

LỰA CHỌN CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY MÔN THỂ DỤC NHỊP ĐIỆU CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÀI CHÍNH – MARKETING

Th.S Nguyễn Minh Thân¹, Th.S Trần Vĩnh Hòa², Th.S Nguyễn Bình An³

¹ Trường đại học Tài chính – Marketing;

² Trường đại học Giao thông Vận tải TP.HCM;

³ Trường đại học Ngân hàng TP.HCM.

Tóm tắt: Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 7 nội dung lý thuyết và 12 nội dung thực hành làm cơ sở xây dựng được chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu(TDND) vào giờ học tự chọn cho sinh viên tại trường Đại học Tài chính – Marketing, với thời lượng 30 tiết để ứng dụng trong thực tiễn.

Từ khóa: Chương trình giảng dạy; Thể dục nhịp điệu; Sinh viên; Đại học Tài chính – Marketing.

Abstract: The research results have selected 7 theoretical contents and 12 practical contents as the basis for building a curriculum of aerobics in elective classes for students at the University of Finance – Marketing, with a duration of 30 hours for practical application.

Keywords: Curriculum; Aerobics; students; University of finance – marketing.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong hệ thống giáo dục đào tạo ở nước ta, giáo dục thể chất là một bộ phận của giáo dục toàn diện cho thế hệ trẻ nhằm đào tạo họ thành những chủ nhân tương lai của đất nước thật sự với trí tuệ, tinh thần yêu nước, đạo đức, sức khỏe. Tuy nhiên, thực tiễn giáo dục thể chất trong trường học các cấp ở nước ta hiện nay chưa đáp ứng nhu cầu vận động và yêu cầu phát triển các tố chất thể lực của các em. Vì thế con đường tắt yếu và duy nhất là cần phải đổi mới phương thức và xây dựng nội dung chương trình giảng dạy môn thể thao tự chọn góp phần chuẩn hóa nội dung giảng dạy đảm bảo tính hệ thống và có cơ sở khoa học, để nâng cao hiệu quả của công tác GDTC trong trường học. Tại trường đại học Tài chính – Marketing Tp. Hồ

Chí Minh, các môn thể thao tự chọn được xây dựng trong chương trình GDTC mà Bộ môn GDTC xây dựng trên cơ sở phù hợp điều kiện thực tiễn của trường và sở thích của sinh viên gồm: khiêu vũ thể thao, thể dục nhịp điệu, cầu lông, các môn võ... Tuy nhiên các môn TT tự chọn đều chưa xây dựng được chương trình giảng dạy môn học, việc giảng dạy trong những năm qua chủ yếu đều theo kinh nghiệm của giáo viên. Vì thế thực hiện chủ trương đổi mới, từng bước chuẩn hóa nội dung giảng dạy để nâng cao chất lượng công tác GDTC của Ban giám hiệu trường ĐH Tài chính – Marketing Tp. HCM, bộ môn GDTC đã giao cho các giảng viên phụ trách giảng dạy từng môn xây dựng chương trình giảng dạy cho môn học của mình. Bản thân là giảng viên trực tiếp giảng dạy môn thể dục

nhip điệu, nên tôi chọn nghiên cứu: “**Lựa chọn chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu giờ tự chọn cho sinh viên trường đại học Tài chính – marketing**”[5].

Mục đích nghiên cứu: Nhằm xây dựng chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu vào giờ học tự chọn cho sinh viên Trường đại học Tài chính – Marketing.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu đã sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn bằng phiếu và phương pháp toán thống kê.

Khách thể phỏng vấn: 30 giảng viên, huấn luyện viên, nhà khoa học, nhà quản lý và chuyên gia về lĩnh vực GDTC.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn nội dung giảng dạy môn thể dục nhịp điệu cho sinh viên Trường đại học Tài chính – Marketing

Bằng phương pháp chuyên gia đề tài đã xác định được thời điểm giảng dạy môn thể dục nhịp điệu cho sinh viên Trường đại học Tài chính – Marketing vào học kỳ 3 (*cho sinh viên năm 2*) sau khi hoàn thành chương trình giáo dục thể chất bắt buộc. Thời lượng chương trình môn học tự chọn là 30 tiết = 1 tín chỉ.

Để lựa chọn nội dung chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu cho sinh viên Trường đại học Tài chính – Marketing đề tài tiến hành theo 3 bước:

Bước 1: Tổng hợp tài liệu, nghiên cứu đã tiến hành đọc tham khảo các sách, tài liệu giảng dạy môn thể dục nhịp điệu. Về các nội dung cơ bản cần thiết cần trang bị cho SV về lý thuyết và thực hành, làm cơ sở xây dựng phiếu phỏng vấn.

Bước 2: Tiến hành phỏng vấn 2 lần cách nhau 1 tháng, với các HLV, giảng viên, nhà khoa học và chuyên gia. Số phiếu phát

ra cả hai lần là 30 phiếu và số phiếu thu vào là 30 phiếu hợp lệ. Kết quả tổng hợp và tính toán tỷ lệ % được trình bày qua bảng 1. Đề tài quy ước các nội dung có số ý kiến đồng ý đạt trên 85% ở cả 2 lần phỏng vấn thì được chọn. Qua bảng 1 ta thấy 100% các nội dung đề tài đưa ra đều được sự đồng ý của các chuyên gia, nên có sự đồng nhất cao về ý kiến trả lời.

Bước 3: Xác định các nội dung giảng dạy môn thể dục nhịp điệu. Qua bảng 1 kết quả tính toán cho thấy, tất cả các kết quả qua hai lần phỏng vấn của các chỉ tiêu đều có χ^2 tính < χ^2 bảng (=3.84), nên sự khác biệt giữa hai lần phỏng vấn của mẫu không có ý nghĩa thống kê.

+ Lý thuyết gồm 7 nội dung: Lịch sử phát triển môn thể dục nhịp điệu; Sự hình thành và phát triển môn thể dục nhịp điệu tại VN; Khái niệm, mục đích, phân loại môn thể dục nhịp điệu; Luật thi đấu môn thể dục nhịp điệu; Giới thiệu nguyên lý kỹ thuật của 7 bước cơ bản thể dục nhịp điệu; Định nghĩa xây dựng tháp; Sử dụng nhạc và phương pháp biên soạn bài Aerobic với nhạc.

+ Thực hành gồm 12 nội dung: 7 bước cơ bản thể dục nhịp điệu; Liên kết 7 bước cơ bản theo nhịp đếm; Liên kết 7 bước cơ bản theo nhịp đếm; Các bài tập phát triển thể lực; Nhóm động tác phát triển chung; Nhóm động tác theo tư thế; Các động tác chuyển tư thế; Xây dựng tháp; Đội hình di chuyển; Những kỹ thuật cơ bản trong 4 nhóm độ khó của Aerobic; Sử dụng âm nhạc trong môn Aerobic; Phương pháp biên soạn bài Aerobic với nhạc; Hoàn thiện bài thể dục nhịp điệu với nhạc.

2. Xây dựng chương trình giảng dạy môn Thể dục nhịp điệu

2.1. Cơ sở lý luận để xây dựng chương trình giảng dạy môn học TDNB

- Căn cứ vào khung chương trình giảng dạy các môn học bắt buộc đã thống nhất của bộ môn GDTC trường đại học Tài chính - Marketing Tp. Hồ Chí Minh.

- Căn cứ các kết quả nghiên cứu các luận văn, luận án cùng thể loại đã công bố trong thời gian qua của trường đại học Sư phạm TĐTT TP.HCM, Trường đại học TĐTT TP.HCM.[2]; [4];[5] để tham khảo và bổ sung hoàn thiện chương trình mới xây dựng.

2.2. Xây dựng chương trình giảng dạy: Từ kết quả chọn lọc nội dung lý thuyết và thực hành ở trên, nghiên cứu tiến hành xây dựng chương trình giảng dạy môn TDND cho sinh viên tại trường Đại học Tài chính – Marketing Tp. HCM. Cụ thể:

Chương trình giảng dạy (tóm tắt) môn thể dục nhịp điệu giờ tự chọn cho sinh viên trường Đại học Tài chính - Marketing Tp. Hồ Chí Minh.

Số tín chỉ: 01 tương đương thời gian là 30 tiết

2.2.1. Đặc điểm đối tượng: Là sinh viên trường Trường đại học Tài chính - Marketing

không chuyên giáo dục thể chất, không bệnh tật và dị tật bẩm sinh, yêu thích và đã

đăng ký học tự chọn môn thể dục nhịp điệu.

2. 2.2. Mục đích và nhiệm vụ của chương trình giảng dạy

a. Mục đích: - Giáo dục đạo đức, hoàn thiện nhân cách của người SV, đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo của chương trình.

- Phát triển các tố chất thể lực và nâng cao thành tích học tập cho sinh viên Trường đại học Tài chính – Marketing.

- Tạo cho SV một sân chơi tập luyện môn thể thao mà mình yêu thích. Góp phần làm đa dạng và phong phú các hoạt động TĐTT trong nhà trường.

b. Nhiệm vụ của chương trình:

Giúp cho sinh viên nắm bắt thêm về nội dung kiến thức lý thuyết cơ bản nhất và thực hiện được một số kỹ năng thực hành môn thể dục nhịp điệu.

3. Phân phối thời gian chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu của trường Đại học Tài chính – Marketing

3.1. Phân phối thời gian chung

Căn cứ vào thời lượng môn học và nội dung được lựa chọn cho đối tượng là sinh viên, chương trình phân bổ thời gian chung qua bảng 1.

Bảng 1. Bảng phân phối thời gian chung của chương trình môn thể dục nhịp điệu cho sinh viên tại trường Đại học Tài chính – Marketing Tp. HCM

Nội dung giảng dạy	Môn học	Thời lượng	Tỷ lệ %	Tổng số tiết
Thể thao tự chọn	Lý thuyết	06	20%	30
	Thực hành	22	73.34%	
	Kiểm tra	02	6.66%	

3.2. Phân phối thời gian cụ thể: Chương trình môn học tự chọn thể dục nhịp điệu được xây dựng có thời lượng là 30 tiết, theo bảng phân phối thời gian chung làm cơ sở xây dựng bảng phân phối thời gian cụ thể qua bảng 3.

4. Phương pháp kiểm tra đánh giá: Điểm đánh giá môn học theo tín chỉ gồm có điểm quá trình và điểm thi kết thúc, cách tính như sau:

Điểm quá trình:

+ *Điểm chuyên cần: chiếm 20% tổng số điểm kết thúc học phần.*

+ *Điểm kiểm tra giữa kỳ: Chiếm 20% tổng số điểm kết thúc học phần.*

Điểm quá trình =

(Điểm chuyên cần + Điểm thi giữa kỳ) x 40%

2

Điểm thi cuối kỳ (chiếm 60%):

- *Nội dung thi chính:* Sinh viên thi kết thúc học phần phải thực hiện hoàn thành bài Aerobic với nhạc theo nhóm từ 8 đến 10 sinh viên trong thời gian từ 3 phút 00 giây đến 3 phút 30 giây.

- *Cách chấm điểm:* Bài soạn phải kết hợp đủ 7 bước cơ bản 3 điểm, biết phối hợp các động tác thể dục như tay, vai, vặn mình, lườn, lưng bụng, điều hòa 1 điểm, các tư thế

quỳ, ngồi, nằm (mỗi tư thế ít nhất 1 lần x 8 nhịp) 2 điểm, di chuyển đội hình hợp lý được 1 điểm, xây tháp được 1 điểm, chọn nhạc được 1 điểm, nghệ thuật trình diễn (trình diễn tự tin, động tác đều, đúng nhịp) 1 điểm.

KẾT LUẬN

1. Qua ba bước nghiên cứu đảm bảo tính logic và có cơ sở khoa học đã lựa chọn được 7 nội dung lý thuyết và 12 nội dung thực hành làm cơ sở để xây dựng chương trình môn học tự chọn thể dục nhịp điệu.

2. Kết quả đã xây dựng được chương trình môn học thể dục nhịp điệu giờ tự chọn với thời lượng 30 tiết tương đương với 1 tín chỉ. Đồng thời chương trình đã xây dựng bảng phân phối thời gian chung và thời gian cụ thể để ứng dụng giảng dạy cho sinh viên trường Đại học Tài chính – Marketing Tp. HCM.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Trung Kiên, (2007), “*Nghiên cứu một số bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho VĐV Aerobic Gymnastic trẻ TP. HCM*” luận văn thạc sĩ giáo dục học.
- [2]. Nguyễn Thanh Liêm(2019), “*Nghiên cứu xây dựng chương trình chuyên sâu môn bóng chuyền cho sinh viên ngành giáo dục thể chất trường đại học Cần Thơ*”, luận án tiến sĩ trường đại học TDTT TP.HCM.
- [3]. Tài liệu giảng dạy cho HLV môn Aerobic của Liên đoàn Thể dục.
- [4]. Lê Anh Tám (2014). “*Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy môn Karatedo giờ học ngoại khóa bắt buộc tại trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân Dân II*” luận văn cao học trường đại học TDTT TP.HCM.
- [5]. Nguyễn Minh Thân, (2020), “*Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy môn thể dục nhịp điệu cho sinh viên trường đại học tài chính – marketing*”, Luận văn cao học trường đại học sư phạm TDTT TP.HCM.
- [6]. Nguyễn Tiên Tiến và cộng sự,(2016), giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong TDTT, NXB Đại học quốc gia TP.Hồ Chí Minh.

Bài nộp ngày 24/11/2021, phản biện ngày 07/3/2022, duyệt in ngày 20/3/2022