

ỦY BAN NHÂN DÂN QUẬN ĐÔNG ĐÀ



SÁNG KIẾN KINH NGHIỆM



**DÙNG PHƯƠNG PHÁP TRÒ CHƠI
ĐỂ NÂNG CAO HIỆU QUẢ LUYỆN TẬP
MÔN BÓNG RỔ CHO HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ**

<i>Lĩnh vực</i>	: Thể dục
<i>Cấp học</i>	: Trung học cơ sở
<i>Tên tác giả</i>	: Nguyễn Hồng Vân
<i>Đơn vị công tác</i>	: Trường THCS Thái Thịnh
<i>Chức vụ</i>	: Giáo viên

NĂM HỌC 2019 - 2020

MỤC LỤC

I. ĐẶT VẤN ĐỀ	1
1. Lý do chọn đề tài.....	1
2. Mục đích nghiên cứu.....	2
3. Nhiệm vụ nghiên cứu.....	2
4. Đối tượng nghiên cứu.....	2
5. Phương pháp nghiên cứu.....	2
6. Giả thiết khoa học.....	2
II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ	3
CHƯƠNG 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ CƠ SỞ THỰC TIỄN CỦA VIỆC TỔ CHỨC TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS	3
1.1. Cơ sở lý luận.....	3
1.2. Cơ sở thực tiễn.....	3
CHƯƠNG 2: THỰC TRẠNG SỬ DỤNG TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS	5
2.1. Vài nét về tình hình nhà trường.....	5
2.2. Thực trạng sử dụng trò chơi trong giờ học nội khóa bộ môn giáo dục thể chất.....	5
2.3. Đánh giá chung về thực trạng sử dụng trò chơi trong giảng dạy Thể dục....	6
CHƯƠNG 3: ĐỀ XUẤT QUY TRÌNH XÂY DỰNG CÁC TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS	7
3.1. Nội dung kiến thức.....	7
3.1.1. Trò chơi là gì?.....	7
3.1.2. Phân loại trò chơi.....	8
3.1.3. Cách chọn trò chơi.....	8

3.2 . Hướng dẫn trò chơi cho học sinh	9
3.2.1. Ôn định tổ chức, bố trí đội hình	9
3.2.2. Giới thiệu và giải thích trò chơi	10
3.2.3. Điều khiển trò chơi và đánh giá kết quả	10
3.3. Một số trò chơi	11
3.4. Kết quả khảo sát sau khi thực hiện giải pháp của đề tài	14
3.4.1. Tiến hành khảo sát đối chiếu	14
3.4.2. Đánh giá chung về kết quả thực nghiệm	14
3.5. Bài học kinh nghiệm	14
III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ.....	15
1. Kết luận	15
2. Khuyến nghị.....	15
TÀI LIỆU THAM KHẢO
PHỤ LỤC 1: PHIẾU KHẢO SÁT Ý KIẾN CỦA GIÁO VIÊN.....
PHỤ LỤC 2: PHIẾU ĐIỀU TRA HỌC SINH

DANH MỤC TỪ VIẾT TẮT

THCS : Trung học cơ sở

GS : Giáo sư

GV : Giáo viên

HS : Học sinh

DANH MỤC BẢNG

STT	Nội dung	Trang
1	<u>Bảng 1:</u> Tổ chức trò chơi trong quá trình dạy học bộ môn Thể dục.	5
2	<u>Bảng 2:</u> Kết quả học tập giữa kì I môn Thể dục của học sinh các lớp 6A5, 6A7.	6
3	<u>Bảng 3:</u> Kết quả đánh giá mức độ yêu thích của học sinh khi học tập bộ môn Thể dục.	6
4	<u>Bảng 4:</u> So sánh mức độ yêu thích của học sinh khi học tập môn Thể dục trước và sau khi thực hiện giải pháp của đề tài	14

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

1. Lý do chọn đề tài

Đất nước ta đang trong thời kỳ đổi mới kinh tế, xã hội một cách toàn diện. Ngành giáo dục và đào tạo cũng không nằm ngoài dòng chảy đó. Nhằm đáp ứng cho nhu cầu phát triển của xã hội, giáo dục và đào tạo trong những năm gần đây đã có những chuyển biến mạnh mẽ.

Đổi mới giáo dục cần đi từ tổng kết thực tiễn để phát huy ưu điểm, khắc phục các biểu hiện hạn chế, lạc hậu, yếu kém, trên cơ sở đó tiếp thu vận dụng các thành tựu hiện đại của khoa học giáo dục trong nước và quốc tế vào thực tiễn nước ta. Có thể nói, đổi mới phương pháp dạy học và kiểm tra đánh giá là hai mặt thống nhất hữu cơ của quá trình dạy học, đổi mới phương pháp dạy học phải dựa trên kết quả đổi mới kiểm tra đánh giá và ngược lại đổi mới kiểm tra đánh giá để thúc đẩy và phát huy hiệu quả khi thực hiện đổi mới phương pháp dạy học.

Thể dục là môn học yêu cầu về vận động rất lớn. Trong quá trình học tập, thông qua các hoạt động, học sinh được rèn luyện thân thể, nâng cao sức khỏe. Nhiều năm qua, nội dung giảng dạy môn Thể dục ở cấp THCS còn nặng về bài tập đơn điệu, ít đổi mới, cộng thêm điều kiện cơ sở vật chất của các trường còn khó khăn nên việc thực hiện các phương pháp dạy học mới còn nhiều hạn chế. Mặc dù sách giáo viên của bộ môn Thể dục đã có nhiều cải tiến, nhiều trò chơi được đưa vào hướng dẫn tiết dạy với mục đích làm phong phú thêm hình thức tổ chức dạy học. Với chuyên môn của bản thân tôi và điều kiện thuận lợi về sân bãi, dụng cụ, trang thiết bị của nhà trường, tôi đã mạnh dạn đưa vào giảng dạy môn bóng rổ vào nội dung thể thao tự chọn cho các em học sinh. Bước đầu giảng dạy cũng gặp không ít khó khăn: kinh nghiệm giảng dạy, huấn luyện đối với môn bóng rổ của bản thân còn hạn chế, luật và kỹ thuật của môn bóng rổ khá phức tạp, học sinh còn nhiều ngỡ ngàng đối với môn này. Nhưng qua quá trình giảng dạy và nghiên cứu, bản thân tôi cũng đã đúc kết được nhiều bài học kinh nghiệm quý báu để giảng dạy có hiệu quả môn bóng rổ này, trong khi vận dụng các phương pháp, biện pháp tôi thấy phương pháp trò chơi đem lại hiệu quả cao, gây được sự hứng thú cho học sinh khi luyện tập, từ đó các em tự giác, tích cực luyện tập.

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, với mong muốn góp phần vào việc đổi mới và hoàn thiện phương pháp giảng dạy cũng như nhằm củng cố và giúp các em học sinh khắc sâu kiến thức, kỹ năng môn học, giúp các em yêu thích môn học hơn. Tôi quyết định chọn đề tài nghiên cứu của mình là: ***“Dùng phương pháp trò chơi để nâng cao hiệu quả luyện tập môn bóng rổ cho học sinh trung học cơ sở”***.

2. Mục đích nghiên cứu

Tôi chọn đề tài nghiên cứu này nhằm góp phần vào việc xây dựng hệ thống trò chơi trong giờ học thể thao tự chọn (bóng rổ) nhằm củng cố kỹ năng vận động cho học sinh THCS, tạo hứng thú trong các tiết học thể dục, giúp các em yêu thích môn học hơn, tăng cường các hoạt động thể chất nhằm duy trì và nâng cao sức khoẻ, từ đó hỗ trợ cho việc học văn hoá tốt hơn.

3. Nhiệm vụ nghiên cứu

- Tìm hiểu cơ sở lý luận của vấn đề nghiên cứu.
- Điều tra thực trạng sử dụng trò chơi trong quá trình dạy học của giáo viên môn Thể dục cấp THCS trên địa bàn Thành phố Hà Nội.
- Đề xuất và thực nghiệm một số trò chơi cho học sinh các khối lớp.

4. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

- Đối tượng nghiên cứu đề tài này của tôi là: phương pháp tổ chức trò chơi trong giờ học thể thao tự chọn của bộ môn giáo dục thể chất ở trường THCS.
- Phạm vi nghiên cứu đề tài: Đề tài tập trung nghiên cứu tại trường THCS.
- Thời gian nghiên cứu đề tài: Năm học 2019 - 2020.

5. Phương pháp nghiên cứu

- Các phương pháp nghiên cứu lý luận: phương pháp phân tích, khái quát, tổng kết các tài liệu liên quan đến đề tài nghiên cứu để xác lập cơ sở lý luận cho đề tài.

- Các phương pháp nghiên cứu thực tiễn:

+ Phương pháp Anket: Sử dụng các mẫu phiếu điều tra để thu thập thông tin về thực trạng sử dụng các trò chơi trong kiểm tra đánh giá, chất lượng dạy học bộ môn Giáo dục thể chất, mức độ yêu thích môn học của học sinh.

+ Phương pháp thực nghiệm: Thực nghiệm tác động trên 02 lớp khối 6 với 79 học sinh của một trường THCS trên địa bàn Thành phố Hà Nội.

+ Phương pháp trò chuyện, phỏng vấn giáo viên và học sinh để thu thập những thông tin cần thiết cho quá trình nghiên cứu.

6. Giả thuyết khoa học

Nếu trong dạy học môn Giáo dục thể chất, giáo viên xây dựng được hệ thống trò chơi theo một quy trình hợp lý thì sẽ phát huy tính tích cực, độc lập, sáng tạo trong học tập của học sinh, qua đó góp phần nâng cao chất lượng dạy học môn học này; giúp các em yêu thích môn học hơn, tăng cường các hoạt động thể chất nhằm duy trì và nâng cao sức khoẻ, từ đó hỗ trợ cho việc học văn hoá tốt hơn.

II. GIẢI QUYẾT VẤN ĐỀ

CHƯƠNG 1: CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ CƠ SỞ THỰC TIỄN CỦA VIỆC TỔ CHỨC TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

1.1. Cơ sở lý luận.

Môn bóng rổ phát triển từ Mỹ, Nhật, Trung Quốc và một số nước phát triển. Ở Việt Nam, tuy chưa xác định chính xác quá trình, thời điểm khởi đầu của môn bóng rổ nhưng vào khoảng năm 1930, tại các thành phố lớn như Hà Nội, Hải Phòng, Nam Định, Huế, Sài Gòn đã xuất hiện một số người tham gia luyện tập môn bóng rổ.

Bóng rổ là một môn thể thao có tác dụng nâng cao các tố chất của cơ thể như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, sự dẻo dai và tính khéo léo, đặc biệt là phát triển tích cực tính linh hoạt và trí thông minh. Luyện tập môn bóng rổ sẽ nâng cao tinh thần, ý chí quyết tâm, cũng như khắc phục mọi khó khăn. Phạm vi sân bóng rổ không lớn chỉ (28m x 15m) nhưng có 10 cầu thủ hoạt động liên tục với cường độ cao trong khoảng thời gian 40 phút. Cùng với xu hướng phát triển của bóng rổ hiện đại đòi hỏi phải nhanh, cao, mạnh, sự khéo léo và chính xác cho nên tính kiên trì luyện tập phải nỗ lực rất cao.

Trong thi đấu bóng rổ, sự phối hợp giữa các vận động viên rất chặt chẽ thành một hệ thống liên hoàn. Nếu một vị trí yếu hoặc thiếu ý thức phối hợp toàn đội sẽ dẫn đến thất bại, vì vậy cá nhân phải luôn gắn kết với tập thể và chính điều này có tác dụng lớn cho việc giáo dục đạo đức, nhân cách con người cũng như tinh thần đoàn kết, giúp đỡ nhau trong luyện tập và thi đấu. Luyện tập môn bóng rổ sẽ giúp cho các giác quan phát triển ở mức cao, giúp người tập mở rộng tầm quan sát, xử lý nhanh và đúng lúc.

Trong chương trình giáo dục thể chất cho học sinh THCS, môn bóng rổ trong nội dung Thể thao tự chọn cũng đóng một vai trò hết sức quan trọng, giúp cho học sinh say mê vận động và phát triển toàn diện. Vì vậy, áp dụng phương pháp trò chơi vào trong tiết học thể dục với nội dung tự chọn bóng rổ, thực sự đã tạo được sự hứng thú tập luyện và đem lại hiệu quả cao.

1.2. Cơ sở thực tiễn.

Trò chơi là nhu cầu tự nhiên của con người có ý nghĩa giáo dục toàn diện, là phương tiện nhằm thu hút và giáo dục học sinh nhanh nhất trong thời gian ngắn nhất và đạt hiệu quả cao nhất. Trò chơi góp phần điều hòa và cân bằng nguồn năng lượng dư thừa trong quá trình trao đổi chất, đảm bảo sự hoạt động bình thường trong cơ thể học sinh và luôn tạo ra không khí vui vẻ, đoàn kết thân ái. Ngoài nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, khả năng hoạt bát, phản xạ trong các

tình huống khác nhau trò chơi còn giáo dục phẩm chất, ý chí, sự nỗ lực cố gắng, trí thông minh dũng cảm quên mình, đức tính khiêm tốn thật thà, khả năng vận dụng những bài học vào thực tế cuộc sống. Đối với học sinh trò chơi được sử dụng tích cực để giảng dạy những động tác, kỹ năng vận động cơ bản: đi, chạy, nhảy, ném, vượt chướng ngại vật... Nội dung trò chơi ở các lứa tuổi có sự khác nhau. Ở các lớp bậc THCS trò chơi còn có đặc điểm mang nhiều tác dụng đến phát triển các tố chất thể lực, khối lượng vận động tăng, thời gian kéo dài cần huy động nhiều nhóm cơ toàn thân tham gia.

Muốn dạy tốt nội dung trò chơi và đưa trò chơi vào tiết học, tôi phải nhận thức rõ vai trò trách nhiệm của mình trong việc giáo dục thể chất ở trường THCS là giáo dục nhằm phát triển toàn diện nhân cách cho học sinh giúp các em không những phát triển về tri thức mà còn phát triển về thẩm mỹ, đạo đức và sức khỏe.

Cá nhân tôi đưa ra một số biện pháp như sau:

- Luôn quan tâm theo dõi sát sao quá trình chơi của học sinh.
- Phải biết lựa chọn trò chơi phù hợp với đối tượng, với nội dung bài học.
- Phải đảm bảo mục đích giáo dục đạo đức, tư tưởng, kiến thức, kỹ năng và rèn luyện thể lực cho học sinh.
- Phải nắm bắt được sở thích, yếu tố tâm lý của học sinh.
- Phải nắm chắc hiểu rõ luật chơi.
- Chuẩn bị các phương tiện cần thiết phục vụ cho trò chơi, nhưng tuyệt đối phải an toàn.
- Giới thiệu tên trò chơi mục đích, ý nghĩa, yêu cầu trò chơi, hướng dẫn luật chơi, cách chơi và cách đánh giá phải ngắn gọn cuốn hút bằng giọng nói điệu bộ gây được hứng thú, tính tò mò.
- Ổn định tổ chức bố trí đội hình phù hợp.
- Biết cách động viên khích lệ và xử lý hợp lý.
- Khi học trò chơi mới nên chọn nhóm học sinh làm mẫu, sắp xếp đội hình sau đó cho chơi thử, khi các em hiểu rõ mới cho chơi thật. Với những trò thường xuyên chơi chỉ cần nêu tên và đặt ra yêu cầu mới.
- Không nên quá thô bạo, nghiêm nghị điều hành cuộc chơi. Đánh giá kết quả chơi phải công bằng chính xác, có thưởng phạt hợp lý.
- Không nên chơi quá nhiều, quá sức dễ làm cho học sinh nhàm chán ảnh hưởng đến sức khỏe.
- Không nên phức tạp làm khó quá trò chơi mà phải đơn giản dễ hiểu, dễ chơi.

CHƯƠNG 2: THỰC TRẠNG SỬ DỤNG TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

2.1. Vài nét về tình hình nhà trường

Trường THCS mà tôi thực hiện nghiên cứu đề tài này, được thành lập từ năm 1974, trường nằm tại trung tâm của một Quận trên địa bàn TP Hà Nội. Kết quả học tập của học sinh ngày một tiến bộ, trong những năm gần đây số lượng học sinh thi vào cấp ba luôn đứng vào tốp đầu của Quận. Công tác bồi dưỡng học sinh giỏi, học sinh năng khiếu cũng được nhà trường quan tâm đúng mức, hàng năm nhà trường có nhiều học sinh dự thi học sinh giỏi và đạt nhiều giải cấp Quận, Thành phố ở các môn học (trong đó có Giáo dục thể chất).

Tuy nhiên bên cạnh những thành tích đã đạt được vẫn còn một số tồn tại như nhiều em học sinh còn chưa thực sự yêu thích, học lệch, học yếu một số môn khoa học; riêng bộ môn Giáo dục thể chất nhiều học sinh còn lười tập luyện, thể chất yếu, không duy trì được trạng thái vận động lâu.

2.2. Thực trạng sử dụng trò chơi trong giờ học nội khóa bộ môn giáo dục thể chất

Đứng trước tình hình trên, là một giáo viên dạy bộ môn GDTC, tôi đã tiến hành khảo sát thực trạng sử dụng trò chơi trong giờ học nội khóa của giáo viên môn Thể dục trong nhà trường và sự yêu thích bộ môn, kết quả học tập bộ môn Thể dục của các em học sinh lớp 6.

* *Mục đích khảo sát:* Nhằm đánh giá thực trạng sử dụng trò chơi của giáo viên môn Thể dục, từ đó xác lập cơ sở thực tiễn cho việc vận dụng trò chơi trong giảng dạy môn Thể dục THCS.

* *Đối tượng khảo sát:* 4 giáo viên giảng dạy bộ môn Thể dục và 95 học sinh lớp 6A5, 6A7 của trường THCS mà tôi chọn nghiên cứu.

* *Nội dung khảo sát:*

- Điều tra thực trạng sử dụng trò chơi trong môn Thể dục.
- Kết quả học tập giữa học kì I của học sinh lớp 6A5, 6A7.
- Đánh giá mức độ yêu thích của học sinh khi học tập môn Thể dục.

* *Kết quả khảo sát:*

Bảng 1: Tổ chức trò chơi trong quá trình dạy học bộ môn Thể dục

TT	Tần suất sử dụng trò chơi	Số ý kiến	Tỷ lệ (%)
1	Có sử dụng, tần suất ít.	3	75.0
2	Có sử dụng, tần suất nhiều.	1	25.0
3	Không sử dụng.	0	0.0

Qua bảng 1 ta thấy: Các giáo viên đều sử dụng trò chơi, tuy nhiên tần suất có khác nhau. 3/4 giáo viên không mấy khi sử dụng vì nhiều lý do như học sinh

ít chủ động, hoặc ngại thay đổi hình thức dạy học đã thành nếp quen. Điều này khiến cho việc dạy và học bộ môn còn nhiều bất cập

Bảng 2: Kết quả học tập giữa kì I môn Thể dục của học sinh lớp 6A5, 6A7.

Lớp	Sĩ số	Đạt	Chưa đạt
6A5	39	39	0
6A7	40	40	0
Tổng	79	79	0
Tỉ lệ	100.0%	100.0%	0.0%

Nhìn chung, kết quả học tập bộ môn Thể dục của 2 lớp là tốt. Qua việc trao đổi với các em về kiến thức bộ môn, tôi thấy kiến thức, kỹ năng các em nắm được tương đối sâu, thực hành được, tuy còn nhiều học sinh lúng túng. Nhưng quan trọng hơn, hứng thú với môn học của các em chưa thật nhiều, nhiều học sinh chỉ cố gắng ở mức tối thiểu để đạt trình độ môn học.

Bảng 3: Kết quả đánh giá mức độ yêu thích của học sinh khi học tập bộ môn Thể dục.

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không có ý kiến
6A5	39	34	3	2
6A7	40	33	7	0
Tổng	79	67	10	2
Tỉ lệ	100%	84.8%	12.7%	2.5%

Qua bảng 3 cho thấy tỉ lệ học sinh không thích học bộ môn Thể dục (12.7%) ít hơn tỉ lệ học sinh yêu thích (84.8%) môn này khi học tập, số còn lại (2.5%) là không có ý kiến. Tuy nhiên, số học sinh không yêu thích còn tương đối lớn.

2.3. Đánh giá chung về thực trạng sử dụng trò chơi trong giảng dạy Thể dục.

Nhìn chung các thầy cô giảng dạy bộ môn Thể dục trường THCS mà tôi chọn để nghiên cứu đề tài này đã tích cực đổi mới phương pháp dạy học, kiểm tra đánh giá và đạt được những thành tích đáng kể. Tuy nhiên, bên cạnh những thành tích đó vẫn còn một số tồn tại như học sinh chưa chủ động, tích cực tham gia; giáo viên ngại thay đổi, “đi theo lối mòn”... Đứng trước những vấn đề đó, là một giáo viên giảng dạy bộ môn Thể dục, tôi mạnh dạn nghiên cứu các loại trò chơi sử dụng trong giờ nội khoá bộ môn Thể dục để vận dụng loại bài tập này vào quá trình dạy học, kiểm tra đánh giá học sinh khi học tập bộ môn Thể dục, nhằm nâng cao chất lượng dạy học bộ môn này và khơi dậy niềm đam mê, yêu thích môn học cho các em học sinh.

CHƯƠNG 3: ĐỀ XUẤT QUY TRÌNH XÂY DỰNG CÁC TRÒ CHƠI TRONG GIỜ HỌC NỘI KHÓA BỘ MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG THCS

3.1. Nội dung kiến thức

Muốn thực hiện dạy tốt được nội dung trò chơi trước hết cần phải hiểu rõ trò chơi là gì? Phân loại trò chơi từ đó lựa chọn trò chơi sao cho phù hợp với đối tượng nội dung bài dạy, địa điểm, sân bãi, dụng cụ, hoàn cảnh chơi.

3.1.1. Trò chơi là gì?

- Trò chơi là một hoạt động tự do, tự nguyện không hề bị gò ép bắt buộc vì thế tạo nên sự hấp dẫn lôi cuốn thu hút học sinh bởi lẽ các em hoàn toàn chủ động trong suy nghĩ, sự lựa chọn và hành động. Từ đó các em có thể phát huy cao nhất khả năng sáng tạo của mình để giành thế có lợi, phần thắng về phía mình mà không phụ thuộc và bị người khác chi phối. Trong không khí náo nức, phấn khởi được tự do tham gia, sự cổ vũ của tập thể giúp các em phát huy cao nhất năng lực, sở trường của mình.

- Trò chơi được giới hạn bởi không gian và thời gian: Mục đích và nội dung của mỗi trò chơi phụ thuộc vào người tổ chức trò chơi vì thế phải có không gian đáp ứng cho từng trò chơi. Mặt khác, dù bất kỳ quy mô chơi như thế nào thì trò chơi có một thời gian nhất định: thời gian chuẩn bị, thời gian nghe, nhìn, thời gian chơi thử và chơi thật. Do vậy người tổ chức chơi hướng dẫn chơi phải tính toán và hình dung được: Chơi trò chơi này ở đâu, thời gian là bao nhiêu cho hợp lý và hiệu quả nhất, để vừa đáp ứng được mục đích, yêu cầu đề ra, vừa đảm bảo được kế hoạch chung của hoạt động.

- Trò chơi là một hoạt động sáng tạo: Đây chính là đặc trưng quan trọng tạo nên sự hấp dẫn, thu hút người tham gia trò chơi cho đến kết quả cuối cùng luôn là một ẩn số và đầy những yếu tố bất ngờ mà không ai biết được. Đó cũng chính là thời gian dành cho sự sáng tạo của người tham gia trò chơi.

- Trò chơi là một hoạt động có quy tắc: Trò chơi nào cũng vậy, dù đơn giản hay phức tạp, thì những người tham gia chơi đều phải tuân thủ những quy tắc nhất định. Điều đó làm hấp dẫn thêm trò chơi vì người chơi đều bình đẳng với nhau và cùng tuân theo những quy định mới mà không bị ràng buộc, chi phối bởi bất kỳ điều kiện khách quan, chủ quan nào.

- Trò chơi là một hành động giả định: Dù rằng trò chơi đó có nguồn gốc từ đâu nhưng bao giờ trò chơi cũng tạo ra cuộc sống khác hẳn với cuộc sống bình thường đang diễn ra, do đó trò chơi luôn tạo nên cho người chơi một nhận thức, một cảm giác với thực tại.

3.1.2. Phân loại trò chơi

Do tính phong phú, đa dạng của trò chơi, việc phân loại trở nên khó khăn. Có nhiều cách phân loại khác nhau, năm 1969 nhà nghiên cứu Roger Gaillois tìm ra một cách phân loại mà cho đến nay được nhiều người đồng tình đó là:

- Trò chơi thi đấu: Loại này bao gồm những trò chơi diễn ra giữa 2 người hay 2 phe, giữa nhiều người hay nhiều phe mà kết quả bao giờ cũng có người thắng, kẻ thua. Loại trò chơi này thường thu hút được rất nhiều người tham gia. Bởi lẽ, quyền lợi của người chơi và người cổ vũ gắn chặt với nhau.

- Trò chơi mô phỏng: Loại trò chơi này nhằm tái hiện những hoạt động lao động sản xuất, sinh hoạt hàng ngày của con người hay sự vận hành của vũ trụ. Trò chơi mô phỏng những hoạt động sống của con người giúp cho học sinh chuẩn bị gia nhập thế giới người lớn.

- Trò chơi cầu may: Loại này bao gồm những trò chơi chỉ để nhằm thoả mãn nhu cầu của cá nhân nhưng thu hút nhiều người tham gia.

- Trò chơi tạo cảm giác: Loại trò chơi này nhằm đáp ứng và thoả mãn những nhu cầu đặc biệt của con người để thoát khỏi thực tại bằng sự xuất thần tạo nên một cảm giác mới lạ choáng ngợp.

3.1.3. Cách chọn trò chơi

Trò chơi có nhiều loại cần nghiên cứu sắp xếp và sử dụng trò chơi phù hợp với đối tượng, thời gian, địa điểm hoàn cảnh chơi.

a) Những căn cứ lựa chọn trò chơi:

- Căn cứ vào mục đích, yêu cầu nhiệm vụ giáo dục: Để phát triển thể lực thì chọn trò chơi nhằm phát triển những tố chất như nhanh nhẹn, bền bỉ hay sức mạnh... Trò chơi còn có tác dụng hoạt động bổ trợ hoặc rèn luyện kỹ năng về động tác chạy, nhảy, ném, chống đỡ... Chọn trò chơi cần chú ý đến yêu cầu giáo dục đạo đức, tư tưởng, kiến thức, kỹ năng và rèn luyện thể lực cho học sinh.

- Căn cứ vào đặc điểm tâm sinh lý của học sinh: Ở lứa tuổi bậc THCS, cơ thể học sinh chưa phát triển hoàn chỉnh, thể lực các em còn yếu, nên không thể chọn các trò chơi đòi hỏi phải dùng nhiều sức mạnh hoặc hoạt động trong một thời gian dài như ở bậc THPT. Các em còn hiếu động nên cần chọn những trò chơi vui, hấp dẫn. Khả năng nhận thức và tư duy của học sinh còn có hạn nên không thể áp dụng những trò chơi có quy tắc quá phức tạp. Cần căn cứ vào lứa tuổi mà đề ra quy tắc, yêu cầu khối lượng vận động, thời gian chơi cho phù hợp với từng đối tượng học sinh.

- Căn cứ vào địa điểm, sân bãi, dụng cụ: Chọn trò chơi tùy thuộc vào địa điểm, dụng cụ, sân bãi. Địa điểm chơi phụ thuộc vào số người tham gia. Cấu trúc nội dung, hình thức tổ chức trò chơi có liên quan trực tiếp đến dụng cụ, sân bãi.

- Căn cứ vào thời gian và hoàn cảnh: Tổ chức trò chơi có liên quan đến quỹ thời gian thực hiện. Thời gian chơi quyết định tới chọn trò chơi. Mặt khác, trò chơi chịu ảnh hưởng trực tiếp vào điều kiện, hoàn cảnh (nắng, mưa...) cụ thể để lựa chọn các hình thức tổ chức và loại trò chơi cần thiết.

Việc lựa chọn trò chơi rất quan trọng, có tính chất quyết định đến tác dụng giáo dục và kết quả của trò chơi, đòi hỏi tổ chức cần hợp lý về nội dung, điều kiện cho phù hợp.

b) Lựa chọn trò chơi:

Để tiến hành tổ chức - hướng dẫn một trò chơi cho học sinh, công việc rất quan trọng mang tính quyết định là phải biết chọn trò chơi. Để chọn trò chơi đúng mong muốn, phải nắm vững những yêu cầu sau đây:

- Xác định được mục đích, yêu cầu của trò chơi định lựa chọn.
- Đối tượng chơi ở lứa tuổi nào? Nam hay nữ?
- Số lượng các em tham gia và tình trạng sức khỏe của các em.
- Người tổ chức và hướng dẫn phải hiểu thấu đáo từ luật chơi đến diễn biến, kết quả, thời gian vật chất của trò chơi.
- Trò chơi đáp ứng nhu cầu nguyện vọng của các em nhưng nhất thiết phải đảm bảo sự an toàn tuyệt đối về tính mạng, về tài sản của cá nhân và tập thể.

c) Chuẩn bị địa điểm và phương tiện:

Sau khi đã chọn được trò chơi theo yêu cầu đề ra, người tổ chức và hướng dẫn phải nghiên cứu thật kỹ cách chơi (luật, cách thức chơi) và phương pháp tổ chức trò chơi. Đồng thời phải hình dung và sớm có phương án lựa chọn địa điểm, phương tiện để chơi, cụ thể là:

- Địa điểm vừa đủ cho số người chơi và đáp ứng được nội dung trò chơi.
- Địa điểm phải thoáng, mát, sạch sẽ, không có các chướng ngại vật, đá sỏi... không gây nguy hiểm và làm mất vệ sinh cho người chơi.
- Phương tiện được xếp đặt đúng vị trí, các dấu quy ước phải làm cho rõ để mọi người đều dễ dàng sử dụng.

Nếu chuẩn bị tốt địa điểm và phương tiện chơi thì kết quả tổ chức trò chơi sẽ cao và an toàn cho người chơi.

3.2 . Hướng dẫn trò chơi cho học sinh

3.2.1. Ổn định tổ chức, bố trí đội hình.

Để bắt đầu một trò chơi phải tập hợp tất cả các em tham gia trò chơi. Trong nhà hay ngoài sân cũng cần có sự sắp xếp có trật tự. Tùy theo tính chất của trò chơi mà người tổ chức bố trí các đội hình khác nhau như: đội hình hàng dọc, hàng ngang, chữ V, hình vuông, hình chữ nhật hay một hoặc nhiều vòng tròn ... Có thể quy định số người chơi hoặc bố trí chơi theo lớp, tổ, nhóm v.v...

Bố trí đội hình chơi phải phù hợp với vị trí trung tâm của người hướng dẫn sao cho tất cả các em tham gia cuộc chơi có thể nghe thấy, quan sát thấy người hướng dẫn nói gì, làm gì và thực hiện các động tác mà không bị người khác cản trở.

3.2.2. Giới thiệu và giải thích trò chơi.

Giới thiệu và giải thích trò chơi có thể tiến hành bằng nhiều cách khác nhau phụ thuộc vào thực tiễn sự hiểu biết của các em bằng năng lực của người hướng dẫn. Nếu các em chưa biết trò chơi đó thì cần giới thiệu, giải thích, làm mẫu tỉ mỉ, cụ thể sao cho tất cả các em đều nắm được cách chơi và ngược lại nếu trò chơi đó các em đã biết thì giới thiệu và giải thích ngắn gọn hơn.

Giới thiệu và giải thích trò chơi là một nghệ thuật để có thể thu hút và dẫn dắt các em phấn khởi, tập trung, chú ý. Vì vậy người hướng dẫn phải biết lựa chọn cách vào đề vừa vui vẻ vừa hài hước, ngắn gọn, rõ ràng để các em tiếp thu nhanh và có thể thực hiện được ngay. Đồng thời phải nói rõ mục đích, yêu cầu của trò chơi, cách chơi và luật chơi mà mọi người phải nghiêm túc, tự giác thực hiện. Ngoài ra cần nói và thống nhất với các em cách đánh giá thắng, thua và một số vấn đề khác do đặc thù của trò chơi quy định.

3.2.3. Điều khiển trò chơi và đánh giá kết quả.

Người điều khiển trò chơi phải đảm đương vai trò của trọng tài do đó phải theo dõi chặt chẽ tiến trình từ lúc bắt đầu đến kết quả cuối cùng; nắm chắc mọi chi tiết của cuộc chơi; phải khách quan, công bằng trong điều khiển và đánh giá, nhận xét.

- Tổ chức cho các em chơi thử một vài lần
- Nhắc nhở, động viên chuẩn bị chơi thật (trước khi chơi cần nhắc lại một số yêu cầu và có thể rút kinh nghiệm ngay một số vấn đề có thể xảy ra tiếp theo)
- Lệnh cho bắt đầu cuộc chơi.
- Theo dõi để nắm vững hoạt động của từng cá nhân và tập thể.
- Động viên bằng lời, tiếng vỗ tay, kèn, trống, hò reo,... để tăng hoặc giảm nhịp điệu, cường độ của cuộc chơi.

Trong quá trình diễn ra trò chơi cần uốn nắn, nhắc nhở và kịp thời tăng giảm thời gian, phạm vi hoạt động, thay đổi số người cũng như các trường hợp phạm quy, “ăn gian” khi thực hiện trò chơi

- Đánh giá kết quả, nhận xét, xếp loại người thắng cuộc, thua cuộc là “phần kết quả” của trò chơi. Vì vậy phải rất bình tĩnh, đánh giá đúng thực chất cuộc chơi, bao gồm ưu điểm, khuyết điểm, thời gian hoàn thành của cá nhân hoặc tập thể; cá nhân, tập thể ít phạm luật chơi nhất; đảm bảo an toàn về người và vật chất tốt nhất.

Việc đánh giá, nhận xét đúng mức sau cuộc chơi sẽ tạo được tình cảm, gây ấn tượng trong mỗi em học sinh. Nếu người điều khiển chỉ đánh giá, nhận xét về những hành động không đúng sẽ tạo nên sự buồn chán, hẫng hụt, thậm chí mất đoàn kết trong các em. Do đó phải biết động viên, khích lệ các em để những em thắng cuộc không kiêu căng, tự mãn, càng phấn khởi và cố gắng hơn. Ngược lại, các em thua cuộc vẫn vui vẻ, tự rút kinh nghiệm để học tập bạn bè, quyết tâm phấn đấu giành kết quả trong những trò chơi tiếp theo.

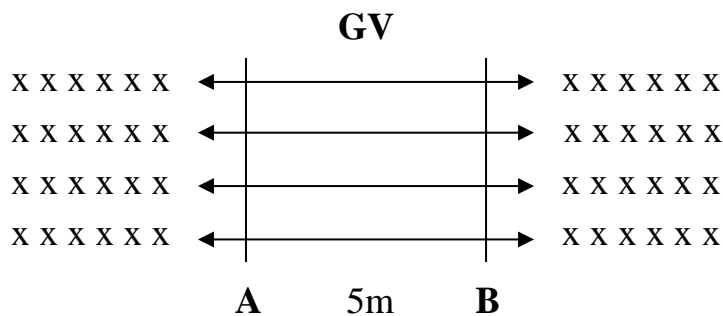
3.3. Một số trò chơi

*** Trò chơi 1: “Chuyền và bắt bóng nhanh”**

+ Cách tổ chức: Giáo viên chia lớp thành các đội có số lượng học sinh nam và nữ tương ứng nhau, mỗi đội cử ra một người để làm trọng tài giám sát. Sau đó tiến hành cho bốc thăm tham gia trò chơi.

+ Cách chơi: mỗi đội xếp thành hai hàng dọc đối diện nhau khoảng cách là 5m. Khi nghe tín hiệu còi của giáo viên thì em thứ nhất của từng đội từ bên A chuyền bóng theo kỹ thuật ấn định của giáo viên sang cho đồng đội số 2 của mình ở bên B. Người thứ nhất sau khi chuyền xong quay sang trái chạy vòng về phía cuối hàng của mình. Tương tự cho em thứ hai của bên B sau khi chuyền xong cũng thực hiện tương tự như em thứ nhất. Em cuối cùng của đội nào bắt được bóng trước xem như đội đó thắng cuộc.

+ Giáo viên dựa vào trình độ thể lực và kỹ thuật của học sinh mà có thể cho các em thực hiện số lần chuyền bóng nhiều hơn và kỹ thuật chuyền đa dạng hơn.

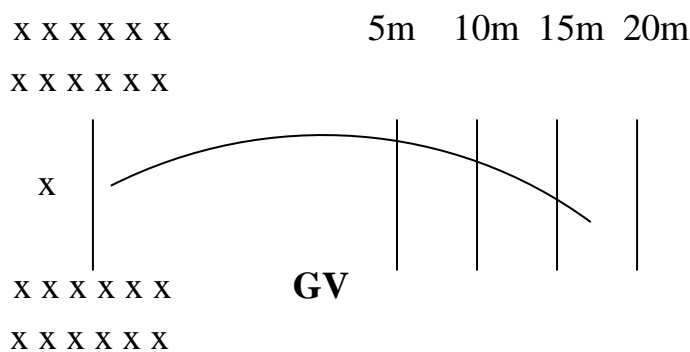


(Hình 1)

*** Trò chơi 2: “Chuyền bóng xa”**

+ Cách tổ chức: Giáo viên chia lớp thành các đội có số lượng học sinh nam và nữ tương ứng nhau, mỗi đội cử ra một người để làm trọng tài theo dõi và giám sát kết quả của đội bạn. Sau đó tiến hành cho bốc thăm tham gia trò chơi.

+ Cách chơi: Từ vạch xuất phát, thứ tự từng em của mỗi đội sẽ thực hiện kỹ thuật chuyền bóng xa về phía trước (giáo viên đã ấn định kỹ thuật chuyền) giáo viên xác định và cộng tổng thành tích của từng thành viên mỗi đội thông qua những vạch kẻ trên sân cho đến thành viên cuối cùng. Đội nào có tổng chiều dài lớn hơn, thực hiện trong thời gian nhanh hơn thì đội đó xếp thứ hạng trên.



(Hình 2)

*** Trò chơi 3: Dẫn, chuyền và bắt bóng tiếp sức.**

+ Cách tổ chức: Giáo viên chia lớp thành nhiều đội có số lượng học sinh nam và nữ tương ứng nhau, mỗi đội cử ra một người để làm trọng tài giám sát. Sau đó tiến hành cho bốc thăm tham gia trò chơi.

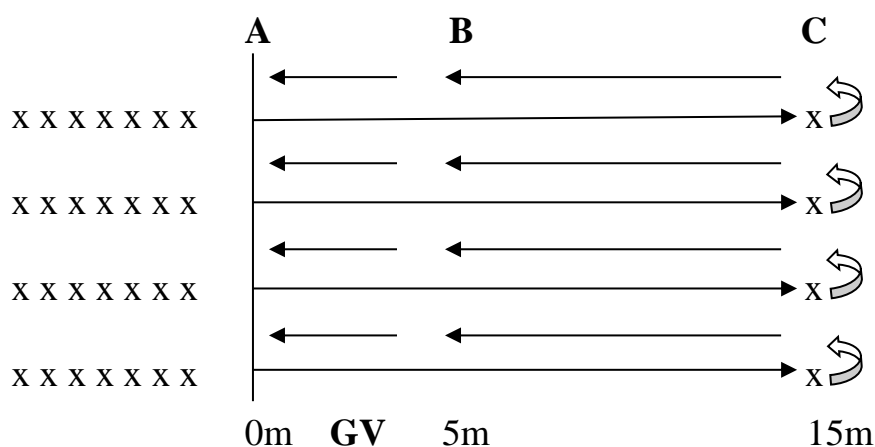
+ Cách chơi: Mỗi đội tập trung thành một hàng dọc ngay sau vạch xuất phát (A) và được trang bị một quả bóng rổ. Người thứ nhất của mỗi đội cầm một quả bóng và luôn ở tư thế sẵn sàng. Khi nghe tín hiệu còi xuất phát của trọng tài, người thứ nhất của mỗi đội thực hiện động tác dẫn bóng nhanh về phía trước, vòng qua bên phải mốc cờ (C) và dẫn bóng ngược lại. Khi dẫn bóng đến mốc (B) thì làm động tác chuyền bóng cho đồng đội thứ hai của mình đang đứng chờ sẵn ở phía sau vạch xuất phát (A) rồi di chuyển về đứng phía sau hàng của mình. Đồng đội đứng thứ hai của mỗi đội thực hiện động tác bắt bóng sau vạch xuất phát, dẫn và chuyền bóng cho thành viên thứ ba của đội mình. Trò chơi kết thúc khi thành viên cuối cùng của mỗi đội dẫn bóng về đến vạch xuất phát. Trọng tài sẽ xác định thứ hạng của các đội.

*** Lưu ý :**

- Người thứ nhất của mỗi đội trước khi nghe tín hiệu còi xuất phát của trọng tài thì không được dẫm hoặc vượt qua vạch xuất phát.

- Các thành viên còn lại của mỗi đội khi bắt bóng thì chân không được dẫm, vượt qua vạch xuất phát.

- Dẫn và chuyền bóng theo đúng luật bóng rổ qui định.



(Hình 3)

*** Trò chơi 4: Trò chơi phối hợp (Dẫn, chuyền, bắt bóng và ném rổ).**

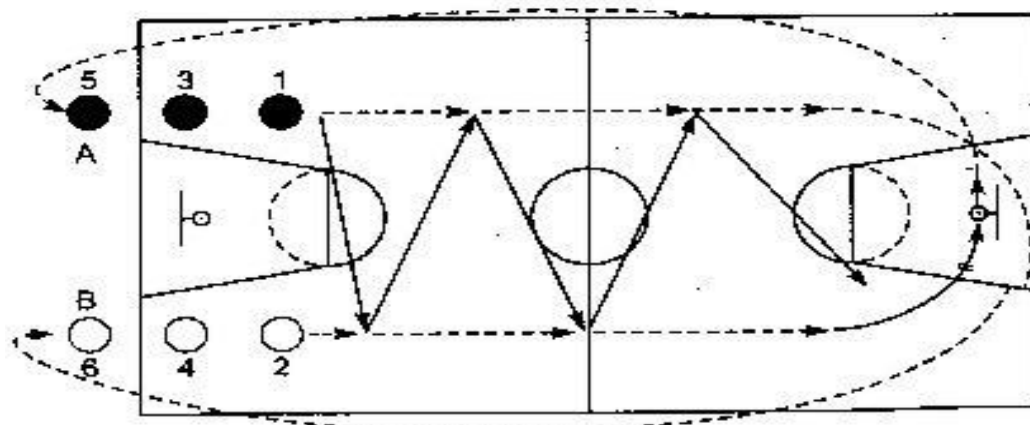
+ Cách tổ chức: Giáo viên chia lớp thành nhiều đội có số lượng học sinh nam và nữ tương ứng nhau, mỗi đội cử ra một người làm trọng tài giám sát. Sau đó tiến hành cho bốc thăm tham gia trò chơi.

+ Cách chơi: Theo thứ tự đã bốc thăm, từng đội tập trung thành hai hàng dọc ở hai bên khu ném phạt, những thành viên có số lẻ thì xếp thành một hàng dọc phía bên trái (A) theo thứ tự 1-3-5-7... Và được trang bị mỗi em một quả bóng. Những thành viên có số chẵn thì xếp thành một hàng dọc phía bên phải (B) theo thứ tự 2-4-6-8...

Trọng tài phát tín hiệu xuất phát và bấm giờ. Em số 1 sẽ thực hiện động tác chuyền bóng chéo ngang cho Em số 2 bên phải rồi tiếp tục di chuyển về trước. Em số 2 làm động tác bắt bóng và chuyền chéo ngang cho em số 1 đang di chuyển lên, cứ như vậy cho đến cuối đoạn đường sao cho số chẵn là người cầm bóng để làm động tác ném rổ. Sau khi ném rổ xong thì em số 2 thực hiện động tác dẫn bóng vòng chạy theo đường biên dọc về tập trung phía sau hàng dọc số lẻ (A). Em số 1 vòng chạy theo đường biên dọc về tập trung phía sau hàng dọc số chẵn (B). Sau khi em thứ 2 của đôi thứ nhất thực hiện ném rổ xong thì đôi thứ hai mang số 3-4 thực hiện nội dung như đôi thứ nhất, tiếp đến đôi thứ ba, thứ tư... cho đến hết khi mỗi thành viên của mỗi đội được ném rổ 1 lần. Trọng tài sẽ xác định thời gian của mỗi đội và xếp thứ hạng dựa trên thời gian, số lỗi kỹ thuật và số quả ném vào rổ để xếp hạng.

***Lưu ý:**

- Từng thành viên của các đội phải thực hiện đầy đủ các nội dung.
- Không được xuất phát trước tín hiệu còi của trọng tài hoặc khi đôi trước mình chưa thực hiện xong động tác ném rổ.
- Mỗi đôi phải thực hiện đủ 05 lần chuyền và bắt bóng đồng thời phải luôn đảm bảo di chuyển trên vạch đã quy định khi chuyền và bắt bóng.



GV (Hình 4)

3.4. Kết quả khảo sát sau khi thực hiện giải pháp của đề tài

3.4.1. Tiến hành khảo sát đối chiếu

Bảng 4: So sánh mức độ yêu thích của học sinh khi học tập môn Thể dục trước và sau khi thực hiện giải pháp của đề tài.

** Mức độ yêu thích bộ môn của lớp 6A5, 6A7 trước khi thực hiện đề tài.*

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không có ý kiến
6A5	39	34	3	2
6A7	40	33	7	0
Tổng	79	67	10	2
(%)	100.0%	84.8%	12.7%	2.5%

** Mức độ yêu thích bộ môn của lớp 6A5, 6A7 sau khi thực hiện đề tài.*

Lớp	Sĩ số	Rất thích học	Không thích học	Không ý kiến
6A5	39	36	2	1
6A7	40	36	3	1
Tổng	79	72	5	2
(%)	100.0%	91.2%	6.3%	2.5%

Qua bảng tổng kết số phiếu khảo sát mức độ yêu thích môn học trước và sau khi thực hiện giải pháp của đề tài, ta thấy: số học sinh yêu thích môn học tăng 6.4%, số học sinh không yêu thích môn học giảm 6.4%, số học sinh không nêu ý kiến giữ nguyên so với ban đầu là 2.5%.

3.4.2. Đánh giá chung về kết quả thực nghiệm

- Kết quả thực nghiệm cho thấy trong các giờ học, học sinh hứng thú, say mê hơn, bài học đã thực sự mang lại cho các em những điều bổ ích và những cảm xúc tích cực.

- Về năng lực vận động, các em được phát triển cơ bản các kỹ năng, kỹ xảo thực hành, nhiều em đã tích cực vận động, tham gia sôi nổi và có hiệu quả.

3.5. Bài học kinh nghiệm

Trong quá trình thực hiện đề tài tôi rút ra được một số kinh nghiệm sau:

- Trò chơi rất thu hút các em học sinh, nhất là đối tượng học sinh thành phố ít được tham gia vận động do thiếu sân chơi, thời gian học văn hoá nhiều... Tuy nhiên, với thời gian còn hạn chế, tôi nhận thấy rằng việc áp dụng các trò chơi vào các tiết học thể dục vẫn còn khó khăn, đó là việc để các em thuộc và thực hiện đúng luật bóng rổ và luật của trò chơi, việc chuẩn bị các vật dụng và việc bố trí thời gian trong các tiết học.

- Giáo viên cần phải đầu tư nhiều thời gian, biên soạn, tìm kiếm, sưu tầm các trò chơi hay, ý nghĩa, gắn liền hiện tượng trong thực tế và có tính hiện đại.

III. KẾT LUẬN VÀ KHUYẾN NGHỊ

1. Kết luận

Dựa vào mục đích, nhiệm vụ của đề tài, tôi nhận thấy đề tài đã căn bản hoàn thành được những vấn đề sau:

- Nghiên cứu cơ sở lý luận của đề tài.
- Xây dựng được hệ thống trò chơi trong thực tiễn giảng dạy.
- Giả thiết khoa học của đề tài đã được khẳng định qua kết quả thực nghiệm sư phạm: đề tài là cần thiết và có tính hiệu quả. Học sinh cảm thấy hứng thú và yêu thích học môn Thể dục hơn.

2. Khuyến nghị

Qua quá trình giảng dạy bộ môn cũng như nghiên cứu đề tài và tiến hành thực nghiệm, tôi có một số đề xuất sau:

- Nên đưa nhiều hơn và phong phú nội dung hơn các dạng trò chơi vào sách giáo viên.
- Nên tăng cường số lượng và chất lượng các bài tập vận động theo các trò chơi trong kiểm tra, đánh giá.

**XÁC NHẬN CỦA
THỦ TRƯỞNG ĐƠN VỊ**

Hà Nội, ngày tháng 02 năm 2020

Tôi xin cam đoan đây là
sáng kiến kinh nghiệm của mình,
không sao chép nội dung của người khác

Người viết

(Ký, ghi rõ họ tên)

Nguyễn Hồng Vân

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. *Giảng dạy và tập luyện kỹ thuật bóng rổ (NXB Thể Dục Thể Thao, 2012) - Phạm Văn Thảo.*
2. *Huấn luyện bóng rổ hiện đại (NXB Thể Dục Thể Thao, 2004) - Hữu Hiền.*
3. *Luật Bóng rổ (NXB Thể Dục Thể Thao, 2006) - Nhiều tác giả.*
4. *Tài liệu bồi dưỡng thường xuyên cho giáo viên chu kỳ III (2004-2007) môn Thể dục (NXB ĐHSP, 2005) - Vũ Đức Thu.*

PHỤ LỤC 1: PHIẾU KHẢO SÁT Ý KIẾN CỦA GIÁO VIÊN

Để góp phần nâng cao chất lượng dạy học bộ môn Thể dục, xin đồng chí vui lòng cho tôi biết ý kiến của mình về một số vấn đề sau:

Đồng chí có sử dụng trò chơi trong giờ dạy Thể dục, nội dung Bóng rổ không? Nếu có, hãy cho biết tần suất thực hiện. Đồng chí đánh dấu X vào ô mà đồng chí thường làm.

- Có sử dụng, tần suất nhiều.
- Có sử dụng, tần suất ít.
- Không sử dụng.

PHỤ LỤC 2: PHIẾU ĐIỀU TRA HỌC SINH

Em hãy đọc kỹ và đánh dấu X vào những phù hợp với em.

1. Em có thích học bộ môn Thể dục không?

- Thích.
- Không thích.
- Không ý kiến.

2. Em thích vì những lý do nào sau đây?

- Vì em được vận động.
- Vì em thấy vui.
- Vì em có tố chất tốt và được thầy, cô khen ngợi khi tập luyện.
- Vì em được tham gia nhiều trò chơi thú vị, hấp dẫn.

3. Nếu không thích, em hãy cho biết vì những lý do nào sau đây?

- Vì em không có đủ sức khỏe.
- Vì em ít có thời gian rèn luyện.
- Vì thầy, cô dạy không hay.
- Vì giờ dạy ít hoạt động vui chơi.