

CÁC GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC GIẢNG DẠY MÔN BÓNG RỔ NGOẠI KHÓA TẠI CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN TP HỒ CHÍ MINH

LÊ VIỆT ĐỨC*, PHAN THỊ MỸ HOA*

TÓM TẮT

Sự phát triển của phong trào bóng rổ khối các trường trung học phổ thông (THPT) trong những năm qua đã đặt ra vấn đề cấp thiết là cần nghiên cứu thực trạng công tác giảng dạy môn Bóng rổ ngoại khóa tại các trường; từ đó đề ra các giải pháp đúng đắn nhằm nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy môn Bóng rổ trong trường THPT tại Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM).

Từ khóa: giải pháp, môn bóng rổ, trung học phổ thông.

ABSTRACT

***Some measures to enhance the quality of teaching basketball
as an extracurricular activity in high schools in Ho Chi Minh City***

The development of basketball movement in high schools in recent years have emphasized the importance of studying the reality of teaching basketball as an extracurricular activity; in light of which some measures are proposed to enhance the quality of teaching basketball in high schools in Ho Chi Minh City.

Keywords: measures, basketball, high school.

1. Mở đầu

Hiện nay, các trường phổ thông trên địa bàn TPHCM đều có xu hướng phát triển đa dạng các loại hình giáo dục trong nhà trường theo nhu cầu của HS, phụ huynh, xã hội và môn Giáo dục Thể chất (GDTC) cũng không nằm ngoài xu thế đó.

Năm 2006, môn Bóng rổ được Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT) quy định là bộ môn chính khóa trong chương trình GDTC dành cho HS THPT. Phong trào bóng rổ HS phát triển mạnh mẽ và rộng khắp trên địa bàn TPHCM, là môn thể thao được đông đảo HS yêu thích, thường

xuyên tham gia tập luyện chính khóa và ngoại khóa.

Xuất phát từ những lí do trên chúng tôi tiến hành thực hiện đề tài: “*Các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy môn Bóng rổ tại các trường phổ thông trên địa bàn TPHCM*”.

2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp nghiên cứu:

- Phương tổng hợp và phân tích các tài liệu.
- Phương pháp phỏng vấn.
- Phương pháp quan sát sư phạm.
- Phương pháp kiểm tra sư phạm.
- Thực nghiệm sư phạm.

* ThS, Trường Đại học Sư phạm TPHCM; Email: dhspsbasketball@yahoo.com

- Phương pháp thống kê toán.

Phạm vi nghiên cứu: Gồm 25 trường THPT thuộc 15 quận, huyện nội và ngoại thành TPHCM.

Thời gian nghiên cứu: Đề tài được thực hiện từ tháng 5 năm 2015 đến tháng 5 năm 2016.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thực trạng công tác giảng dạy môn Bóng rổ tại các trường THPT trên địa bàn TPHCM

Sau khi tiến hành điều tra tại 25 trường học, chúng tôi thu được các số liệu như ở Bảng 1 sau đây:

Bảng 1. Khảo sát thực trạng bóng rổ tại các trường THPT trên địa bàn TPHCM

STT	Tên trường	Sân	Rổ	Bóng	GV	HLV	L/H	ĐT	CLB
1	Lương Thế Vinh	0	2	20	7(1)	0	1	2	*
2	Trần Đại Nghĩa	2	8	60	8(1)	2	3	4	*
3	Giồng Ông Tố	1	2	20	5	2	1	0	
4	Lê Thị Hồng Gấm	0	0	20	5(1)	2	1	1	*
5	Nguyễn Thị Minh Khai	1	4	40	6(1)	0	2	2	*
6	Nguyễn Trãi	0	2	30	5	3	2	1	
7	Lê Hồng Phong	2	6	40	8	1	2	2	*
8	THTH	0	2	30	3	1	1	0	*
9	Đinh Thiệu Lý	2	6	60	6	3	2	2	*
10	Nguyễn Thị Định	1	4	30	7	0	1	0	
11	Nguyễn Du	0	0	20	6	3	1	2	*
12	Nguyễn Khuyến	1	2	30	6	0	2	1	*
13	Trần Quang Khải	1	2	30	7	3	2	2	*
14	Trương Vĩnh Ký	1	2	40	5	3	2	1	*
15	Trường Chinh	1	3	30	7(1)	0	2	1	*
16	Võ Trường Toàn	0	2	30	7	0	2	0	
17	Phú Nhuận	1	4	40	7(1)	3	2	2	*
18	Hàn Thuyên	1	4	30	6	3	2	2	*
19	Nguyễn Thượng Hiền	1	4	60	10(1)	1	2	2	*
20	Á Châu	1	4	60	6	2	2	2	*
21	Hoàng Hoa Thám	1	2	30	5	2	2	1	*
22	Võ Thị Sáu	0	2	30	5	2	2	1	*
23	Nguyễn Công Trứ	1	2	30	5	0	2	1	
24	Âu Lạc	1	4	40	3	1	2	1	*
25	Tân Phú	1	2	30	6(2)	0	2	1	*

Các số liệu trên cho thấy thực tế còn tồn tại những vấn đề sau:

- Chương trình giảng dạy ngoại khóa: Nhiều nội dung, thời lượng ngắn ảnh hưởng đến chất lượng dạy học. Lượng vận động chỉ ở mức trung bình-thấp chưa phù hợp với yêu cầu phát triển thể chất cho HS.

- Cơ sở vật chất: Một vấn đề quan trọng để GDTC trong nhà trường phát triển đó là sân tập và phương tiện hỗ trợ học tập. Nhưng hầu hết các trường học lại thiếu đi điều kiện này. Trước đây, khi quy hoạch và xây dựng trường, người ta mới chỉ tính đến diện tích để xây các lớp học, các phòng, ban... mà không tính đến không gian dành cho HS tập thể dục. Hầu hết các trường học đều thiếu sân tập. Hiện phần lớn các trường chỉ có một sân trường chung, không đúng quy cách cho GDTC. Nhiều trường có 40 - 50 lớp mà chỉ có một sân tập nên không thể đáp ứng về cơ sở vật chất tối thiểu cho môn học. Các trường cần chú ý nâng cấp trang bị thêm để có thể đảm bảo tốt cho công tác giảng dạy, đặc biệt là rổ để đáp ứng nhu cầu của giáo viên (GV) lẫn HS.

- Đội ngũ GV: GV có năng lực chuyên môn tốt để tham gia giảng dạy môn Bóng rổ còn thiếu nhiều và cần có biện pháp để hỗ trợ chuyên môn nghiệp vụ cho GV. Các lớp tập huấn cho GV chưa đáp ứng yêu cầu thực tế.

- Nhà trường: Công tác GDTC ít được lãnh đạo quan tâm. Thực tế mới chỉ dừng ở việc thường xuyên theo dõi nội dung, giáo án giảng dạy và động viên, khen thưởng đối với đội ngũ GV, HS đạt được thành tích cao trong thi đấu thể thao phong trào.

- Phong trào tập luyện ngoại khóa: Đội tuyển các câu lạc bộ tập luyện bóng rổ thường xuyên cho thấy sự ham thích và nhu cầu tập luyện bóng rổ thường xuyên tại các trường PTTH là rất lớn tại TP HCM. Nhà trường cần quan tâm hơn nữa để góp phần phát triển các sân chơi lành mạnh, bổ ích nhằm phục vụ tốt công tác phát triển thể chất cho HS.

3.2. Các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy môn Bóng rổ tại các trường THPT trên địa bàn TP HCM

3.2.1. Đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy môn Bóng rổ tại các trường THPT trên địa bàn TP HCM

Chúng tôi đã xây dựng 2 nhóm giải pháp ngắn hạn và dài hạn nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy môn bóng rổ khối THPT tại TP HCM. Sau đó tiến hành phỏng vấn 34 chuyên gia và thu được kết quả như sau:

• Các giải pháp ngắn hạn:

- Sắp xếp nội dung tập luyện của hai lớp trên cùng 1 sân;
- Thay đổi hình thức tổ chức tập luyện: tập luyện giãn cách, tập luyện vòng tròn chia trạm khi tập luyện các nội dung kỹ thuật, thể lực;
- Chia nhóm tập luyện và tổ chức thi đua nhóm, trò chơi;
- Hướng dẫn HS tài liệu tham khảo;
- Hướng dẫn HS ôn tập và các bài tập bổ trợ;
- Yêu cầu HS tìm hiểu trước nội dung bài mới tại nhà.

• Các giải pháp dài hạn:

- Đề xuất Sở GD&ĐT phối hợp Liên đoàn Bóng rổ TP HCM tổ chức phân chia đối tượng các lớp tập huấn, bồi dưỡng

chuyên môn cơ bản và nâng cao;

- Nghiên cứu cải tiến, thay đổi nội dung dạy học;

- Góp ý thay đổi cách đánh giá kết quả học tập của HS môn Thể dục THPT hiện nay;

- Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất (gắn thêm rổ phụ, trang bị thêm cọc kỹ thuật, bóng);

- Tổ chức câu lạc bộ tập luyện thường xuyên tại trường.

3.2.2. Thực nghiệm các giải pháp nâng cao công tác giảng dạy môn bóng rổ

Sau khi đã xác định nhóm các giải pháp được các chuyên gia đánh giá là phù hợp nhất, chúng tôi tiến hành thực nghiệm một số giải pháp ngắn hạn với 2 lớp 11A3 và 11A4 tại Trường THPT Lương Thế Vinh Quận 1, TPHCM vào học kì 2 năm học 2015-2016.

Đối tượng là 56 HS nam và nữ đã được học môn Bóng rổ ở lớp 10 trình độ tương đồng nhau.

• **Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm:**

- Đối với nhóm nữ lớp 11 (xem Bảng 2):

Bảng 2. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của nhóm nữ lớp 11

Test	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	T	P
Trượt phòng thủ	11,85	1,37	0,151	0,151	0,016	>0,05
Dẫn bóng	9,83	0,97	0,33	0,33	0,042	>0,05
Chuyền bóng	22,93	3,32	0,058	0,058	0,09	>0,05
Ném rổ	2,14	1,10	0,182	0,182	0,138	>0,05
Hai bước ném rổ	2,71	1,38	0,138	0,138	0,055	>0,05

- Đối với nhóm nam lớp 11 (xem Bảng 3):

Bảng 3. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của nhóm nam lớp 11

Test	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
	\bar{X}	σ	\bar{X}	σ	T	P
Trượt phòng thủ	10,17	0,83	10,23	0,87	0,151	>0,05
Dẫn bóng	8,51	0,67	8,52	0,62	0,33	>0,05
Chuyền bóng	24,71	3,15	24,79	2,75	0,058	>0,05
Ném rổ	2,71	0,97	2,79	0,97	0,182	>0,05
Hai bước ném rổ	2,93	1,14	2,86	1,03	0,138	>0,05

Trước thực nghiệm, chúng tôi chia HS lớp 11A3, 11A4 tham gia kiểm tra thành 2 nhóm ngẫu nhiên: nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, mỗi nhóm có 14 nam và 14 nữ. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm cho thấy trình độ của 2 nhóm tương đồng nhau và không có ý nghĩa thống kê.

- **Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm:**

Sau 10 tuần thực nghiệm, chúng tôi tiến hành kiểm tra và thu được kết quả như sau:

- Đối với nhóm nữ lớp 11 (xem Bảng 4):

Bảng 4. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm của nhóm nữ lớp 11

Test	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
	\bar{X}	W%	\bar{X}	σ	T	P
Trượt phòng thủ	11,41±1,37	3,8%	10,37±1,24	13,36%	1,702	P<0,05
Dẫn bóng	9,33±0,88	5,19%	8,70±0,67	12,39%	1,722	P<0,05
Chuyên bóng	24,21±3,07	5,45%	28,29±3,81	20,31%	2,521	P<0,01
Ném rổ	2,21±1,19	3,28%	3,21±1,25	43,24%	1,752	P<0,05
Hai bước ném rổ	3,36±1,55	21,18%	4,64±1,6	54,49%	1,737	P<0,05

- Đối với nhóm nam lớp 11 (xem Bảng 5):

Bảng 5. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm của nhóm nam lớp 11

Test	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
	\bar{X}	W%	\bar{X}	W%	T	P
Trượt phòng thủ	9,84±0,75	3,28%	9,17±0,85	10,93%	1,787	P<0,05
Dẫn bóng	8,13±0,51	4,47%	7,68±0,53	10,42%	1,850	P<0,05
Chuyên bóng	26,79±3,49	8,04%	29,29±2,67	16,64%	1,720	P<0,05
Ném rổ	3,07±1,07	12,35%	3,93±1,07	34,04%	1,718	P<0,05
Hai bước ném rổ	3,29±1,44	11,49%	4,71±1,38	49,06%	2,153	P<0,01

Kết quả cho thấy ở cả 5 test kĩ thuật, các HS ở nhóm thực nghiệm đã cải thiện thành tích vượt trội so với nhóm đối chứng, thể hiện sự ưu việt của chương trình dạy học mới.

4. Kết luận

Thực trạng công tác giảng dạy môn Bóng rổ ngoại khóa tại các trường THPT ở TPHCM còn nhiều bất cập về nội dung, cơ sở vật chất chưa đầy đủ, đội ngũ GV cần được quan tâm hỗ trợ về chuyên môn, cách kiểm tra đánh giá chưa phù

hợp dẫn đến chất lượng của giờ học ngoại khóa chưa cao.

Các nhóm giải pháp ngắn hạn và dài hạn được đề xuất dựa trên cơ sở phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất, nhân lực của các trường THPT trên địa bàn TPHCM hiện nay.

Kết quả thực nghiệm cho thấy các nhóm giải pháp ngắn hạn và dài hạn bước đầu đã cho thấy hiệu quả tích cực, nâng cao chất lượng giờ học, thành tích của HS trong giờ học ngoại khóa môn Bóng rổ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Trung Đính (2012), *Nghiên cứu các giải pháp phát triển thể chất học sinh cấp 3 Trường Trung học phổ thông Nguyễn Thị Minh Khai năm học 2011-2012*, Luận văn Thạc sĩ.
2. Lê Việt Đức (2012), *Thực trạng dạy và học ngoại khóa môn Bóng rổ tại các trường trung học phổ thông trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh*, Tham luận tại Hội nghị Liên đoàn Bóng rổ Thành phố Hồ Chí Minh năm 2012.
3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lí học thể dục thể thao*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
4. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải, Vũ Thị Huệ (2000), *Thực trạng phát triển thể chất học sinh sinh viên Việt Nam trước thềm thế kỉ XXI*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
5. Lê Nguyệt Nga (2007), *Nghiên cứu trình độ tập luyện của vận động viên Bóng rổ nam, nữ tại Thành phố Hồ Chí Minh*, Nxb Thể dục Thể thao.
6. Lê Quý Phương, Lê Thiết Can (2014), *Tư duy – nhận thức về công tác giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường hiện nay*, Tham luận tại Hội nghị về công tác giáo dục thể chất toàn quốc năm 2014.
7. Đồng Văn Triệu (2000), *Lí luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
8. Ngô Kiên Trung (2008), *Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập cho đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh năm 2008*, Luận văn Thạc sĩ.
9. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2008), *Thống kê học trong Thể dục thể thao*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 08-6-2016; ngày phản biện đánh giá: 12-6-2016;
ngày chấp nhận đăng: 16-10-2016)