

THỰC TRẠNG GIẢNG DẠY KỸ THUẬT ĐỘNG TÁC NHÀO LỘN CHO SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT CỦA TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM HÀ NỘI

ThS. Nguyễn Thị Minh Hiền

Tóm tắt: Kết quả đánh giá thực trạng công tác giảng dạy kỹ thuật động tác nhào lộn cho sinh viên chuyên ngành Giáo dục thể chất (GDTC) của trường Đại học sư phạm Hà Nội (ĐHSPHN) sẽ là cơ sở khoa học trong việc xây dựng hệ thống bài tập rèn luyện kỹ thuật nhào lộn trong dạy học chuyên ngành GDTC của Trường ĐHSPHN nhằm nâng cao chất lượng công tác giảng dạy môn thể dục và phương pháp giảng dạy (PPGD) nói riêng và hiệu quả công tác giáo dục thể chất nói chung của trường ĐHSPHN.

Từ khóa: Thực trạng; giảng dạy kỹ thuật; Thể dục; Giáo dục thể chất; trường Đại học sư phạm Hà Nội

Abstract: The results of assessing the current status of teaching acrobatic techniques for students majoring in Physical Education at Hanoi University of Education will be the scientific basis for building a system of skill training exercises acrobatics in teaching Physical Education at Hanoi University of Education, in order to improve the quality of teaching physical education and teaching methods in particular and the effectiveness of physical education in general of Hanoi University of Education.

Keywords: Reality; Technical teaching; Gymnastics; Physical education; Hanoi University of Education

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể dục tự do (TDTD) là một nội dung của môn Thể dục dụng cụ (TDDC). TDTD bao gồm các động tác nhào lộn, các động tác bật, nhảy cùng vũ đạo kết hợp với âm nhạc tạo nên một bài liên hợp. Trong đó, các động tác nhào lộn là những kỹ thuật khó và phức tạp đòi hỏi biên độ động tác lớn và sự khéo léo trong quá trình tập luyện. Nội dung TDTD có ý nghĩa thực dụng rất lớn trong đời sống, tập luyện TDTD sẽ giúp cho việc củng cố và hoàn thiện kỹ năng kỹ xảo cần thiết như: đi chạy, nhảy, ném, thăng bằng, bò, mang vác... và có tác dụng hỗ trợ cho lao động, học tập và chiến đấu. Trong nội dung TDTD, các động tác nhào lộn đóng vai trò chủ đạo với những kỹ thuật phức tạp và khó thực hiện.

Do đặc điểm giải phẫu đối với lứa tuổi 17-18 là giai đoạn phát triển khả năng mềm dẻo gặp rất nhiều khó khăn dẫn đến việc tiếp thu các động tác nhào lộn bị hạn chế. Do nhiều yếu tố khách quan lẫn chủ quan mà sinh viên gặp khó khăn trong quá trình tập luyện các động tác nhào lộn. Chính vì vậy vấn đề nghiên cứu: **“Thực trạng giảng dạy kỹ thuật động tác nhào lộn cho sinh viên chuyên ngành GDTC”** vẫn là vấn đề cấp thiết đối với trường ĐHSPHN.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng

những phương pháp sau: nghiên cứu tài liệu; phỏng vấn tọa đàm; quan sát sư phạm; toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng về chương trình giảng dạy kỹ thuật nhào lộn của sinh viên chuyên ngành GDTC, trường ĐHSPHN.

Học phần Thể dục và phương pháp giảng dạy thiết kế kế hoạch dạy học trang bị cho sinh viên các kiến thức cơ bản của môn thể dục tự do, aerobic, các kỹ năng thiết kế dạy học tại các trường phổ thông theo hướng phát triển năng lực, bao gồm: kỹ, chiến thuật, thể lực, khéo léo, độ dẻo các khớp, ...

Chương trình môn học Thể dục và PPGD gồm 60 tiết tương đương với 02 tín chỉ, học phần trang bị cho sinh viên các kiến thức cơ bản của môn thể dục tự do (30 tiết) và aerobic (30 tiết) được tổ chức giảng dạy cho sinh viên theo chương trình đào tạo của Khoa GDTC, Trường ĐHSPHN, nội dung chi tiết của môn thể dục tự do (30 tiết) được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 ta thấy đối với môn TDTD với 6 nội dung cơ bản là: các chuyển động cơ bản của tay, chân và thân người; các động tác dẻo, thể lực; các kỹ thuật chuỗi, nhào lộn; các động tác vũ đạo, bài tập liên hoàn; Phương pháp giúp đỡ, bảo hiểm và Thực hành phương pháp giảng dạy. Thực trạng trên

cho thấy môn học TDTD được phân bổ giảng dạy trong 30 tiết mà nội dung các kỹ thuật chuỗi và nhào lộn được phân công dạy trong 13/30 tiết trong đó bao gồm 7 kỹ thuật. Các kỹ thuật chuỗi và nhào lộn là các kỹ thuật khó cho nên với thời gian phân công như vậy tuy hợp lý nhưng thời gian học tập và tập luyện là không nhiều dẫn đến hiệu quả tiếp thu động tác còn nhiều hạn chế.

2.2. Thực trạng về bài tập ứng dụng trong giảng dạy kỹ thuật các động tác nhào lộn của sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSPTN.

Các bài tập là phương tiện chuyên môn cơ bản trong việc nâng cao hiệu quả giảng dạy. Vì vậy việc lựa chọn các bài tập để có thể đánh giá mức độ phát triển thể lực cũng như áp dụng hệ thống bài tập có tác dụng phát triển các tố chất thể lực nhằm mục đích cuối cùng là nâng cao chất lượng hiệu quả GDTC cho sinh viên là công việc hết sức quan trọng và cần thiết trong công tác GDTC trong nhà trường.

Để đánh giá mức độ quan tâm của các giảng viên trong Khoa GDTC tại Trường ĐHSPTN, đề tài tiến hành phỏng vấn nhằm tìm hiểu mức độ quan tâm của các giảng viên về việc sử dụng các bài tập rèn luyện kỹ thuật trong quá trình giảng dạy. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Đa số các giảng viên đều rất quan tâm và quan tâm đến việc sử dụng các bài

tập trong giảng dạy môn thể dục để rèn luyện kỹ thuật nhào lộn cho sinh viên chiếm tỉ lệ 86.67%, tuy nhiên cũng có giáo viên có mức độ quan tâm bình thường chiếm tỉ lệ 13.33% và không có giáo viên nào là ít quan tâm và không quan tâm.

Bên cạnh việc quan tâm đến việc sử dụng các bài tập trong giảng dạy môn Thể dục để nâng cao chất lượng hiệu quả GDTC cho sinh viên ĐHSPTN. Để thấy rõ về thực trạng của công tác giảng dạy - huấn luyện nâng cao hiệu quả rèn luyện kỹ thuật nhào lộn cho đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành đánh giá thực trạng việc sử dụng các bài tập chuyên môn ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật nhào lộn cho đối tượng nghiên cứu, thông qua việc tham khảo chương trình, kế hoạch giảng dạy môn học thể dục và PPGD cho sinh viên các khóa tại trường.

Căn cứ vào chương trình, kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy môn học Thể dục và PPGD trong chương trình đào tạo cử nhân GDTC, chúng tôi tiến hành khảo sát việc sử dụng các bài tập chuyên môn giảng dạy kỹ thuật nhào lộn cho đối tượng nghiên cứu thuộc các nhóm bài tập sau:

Nhóm 1: Các bài tập chuyển động cơ bản.

Nhóm 2: Các bài tập dẻo và thể lực.

Nhóm 3: Các bài tập nhào lộn.

Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.

Từ kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy:

Bảng 1. Phân phối chương trình môn học thể dục và PPGD tại trường ĐHSPTN.

TT	Nội dung	Số tiết (60)
I	Thể dục tự do	30
1	Các chuyển động cơ bản	
1.1	Các chuyển động của tay	2
1.2	Các chuyển động của chân	
1.3	Các chuyển động của thân người	
2.	Các động tác dẻo và thể lực	
2.1	Dẻo hông, vai	2
2.2	Thể lực chuyên môn	
3.	Các kỹ thuật chuỗi và nhào lộn	
3.1	Kỹ thuật chuỗi tay	2
3.2	Kỹ thuật lộn trước ôm gối, lộn sau co chân	2
3.3	Kỹ thuật bay lộn trước ôm gối	1
3.4	Kỹ thuật bay lộn trước đứng dậy thẳng chân	1
3.5	Kỹ thuật lộn nghiêng chống tay	2
3.6	Kỹ thuật chuỗi từ vai	2
3.7	Kỹ thuật lộn sau qua vai (Nữ), Chuỗi đầu (Nam)	3
4.	Các động tác vũ đạo và bài liên hợp	5
5.	Phương pháp giúp đỡ, bảo hiểm	2
6.	Thực hành phương pháp giảng dạy	6
II	Aerobic	30

Các bài tập chuyên môn giảng dạy - huấn luyện nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật nhào lộn thuộc các nhóm bài tập như đã trình bày ở trên đã được hầu hết các giảng viên sử dụng trong quá trình giảng dạy - huấn luyện môn Thể dục và PPGD cho sinh viên chuyên ngành GDTC các khóa của nhà trường.

Hệ thống các bài tập nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật nhào lộn được sử dụng trong giảng dạy, huấn luyện cho sinh viên tại nhà trường chưa nhiều (từ 16 - 19 bài tập ở cả 03 nhóm). Đồng thời các bài tập được sử dụng trong giảng dạy kỹ thuật nhào lộn chưa có hệ thống và phân bổ không đều ở các nhóm.

Điều này phù hợp với thực tiễn công tác giảng dạy, huấn luyện môn Thể dục và PPGD tại Khoa GDTC - trường ĐHSHPN hiện nay, bởi đây là các bài tập phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường. Đồng thời qua tọa đàm trực tiếp với giảng viên cho thấy, các giảng viên đều cho rằng các bài tập này là hình thức tốt nhất trong giảng dạy, huấn luyện kỹ thuật nhào lộn cho sinh viên.

2.3. Thực trạng về kỹ thuật nhào lộn của sinh viên chuyên ngành GDTC của trường ĐHSHPN.

Từ các kết quả nghiên cứu thu được ở trên, chúng tôi tiến hành điều tra thực trạng kết quả học tập môn

thể dục và PPGD và kết quả thi kiểm tra các nội dung thực hành của sinh viên chuyên ngành GDTC các khóa Đại học từ K67 đến K70.

Số liệu kiểm tra được chúng tôi lấy từ kết quả thi, kiểm tra kết thúc học phần môn học thể dục và PPGD cho sinh viên chuyên ngành GDTC lưu trữ tại Khoa GDTC trường ĐHSHPN. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4.

Từ kết quả thu được ở bảng 4 cho thấy, kết quả thi kiểm tra các nội dung thực hành của sinh viên các khóa còn thấp (giá trị trung bình chỉ đạt ở mức trung bình).

Như vậy, từ thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện kỹ thuật nhào lộn trong TDTD cho sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSHPN như đã trình bày ở trên, cho thấy:

- Kết quả học tập nội dung thực hành môn thể dục và PPGD nói chung và kỹ thuật nhào lộn nói riêng của sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSHPN còn thấp, do đó các giáo viên cần thiết phải chú trọng đến công tác giảng dạy, huấn luyện kỹ thuật và tổ chức thể lực, đặc biệt là nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật nhào lộn trong chương trình giảng dạy môn học Thể dục và PPGD cho sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSHPN.

Bảng 2. Mức độ quan tâm của giảng viên GDTC về việc sử dụng các bài tập rèn luyện kỹ thuật trong quá trình giảng dạy (n=15)

TT	Mức độ quan tâm	n=15	%
1	Rất quan tâm	10	66.67
2	Quan tâm	3	20.00
3	Bình thường	2	13.33
4	Ít quan tâm	0	0.00
5	Không quan tâm	0	0.00

Bảng 3. Thực trạng sử dụng các bài tập trong giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật nhào lộn trong TDTD cho đối tượng nghiên cứu

TT	Khóa	Số lượng các bài tập chuyên môn theo từng nhóm						Tổng
		Nhóm 1		Nhóm 2		Nhóm 3		
		n	Tỷ lệ %	n	Tỷ lệ %	n	Tỷ lệ %	
1	K67	3	17.65	6	35.29	8	47.06	17
2	K68	4	22.22	8	44.45	6	33.33	18
3	K69	4	25.00	5	31.25	7	43.75	16
4	K70	4	21.05	8	42.11	7	36.84	19

Bảng 4. Thực trạng kết quả thi kết thúc môn học thể dục và PPGD của sinh viên chuyên ngành GDTC các khóa đại học tại trường ĐHSHPN

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả kiểm tra theo các khóa ($\bar{x} \pm \delta$)			
		K67	K68	K69	K70
1	Kết quả thi nội dung thực hành	6.82 ± 0.52	6.91 ± 0.68	6.65 ± 0.57	6.51 ± 0.48
2	Kết quả thi môn TD và PPGD	7.65 ± 1.82	7.74 ± 0.63	7.35 ± 1.51	7.14 ± 0.76

- Cần thiết phải hệ thống hóa và bổ sung thêm các bài tập chuyên môn trong giảng dạy, huấn luyện nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật nhào lộn cho sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSHPN.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu cho thấy thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện kỹ thuật nhào lộn trong TDTD nói riêng và việc sử dụng các bài tập ứng dụng trong giảng dạy rèn luyện kỹ thuật nhào lộn trong TDTD cho sinh viên chuyên ngành GDTC trường ĐHSHPN hiện nay chưa được giáo viên, các nhà sư phạm quan tâm một cách đúng mức. Việc phân bổ các bài tập trong giảng dạy kỹ thuật nhào lộn trong TDTD không đồng đều, trong các bài tập chuyên môn còn ít được các giáo viên sử dụng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Chính Phủ (2015), Nghị định số : 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 về Quy định về Giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường.

2. Tập thể tác giả, chủ biên Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Thể dục dụng cụ, Nhà xuất bản TDTT, Hà Nội.*

3. Tập thể tác giả, chủ biên Trịnh Hữu Lộc (2014), *Giáo trình Thể dục nhào lộn, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia TP. HCM.*

4. Đồng Văn Triệu (2006), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb TDTT Hà Nội

5. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2008), *Thống kê học trong TDTT*, Nxb TDT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài viết được trích dẫn từ Đề tài KH&CN Cấp trường tại trường Đại học Sư phạm Hà Nội: “Xây dựng hệ thống bài tập rèn luyện kỹ thuật nhào lộn trong dạy học chuyên ngành Giáo dục thể chất của Trường Đại học sư phạm Hà Nội”, được hỗ trợ bởi đề tài cấp trường, mã số SPHN 22 - 29, tác giả Nguyễn Thị Minh Hiền.

Ngày nhận bài: 30/6/2023; **Ngày duyệt đăng:** 12/9/2023.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)