

XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC THỂ THAO TỰ CHỌN BÓNG ĐÁ TRONG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT CỦA TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP

Trần Minh Hùng
Trường Đại học Đồng Tháp

Tóm tắt: Nghiên cứu được thực hiện nhằm xây dựng chương trình môn học thể thao tự chọn Bóng đá phù hợp với thực tiễn tại Trường Đại học Đồng Tháp. Thông qua việc phân tích thực trạng và tham khảo ý kiến chuyên gia, đề tài đã xây dựng khung chương trình gồm 30 tiết (2 tín chỉ) với sự phân bổ khoa học giữa lý thuyết và thực hành. Kết quả thực nghiệm cho thấy chương trình mới không chỉ giúp sinh viên nắm vững kỹ thuật, chiến thuật cơ bản mà còn nâng cao đáng kể sự hứng thú và thể lực chung cho người học.

Từ khóa: Chương trình môn học, Bóng đá, Thể thao tự chọn, Giáo dục thể chất, Đại học Đồng Tháp.

DEVELOPING A FOOTBALL ELECTIVE SPORTS CURRICULUM IN THE PHYSICAL EDUCATION PROGRAM OF DONG THAP UNIVERSITY

Abstract: The study was conducted to develop a voluntary football elective course program suitable for the practical context at Dong Thap University. Through situational analysis and expert consultation, the project established a 30-period curriculum (2 credits) with a scientific balance between theory and practice. Experimental results show that the new program not only helps students master basic techniques and tactics but also significantly enhances their interest and overall physical fitness.

Keywords: Curriculum, Football, Elective sports, Physical Education, Dong Thap University.

Nhận bài: 14/03/2026

Phản biện: 14/04/2026

Duyệt đăng: 18/04/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học theo hướng tiếp cận năng lực, môn học Giáo dục thể chất (GDTC) đóng vai trò quan trọng trong việc rèn luyện sức khỏe và hình thành lối sống lành mạnh cho sinh viên. Thực hiện theo Thông tư của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đa dạng hóa các loại hình câu lạc bộ và môn thể thao tự chọn, Trường Đại học Đồng Tháp đã chủ động chuyển đổi mô hình giảng dạy từ các môn bắt buộc cứng nhắc sang các môn thể thao tự chọn nhằm đáp ứng nhu cầu và sở thích của người học.

Bóng đá luôn là ưu tiên lựa chọn hàng đầu của nam sinh viên nhà trường. Tuy nhiên, qua khảo sát thực tế, chương trình giảng dạy Bóng đá hiện nay tại trường vẫn còn bộc lộ một số hạn chế: Nội dung giảng dạy còn mang nặng tính kỹ thuật rời rạc, thiếu sự liên kết hệ thống; thời lượng phân bổ giữa lý thuyết, kỹ thuật cơ bản và thực hành thi đấu chưa thực sự cân đối. Điều này dẫn đến tình trạng sinh viên dù học xong môn học nhưng khả năng vận dụng vào thực tiễn thi đấu và hiểu biết về luật chơi còn hạn chế.

Đặc thù của sinh viên vùng Đồng bằng sông Cửu Long nói chung và sinh viên Đại học Đồng Tháp nói riêng là sự nhanh nhẹn, khéo léo nhưng nền tảng thể lực và tư duy chiến thuật bài bản thường chưa được chú trọng. Do đó, việc xây

dựng một chương trình môn học Bóng đá mang tính hệ thống, cập nhật các xu hướng huấn luyện hiện đại và phù hợp với cơ sở vật chất, quỹ thời gian của nhà trường là một yêu cầu cấp thiết. Một chương trình chuẩn hóa sẽ là kim chỉ nam giúp giảng viên nâng cao chất lượng dạy học, đồng thời giúp sinh viên phát triển toàn diện cả về kỹ năng, thể lực và tinh thần đồng đội. Xuất phát từ thực tế đó, tác giả thực hiện đề tài: “Xây dựng chương trình môn học thể thao tự chọn Bóng đá trong chương trình Giáo dục thể chất của Trường Đại học Đồng Tháp”.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

Bài báo sử dụng phối hợp các phương pháp: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn chuyên gia (n=15); Thực nghiệm sư phạm; Toán học thống kê.

2.1. Xây dựng cấu trúc khung chương trình

2.1.1. Các nguyên tắc cốt lõi khi xây dựng chương trình

Đề chương trình môn học Bóng đá mang tính khoa học và thực tiễn, đề tài đã bám sát 04 nguyên tắc cơ bản sau:

1. Tính hệ thống và kế thừa: Nội dung đi từ lý thuyết đến thực hành, từ kỹ thuật đơn giản (đá bóng lòng bàn chân) đến phức tạp (chiến thuật phối hợp nhóm).

2. Tính phù hợp: Chương trình được thiết kế dựa trên trình độ thể lực trung bình và đặc điểm tâm sinh lý của nam sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp.

3. Tính thực tiễn: Tận dụng tối đa hệ thống sân cỏ nhân tạo hiện có của nhà trường để sinh viên có thời gian tiếp xúc bóng nhiều nhất.

4. Tính hiện đại: Cập nhật các luật thi đấu mới nhất của FIFA dành cho bóng đá 5 và 7 người, cùng các xu hướng chiến thuật bóng đá mini hiện nay.

2.1.2. Phương pháp và phương tiện thực hiện chương trình

Bên cạnh khung nội dung, đề tài cũng xác định các phương pháp giảng dạy chủ đạo:

- Phương pháp trực quan: Sử dụng video các

trận đấu đỉnh cao và sơ đồ chiến thuật để sinh viên dễ hình dung.

- Phương pháp tập luyện lặp lại: Hình thành kỹ năng kỹ xảo động cơ thông qua việc lặp lại các bài tập kỹ thuật cốt lõi.

- Phương pháp trò chơi và thi đấu: Tăng tính hấp dẫn, giúp sinh viên giải tỏa căng thẳng và vận dụng kỹ thuật vào tình huống thực tế.

- Phương tiện: Sử dụng bóng đạt chuẩn, cọc nắm di động, áo phân đội và bảng chiến thuật từ tính.

2.1.3. Cấu trúc khung chương trình

Sau khi tổng hợp ý kiến chuyên gia, chương trình được xây dựng với thời lượng 30 tiết (2 tín chỉ), chia thành 15 buổi học, thể hiện ở bảng 1.

Bảng 1. Khung chương trình môn học Bóng đá tự chọn

Buổi	Nội dung giảng dạy chính	Số tiết
1	Giới thiệu môn học, Luật bóng đá 5 - 7 người	2
2	Kỹ thuật di chuyển không bóng và cảm giác cầu	2
3	Kỹ thuật đá bóng bằng lòng bàn chân (chuyền ngắn)	2
4	Kỹ thuật đá bóng bằng mu bàn chân (chuyền dài, sút)	2
5	Kỹ thuật dừng cầu (lòng bàn chân, đùi, ngực)	2
6	Kỹ thuật dẫn cầu (bằng các bộ phận bàn chân)	2
7	Kỹ thuật đánh đầu và tranh cướp cầu cơ bản	2
8	Kỹ thuật thủ môn và các tình huống cố định	2
9	Chiến thuật tấn công (Phối hợp nhóm 2-3 người)	2
10	Chiến thuật phòng ngự (Kèm người, bọc lót)	2
11	Hệ thống sơ đồ chiến thuật bóng đá 5 người	2
12	Thi đấu thực hành - Áp dụng luật và trọng tài	2
13	Kiểm tra giữa kỳ và đánh giá kỹ năng tổng hợp	2
14	Ôn tập nâng cao và thi đấu giao hữu	2
15	Thi kết thúc môn học	2

2.2. Hệ thống các test đánh giá kết quả học tập

Để đánh giá chương trình, đề tài lựa chọn 04 test kỹ thuật:

1. Dẫn bóng luôn cọc qua đích 30m (s).
2. Đá bóng bằng lòng bàn chân vào ô mục tiêu (lần/10 quả).
3. Sút bóng mu bàn chân vào cầu môn (lần/10 quả).
4. Tang cầu bằng bộ phận bất kỳ (lần).

2.3. Đánh giá hiệu quả sau thực nghiệm

Để đánh giá tính hiệu quả của chương trình, đề tài xây dựng kế hoạch thực nghiệm trên đối tượng khách thể nghiên cứu là 50 nam sinh viên đang theo học tại trường Đại học Đồng Tháp. Kết quả kiểm tra các test, chỉ tiêu đánh giá chuyên môn trước thực nghiệm và sau thực nghiệm được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. So sánh kết quả của sinh viên trước và sau khi học chương trình mới (n=50)

STT	Nội dung kiểm tra	Trước TN ($\bar{X} \pm S$)	Sau TN ($\bar{X} \pm S$)	W%	P
1	Dẫn bóng luôn cọc (s)	15.42±0.65	12.15±0.42	23.72	<0.05
2	Đá bóng lòng bàn chân 10 quả (quả tốt)	4.2±1.2	8.5±0.8	67.72	<0.01
3	Sút bóng vào cầu môn 10 quả (quả tốt)	3.5±1.5	7.8±1.0	76.11	<0.01
4	Tang bóng (lần)	12±5.5	35±8.2	97.87	<0.01

Bàn luận: Các chỉ số kỹ thuật đều tăng trưởng vượt trội, đặc biệt là khả năng tăng bóng và sút bóng chính xác. Điều này chứng tỏ việc sắp xếp nội dung từ cơ bản đến nâng cao trong chương trình mới giúp sinh viên tiếp thu bài học nhanh và hiệu quả hơn.

III. KẾT LUẬN

Bài báo đã xây dựng thành công chương trình môn học Bóng đá tự chọn gồm 30 tiết với cấu trúc logic, khoa học. Chương trình đã được kiểm chứng qua thực nghiệm, cho thấy sự phù hợp cao với đặc điểm sinh viên và điều kiện sân bãi của Trường Đại học Đồng Tháp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường Thể thao*, NXB TĐTT.
Trần Văn Chử (2020), *Lý luận và Phương pháp giảng dạy Bóng đá*, NXB TĐTT.
Nguyễn Văn Vinh (2018), *Giáo trình bóng đá cho sinh viên các trường Đại học không chuyên*, NXB Đại học Sư phạm.
Liên đoàn Bóng đá Việt Nam (VFF), *Giáo trình bóng đá cơ bản*.
Đỗ Vĩnh, Trịnh Hữu Lộc (2010), *Giáo trình đo lường thể thao*. NXB TĐTT.
Đỗ Vĩnh, Trịnh Hữu Lộc (2010), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong lĩnh vực thể dục thể thao*. NXB TĐTT