Journal of educational equipment: Education management, Volume 1, Issue 314(June 2024)
ISSN 1859 - 0810

Hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Khoa Giáo dục thể chất – Sư phạm nghệ thuật Trường Đại học Đồng Tháp

Nguyễn Thị Thùy Dương, Trần Anh Hào*

**ThS. Trường ĐH Đồng Tháp*

Received: 29/4/2024; Accepted: 6/5/2024; Published: 9/5/2024

Abstract: *Badminton or shuttlecock is a racket sport played between two people (singles) or two pairs (doubles) on two halves of a rectangular field divided by a net in the middle. Players score points by passing the shuttlecock over the net with their racket and landing on their opponent's side of the court.*

In order to develop the extracurricular practice movement of Badminton for physical training more widely, it is necessary to have training ground facilities and specialized teachers compared to other sports. From the above reality, the author researched "The current status of extracurricular practice activities in Badminton of students of the Faculty of Physical Education – Art Pedagogy at Dong Thap University, thereby orienting and proposing appropriate measures to contribute to Improve the quality of teaching activities in Badminton".

Keywords: *Dong Thap University, sports, extracurricular activities, students, badminton.*

1. Đặt vấn đề

Cầu lông (CL) hay vũ cầu là môn thể thao (TT) dùng vợt thi đấu giữa hai người (thi đấu đơn) hoặc hai cặp với nhau (thi đấu đôi) trên hai nửa sân của hình chữ nhật được chia ra bằng tấm lưới ở giữa. Người chơi ghi điểm bằng cách đưa quả cầu qua lưới bằng vợt và chạm đất ở trong phần sân bên kia của đối thủ.

CL là một trong những môn TT phổ biến nhất. Với dụng cụ và sân bãi tập luyện đơn giản, dễ tập, CL phù hợp với mọi lứa tuổi, giới tính, mọi tầng lớp nhân dân lao động.

Môn CL yêu cầu người chơi hoạt động toàn diện, phát triển đồng đều các tố chất thể lực, tiêu thụ nhiều năng lượng nên rất tốt cho cơ thể. CL có một vị trí quan trọng đối với sinh viên (SV), là một môn học trong hệ thống giáo dục thể chất (GDTC) của các trường ĐH nhằm đào tạo con người có phẩm chất đạo đức tư cách tốt và có sức khỏe phục vụ cho sự nghiệp CNH, HĐH đất nước. Phong trào tập luyện CL của SV Trường ĐHĐT đã được nhà trường rất quan tâm, đầu tư phát triển. Ngoài giờ học chính khóa SV còn tham gia tập luyện ngoại khóa (TLNK). Tuy nhiên tôi cảm thấy điều kiện CSVC để tổ chức tập luyện vẫn còn hạn chế, hoạt động TLNK mang tính chất tự phát, nội dung môn học chưa hấp dẫn nên SV chưa có sự hứng thú, say mê môn học này là điều khó tránh.

Nhằm phát triển phong trào TLNK môn CL cần phải có sân tập, có GV chuyên sâu so với các môn TT khác. Từ thực tế trên tác giả nghiên cứu "Thực trạng hoạt động tập luyện ngoại khoá môn Cầu lông của SV Khoa GDTC-SPNT trường Đại học Đồng Tháp, từ đó đề xuất biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động dạy học môn Cầu lông".

2.Nội dung nghiên cứu

2.1. Đặc điểm và lợi ích, tác dụng của môn CL

* Đặc điểm: CL là môn TT không còn xa lạ với tất cả mọi người; ngày càng phát triển mạnh mẽ ở các Châu Lục. Môn CL đã xuất hiện hơn 2000 năm ở thời Hy Lạp. Môn cầu lông được nhập về Việt Nam từ đầu những năm 50. Vào năm 1960, CL đã xuất hiện ở một số thành phố lớn: Hà Nội, Hải Phòng, … Từ đó môn CL đươc rất nhiều người tham gia. Đồng thời, bộ môn này cũng được HS, SV trong trường học đón nhận một cách sôi nổi.

Hiện nay, phong trào thi đấu ngày càng phát triển ở mọi miền đất nước, song song đó lẫn cả HS, SV và đặc biệt các nhà nước cán bộ họ cũng thường xuyên tập luyện và mở ra nhiều giải đấu nội bộ. Đặc biệt ở Việt Nam nơi mà có phao trào thi đấu cầu lông nổi bật nhất đó chính là: Hà Nội và Tp. Hồ Chí Minh.

* Lợi ích: Chơi CL với mọi lứa tuổi khác nhau đem lại nhiều lợi ích, với bộ môn này có thể từ được người già, thanh niên và trẻ nhỏ yêu thích. Với bộ này rất dễ để có thể rèn luyện và giao lưu với nhiều người.

Phát triển chiều cao: ai cũng dễ nhìn thấy đánh cầu lông phát triển chều cao ở tuổi dậy thì vì đây cũng là

một đặc điểm của môn cầu lông không hề kém phần quan trọng. Bởi phát triển chiều cao là những lợi ích của việc chơi cầu lông đã giúp nhiều bạn trẻ tìm đến.

+ Phản xạ nhanh: chính vì phải phán đoán đường cầu rơi và phải đỡ cầu sẽ giúp người chơi cầu lông phản xạ rất nhanh. Đôi mắt quan sát nhanh và tay phản xạ tuyệt vời trong những tình huống khó trong cầu lông. Phản xạ nhanh cho chúng ta thấy rõ nét những là ở những tình hống cứu cầu.

+ Kết nối bạn bè: việc kết nối các người chơi có cùng đam mê là đặc điểm của môn cầu lông mà không còn gì xa lạ. Có thể chúng ta giao lưu mối quan hệ sẽ tạo ra nhiều phát triển sự nghiệp ngoài đời sống.

* Tác dụng: Môn CL giáo dục về ý chí, nhân cách, phẩm chất. Trong quá trình tập luyện hay thi đấu cũng dễ bọc lộ tính cách con người. Những tình huống khó, trận đấu kịch tính với những phút giây căng thẳng làm cho bản thân dễ thể hiện tính cách nhất đồng thời cũng là cách để rèn luyện ý chí kiên cường, cứng rắn nhất, có kinh nghiệm giải quyết mọi vấn đề.

Cũng dễ nhìn thấy đặc điểm của CL là về sức mạnh và tốc độ. Trong quá trình tập luyện hay thi đấu, người chơi phải thực hiện nhiều động tác liên tục lặp đi lặp lại trong một khoảng không gian ngắn với cường độ cao nó sẽ cho ra khả năng rèn luyện được tinh thần và sức bền.

Môn CL cũng cho ta khả năng phát triển và tăng cường thể lực hơn. Phát triển thể lực được biểu hiện trong trận đấu trận đấu được kéo dài nhiều set đấu căng thẳng, đồng thời giúp chúng ta xử lý những pha cầu hiệu quả, suy nghĩ khôn ngoan cho những đường cầu bất ngờ. Trong thi đấu, vận động viện có khả năng hoạt động cường độ bền bỉ và cũng phải đòi hỏi độ bền vững của các kỹ năng vận động.

2.2 Thực trạng CSVC, sân bãi, nhà tập phục vụ cho hoạt động TLNK môn Cầu lông của SV Trường Đại học Đồng Tháp

Để thực hiện được nhiệm vụ này, tác giả đã tiến hành khảo sát thực trạng sân bãi và dụng cụ phục vụ cho học tập và TLNK của các môn TT của Trường Đại học Đại học Đồng Tháp, kết quả khảo sát được kết quả như sau:

Sân bóng chuyền: 06 sân hoạt động bình thường. Sân bóng rổ: 02 hoạt động tốt. Sân bóng đá: 04 sân hoạt động tốt. Sân cầu long: 04 sân hoạt động bình thường. Sân điền kinh: 01 sân hoạt động bình thường

Kết quả khảo sát cho thấy, mặc dù sân bãi phục vụ tập luyện các môn TT đều đã được trang bị, diện tích phục vụ cho công tác GDTC và hoạt động TDTT rộng lớn, tuy nhiên chất lượng một số sân chỉ đạt ở mức trung bình, số lượng sân Cầu lông còn ít. Như vậy, có thể thấy rằng, điều kiện CSVC cũng là một trong những yếu tố ảnh hưởng tới phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa môn Cầu lông của SV khoa. Bên cạnh đó, sân bãi tập luyện ngoài trời nên giờ tập luyện còn phụ thuộc rất nhiều bởi thời tiết nắng nóng, gió hoặc trời mưa trong việc tổ chức hoạt động ngoại khóa TDTT môn Cầu lông cũng như các môn TT khác. Thực tế này đòi hỏi nhà trường cần quan tâm đầu tư CSVC cũng như trang thiết bị dụng cụ tập luyện để đáp ứng nhu cầu dạy học cũng như hoạt động ngoại khóa TDTT.

2.3. Thực trạng về hoạt động tập luyện môn Cầu lông cho SV Khoa GDTC- SPNT Trường Đại học Đồng Tháp

Hoạt động TLNK môn CL vẫn còn nhiều hạn chế như số SV tham gia tập luyện chưa đông và không đều đặn, thường xuyên; GV và cộng tác viên về TDTT còn thiếu; trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn nhiều thiếu thốn; điều kiện mở rộng các môn có những hạn chế; thời gian tập bị giới hạn. Môn cầu lông còn có ít sân tập nên hoạt động không hiệu quả, do ngày càng tăng số lượng SV tham gia.

Qua kiểm tra và khảo sát trong số 120 SV được hỏi được hỏi, chỉ có 10 SV thường xuyên tập luyện môn CL và đó là những SV tham gia các câu lạc bộ võ thuật, thể hình, cầu lông ở bên ngoài trường. Số SV không thường xuyên tập luyện ngoại khóa môn CL chiếm tỷ lệ khá cao, hầu hết những SV này chỉ thỉnh thoảng tập luyện là vì do thời tiết, chương trình học căng thẳng, sức khỏe không đảm bảo và không có người hướng dẫn tập luyện cũng như không tham gia câu lạc bộ. Tỷ lệ không tập luyện ngoại khóa môn CL vẫn còn cao. Trong tập luyện, xác định được động cơ là yếu tố quan trọng ảnh hưởng tới quá trình tập luyện. Nếu người tập xác định được động cơ đúng đắn sẽ tạo nên sự hứng thú, ham thích và chủ động trong việc tập luyện TDTT.Đối với những người tập TDTT mà không ý thức được động cơ tập luyện thì việc luyện tập sẽ diễn ra một cách thụ động, tự phát, không có mục đích và dẫn đến không hiệu quả.

Kết quả cho thấy, động cơ tham gia TLNK môn Cầu lông của SV lựa chọn tập luyện để nâng cao sức khỏe, tập luyện vì sự yêu thích môn học chiếm khoảng 67.2% trở lên. Tập luyện để có điểm cao trong môn GDTC chiếm 16.4%. Tập môn Cầu lông vì các lý do khác chiếm 16.4%. Con số đó nói lên rằng, SV đã có nhận thức đúng đắn về lợi ích tập

luyện của môn Cầu lông. Nếu SV tập luyện bằng sự yêu thích sẽ có tác dụng rất tốt, tạo ra hứng thú, tự giác tích cực trong tập luyện hơn. Để làm được điều đó, cần có một mô hình hoạt động được xây dựng dựa trên các biện pháp đảm bảo tính khoa học, chất lượng chắc chắn sẽ huy động được số lượng sinh viên tham gia đông đảo.

2.4 Nguyên nhân ảnh hưởng đến hoạt động

TLNK môn Cầu lông của Trường Đại học Đồng Tháp

Hình thức tổ chức tập luyện CLB Cầu lông hiện nay chưa có người hướng dẫn điều này làm ảnh hưởng rất lớn tới chất lượng HĐNK của nhà trường. Kinh phí hoạt động của TLNK môn CL hiện nay được huy động chủ yếu là sinh viên tự động đóng góp, nhà trường hỗ trợ kinh phí còn hạn chế. Vấn đề này làm ảnh hưởng rất lớn tới đối tượng tham gia, nhiều SV yêu thích mà lại không có điều kiện tập luyện.

2.5. Chương trình giảng dạy giáo dục thể chất.

Hoạt động giáo dục thể chất trong trường học hiện nay là một bộ phận quan trọng trong nền giáo dục chung, góp phần đào tạo cho con người trở nên toàn diện về thể chất. Được sự quan tâm của Nhà nước cùng với sự cố gắn của toàn ngành giáo dục , từ cấp trung ương cho đến địa phương , công tác giáo dục thể chất hiện nay tại các trường học đã có những bước phát triển rỗ rệt, góp phần vào việc đào tạo nguồn nhân lực mới trong thời ky công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước, Song bên cạnh những kết quả và những ưu điểm đạt được thì nhìn chung thì hoạt động TDTT của nước nhà trình độ còn hạn chế, số người tham gia tập luyện không nhiều , hoạt động ngoại khóa ở các trường phổ thông còn thấp và còn tồn nhiều hạn chế nên chưa đáp ứng được nhu cầu phát triển hiện nay của nước ta.

Từ đó Bộ GD & ĐT đã ban hành chương trình khung trong các trường ĐHCĐ, cũng quy định về thời gian, nội dung học tập và cũng cho phép trường biên soạn chương trình nhằm phù hợp với cơ sở vật chất mà trường hiện có, phù hợp với môi trường của từng địa phương, vùng miền nhằm mục đích rèn luyện sức khỏe cho sinh viên một cách có hiệu quả.

Bên cạnh các học phần phổ tu thì sinh viên cung được tham gia ngoại khóa với nhiều môn học.

2.6. Biện pháp nâng cao chất lượng TLNK môn Cầu lông

- Tăng cường công tác vận động, *tuyên truyền* đến *SV toàn khoa.*

Tuyên truyền phong trào tập luyện môn CL, hình thành cho người học sự ham thích và nhu cầu tập luyện cầu lông của SV trong khoa và SV nhà trường.

- Xây dựng và phát triển CSVC cho hoạt động TLNK môn CL của SV Trường Đại học Đồng Tháp
- Khuyến khích, động viên SV tham gia CLB Cầu lông
- Nhà trường thường xuyên tổ chức giao lưu, tổ chức các giải thi đấu trong và ngoài CLB. Cần tăng cường tổ chức các giải TT nhiều hơn.
- Tích cực vận động XHH trong và ngoài nhà trường, huy động đóng góp kinh phí hỗ trợ hoạt động TLNK môn Cầu lông của SV Khoa GDTC-SPNT-Trường Đại học Đồng Tháp
- Xây dựng kế hoạch và phương hướng hoạt động TLNK môn Cầu lông của SV Khoa GDTC - SPNT Trường Đại học Đồng Tháp
- Cần củng cố công tác quản lý bộ môn, cải tiến phương pháp tổ chức giảng dạy nội khoá và tổ chức các hoạt động ngoại khoá đáp ứng nhu cầu tập luyện và rèn luyện thân thể của SV.
- Tăng cường cử cán bộ GV tham gia các lớp bồi dưỡng về chuyên.

3. Kết luận

Qua nghiên cứu cho thấy hoạt động tập luyện ngoại khóa là một hoạt động không bắt buộc và được tiến hành trên cơ sở tự nguyện , tự giác . Trong những năm qua công tác giáo dục thể chất được đánh giá đã được đáp ứng những yêu cầu đặt ra từ khoa, nhà trường và theo chương trình của Bộ GD & ĐT.

Phát triển hoạt động TLNK môn CL của SV Trường Đại học Đồng Tháp là hết sức quan trọng trong HĐDH môn GDTC nói chung và môn CL nói riêng. Cần đa dạng hóa hình thức tập luyện còn giúp cho SV tự biết rèn luyện thân thể, phát triển tài năng TT. Các giải pháp và các hình thức tập luyện đưa ra là hoàn toàn đúng đắn, có hiệu quả, phù hợp với yêu cầu, động cơ, có tính khả thi. Nội dung hoạt động cần hướng vào môn thể thao mà SV ưa thích và cũng cần lồng ghép các bài tập nhằm phát triển chuyển môn để tránh sự nhàm chán. Những giải pháp đa dạng hóa hình thức TLNK môn CL nhằm góp phần nâng cao hiệu quả học tập môn CL và phát triển thể lực chung cho SV trong nhà trường.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên (Ban hành kèm theo Quyết định số 72 /2008.* Hà Nội

3. Phạm Đình Bẩm (2003), *Quản lý Thể dục Thể thao, Tài liệu chuyên khảo dành cho hệ cao đẳng và đại học TDTT*. NXB TDTT. Hà Nội