

LỰA CHỌN CÁC BÀI TẬP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG HỌC TẬP TRONG GIẢNG DẠY MÔN HỌC BÓNG RỔ CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỎ - ĐỊA CHẤT

Thái Việt Hưng, Nguyễn Trường Đông
Bộ môn Giáo dục thể chất, Khoa Khoa học cơ bản
Trường Đại học Mỏ - Địa chất

Tóm tắt: Nội dung môn học Bóng rổ là một trong những nội dung quan trọng và cần thiết trong công tác giảng dạy môn Giáo dục thể chất ở các cấp học, đặc biệt là trong chương trình giảng dạy tại các trường Đại học theo chương trình khung do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định. Với mục tiêu là trang bị cho sinh viên hệ thống tri thức cơ bản chủ yếu nhất về bóng rổ và kỹ năng cơ bản trong tập luyện, thực hành động tác, thi đấu, phương pháp luận nghiên cứu, rèn luyện các đức tính tập thể, kiên trì và có thể hướng dẫn người khác tập luyện. Dựa trên căn cứ về mục tiêu, chương trình môn học bóng rổ và bằng phương pháp phỏng vấn chuyên gia, đã lựa chọn ra được hệ thống các bài tập có tính ứng dụng cao, nâng cao hiệu quả học tập cho sinh viên trường Đại học Mỏ - Địa chất.

Từ khóa: Bóng rổ, hệ thống bài tập, Giáo dục thể chất, dẫn – chuyền – bắt bóng.

SELECTION OF ADVANCED EXERCISES TO IMPROVE TEACHING AND LEARNING ACTIVITIES IN BASKETBALL SUBJECT FOR STUDENTS AT UNIVERSITY OF MINING AND GEOLOGY

Thai Viet Hung, Nguyen Truong Dong
Department of Physical Education, Faculty of Basic Sciences
University of Mining and Geology

Abstract: Basketball courses are essential in teaching physical education at various educational levels, particularly tertiary education, as stipulated by the Ministry of Education and Training framework. The course aims to equip students with fundamental knowledge of basketball, essential skills for practice, technique execution, competition, and research methodology. It also aims to foster collective virtues, perseverance, and the ability to guide others in training. Based on the course objectives, basketball curriculum, and expert interviews, a system of highly applicable exercises has been selected to enhance the learning effectiveness of students at University of Mining and Geology.

Keywords: Basketball, exercise system, Physical Education, dribbling-passing-catching.

Nhận bài: 11/12/2024

Phản biện: 01/01/2025

Duyệt đăng: 06/01/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giảng dạy môn học bóng rổ là một trong các nhiệm vụ chủ yếu của công tác giáo dục thể chất trong nhà trường do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định. Có thể nói rằng, sự phát triển thể chất của sinh viên các trường Đại học, Cao đẳng nói chung và trường Đại học Mỏ - Địa chất phụ thuộc một phần vào kết quả học tập ở môn học này.

Thông thường chương trình giáo dục thể chất trong nhà trường được triển khai trong quá trình từ năm học thứ nhất đến năm học thứ ba trong chương trình học tập 4 năm của sinh viên, và môn học bóng rổ được triển khai giảng dạy vào năm học thứ hai. Đó là thời điểm thích hợp để tiến hành đưa vào giảng dạy môn học này, bởi vì trong năm học thứ nhất, các sinh viên đã được rèn luyện những kỹ năng, các tố chất thể lực chung qua các môn học cơ bản như: Điền kinh, thể dục..., cho nên vào thời điểm này, việc tiếp thu các kiến thức, các kỹ năng động tác mới sẽ thuận lợi hơn.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1 Nội dung cơ bản của môn học

Trang bị cho sinh viên hệ thống tri thức cơ bản chủ yếu nhất về bóng rổ và kỹ năng cơ bản trong tập luyện, thi đấu, phương pháp luận nghiên cứu, rèn luyện các đức tính tập thể, kiên trì cho sinh viên. Nội dung cơ bản bao gồm:

Hình thành cho sinh viên những kỹ năng thực hành động tác kỹ thuật.

Biết tổ chức và trọng tài bóng rổ cấp cơ sở công tác.

Biết trọng tài điều khiển trận đấu cho các trận đấu giao hữu chào mừng các ngày lễ, tết, gây không khí vui tươi trong cơ quan, hăng say học tập và lao động.

2.2. Mục tiêu của môn học

Trang bị cho sinh viên những tri thức cơ bản chủ yếu nhất trong môn bóng rổ cả về lý thuyết cũng như thực hành động tác, phương pháp giảng dạy, trọng tài điều khiển trận đấu để sinh viên tự đập rèn luyện nâng cao thể lực hoàn thành nhiệm vụ học tập của khoá học.

Cũng trên cơ sở đó sinh viên có khả năng hướng dẫn những tri thức cơ bản nhất cho người mới tham gia tập luyện ở các cơ sở mà sinh viên sau khi tốt nghiệp ra trường công tác, và cũng từ đó sinh viên có khả năng làm trọng tài điều khiển các trận đấu cấp cơ sở.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 2.1. Kết quả phỏng vấn các cơ sở lựa chọn bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất (n = 30)

Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
	Số ý kiến lựa chọn	Tỷ lệ %
Căn cứ vào nhiệm vụ giảng dạy - huấn luyện	28	93.33
Căn cứ vào nguyên tắc giảng dạy - huấn luyện thể thao	27	90.00
Căn cứ vào đặc điểm, đối tượng giảng dạy - huấn luyện	26	86.67
Căn cứ vào việc sử dụng phương pháp giảng dạy - huấn luyện thể thao	26	86.67
Căn cứ vào đặc điểm quá trình phát triển thể lực	28	93.33

Từ kết quả thu được ở bảng 2.1 cho thấy: Việc dựa vào những cơ sở trên để lựa chọn các bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất là điều cần thiết và có cơ sở khoa học, thông qua phiếu phỏng vấn căn cứ trên số ý kiến tán thành chiếm tỷ lệ cao 86.00% trở lên.

Từ những căn cứ trên để lựa chọn những bài tập cần áp dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ, tôi đã xác định lựa chọn bài tập có yêu cầu như sau:

Các bài tập lựa chọn phải phù hợp với mục đích, nhiệm vụ đặt ra trong chương trình giảng dạy - huấn luyện.

Các bài tập có tác dụng trực tiếp hoặc gián tiếp tới sự phát triển kỹ năng, kỹ xảo và yếu tố thể lực

Để lựa chọn các bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất, tôi đã nghiên cứu các nguyên tắc cũng như các đặc điểm trong giảng dạy - huấn luyện cả về mặt lý luận và thực tiễn giảng dạy - huấn luyện cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2.1

của sinh viên.

Các bài tập phải phù hợp với đặc điểm trình độ thể lực của đối tượng tập luyện.

Các bài tập phải khắc phục những yếu tố ảnh hưởng tới việc tiếp thu kỹ thuật động tác và tâm sinh lý của người tập.

Các bài tập phải hợp lý, vừa sức và nâng dần độ khó khối lượng tập luyện đặc biệt chú ý khâu an toàn trong tập luyện.

Sau khi xác định các yêu cầu lựa chọn các bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ cho sinh viên, tôi lại tiến hành phỏng vấn các giáo viên, huấn luyện viên và các chuyên gia bóng rổ về yêu cầu lựa chọn bài tập. Kết quả phỏng vấn thu được như trình bày ở bảng 2.2.

Bảng 2.2. Kết quả phỏng vấn xác định yêu cầu lựa chọn bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất (n = 30)

Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
	Số ý kiến lựa chọn	Tỷ lệ %
Các bài tập lựa chọn phải phù hợp với mục đích, nhiệm vụ đặt ra trong chương trình giảng dạy - huấn luyện.	29	96.67
Các bài tập có tác dụng trực tiếp hoặc gián tiếp tới sự phát triển kỹ năng, kỹ xảo và yếu tố thể lực của sinh viên	29	96.67
Các bài tập phải phù hợp với đặc điểm trình độ thể lực của đối tượng tập luyện.	28	93.33
Các bài tập phải khắc phục những yếu tố ảnh hưởng tới việc tiếp thu kỹ thuật động tác và tâm sinh lý của người tập	28	93.33
Các bài tập phải hợp lý, vừa sức và nâng dần độ khó khối lượng tập luyện đặc biệt chú ý khâu an toàn trong tập luyện	29	96.67

Từ kết quả thu được ở bảng 2.2 cho thấy, các yêu cầu đã đưa ra để lựa chọn bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho đối tượng nghiên cứu đều có các ý kiến lựa chọn và tán thành với tỷ lệ từ 90% trở lên. Do vậy tôi dựa vào các yêu cầu này để tiến hành lựa chọn bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ cho sinh viên Đại học Mỏ - Địa chất.

Sau khi dựa trên cơ sở lý luận và đặc điểm đã được trình bày ở trên, tôi tiến hành lựa chọn hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy cho môn học, quá trình lựa chọn phân tích tôi tiến hành theo 2 bước:

Bước 1: Tổng hợp các bài tập, các nội dung kiểm tra đánh giá từ các tài liệu tham khảo và quan sát sự phạm các lớp giảng dạy - huấn luyện bóng rổ cho sinh viên các khoa thuộc trường Đại học KHXH&NV, Đại học Khoa học tự nhiên - Đại học Quốc gia Hà Nội và sinh viên của các trường Đại học như: Đại học TDTT I, Đại học sư phạm TDTT Hà Tây, khoa GDTC trường Đại học Sư phạm I Hà Nội.

Bước 2: Xác định mức độ ưu tiên các bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ và bước đầu lựa chọn bằng phương pháp phỏng vấn chuyên gia.

Trên cơ sở đó, quá trình lựa chọn đã chọn được 30 bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ cho đối tượng nghiên cứu.

Các bài tập này thuộc các nhóm:

- Nhóm bài tập phát triển thể lực chung và chuyên môn.
- Nhóm bài tập huấn luyện kỹ - chiến thuật.
- Nhóm các bài tập bổ trợ.
- Nhóm các bài tập trò chơi và thi đấu.

Các bài tập bao gồm:

Đồng thời, căn cứ vào chương trình giảng dạy môn bóng rổ tại trường Đại học Mỏ - Địa chất đã được phê duyệt, và qua tham khảo các tài liệu có liên quan của các tác giả đã quan tâm nghiên cứu về vấn đề này, tôi cũng tiến hành lựa chọn hệ thống các nội dung kiểm tra (test) đánh giá kết quả học tập môn học bóng rổ cho sinh viên Đại học Mỏ - Địa chất, các nội dung kiểm tra bao gồm:

- Dẫn bóng tốc độ 30 m (s).
- Tại chỗ ném rổ 5 quả (lần).
- Tại chỗ ném rổ 10 quả (lần).
- Dẫn bóng lên rổ 5 lần (lần).
- Dẫn bóng lên rổ 10 lần (lần).

Với mục đích lựa chọn hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy bóng rổ và các nội dung kiểm tra đánh giá kết quả học tập phù hợp với các điều kiện thực tiễn của nhà trường, tôi đã tiến hành điều tra thực trạng về việc ứng dụng các bài tập, về các nội dung kiểm tra và các bài thử nghiệm thường được áp dụng trong việc giảng dạy - huấn luyện VĐV, sinh viên môn học bóng rổ thông qua hình thức phỏng vấn.

Đối tượng phỏng vấn của chúng tôi là 30 huấn luyện viên, chuyên gia, chuyên viên, giáo viên của các trung tâm bóng rổ mạnh trên toàn quốc như: Ủy ban TDTT, Trung tâm Huấn luyện thể thao quốc gia I, Trung tâm Huấn luyện thể thao quốc gia II, Trường Đại học TDTT I, Trường Đại học sư phạm TDTT Hà Tây, Đại học sư phạm I Hà Nội, các trung tâm thể thao trên địa bàn Hà Nội... những người trực tiếp làm công tác giảng dạy - huấn luyện VĐV, sinh viên bóng rổ (thời điểm phỏng vấn tháng 10/2024).

Bảng 2.3. Kết quả phỏng vấn mức độ ưu tiên các bài tập được sử dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mỏ - Địa chất (n = 30)

Bài tập	Số ý kiến lựa chọn		Kết quả phỏng vấn theo mức độ ưu tiên					
			Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
	N	%	N	%	n	%	n	%
Bài tập 1.	26	86.67	20	76.92	3	11.54	3	11.54
Bài tập 2.	24	80.00	19	79.17	3	12.50	2	8.33
Bài tập 3.	24	80.00	18	75.00	4	16.67	2	8.33
Bài tập 4.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 5.	22	73.33	17	77.27	3	13.64	2	9.09
Bài tập 6.	21	70.00	14	66.67	4	19.05	3	14.29
Bài tập 7.	23	76.67	18	78.26	4	17.39	1	4.35
Bài tập 8.	22	73.33	18	81.82	2	9.09	2	9.09
Bài tập 9.	21	70.00	16	76.19	3	14.29	2	9.52

Bài tập 10.	20	66.67	15	75.00	2	10.00	3	15.00
Bài tập 11.	26	86.67	20	76.92	3	11.54	3	11.54
Bài tập 12.	27	90.00	20	74.07	3	11.11	4	14.81
Bài tập 13.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 14.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 15.	24	80.00	20	83.33	2	8.33	2	8.33
Bài tập 16.	23	76.67	18	78.26	3	13.04	2	8.70
Bài tập 17.	22	73.33	18	81.82	2	9.09	2	9.09
Bài tập 18.	20	66.67	15	75.00	3	15.00	2	10.00
Bài tập 19.	24	80.00	18	75.00	4	16.67	2	8.33
Bài tập 20.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 21.	22	73.33	17	77.27	3	13.64	2	9.09
Bài tập 22.	21	70.00	18	85.71	2	9.52	1	4.76
Bài tập 23.	20	66.67	15	75.00	3	15.00	2	10.00
Bài tập 24.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 25.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00
Bài tập 26.	24	80.00	20	83.33	2	8.33	2	8.33
Bài tập 27.	23	76.67	18	78.26	3	13.04	2	8.70
Bài tập 28.	22	73.33	18	81.82	2	9.09	2	9.09
Bài tập 29.	20	66.67	15	75.00	3	15.00	2	10.00
Bài tập 30.	25	83.33	19	76.00	3	12.00	3	12.00

Bảng 2.4. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các nội dung kiểm tra đánh giá kết quả học tập môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất (n = 30)

Bài tập	Số ý kiến lựa chọn		Kết quả phỏng vấn theo mức độ ưu tiên					
			Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Dẫn bóng tốc độ 30 m (s).	26	86.67	21	80.77	3	11.54	2	7.69
Tại chỗ ném rổ 5 quả (lần).	11	36.67	5	45.45	4	36.36	2	18.18
Tại chỗ ném rổ 10 quả (lần).	28	93.33	23	82.14	2	7.14	3	10.71
Dẫn bóng lên rổ 5 lần (lần).	12	40.00	8	66.67	2	16.67	2	16.67
Dẫn bóng lên rổ 10 lần (lần).	27	90.00	24	88.89	2	7.41	1	3.70

Từ kết quả thu được bảng 2.3 và 2.4 cho thấy:

Khi tìm hiểu thực trạng việc ứng dụng các bài tập trong giảng dạy môn học bóng rổ cho đối tượng nghiên cứu, hầu hết các ý kiến đều lựa chọn các bài tập ứng dụng mà chúng tôi đưa ra (trên 65.00%), trong đó các ý kiến đều tập trung xếp chúng ở mức độ ưu tiên 1 (trên 60.00%). Do đó, các bài tập này có đủ tin cậy để đưa vào sử dụng trong giảng dạy môn học bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất.

Đối với các nội dung (các test) kiểm tra đánh giá kết quả học tập môn bóng rổ của đối tượng nghiên cứu thì hầu hết các ý kiến đều lựa chọn vào các test: Dẫn bóng tốc độ 30 m, tại chỗ ném rổ 10 quả, dẫn bóng lên rổ 10 lần (trên 80.00% ý kiến lựa chọn), và đại đa số các ý kiến lựa chọn các nội dung kiểm tra trên đều xếp chúng ở mức độ ưu tiên 1 trong quá trình kiểm tra đánh giá kết quả học tập của đối tượng nghiên cứu (trên 80.00% ý kiến lựa chọn).

Cũng phải nói thêm rằng, khi giảng dạy môn bóng rổ cho đối tượng sinh viên không chuyên

ngành TĐTT, thì tỷ lệ thời gian dành cho giảng dạy kỹ thuật sẽ được ưu tiên hơn so với thời gian dành cho huấn luyện thể lực chung và chuyên môn.

IV. KẾT LUẬN.

Hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện môn bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất đã lựa chọn và cải tiến, hoàn thiện với một chương trình, tiến trình giảng dạy khoa học, phù hợp với quỹ thời gian và điều kiện thực tiễn của nhà trường, đã đem lại hiệu quả tốt trong việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC nói chung và công tác giảng dạy - học tập môn bóng rổ nói riêng.

Với các nội dung kiểm tra, đánh giá và một bảng tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập rèn luyện môn bóng rổ có đầy đủ cơ sở khoa học, đảm bảo đánh giá một cách khách quan, chính xác, phù hợp với yêu cầu và nhiệm vụ công tác GDTC cho sinh viên cũng đã đem lại hiệu quả cao trong công tác kiểm tra đánh giá chất lượng quá trình giảng dạy - huấn luyện cho sinh viên trường Đại học Mở - Địa chất.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- UB TĐTT (1998), *Chương trình các môn học thực hành*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Trường Đại học TĐTT Từ Sơn (1998), *Chương trình môn học Bóng rổ*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Hiệp hội HLV Bóng rổ thế giới (2001), *Huấn luyện bóng rổ hiện đại*, Dịch: Hữu Hiền, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Đinh Can (2004), *Bóng rổ trong trường học*, NXB TĐTT, Hà Nội.
 Đinh Can (2006), *Hệ thống các bài tập kỹ chiến thuật bóng rổ*, NXB TĐTT, Hà Nội.