phải trải qua các bước sau:

- Xác định các yêu cầu khách quan trong việc lựa chọn ứng dụng hệ phương pháp dạy học trong trường ĐHSPTDTTHN.

- Thông qua tham khảo tài liệu, quan sát và phỏng vấn các chuyên gia để tổng hợp được hệ phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy môn Bơi lội.

- Phỏng vấn bằng phiếu hỏi (thực hiện 2 lần đối với 35 nhà khoa học, các chuyên gia giáo dục, các GV, huấn luyện viên (HLV) có kinh nghiệm ở trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Viện Khoa học TDTT, trường Đại học TDTT thành phố Hồ Chí Minh, và trường Đại học TDTT Đà Nẵng) để xác định mức độ ưu tiên đối với các nhóm phương pháp dạy học phát huy TTC của SV.

Kết quả đã lựa chọn và xác định được 3 nhóm phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy để nâng cao chất lượng dạy học môn Bơi cho SV trường ĐHSPTDTTHN, gồm:

Nhóm phương pháp tăng cường hoạt động tích cực cho SV trong các buổi học:

- Sử dụng bài tập hình thức đa dạng có tính đua tranh.
- Giảng dạy theo nhóm không cố định.
- Kết hợp ứng dụng dạy học vào trò chơi vận động.
- Dạy bơi thông qua hình thức thi đấu các thành phần cơ bản của kỹ thuật bơi.

- Đa dạng hoá hình thức tự học.

Nhóm phương pháp ứng dụng khoa học công nghệ:

- Sử dụng đĩa hình kỹ thuật.
- Sử dụng phần mềm power point trong dạy kỹ thuật.

Nhóm phương pháp cải tiến và sử dụng phương pháp đánh giá kết quả kiểm tra và thi:

- Xây dựng và thực hiện các tiêu chí kiểm tra kỹ thuật trong các giai đoạn học kỹ thuật (tay, chân, thở phối hợp...).

- Xây dựng và thực hiện nội dung thi học phần và kết luận vừa có tính định hướng vừa có tính định tính.

(tức vừa chấm điểm kỹ thuật vừa kiểm tra thành tích hoặc cự ly bơi).

2.2. Ứng dụng các phương pháp lựa chọn nhằm phát huy TTC của người học trong giảng dạy bơi cho SV trường ĐHSPTDTTHN

Để đánh giá hiệu quả của hệ phương pháp mới được xác định, đề tài tiến hành ứng dụng trong thực tế giảng dạy.

2.2.1 Tổ chức thực nghiệm

Đối tượng thực nghiệm (TN) gồm 62 SV phổ tu (năm thứ 2) trong đó có 16 nữ SV và 46 nam SV. được phân đều thành 2 nhóm ĐC và TN mỗi nhóm có 23 nam và 8 nữ.

SV chuyên sâu có 18 người, trong đó có 16 nam và 2 nữ và chúng tôi cũng phân đều thành 2 nhóm TN và ĐC.

Nhóm đối chứng (NĐC) vẫn sử dụng các phương pháp giảng dạy truyền thống như: phương pháp tập luyện lặp lại; phương pháp trực quan bằng làm mẫu động tác; phương pháp thi trắc nghiệm môn với nội dung chấm điểm kỹ thuật trên cơ sở bơi qua cự ly quy định (còn chuyên sâu chấm điểm qua thành tích bơi 50m).

Nhóm thực nghiệm (NTN) thực hiện 9 phương pháp đã lựa chọn với tiến trình TN được triển khai ở tại trường ĐHSPTDTTHN trong thời gian từ tháng 9/2015 đến tháng 05/2016 ở 2 học kỳ bơi lội.

Trước khi tiến hành đánh giá trình độ ban đầu và thể lực và năng lực chuyên môn dựa trên các chỉ tiêu sau:

- *Đánh giá thể lực:* sử dụng các chỉ tiêu đánh giá thực trạng thể chất người Việt Nam, bao gồm: chạy 30m xuất phát cao (XPC); lực bóp tay thuận; bật xa tại chỗ; nằm ngửa gập bụng; chạy tùy sức 5 phút; chạy con thoi 4 x 10m; dẻo gập thân.

- *Đánh giá năng lực chuyên môn:*

SV phổ tu: sử dụng chỉ tiêu đập bể lướt nước (m)

SV chuyên sâu: cự ly bơi được (mét), tốc độ bơi ở cự ly 25m (s).

2.2.2. Kết quả kiểm tra trước TN

Kết quả kiểm tra đánh giá trình độ ban đầu về thể lực và năng lực chuyên môn cho SV 2 NTN và ĐC ở 2 đối tượng phổ tu và chuyên sâu được trình bày ở bảng 1 và bảng 2.

Qua kết quả trình bày ở bảng 1 và 2 nhận thấy: SV 2 nhóm TN và ĐC ở đối tượng phổ tu cũng như chuyên sâu các chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực (TĐTL) và năng lực chuyên môn (NLCM) trước TN đều có $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p > 0,05$. Sự khác biệt giữa 2 nhóm về thể lực và NLCM là không có ý

nghĩa. Hay nói cách khác trình độ thể lực và NLCM của 2 nhóm ở hai đối tượng là tương đương nhau.

2.2.3. Đánh giá hiệu quả ứng dụng các phương pháp dạy học phát huy TTC trong dạy bơi cho SV trường ĐHSPTDTTHN

Quá trình TN đề tài tiến hành kiểm tra 2 lần ở cuối mỗi học kỳ với các chỉ tiêu thể lực và chuyên môn.

2.2.3.1. Hiệu quả ứng dụng các phương pháp dạy học phát huy TTC trong dạy bơi cho SV sau một học kỳ ứng dụng

Để đánh giá hiệu quả ứng dụng các phương pháp dạy học mới trong việc nâng cao thành tích các chỉ tiêu thể lực và chuyên môn bằng so sánh 2 số trung bình quan sát. Kết quả tính toán các số liệu sau kiểm tra được trình bày ở bảng 3 và bảng 4.

Như vậy qua học kỳ đầu học môn Bơi trườn sắp ta

đã nhận thấy việc ứng dụng phương pháp dạy học tích cực đã có hiệu quả rất tốt đối với việc nâng cao thể lực và nâng cao trình độ nắm bắt kỹ thuật bơi của SV chuyên sâu và SV phổ tu.

Qua kết quả trình bày ở bảng 3 ta có thể nhận thấy: Đối với SV phổ tu sau 1 học kỳ TN ngoài kết quả điểm học tập và cự ly bơi xa nhất, duy nhất có một chỉ tiêu lực bóp tay thuận của nam là có sự khác biệt có ý nghĩa ($p < 0,05$). Còn lại hầu hết các chỉ tiêu thể lực khác của nam và nữ ở hai nhóm TN và ĐC chưa có sự khác biệt ($p > 0,05$). Với kết quả này chúng tôi cho rằng mặc dù trị số cũng như nhịp tăng trưởng của tất cả các chỉ tiêu thể lực ở NTN đều cao hơn NĐC. Song do hai nhóm đều phải tập các môn phổ tu khác nữa nên với số giờ 30 tiết học bơi không thể làm cho thể lực của hai nhóm có sự khác biệt có

Bảng 1. So sánh TĐTL và năng lực bơi lội của 2 nhóm TN và ĐC ở đối tượng phổ tu trước TN

Giới tính	Chỉ tiêu kiểm tra	NTN ($n_A = 31$)		NĐC ($n_B = 31$)		Sự khác biệt	
		$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	p
Nam ($n_A = n_B = 23$)	Chạy 30m XPC (s)	4,12	0,38	4,10	0,37	0,489	> 0,05
	Lực bóp tay thuận (KG)	51,05	5,02	5,15	5,08	0,397	> 0,05
	Bật xa tại chỗ (cm)	245,80	24,5	246,30	24,4	0,328	> 0,05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22,8	2,25	23,0	2,25	0,416	> 0,05
	Chạy tủy sức 5 phút (m)	1047,5	96,50	1056,0	97,8	0,825	> 0,05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	8,98	0,80	8,92	0,82	0,520	> 0,05
	Đeo gập thân (cm)	11,85	1,15	11,95	1,18	0,612	> 0,05
	Đạp bể lướt nước (m)	5,85	0,61	5,95	0,70	0,435	> 0,05
Nữ ($n_A = n_B = 8$)	Chạy 30m XPC(s)	5,10	0,50	5,08	0,49	0,262	> 0,05
	Lực bóp tay thuận(kg)	32,80	3,05	33,00	3,10	0,308	> 0,05
	Bật xa tại chỗ (cm)	180,6	16,5	181,0	17,0	0,245	> 0,05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14,5	1,30	15,0	1,40	0,272	> 0,05
	Chạy tủy sức 5 phút (m)	828	75,5	830	78,5	0,198	> 0,05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	11,50	1,05	11,35	1,10	0,397	> 0,05
	Đeo gập thân (cm)	12,50	1,02	12,60	1,10	0,234	> 0,05
	Đạp bể lướt nước (m)	4,20	0,62	4,25	0,60	0,417	> 0,05

Bảng 2. So sánh TĐTL và năng lực bơi lội của 2 nhóm TN và ĐC ở đối tượng chuyên sâu bơi lội trước TN

TT	Chỉ tiêu kiểm tra	NTN ($n_A = 9$)		NĐC ($n_B = 9$)		Sự khác biệt	
		$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	p
1	Chạy 30m XPC (s)	4,28	0,41	4,25	0,40	0,372	> 0,05
2	Lực bóp tay thuận (KG)	52,50	5,15	52,85	5,20	0,328	> 0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	242,8	24,00	243,2	24,20	0,296	> 0,05
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	23,50	2,25	23,85	2,30	0,715	> 0,05
5	Chạy tủy sức 5 phút (m)	1062	9,5	1066	99,0	0,208	> 0,05
6	Chạy con thoi 4x10m (s)	8,72	0,85	8,70	0,84	0,308	> 0,05
7	Đeo gập thân (cm)	13,20	1,25	13,3	1,30	0,320	> 0,05
8	Bơi trườn sắp trong 5 phút (m)	226,50	22,80	234,0	23,0	0,560	> 0,05
9	Thành tích bơi 25m trườn sắp (s)	20,20	2,00	20,00	1,95	0,408	> 0,05

Bảng 3. So sánh TĐTL và kỹ thuật giữa 2 nhóm TN và ĐC của sinh viên phổ tu sau 1 học kỳ TN

Nội dung kiểm tra	Giới tính	NTN		NĐC		Sự khác biệt	
		$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	p
Chạy 30m XPC (s)	Nam n = 23	3,89	±0,32	4,01	±0,39	1,568	> 0,05
	Nữ n = 8	4,92	±0,46	4,98	±0,48	1,025	> 0,05
Lực bóp tay thuận (KG)	Nam n = 23	53,60	±5,10	52,20	±5,05	2,001	< 0,05
	Nữ n = 8	35,20	±3,45	34,0	±3,30	1,876	> 0,05
Bật xa tại chỗ (cm)	Nam n = 23	252,40	±24,5	250,20	±0,8	1,762	> 0,05
	Nữ n = 8	182,70	±17,220	181,90	±16,8	1,508	> 0,05
Nhảy ngựa gấp bụng (lần/30s)	Nam n = 23	24,50	±2,35	24,20	±2,36	1,012	> 0,05
	Nữ n = 8	15,90	±1,45	15,80	±1,50	0,976	> 0,05
Chạy tủy sức 5 phút (m)	Nam n = 23	1086	±88,5	1047,5	±89,5	1,765	> 0,05
	Nữ n = 8	851	±70,5	841	±69,5	1,325	> 0,05
Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam n = 23	8,65	0,84	8,74	0,85	1,625	> 0,05
	Nữ n = 8	10,92	1,05	11,10	1,10	1,472	> 0,05
Đeo gấp thân (cm)	Nam n = 23	13,40	1,20	12,80	1,22	1,856	> 0,05
	Nữ n = 8	14,20	1,35	13,70	1,36	1,742	> 0,05
Cự ly bơi trườn sấp xa nhất (m)	Nam n = 23	41,20	4,10	35,50	3,40	3,160	< 0,05
	Nữ n = 8	33,20	33,10	28,60	2,80	3,274	< 0,05
Điểm kỹ thuật bơi trườn sấp (điểm)	Nam n = 23	8,75	8,80	7,20	3,70	3,965	< 0,05
	Nữ n = 8	8,25	8,78	6,40	0,62	3,987	< 0,05

Bảng 4. So sánh TĐTL và kỹ thuật giữa 2 nhóm TN và ĐC của SV chuyên sâu sau 1 học kỳ TN

Nội dung kiểm tra	NTN (n = 9)		NĐC (n = 9)		Sự khác biệt	
	$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	p
Chạy 30m XPC (s)	4,01	0,38	4,12	0,40	1,998	< 0,05
Lực bóp tay thuận (KG)	56,25	5,40	54,50	5,30	1,768	> 0,05
Bật xa tại chỗ (cm)	248,5	22,10	246,2	21,80	1,657	> 0,05
Nhảy ngựa gấp bụng (lần/30s)	26,5	2,40	25,20	2,35	2,005	< 0,05
Chạy tủy sức 5 phút (m)	1106	98,50	1085	97,40	1,765	> 0,05
Chạy con thoi 4x10m (s)	8,25	0,81	8,50	0,82	1,567	> 0,05
Đeo gấp thân (cm)	14,40	1,35	13,40	1,28	2,176	< 0,05
Điểm kỹ thuật trườn sấp (điểm)	8,50	0,83	7,47	0,74	2,864	< 0,05
Thành tích bơi cự ly 25m trườn sấp (s)	14,75	1,42	15,80	1,56	2,786	< 0,05

ý nghĩa thống kê. Song hiệu quả của phương pháp giảng dạy tích cực đã được thể hiện khá rõ ở kết quả điểm kỹ thuật và cự ly bơi được của SV phổ tu ở NTN đều tốt hơn hẳn 2 NĐC với $p < 0,05$.

Qua bảng 4 nhận thấy: đối với SV chuyên sâu bơi, mặc dù số lượng các chỉ tiêu tố chất thể lực của NTN tốt hơn hẳn ($p < 0,05$), NĐC sau một học kỳ TN tốt hơn ở SV phổ tu song cũng chỉ có 3 chỉ tiêu thể lực là chạy 30mXPC, nằm ngửa gập bụng và dẻo gập thân là có sự khác biệt có ý nghĩa ($p < 0,05$). Điều này có thể được giải thích là: do SV chuyên sâu học với các phương pháp dạy học TTC nhiều hơn (gấp 2) số giờ học của phổ tu làm cho hiệu quả nhóm phương pháp

dạy học tích cực phát huy được tốt hơn, làm cho điểm kỹ thuật và thành tích bơi cự ly 25m trườn sấp của SV NTN đều cao hơn hẳn NTN với $p < 0,05$.

2.2.3.2. *Đánh giá hiệu quả ứng dụng các phương pháp dạy học phát huy TTC trong dạy bơi cho SV sau hai học kỳ ứng dụng*

Để chứng minh rõ hơn tính hiệu quả của nhóm giải pháp dạy học tích cực đối với việc phát triển thể lực và nâng cao kết quả học đối với các kiểu bơi khác nữa (kiểu bơi trườn sấp). Đề tài tiến hành triển khai TN thêm một học kỳ nữa nhằm kiểm định hiệu quả của nhóm phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong việc nâng cao hiệu quả phát triển thể lực và

Bảng 5. So sánh TĐTL và kỹ thuật giữa hai nhóm TN và ĐC của SV phổ tu bơi sau 2 học kỳ TN

Nội dung kiểm tra	Giới tính	Nhóm TN		Nhóm ĐC		Sự khác biệt	
		$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	p
Chạy 30m XPC(s)	Nam n = 23	3,81	0,380	3,98	0,39	2,018	< 0,05
	Nữ n = 8	4,70	0,450	4,95	0,46	2,289	< 0,05
Lực bóp tay thuận(kg)	Nam n = 23	55,25	5,35	53,10	5,25	2,115	< 0,05
	Nữ n = 8	37,35	3,60	35,15	3,40	2,367	< 0,05
Bật xa tại chỗ (cm)	Nam n = 23	257,50	24,50	252,10	21,50	2,476	< 0,05
	Nữ n = 8	186,45	17,8	182,45	18,10	2,326	< 0,05
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	Nam n = 23	26,65	2,50	24,80	2,20	2,087	< 0,05
	Nữ n = 8	17,45	1,65	16,15	1,55	2,248	< 0,05
Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam n = 23	1,24	87,50	1060,5	82,80	2,008	< 0,05
	Nữ n = 8	886	68,50	856	67,0	2,468	< 0,05
Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam n = 23	8,38	0,82	8,69	0,84	2,319	< 0,05
	Nữ n = 8	10,24	1,01	10,96	1,05	2,412	< 0,05
Dẻo gập thân (cm)	Nam n = 23	13,90	1,35	12,95	1,28	2,287	< 0,05
	Nữ n = 8	14,80	1,44	13,90	1,36	2,234	< 0,05
Điểm kỹ thuật bơi ếch (m)	Nam n = 23	8,45	0,82	7,25	0,72	2,768	< 0,05
	Nữ n = 8	8,15	0,80	7,05	0,68	2,548	< 0,05
9. Cự ly bơi xa nhất (bơi ếch) (m)	Nam n = 23	82,5	8,10	64,80	6,25	2,868	< 0,05
	Nữ n = 8	42,5	0,40	30,25	3,00	2,670	< 0,05

Bảng 6. So sánh TDTL và kỹ thuật giữa hai nhóm TN và ĐC của SV chuyên sâu sau 2 học kỳ TN

Nội dung kiểm tra	NTN (n = 9)		ĐC (n = 9)		Sự khác biệt	
	$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ	t	P
Chạy 30m XPC (s)	3,91	0,39	4,08	0,40	1,998	< 0,05
Lực bóp tay thuận (KG)	58,75	5,65	55,50	5,35	2,318	< 0,05
Bật xa tại chỗ (cm)	259,50	24,80	250,25	23,80	2,107	< 0,05
Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	27,50	2,68	25,60	2,48	2,286	< 0,05
Chạy tủy sức 5 phút (m)	1116	91,25	1090	94,60	2,109	< 0,05
Chạy con thoi 4x10m (s)	8,15	0,80	8,45	0,83	2,267	< 0,05
Đeo gập thân (cm)	15,30	1,45	13,70	1,32	2,467	< 0,05
Điểm kỹ thuật bơi ếch (điểm)	8,35	0,82	7,65	0,75	3,426	< 0,05
Thành tích bơi cự ly 50m ếch (s)	36,50	3,60	38,25	3,80	3,078	< 0,05

nâng cao hiệu quả nắm bắt kỹ thuật kiểu bơi trường sấp cho SV phổ tu và chuyên sâu trường Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội.

Nội dung và tiến trình TN cũng như tổ chức điều hành TN cũng tương tự như ở học kỳ 1.

Sau 30 tiết học của phổ tu và 60 tiết học của chuyên sâu được chúng tôi đã tiến hành kiểm tra kết thúc TN. Các số liệu thu được chúng tôi sử dụng theo thuật toán so sánh 2 số trung bình. Kết quả trình bày ở bảng 5 và bảng 6.

Kết quả trình bày ở bảng 5 cho thấy:

Thứ nhất: kết quả học tập kỹ thuật kiểu bơi ếch SV nam, nữ ở NTN học kỹ thuật bơi trường sấp đạt kết quả về độ dài cự ly bơi cũng như điểm kỹ thuật bơi đều cao hơn hẳn ĐC với $p < 0,05$.

Thứ hai: sau 2 học kỳ TN thể lực của nam nữ SV NTN đều cao hơn hẳn SV ĐC ở tất cả các chỉ tiêu kiểm tra thể lực với sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$.

Điều đó chứng minh rằng nhóm các phương pháp dạy học TTC đã có hiệu quả rất tốt đối với việc phát triển thể lực và nâng cao kết quả học tập kỹ thuật môn Bơi lội cho SV phổ tu môn Bơi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Khánh Bằng (2001), *Phương pháp dạy học và cách học ở đại học*, Đại học Sư phạm Hà Nội.
2. Ngô Doãn Đãi (2001), *Đa dạng hóa phương pháp giảng dạy để nâng cao chất lượng đào tạo*, Xêmina về phương pháp giảng dạy.
3. Vũ Đức Thu, Trương Anh Tuấn (1996), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Văn Trạch (1999), *Bơi lội* (sách dùng cho SV các trường đại học), Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nhiếp Lâm Hồ (2002), *Lý luận dạy học TDTT*, Nxb TDTT Nhân dân Trung Quốc.

Nguồn bài báo: được trích trong đề tài nghiên cứu khoa học cấp trường “Ứng dụng phương pháp dạy học phát huy TTC của SV trong giảng dạy thực hành môn Bơi lội tại trường Đại học TDTT Hà Nội”, ThS. Vũ Văn Thịnh, năm 2016.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 13/3/2018; ngày phản biện đánh giá: 16/5/2018; ngày chấp nhận đăng: 15/6/2018)

Qua bảng 6 nhận thấy SV NTN sau TN thành tích các chỉ tiêu thể lực cũng như điểm kỹ thuật và thành tích bơi ếch 50m so với ĐC đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$. Điều đó chứng tỏ thể lực và kỹ thuật của NTN đã tốt hơn hẳn ĐC. Hay nói cách khác hiệu quả nhóm phương pháp dạy học tích cực mà đề tài đã lựa chọn ứng dụng trong dạy bơi cho SV chuyên sâu đã tốt hơn hẳn các phương pháp giảng dạy truyền thống.

3. KẾT LUẬN

Kết quả ứng dụng phương pháp dạy học tích cực được kiểm định thông qua TN sư phạm trong 2 học kỳ dạy bơi cho SV chuyên sâu bơi và SV phổ tu cho thấy: nhóm các phương pháp này đã phát huy hiệu quả nâng cao thể lực cho SV cả 2 khối chuyên sâu bơi và phổ tu một cách rõ rệt với độ tin cậy thống kê cần thiết $p < 0,05$. Ngoài ra nhóm phương pháp này còn nâng cao rõ rệt hiệu quả nắm bắt kỹ thuật và nâng cao trình độ kỹ năng cho SV ở các kiểu bơi (ếch, trường sấp) được sắp xếp trong chương trình môn học với độ tin cậy $p < 0,05$.