

KỶ 2 - THÁNG 4 - 2024

TẠP CHÍ **Thiết bị Giáo dục**


SỐ
311



SỐ 311

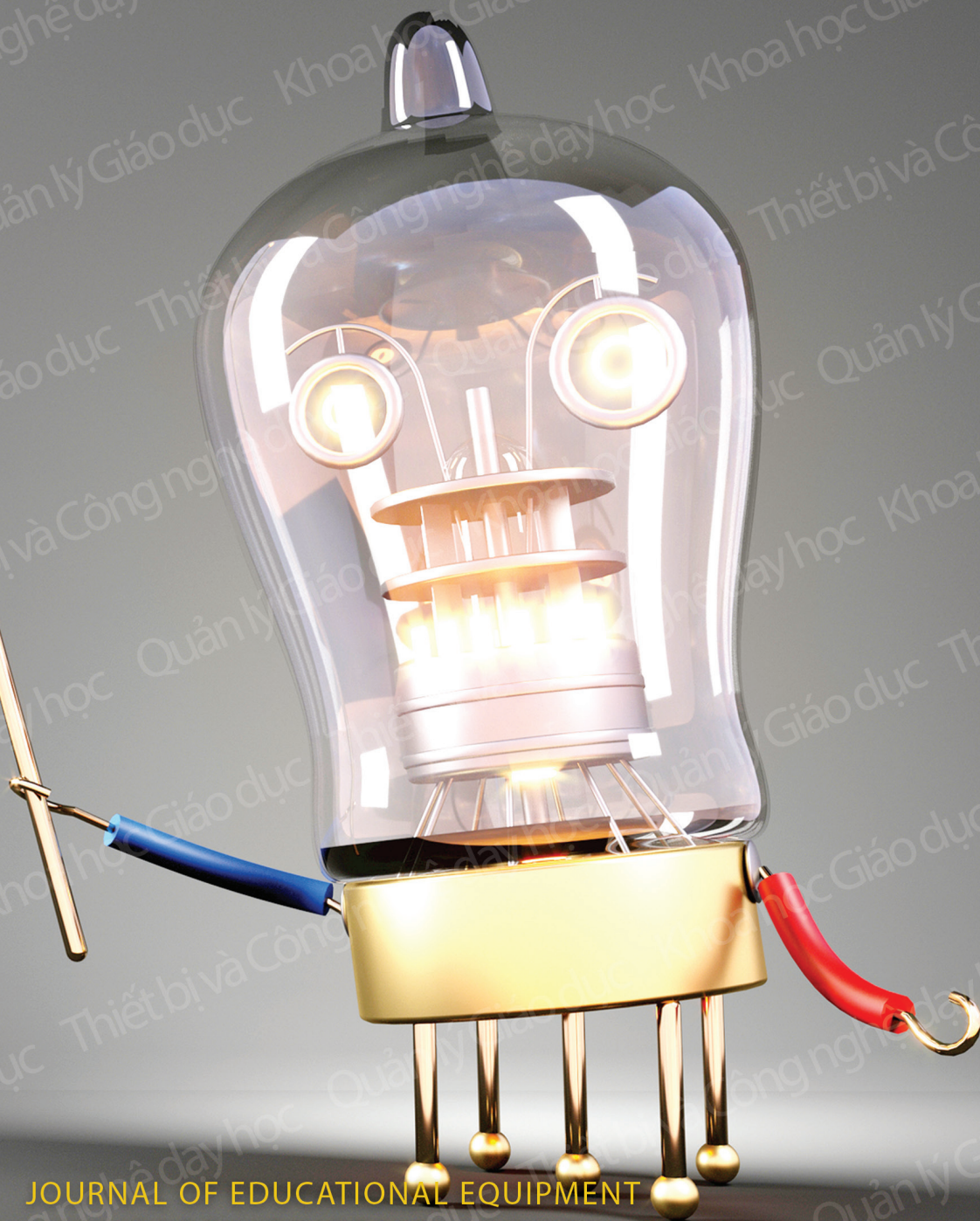
KỶ 2 - THÁNG 4 - 2024

TẠP CHÍ

Thiết bị Giáo dục

ISSN 1859 - 0810

CƠ QUAN CỦA HIỆP HỘI THIẾT BỊ GIÁO DỤC VIỆT NAM



JOURNAL OF EDUCATIONAL EQUIPMENT
WWW.TAPCHITHIETBIGIAODUC.VN

Tổng biên tập

PGS. TS. PHẠM VĂN SƠN

Hội đồng biên tập

GS. TS. VŨ DŨNG

GS. TS. NGUYỄN THỊ MỸ LỘC

GS. TS. PHẠM HỒNG QUANG

GS. TS. THÁI VĂN THÀNH

Mr. DANNY GAUCH - HH TBGD THẾ GIỚI

PGS. TS. PHẠM VĂN SƠN - CHỦ TỊCH

PGS. TS. NGUYỄN XUÂN THỨC

PGS. TS. DƯƠNG THỊ HOÀNG YẾN

PGS. TS. Đại tá MAI VĂN HÓA

PGS. TS. NGUYỄN VĂN ĐỆ

PGS. TS. BUI VĂN HỒNG

PGS. TS. NGUYỄN VŨ BÍCH HIỀN

PGS. TS. THÁI THẾ HÙNG

PGS. TS. LÊ VĂN GIÁO

PGS. TS. PHẠM VĂN THUẦN

PGS. TS. NGUYỄN MẠNH HƯỜNG

PGS. TS. TRẦN THỊ MINH HẰNG

PGS. TS. NGUYỄN NHƯ AN

PGS. TS. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN

PGS. TS. LÊ CHI LAN

PGS. TS. LÊ HIẾU HỌC

PGS. TS. BUI VĂN HƯNG

TS. BUI ĐỨC TỬ - PHÓ CHỦ TỊCH

TS. TRẦN VĂN HÙNG

TS. THÁI VĂN LONG

Tòa soạn

Số nhà 41, ngõ 199, phố Khương Thượng
(ngõ 440 Trường Chinh), quận Đống Đa,
thành phố Hà Nội

Điện thoại: 024.36658762; Fax: 024.36658761

Email: tapchitbgd@yahoo.com.vn

Website: www.tapchithietbigiaoduc.vn

Văn phòng giao dịch phía Nam

TS. Bùi Đức Tử - Trưởng văn phòng đại diện

Tạp chí TBGD phía Nam

Số 15.06A. Cao ốc Sreac. 974 Trường Sa.

Phường 12. Quận 3. TP Hồ Chí Minh.

ĐT: 0913882206; Email: bdtu@sgu.edu.vn

Tài khoản: 0101613475555

Ngân hàng TMCP Quân đội,

chi nhánh Thăng Long Hà Nội

Giấy phép xuất bản:

Số 357/CBC-BCTƯ Ngày 15/12/2014

của Bộ Thông tin và Truyền thông

Thiết kế và Chế bản:

Đoàn Ngoan

In tại Công ty TNHH In - Thương mại

và Dịch vụ Nguyễn Lâm

Giá: 120.000đ (Một trăm hai mươi nghìn đồng)

MỤC LỤC - CONTENT

THIẾT BỊ VỚI CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC PHỔ THÔNG MỚI - EQUIPMENT WITH NEW GENERAL EDUCATION PROGRAM

- Trần Thị Thanh Nhân:** Rèn kỹ năng làm Đồ dùng dạy học cho sinh viên ngành Giáo dục tiểu học thông qua Học phần “Rèn luyện nghiệp vụ Sư phạm thường xuyên” - *Practice skills in making teaching aids for students majoring in Primary Education through the module of Regular Pedagogical Professional Training* 1
- Lê Văn Nhung, Lê Văn Hiếu:** Xây dựng bài giảng video tương tác phục vụ tổ chức dạy học trực tuyến (nghiên cứu trường hợp tại khoa Sư phạm, Trường Đại học Cần Thơ) - *Developing interactive video lectures for online teaching (case study at Faculty of Education, Can Tho University)* 4
- Nguyễn Thị Triều Tiên, Trần Thị Thu Lành, Nguyễn Thị Diệu Trinh, Nguyễn Thị Huyền Trang, Trần Thị Hồng Nhung:** Thiết kế đồ chơi theo hướng tiếp cận STEAM nhằm giúp trẻ mẫu giáo 5-6 tuổi khám phá khoa học - *Designing toys following a STEAM approach to help preschoolers aged 5-6 explore science* 8
- Nguyễn Văn Thiêm, Trương Nguyễn Hiến:** Cánh tay robot phân loại sản phẩm theo chiều cao điều khiển tự động bằng khí nén- điện tử - *Robot arm sorting products by height with automatic pneumatic-electronic control* 12
- Trần Lê Chân, Trần Tuấn Anh:** Tìm hiểu mô hình Flipped classroom và các công cụ hỗ trợ tổ chức dạy học - *The Flipped classroom model and tools to support teaching* 15
- Võ Thị Hồng Loan, Lê Thị Kim Anh, Hồ Thị Duyên:** Nâng cao hiệu quả dạy học bằng mô hình FOpYu - *Improving teaching effectiveness using the FOpYu model* 18
- Nguyễn Thị Ngọc Yến:** Ứng dụng Multimedia trong thiết kế bài giảng điện tử học phần Hóa học giảng dạy cho sinh viên Trường Đại học Kỹ thuật Y-Dược Đà Nẵng - *Multimedia application in designing electronic lectures for the Chemistry module for students at Da Nang University of Medical and Pharmaceutical Technology* 21
- Đặng Thị Lê Tâm, Hoàng Thị Phương, Nguyễn Hồng Ngọc:** Sử dụng đa phương tiện trong dạy học đọc hiểu văn bản thông tin cho học sinh lớp 1 - *Using multimedia in teaching reading comprehension of texts for 1st graders* 24
- Nguyễn Thị Ngọc Thành:** Ứng dụng website mô phỏng để nâng cao chất lượng giảng dạy môn Khoa học tự nhiên - *Simulation website application to improve teaching quality in Natural Sciences* 27
- Nguyễn Thị Thái Châu, Chu Thị Hương:** Xây dựng một số thiết bị hỗ trợ dạy học phần Năng lượng và Cuộc sống theo định hướng giáo dục STEM ở trung học cơ sở - *Building some equipment to support teaching the Energy and Life section according to STEM education orientation in secondary schools* 30

NGHIÊN CỨU ỨNG DỤNG - APPLIED RESEARCH

- Hoang Thu Giang:** Using pictures to improve speaking skills for the second year students at ICTU 33
- Hoang Van Sau:** Challenges in promoting students' autonomy At ictu - Thai Nguyen university 37
- Nguyen Thi Thanh:** Collaborative teaching with Engineering students 42
- Nguyễn Thị Quế:** The Importance of Discourse Markers in English Speaking A case study of 3rd year English majors at Haiphong University 45
- Nguyen Thi Tuyet Mai:** Autonomous Learning A Case Study in General English 1 Classes at UFM and Suggestions 48
- Huynh Thi Diem:** The White Tiger by Aravind Adiga: Exploring Innovation, Creativity, and Development 51
- Võ Thị Anh Thư:** Several techniques motivating learners' speaking performance in efl classrooms 53
- Phạm Huỳnh Thúy Uyên, Trần Ngọc Ánh:** Enhancing Psychological Resilience in English Speaking Practice: Solutions for Second-Year Non-Major Students at Dong Thap University 56
- Nguyễn Thị Thụy Nga:** Identify images of car collisions on the road using Deep Learning 59
- Tran Thi Thanh Giang:** Adapting written assignments for EFL classrooms with ChatGPT at universities 62
- Trần Thị Phương Thư:** The Implementation of Interactive Teaching Approach to Facilitate English Majors' Reading Comprehension 65
- Nguyễn Thị Phương, Dương Công Đạt:** Áp dụng bản đồ tư duy giúp học sinh lớp 6 cải thiện kỹ năng viết tiếng Anh - *Applying mind maps for 6th graders to improve their English writing skills* 70
- Hoàng Thị Phương Loan:** Chatgpt - Đối tác trò chuyện lý tưởng hỗ trợ cải thiện kỹ năng nói tiếng Anh - *Chatgpt - Ideal chat partner to help improve English speaking skills* 72
- Trần Thị Thu Hương:** Tăng cường năng lực giao tiếp tiếng Anh cho sinh viên Trường Đại học Điện lực - *Enhancing English communication skills for students at Electric Power University* 75

Đinh Đức Long: Nâng cao kỹ năng nói tiếng Anh cho sinh viên qua hoạt động lồng tiếng đoạn phim (movie-dubbing) - <i>Improving students' English speaking skills through movie-dubbing activities</i>	78
Lê Thị Hồng Nhung: Phát triển tư duy phản biện trong lớp học tiếng Anh cho người lớn - <i>Developing critical thinking in the adult EFL classroom</i>	80
Lê Thị Tuyết Nga: Áp dụng một số thủ thuật nâng cao kỹ năng nghe hiểu tiếng Anh cho sinh viên hệ chất lượng cao Trường Đại học Thương mại - <i>Applying some tips to improve English listening comprehension skills for high-quality students at Thuongmai University</i>	83
Lý Thanh Tú: Tìm hiểu và phân loại nguyên nhân gây ra lỗi dùng từ của sinh viên học tiếng Anh cơ bản tại Trường Đại học Xây dựng - <i>The classification of the causes of word usage errors among students learning basic English at University of Civil Engineering</i>	86
Nguyễn Thị Hồng Yến: Nhận thức của học sinh trung học phổ thông về ứng dụng Quizlet trong việc học từ vựng tiếng Anh: Nghiên cứu điển hình tại trường trung học phổ thông Chu Văn An, Hà Nội - <i>High school students' awareness of Quizlet application in learning English vocabulary: Case study at Chu Van An high school, Hanoi</i>	89
Mai Thị Thảo, Huỳnh Ngọc Linh: Đối chiếu hệ thống đại từ nhân xưng giữa tiếng Việt và tiếng Anh – <i>A contrast analysis of the personal pronoun system between Vietnamese and English</i>	92
Nguyễn Thị Anh Chi: Áp dụng các chiến lược dạy nghe nhằm cải thiện kỹ năng nghe tiếng Anh của người học - <i>Applying listening teaching strategies to improve learners' English listening skills</i>	94
Phạm Văn Huy, Lê Hoàng Anh, Vũ Trung Dũng: Bồi dưỡng nâng cao chuyên môn, nghiệp vụ cho giảng viên Giáo dục Quốc phòng và An ninh ở các trường đại học đáp ứng yêu cầu Cách mạng Công nghiệp lần thứ tư - <i>Fostering and improving expertise for National Defense and Security Education lecturers at universities to meet the requirements of the Fourth Industrial Revolution</i>	97
Dương Thị Yên: Hoạt động nhóm trong quá trình dạy học phần “Phương pháp cho trẻ mầm non làm quen với Toán học” - <i>Group activities during the teaching of Methods for preschool children to get acquainted with Mathematics</i>	100
Chau Chhay Tan: Thực trạng thiết kế và tổ chức hoạt động trải nghiệm trong dạy học môn Toán ở tiểu học - <i>Current status of the design and organization of experiential activities in teaching Math in primary schools</i>	103
Hồ Thị Minh Phương, Đỗ Phương Oanh: Đánh giá năng lực mô hình hóa toán học của học sinh trong dạy học chủ đề “Hệ phương trình” ở lớp 10 - <i>Evaluating students' mathematical modeling competence in teaching the topic of System of equations in grade 10</i>	108
Kiều Mạnh Hùng, Tô Đặng Nguyên Anh, Nguyễn Thị Bích Hường, Phạm Thị Ly Ly: Ứng dụng phần mềm hình học động trong dạy học Hình học không gian ở trường phổ thông - <i>Applying dynamic geometry software in teaching spatial geometry in high schools</i>	112
Nguyễn Thu Hương, Nguyễn Phương Tuệ, Cao Thị Quỳên, Phạm Thị Hồng Ngọc, Trần Phương Anh: Xây dựng một số chủ đề dạy học theo định hướng giáo dục STEM trong môn Toán lớp 4 - <i>Developing a number of STEM education-oriented teaching topics in 4th grade Math</i>	115
Ngô Tú Trinh: Xây dựng hoạt động giáo dục STEM và vận dụng trong giảng dạy Học phần Vật lý đại cương cho sinh viên Trường Đại học An Giang - <i>Building STEM education activities and applying them in teaching the General Physics module for students at An Giang University</i>	118
Ngô Trọng Tuệ, Nguyễn Thị Phương Lan: Sử dụng mô phỏng trên máy tính minh họa kết quả bài tập Vật lý phổ thông - <i>Using computer simulations to illustrate the results of Physics exercises in high schools</i>	121
Phạm Minh Tâm, Nguyễn Anh Tuấn: Nghiên cứu, thiết kế dụng cụ hàn ma sát khuấy để hàn giáp mối hợp kim nhôm - <i>Research on the design of friction stir welding tools for butt welding of aluminum alloys</i>	125
Huỳnh Tấn Thạch, Lương Mộng Thuý: Chuyển đổi số tại Trường Đại học Đồng Tháp - vai trò và giải pháp - <i>Digital transformation at Dong Thap University - roles and solutions</i>	128
Hoàng Trần Hiếu: Nghiên cứu Kỹ thuật giấu ảnh trong ảnh sử dụng phương pháp LSB cải tiến phục vụ dạy học ngành Công nghệ thông tin ở Trường Đại học Hải Phòng - <i>Research on the technique of hiding images in images using improved LSB method for teaching Information Technology at Hai Phong University</i>	130
Lê Văn Nhâm: Hoạt động giảng dạy chuyên ngành Xây dựng Đảng và Chính quyền Nhà nước hệ vừa học vừa làm tại Phân hiệu Học viện Thanh thiếu niên Việt Nam - <i>Teaching Party Building and State Government for in-service training programs at Vietnam Youth Academy Branch</i>	133
Nguyễn Thị Bé: Giáo dục văn hóa giao tiếp cho sinh viên - <i>Educating communication culture for students</i>	136
Nguyễn Thị Mai Hương: Tổ chức dạy học môn Công nghệ 6 tại Trường Phổ thông thực hành chất lượng cao Nguyễn Tất Thành thuộc Trường Cao đẳng Sư phạm Hoà Bình - <i>Teaching the subject of Technology 6 at Nguyen Tat Thanh High Quality Practical High School at Hoa Binh College of Education</i>	139
Nguyễn Thị Mỹ Hạnh: Biện pháp bồi dưỡng kiến thức Mỹ thuật và tạo hình cho sinh viên ngành Giáo dục Mầm non - <i>Measures to foster knowledge of Fine Arts and visual arts for students majoring in Early Childhood Education</i>	142
Nguyễn Thu Loan, Nguyễn Thị Thùy Dương: Những tác động của tình huống có vấn đề tới quá trình hình thành kỹ năng giải quyết vấn đề của trẻ 4-5 tuổi - <i>The effects of problematic situations on the process of forming problem-solving skills of children aged 4-5</i>	145
Phạm Thị Oanh: Các yếu tố ảnh hưởng đến giáo dục kỹ năng so sánh cho trẻ 5 - 6 tuổi qua hoạt động hình thành biểu tượng hình dạng - <i>Factors affecting the education of comparison skills for children aged 5-6 through shape symbol formation activities</i>	148
Phạm Thị Thu Hằng: Nâng cao chất lượng dạy học môn Địa lý 8 Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 tại Trường Phổ thông thực hành chất lượng cao Nguyễn Tất Thành, thuộc Trường Cao đẳng Sư phạm Hòa Bình - <i>Improving the teaching quality of Geography 8 in 2018 General Education Program at Nguyen Tat Thanh High Quality Practical High School at Hoa Binh College of Education</i>	151
Trương Thị Hồng Diệp: Các yếu tố ảnh hưởng đến giáo dục giá trị nghề nghiệp cho sinh viên ngành Giáo dục Mầm non qua thực tập nghề nghiệp - <i>Factors affecting professional value education for students majoring in Early Childhood Education through practicum</i>	154
Phạm Thực Anh: Giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tự học của sinh viên - <i>Solutions to improve the effectiveness of students' self-study activities</i>	157
Hoàng Thị Hồng Phương: Xây dựng hệ thống ngữ liệu hỗ trợ hoạt động đọc mở rộng trong dạy học tiếng Việt lớp 4 - <i>Building a data system to support extensive reading activities in teaching 4th grade Vietnamese</i>	160
Đinh Thị Bắc Bình: Nâng cao khả năng học tập tự chủ cho sinh viên bậc giáo dục đại học thời đại 4.0 - <i>Improving autonomous learning ability for higher education students in the 4.0 era</i>	164
Phan Trung Hải, Nguyễn Thị Huế: Nâng cao đời sống vật chất, tinh thần cho trẻ em yếu thế ở thành phố Hồ Chí Minh theo tư tưởng Hồ Chí Minh - <i>Improving the material and spiritual life of disadvantaged children in Ho Chi Minh City according to Ho Chi Minh's thought</i>	167

Cao Thành Tấn, Phan Thị Lệ Thuỷ, Nguyễn Thị Huyền Trang, Trần Thị Thúy Diễm, Lê Tiểu Diệp: Thực trạng sử dụng phương pháp trò chơi trong dạy học môn Giáo dục công dân 6 tại thành phố Hồ Chí Minh hiện nay - <i>Current status of using game method in teaching Civic Education 6 in Ho Chi Minh City today</i>	170
Nguyễn Trường Đông, Thái Việt Hưng: Những nét đặc trưng trong dậm nhảy ở hai môn nhảy cao và nhảy xa, phương pháp giảng dạy ở giai đoạn dậm nhảy này – <i>Characteristics and teaching methods of jumping in both high jump and long jump</i>	174
Cao Thành Lê, Nguyễn Xuân Ninh: Một số giải pháp cơ bản thực hiện mục tiêu chiến lược chuyển đổi kép “số và xanh” trong đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao tại Trường Cao đẳng Kỹ thuật Việt - Đức Hà Tĩnh - <i>Some basic solutions to implement the “digital and green” transformation in training high-quality human resources at Ha Tinh Vietnamese-German Technical College</i>	177
Đặng Thị Hồng Duyên, Ngô Thị Lan Anh: Sử dụng kết hợp phương pháp thảo luận nhóm với đóng vai để phát triển năng lực học sinh trường trung học cơ sở và trung học phổ thông Bình Trung, Huyện Bắc Kạn trong dạy học môn Giáo dục kinh tế và Pháp luật lớp 11 - <i>Using a combination of group discussion and role-playing methods in 11th grade Economic and Law Education to develop the student competences at Binh Trung secondary and high school, Bac Kan District</i>	180
Đặng Thị Phương Thảo: Phát triển kỹ năng tổ chức hoạt động Đoàn cho sinh viên sư phạm trong bối cảnh đổi mới giáo dục - <i>Developing skills in organizing union activities for pedagogical students in the context of educational innovation</i>	183
Đinh Đức Hợi, Nông Thị Lan Anh: Thực trạng giáo dục tính tự tin cho trẻ 5 - 6 tuổi thông qua hoạt động vui chơi ở trường mầm non - <i>Current status of self-confidence education for children aged 5-6 through play activities in preschools</i>	186
Lê Thùy Linh; Ngô Thị Tuyết Mai: Xây dựng môi trường giáo dục theo quan điểm lấy trẻ làm trung tâm ở trường mầm non - <i>Building an educational environment from a child-centered perspective in preschool</i>	189
Hoàng Thị Kim Thanh, Nguyễn Đỗ Hồng Nhung: Hành vi văn hóa học đường của sinh viên Trường Đại học sư phạm, Đại học Thái Nguyên - <i>School cultural behavior of students at University of Education, Thai Nguyen University</i>	192
Lê Hải Ninh, Bùi Ngọc Sơn: Phát triển kỹ năng điều chỉnh cảm xúc cho học viên đào tạo sĩ quan chỉ huy tham mưu ở Trường Sĩ quan Lục quân 1 trong bối cảnh hiện nay - <i>Developing emotional regulation skills for students training for command and staff officers at Army Officer School 1 in the current context</i>	195
Ngô Thị Thùy, Mai Văn Thao: Vận dụng nguyên lý về mối quan hệ biện chứng của Chủ nghĩa Mác - Lênin khi xây dựng một số phương pháp tự học cho sinh viên - <i>Applying the principle of dialectical relationships of Marxism-Leninism in developing self-study methods for students</i>	198
Trần Thị Hồng, Đỗ Thị Quyên: Giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Giáo dục chính trị bằng bài giảng điện tử ở Trường Cao đẳng Công nghiệp Thanh Hóa - <i>Solutions to improve the quality of teaching Political Education with electronic lectures at Thanh Hoa Industrial College</i>	201
Đào Thị Thanh Hoài, Phạm Thanh Thuỷ: Rèn luyện kỹ năng tiền đọc cho trẻ 5 – 6 tuổi nhằm đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục - <i>Training pre-reading skills for children aged 5-6 to meet the requirements of educational innovation</i>	203
Tăng Bá Hoàng, Trần Minh Tuấn, Vũ Tiến Đạt, Đặng Thị Phương Mai, Kiều Văn Khải: Tính chủ động trong học ngoại ngữ trực tuyến của sinh viên Trường Đại học Hà Nội – <i>Active learning in online foreign language learning of students at Hanoi University</i>	206
Lê Mạnh Cường, Mai Thiện Chí, Nguyễn Ngọc Tuyền: Đánh giá hiệu quả biện pháp phát triển thể lực chung cho sinh viên hệ cao đẳng Trường Đại học Công nghệ giao thông vận tải - <i>Evaluating the effectiveness of measures to develop general physical fitness for college students at University of Transport Technology</i>	209
Đoàn Hà Trung, Phạm Phi Diệp: Xây dựng kế hoạch giảng dạy- huấn luyện chạy cự ly trung bình cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể Thao Hà Nội - <i>Developing a middle-distance running teaching and training plan for first-year Athletics majors at Hanoi University of Physical Education and Sports</i>	212
Nguyễn Hữu Toán: Giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học Hải Phòng - <i>Solutions to improve the quality of physical education at Hai Phong University</i>	214
Hồ Hải Thanh, Hồ Thị Huyền: Suy nghĩ về sử dụng phương pháp dạy học tích cực trong môi trường giáo dục đại học hiện nay – <i>Some thoughts about using active teaching methods in today's higher education environment</i>	217
Phạm Hữu Dũng: Vận dụng các phương pháp giảng dạy để đạt mục tiêu và CDR chương trình Đào tạo ngành kỹ thuật phần mềm - <i>Apply teaching methods to achieve goals and CDR software engineering training program</i>	220
Văn Công Danh: Các biện pháp định hướng giáo dục giá trị lối sống cho sinh viên Trường Đại học An Giang - <i>Measures to orient lifestyle value education for students at An Giang University</i>	222
Chu Thị Hương, Lê Thị Xuân: Xác định quy trình và đề xuất giải pháp phát triển chương trình đào tạo loại hình bồi dưỡng nâng cao năng lực người học đáp ứng nhu cầu thực tiễn - <i>Identifying processes and proposing solutions to develop training programs to improve learner competences to meet the practical needs</i>	225
Nguyễn Thị Kim Chung: Biện pháp nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên phổ thông ở vùng miền núi, tỉnh Nghệ An - <i>Measures to improve the quality of high school teachers in mountainous areas, Nghe An province</i>	228
Lê Thị Lan: Rèn luyện kỹ năng tự bảo vệ cho trẻ 4-5 tuổi thông qua trò chơi ở trường mầm non - <i>Training self-protection skills for children aged 4-5 through games in preschools</i>	231
Bùi Thị Giáng Hương; Phạm Xuân Thanh: Phương pháp dạy học tích cực Học phần Phương pháp hướng dẫn trẻ làm quen với môi trường xung quanh bằng mô hình lớp học đảo ngược - <i>Active teaching methods Module: Methods of guiding children to become familiar with the surrounding environment using the flipped classroom model</i>	234
Mai Thị Khuyên: Sử dụng kỹ năng dạy ngữ âm tiếng Việt cho sinh viên nước ngoài - <i>Using skills to teach Vietnamese phonetics to foreign students</i>	238
Ngô Thị Phương Thảo, Nguyễn Thị Hải Yến: Ứng dụng phương pháp Montessori trong hoạt động khám phá khoa học cho trẻ mầm non - <i>Applying the Montessori method in scientific discovery activities for preschool children</i>	241
Nguyễn Thị Ái: Hướng dẫn chọn nội dung và phương pháp tổ chức hoạt động nghe nhạc, nghe hát cho trẻ mầm non cho sinh viên ngành Giáo dục mầm non Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang - <i>Instructions on choosing content and methods for organizing music and singing activities for preschool children for students majoring in Early Childhood Education at Nha Trang National College of Education</i>	244

Nguyễn Thị Diệu Khánh: Giải pháp nâng cao chất lượng dạy và học các môn Lý luận chính trị tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội - <i>Solutions to improve the quality of teaching and learning Political Theory subjects at Hanoi University of Physical Education and Sports</i>	247
Nguyễn Thị Hiệp: Phương pháp giảng dạy từ Hán Việt cho học sinh trung học cơ sở - <i>Teaching methods of Sino-Vietnamese words for secondary school students</i>	250
Nguyễn Thị Phương: Lựa chọn các bài tập nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Y khoa Vinh - <i>Selecting exercises to improve the quality of physical education for students at Vinh Medical University</i>	253
Nguyễn Thị Thanh Thảo: Sử dụng sơ đồ tư duy trong việc học từ vựng tiếng Anh cho sinh viên không chuyên Trường Đại học Đồng Tháp - <i>Using mind maps in learning English vocabulary for non English major students at Dong Thap University</i>	256
Nguyễn Thị Thức, Lê Thị Vân Liêm: Biện pháp nâng cao tính tích cực học tập môn “Lịch sử Đảng cộng sản Việt Nam” của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội - <i>Measures to improve the active learning of the subject “History of the Communist Party of Vietnam” of students at Hanoi University of Physical Education and Sports</i>	259
Nguyễn Trung Nam: Vai trò của các hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Đồng Tháp - <i>The role of extracurricular sports activities of students at Dong Thap University</i>	262
Nông Thị Trang: Một số yêu cầu về năng lực nghề nghiệp của giáo viên tiểu học đáp ứng Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 - <i>Some requirements on professional competences of primary school teachers in response to the 2018 General Education Program</i>	265
Phạm Đức Thanh, Dương Văn Dũng: Đánh giá hiệu quả ứng dụng hệ thống bài tập bổ trợ chuyên môn trong quá trình giảng dạy kỹ thuật nhảy xa uốn thân cho sinh viên chuyên ngành khoa Giáo dục Thể chất, Đại học Huế - <i>Evaluating the effectiveness of applying a system of professional supplementary exercises in the process of teaching long jump techniques for students at Department of Physical Education, Hue University</i>	268
Phạm Thị Nhân: Nghiên cứu những lợi ích và ảnh hưởng của môn bơi đối với sức khỏe của sinh viên - <i>Research the benefits and effects of swimming for students' health</i>	271
Phan Văn Hoàng, Nguyễn Duy Thục, Phạm Dĩ Khang, Nguyễn Thị Thu Thủy: Tính kế thừa và liên kết trong xây dựng chương trình đào tạo kỹ năng cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ Đồng Nai - <i>Inheritance and connection in building skills training programs for students at Dong Nai University of Technology</i>	274
Trần Thu Lệ: Nghiên cứu cải tiến thiết bị kiểm tra đường ngắm nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho học viên Học viện An ninh Nhân dân - <i>Research on improving line-of-sight testing equipment to improve the effectiveness of teaching AK submachine gun shooting techniques for students at People's Security Academy</i>	277
Võ An Hải: Sử dụng phương pháp “đồng vai” trong đào tạo kỹ năng giao tiếp cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh - <i>Using the role play method in training communication skills for students at Vinh University of Technology Education</i>	280
Vũ Thanh Tùng: Lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động ngoại khóa trong giảng dạy môn Quân sự tại Học viện An ninh Nhân dân - <i>Selecting measures to improve the quality of extracurricular activities in teaching Military subjects at People's Security Academy</i>	283
Vũ Thị Kim Thanh, Lưu Thủy Chung: Ứng dụng trí tuệ nhân tạo trong học tập tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh - <i>Applying artificial intelligence in learning at Vinh University of Technology Education</i>	286
Nguyễn Anh Hải: Lựa chọn một số môn thể thao vào hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực chung cho sinh viên Trường Đại học Hà Tĩnh - <i>Selecting some extracurricular sports activities to improve general physical fitness for students at Ha Tinh University</i>	289
Hàng Quang Thái, Nguyễn Tuấn Anh, Nguyễn Đức Thiện: Phát triển giảng dạy tích hợp trong môn Giáo dục Thể chất từ góc tiếp cận đối với kiến thức cốt lõi - <i>Developing integrated teaching in Physical Education from an approach to core knowledge</i>	292
Nguyễn Tuấn Anh, Nguyễn Khánh Quang: Thực trạng phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên phân hiệu Đại học Thái Nguyên tại tỉnh Lào Cai - <i>Current status of general physical development for female students at Thai Nguyen University branch in Lao Cai province</i>	295
Châu Thị Kim Ngân, Lê Ngọc Tường Khanh, Lê Thị Thanh Thủy: Chuyển tiếp cho trẻ từ mầm non lên tiểu học điểm nhìn từ chương trình đào tạo giáo viên tiểu học - <i>Transition for children from preschool to primary school, perspective from the primary school teacher training program</i>	298
Hoàng Thu Giang: Hiện trạng và triển vọng các hình thức đánh giá người học trong các lớp học ngoại ngữ ở một số trường đại học tại Việt Nam - <i>Current status and prospects of student assessment forms in foreign language classes at some universities in Vietnam</i>	301
Trần Kim Ngân: Ảnh hưởng của tính tự học đến sự phát triển chuyên môn của giảng viên - <i>The influence of self-study on the professional development of lecturers</i>	303
Chu Đình Kiên, Phạm Thị Phương Na: Biện pháp phát triển ngôn ngữ cho trẻ 5-6 tuổi thông qua kể chuyện sáng tạo với thể loại tranh dân gian - <i>Measures to develop language for children aged 5-6 through creative storytelling with folk painting genre</i>	306
Chu Đình Kiên, Nguyễn Lương Tuyết Nhi, Hồ Kiều Van, Phạm Thị Thu Thủy, Hà Thị Hòa: Biện pháp phát triển ngôn ngữ mạch lạc cho trẻ 4-5 tuổi thông qua hoạt động kể chuyện theo tranh với mô hình sách - <i>Measures to develop coherent language for children aged 4-5 through picture storytelling activities with book models</i>	308
Chu Đình Kiên, Hồ Thị Kim Phượng: Đề xuất quy trình tích hợp STEAM trong tổ chức hoạt động làm quen tác phẩm văn học cho trẻ 4-5 tuổi - <i>Proposing a process for integrating STEAM in organizing literary work familiarization activities for children aged 4-5</i>	311
Mai Thị Lan Phương: Giải pháp nâng cao hiệu quả chuỗi liên kết sản xuất – tiêu thụ nông sản - <i>Solutions to improve the efficiency of the production and consumption chain of agricultural products</i>	314
Vũ Thủy Linh: Nghiên cứu về việc áp dụng phần mềm Elsa để cải thiện phát âm cho sinh viên Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội - <i>Research on applying Elsa software to improve pronunciation for students at University of Education, VNU</i>	317
Nguyễn Thị Hải Yến: Ứng dụng phần mềm i-spring suite trong xây dựng bài giảng trực tuyến tại trường đại học kiểm sát Hà Nội - <i>Applying i-spring suite software in creating online lectures at Hanoi Procuratorate University</i>	319

Những nét đặc trưng trong đệm nhảy ở hai môn nhảy cao và nhảy xa, phương pháp giảng dạy ở giai đoạn đệm nhảy này

Nguyễn Trường Đông*. Thái Việt Hưng**

*GV. ThS, **GVC, ThS. Bộ môn GDTC, Khoa Khoa học cơ bản, Trường Đại học Mỏ - Địa chất

Received: 28/3/2024; Accepted: 8/4/2024; Published: 18/4/2024

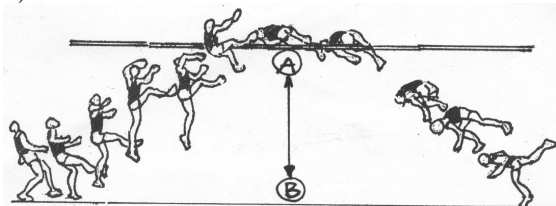
Abstract: Kỹ thuật Nhảy cao và Nhảy xa mục đích là đưa cơ thể bay lên cao vượt chướng ngại vật theo chiều thẳng đứng hoặc đưa cơ thể bay đi xa về phía trước theo chiều trước sau. Trong đó động tác đệm nhảy là 1 trong những yếu tố quan trọng nhằm giúp nâng cao thành tích cho người tập. Quá trình giảng dạy của người thầy cần nắm được những sai lầm có thể xảy ra và những biện pháp, cách khắc phục và nâng cao thành tích cho người học ở 2 kỹ thuật này.

Keywords: Kỹ thuật Nhảy cao, Nhảy xa, đệm nhảy, chân đệm nhảy.

1. Đặt vấn đề

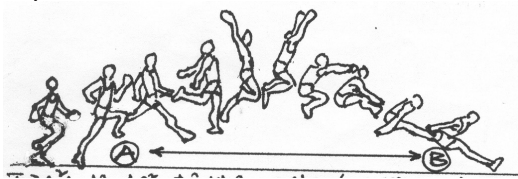
Trong chương trình giảng dạy môn học Giáo dục thể chất (GDTC) tại Trường Đại học Mỏ - Địa chất có môn Điền kinh với hai 2 nội dung kỹ thuật là Nhảy xa và Nhảy cao. Hai kiểu nhảy này đều bao gồm 4 giai đoạn: Chạy đà; đệm nhảy; trên không và tiếp đất. Tuy nhiên xét về mục đích và ý nghĩa thì hai kiểu này khác hẳn nhau.

Nhảy cao, với mục đích là đưa cơ thể bay lên cao vượt chướng ngại vật theo chiều thẳng đứng (trên, dưới).



Toàn cảnh: Đệm nhảy – Trên không – Rơi xuống.
Kiểu “Nằm nghiêng qua xà”.

Còn Nhảy xa thì có mục đích là đưa cơ thể bay đi xa về phía trước theo chiều trước sau.



Toàn cảnh: Đệm nhảy – Trên không – Rơi xuống.
Kiểu “Uốn thân”.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Một số vấn đề Đệm nhảy

Đệm nhảy bắt đầu từ khi bàn chân đệm nhảy đặt vào điểm đệm nhảy và kết thúc khi bàn chân đệm nhảy rời khỏi mặt đất. Vị trí đệm nhảy trong nhảy

xa là ván đệm nhảy - có vị trí cố định trên sân. Nếu đặt chân đệm vượt quá ván là phạm quy, thành tích nhảy không được công nhận. Nếu đặt chân đệm chưa tới ván thì thành tích bị giảm, vì thành tích chỉ được đo từ mép trước ván đệm tới điểm chạm cát gần nhất của người nhảy khi tiếp đất. Điểm đặt chân đệm nhảy ở phía trước điểm dọi của trọng tâm cơ thể càng xa thì khả năng chuyển hướng di chuyển của trọng tâm cơ thể từ theo phương nằm ngang sang theo phương thẳng đứng càng hiệu quả. Chính vì thế nên nếu trong nhảy cao khoảng cách đó là xa thì ngược lại, trong nhảy xa khoảng cách đó phải ngắn lại. Đệm nhảy được là nhờ duỗi thẳng các khớp theo trình tự từ hông xuống đầu gối và cuối cùng là cổ chân. Động tác đánh hai tay và đá lăng chân phối hợp khi đệm nhảy cũng có tác dụng tăng lực đệm nhảy vì khi đó lực quán tính của hai tay và chân lăng (không phải là chân đệm nhảy) cùng hướng với lực đệm nhảy. Để khẳng định điều này cần cho học sinh cảm nhận qua thực tế: Tự so sánh kết quả bật xa tại chỗ có phối hợp đánh tay và không có đánh tay. Góc độ đệm nhảy - là góc tạo bởi mặt đất và chân đệm nhảy khi đã duỗi thẳng trước khi rời đất; chính xác hơn là giữa mặt đất với đường thẳng nối từ điểm chống của mũi chân đệm nhảy trước khi rời khỏi mặt đất và trọng tâm cơ thể lớn hay nhỏ là tùy từng môn Nhảy.

Từ đặc điểm rất đặc trưng của hai kiểu nhảy nêu trên, khi thực hiện kỹ thuật đệm nhảy cần phù hợp và càng chính xác thì thành tích đạt được sẽ càng cao. Vì vậy, người hướng dẫn hai môn nhảy này cần phân tích rõ nét cho người học, giúp người học tiếp thu một cách nhanh chóng, chính xác bước đà cuối (đưa chân đệm vào vị trí đệm nhảy cho đúng).

Đồng thời cần tìm ra những phương pháp giảng

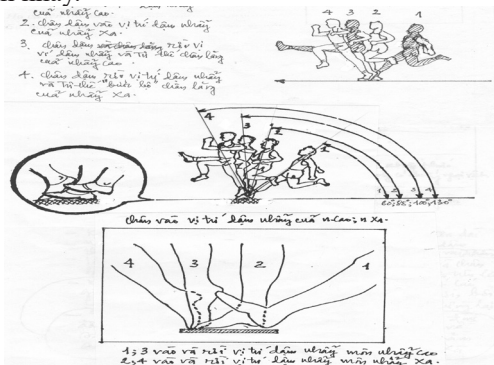
dạy tối ưu giữa hai môn nhảy, nghĩa là giảng dạy môn nhảy nào trước thì có lợi cho người học tiếp thu được tốt hơn.

2.2. Những đặc trưng trong kỹ thuật ở hai môn Nhảy cao và Nhảy xa

Phần kỹ thuật	Nhảy cao	Nhảy xa
1. Chạy đà: là tạo ra tốc độ di chuyển theo phương nằm ngang cần thiết. và chuẩn bị tốt để có thể đệm nhảy mạnh với góc độ phù hợp (khi nhảy xa - góc nhỏ, khi nhảy cao - góc lớn).	Đường chạy đà 7 - 10m. Bước chạy ổn định, bước cuối hơi dài, vận tốc trên trung bình 5m/giây.	Đường chạy đà 15 - 25m. Bước chạy nhanh dần đều, về cuối ngắn vận tốc đạt tối đa 7 - 8m/giây.
2. Đưa chân đệm vào vị trí đệm nhảy: Là phần quan trọng giúp nâng cơ thể lên cao và về trước tùy theo yêu cầu của môn nhảy. - Chân đệm nhảy thực hiện đúng chức năng.	Chân đệm vươn dài, gót tiếp điểm đệm trước, sau đó cả bàn chân rồi rời bằng nửa bàn chân. Góc vào của chân đệm nhảy từ 55 - 60 độ. Độ ngả sau của thân người tương đương với góc vào của chân đệm nhảy 60 độ.	Chân đệm thu ngắn lại để đạp về sau. Cả bàn chân tiếp điểm đệm nhảy rồi nhanh chóng đạp đất và rời điểm đệm bằng nửa bàn chân trên. Góc vào của chân đệm nhảy từ 85 - 90 độ. Độ ngả trước của thân người khi đệm nhảy 95 độ.
3. Kết thúc đệm nhảy: Tư thế cơ thể phải phù hợp với động tác và chức năng tiếp theo nhằm chuyển hoá động tác.	Là động tác bước bộ trên không nhưng chân lăng duỗi thẳng được nâng cao trên tầm vai. Chân đệm khi rời vị trí đệm nhảy 100 - 105 độ.	Là động tác bước bộ trên không. Đùi nâng cao để sau đó dẫn tiến sát ngực. Góc độ chân đệm rời vị trí 130 - 135 độ.

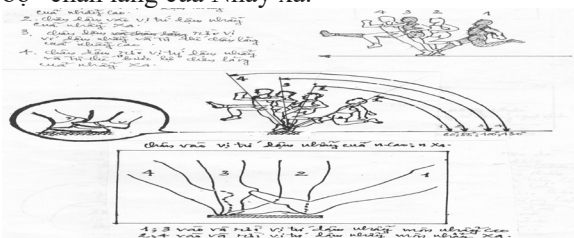
2.3. Đối chứng hai kiểu Nhảy xa và Nhảy cao

Từ mục đích và nhiệm vụ của từng kiểu nhảy mà góc độ chân đệm vào vị trí đệm nhảy, độ ngả của thân, và góc bay của toàn cơ thể phải khác nhau. Sự khác biệt này, trước hết phụ thuộc vào góc độ vào đà, đệm nhảy của chân đệm và thân người, tiếp đến là góc độ của thân người và chân đệm rời vị trí chân đệm nhảy.

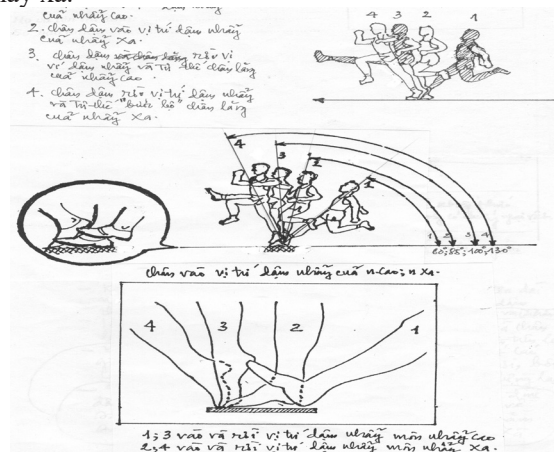


1. Chân đệm vào vị trí đệm nhảy của Nhảy cao.
2. Chân đệm vào vị trí đệm nhảy của Nhảy xa.
3. Chân đệm rời vị trí đệm nhảy và tư thế chân lăng của Nhảy cao.

4. Chân đệm rời vị trí đệm nhảy và tư thế “bước bộ” chân lăng của Nhảy xa.



Chân đệm vào vị trí đệm nhảy của Nhảy cao; Nhảy xa.



- 1; 3 Vào vị trí đệm nhảy môn Nhảy cao.
- 2; 4 Vào vị trí đệm nhảy môn Nhảy xa.

Nội dung đối chứng	Nhảy cao	Nhảy xa
1. Đường chạy đà: - Vận tốc chạy đà.	Ngắn (11 - 13 bước chạy). - Trên trung bình.	Dài (17 - 19 bước chạy). - Nhanh nhất.
2. Chân vào vị trí đệm nhảy: - Chân rời vị trí đệm nhảy * Chân lăng:	- Góc nhỏ: Khoảng 60 độ - Gần như thẳng đứng góc độ: 100 độ * Chân lăng thẳng đá cao trên vai.	- Góc lớn: 90 - 95 độ. - Lao về trước góc độ 130 độ. * Gối chân lăng nâng sát ngực, căng chân cơ ở tư thế bước bộ.
3. Góc bay của cơ thể	60 - 65 độ.	40 - 45 độ.
4. Động tác trên không	Phức tạp, lại có chuyển ngai vật.	Động tác không phức tạp, không có chuyển ngai vật.

2.4. Những sai lầm thường mắc đối với người mới tập

2.4.1. Đối với môn Nhảy cao

- Khi vào đà người bị đổ về trước, chân đệm không vươn dài về trước nên người không ngả sau vì vậy góc của chân đệm nhảy thường quá lớn (90 độ).
- Hai tay không đánh xóc lên, nâng cao trên vai để phối hợp cùng chân đệm và chân lăng hỗ trợ nâng nửa thân trên lên.
- Chân đá lăng không vượt quá tầm vai ngang đỉnh đầu; đồng thời hai vai lại xô trước không ngả

về sau nên khi qua xà cơ thể không thẳng nằm song song với xà mà là hình chữ “V” qua xà.

- Khi qua xà người tập thường lúng túng không thực hiện hết các giai đoạn của kỹ thuật nên dễ chạm, quệt chân lẫm hoặc chân dậm làm rơi xà, bởi cơ thể ở trên không nên không có điểm tựa để dừng lại.

2.4.2. Đối với môn Nhảy xa

- Bước cuối đưa chân dậm nhảy vào vị trí thường hay vói (bước dướn dài về phía trước) nên thân người ngã sau, gây cản trở và phần nào làm triệt tiêu lực chuyển động ngang (Chạy đà).

- Khi dậm nhảy thiếu sự phối hợp của hai tay nâng xóc nửa thân trên lên nên góc bay nhỏ, như vậy người bay chưa xa đã rơi chạm đất, thiếu mất giai đoạn “bước bộ” trên không.

2.5. Phương pháp giảng dạy dậm nhảy ở hai môn Nhảy cao và Nhảy xa

2.5.1. Dạy và học môn Nhảy xa trước, môn Nhảy cao sau

Trước tiên căn cứ vào cấu trúc động tác kỹ thuật hai môn Nhảy cao và Nhảy xa, thì động tác kỹ thuật ở môn Nhảy xa đơn giản hơn. Giai đoạn ở trên không cơ thể không gặp chướng ngại vật nên độ khéo không đòi hỏi nghiêm ngặt như ở trên không của kỹ thuật Nhảy cao. Như vậy dạy và học môn dễ trước, môn khó sau là phù hợp với nguyên tắc và phương pháp giảng dạy, huấn luyện thể thao.

Thứ hai là căn cứ vào kết quả dạy và học hai môn Nhảy cao và xa tại trường Đại học Mỏ - Địa chất thì nếu dạy và học môn Nhảy xa trước, môn Nhảy cao sau thì khả năng tiếp thu của học sinh tốt hơn và mức độ hoàn thành môn học cũng khá hơn (Số liệu thống kê qua sổ theo dõi và điểm học tập).

2.5.2. Phương pháp dạy và học môn Nhảy xa

Việc đưa chân dậm vào vị trí dậm nhảy cần được hướng dẫn tỷ mỉ, chính xác về bước chạy đà cuối, trước khi đưa chân vào vị trí dậm nhảy phải hơi ngắn bước chạy đà bình thường. Góc độ vào đà lớn hơn 90 độ nhằm tránh triệt tiêu lực nằm ngang, đồng thời tạo thuận tiện cho chân dậm khi đạp sau.

- Các bài tập bổ trợ chân vào đà.
- Các bài tập bổ trợ chân dậm nhảy, góc độ dậm nhảy.
- Các bài tập bổ trợ cho nâng xóc hai tay cao trên vai.

Khi người tập đã làm tốt các kỹ thuật nêu trên mới cho thực hiện cự ly chạy đà dài 3; 5; 7... 25 bước.

2.5.3. Phương pháp dạy và học môn Nhảy cao

- Phân tích kỹ thuật dậm nhảy.

- Từ tư thế đứng trên chân lẫm, thực hiện động tác đặt chân dậm (chân dậm đặt từ gót chuyển lên cả bàn chân, chân lẫm vẫn co không rời khỏi mặt đất, hông hơi đẩy về trước).

- Tại chỗ (có thể vịn tay phía chân dậm vào vật cố định) tập phối hợp động tác đá lẫm và tay đánh lẫm về trước, lên trên.

- Thực hiện đứng trên chân lẫm, đặt chân dậm, phối hợp đưa hông về trước, chân lẫm cùng tay phối hợp đánh lẫm lên trên (chưa rời chân dậm khỏi mặt đất).

- Đứng cạnh thang đóng, thực hiện đặt chân dậm, phối hợp các động tác dậm, đá lẫm và đánh tay bám lên thang đóng.

- Đi bộ 2 - 3 bước thực hiện đặt chân dậm và dậm nhảy (những lần đầu chưa rời chân dậm khỏi mặt đất, những lần tiếp theo thực hiện nhanh và rời mặt đất).

- Thực hiện chạy đà ngắn, dậm nhảy, đá lẫm chạm vật cao.

- Chạy đà ngắn, dậm nhảy đặt chân lẫm lên vật cao (khoảng 80 - 100cm).

- Đi bộ, hoặc chạy đà ngắn thực hiện dậm nhảy bay lên, tiếp theo hạ chân lẫm xuống, còn chân dậm co căng chân, thu bàn chân vào khoeo chân đá lẫm, khi rời chân đá lẫm thì đẩy hông ra trước.

- Cũng thực hiện như động tác có qua xà ngang (đà 3 - 5 bước).

3. Kết luận

- Từ những nét đặc trưng của giai đoạn dậm nhảy ở kiểu Nhảy xa và Nhảy cao có những khác biệt, do đó cấu trúc động tác cũng khác nhau về góc độ vào, ra của chân dậm nhảy, về động tác của chân lẫm, về góc bay của cơ thể sau dậm nhảy.

Thông qua phân tích và nhận biết người dạy và người học phải chú trọng đến giai đoạn dậm nhảy để có những giảng dạy chính xác, tập trung, thực hành theo tuần tự và bài bản.

Tài liệu tham khảo

1. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2000), *Điền kinh*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Văn Quảng (1995), *Chương trình môn học điền kinh*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Kim Minh, Phạm Khắc Học (1996), *Sách điền kinh dùng cho sinh viên Đại học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
5. Bộ môn Điền kinh (2004), *“Giáo trình giảng dạy phổ tu điền kinh”*, Trường Đại học Thể dục thể thao TP Hồ Chí Minh.