

TẠP CHÍ  
SPORTS MAGAZINE

ISSN 0866 - 7462

SỐ THÁNG 2

2020

Thể thao

CƠ QUAN CHỦ TỊCH HỘI THỂ DỤC THỂ THAO - BỘ VHTTDL

BỘ TRƯỞNG  
BỘ VHTTDL  
NGUYỄN NGỌC THIÊN:

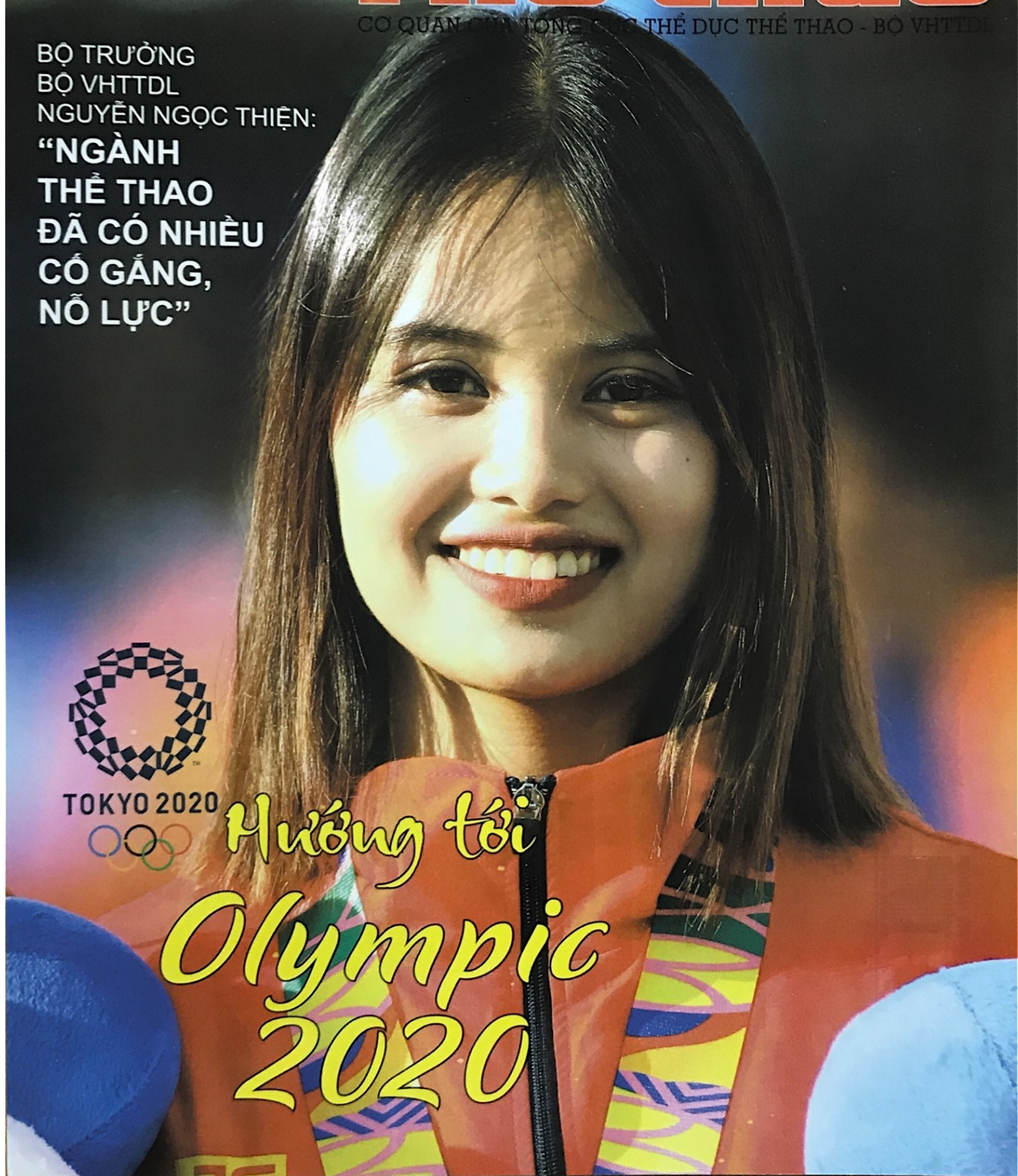
“NGÀNH  
THỂ THAO  
ĐÃ CÓ NHIỀU  
CỐ GĂNG,  
NỖ LỰC”



TOKYO 2020



Hướng tới  
Olympic  
2020





#### TOÀN CẢNH

4. **TS. Vũ Hồng Huy**  
Đảng lãnh đạo, vận dụng quan điểm “dân cường quốc thịnh” của Chủ tịch Hồ Chí Minh phát triển sự nghiệp thể dục thể thao hiện nay
6. **Thu Sâm**  
Bộ trưởng Bộ VHTTDL Nguyễn Ngọc Thiện:  
“Ngành Thể thao đã có nhiều cố gắng, nỗ lực”
8. **Tam Ninh**  
Toàn ngành TDTT quyết tâm thực hiện các nhiệm vụ trọng tâm năm 2020
10. **Bùi Lương**  
Kỷ niệm ngày thấy thuốc Việt Nam 27/2:  
Y học thể thao Việt Nam đã và đang có nhiều bước tiến đáng khích lệ!

#### HƯỚNG TỚI OLYMPIC 2020

12. **Hoàng Anh**  
40 năm tham dự đấu trường Olympic của thể thao Việt Nam:  
Hành trình vươn tới những tầm cao mới
14. **Trung Tú**  
Các nước Đông Nam Á với Olympic: Thái Lan là “ngọn cờ đầu”
16. **Hoàng Tiến**  
4 VĐV đầu tiên có vé dự Olympic Tokyo 2020: Dạt dào sức trẻ

#### VẤN ĐỀ & SỰ KIỆN

18. **Hồng Thái**  
Thị trường chuyển nhượng - dự báo kết quả:  
Bundesliga mùa giải 2019-2020
22. **Thúy Mai**  
Ngành Thể dục thể thao ứng phó với dịch viêm phổi cấp
24. **Hoàng Trọng**  
Bóng đá Việt Nam:  
Từ “cú ngã U23” ở VCK U-23 châu Á đến những hy vọng mới

#### 26. **Đức Lộc**

Năm Du lịch quốc gia 2020: Đến với Hoa Lư - Cố đô ngàn năm!

#### 28. **Ngọc Lai**

Các sự kiện thể thao trong nước và quốc tế nổi bật 2020

#### LÝ LUẬN & THỰC TIỄN

#### 30. **Hữu Bình**

Truyền thông thể thao Việt Nam giai đoạn 2020-2022:

Những nội dung trọng tâm

#### 33. **Hải Tùng**

Tiềm năng phát triển của thể thao điện tử:

Từ thế giới đến Việt Nam

#### 35. **ThS. Lưu Vũ Lương**

TDTT cho người dân các vùng nông thôn:

Hướng đến trẻ em, chủ nhân tương lai của đất nước

#### 37. **Ngọc Lý**

Thuốc lá điện tử trong thể thao: Nên hay không?

#### KINH TẾ THỂ THAO

#### 38. **GS.TS Nguyễn Đại Dương - PGS.TS Đặng Văn Dũng**

Kinh nghiệm quốc tế về phát triển kinh tế thể dục thể thao

#### 38. **Hoàng Nam**

Tập đoàn T&T:

“Lá cờ đầu” trong công tác xã hội hóa và phát triển thể thao

#### KHOA HỌC & CÔNG NGHỆ

#### 44. **TS. Nguyễn Thị Xuân Phương**

Một số mô hình quản lý phát triển TDTT quần chúng trên thế giới (kỳ 2)

#### 48. **Mạnh Hào**

Nghiên cứu mới về đau xương bánh chè

#### 50. **Lê Minh Sơn**

Bổ sung đầy đủ và khoa học thành phần các chất trong cơ thể của vận động viên là chìa khóa để tạo nên kỳ tích

#### NGHIÊN CỨU CƠ SỞ

#### 52. **Nguyễn Sơn Tùng - Đỗ Thị Tươi**

Những nhân tố tạo nên thành tích của môn bơi

#### 54. **ThS. Nguyễn Thị Thùy Dương**

Các giải pháp nâng cao chất lượng giảng dạy môn giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Giao thông Vận tải

#### 55. **ThS. Nguyễn Trường Đông - ThS. Chu Thị Hồng Hạnh**

Đổi mới phương pháp giảng dạy và học tập môn Giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Mỏ địa chất

#### 57. **ThS. Phạm Ngọc Bách**

Tác động của tập luyện đối với sự phát triển hệ cơ

# ĐỔI MỚI PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỎ ĐỊA CHẤT

**ThS. NGUYỄN TRƯỜNG ĐÔNG - ThS. CHU THỊ HỒNG HẠNH**

## Đặt vấn đề

Để đạt được những mục tiêu của giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên trước tiên cần phải đánh giá thực trạng thể chất theo từng độ tuổi, cấp học trong những giai đoạn cụ thể. Việc tổ chức đánh giá diễn biến năng lực thể chất không chỉ có ý nghĩa đánh giá sức khỏe mà còn là căn cứ để so sánh sự phát triển năng lực thể chất của sinh viên giữa các trường và các vùng miền với nhau, cũng như tìm ra những quy luật phát triển thể chất theo lứa tuổi, đó là cơ sở khoa học để xây dựng nội dung, chương trình GDTC cho phù hợp và đạt hiệu quả cao.

Tuy đã có rất nhiều công trình nghiên cứu của các tác giả về vấn đề này. Nhưng việc đánh giá thể lực chung của sinh viên, trên cơ sở đó thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC cho phù hợp nhằm mang lại hiệu quả cao thì chưa có tác giả nào quan tâm nghiên cứu.

## Kết quả nghiên cứu và bàn luận

*Lựa chọn và đề xuất một số giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC của trường Đại học Mỏ địa chất*

Cơ sở thực tiễn để lựa chọn các giải pháp: Dựa

trên quan điểm, đường lối lãnh đạo của Đảng, nhà nước về công tác TDTT và chiến lược phát triển con người toàn diện đã được quán triệt trong các văn kiện của Đảng Cộng sản Việt Nam và trong các Chỉ thị, Nghị quyết của Chính Phủ; Căn cứ vào thực trạng thể lực chung, những nguyên nhân chủ quan và khách quan ảnh hưởng đến thể lực chung của sinh viên trường Đại học Mỏ địa chất.

*Đề tài xây dựng và lựa chọn 3 nhóm giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC của trường Đại học Mỏ địa chất*

*Nhóm giải pháp 1:* Về phía học sinh

Tuyên truyền qua các phương tiện thông tin đại chúng nhằm giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC. Hướng dẫn sinh viên biết cách xây dựng một nếp sống lành mạnh.

*Nhóm giải pháp 2:* Về phía giáo viên

Nâng cao trình độ chuyên môn, trách nhiệm của giáo viên trong bộ môn. Đổi mới phương pháp giảng dạy cho sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học cho sinh viên. Thành lập các CLB TDTT để thu hút, lôi cuốn sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa nhằm đẩy mạnh phong trào TDTT trong sinh viên.

**So sánh sự khác biệt về kết quả học tập môn GDTC của sinh viên nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm**

Nhóm	Điểm trung bình môn học					Xếp loại							
	$\bar{x}$	$\sigma$	$Cv$ (%)	$t$	$P$	Tốt		Đạt		Chưa đạt		$\chi^2$	P
						SL	%	SL	%	SL	%		
TN n=215	6,95	0,56	8,06	2,69	< 0,05	32	14,884	166	77,21	17	7,91	18,435	> 0,05
ĐC n=205	6,40	0,49	7,66			13	6,341	151	73,66	41	20,00		

**Nhóm giải pháp 3:** Về phía điều kiện khách quan  
Cải tiến nội dung chương trình cho phù hợp với  
đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn. Cải  
tạo, nâng cấp sân bãi, trang bị bổ sung dụng cụ  
TDDT phục vụ cho công tác giảng dạy và hoạt  
động TDDT. Tăng cường sự quan tâm của Ban  
Giám đốc đối với công tác GDTC.

### Kết luận

1. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 3 nhóm  
giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn  
GDTC từ đó nâng cao thể lực chung cho sinh viên  
trường Đại học Mở địa chất.

Nhóm giải pháp 1 về phía học sinh.

Nhóm giải pháp 2 về phía giáo viên.

Nhóm giải pháp 3 về phía điều kiện khách quan.

2. Với 3 nhóm giải pháp lựa chọn và đưa vào  
ứng dụng trong thực tiễn đã mang lại kết quả khá  
thi. Thể hiện qua chỉ số của 2 nhóm thực nghiệm  
cụ thể:

Nhóm nam:

- Lực bóp tay thuận: Trước thực nghiệm là 41,58  
(KG); sau thực nghiệm là 51,34 (KG).

- Nằm ngửa gập bụng: Trước thực nghiệm là  
17,22 (lần); sau thực nghiệm là 20,05 (lần).

- Bật xa tại chỗ: Trước thực nghiệm là 205,58  
(cm); sau thực nghiệm là 223,45 (cm).

- Chạy 30m XPC: Trước thực nghiệm là 5,73  
(s); sau thực nghiệm là 4,81 (s).

- Chạy con thoi 4x10m: Trước thực nghiệm là  
12,61 (s); sau thực nghiệm là 11,84 (s).

- Chạy tùy sức 5 phút: Trước thực nghiệm là  
948,5 (m); sau thực nghiệm là 10.084 (m).

Nhóm nữ:

- Lực bóp tay thuận: Trước thực nghiệm là 26,65  
(KG); sau thực nghiệm là 30,54 (KG).

- Nằm ngửa gập bụng: Trước thực nghiệm là  
15,9 (lần); sau thực nghiệm là 20,5 (lần).

- Bật xa tại chỗ: Trước thực nghiệm là 153,6  
(cm); sau thực nghiệm là 168,3 (cm).

- Chạy 30m XPC: Trước thực nghiệm là 6,69  
(s); sau thực nghiệm là 5,72 (s).

- Chạy con thoi 4x10m: Trước thực nghiệm là  
13,04 (s); sau thực nghiệm là 12,34 (s).

- Chạy tùy sức 5 phút: Trước thực nghiệm là  
672,5 (m); sau thực nghiệm là 925,5 (m). ■

## CÁC GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG. (Tiếp theo trang 54)

giới, và những nước trong khu vực đều quan tâm đến  
việc làm gì để nâng cao khả năng tư duy, khả năng  
xử lý tình huống của con người. Và để có được con  
người như thế, giáo dục đóng vai trò quan trọng và  
có trách nhiệm nặng nề. Nói đến giáo dục, chúng ta  
biết có nhiều phương pháp khác nhau để nhằm đạt  
tới mục đích nêu trên.

Phương pháp sử dụng phương tiện trực quan và  
ứng dụng công nghệ thông tin vào giảng dạy hiện nay  
đang được ngành GD&ĐT, cũng như giáo viên quan  
tâm bởi vì nó có vị trí đặc biệt trong việc nhận thức  
của sinh viên. Sử dụng phương tiện trực quan không  
phải là phương pháp mới nhưng ứng dụng công nghệ  
thông tin trong giảng dạy lại là phương pháp mới.  
Lâu nay, mọi người chưa quan tâm đúng mức về nó  
nhất là phía giáo viên. Do những điều kiện chủ quan  
và khách quan mà họ không thể sử dụng được bằng  
phương tiện máy tính trong giờ dạy, mà đặt biệt lại là

thể dục - môn học không thể thiếu trong giáo dục toàn  
diện. Môn học chủ yếu trên sân tập, mang tính vận  
động nhiều hơn nhằm mục đích thực hiện yêu cầu là  
rèn luyện và nâng cao sức khỏe; góp phần đẩy mạnh  
quá trình phát triển toàn diện, cân đối của cơ thể, song  
song đó là bồi dưỡng các đức tính tốt: ý thức tổ chức  
kỷ luật, tác phong khỏe mạnh, khẩn trương, tinh thần  
dũng cảm, khắc phục khó khăn... Vì vậy, việc trình  
bày có kết hợp làm mẫu, thị phạm, phim, ảnh, đặc biệt  
là những đoạn phim về những cuộc thi đấu thể thao  
đỉnh cao của các VĐV trên thế giới, những động tác  
kỹ thuật được quay chậm, hay như những động tác do  
chính sinh viên thực hiện được ghi hình rồi trình chiếu  
để cả lớp xem, cùng rút kinh nghiệm cho chính bản  
thân thì rất cần thiết và quan trọng. Điều này đã góp  
phần không nhỏ giúp học sinh hứng thú hơn trong tiết  
học và môn học thể dục, say mê tự tìm hiểu, học tập  
và tập luyện TDDT thường xuyên hơn. ■