

ỨNG DỤNG TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG TẠO HỨNG THÚ HỌC TẬP THỂ DỤC CHO HỌC SINH TRƯỜNG THPT BA TƠ QUẢNG NGÃI

TS. Nguyễn Tuấn Anh

Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tóm tắt: Bằng những phương pháp nghiên cứu thường quy, chúng tôi tiến hành lựa chọn các trò chơi vận động tạo hứng thú học tập môn thể dục cho học sinh trường Trung học phổ thông Ba Tơ Quảng Ngãi, kết quả nghiên cứu là cơ sở để lựa chọn, đánh giá hiệu quả ứng dụng trò chơi vận động nhằm tạo hứng thú học tập thể dục cho học sinh trường Trung học phổ thông Ba Tơ Quảng Ngãi.

Từ khóa: Trò chơi vận động, hứng thú, Thể dục, học sinh

Abstract: By conventional research methods, we selected movement games to create interest in learning physical education for students at Ba To Quang Ngai High School, the research results are the basis for selecting and evaluate the effectiveness of the application of movement games to create interest in learning and exercise for students at Ba To Quang Ngai High School.

Keywords: Movement games, , interest, Gymnastics, students

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong giảng dạy thể chất, trò chơi không chỉ mang tính chất giải trí mà còn là một phương tiện giáo dục. Trò chơi đã cuốn hút tất cả các em từ bậc tiểu học đến THPT hoặc các trường chuyên nghiệp cũng rất thích vui chơi, đòi hỏi được vui chơi... Việc sử dụng trò chơi cũng là một trong những biện pháp vừa tăng tính đoàn kết, hòa đồng giữa các học sinh với nhau vừa tạo ra sự hứng thú, lôi cuốn học sinh tham gia học tập môn thể dục ở trường phổ thông.

Xuất phát từ ý nghĩa thực tiễn trên, đồng thời qua khảo sát thực tế tại trường THPT Ba Tơ, việc đưa trò chơi vận động vào giảng dạy rất cần thiết, thu hút, tạo hứng thú cho học sinh học thể dục. Với lý do đó, đề tài: “*Ứng dụng trò chơi vận động tạo hứng thú học tập thể dục cho học sinh trường Trung học phổ thông Ba Tơ Quảng Ngãi*” được thực hiện.

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau:

Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn trò chơi vận động tạo hứng thú học tập thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tơ Quảng Ngãi

Để có cơ sở lý luận và thực tiễn trong việc lựa chọn TCVD, chúng tôi tiến hành theo các bước sau:

Thứ nhất: Về cơ sở lý luận.

TCVD là nội dung bài tập quy định, hiện có trong chương trình giảng dạy của học sinh từ lớp 10 (16 tuổi) đến lớp 12 (18 tuổi).

TCVD có tác dụng tổng hợp đối với người tập nâng cao tố chất thể lực như sức nhanh, mạnh, bền và khéo léo. Có tác dụng hoàn thiện các kỹ năng vận động đã học và khả năng điều khiển động tác trong các tình

huống thay đổi. Mặt khác, đồng thời TCVD cũng góp phần hình thành nhân cách và giáo dục các phẩm chất đạo đức tốt đẹp như: tính tập thể, lòng dũng cảm, tính đoàn kết, tính kỷ luật và ý chí quyết thắng, sáng tạo trong hoạt động học tập, vui chơi.

Thứ hai: Về cơ sở thực tiễn.

Những năm gần đây Huyện Ba Tơ tỉnh Quảng Ngãi có sự chuyển biến mạnh mẽ về điều kiện kinh tế, mức sống của người dân được nâng lên. Các trường THPT trên địa bàn cũng được chính quyền địa phương quan tâm nên có diện tích trường sở rộng rãi, song

phần lớn công trình sân bãi về thể dục thể thao còn ít và đơn sơ, dụng cụ còn thiếu thốn. Các trung tâm thể thao giải trí ở huyện chưa được đầu tư. Bởi vậy khi lựa chọn trò chơi cũng phải dựa vào đặc điểm này để lựa chọn các trò chơi có thể tiến hành được thuận lợi và hiệu quả.

Qua đó, đề tài được tiến hành phỏng vấn các giáo viên đang trực tiếp giảng dạy môn Thể dục của các trường khác nhau để có tính khách quan và độ tin cậy với số phiếu phát ra là 11 phiếu và thu về 10 phiếu. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn các yêu cầu đối với việc lựa chọn trò chơi vận động cho học sinh THPT Ba Tơ Quảng Ngãi (n=10)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn			
		Cần thiết	Tỷ lệ %	Không cần thiết	Tỷ lệ %
1	Trò chơi cần có tính mục đích rõ ràng.	10	100	0	0
2	Nội dung, phương thức của trò chơi phải phù hợp với trình độ và đặc điểm phát triển của học sinh.	10	100	0	0
3	Trò chơi phải phù hợp với điều kiện sân bãi dụng cụ.	9	90	1	10
4	Trò chơi phải đảm bảo tính phát triển toàn diện.	8	80	2	20
5	Trò chơi phải đảm bảo yêu cầu cơ bản của một TCVD hoàn chỉnh.	9	90	1	10

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 5 quy định đối với việc lựa chọn TCVD cho học sinh THPT Ba Tơ Quảng Ngãi đều đạt tỷ lệ tán thành cao (từ 80% đến 100% số phiếu). Do vậy đề tài sử dụng cả 5 quy định này làm cơ sở lựa chọn trò chơi cho học sinh THPT Ba Tơ Quảng Ngãi. Từ đó, đề tài tiến hành lựa chọn trò chơi vận động tạo hứng thú học tập thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tơ Quảng Ngãi.

Nhằm có cơ sở để đánh giá hiệu quả các trò chơi vận động phù hợp tạo hứng thú học tập cho học sinh cũng như phù hợp với cơ sở

vật chất của nhà trường. Trên cơ sở tổng hợp và phân tích các tài liệu đề tài đã lựa chọn ra được 12 trò chơi vận động phù hợp để tạo hứng thú học tập cho học sinh trường THPT Ba Tơ Quảng Ngãi.

Để xác định các trò chơi vận động phù hợp nhằm tạo hứng thú học tập cho học sinh trường THPT Ba Tơ Quảng Ngãi chúng tôi tiến hành phỏng vấn các giảng viên và giáo viên có kinh nghiệm giảng dạy với số phiếu phát ra là 35 phiếu và thu về 30 phiếu. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn trò chơi vận động tạo hứng thú học tập cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi (n=30)

TT	Trò chơi vận động	Kết quả phỏng vấn					
		Rất phù hợp		Phù hợp		Bình thường	
		Số Phiếu	Tỷ lệ %	Số Phiếu	Tỷ lệ %	Số Phiếu	Tỷ lệ %
1	Cướp cờ	24	80.0	4	13.3	2	6.7
2	Kéo co	16	53.3	2	6.7	12	40.0
3	Chim sỏ lông	22	73.3	3	10.0	5	16.7
4	Đoàn kết	23	76.7	3	10.0	4	13.3
5	Chung sức	22	73.3	4	13.3	4	13.3
6	Chạy chuyền bóng	18	60.0	8	26.7	4	13.3
7	Chạy tiếp sức	17	56.7	4	13.3	9	30.0
8	Người thừa thứ 3	23	76.7	2	6.7	5	16.7
9	Chạy thoi tiếp sức	16	53.3	2	6.7	12	40.0
10	Lò cò tiếp sức	24	80.0	3	10.0	3	10.0
11	Nhảy vào vòng tròn tiếp sức	18	60.0	3	10.0	9	30.0
12	Dẫn bóng tiếp sức	25	83.3	2	6.7	3	10.0

Qua kết quả bảng 2: Đề tài xác định được 08 trò chơi vận động phù hợp để tạo hứng thú học tập cho học sinh cũng như phù hợp với cơ sở vật chất của nhà trường được các giảng viên và giáo viên lựa chọn là rất phù hợp chiếm tỷ lệ từ 80% trở lên, đó là: Cướp cờ; Chim sỏ lông; Đoàn kết; Chung sức; Chạy chuyền bóng; Người thừa thứ 3; Lò cò tiếp sức; Dẫn bóng tiếp sức.

Với mục đích xác định hiệu quả của các Trò chơi vận động đã xây dựng trong việc nâng cao hứng thú học tập cho học sinh, đề tài tiến hành đánh giá bằng phương pháp thực nghiệm sư phạm để đánh giá chính xác hơn về hiệu quả của việc áp dụng các trò chơi vận động mà đề tài đã lựa chọn, đề tài tiến hành nghiên cứu các bước tiếp theo.

2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả trò chơi vận động tạo hứng thú học tập trong môn học thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi

Sau khi đã xác định được 8 trò chơi vận động tạo hứng thú học tập trong môn học thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi. Đề tài tiến hành ứng dụng thực nghiệm sư phạm để đánh giá hiệu quả của các trò chơi đối với sự hứng thú học tập trong môn học thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi.

2.1. Tổ chức ứng dụng thực nghiệm các trò chơi vận động tạo hứng thú học tập trong môn học thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi

Đề tài tiến hành thực nghiệm trên 200 học sinh ở khối lớp 10 (gồm 80 nam, 120 nữ). Đối tượng thực nghiệm được chia làm hai nhóm:

- Nhóm 1: Là nhóm đối chứng học sinh tập luyện tập luyện theo chương trình môn Thể dục nội khóa của nhà trường gồm có 40 học sinh nam, 60 học sinh nữ.

- Nhóm 2: Là nhóm thực nghiệm học sinh tập luyện theo chương trình môn Thể dục nội khóa của nhà trường và kết hợp áp dụng các trò chơi vận động mới xây dựng (như đã nêu ở trên) gồm có 40 học sinh nam, 60 học sinh nữ.

Đề tài triển khai thực nghiệm ở 02 học kỳ trong năm học 2021 – 2022, mỗi học kỳ

10 tuần, mỗi tuần 03 buổi, tổng số tiết mỗi kỳ là 60 tiết, trong đó có 04 tiết kiểm tra. Như vậy kế hoạch được áp dụng trong 20 tuần (120 tiết).

2.1. Đánh giá hiệu quả trò chơi vận động tạo hứng thú học tập trong môn học thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tơ Quảng Ngãi

Trên cơ sở tình hình thực tế về điều kiện cơ sở vật chất tại trường THPT Ba Tơ. Trước khi tiến hành thực nghiệm, đề tài tiến hành áp dụng 4/6 test để đánh giá kết quả kiểm tra thể lực của học sinh hai nhóm đối chứng và thực nghiệm theo *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo*. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Kết quả kiểm tra thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của 2 nhóm trước thực nghiệm

TT	Test	Giới tính	Nhóm TN	Nhóm ĐC	t	p
			$\pm \delta$	$\pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng 30s	Nam (n = 40)	14.3 $\pm$ 3.10	14.5 $\pm$ 3.02	0.458	> 0, 05
		Nữ (n = 60)	13 $\pm$ 3.10	13 $\pm$ 3.52	0.000	> 0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n = 40)	196 $\pm$ 16.00	195.8 $\pm$ 17.50	1.387	> 0, 05
		Nữ (n = 60)	150 $\pm$ 12.86	151 $\pm$ 12.25	0.394	> 0, 05
3	Chạy 30m XPC (s)	Nam (n = 40)	5.94 $\pm$ 0.47	5.89 $\pm$ 0.62	0.336	> 0, 05
		Nữ (n = 60)	7.00 $\pm$ 0.48	6.98 $\pm$ 0.62	1.331	> 0, 05
4	Chạy con thoi 4x10m(s)	Nam (n = 40)	12.60 $\pm$ 0.93	12.56 $\pm$ 0.80	0.217	> 0, 05
		Nữ (n = 60)	13.12 $\pm$ 0.39	13.15 $\pm$ 0.62	0.284	> 0, 05

Kết quả ở bảng 3 cho thấy: Việc kiểm tra trình độ thể lực ban đầu theo tiêu chuẩn RLTT của 2 nhóm có $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ nên sự khác biệt về trình độ thể lực là không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$. Hay nói cách khác là trình độ thể lực của các đối tượng nghiên cứu ở giai đoạn trước thực nghiệm là tương đương nhau.

Qua thời gian thực nghiệm là năm học 2020 - 2021 (từ tháng 09/2020 đến tháng 6/2021) với những trò chơi mà đề tài đã lựa chọn và được phép triển khai thực hiện.

Sau đó đề tài đánh giá hiệu quả các bài tập bằng cách tiến hành kiểm tra theo tiêu chuẩn RLTT của Bộ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày ở bảng 4, 5.

Kết quả ở bảng 4 cho thấy: Các chỉ tiêu thể lực của nhóm Thực nghiệm trước và sau thực nghiệm đều thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa ở tất cả các test kiểm tra $t_{\text{tính}}$ (giao động từ 4.795 đến 7.725) đều lớn hơn $t_{\text{bảng}} = 3.646$ với $P < 0.001$. đối với nam và $t_{\text{tính}}$ (giao động từ 3.960 đến 4.143) đối với nữ đều lớn hơn $t_{\text{bảng}} = 3.646$ với $P < 0.001$.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

TT	Test kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (Nam n = 40)		t	p	Nhóm thực nghiệm (Nữ n = 60)		t	p
		Trước TN $\bar{x} \pm \delta$	Sau TN $\bar{x} \pm \delta$			Trước TN $\bar{x} \pm \delta$	Sau TN $\bar{x} \pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng 30s	14.3 $\pm$ 3.10	18.8 $\pm$ 3.24	7.725	< 0.05	13 $\pm$ 3.10	15.8 $\pm$ 3.13	4.718	< 0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	196 $\pm$ 16.00	214 $\pm$ 15.50	6.220	< 0.05	150 $\pm$ 12.86	170 $\pm$ 11.86	3.960	< 0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.94 $\pm$ 0.47	5.21 $\pm$ 0.56	7.581	< 0.05	7.00 $\pm$ 0.48	6.95 $\pm$ 0.54	9.110	< 0.05
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.60 $\pm$ 0.93	12 $\pm$ 0.78	4.795	< 0.05	13.12 $\pm$ 0.39	12.2 $\pm$ 0.42	4.143	< 0.05

Bảng 5. Kết quả kiểm tra thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm

TT	Test kiểm tra	Nhóm Đối chứng (Nam) (n = 40)		t	p	Nhóm Đối chứng (Nữ) (n = 60)		t	p
		Trước TN $\bar{x} \pm \delta$	Sau TN $\bar{x} \pm \delta$			Trước TN $\bar{x} \pm \delta$	Sau TN $\bar{x} \pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng 30s	14.5 $\pm$ 3.02	16 $\pm$ 3.04	4.365	<0.05	13 $\pm$ 3.52	14 $\pm$ 3.27	2.884	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	205 $\pm$ 17.50	210 $\pm$ 15.40	4.161	<0.05	151 $\pm$ 12.25	158 $\pm$ 12.21	2.003	<0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.89 $\pm$ 0.62	5.7 $\pm$ 0.81	1.630	<0.05	6.98 $\pm$ 0.62	6.7 $\pm$ 0.61	3.585	<0.05
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.56 $\pm$ 0.80	12.34 $\pm$ 0.80	3.429	<0.05	13.15 $\pm$ 0.62	13.04 $\pm$ 0.60	0.883	<0.05

Qua kết quả ở bảng 5: Cho thấy các chỉ tiêu thể lực của nhóm đối chứng trước và sau khi hoàn thành chương trình môn học cũng đã có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Sự phát triển của một số tổ chất thể lực tốt tuy nhiên vẫn còn một số tổ chất có sự

phát triển nhưng đạt hiệu quả chưa cao.

Để làm rõ hơn chúng tôi tiến hành so sánh kết quả sau thực nghiệm của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm, kết quả được trình bày tại bảng 6.

Bảng 6. Kết quả kiểm tra thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của 2 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau quá trình thực nghiệm

TT	Test kiểm tra	Nhóm Nam (n = 40)		t	p	Nhóm Nữ (n = 40)		t	p
		Nhóm thực nghiệm $\bar{x} \pm \delta$	Nhóm đối chứng $\bar{x} \pm \delta$			Nhóm thực nghiệm $\bar{x} \pm \delta$	Nhóm đối chứng $\bar{x} \pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng 30s	18.8 $\pm$ 3.24	16 $\pm$ 3.04	2.982	<0.05	15.8 $\pm$ 3.13	14 $\pm$ 3.27	2.544	<0.05

2	Bật xa tại chỗ (cm)	214 ± 15.50	210 ± 15.40	3.327	<0.05	170.0 ± 11.86	158 ± 12.21	2.643	<0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.21 ± 0.56	5.7 ± 0.81	3.434	<0.05	6.95 ± 0.54	6.7 ± 0.61	2.997	<0.05
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	1200 ± 0.78	12.34 ± 0.80	2.417	<0.05	12.2 ± 0.42	13.04 ± 0.60	4.337	<0.05

Kết quả thu được ở bảng 6 cho thấy: Ở tất cả các nội dung kiểm tra đều có thành tích nhóm thực nghiệm tốt hơn thành tích đối chứng.

Có 4/4 test thể hiện $t_{\text{tính}}$ (giao động từ 2.417 đến 3.434) $> t_{\text{bảng}} = 2.042$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$ đến 0.01 đối với nam.

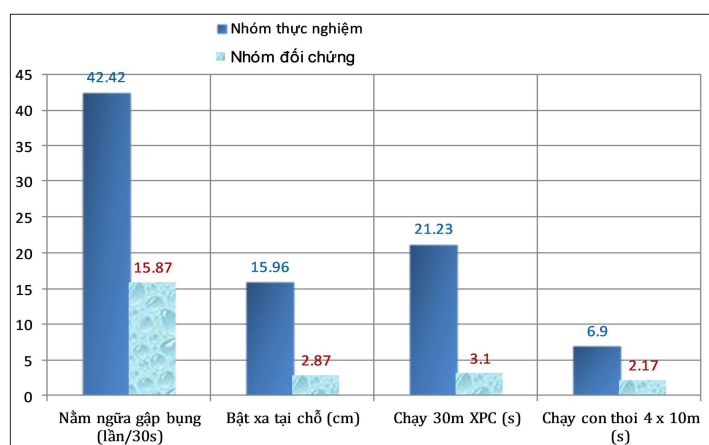
Có 4/4 test thể hiện $t_{\text{tính}}$ (giao động từ 2.544 đến 4.337) $> t_{\text{bảng}} = 2.020$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$ đến 0.001 đối với nữ.

Điều này cho thấy tính hiệu quả của việc lựa chọn trò chơi vào việc nâng cao tính hứng thú học tập cho học sinh học tập môn học Thể dục tại trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi. Hay

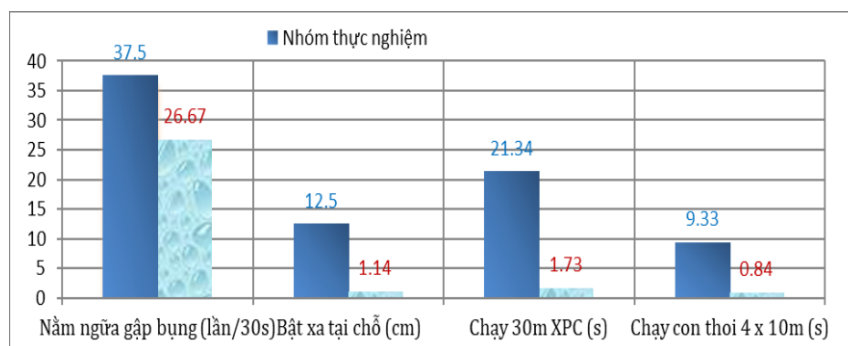
nói cách khác là học sinh của nhà trường rất có ý thức trong học tập và rèn luyện TDTT nói chung và môn học GDTC nói riêng.

Qua các bảng trên chúng ta thấy rằng các bài tập đề xuất ứng dụng trong nhóm thực nghiệm bước đầu đã thể hiện tính hiệu quả rất cao so với nhóm đối chứng sử dụng phương pháp truyền thống trong việc phát triển thể lực của đối tượng nghiên cứu.

Qua kết quả biểu đồ 1 và 2 thấy rằng nhịp độ tăng trưởng cũng đảm bảo sự gia tăng đáng kể về thành tích của các em học sinh nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng.



Biểu đồ 1. So sánh nhịp tăng trưởng của Nam học sinh hai nhóm trước và sau thực nghiệm



Biểu đồ 2. So sánh nhịp tăng trưởng của Nữ học sinh hai nhóm trước và sau thực nghiệm

Như vậy, sau thời gian ứng dụng thực nghiệm (ở 2 học kỳ mỗi học kỳ 10 tuần, mỗi tuần 03 buổi, tổng số tiết mỗi kì là 60 tiết, trong đó có 04 tiết kiểm tra. Tổng 20 tuần (120 tiết) với các trò chơi được lựa chọn của đề tài, kết quả kiểm tra tiêu chuẩn RLTT của học sinh Trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi đã cho thấy hiệu quả quan trọng nhất vẫn là chất lượng của các giờ học chính khóa đã tăng chất lượng đáng kể, kể cả những hoạt động thể thao mang tính tự giác của các em học sinh đã được phổ biến khá rộng rãi; chính vì vậy, đã làm tăng đáng kể chất lượng thể chất của các em học sinh qua việc so sánh như trên.

KẾT LUẬN

- Qua quá trình tổng hợp tài liệu và phỏng vấn đề tài đã lựa chọn được 08 trò chơi vận động tạo hứng thú học tập môn thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư.

- Đề tài đã ứng dụng và đánh giá có hiệu quả 08 trò chơi vận động trong giảng dạy nhằm tạo hứng thú học tập môn thể dục cho học sinh trường THPT Ba Tư Quảng Ngãi. Quá trình ứng dụng các trò chơi vận động đã lựa chọn cho thấy, thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm cao hơn nhóm đối chứng, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê $t_{\text{tinh}} > t_{\text{bảng}}$ với $p < 0.05$ đến 0.001.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Bộ giáo dục và Đào tạo, Hướng dẫn thực hiện chương trình GDTC trong các nhà trường theo quy định 904/QĐ ngày 17/12/2004.
- [2]. Bộ giáo dục và Đào tạo, *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
- [3]. Lê Tấn Đạt (2010), *Nghiên cứu sự phát triển thể dục thể thao giải trí ở các tỉnh miền Trung và Tây Nguyên để xây dựng môn học chuyên ngành thể dục thể thao giải trí của trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học.
- [4]. Võ Văn Vũ (2014), *Đánh giá thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường Trung học phổ thông ở Đà Nẵng*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục.

Bài nộp ngày 12/9/2022, phản biện ngày 07/10/2022, duyệt đăng ngày 30/10/2022