

KẾT QUẢ ỨNG DỤNG BIỆN PHÁP NÂNG CAO HỨNG THÚ VÀ NĂNG LỰC BƠI CHO HỌC SINH TIỂU HỌC VÙNG ĐỒNG BẰNG SÔNG CỬU LONG

Hàng Quang Thái⁽¹⁾; Đào Chánh Thức⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 12/09/2025

Ngày phản biện: 22/10/2025

Ngày đăng: 26/11/2025

Tác giả liên hệ:

Hàng Quang Thái

Email: hqthai@agu.edu.vn

Tập 2, số 6 (2025), trang 66-70

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13910>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:

Nghiên cứu thực nghiệm trên 120 học sinh Tiểu học vùng Đồng bằng sông Cửu Long (ĐBSCL) nhằm đánh giá hiệu quả của mô hình sư phạm tích hợp gồm 7 biện pháp sư phạm trong 12 tuần. Kết quả đã khẳng định được tính hiệu quả của các giải pháp trong việc nâng cao hứng thú và năng lực bơi học sinh Tiểu học vùng ĐBSCL. Đây sẽ là cơ sở khoa học quan trọng cho việc hoàn thiện chương trình dạy bơi trường học để nhân rộng ở vùng ĐBSCL và các vùng tương tự.

Từ khóa: Năng lực bơi, hứng thú học tập, Đồng bằng sông Cửu Long.

Results of applying measures to enhance interest and swimming ability for primary school students in the Mekong Delta region

Hang Quang Thai⁽¹⁾; Dao Chanh Thuc⁽¹⁾

Article Information:

Received: 12/09/2025

Review date: 22/10/2025

Published: 26/11/2025

Corresponding Author:

Hang Quang Thai

Email: hqthai@agu.edu.vn

Vol.2, Issue 6 (2025), pp 66-70

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13910>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Summary:

This experimental study, conducted on 120 primary school students in the Mekong Delta, aimed to evaluate the effectiveness of an integrated pedagogical model comprising seven pedagogical measures over 12 weeks. The results confirmed the effectiveness of these solutions in enhancing the interest and swimming ability of primary school students in the Mekong Delta. This will provide an important scientific basis for refining school swimming programs for wider implementation in the Mekong Delta and similar regions.

Keywords: Swimming ability, learning enthusiasm, primary school students, Mekong Delta.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong giáo dục thể chất (GDTC) trường học, mức độ hứng thú của học sinh đóng vai trò quyết định tới mức độ tham gia, thời lượng thực hành và hiệu quả hình thành kỹ năng vận động. Đây chính là nhân tố thúc đẩy động lực nội tại trong môi trường học tập, khi có hứng thú học sinh có xu hướng gia tăng tính tích cực trong học tập và

tập luyện (Deci & Ryan, 2000; White et al., 2021). Trên cơ sở đó, các mô hình thực nghiệm sư phạm tích hợp đã được ứng dụng rộng rãi để tăng động lực và niềm vui trong giờ học thể chất. Đối với các chương trình dạy bơi và phòng chống đuối nước, việc tích hợp kỹ năng kỹ thuật với giáo dục an toàn nước, môi trường học tập hỗ trợ và hoạt động ngoại khóa (ví dụ CLB Bơi) được xem là

⁽¹⁾ TS Trường Đại học An Giang, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh

cách tiếp cận khả thi để gia tăng cả năng lực thực hành lẫn thái độ an toàn (Jagnoor et al., 2020; World Health Organization, 2014). Tuy nhiên, bằng chứng thực nghiệm về mô hình thực nghiệm sư phạm tích hợp - gồm đổi mới phương pháp dạy, trò chơi hóa có mục tiêu, tài liệu lứa tuổi, hoạt động ngoại khóa và CLB - ở bối cảnh trường Tiểu học ĐBSCL còn hạn chế. Mô hình này đặc biệt cần thử nghiệm tại ĐBSCL do đặc trưng địa lý-xã hội (nơi nước lũ cao, cơ sở vật chất hạn chế) và tính cấp bách của nhu cầu phòng chống đuối nước (Nguyen et al., 2020; Jagnoor et al., 2020).

Xuất phát từ những lý do nêu trên, nghiên cứu thực nghiệm được tiến hành trên 120 học sinh lứa tuổi 10–11 tại một số trường Tiểu học ở ĐBSCL nhằm đánh giá hiệu quả của mô hình sư phạm tích hợp (gồm 7 biện pháp) tác động đến mức độ hứng thú trong giờ học Bơi và năng lực thể lực/kỹ năng bơi của học sinh. Kết quả nghiên cứu sẽ cung cấp những luận chứng khoa học cần thiết để hoàn thiện chương trình dạy bơi cho học sinh Tiểu học vùng ĐBSCL.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Mẫu thực nghiệm: 120 học sinh Tiểu học vùng ĐBSCL, ứng dụng phương pháp thực nghiệm sư phạm so sánh song song.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Xác định các biện pháp nâng cao hứng thú và năng lực bơi của học sinh Tiểu học vùng ĐBSCL

Qua tổng hợp các nguồn tư liệu trong và ngoài nước và phỏng vấn chuyên gia, quá trình nghiên cứu đã xác định được các biện pháp sư phạm tích hợp nhằm tác động đến mức độ hứng thú trong giờ học bơi và năng lực thể lực/kỹ năng bơi của sinh Tiểu học vùng ĐBSCL bao gồm 7 biện pháp, bao gồm:

Biện pháp 1. Giải thích vai trò và lợi ích an toàn của môn Bơi

Mục đích: Tăng nhận thức về lợi ích sức khỏe, an toàn nước và tầm quan trọng của kỹ năng bơi để thúc đẩy động lực nội tại.

Nội dung: Ngắn gọn, lồng ghép thông điệp an toàn (quy tắc tiếp xúc với nước, hành vi an toàn), ví dụ minh họa thực tế, và lợi ích phát triển thể lực.

Cách thức tổ chức thực hiện: Phần mở đầu mỗi chuỗi bài (5–10 phút) do giáo viên/HLV đảm nhiệm, sử dụng tài liệu minh họa (poster, slide 3–5 trang), lồng hoạt động hỏi — đáp ngắn để tăng tương tác; đánh giá nhận thức trước/sau phần giải thích bằng 2–3 câu hỏi trắc nghiệm đơn giản.

Biện pháp 2. Biên soạn tài liệu dạy học bơi ngắn gọn có minh họa sinh động (concise instructional materials)

Mục đích: Hỗ trợ việc tiếp thu kiến thức nhanh, nhất quán giữa các lớp/giáo viên và giảm thời gian giải thích lý thuyết trên bờ.

Nội dung: Phiếu hướng dẫn 1 trang cho mỗi chủ đề kỹ năng (mục tiêu, bước thực hiện ngắn - 3-5 bước, lưu ý an toàn), biểu đồ tiến độ kỹ năng theo mô-đun.

Cách thức tổ chức thực hiện: In phát cho học sinh/giáo viên; sử dụng làm “bảng nhắc” tại khu vực thay đồ/bờ; giáo viên tham khảo trước mỗi tiết (2–3 phút) và dùng để giao nhiệm vụ luyện tập.

Biện pháp 3. Tích hợp trò chơi có mục tiêu trong tiết dạy bơi (goal-oriented games)

Mục đích: Tăng yếu tố vui, tăng lặp lại kỹ thuật trong bối cảnh học tập có mục tiêu, giảm căng thẳng và duy trì tập trung.

Nội dung: Bộ trò chơi ngắn (5–8 phút mỗi trò) thiết kế để thực hành một kỹ năng cụ thể (ví dụ: “đua lướt”, “nhặt vòng dưới nước”, “tiếp sức kỹ thuật chân”) cùng tiêu chí đánh giá rõ ràng.

Cách thức tổ chức thực hiện: Lồng 1–2 trò chơi vào mỗi tiết; phân nhóm nhỏ (3–5 HS), luân phiên thực hành - quan sát; điểm số/khen thưởng nhỏ để khuyến khích; giáo viên/HLV điều tiết độ khó theo mô-đun.

Biện pháp 4. Cải tiến nội dung dạy học bơi theo mô-đun bậc kỹ năng (skills-based modular organization)

Mục đích: Xây dựng lộ trình tiến bộ rõ ràng, đảm bảo nền tảng kỹ thuật trước khi chuyển sang kỹ năng phức hợp.

Nội dung: Mô-đun cấp 1 (an toàn & làm quen nước), mô-đun cấp 2 (kỹ thuật cơ bản: thở, đạp chân), mô-đun cấp 3 (kỹ năng bơi ếch/di

chuyển liên tục), mô-đun tăng cường (tốc độ/chiến thuật). Mỗi mô-đun có mục tiêu học tập cụ thể và tiêu chí hoàn thành.

Cách thức tổ chức thực hiện: Lên kế hoạch 3–4 tuần cho mỗi mô-đun, kiểm tra năng lực đầu/cuối mô-đun bằng bài test ngắn; điều chỉnh nội dung cá nhân hóa cho học sinh chậm tiến bộ (biện pháp phân loại).

Biện pháp 5. Linh hoạt hóa hoạt động để khuyến khích lựa chọn cá nhân (autonomy support)

Mục đích: Tăng cảm nhận tự chủ để kích thích động lực nội tại của học sinh.

Nội dung: Các lựa chọn trong tiết (ví dụ: chọn bài tập phụ trợ, chọn bạn tập, chọn mức độ thử thách trong trò chơi).

Cách thức tổ chức thực hiện: Giáo viên cung cấp 2–3 “đường lựa chọn” cho học sinh sau khi hoàn thành nhiệm vụ bắt buộc; sử dụng phiếu lựa chọn/ngắn để học sinh tự quyết; theo dõi và ghi nhận lựa chọn để khuyến khích tiến bộ.

Biện pháp 6. Tổ chức hoạt động ngoại khóa bơi có giám sát (supervised extracurricular activities)

Mục đích: Tăng thời lượng thực hành, củng cố kỹ năng và hỗ trợ duy trì sau giờ học chính khóa.

Nội dung: Buổi CLB/ngoại khóa hàng tuần với nội dung thực hành ôn tập, trò chơi mở rộng, và một phần giáo dục an toàn nước.

Cách thức tổ chức thực hiện: Một buổi/tuần (45–60 phút) do giáo viên/HLV phụ trách; đăng ký tự nguyện nhưng ưu tiên HS yếu; ghi chép chuyên cần và cấu trúc buổi rõ ràng (khởi động → kỹ thuật → trò chơi → phản hồi).

Biện pháp 7. Thành lập CLB bơi trường học để duy trì việc thực hành

Mục đích: Tạo cơ chế duy trì lâu dài, tăng sự tham gia sau chương trình can thiệp và thúc đẩy cộng đồng học sinh.

Nội dung: CLB gồm lịch tập định kỳ, mini-giải nội bộ, chương trình “mentor” giữa HS khá/HS yếu, hoạt động kết nối gia đình (buổi trình diễn/giới thiệu).

Cách thức tổ chức thực hiện: CLB do nhà trường quản lý, có HLV/giáo viên chịu trách nhiệm; hợp phụ huynh khởi động; đo lường chuyên cần và hiệu suất hàng học kỳ để điều chỉnh.

2. Đánh giá hiệu quả ứng dụng các biện pháp

Để đánh giá hiệu quả các biện pháp nâng cao hứng thú và năng lực bơi ở học sinh Tiểu học vùng ĐBSCL, chúng tôi tiến hành thực nghiệm sư phạm theo hình thức so sánh song song. Thời gian thực nghiệm diễn ra trong 12 tuần; chương trình gồm hai tiết Bơi chính khóa/tuần (40–45 phút/tiết) và một buổi hoạt động ngoại khóa/CLB/tuần. Mẫu nghiên cứu gồm 120 học sinh (tuổi 10–11) từ các trường Tiểu học vùng ĐBSCL, được phân chia ngẫu nhiên thành 2 nhóm thực nghiệm (TN) và đối chứng (ĐC), mỗi nhóm gồm 60 học sinh, đảm bảo sự cân bằng về giới tính.

Với mục đích xác định mức độ tác động của các biện pháp, chúng tôi đã tiến hành kiểm tra trước và sau 12 tuần thực nghiệm ở nhóm đối chứng và thực nghiệm thông qua 6 test: Lướt/đuôi nước (m); Bơi Éch 50 m (s); Điểm hứng thú - Hành vi biểu hiện (điểm); Nhận thức về môn (điểm); Mức độ hài lòng điều kiện (điểm); Hứng thú tổng hợp (điểm). Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 1 và 2.

Kết quả ở bảng 1 cho thấy, hứng thú và năng lực bơi của nam và nữ ở nhóm đối chứng và thực nghiệm không thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$). Hay nói cách khác, trước thực nghiệm, hứng thú và năng lực bơi ở của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm là tương đương nhau.

Kết quả ở bảng 2 cho thấy, đa phần hứng thú và năng lực bơi của học sinh ở nhóm thực nghiệm được cải thiện đáng kể và cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng sau 12 tuần thực nghiệm các biện pháp ($P < 0,05$). Duy chỉ có kết quả của test Bơi Éch 50m của nữ học sinh nhóm thực nghiệm và đối chứng là chưa thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$), mặc dù thành tích Bơi 50m Éch đã có sự cải thiện đáng kể. Xét về quy mô hiệu ứng của các biện pháp đa phần nằm ở mức tốt và rất tốt, ngoại trừ hiệu ứng tác động đến thành tích Bơi 50m Éch còn ở mức nhỏ.

Về điều này có thể lý giải rằng, với thời gian theo dõi tương đối ngắn (12 tuần) chưa cho phép đánh giá tính bền vững về hiệu quả của các biện

Bảng 1. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của học sinh tiểu học vùng ĐBSCL ở nhóm thực nghiệm và đối chứng – trước thực nghiệm

Nam					
Test	Nhóm TN (M ± SD), n=30	Nhóm ĐC (M ± SD), n=30	t	P	Quy mô hiệu ứng
1. Lướt/đuổi nước (m)	5.91 ± 1.02	5.87 ± 1.05	0.15	>0.05	0.039
2. Bơi Éch 50 m (s)	59.72 ± 8.11	60.85 ± 8.34	-0.532	>0.05	-0.137
3. Điểm hứng thú — Hành vi biểu hiện (điểm)	2.12 ± 0.44	2.18 ± 0.45	-0.522	>0.05	-0.135
4. Nhận thức về môn Bơi (điểm)	2.34 ± 0.50	2.30 ± 0.47	0.319	>0.05	0.082
5. Mức độ hài lòng điều kiện (điểm)	2.02 ± 0.49	1.98 ± 0.51	0.31	>0.05	0.08
6. Hứng thú tổng hợp (điểm)	2.19 ± 0.46	2.18 ± 0.45	-0.110	>0.05	-0.024
Nữ					
Test	Nhóm TN (M ± SD), n=30	Nhóm ĐC (M ± SD), n=30	t	P	Quy mô hiệu ứng
1. Lướt/đuổi nước (m)	6.08 ± 0.93	6.22 ± 1.08	-0.538	>0.05	-0.139
2. Bơi Éch 50 m (s)	59.87 ± 8.94	58.04 ± 6.79	0.893	>0.05	0.231
3. Điểm hứng thú — Hành vi biểu hiện (điểm)	2.17 ± 0.45	2.10 ± 0.45	0.602	>0.05	0.156
4. Nhận thức về môn bơi (điểm)	2.48 ± 0.40	2.43 ± 0.43	0.466	>0.05	0.12
5. Mức độ hài lòng điều kiện (điểm)	1.97 ± 0.49	1.98 ± 0.50	-0.078	>0.05	-0.020
6. Hứng thú tổng hợp (điểm)	2.21 ± 0.43	2.18 ± 0.44	0.31	>0.05	0.07

* **Ghi chú:** Quy mô hiệu ứng (Cohen's d) với các mức: nhỏ (0,20), trung bình (0,50), lớn (0,80), rất lớn ≥ 1.20 .

pháp nâng cao hứng thú và năng lực bơi của học sinh. Các nghiên cứu tiếp theo nên kéo dài thời gian theo dõi, đánh giá duy trì sau 6–12 tháng, đồng thời việc kiểm chứng thực tiễn giải pháp nên được triển khai ở những nhóm trường có điều kiện cơ sở vật chất khác nhau.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã đánh giá được hiệu quả của mô hình sư phạm tích hợp gồm 7 biện pháp sư phạm trong 12 tuần, bao gồm: 1) Giải thích vai trò và lợi ích an toàn của môn bơi; 2) Biên soạn tài liệu dạy học bơi ngắn gọn có minh họa sinh động; 3) Tích hợp trò chơi có mục tiêu trong tiết dạy bơi; 4) Cải tiến nội dung dạy học bơi theo mô-đun bậc kỹ năng; 5) Linh hoạt hóa hoạt động để khuyến khích lựa chọn cá nhân; 6) Tổ chức hoạt động ngoại khóa bơi có giám sát; 7) Thành lập CLB Bơi trường học để duy trì

việc thực hành. Kết quả nghiên cứu chứng minh được tính hiệu quả của các giải pháp trong việc nâng cao hứng thú và năng lực bơi học sinh tiểu học vùng ĐBSCL.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Advocacy Incubator, (2022), *Sustaining drowning prevention programs in Vietnam* (case study). <https://www.advocacyincubator.org/case-studies/sustaining-drowning-prevention-programs-in-vietnam>
2. Arufe-Giráldez, V., Sanmiguel-Rodríguez, A., Ramos-Álvarez, O., & Navarro-Patón, R. (2022). Gamification in physical education: A systematic review. *Education Sciences*, 12(8), 540. <https://doi.org/10.3390/educsci12080540>
3. Behzadnia, B., Mollaei Zangi, M., et al. (2023). Predicting students' basic psychological needs, motivation, and well-being in physical

Bảng 2. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của học sinh tiểu học vùng ĐBSCL ở nhóm thực nghiệm và đối chứng – sau thực nghiệm

Nam					
Test	Nhóm TN (M ± SD), n=30	Nhóm ĐC (M ± SD), n=30	t	P	Quy mô hiệu ứng
1. Lướt/đuổi nước (m)	8.13 ± 0.95	6.57 ± 0.96	6.326	<0.05	1.633
2. Bơi Éch 50 m (s)	51.43 ± 8.09	58.92 ± 7.85	-3.639	<0.05	-0.940
3. Điểm hứng thú - Hành vi biểu hiện (điểm)	3.07 ± 0.40	2.52 ± 0.43	5.130	<0.05	1.324
4. Nhận thức về môn Bơi (điểm)	3.29 ± 0.45	2.64 ± 0.46	5.532	<0.05	1.428
5. Mức độ hài lòng điều kiện (điểm)	3.06 ± 0.49	2.33 ± 0.49	5.770	<0.05	1.490
6. Hứng thú tổng hợp (điểm)	3.14 ± 0.41	2.52 ± 0.43	6.560	<0.05	1.460
Nữ					
Test	Nhóm TN (M ± SD), n=30	Nhóm ĐC (M ± SD), n=30	t	P	Quy mô hiệu ứng
1. Lướt/đuổi nước (m)	8.18 ± 1.06	6.30 ± 1.16	6.553	<0.05	1.692
2. Bơi Éch 50 m (s)	54.04 ± 7.79	56.66 ± 6.21	-1.440	>0.05	-0.372
3. Điểm hứng thú - Hành vi biểu hiện (điểm)	3.00 ± 0.41	2.43 ± 0.37	5.653	<0.05	1.460
4. Nhận thức về môn bơi (điểm)	3.16 ± 0.40	2.57 ± 0.45	5.367	<0.05	1.386
5. Mức độ hài lòng điều kiện (điểm)	2.92 ± 0.62	2.25 ± 0.44	4.827	<0.05	1.246
6. Hứng thú tổng hợp (điểm)	3.03 ± 0.49	2.51 ± 0.41	5.640	<0.05	1.230

education: A self-determination perspective. International Journal of Sport and Exercise Psychology.

4. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

5. Injury Epidemiology (2023). Duke, C., et al. A systematic review of demographic and background factors associated with the development of children’s aquatic competence. *Injury Epidemiology*. <https://injepijournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40621-023-00447-4>.

6. Jagnoor, J., Christou, A., Pham, C., Ivers, R. Q., & Nguyen, H. (2020). Enabling factors and barriers to the sustainability and scale-up of drowning reduction interventions in Vietnam: A qualitative assessment. *Injury Prevention*, 26(5),

404–411. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2019-043202>.

7. Mazeas, A., Duclos, M., Pereira, B., & Chalabaev, A. (2022). Evaluating the effectiveness of gamification on physical activity: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Medical Internet Research*, 24(1), e26779. <https://doi.org/10.2196/26779>

8. Meddings, D. R., et al. (2014). Global report on drowning: Preventing a leading killer. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241564783>

9. Nguyen, H., Ivers, R. Q., Pham, C., & Jagnoor, J. (2020). Trends of drowning mortality in Vietnam: Evidence from the national injury mortality surveillance system. *Injury Prevention*, 26(1), 42–48. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2018-043030>.