

THIẾT KẾ VIDEO CLIP LÀM GIÁO CỤ TRỰC QUAN GIẢNG DẠY KỸ THUẬT MÔN BÓNG RỔ CHO SINH VIÊN ĐẠI HỌC Y HẢI PHÒNG

Nguyễn Đức Nhâm*

Tóm tắt:

Xuất phát từ mục tiêu đổi mới phương pháp giảng dạy nhằm nâng cao chất lượng đào tạo cho học sinh, sinh viên học môn bóng rổ, đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đã lựa chọn 3 nhóm bài tập (khởi động chung, khởi động chuyên môn, các bài tập phát triển thể lực cùng 3 kỹ thuật: Kỹ thuật dẫn bóng; kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao; kỹ thuật dẫn bóng 2 bước lên rổ 1 tay trên cao) và đã xây dựng video clip kỹ thuật môn bóng rổ để làm giáo cụ trực quan hỗ trợ giảng dạy học tập cho sinh viên trường Đại học Y Dược Hải Phòng..

Từ khóa: Giáo cụ trực quan, video clip kỹ thuật môn bóng rổ, Đại học Y Dược Hải Phòng

DESIGN VIDEO CLIP AS VISUAL AIDS SERVING TEACHING BASKETBALL TECHNIQUES FOR STUDENTS AT HAIPHONG UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY

Summary: From the objectives of innovating teaching methods to enhance the quality of education for basketball students, by using common scientific research methods, the subjects has selected 3 exercises group of general start-up, specialized start-up and excersies for physical strength development and 3 techniques of Dribbling; One Handed Free Throw; One Handed Layup. We have designed video clips of the techniques as visual aids to support for learning to students of Haiphong University of Medicine and Pharmacy.

Keywords: Visual aids, video clips of basketball techniques, Haiphong University of Medicine and Pharmacy.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Tại các trường đại học trung học chuyên nghiệp (ĐHTHCN), môn Bóng rổ được đưa vào giảng dạy trong chương trình chính khóa cũng như ngoại khóa đã tạo nên sự đam mê trong đông đảo học sinh, sinh viên.

Tuy nhiên, trong các trường ĐHTHCN số lượng sinh viên đông; thời lượng chương trình giảng dạy môn Bóng rổ và đội ngũ giảng viên hạn chế, việc hướng dẫn làm mẫu thí phạm, phân tích kỹ thuật động tác của giảng viên không thể thực hiện liên tục, do vậy quá trình tiếp thu, nắm vững được kỹ thuật động tác của các sinh viên gặp nhiều khó khăn. Chính vì vậy việc thiết kế video clip để làm giáo cụ trực quan hỗ trợ cho các giảng viên giảng dạy kỹ thuật môn bóng rổ là một điều cần thiết nhằm giúp cho sinh viên có thể học tập, tham khảo trong các giờ nội, ngoại khóa ở mọi lúc mọi nơi. Với hình ảnh động tác sinh động sẽ giúp sinh viên

đễ định hình trong não tiếp nhận nhanh, từ đó thực hiện kỹ thuật động tác tốt hơn. Xuất phát từ lý do trên chúng tôi chọn đề tài: Thiết kế video clip làm giáo cụ trực quan giảng dạy kỹ thuật môn bóng rổ cho sinh viên Đại học Y dược Hải Phòng.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Đối tượng tham gia

Gồm 4 giảng viên trình độ sau đại học, 2 huấn luyện viên chuyên sâu môn Bóng rổ hiện đang công tác tại các trường Đại học Hải phòng; Đại học Y dược Hải Phòng và Trung tâm đào tạo VĐV Hải Phòng cùng 1 kỹ thuật viên quay Video, dựng băng hình và 45 sinh viên lớp Y2 I, khóa 32, Trường Đại học Y dược Hải Phòng lứa tuổi 18-20 đang học môn Bóng rổ tại trường.

2. Phương pháp nghiên cứu

- Phương pháp tham khảo tài liệu.
- Phương pháp phỏng vấn
- Phương pháp kiểm tra sự phạm

*TS, Trưởng bộ môn GDTC-GDQP, Trường Đại học Y dược Hải Phòng

- Phương pháp quay video
- Phương pháp toán học thống kê

3. Nội dung nghiên cứu

Sử dụng máy Sony HD 2080 quay video khi giảng viên hướng dẫn làm mẫu thị phạm kỹ thuật động tác và sinh viên tập luyện môn bóng rổ. Dựng đĩa hình video clip kỹ thuật Bóng rổ với các nội dung:

- Bài tập khởi động chung gồm 7 động tác: Tay vai, tay ngực, vặn mình, lườn, lưng bụng, toàn thân và khởi động các khớp.
- Bài tập khởi động chuyên môn: Quay bóng quanh cổ, đầu; quay bóng quanh hông, quay bóng quanh khớp gối, lách bóng số 8 qua 2 chân đứng rộng hơn vai...
- Bài tập thể lực: Nằm sấp chống đẩy; bật xa, bật cao tại chỗ, nhảy 3 bước, bật cóc...
- Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng
- Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao
- Kỹ thuật dẫn bóng 2 bước lên rổ 1 tay trên cao.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Cơ sở lý luận và thực tiễn của việc sử dụng video clip trong dạy học Bóng rổ

Trong hệ thống các phương tiện dạy học, video được xếp vào loại phương tiện dạy học hiện đại. Với những tính năng ưu việt, video có vai trò rất quan trọng trong quá trình dạy học nói chung và dạy bóng rổ nói riêng, biểu hiện ở các mặt sau:

- Video giúp học sinh nắm vững kiến thức và ghi nhớ kiến thức lâu bền

Khác với những phương tiện dạy học khác, video có khả năng trình bày nội dung bài học bằng hình thức hình ảnh kết hợp với âm thanh theo một trình tự liên kết hữu cơ. Toàn bộ nội dung bài học được truyền tải một cách sinh động qua hiệu ứng hình ảnh và âm thanh tạo cho học sinh hứng thú học tập.

Tỉ lệ tiếp nhận kiến thức từ ngoài vào bộ não con người qua nghe và nhìn là lớn nhất, chiếm 94%. Người ta cũng tổng kết được mức độ ghi nhớ kiến thức bằng các con đường cảm giác khác thính giác và thị giác chiếm tới 50%

- Video giúp học sinh quan sát được kỹ thuật động tác bóng rổ một cách toàn diện.

Nhờ video, học sinh có thể quan sát được kỹ thuật động tác lặp lại nhiều lần và hình ảnh, động tác đó được ghi vào bộ não. Từ đó việc

điều khiển hoạt động chân tay sẽ chuẩn xác hơn. Nhờ kỹ thuật quay của video, học sinh có thể quan sát được cả những kỹ thuật diễn ra quá nhanh hoặc quá chậm, không kịp quan sát.

Video còn kèm theo những lời thuyết minh, giảng giải kỹ thuật động tác, hướng sự tập trung chú ý của học sinh vào những vấn đề trọng tâm của nội dung bài học. Video không chỉ được sử dụng trong các giờ học chính khóa mà còn được sử dụng trong các giờ dạy ngoại khóa hay các giờ ôn tập khi học sinh chưa nắm vững đầy đủ kỹ thuật động tác hoặc vắng mặt không tham dự được giờ giảng đó. Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là phủ nhận vai trò hết sức quan trọng của các phương tiện dạy học khác.

Chúng ta cũng cần hiểu đổi mới phương pháp dạy học có nghĩa là tổ chức dạy học theo lối mới, tạo lập cho quá trình dạy học những điều kiện, những giá trị mới, tạo cho học sinh một vị thế mới và những tiền đề mới, những điều kiện thuận lợi để hoạt động học tập diễn ra tốt nhất. Cũng cần phải hiểu thêm rằng đổi mới phương pháp dạy học không có nghĩa là loại bỏ các phương pháp dạy học hiện có, thay vào đó các phương pháp dạy học mới mà phải kế thừa, phát triển những mặt tích cực của các phương pháp dạy học truyền thống, đồng thời học hỏi vận dụng một số phương pháp dạy học mới phù hợp với hoàn cảnh, điều kiện dạy học của nước ta hiện nay. Vấn đề quan trọng đòi hỏi giáo viên phải quan tâm đó là phải tìm cách vận dụng linh hoạt các phương pháp dạy học để vừa phát huy được những mặt tích cực của từng phương tiện dạy học, vừa tạo được hứng thú học tập cho học sinh. Từ đó phát huy cao độ tính tích cực, chủ động, sáng tạo của học sinh trong học tập.

Có thể nêu một bức tranh chung trong việc dạy học môn bóng rổ hiện nay như sau: Đa số giáo viên vẫn chú trọng truyền thụ kiến thức theo kiểu thuyết trình, làm mẫu động tác một vài lần mà chưa phát huy tính tích cực và phát triển tư duy học sinh; học sinh thụ động lĩnh hội kỹ thuật. Ngoài ra, các hình thức tổ chức dạy học còn đơn điệu, dạy học theo lớp là chủ yếu. Các hình thức dạy học theo cá nhân, theo nhóm hay ngoài trời chưa được thực hiện hoặc thực hiện chưa có hiệu quả. Cơ sở vật chất phục vụ cho dạy học còn thiếu và chưa đồng bộ. Nhìn chung,

giờ học Bóng rổ chưa mang lại nhiều hứng thú cho học sinh ở các cấp học nói chung và đại học nói riêng. Vì vậy, đổi mới một cách mạnh mẽ phương pháp dạy học nói chung và môn bóng rổ nói riêng là một yêu cầu cấp thiết đối với các cấp học hiện nay.

2. Lựa chọn các kỹ thuật xây dựng video clip

Chúng tôi đã tiến hành lựa chọn các kỹ thuật

của môn bóng rổ và thông qua phân tích tổng hợp tài liệu có liên quan cũng như phỏng vấn qua các chuyên gia, VĐV. Đối tượng chúng tôi phỏng vấn gồm 16 giảng viên của 4 trường Đại học, 4 HLV cùng 10 VĐV có trình độ chơi Bóng rổ tốt. Kết quả được tính toán theo tỷ lệ % số phiếu tán thành ở 2 mức độ đồng ý và không đồng ý và được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các kỹ thuật thiết kế video clip môn Bóng rổ làm giáo cụ trực quan để giảng dạy cho sinh viên Trường Đại học Y Dược Hải Phòng (n=30)

STT	Các kỹ thuật được lựa chọn	Đồng ý		Không đồng ý	
		Số lượng	%	Số lượng	%
1	Các bài tập khởi động chung 7 động tác	28	93.3	2	6.8
2	Bài tập khởi động chuyên môn	30	100		
3	Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng	30	100		
4	Kỹ thuật ném rổ 1 tay móc câu	24	80	6	20
5	Kỹ thuật phòng ngự	22	73.3	8	26.7
6	Kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao	30	100		
7	Kỹ thuật ném rổ bằng 2 tay từ trên cao xuống thấp	26	86.6	4	13.4
8	Kỹ thuật dẫn bóng 2 bước ném rổ 1 tay trên cao	30	100		
9	Kỹ thuật tấn công	25	83.3	5	16.7
10	Bài tập nâng cao thể lực	30	100		

Qua bảng 1 ta thấy đa số các giảng viên, huấn luyện viên thuộc 4 trường đại học: Đại học Hàng Hải Việt Nam, Đại học Hải Phòng, Đại học Y Dược Hải Phòng, Đại học Dân lập Hải Phòng và trung tâm đào tạo huấn luyện thể thao Hải Phòng cùng với 10 vận động viên chơi bóng rổ tốt đều nhất trí 100% sử dụng các bài tập khởi động chung, khởi động chuyên môn cùng kỹ thuật dẫn bóng, kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao, kỹ thuật 2 bước ném rổ, các bài tập nâng cao thể lực để thiết kế video clip làm giáo cụ trực quan giảng dạy cho sinh viên các trường Đại học. Còn các kỹ thuật phòng thủ và tấn công chưa được sự đồng thuận của các giảng viên, huấn luyện viên bởi các chuyên gia cho rằng các kỹ thuật trên cần cho vận động viên nhiều hơn còn với sinh viên thời gian chương trình giảng dạy có hạn không

thể chuyển tải hết các kỹ thuật trên.

3. Các bài tập khởi động, kỹ thuật môn bóng rổ được thiết kế video clip

Dưới đây là một số hình ảnh bài tập khởi động chung, bài tập khởi động chuyên môn và các kỹ thuật được cắt từ video clip:

3.1. Các bài tập khởi động chung gồm 7 động tác



Video clip ghi hình ảnh sinh viên Đại học Y thực hiện bài tập khởi động chung gồm 7 động tác; Tay vai; Tay Ngực; Vặn mình; Lườn; Đá chân; Lung bụng; Toàn thân; và khởi động các khớp (hình ảnh trong băng hình)

3.2. Bài tập khởi động chuyên môn



Video clip về hình ảnh giảng viên phân tích; thị phạm kỹ thuật khởi động chuyên môn: Dẫn bóng tại chỗ, kỹ thuật quay bóng quanh cổ, đầu, kỹ thuật khởi động bóng 2 tay trước ngực, trên đầu; kỹ thuật quay bóng quanh hông; kỹ thuật quay bóng quanh khớp gối; kỹ thuật luân bóng số 8 qua 2 chân đứng rộng hơn vai và các sinh viên trường Đại học Y được Hải Phòng thực hiện

3.3. Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng



Video clip về hình ảnh giảng viên phân tích thị phạm; kỹ thuật di chuyển dẫn bóng cùng các sinh viên trường Đại học Y được Hải Phòng thực hiện

3.4. Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao



Video clip về hình ảnh giảng viên thị phạm phân tích giảng dạy; kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao cùng các sinh viên trường Đại học Y được Hải Phòng thực hiện

3.5. Kỹ thuật dẫn bóng 2 bước ném rổ 1 tay trên cao



Video clip về hình ảnh giảng viên thực hiện phân tích giảng dạy; thị phạm thực hiện kỹ thuật dẫn bóng 2 bước ném rổ 1 tay trên cao với sinh viên Trường Đại học Y được Hải Phòng

- Từ kết quả được ghi trên băng hình video cho thấy các động tác kỹ thuật khởi động chung, khởi động chuyên môn, dẫn bóng di chuyển; tại chỗ ném rổ một tay trên cao; kỹ thuật dẫn bóng 2 bước ném rổ 1 tay trên cao đã được giảng viên chuyên sâu môn bóng rổ thực hiện chuẩn xác và được ghi lại bằng băng hình với kỹ thuật quay video lựa chọn, đầy đủ, rõ nét và sinh động, điều đó giúp cho người học quan sát từng động tác kỹ thuật và được xem lặp đi lặp lại nhiều lần cũng như có thể tham khảo trong mọi lúc mọi nơi, từ đó sẽ định hình được kỹ thuật trong vỏ não tạo nên phản xạ có điều kiện giữa thần kinh và cơ, giúp cho sinh viên tiếp thu nhanh, kỹ thuật động tác và thực hiện kỹ thuật đúng hơn tạo nên niềm đam mê hứng thú trong học tập góp phần nâng cao thể lực và kết quả học tập cho sinh viên. Bên cạnh đó hệ thống Video clip này sẽ là giáo cụ trực quan hỗ trợ tích cực cho giáo viên giảng dạy môn bóng rổ đạt hiệu quả cao.

Video clip làm giáo cụ trực quan giảng dạy kỹ thuật môn Bóng rổ tại trường Đại học Y được Hải Phòng hoàn thiện, đầy đủ hơn so với một số các tác giả nước ngoài đã thực hiện như:

- Dr Hal Wissed Huấn luyện viên thuộc Liên đoàn bóng rổ Thế giới (Coaching NBA player and Propects at a Basketball world shoot it Better mini camp) đã thực hiện video clip về kỹ

thuật một tay trên vai ném rổ và kỹ thuật dẫn bóng rổ (tranwww.basketballworld.com). Với đoạn băng ghi hình ngắn như vậy người học chỉ xem được lướt sẽ khó hình dung được kỹ thuật động tác, bởi vậy việc học tập các kỹ thuật động tác 1 tay trên vai ném rổ sẽ khó khăn hơn. Nhưng nhìn băng ghi hình của chúng tôi thực hiện tại Đại học Y dược Hải Phòng với kỹ thuật quay tạo nên hình ảnh sinh động người học sẽ hình dung, tiếp nhận được kỹ thuật động tác nhanh hơn và như vậy hiệu quả học tập chắc chắn sẽ tốt hơn.

- So sánh băng ghi hình các bài tập kỹ thuật di chuyển được chúng tôi thực hiện tại trường Đại học Y dược Hải Phòng với băng ghi hình của Huấn luyện viên Alan Stein khi hướng dẫn kỹ thuật di chuyển phải, trái, trước sau có các vật cản cố định trên sân bóng rổ ([Champion Production.com](http://ChampionProduction.com)) cho thấy băng ghi hình của giảng viên chuyên sâu môn Bóng rổ thuộc trường Đại học Y dược Hải Phòng được ghi hoàn chỉnh hơn sử dụng ngôn ngữ tiếng Việt rất phù hợp với đối tượng sinh viên.

- Khi nhìn băng ghi hình của Huấn luyện viên Roger Anderson “Shooting skill” thực hiện video clip về việc hướng dẫn cho các VĐV trẻ kỹ thuật “2 bước ném rổ” so với băng ghi hình của chúng tôi thực hiện với việc phân tích, giảng dạy, hướng dẫn của giáo viên cùng với động tác phối hợp nhịp nhàng, người học sẽ tiếp thu động tác tốt, nhanh hơn.

Thực tế cho thấy những video clip của các tác giả nước ngoài nói trên được truy cập trên mạng internet chủ yếu dành cho các VĐV chuyên nghiệp. Bởi vậy nó không có hệ thống mà chỉ đơn điệu cho một số nội dung kỹ thuật. Chính vì thế những Video clip đó chỉ mang tính chất tham khảo không có khả năng ứng dụng trong quá trình học tập môn bóng rổ, cũng như việc ứng dụng cho đối tượng sinh viên và con người Việt Nam là không phù hợp.

Tại Việt Nam: Chưa có công trình nào nghiên cứu về sử dụng video clip làm giáo cụ trực quan hỗ trợ cho việc giảng dạy môn bóng rổ trong các trường Đại học, Trung học chuyên nghiệp và phổ thông trung học. Bởi vậy việc xây dựng, thiết kế video clip làm giáo cụ trực quan giảng dạy kỹ thuật môn bóng rổ cho học sinh, sinh

viên các trường phổ thông trung học, Đại học, Trung học chuyên nghiệp tại Việt Nam là điều cần thiết sẽ giúp cho việc tiếp thu kỹ thuật động tác và phát triển các tố chất thể lực cho các em nhanh và hiệu quả hơn.

KẾT LUẬN

Đề tài đã thiết kế hoàn thành 1 đĩa video clip gồm 7 bài tập khởi động chung; 5 bài tập khởi động chuyên môn; các bài tập nâng cao thể lực cùng 3 kỹ thuật: Kỹ thuật di chuyển dẫn bóng; kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao và kỹ thuật dẫn bóng 2 bước ném rổ 1 tay trên cao để làm giáo cụ trực quan hỗ trợ cho giáo viên giảng dạy và sinh viên học môn bóng rổ của Trường Đại học Y Dược Hải Phòng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Văn Chung, Nguyễn Quốc Quân, Phạm Văn Thảo (2003), *Giáo trình bóng rổ*, Ủy ban Thể dục thể thao, Trường Đại học thể dục thể thao 1, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Dr Hal Wised Huấn luyện viên thuộc Liên đoàn bóng rổ Thế giới “Coaching NBA player and Propects at a Basketball world shoot it Better mini camp”, video clip về kỹ thuật ném rổ một tay trên vai và kỹ thuật dẫn bóng rổ “www.basketballworld.com”.

3. Alan Stein, “Video hướng dẫn kỹ thuật di chuyển phải, trái, trước sau có các vật cản cố định trên sân bóng rổ” [Champion Production.com](http://ChampionProduction.com)

4. Michael Jodal, “Video clip về kỹ chiến thuật trong bóng rổ: Dẫn bóng vượt qua đối phương để thực hiện kỹ thuật ném rổ và kỹ thuật một tay trên vai ném rổ tại điểm ném phạt” www.basketballworld.com.

(Bài nộp ngày 14/12/2015, Phản biện ngày 1/2/2016, duyệt in ngày 25/3/2016)