



TỔNG BIÊN TẬP

TS Võ Văn Vũ

HỘI ĐỒNG BIÊN TẬP

PGS.TS Phan Thanh Hải

PGS.TS Đặng Hà Việt

PGS.TS Nguyễn Danh Hoàng Việt

PGS.TS Trần Duy Hòa

PGS.TS Lê Đức Chương

PGS.TS Nguyễn Thanh Tùng

TS Nguyễn Văn Long

TS Dương Mạnh Thắng

TS Phạm Tuấn Hùng

TS Phạm Quang Khánh

TS Nguyễn Tuấn Anh

TS Trần Mạnh Hưng

TS Nguyễn Nho Dũng

TS Trần Hữu Hùng

TS Ngô Ích Quân

TS Lê Hồng Sơn

TS Nguyễn Trà Giang

TS Nguyễn Ngọc Long

THƯ KÝ TOÀ SOẠN

Ths Huỳnh Việt Nam

Ths Nguyễn Thị Hải Vy

Email: tapchikhdttt@gmail.com

Giấy phép xuất bản số 120a/
GP - BTTTT do Bộ Thông tin và
Truyền thông cấp ngày 23/3/2017

In 150 cuốn tại Công ty TNHH
MTV ABLINE, Địa chỉ: 28 Đàm
Rong 2, Quận Hải Châu, Đà Nẵng

LỜI MỞ ĐẦU

SEA Games 31 kết thúc thành công tốt đẹp và được đánh giá cao từ các nước tham dự. Sau gần 2 tuần tranh tài, Đoàn TTVN hoàn thành xuất sắc mục tiêu, vượt chỉ tiêu đề ra. Để giành được những tám huy chương, bước lên đài vinh quang, khoác trên mình lá cờ Tổ quốc Việt Nam, các VĐV đã đánh đổi mồ hôi, nước mắt, thậm chí là cả tuổi thanh xuân của mình. Đằng sau tám huy chương ấy là những tháng ngày khổ luyện, hy sinh của cả VĐV, HLV. Trường Đại học TDTT Đà Nẵng đồng hành cùng SEA Games 31 với nhiều VĐV tham gia thi đấu, đạt giải cao tại Đại hội và vinh dự có 02 VĐV là Hoàng Quý Phước, Phạm Thị Huệ được Chủ tịch nước tặng Huân chương lao động hạng Ba.

Việc tuyển chọn VĐV trở thành sinh viên của Trường Đại học TDTT Đà Nẵng luôn ưu tiên trong xét tuyển hàng năm, VĐV được tạo mọi điều kiện trong học tập và thi đấu. Vấn đề tuyển sinh đang là bài toán khó đối với các trường chuyên ngành TDTT khi thí sinh có nhiều lựa chọn ngành nghề nên công tác tuyển sinh vẫn là nhiệm vụ ưu tiên hàng đầu. Với mục tiêu đưa thông tin tuyển sinh đến từng thí sinh, đặc biệt là những bạn có niềm đam mê thể thao, có thể gắn bó sự nghiệp trong tương lai, nhà trường phải đảm bảo chất lượng đào tạo, chính sách tuyển sinh linh hoạt, đa dạng ngành nghề, đáp ứng mọi cơ hội việc làm cho sinh viên trong quá trình học tập và tốt nghiệp, sinh viên ra trường phải đáp ứng nhu cầu xã hội, góp phần phát triển nền TDTT nước nhà.

Tạp chí số 20 ghi dấu tròn 05 năm Tạp chí Khoa học và Đào tạo Trường Đại học TDTT Đà Nẵng ra đời. 05 năm qua, tạp chí không ngừng củng cố và nâng cao chất lượng bài báo, nâng cao đội ngũ phản biện. Chúng tôi ghi nhận và cảm ơn các nhà khoa học, các tác giả luôn cộng tác cùng tạp chí, mong tiếp tục nhận được sự đồng hành và những ý kiến đóng góp quý báu để Tạp chí ngày càng phát triển.

TẠP CHÍ KHOA HỌC VÀ ĐÀO TẠO THỂ THAO

MỤC LỤC

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

Phạm Thị Thanh Thúy, Nguyễn Văn Vinh
Vận dụng triết lý dĩ bất biến ứng vạn biến trong giáo dục sinh viên 4

BÀI BÁO KHOA HỌC

Phạm Quang Thảo, Nguyễn Tiến Dũng
Yếu tố quyết định lựa chọn trường Đại học TDTT Đà Nẵng của sinh viên 9

Nguyễn Thế Tình, Nguyễn Phan Tiến Trung, Nguyễn Đình Duy Nghĩa
Những ảnh hưởng của trò chơi dân gian được áp dụng trong chương trình môn học giáo dục thể chất đối với tâm lý sinh viên Đại học Huế 14

Huỳnh Trúc Phương, Lê Thị Mỹ Hạnh, Trần Minh Tuấn
Tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực - kỹ thuật đội tuyển nữ cầu mây Đồng Nai sau một năm tập luyện..... 20

Hồ Tuyên, Hoàng Xuân Lục, Nguyễn Trường Nam
Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kỹ thuật nhảy ném bóng cầu môn cho nam vận động viên Bóng ném lứa tuổi 16-18 Trung tâm huấn luyện thể thao Quốc gia Đà Nẵng bằng hệ thống phân tích chuyển động BTS Smart DX700 25

Phùng Xuân Dũng, Nguyễn Văn Tuyền
Lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam sinh viên chạy cự ly ngắn 100m đội tuyển điền kinh trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội..... 30

Lê Thị Chung Hiếu, Nguyễn Thị Thu Hiền
Nghiên cứu kết quả bài tập dưỡng sinh đối với người cao tuổi sau 3 tháng tập luyện tại Câu lạc bộ dưỡng sinh Hội Người cao tuổi phường Thanh Bình, thành phố Hải Dương. 37

Nguyễn Gắng, Nguyễn Thành Việt, Nguyễn Thế Tình
Đánh giá hiệu quả phát triển thể lực của nữ sinh viên Đại học Huế sau một năm học tập giữa chương trình giáo dục thể chất theo câu lạc bộ và chương trình giáo dục thể chất cơ bản 44

Nguyễn Hữu Lực, Nguyễn Thanh Giang, Nguyễn Văn Hiên
Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả dạy, học trực tuyến môn học giáo dục thể chất..... 49

Phạm Hùng Mạnh, Phạm Thanh Tú
Thực trạng khối lượng cơ giữa các chi của vận động viên Pencak Silat trẻ Quốc gia tại Trung tâm huấn luyện thể thao Quốc gia thành phố Hồ Chí Minh... 59

Trần Trọng Thân, Đoàn Hùng Tráng
Khảo sát hoạt động học tập giáo dục thể chất trực tuyến của sinh viên trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp 64

Nguyễn Hồng Đăng, Phùng Đức Nhật
Nghiên cứu lựa chọn chỉ tiêu tuyển chọn ban đầu nữ võ karate thi đấu đối kháng lứa tuổi 10 – 12 tỉnh Thái Nguyên..... 72

Lộc Đình Cường, Đào Trọng Kiên, Trần Ngọc Dũng
Biện pháp nâng cao hiệu quả ứng dụng kiến thức môn học lý luận và phương pháp giáo dục thể chất vào thực tập nghiệp vụ lần 2 của sinh viên khoa giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Bắc Ninh. 77

THÔNG TIN KHOA HỌC VÀ ĐÀO TẠO

Phạm Đình Tiệp, Đỗ Trung Thắng
Mô hình phát triển hệ thống đảm bảo chất lượng bên trong và những định hướng trong công tác đảm bảo chất lượng tại Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.. 83

Phan Thị Ngà, Huỳnh Việt Nam, Nguyễn Thị Hải Vy
Giới thiệu trang website con quản lý các hoạt động khoa học và công nghệ tại trường Đại học TDTT Đà Nẵng. 89

CONTENTS

THEORY AND PRACTICE OF SPORT

Phạm Thị Thanh Thủy, Nguyễn Văn Vinh

Applying firm in objectives, flexible in strategies and tactics in student education 4

ARTICLES

Phạm Quang Thao, Nguyễn Tiến Dũng

The key factors making student choose Danang Sport University 9

Nguyễn Thế Tinh, Nguyễn Phan Tiến Trung, Nguyễn Đình Duy Nghĩa

The effects of folk games applied in the physical education course curriculum to students' psychology at Hue University 14

Huỳnh Trúc Phương, Lê Thị Mỹ Hạnh, Trần Minh Tuấn

Building standards for assessment of physical and technical level of Dong Nai women's sepak takraw team after one year practicing 20

Hồ Tuyền, Hoàng Xuân Luc, Nguyễn Trường Nam

Developing standards for evaluating the technique of jumping and throwing to goal for male handball athletes aged 16-18 at the Da Nang National Sports Training Center by BTS Smart DX700 motion analysis system 25

Phung Xuan Dung, Nguyễn Văn Tuyền

Lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam sinh viên chạy cự ly ngắn 100m đội tuyển điền kinh trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội..... 30

Lê Thị Chung Hiếu, Nguyễn Thị Thu Hiền

Study on the results of nursing exercises for the elderly after 3 months of practice at the club of the elderly's association in Thanh Bình ward, Hai Duong city 37

Nguyễn Gang, Nguyễn Thanh Việt, Nguyễn Thế Tinh

Evaluation of the effectiveness of physical development of female Hue University students after one year of studying between the club-based physical education program and the basic physical education program. 44

Nguyễn Hữu Luc, Nguyễn Thanh Giang, Nguyễn Văn Hiền

Choosing solutions to improve the efficiency of teaching, learn online physical education subject... 49

Phạm Hùng Mạnh, Phạm Thanh Tú

Actual situation of muscle mass between the extremities of the young National Pencak Silat athlete at the Ho Chi Minh City National Sports Training Center 59

Trần Trọng Than, Đoàn Hùng Trang

Survey of learning online physical education of students of university of Economic - Technical industries 64

Nguyễn Hồng Đăng, Phùng Đức Nhật

Research on selection of criteria for the initial selection of female karate athletes in the 10-12 age group, Thai Nguyen province 72

Lộc Đình Cường, Đào Trọng Kiên, Trần Ngọc Dung

Measures to improve the effectiveness of applying theoretical subject knowledge and physical education methods to the second internship of students of the physical education department at Bắc Ninh Sport University..... 77

SCIENCE AND TRAINING INFORMATION

Phạm Đình Tiếp, Đỗ Trung Thang

Development model of internal quality assurance system and orientations in quality assurance work at Danang Sport University..... 83

Phan Thị Nga, Huỳnh Việt Nam, Nguyễn Thị Hải Vy

Introducing the sub-website to manage science and technology activities at Danang Sport University..... 89

NHỮNG ẢNH HƯỞNG CỦA TRÒ CHƠI DÂN GIAN ĐƯỢC ÁP DỤNG TRONG CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐỐI VỚI TÂM LÝ SINH VIÊN ĐẠI HỌC HUẾ

TS. Nguyễn Thế Tình; TS. Nguyễn Phan Tiến Trung, ThS. Nguyễn Đình Duy Nghĩa

Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế

Tóm tắt: Bằng các phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp thực nghiệm sư phạm, phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp toán học thống kê và đo lường thể dục thể thao đề tài đã đánh giá được những ảnh hưởng của các trò chơi dân gian được ứng dụng trong quá trình giảng dạy chương trình môn học GDTC đối với tâm lý sinh viên Đại học Huế được thể hiện thông qua sự biến đổi các chỉ số “Trạng thái tâm lý (POMS)” và “Triệu chứng tâm lý (SCL90)” sau khi ứng dụng các trò chơi dân gian, đặc biệt là các chỉ tiêu tâm lý tích cực được phát triển, các chỉ tiêu tâm lý tiêu cực được cải thiện rõ rệt.

Từ khóa: *Giáo dục thể chất; trò chơi dân gian; tâm lý, Trạng thái tâm lý, Triệu chứng tâm lý.*

Abstract: By document analysis and synthesis methods, interview method, pedagogical experimental method, pedagogical test method and mathematical method of statistics and measurement of physical training and sports, the topic evaluated the effects of folk games applied in the process of teaching sport education subject program on student psychology of Hue University, which is expressed through the change of indicators. “Psychological status (POMS)” and “Psychological symptoms (SCL90)” after the application of folk games, especially developed positive psychological indicators, negative psychological indicators markedly improved.

Keywords: *Physical education; folk games; Psychology, Psychological state, Psychological symptoms.*

ĐẶT VẤN ĐỀ

Chương trình môn học Giáo dục thể chất (GDTC) của Đại học Huế (ĐH Huế) hiện nay là đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo, tuy nhiên các nội dung dạy học còn nặng về mặt kỹ - chiến thuật mà chưa có nhiều hoạt động mang tính rèn luyện thể chất kết hợp với vui chơi, giải trí tạo nhiều hứng thú cho người học. Trên thực tế, tỉ lệ sinh viên (SV) chưa đạt yêu cầu môn học GDTC khá cao do vậy, trong

quá trình giảng dạy cần điều chỉnh về mặt nội dung, phương pháp, cách thức đánh giá nhằm tăng cường sự hứng thú cho người học, nâng cao tính giải trí trong quá trình học tập và tạo cho SV thói quen tập luyện thể dục thể thao một cách thường xuyên.

Mức độ hứng thú của SV trong quá trình tham gia môn học là một trong những vấn đề cần cải thiện nhằm xây dựng lòng đam mê cho SV tham gia học tập và rèn luyện thể dục thể

thao thường xuyên để tăng cường sức khỏe thể chất, cải thiện hình thể, giúp nâng cao sức khỏe tinh thần cho SV ĐH Huế một cách bền vững. Có nhiều nguyên nhân gây ảnh hưởng đến mức độ hứng thú của SV trong quá trình học tập môn học GDTC tại ĐH Huế và làm thế nào để tạo một môi trường học tập thân thiện, gần gũi, hiệu quả và cải thiện các yếu tố tâm lý của người học là câu hỏi lớn dành cho các nhà GDTC. Vì thế chúng tôi tiến hành nghiên cứu đánh giá: ***“Những ảnh hưởng của trò chơi dân gian được áp dụng trong chương trình môn học GDTC đối với tâm lý sinh viên Đại học Huế”***.

Bài viết đã tiến hành thực nghiệm 15 tuần từ tháng 9/2020 đến tháng 12/2020, mỗi tuần tổ chức 1 - 3 trò chơi (chiếm 15 - 30 phút/giáo án), mỗi trò chơi được tổ chức 2 -

3 lần luân phiên xen kẽ tránh gây nhàm chán khi chơi. Đối tượng thực nghiệm gồm 102 sinh viên môn học GDTC tại Đại học Huế (45 nam và 57 nữ).

Nghiên cứu sử dụng 2 thang đánh giá về trạng thái tâm lý (Profile Of Mood States - POMS) và triệu chứng tâm lý (Symptom Check List - SCL90).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của sinh viên Đại học Huế trước thực nghiệm

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song trên đối tượng nghiên cứu để đánh giá, so sánh trình độ ban đầu của NĐC và NTN, thời điểm trước thực nghiệm. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. So sánh các chỉ số tâm lý của SV ĐH Huế trước thực nghiệm

TT	Chi tiêu đánh giá		Nhóm ĐC (n = 84)				Nhóm TN (n = 102)				t		P	
			Nam (n=20)		Nữ (n=64)		Nam (n=45)		Nữ (n=57)		Nam	Nữ	Nam	Nữ
			$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				
1		Căng thẳng	18,27	2,73	18,25	2,62	18,35	1,66	18,32	1,64	1.638	1,523	0,153	0,085
2	Trạng thái tâm lý (POMS)	Tức giận	19,34	1,96	19,32	1,85	19,06	1,75	19,03	1,73	1.708	1,857	0,172	0,167
3		Mệt mỏi	14,57	1,19	14,55	1,08	15,26	0,96	15,23	0,94	1.834	1,622	0,169	0,094
4		Trầm cảm	17,22	1,36	17,20	1,25	17,25	1,41	17,22	1,39	1.794	1,582	0,148	0,073
5		Tinh lực	16,67	2,85	16,65	2,74	15,65	1,77	15,62	1,75	1.730	1,942	0,157	0,082
6		Hoảng loạn	14,30	1,43	14,28	1,32	14,59	1,65	14,56	1,63	1.610	1,822	0,168	0,093
7		Lòng tự trọng	15,04	1,64	15,02	1,53	14,06	1,12	14,03	1,10	1.839	1,627	0,163	0,088
8		Điểm cuối đạt được (TMD)	152,35	12,39	152,33	12,28	155,74	13,04	155,71	13,02	1.945	1,733	0,132	0,057

9	Triệu chứng tâm lý (SCL90)	Cơ thể hóa	28,23	1,32	28,21	1,21	27,81	1,16	27,78	1,14	1.735	1,523	0,162	0,087
10		Triệu chứng cường ép	25,67	1,44	25,65	1,33	26,66	1,43	26,63	1,41	1.662	1,874	0,173	0,098
11		Nhạy cảm với quan hệ cá nhân	23,52	1,96	23,50	1,85	23,86	1,26	23,83	1,24	1.476	1,264	0,152	0,077
12		Trầm cảm	28,53	2,14	28,51	2,03	29,58	2,23	29,55	2,21	1.615	1,827	0,147	0,072
13		Lo âu	23,60	1,50	23,58	1,39	24,60	1,66	24,57	1,64	1.474	1,262	0,142	0,067
14		Thù địch	13,34	0,56	13,32	0,45	14,37	0,27	14,34	0,25	1.704	1,492	0,177	0,102
15		Sợ hãi	18,48	0,67	18,46	0,56	18,88	0,38	18,85	0,36	1.660	1,872	0,153	0,078
16		Hoang tưởng	14,78	0,66	14,76	0,55	14,37	0,46	14,34	0,44	1.655	1,443	0,137	0,062
17		Bệnh tâm thần	25,58	1,74	25,56	1,63	25,87	1,25	25,84	1,23	1.617	1,829	0,163	0,088
18		Khác	21,45	2,63	21,43	2,52	21,69	1,45	21,66	1,43	1.790	1,578	0,267	0,192
19		Điểm bình quân	22,32	1,46	22,30	1,35	22,77	1,57	22,74	1,55	1.565	1,353	0,210	0,135

Kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Trước thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P > 0.05$, có nghĩa là trước thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN là tương đương nhau, hay sự phân nhóm hoàn toàn khách quan, đảm bảo yêu cầu tổ chức thực nghiệm.

2. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của sinh viên Đại học Huế sau thực nghiệm

Sau 05 tháng thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra, đánh giá kết quả sau thực nghiệm được tiến hành vào tháng 01/2021. Mục đích của kiểm tra là so sánh hiệu quả ứng dụng của các trò chơi dân gian đã lựa chọn của đề tài trong thực tiễn giảng dạy và học tập môn GDTC cho SV ĐH Huế. Kết quả được trình bày ở bảng 2, cụ thể

Bảng 2. So sánh kết quả các chỉ số tâm lý của SV ĐH Huế sau thực nghiệm

TT	Chi tiêu đánh giá		Nhóm ĐC (84)				Nhóm TN (102)				t		P	
			Nam (n=20)		Nữ (n=64)		Nam (n=45)		Nữ (n=57)		Nam	Nữ	Nam	Nữ
				$\pm\delta$		$\pm\delta$		$\pm\delta$		$\pm\delta$				
1	Trạng thái tâm lý (POMS)	Căng thẳng	17.86	0.98	17.65	0.62	16.89	1.27	17.01	0.85	3,533	2.228	0,045	0,029
2		Tức giận	18.98	1.04	18.79	0.66	17.73	1.33	17.23	0.86	2,853	2.748	0,037	0,047
3		Mệt mỏi	13.89	0.76	14.02	0.49	14.21	1.07	14.21	0.71	3,627	2.832	0,028	0,034
4		Trầm cảm	16.73	0.92	16.68	0.58	15.78	1.18	15.82	0.79	2,582	2.722	0,033	0,023
5		Tinh lực	17.38	0.96	17.25	0.60	17.37	1.30	16.98	0.85	2,933	2.732	0,022	0,028
6		Hoảng loạn	13.72	0.75	13.89	0.49	13.43	1.01	13.12	0.66	2,832	3.310	0,034	0,034
7		Lòng tự trọng	15.82	0.87	15.65	0.55	15.43	1.16	15.23	0.76	2,621	2.829	0,048	0,041
8		Điểm cuối đạt được (TMD)	147.98	8.14	148.13	5.18	145.24	10.89	145.18	7.26	2,743	2.945	0,027	0,047
9	Triệu chứng tâm lý (SCL90)	Cơ thể hóa	27.32	1.50	27.13	0.95	23.36	1.75	22.68	1.13	2,523	2.734	0,033	0,044
10		Triệu chứng cưỡng ép	24.94	1.37	24.64	0.86	19.86	1.49	19.91	1.00	2,874	3.162	0,026	0,045
11		Nhạy cảm với quan hệ cá nhân	22.73	1.25	22.93	0.80	18.82	1.41	17.86	0.89	2,263	3.376	0,037	0,047
12		Trầm cảm	27.48	1.51	27.59	0.97	25.42	1.91	25.95	1.30	3,823	3.613	0,044	0,039
13		Lo âu	22.72	1.25	22.58	0.79	19.76	1.48	19.74	0.99	3,232	2.674	0,023	0,033
14		Thù địch	12.84	0.71	12.82	0.45	11.84	0.89	11.65	0.58	3,492	2.702	0,025	0,038
15		Sợ hãi	17.85	0.98	17.75	0.62	14.85	1.11	13.96	0.70	2,872	2.620	0,034	0,032
16		Hoang tưởng	14.29	0.79	14.29	0.50	11.59	0.87	11.42	0.57	2,433	2.225	0,039	0,042
17		Bệnh tâm thần	24.73	1.36	24.69	0.86	19.94	1.50	19.89	0.99	2,821	2.614	0,032	0,021
18		Khác	22.25	1.22	20.65	0.72	19.28	1.45	18.32	0.92	2,578	3.290	0,024	0,029
19		Điểm bình quân	21.72	1.19	21.51	0.75	18.47	1.39	18.14	0.91	3,354	3.545	0,033	0,033

Kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy: Sau thực nghiệm, tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P < 0.05$, có nghĩa là tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN đã có sự khác biệt. Như vậy, có thể thấy việc ứng dụng các

trò chơi dân gian mà đề tài đã lựa chọn trong giờ ngoại khóa đã tác động tích cực đến sự phát triển tâm lý của SV ĐH Huế.

Để thấy rõ sự khác biệt đó, đề tài đã tiến hành tính toán sự cải thiện tâm lý của SV ĐH Huế sau thực nghiệm. Kết quả được trình bày qua bảng 3 sau đây:

Bảng 3. Sự cải thiện tâm lý của SV Đại học Huế sau thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu đánh giá	Đối chứng (n=84)						Thực nghiệm (n=102)					
		Nam (n=20)			Nữ (n=64)			Nam (n=45)			Nữ (n=57)		
		Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%	Trước TN	Sau TN	W%
1	Căng thẳng	18.27	17.86	2.27	18.25	17.65	3.34	18.35	16.89	8.29	18.32	17.01	7.42
2	Tức giận	19.34	18.98	1.88	19.32	18.79	2.78	19.06	17.73	7.23	19.03	17.23	9.93
3	Mệt mỏi	14.57	13.89	4.78	14.55	14.02	3.71	15.26	14.21	7.13	15.23	14.21	6.93
4	Trầm cảm	17.22	16.73	2.89	17.2	16.68	3.07	17.25	15.78	8.90	17.22	15.82	8.47
5	Tinh lực	16.67	17.38	4.17	16.65	17.25	3.54	15.65	17.37	10.42	15.62	16.98	8.34
6	Hoảng loạn	14.3	13.72	4.14	14.28	13.89	2.77	14.59	13.43	8.28	14.56	13.12	10.40
7	Lòng tự trọng	15.04	15.82	5.06	15.02	15.65	4.11	14.06	15.43	9.29	14.03	15.23	8.20
8	Điểm cuối đạt được (TMD)	151.99	147.98	2.67	151.93	148.13	2.53	154.8	145.24	6.37	154.71	145.18	6.36
9	Cơ thể hóa	28.23	27.32	3.28	28.21	27.13	3.90	27.81	23.36	17.39	27.78	22.68	20.21
10	Triệu chứng cưỡng ép	25.67	24.94	2.88	25.65	24.64	4.02	26.66	19.86	29.23	26.63	19.91	28.88
11	Nhạy cảm với quan hệ cá nhân	23.52	22.73	3.42	23.5	22.93	2.46	23.86	18.82	23.62	23.83	17.86	28.64
12	Trầm cảm	28.53	27.48	3.75	28.51	27.59	3.28	29.58	25.42	15.13	29.55	25.95	12.97
13	Lo âu	23.6	22.72	3.80	23.58	22.58	4.33	24.6	19.76	21.82	24.57	19.74	21.80
14	Thù địch	13.34	12.84	3.82	13.32	12.82	3.83	14.37	11.84	19.31	14.34	11.65	20.70
15	Sợ hãi	18.48	17.85	3.47	18.46	17.75	3.92	18.88	14.85	23.90	18.85	13.96	29.81
16	Hoang tưởng	14.78	14.29	3.37	14.76	14.29	3.24	14.37	11.59	21.42	14.34	11.42	22.67
17	Bệnh tâm thần	25.58	24.73	3.38	25.56	24.69	3.46	25.87	19.94	25.89	25.84	19.89	26.02
18	Khác	21.45	22.25	3.66	21.43	20.65	3.71	21.69	19.28	11.76	21.66	18.32	16.71
19	Điểm bình quân	22.32	21.72	2.74	22.30	21.51	3.61	22.77	18.47	20.84	22.74	18.14	22.51

Kết quả sau 05 tháng thực nghiệm, đặc điểm tâm lý của NĐC và NTN đều có nhịp tăng trưởng, tuy nhiên, NTN có sự tăng trưởng đáng kể hơn ở đa số các chỉ tiêu kiểm tra và tăng cao hơn hẳn NĐC, chứng tỏ các trò chơi dân gian đã được lựa chọn và ứng dụng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc

cải thiện các đặc điểm tâm lý cho sinh viên NTN, đặc biệt là các chỉ tiêu tâm lý tích cực được phát triển, các chỉ tiêu tiêu cực được giảm xuống rõ rệt và điều này cũng khẳng định các trò chơi dân gian đã lựa chọn có hiệu quả trong quá trình giảng dạy GDTC cho SV ĐH Huế.

KẾT LUẬN

Có nhiều nguyên nhân gây ảnh hưởng đến mức độ hứng thú của SV trong quá trình học tập môn học GDTC tại ĐH Huế trong đó nguyên nhân là giảng viên ít tổ chức các hoạt động vui chơi trong giờ học là một trong những nguyên nhân có số lượng SV đồng thuận nhất cao nhất.

Sau 05 tháng thực nghiệm, ứng dụng 12 trò chơi dân gian trong chương trình môn học GDTC thấy rằng tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN trên cả đối tượng

nam và nữ đều thu được kết quả $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng $P < 0.05$, có nghĩa là tình trạng tâm lý của sinh viên NĐC và NTN đã có sự khác biệt và đều có nhịp tăng trưởng, tuy nhiên, NTN có sự tăng trưởng đáng kể hơn ở đa số các chỉ tiêu kiểm tra và tăng cao hơn hẳn NĐC, chứng tỏ các trò chơi dân gian đã được lựa chọn và ứng dụng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc cải thiện đặc điểm tâm lý cho sinh viên NTN và điều này cũng khẳng định các trò chơi dân gian đã lựa chọn có hiệu quả trong quá trình giảng dạy GDTC cho SV ĐH Huế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Thị Vân Hương, (2005). *Tổ chức trò chơi dân gian nhằm giáo dục môi trường cho học sinh tiểu học. Tạp chí giáo dục, số 108.*
- [2]. Nguyễn Toán, Lê Anh Thơ, (1999). *136 trò chơi vận động dân gian Việt Nam và Châu Á.* Hà Nội: Nxb trẻ.
- [3]. 张娜娜. 《人体适应能力评价量表》与《SCL - 90症状自评量表》及皮质醇相关性的研究[J]. 山东体育学院, 2013.
- [4]. 许玲. 健身气功对高中生心理健康影响的实验研究[J]. 沈阳体育学院, 2011.

Bài nộp ngày 10/11/2021, phản biện ngày 30/5/2022, duyệt đăng ngày 10/6/2022