

NHỮNG ẢNH HƯỞNG CỦA TRÒ CHƠI DÂN GIAN ĐƯỢC ÁP DỤNG TRONG CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐỐI VỚI TÂM LÝ SINH VIÊN ĐẠI HỌC HUẾ

TS. Nguyễn Thế Tình; TS. Nguyễn Phan Tiến Trung, ThS. Nguyễn Đình Duy Nghĩa

Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế

Tóm tắt: Bằng các phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp thực nghiệm sư phạm, phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp toán học thống kê và đo lường thể dục thể thao đề tài đã đánh giá được những ảnh hưởng của các trò chơi dân gian được ứng dụng trong quá trình giảng dạy chương trình môn học GDTC đối với tâm lý sinh viên Đại học Huế được thể hiện thông qua sự biến đổi các chỉ số “Trạng thái tâm lý (POMS)” và “Triệu chứng tâm lý (SCL90)” sau khi ứng dụng các trò chơi dân gian, đặc biệt là các chỉ tiêu tâm lý tích cực được phát triển, các chỉ tiêu tâm lý tiêu cực được cải thiện rõ rệt.

Từ khóa: *Giáo dục thể chất; trò chơi dân gian; tâm lý, Trạng thái tâm lý, Triệu chứng tâm lý.*

Abstract: By document analysis and synthesis methods, interview method, pedagogical experimental method, pedagogical test method and mathematical method of statistics and measurement of physical training and sports, the topic evaluated the effects of folk games applied in the process of teaching sport education subject program on student psychology of Hue University, which is expressed through the change of indicators. “Psychological status (POMS)” and “Psychological symptoms (SCL90)” after the application of folk games, especially developed positive psychological indicators, negative psychological indicators markedly improved.

Keywords: *Physical education; folk games; Psychology, Psychological state, Psychological symptoms.*

ĐẶT VẤN ĐỀ

Chương trình môn học Giáo dục thể chất (GDTC) của Đại học Huế (ĐH Huế) hiện nay là đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo, tuy nhiên các nội dung dạy học còn nặng về mặt kỹ - chiến thuật mà chưa có nhiều hoạt động mang tính rèn luyện thể chất kết hợp với vui chơi, giải trí tạo nhiều hứng thú cho người học. Trên thực tế, tỉ lệ sinh viên (SV) chưa đạt yêu cầu môn học GDTC khá cao do vậy, trong

quá trình giảng dạy cần điều chỉnh về mặt nội dung, phương pháp, cách thức đánh giá nhằm tăng cường sự hứng thú cho người học, nâng cao tính giải trí trong quá trình học tập và tạo cho SV thói quen tập luyện thể dục thể thao một cách thường xuyên.

Mức độ hứng thú của SV trong quá trình tham gia môn học là một trong những vấn đề cần cải thiện nhằm xây dựng lòng đam mê cho SV tham gia học tập và rèn luyện thể dục thể

thao thường xuyên để tăng cường sức khỏe thể chất, cải thiện hình thể, giúp nâng cao sức khỏe tinh thần cho SV ĐH Huế một cách bền vững. Có nhiều nguyên nhân gây ảnh hưởng đến mức độ hứng thú của SV trong quá trình học tập môn học GDTC tại ĐH Huế và làm thế nào để tạo một môi trường học tập thân thiện, gần gũi, hiệu quả và cải thiện các yếu tố tâm lý của người học là câu hỏi lớn dành cho các nhà GDTC. Vì thế chúng tôi tiến hành nghiên cứu đánh giá: **“Những ảnh hưởng của trò chơi dân gian được áp dụng trong chương trình môn học GDTC đối với tâm lý sinh viên Đại học Huế”**.

Bài viết đã tiến hành thực nghiệm 15 tuần từ tháng 9/2020 đến tháng 12/2020, mỗi tuần tổ chức 1 - 3 trò chơi (chiếm 15 - 30 phút/giáo án), mỗi trò chơi được tổ chức 2 -

3 lần luân phiên xen kẽ tránh gây nhàm chán khi chơi. Đối tượng thực nghiệm gồm 102 sinh viên môn học GDTC tại Đại học Huế (45 nam và 57 nữ).

Nghiên cứu sử dụng 2 thang đánh giá về trạng thái tâm lý (Profile Of Mood States - POMS) và triệu chứng tâm lý (Symptom Check List - SCL90).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của sinh viên Đại học Huế trước thực nghiệm

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song trên đối tượng nghiên cứu để đánh giá, so sánh trình độ ban đầu của NĐC và NTN, thời điểm trước thực nghiệm. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. So sánh các chỉ số tâm lý của SV ĐH Huế trước thực nghiệm

TT	Chi tiêu đánh giá		Nhóm ĐC (n = 84)				Nhóm TN (n = 102)				t		P	
			Nam (n=20)		Nữ (n=64)		Nam (n=45)		Nữ (n=57)		Nam	Nữ	Nam	Nữ
			$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				
1		Căng thẳng	18,27	2,73	18,25	2,62	18,35	1,66	18,32	1,64	1.638	1,523	0,153	0,085
2	Trạng thái tâm lý (POMS)	Tức giận	19,34	1,96	19,32	1,85	19,06	1,75	19,03	1,73	1.708	1,857	0,172	0,167
3		Mệt mỏi	14,57	1,19	14,55	1,08	15,26	0,96	15,23	0,94	1.834	1,622	0,169	0,094
4		Trầm cảm	17,22	1,36	17,20	1,25	17,25	1,41	17,22	1,39	1.794	1,582	0,148	0,073
5		Tinh lực	16,67	2,85	16,65	2,74	15,65	1,77	15,62	1,75	1.730	1,942	0,157	0,082
6		Hoảng loạn	14,30	1,43	14,28	1,32	14,59	1,65	14,56	1,63	1.610	1,822	0,168	0,093
7		Lòng tự trọng	15,04	1,64	15,02	1,53	14,06	1,12	14,03	1,10	1.839	1,627	0,163	0,088
8		Điểm cuối đạt được (TMD)	152,35	12,39	152,33	12,28	155,74	13,04	155,71	13,02	1.945	1,733	0,132	0,057

9	Triệu chứng tâm lý (SCL90)	Cơ thể hóa	28,23	1,32	28,21	1,21	27,81	1,16	27,78	1,14	1.735	1,523	0,162	0,087
10		Triệu chứng cường ép	25,67	1,44	25,65	1,33	26,66	1,43	26,63	1,41	1.662	1,874	0,173	0,098
11		Nhảy cảm với quan hệ cá nhân	23,52	1,96	23,50	1,85	23,86	1,26	23,83	1,24	1.476	1,264	0,152	0,077
12		Trầm cảm	28,53	2,14	28,51	2,03	29,58	2,23	29,55	2,21	1.615	1,827	0,147	0,072
13		Lo âu	23,60	1,50	23,58	1,39	24,60	1,66	24,57	1,64	1.474	1,262	0,142	0,067
14		Thù địch	13,34	0,56	13,32	0,45	14,37	0,27	14,34	0,25	1.704	1,492	0,177	0,102
15		Sợ hãi	18,48	0,67	18,46	0,56	18,88	0,38	18,85	0,36	1.660	1,872	0,153	0,078
16		Hoang tưởng	14,78	0,66	14,76	0,55	14,37	0,46	14,34	0,44	1.655	1,443	0,137	0,062
17		Bệnh tâm thần	25,58	1,74	25,56	1,63	25,87	1,25	25,84	1,23	1.617	1,829	0,163	0,088
18		Khác	21,45	2,63	21,43	2,52	21,69	1,45	21,66	1,43	1.790	1,578	0,267	0,192
19		Điểm bình quân	22,32	1,46	22,30	1,35	22,77	1,57	22,74	1,55	1.565	1,353	0,210	0,135

Kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Trước thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P > 0.05$, có nghĩa là trước thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN là tương đương nhau, hay sự phân nhóm hoàn toàn khách quan, đảm bảo yêu cầu tổ chức thực nghiệm.

2. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của sinh viên Đại học Huế sau thực nghiệm

Sau 05 tháng thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra, đánh giá kết quả sau thực nghiệm được tiến hành vào tháng 01/2021. Mục đích của kiểm tra là so sánh hiệu quả ứng dụng của các trò chơi dân gian đã lựa chọn của đề tài trong thực tiễn giảng dạy và học tập môn GDTC cho SV ĐH Huế. Kết quả được trình bày ở bảng 2, cụ thể

Bảng 2. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của SV ĐH Huế sau thực nghiệm

TT	Chi tiêu đánh giá		Nhóm ĐC (84)				Nhóm TN (102)				t		P	
			Nam (n=20)		Nữ (n=64)		Nam (n=45)		Nữ (n=57)		Nam	Nữ	Nam	Nữ
				$\pm\delta$		$\pm\delta$		$\pm\delta$		$\pm\delta$				
1	Trạng thái tâm lý (POMS)	Căng thẳng	17.86	0.98	17.65	0.62	16.89	1.27	17.01	0.85	3,533	2.228	0,045	0,029
2		Tức giận	18.98	1.04	18.79	0.66	17.73	1.33	17.23	0.86	2,853	2.748	0,037	0,047
3		Mệt mỏi	13.89	0.76	14.02	0.49	14.21	1.07	14.21	0.71	3,627	2.832	0,028	0,034
4		Trầm cảm	16.73	0.92	16.68	0.58	15.78	1.18	15.82	0.79	2,582	2.722	0,033	0,023
5		Tinh lực	17.38	0.96	17.25	0.60	17.37	1.30	16.98	0.85	2,933	2.732	0,022	0,028
6		Hoảng loạn	13.72	0.75	13.89	0.49	13.43	1.01	13.12	0.66	2,832	3.310	0,034	0,034
7		Lòng tự trọng	15.82	0.87	15.65	0.55	15.43	1.16	15.23	0.76	2,621	2.829	0,048	0,041
8		Điểm cuối đạt được (TMD)	147.98	8.14	148.13	5.18	145.24	10.89	145.18	7.26	2,743	2.945	0,027	0,047
9	Triệu chứng tâm lý (SCL90)	Cơ thể hóa	27.32	1.50	27.13	0.95	23.36	1.75	22.68	1.13	2,523	2.734	0,033	0,044
10		Triệu chứng cưỡng ép	24.94	1.37	24.64	0.86	19.86	1.49	19.91	1.00	2,874	3.162	0,026	0,045
11		Nhạy cảm với quan hệ cá nhân	22.73	1.25	22.93	0.80	18.82	1.41	17.86	0.89	2,263	3.376	0,037	0,047
12		Trầm cảm	27.48	1.51	27.59	0.97	25.42	1.91	25.95	1.30	3,823	3.613	0,044	0,039
13		Lo âu	22.72	1.25	22.58	0.79	19.76	1.48	19.74	0.99	3,232	2.674	0,023	0,033
14		Thù địch	12.84	0.71	12.82	0.45	11.84	0.89	11.65	0.58	3,492	2.702	0,025	0,038
15		Sợ hãi	17.85	0.98	17.75	0.62	14.85	1.11	13.96	0.70	2,872	2.620	0,034	0,032
16		Hoang tưởng	14.29	0.79	14.29	0.50	11.59	0.87	11.42	0.57	2,433	2.225	0,039	0,042
17		Bệnh tâm thần	24.73	1.36	24.69	0.86	19.94	1.50	19.89	0.99	2,821	2.614	0,032	0,021
18		Khác	22.25	1.22	20.65	0.72	19.28	1.45	18.32	0.92	2,578	3.290	0,024	0,029
19		Điểm bình quân	21.72	1.19	21.51	0.75	18.47	1.39	18.14	0.91	3,354	3.545	0,033	0,033

Kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy: Sau thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P < 0.05$, có nghĩa là tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN đã có sự khác biệt. Như vậy, có thể thấy việc ứng dụng các

trò chơi dân gian mà đề tài đã lựa chọn trong giờ ngoại khóa đã tác động tích cực đến sự phát triển tâm lý của SV ĐH Huế.

Để thấy rõ sự khác biệt đó, đề tài đã tiến hành tính toán sự cải thiện tâm lý của SV ĐH Huế sau thực nghiệm. Kết quả được trình bày qua bảng 3 sau đây:

Bảng 3. Sự cải thiện tâm lý của SV Đại học Huế sau thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu đánh giá	Đối chứng (n=84)						Thực nghiệm (n=102)					
		Nam (n=20)			Nữ (n=64)			Nam (n=45)			Nữ (n=57)		
		Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%
1	Căng thẳng	18.27	17.86	2.27	18.25	17.65	3.34	18.35	16.89	8.29	18.32	17.01	7.42
2	Tức giận	19.34	18.98	1.88	19.32	18.79	2.78	19.06	17.73	7.23	19.03	17.23	9.93
3	Mệt mỏi	14.57	13.89	4.78	14.55	14.02	3.71	15.26	14.21	7.13	15.23	14.21	6.93
4	Trầm cảm	17.22	16.73	2.89	17.2	16.68	3.07	17.25	15.78	8.90	17.22	15.82	8.47
5	Tinh lực	16.67	17.38	4.17	16.65	17.25	3.54	15.65	17.37	10.42	15.62	16.98	8.34
6	Hoảng loạn	14.3	13.72	4.14	14.28	13.89	2.77	14.59	13.43	8.28	14.56	13.12	10.40
7	Lòng tự trọng	15.04	15.82	5.06	15.02	15.65	4.11	14.06	15.43	9.29	14.03	15.23	8.20
8	Điểm cuối đạt được (TMD)	151.99	147.98	2.67	151.93	148.13	2.53	154.8	145.24	6.37	154.71	145.18	6.36
9	Cơ thể hóa	28.23	27.32	3.28	28.21	27.13	3.90	27.81	23.36	17.39	27.78	22.68	20.21
10	Triệu chứng cưỡng ép	25.67	24.94	2.88	25.65	24.64	4.02	26.66	19.86	29.23	26.63	19.91	28.88
11	Nhạy cảm với quan hệ cá nhân	23.52	22.73	3.42	23.5	22.93	2.46	23.86	18.82	23.62	23.83	17.86	28.64
12	Trầm cảm	28.53	27.48	3.75	28.51	27.59	3.28	29.58	25.42	15.13	29.55	25.95	12.97
13	Lo âu	23.6	22.72	3.80	23.58	22.58	4.33	24.6	19.76	21.82	24.57	19.74	21.80
14	Thù địch	13.34	12.84	3.82	13.32	12.82	3.83	14.37	11.84	19.31	14.34	11.65	20.70
15	Sợ hãi	18.48	17.85	3.47	18.46	17.75	3.92	18.88	14.85	23.90	18.85	13.96	29.81
16	Hoang tưởng	14.78	14.29	3.37	14.76	14.29	3.24	14.37	11.59	21.42	14.34	11.42	22.67
17	Bệnh tâm thần	25.58	24.73	3.38	25.56	24.69	3.46	25.87	19.94	25.89	25.84	19.89	26.02
18	Khác	21.45	22.25	3.66	21.43	20.65	3.71	21.69	19.28	11.76	21.66	18.32	16.71
19	Điểm bình quân	22.32	21.72	2.74	22.30	21.51	3.61	22.77	18.47	20.84	22.74	18.14	22.51

Kết quả sau 05 tháng thực nghiệm, đặc điểm tâm lý của NĐC và NTN đều có nhịp tăng trưởng, tuy nhiên, NTN có sự tăng trưởng đáng kể hơn ở đa số các chỉ tiêu kiểm tra và tăng cao hơn hẳn NĐC, chứng tỏ các trò chơi dân gian đã được lựa chọn và ứng dụng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc

cải thiện các đặc điểm tâm lý cho sinh viên NTN, đặc biệt là các chỉ tiêu tâm lý tích cực được phát triển, các chỉ tiêu tiêu cực được giảm xuống rõ rệt và điều này cũng khẳng định các trò chơi dân gian đã lựa chọn có hiệu quả trong quá trình giảng dạy GDTC cho SV ĐH Huế.

KẾT LUẬN

Có nhiều nguyên nhân gây ảnh hưởng đến mức độ hứng thú của SV trong quá trình học tập môn học GDTC tại ĐH Huế trong đó nguyên nhân là giảng viên ít tổ chức các hoạt động vui chơi trong giờ học là một trong những nguyên nhân có số lượng SV đồng thuận nhất cao nhất.

Sau 05 tháng thực nghiệm, ứng dụng 12 trò chơi dân gian trong chương trình môn học GDTC thấy rằng tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng

nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P < 0.05$, có nghĩa là tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN đã có sự khác biệt và đều có nhịp tăng trưởng, tuy nhiên, NTN có sự tăng trưởng đáng kể hơn ở đa số các chỉ tiêu kiểm tra và tăng cao hơn hẳn NĐC, chứng tỏ các trò chơi dân gian đã được lựa chọn và ứng dụng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc cải thiện đặc điểm tâm lý cho sinh viên NTN và điều này cũng khẳng định các trò chơi dân gian đã lựa chọn có hiệu quả trong quá trình giảng dạy GDTC cho SV ĐH Huế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Thị Vân Hương, (2005). *Tổ chức trò chơi dân gian nhằm giáo dục môi trường cho học sinh tiểu học. Tạp chí giáo dục, số 108.*
- [2]. Nguyễn Toán, Lê Anh Thơ, (1999). *136 trò chơi vận động dân gian Việt Nam và Châu Á.* Hà Nội: Nxb trẻ.
- [3]. 张娜娜. 《人体适应能力评价量表》与《SCL - 90症状自评量表》及皮质醇相关性的研究[J]. 山东体育学院, 2013.
- [4]. 许玲. 健身气功对高中生心理健康影响的实验研究[J]. 沈阳体育学院, 2011.

Bài nộp ngày 10/11/2021, phản biện ngày 30/5/2022, duyệt đăng ngày 10/6/2022