

XÂY DỰNG TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG TRONG MÔN ĐÁ CẦU NÂNG CAO TÍNH HỨNG THÚ HỌC TẬP CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP

DEVELOPING PHYSICAL GAMES IN SHUTTLECOCK KICKING TO INCREASE LEARNING INTEREST FOR STUDENTS AT DONG THAP UNIVERSITY

TÓM TẮT: Tổ chức các trò chơi vận động trong môn học giáo dục thể chất là hoạt động nhằm đem lại hiệu quả cao cho sinh viên, giúp các em ngày càng hứng thú với hoạt động học tập hơn nữa. Qua nghiên cứu đã xây dựng được 4 trò chơi vận động trong môn đá cầu nhằm nâng cao hứng thú học tập cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp. Các trò chơi vận động được xây dựng gồm có: Đá cầu bằng chân thuận vào điểm quy định, chạy kết đoàn, nhảy lò cò đổi chân, kéo co.

TỪ KHÓA: Trò chơi vận động, hứng thú học tập, môn Giáo dục thể chất, sinh viên.

ABSTRACT: Organizing physical games in physical education classes is an activity aimed at improving students' engagement and effectiveness in learning. Through research have developed four physical games in shuttlecock kicking to enhance students' interest in learning at Dong Thap University. The games include: kicking the shuttlecock with the dominant foot to a designated spot, team running, hopscotch, and tug of war.

KEYWORDS: Physical games, learning interest, physical education, students.

NGÔ TRẦN THIÊN HƯƠNG
Trường Đại học Sư phạm Thể dục
thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

NGO TRAN THIEN HUONG
Ho Chi Minh City University of
Physical Education and Sports

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh viên Trường đại học Đồng Tháp nói riêng và lứa tuổi sinh viên nói chung là giai đoạn lứa tuổi đang trong quá trình hình thành và phát triển nhân cách, thể chất và tinh thần.. Đây là lứa tuổi “chơi để học – học mà chơi”. Những năm gần đây, hoạt động giáo dục thể chất (viết tắt GDTC) trong nhà trường đã có những chuyển biến theo hướng tích cực. Bên cạnh đó, cùng với sự

phát triển của khoa học kỹ thuật, khoa học công nghệ đặc biệt là công nghệ điện tử, tin học,... làm xuất hiện một số trò chơi hiện đại, trò chơi điện tử có tác dụng mạnh mẽ và trực tiếp đến nhu cầu vui chơi của học sinh, ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách. Đó là, sự mất dần vai trò và vị thế của các trò chơi vận động trong đời sống và hạn chế tính tích cực học tập của sinh viên trong giai đoạn hiện nay. Điều này cho thấy hiện tượng lạm dụng hình thức chơi đang trở nên khá phổ biến cũng như có xu hướng phát triển mạnh mẽ, bùng nổ những trò chơi nặng về trí tuệ, nặng về tư duy trí óc gây mệt mỏi về trí óc (như chơi điện tử...) làm hạn chế tính chất và vai trò của

hoạt động vui chơi vận động cũng như hạn chế khả năng tiếp thu bài giảng ở sinh viên. Thực trạng giờ GDTC ít sử dụng trò chơi, hoặc những trò chơi nhàm chán khiến sinh viên không ưa thích... So với yêu cầu thì hạn chế này khiến sinh viên không những không hứng thú với môn học GDTC mà còn hạn chế tác dụng, vai trò nâng cao hứng thú học tập đối với khả năng nhận thức và hoạt động học tập. Điều này đặt ra vấn đề cần xây dựng trò chơi vận động có tính khả thi nhằm gây hứng thú học tập cho sinh viên. Với những lý do trên, tác giả mạnh dạn chọn vấn đề nghiên cứu với tên: “Xây dựng trò chơi vận động trong môn đá cầu nhằm nâng cao tính hứng thú học tập cho sinh viên



Trường Đại học Đồng Tháp”

Phương pháp nghiên cứu:

Các phương pháp nghiên cứu thường quy trong thể dục thể thao như: Nghiên cứu tài liệu, phỏng vấn, quan sát sự phạm, kiểm tra sự phạm, thực nghiệm sự phạm, toán học thống kê được sử dụng để giải quyết mục tiêu đã đề ra.

Khách thể nghiên cứu:

Khách thể kiểm tra: 100 sinh viên (nam, nữ) năm thứ 2 Trường Đại học Đồng Tháp.

Khách thể phỏng vấn: 450 sinh viên từ năm 1-3 của Trường Đại học Đồng Tháp.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1 Thực trạng vấn đề nghiên cứu

2.1.1 Thực trạng dạy – học, rèn luyện môn Giáo dục thể chất cho sinh viên.

Để đánh giá thực trạng công tác giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp, trước tiên phải sử dụng phương pháp quan sát sự phạm và phân tích, thống kê chương trình và giáo án giảng dạy cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp, trong chương trình giảng dạy môn GDTC cho sinh (trong 24 giáo án thực hành). Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Việc giảng dạy môn GDTC của nhà trường đã được quan tâm thích đáng. Kết quả được thể hiện rõ trong điểm số và tính chuyên cần học tập, rèn luyện của các em sinh viên. Trong phát triển các tố chất thể lực, việc phát triển mềm dẻo và khả năng

BẢNG 1: THỰC TRẠNG CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP

TT	NỘI DUNG	SỐ GIÁO ÁN CÓ TẬP	THỜI GIAN TRONG 1 GIÁO ÁN
01	Kỹ thuật	24	30'-50'
02	Phương pháp	12	15'-20'
03	Sức Nhanh	08	08'-10'
	Sức Mạnh	08	08'-10'
	Sức bền	12	10'-15'
	Khả năng phối hợp vận động	24	08'-10'
	Mềm dẻo	08	10'-15'

BẢNG 2: KẾT QUẢ PHỎNG VẤN VỀ VẄ ĐỘNG CƠ, HỨNG THÚ HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP ĐỐI VỚI MÔN GDTC (n=450)

TT	NỘI DUNG CÂU HỎI	CÁC MỨC ĐỘ	n	%
1	Em có thích môn học GDTC không?	Có thích	130	29
		Bình thường	158	35
		Không thích	162	36
2	Sau mỗi giờ học em thấy cơ thể ra sao?	Sảng khoái, khỏe mạnh	113	25
		Bình thường	135	30
		Mệt mỏi	202	45
3	Nếu nhà trường tổ chức tập luyện TDTT em có tham gia không?	Có	45	10
		Có thể	135	30
		Không	270	60

phối hợp vận động được tiến hành trong tất cả các giáo án, tiếp theo là tố chất sức mạnh, sức bền và sức nhanh. Thời gian phát triển của mỗi tố chất thể lực nhiều là từ 10'-15' / giáo án và ít là từ 8'-10' / giáo án. Như vậy, công tác phát triển thể lực cho sinh viên đã được chú ý đáng kể. Tuy nhiên, quan sát thực tế cho thấy, xu hướng ảnh hưởng tích cực từ kết quả trên của môn GDTC tới hoạt động học tập của sinh viên đang ở mức độ thấp. sinh viên xem GDTC là một môn học bó hẹp trong giờ học, tiết học. Trong khi ý nghĩa nhân văn của việc học GDTC lại đòi hỏi vượt ra khỏi mỗi giờ học, tiết học. Phạm vi của rèn luyện cần là

hoạt động thường xuyên, tích cực và tác động tốt tới hoạt động học tập của sinh viên nói riêng và cuộc sống nói chung. Điều này cho thấy, vai trò của hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường cần nâng cao hơn nữa chất lượng giảng dạy, trong đó cần nâng cao hơn nữa các trò chơi vận động nhằm tác động tích cực vào thái độ nâng cao tính cảm hứng thú học tập cho sinh viên.

2.1.2 Thực trạng về động cơ, hứng thú học tập của sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp đối với môn Giáo dục thể chất.

Để tìm hiểu lý do của việc dạy – học, rèn luyện môn GDTC cho sinh viên, xem xét một yếu tố tác động sâu xa là

gốc của tình trạng trên. Nghiên cứu đặt ra câu hỏi về “Động cơ, hứng thú học tập của sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp đối với môn GDTC” (phụ lục) với phương pháp phỏng vấn bằng phiếu hỏi và tọa đàm với các em sinh viên học môn GDTC năm 1, 2 và 3.

Qua bảng 2 cho nhận thấy, đa số sinh viên không thực sự coi trọng môn GDTC. Cụ thể: Khi được hỏi các em có thích học môn thể dục không thì có tới 71% ý kiến trả lời không và bình thường. Khi hỏi trạng thái cơ thể sau các giờ thể dục chỉ có 25% là cảm thấy sảng khoái và khỏe mạnh. Số còn lại thì thấy bình thường và cảm thấy mệt mỏi. Đặc biệt cảm thấy mệt mỏi chiếm tỷ lệ lớn, chiếm tới 45%.

Vấn đề tập luyện chưa được coi trọng. Thể hiện là chỉ có 10% học sinh khẳng định có tham gia hoạt động TDTT và có tới 60% các em không tham gia. Khi được hỏi lý do các em không tham gia hoạt động TDTT khi nhà trường tổ chức các em cho biết: Do nội dung bài tập chưa đủ tính hấp dẫn người tập, điều kiện cơ sở vật chất dụng cụ còn thiếu thốn nên chưa đảm bảo cho việc tập luyện... Điều này ảnh hưởng không nhỏ đến công tác giáo dục thể chất trong nhà trường.

Qua việc tìm hiểu thực trạng trên có các nhận xét như sau: Cần nâng cao hơn nữa vai trò của trò chơi vận động trong hoạt động học tập của các em sinh viên đặc biệt là tác động tới xu hướng tích cực học tập, hứng thú của các em. Lựa tuổi sinh viên phù hợp để tham gia những trò

BẢNG 3: KẾT QUẢ PHỎNG VẤN LỰA CHỌN MỘT SỐ TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG NHẪM NÂNG CAO HỨNG THÚ HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN (n=200)

TT	CÁC TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG	SỐ PHIẾU TÁN THÀNH	TỶ LỆ %
1	Chạy nhanh tiếp sức	72	36
2	Chạy con thoi tiếp sức	88	44
3	Chạy kết đoàn	200	100
4	Nhảy lò cò đổi chân	184	92
5	Thi xếp hình nhanh	84	42
6	Kéo co	192	96
7	Đẩy xe cút kít	60	30
8	Chuyền cầu luân phiên	52	26
9	Đá cầu bằng chân thuận vào điểm quy định	200	100

chơi vận động phát triển đầy đủ các tố chất thể lực đơn giản và có cả những trò chơi vận động phức tạp, thích chơi các trò chơi vận động có sức cuốn hút lớn trước tập thể, có ý nghĩa và giá trị vui chơi giải trí cao.

2.2 Lựa chọn một số trò chơi vận động nhằm nâng cao hứng thú học tập cho sinh viên Trường đại học Đồng Tháp.

2.2.1 Lựa chọn trò chơi vận động:

Sau khi tổng hợp được hệ thống các trò chơi vận động, tiến hành phỏng vấn 100 sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp. Với câu hỏi “Các em thích những trò chơi vận động nào?”. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.

Các trò chơi vận động được lựa chọn có tỷ lệ từ 75% trở lên, như vậy có 4 trò chơi được các em thích tham gia. Đó là: Đá cầu bằng chân thuận vào điểm quy định; chạy kết đoàn; nhảy lò cò đổi chân, kéo co. Các trò chơi vận động khác, đa số các sinh viên không hoàn toàn thích tham gia chơi. Điều này cho thấy sở thích của sinh viên là

hoàn toàn phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi các em. Cả 4 trò chơi đều nhằm mục đích nâng cao tố chất thể lực chung cho sinh viên và tạo tâm lý giải trí, có tác dụng nâng cao hoạt động học tập cho các em:

Trò chơi 1. Đá cầu bằng chân thuận vào điểm quy định Số lượng: mỗi đội gồm 5 nam, 5 nữ xếp hàng dọc. đường di chuyển : 20m. Vật dụng cho mỗi đội : 10 quả cầu, 01 rổ đựng cầu. 1 lần thi: 3 đội, . Cách chơi: nghe tiếng còi, người đứng đầu vừa đi vừa đá cầu sao cho không bị rơi xuống đất, về đến đích và đưa quả cầu vào rổ. đội nào có được nhiều cầu trong rổ là thắng.

Trò chơi 2. Chạy kết đoàn: Số lượng: 12 nam, 12 nữ xếp thành 8 nhóm, mỗi nhóm có 1 nữ và 2 nam, 2 nữ và 1 nam (đứng xen kẽ nhau). Đường chạy: 60m (30m đi và 30m về). Vật dụng: mỗi đội có 1 gậy. 1 lần thi: 3 đội. Cách chơi: nghe tiếng còi, nhóm đầu tiên nắm chặt tay nhau cùng chạy về đích chạm vào trọng tài, xong chạy ngược về trao gậy cho nhóm kế tiếp. Lần lượt đội nào về trước là



BẢNG 4: KẾT QUẢ ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ TÁC ĐỘNG CỦA TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG GIỜ NGOẠI KHÓA TỚI HỨNG THÚ HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP THÔNG QUA TEST ĐÁNH GIÁ (n=100)

TT	CÁC TIÊU CHÍ VỀ MỨC ĐỘ NHẬN BIẾT	TRƯỚC THỰC NGHIỆM		SAU THỰC NGHIỆM	
		N	%	N	%
1	Vòng hồ trên (70)	46	46	95	95
2	Vòng hồ dưới (70)	52	52	98	98
3	Vòng hồ trái (70)	42	42	90	90
4	Vòng hồ phải (70)	40	40	92	92

thắng. Lưu ý: suốt đoạn đường di chuyển, phải nắm chặt tay nhau, buông tay ra là thua.

Trò chơi 3. Kéo co: Mỗi đội có 5 nam, 5 nữ mỗi đội được tự do sắp xếp vị trí đứng của các thành viên. Tất cả người chơi sẽ nắm chung sợi dây thừng, sao cho vị trí đánh dấu nằm ở giữa. Khi có hiệu lệnh hai đội sẽ dùng sức kéo dây thừng về phía mình, đội nào kéo lệch vị trí đánh dấu lệch hẳn về phía mình sẽ thắng.

Trò chơi 4. Nhảy lò cò đổi chân: Số lượng: 10 nữ, nam không hạn chế. Đường chạy: 15m, 1 lần thi: 3 đội. Cách chơi: 1 đội có 10 người. Nghe tiếng còi người đứng đầu hàng sẽ nhảy lò cò bằng chân trái di chuyển nhanh về phía trước đến mục tiêu quy định và đổi chân phải nhảy lò cò quay về đến hàng chạm tay đồng đội người ở vị trí kế sẽ tiếp tục, đội nào hết người trước là đội chiến thắng.

Lưu ý: Trong quá trình nhảy nếu chạm hai chân xuống đất là phạm quy phải quay về lại vị trí xuất phát.

Qua quan sát sinh viên chơi thử các trò chơi vận động ở 4 buổi thực hiện các trò chơi, nhận thấy hầu hết các em cố gắng để tham gia các trò chơi đúng cách thức. Tuy nhiên, hiệu quả thu được về tâm lý sau khi chơi các trò chơi là không đồng đều ở cả

nam và nữ. Riêng 4 trò chơi mà các em cho ý kiến là thích tham gia thì hầu hết các em tham gia đúng cách chơi và hứng khởi. Cảm xúc này được biểu hiện rõ rệt cả trong và sau khi tham gia trò chơi. Khi trò chơi kết thúc, các em còn bàn luận, trêu đùa những tình huống nảy sinh và những bất ngờ trong cách thức xử lý tình huống của các bạn.

Dựa vào điều kiện thực tế và thực trạng giảng dạy, học tập môn GDTC của nhà trường như đã nêu ở phần trên, cũng như ý kiến về lựa chọn 4 trò chơi vận động này, tiến hành thực nghiệm sử dụng 4 trò chơi vận động trên là có cơ sở khoa học.

2.2.2 Đánh giá hiệu quả các trò chơi vận động đã lựa chọn cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp.

Để đánh giá hiệu quả các bài tập nghiên cứu lựa chọn, tác giả đã sử dụng phương pháp thực nghiệm sư phạm tự nhiên. Đối tượng thực nghiệm được lấy ngẫu nhiên 100 sinh viên năm 2 Trường Đại học Đồng Tháp, trong đó số lượng sinh viên nam và sinh viên nữ tương đối cân bằng. Thời gian thực nghiệm được tiến hành trong vòng 5 tuần, mỗi tuần 2 buổi, thời gian dành cho mỗi buổi là 30 phút. Nhóm thực nghiệm được đo cả trước và sau thực nghiệm: Nội

dung áp dụng chính là 4 trò chơi vận động đã được lựa chọn.

Việc lựa chọn test đánh giá hiệu quả tác động của trò chơi vận động giờ ngoại khóa tới hứng thú học tập của sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp bằng phép đo tâm lý được coi là yếu tố có ý nghĩa khách quan xác minh cho tính hiệu quả của quá trình thực nghiệm đánh giá mức độ linh hoạt của hệ thần kinh, sử dụng bảng hỏi đánh giá khả năng tri giác của sinh viên. Vì vậy, sau khi lựa chọn được các trò chơi vận động và tiến hành thực nghiệm, tác giả đã sử dụng phương pháp đo vòng hồ londol để đánh giá khẳng định mức độ tin cậy của các trò chơi vận động đã lựa chọn. Cách thức là tiến hành kiểm tra trên đối tượng thực nghiệm, yêu cầu nhận biết vòng hồ trên/dưới/trái/phải trong thời gian 2 phút. Cách đo: Đo kết quả cả trước và sau thực nghiệm. Dụng cụ đo: Đồng hồ bấm dây điện tử có độ chính xác đến 0.01 giây.

Đánh giá kết quả thực nghiệm, nghiên cứu đã sử dụng phương pháp đo tâm lý – vòng hồ londolt để đo mức độ linh hoạt của hệ thần kinh. Đó là trong một thời gian nhất định với sự quy định nhận biết các vòng hồ trên, dưới, phải, trái càng lớn thì điểm càng cao.

BẢNG 5: KẾT QUẢ QUAN SÁT TÁC ĐỘNG CỦA TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG TỚI HỨNG THÚ HỌC TẬP (n=100)

TT	CÁC TIÊU CHÍ	TRƯỚC THỰC NGHIỆM				SAU THỰC NGHIỆM			
		Tham gia bài tập kỹ thuật		Tham gia bài tập thể lực		Tham gia bài tập kỹ thuật		Tham gia bài tập thể lực	
		Tổng	%	Tổng	%	Tổng	%	Tổng	%
1	Tham gia luyện tập tích cực	38	38	43	43	92	92	89	89
2	Tham gia tập luyện mang tính đối phó	62	62	57	57	08	08	11	11

Điểm cao chứng tỏ sinh viên hứng thú với trò chơi. Điều này cũng cho thấy nếu sử dụng tốt sẽ nâng cao hứng thú học tập của sinh viên. Đây là test đánh giá kết quả nghiên cứu mang tính khách quan cao. Cơ sở của việc lựa chọn test này là mối tương quan giữa tri giác với sự thay đổi tâm lý (từ không hứng thú hay ít hứng thú sang hứng thú hơn) thể hiện mức độ linh hoạt của hệ thần kinh đối với tâm lý con người.

Qua bảng 4 ta thấy rõ sự khác biệt giữa trước thực nghiệm và sau thực nghiệm, số sinh viên có hiệu quả tác động của trò chơi vận động tới hứng thú học tập của sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp là cao hơn hẳn trước thực nghiệm. Điều đó cho thấy các tác động có hiệu quả thực sự tới việc nâng cao hứng thú học

tập của sinh viên thông qua bầu không khí lớp học sôi nổi hơn, không còn xuất hiện sinh viên không tham gia tập luyện, làm việc riêng trong giờ học. Hơn nữa, qua lời nhận xét của giảng viên giảng dạy và kết quả điểm số kiểm tra cũng được nâng cao.

Điều này cho thấy mức độ linh hoạt của hệ thần kinh đã được chứng minh sau khi sinh viên tham gia trò chơi vận động giờ GDTC. Như vậy, lựa chọn các test trên để đánh giá hiệu quả các trò chơi vận động được lựa chọn cho sinh viên tham gia học môn đá cầu tại Trường Đại học Đồng Tháp đã khẳng định được hiệu quả và tính khách quan của vấn đề nghiên cứu, cho phép nghiên cứu khẳng định sự phù hợp với giả thuyết khoa học mà vấn đề nghiên cứu đã đặt ra.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu đã xây dựng được 4 trò chơi vận động nhằm nâng cao hứng thú học tập trong môn đá cầu cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp. Đó là: Trò chơi đá cầu bằng chân thuận vào điểm quy định; Trò chơi chạy kết đoàn; Trò chơi nhảy lò cò đổi chân; Trò chơi kéo co. Lựa chọn được 01 test đánh giá hiệu quả tác động của trò chơi vận động. Sau thời gian thực nghiệm, kết quả kiểm tra cho thấy 4 trò chơi vận động được xây dựng có tác động tốt nhằm nâng cao hứng thú học tập trong môn đá cầu cho sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp. ■

*Ngày tòa soạn nhận bài: 13/05/2025,
ngày phản biện đánh giá: 28/05/2025,
ngày chấp nhận đăng bài: 17/06/2025.*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hoàng Thị Đồng (2004), *Giáo trình lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
2. Lê Văn Hồng (2005), *Tâm lý lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
3. Đỗ Vinh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đề (2016), *Giáo trình Lý thuyết phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh
4. Đỗ Vinh, Huỳnh Trọng Khải (2008), *Thống kê học trong Thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
5. Võ Thị Ngọc Lan (2015), *Giải pháp nâng cao kết quả học tập cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Thành Phố Hồ Chí Minh*, Tạp chí khoa học Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, số 2, tr 131-138.
6. Đào Thị Hoa Quỳnh, (2013), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên không chuyên thể dục thể thao Trường Đại học Sư phạm, Đại học Thái Nguyên*, luận văn tốt nghiệp, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh.