

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

ĐƠN YÊU CẦU CÔNG NHẬN SÁNG KIẾN

Kính gửi: Trường Trung học cơ sở Thị trấn Mỹ An

1. Tôi ghi tên dưới đây:

Số TT	Họ và tên	Ngày tháng năm sinh	Nơi công tác (hoặc nơi thường trú)	Chức danh	Trình độ chuyên môn	Tỷ lệ (%) đóng góp vào việc tạo ra sáng kiến (ghi rõ đối với từng đồng tác giả, nếu có)
1	Nguyễn Tấn Hữu	20/12/1974	Trường THCS Thị trấn Mỹ An	Giáo viên	Đại học Giáo dục thể chất	100%

2. Là tác giả đề nghị xét công nhận sáng kiến: *“Phương pháp tuyển chọn và huấn luyện Học sinh thi đấu Đối kháng môn Vovinam tham gia Hội khỏe Phù Đồng cấp Tỉnh”*

3. Chủ đầu tư tạo ra sáng kiến (trường hợp tác giả không đồng thời là chủ đầu tư tạo ra sáng kiến): Nguyễn Tấn Hữu giáo viên trường Trung học cơ sở Thị trấn Mỹ An, huyện Tháp Mười, tỉnh Đồng Tháp.

4. Lĩnh vực áp dụng sáng kiến: Giáo dục

5. Ngày sáng kiến được áp dụng lần đầu hoặc áp dụng thử, (ghi ngày nào sớm hơn): Từ ngày 10/01/2024

6. Mô tả bản chất của sáng kiến:

6.1. Tình trạng của giải pháp đã biết:

a) Mô tả đầy đủ, chi tiết tình trạng kỹ thuật hoặc phương pháp tổ chức sản xuất, công tác, tác nghiệp hiện tại (thường làm) trước khi thực hiện những giải pháp mới (mô tả chi tiết các bước/quy trình thực hiện nhiệm vụ).

Từ khi môn Vovinam được chính thức đưa vào thi đấu tại các kỳ Hội khỏe phù đồng cấp huyện và tỉnh thì phong trào Vovinam trong huyện Tháp Mười được phát triển mạnh và đóng góp rất nhiều thành tích cho đoàn thể thao học sinh huyện Tháp Mười tham gia các kỳ Hội khỏe phù đồng cấp tỉnh. Với vai trò là huấn luyện viên chủ chốt của huyện nên tôi luôn có kế hoạch sẵn sàng và chuẩn bị lực lượng kế thừa để duy trì việc luyện tập thường xuyên cho các em chủ lực. Với nhiều năm kinh nghiệm trong thi đấu và huấn luyện học sinh tham gia các giải đấu cấp tỉnh và bản thân đã qua trường lớp sư phạm nên rất thuận

lợi trong việc tuyển chọn và đào tạo các em trở thành vận động viên giỏi. Tuy là giáo viên dạy môn Giáo dục thể chất nhưng trong lĩnh vực huấn luyện môn Vovinam thì tôi rất tâm đắc vì đúng sở trường của tôi. Trong lĩnh vực huấn luyện môn Vovinam này tôi đã có nhiều sáng kiến được công nhận cấp huyện và năm 2024 tôi đã được công nhận cấp tỉnh theo thông báo số 2503/TB-SKHCN ngày 11 tháng 11 năm 2024 với sáng kiến **“Phương pháp tuyển chọn và huấn luyện Học sinh thi đấu Quyền môn Vovinam tham gia Hội khỏe Phù Đồng cấp Tỉnh”**. Song song với nội dung thi Quyền tôi còn phụ trách thêm cả nội dung đấu Đối kháng. Nên hôm nay tôi chọn đề tài này để chia sẻ kinh nghiệm của mình. Trong sáng kiến này tôi sẽ vận dụng lại một số nội dung mà tôi đã trình bày ở sáng kiến kinh nghiệm của năm 2024 để giải thích thêm về giải pháp mà tôi đã thực hiện trong thời gian qua.

Qua thực trạng và thành tích nổi bật trong các giải đấu cấp tỉnh hàng năm nên môn Vovinam huyện Tháp Mười có thể nói là ngọn cờ đầu của phong trào Vovinam Đồng Tháp. Điều này mình chứng qua các kỳ Hội khỏe phù đồng (HKPD) cấp tỉnh từ năm 2008 khi đưa môn Vovinam vào thi đấu chính thức thì các em Vovinam học sinh huyện Tháp Mười luôn đạt thành tích cao và đứng vị trí đầu ở các kỳ HKPD, đồng thời cũng đem lại thành tích khá cao giúp đoàn thể thao HKPD huyện Tháp Mười đứng đầu trong tỉnh 06 năm liền (Từ năm 2010, 2012, 2014, 2016, 2020, 2024). Với thành tích đạt được như thế thì các em học sinh Vovinam huyện Tháp Mười được Sở Giáo dục và Đào tạo cử đại diện cho đơn vị Đồng Tháp tham gia các giải HKPD toàn quốc và giải Vovinam Học sinh toàn quốc từ năm 2012 đến năm 2024. **(Phụ lục 1)**

Môn Vovinam được tổ chức thi đấu với hai nội dung chính đó là thi “Quyền” và “Đối kháng”. Ở nội dung thi quyền thì luôn hấp dẫn người xem và người đam mê, ngược lại thì nội dung thi đấu Đối kháng đầy kịch tính và nghệt thờ với những đòn thế luôn phải tính toán thật kỹ ngay từ lúc chuẩn bị tập luyện và chỉ đạo học sinh thi đấu. Khi vào trận đấu thì thầy và trò luôn trong trạng thái căng thẳng với từng điểm số để giành chiến thắng trong từng trận đấu. Đây là nội dung thi đấu luôn căng thẳng ở các giải đấu. Thời gian qua tôi đã nghiên cứu, học hỏi, đúc kết nhiều kinh nghiệm và huấn luyện các em ở nhiều lứa học trò thông qua các giải đấu cấp tỉnh và toàn quốc hàng năm điều đạt huy chương vàng ở các giải đấu cấp tỉnh, khu vực và toàn quốc. Với nhiều năm kinh nghiệm giảng dạy môn Giáo dục thể chất và huấn luyện môn võ Vovinam thì tôi luôn có sự kết hợp và vận dụng qua lại giữa hai công việc để cả hai chuyên môn đều đạt kết quả cao. Hiện nay tôi đang là thành viên hội đồng bộ môn của Sở giáo dục và tổ trưởng chuyên môn của huyện Tháp Mười, về phía Liên đoàn Vovinam Đồng Tháp tôi cũng là Phó chủ tịch Liên đoàn phụ trách phát triển phong trào trong tỉnh.

Nội dung thi đấu đối kháng của môn Vovinam đây là nội dung khó tìm ra nhân tài bởi nhiều nguyên nhân khác nhau. Nếu là huấn luyện viên mà chưa từng thi đấu đối kháng thì không hiểu được cảm giác bị ăn đòn và bước lên bục vinh quang cao nhất. Bản thân tôi từng là vận động viên thi đấu đối kháng và đạt thành tích huy chương vàng ở giải vô địch toàn quốc năm 2000. Lúc này mới hiểu được cảm giác luyện tập cực khổ thế nào, rèn luyện tinh thần thi đấu như thế nào mới có thể chiến thắng được đối thủ. **(Phụ lục 2)**



Do đó tôi xin chia sẻ lại một vài phương pháp tuyển chọn và huấn luyện học sinh tham gia thi đấu đối kháng môn Vovinam với đối tượng là học sinh.

b) Nêu, phân tích rõ những ưu, nhược điểm, thuận lợi, khó khăn của giải pháp kỹ thuật hoặc giải pháp tổ chức sản xuất, công tác, tác nghiệp hiện đang được áp dụng tại cơ quan, đơn vị hoặc trong lĩnh vực công tác mình đảm nhiệm và phân tích nguyên nhân dẫn đến tình hình đó.

*** Ưu điểm:**

- Đây là nội dung không khó tập đối với các em, độ khó không cao. Chỉ vận dụng các đòn thế cơ bản và tổ chức thể lực phù hợp với từng hạng cân thi đấu.
- Phần thi này sẽ có nhiều đơn vị tham gia thi đấu, do đó chắc chắn sẽ có tổ chức thi đấu và có sức cạnh tranh cao.
- Rèn luyện cho các em có khả năng ứng phó linh hoạt trong mọi tình huống xấu khi phải đối đầu với kẻ xấu, khả năng tự vệ cao, sức khỏe dẻo dai và tinh thần tốt.
- Thông qua các kỹ thuật mà các em thể hiện sẽ chứng tỏ năng lực của bản thân khi tham gia thi đấu đối kháng. Tất nhiên là kỹ thuật tốt, nhanh nhẹn sẽ đối kháng tốt.
- Giúp các em nâng cao được năng lực vận động cá nhân và tính kỷ luật cao trong cuộc sống.
- Giúp các em luôn có tính tự giác cao trong tập luyện và biết tự kiểm điểm bản thân để hoàn thiện dần năng lực của mình.

*** Nhược điểm:**

- Đa số phụ huynh không dám cho con mình thử thách khi tập luyện mang tính va chạm và sát thương cao. Từ đó làm cho nhiều em có tư tưởng sợ bị trúng đòn đau rồi không dám tập đấu đối kháng. Chính vì thế nguồn tuyển chọn ít đi.
- Hầu hết các em ở thành thị thường rất yếu về năng lực vận động, thiếu các tổ chức thể lực cần thiết nên không thích hợp cho nội dung đấu đối kháng này vì quá mập hay sức khỏe yếu kém, chậm chạp trong vận động.

*** Thuận lợi:**

- Với bề dày thành tích và có nhiều cống hiến cho huyện và tỉnh nhà nên phong trào Vovinam huyện Tháp Mười luôn được các cấp lãnh đạo quan tâm và đầu tư nhằm giữ vững thành tích.
- Hầu hết các em tham gia đấu đối kháng đa phần là học sinh ở các khu vực xa thành thị, có tham gia lao động hàng ngày nên có sức khỏe tốt. Đa phần phụ huynh rất muốn con mình được thể hiện và muốn con mình có vài món đòn thế để thủ thân.
- Bản thân tôi vừa là một giáo viên dạy Giáo dục thể chất vừa huấn luyện võ thuật và cũng từng đạt huy chương vàng cấp quốc gia vào năm 2000 cả về thi quyền và đối kháng. Nên rất thuận lợi trong việc giáo dục ý thức học tập văn hóa và rèn luyện võ thuật cho các em. Bên cạnh đó tôi cũng ý thức được việc xây dựng và phát triển phong trào luyện



tập Vovinam trong toàn huyện nói riêng, cũng như sự phát triển của phong trào Vovinam trong tỉnh nói chung.

- Sau các giờ học căng thẳng thì hoạt động giảng dạy võ thuật là một sân chơi hấp dẫn có nhiều em tham gia tập luyện. Các bậc phụ huynh cũng quan tâm và tạo mọi điều kiện thuận lợi để các em rèn luyện.

- Ngành thông tin, truyền thông cũng quan tâm và kịp thời đưa tin trên các phương tiện khi đạt thành tích cao, từ đó được nhiều người biết đến phong trào Vovinam trong huyện nhà. Nhờ đó mà số lượng võ sinh trong toàn huyện ngày được nâng cao (Hiện nay có 12/13 xã, thị trấn có phong trào tập luyện Vovinam và có khoảng 500 em đang theo tập luyện thường xuyên.)

- Lãnh đạo nhà trường luôn quan tâm và tạo mọi điều kiện thuận lợi để các em tham gia tập luyện tốt.

- Điều kiện dụng cụ và sân bãi cơ bản đáp ứng nhu cầu tập luyện nâng cao cho các em.

- Trung tâm Văn hóa, Thể thao và Truyền thanh của huyện phối hợp với Phòng Giáo dục và Đào tạo tổ chức các giải đấu Vovinam học sinh cấp huyện hàng năm. Nhằm tạo sân chơi và cộng điểm thành tích cho các trường học. Nhờ vậy mà nguồn vận động viên thông qua giải đấu này ngày một tiến bộ hơn.

*** Khó khăn:**

- Đa số các em ở thành thị nhà có điều kiện và phụ huynh luôn đặt việc học văn hóa lên hàng đầu nên áp lực học tập lên các em khá nhiều. Từ đó làm cho thời gian dành cho việc tập luyện ít đi và không tham gia vào lớp phong trào để luyện tập thường xuyên. Cũng như sợ con mình bị đánh đau nên không cho học võ.

- Một số em nhà xa nơi tập luyện nên việc đi lại còn ngán ngại của một số phụ huynh không muốn cho con họ tự đi xe một mình. Nên việc tập luyện cũng không được thường xuyên.

- Một số Giáo viên chủ nhiệm ở các trường cấp Trung học phổ thông không chấp thuận cho các em tham gia các hoạt động tập luyện, kể cả thi đấu, hay biểu diễn các sự kiện trong huyện. Vì họ cho rằng các em sẽ bị học yếu đi. Điều này gây cản trở rất lớn đến công tác tuyển chọn và huấn luyện lâu dài.

- Một số giáo viên Giáo dục thể chất khác thấy các em tập võ nên chọn các em tham gia các môn thể thao khác, từ đó làm mất nguồn vận động viên tốt.

6.2. Nội dung của giải pháp đề nghị công nhận là sáng kiến: (Nêu rõ các nội dung sau :)

a) Mục đích của giải pháp:

Chia sẻ kinh nghiệm về cách tuyển chọn và huấn luyện các em học sinh đạt thành tích tốt nhất ở phần thi đấu đối kháng để tham gia các giải đấu môn Vovinam.

b) Tính mới của giải pháp (đối với giải pháp mới hoàn toàn) hoặc những điểm khác biệt, tính mới của các giải pháp so với các giải pháp đã biết (đối với các giải pháp

có sự cải tiến đối với các giải pháp đã có).

Vào năm học 2013 – 2014 tôi có làm một sáng kiến là “Công tác tuyển chọn vận động viên môn Vovinam tham gia thi đấu HKPD cấp tỉnh” mà tôi đã thực hiện thành công với kết quả đạt 22/32 bộ huy chương vàng tại HKPD cấp tỉnh năm 2014 (với 22 vận động viên) và HKPD lần thứ XX năm 2016 tôi đã vận dụng thành công và tiếp tục gặt hái được thành tích với 22/35 HCV (chỉ có 20 vận động viên nhưng vào chung kết 18 em và lấy 12 huy chương vàng). Các kỳ HKPD ở sau này các em được tuyển chọn đều thực hiện tốt cả 2 nội dung thi Quyền và Đối kháng. Thành tích của đoàn giảm là do điều lệ giảm nội dung thi đấu.

Đến năm 2024 tôi có làm một sáng kiến kinh nghiệm về **“Phương pháp tuyển chọn và huấn luyện Học sinh thi đấu Quyền môn Vovinam tham gia Hội khỏe Phù Đổng cấp Tỉnh”**. Ở sáng kiến kinh nghiệm năm rồi tôi chỉ chuyên nói về nội dung thi **“Quyền”**. Còn năm nay tôi sẽ viết chuyên về nội dung **“đấu đối kháng”**. Đây là lĩnh vực nghiên cứu chuyên sâu nhằm tuyển chọn và huấn luyện học sinh thi đấu với thành tích tốt nhất.

Như vậy làm thế nào để chọn được một em vận động viên tốt phù hợp với từng hạng cân và giới tính để huấn luyện và tham gia thi đấu thành công. Đây là vấn đề cần phải có kế hoạch cụ thể và nắm bắt tình hình thực lực của từng đơn vị trong tỉnh và một số tỉnh có chuyên môn thi đấu đối kháng tốt để nghiên cứu và đề ra phương án tuyển chọn và huấn luyện phù hợp vào tình hình thực tế cho đơn vị mình.

Sau đây là quy trình của giải pháp:

*** Cách tuyển chọn Học sinh thi đấu Đối kháng:**

- Bước 1: Loại bỏ

+Loại bỏ những em không đạt về năng lực chuyên môn (Kỹ thuật đòn thế cơ bản không tốt).

+ Tinh thần tập luyện không nghiêm túc (Đạo đức tác phong không tốt).

+ Các yếu tố về ngoại hình không đạt theo 1 số tiêu chuẩn cơ bản.

+ Các tố chất thể lực (như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, sức dẻo và khả năng phối hợp vận động) không đạt 3 yếu tố cơ bản như nhanh, mạnh và bền thì loại ra.

+ Hoàn cảnh gia đình và điều kiện tham gia tập luyện theo kế hoạch không đảm bảo được thì cũng nên loại ra vì không đi tập đều cũng không đạt kết quả cao.

- Bước 2: Chọn ngoại hình dùng để đánh giá tiềm năng phát triển thể chất và chọn lựa theo hạng cân.

+ Ta ưu tiên chọn những em có chiều cao tốt, tay chân cân đối so với chiều cao và phải đảm bảo 3 tố chất thể lực (nhanh, mạnh và bền). Vì những em này sẽ lợi thế sảy tay và sảy chân dài nên lực đâm và đá sẽ mạnh, đối phương khó tấn công.

+ Không chọn những em có chỉ số vòng 3 quá to so với tuổi, giới tính và hạng cân, hay những em có tay chân ngắn. Vì những em này lực đánh tay chân yếu và chậm nên dễ bị đối phương khống chế.

+ Không chọn những em có cổ chân, bàn chân to, bàn tay to và bắp tay to. Vì những em này rất chậm chỉ có sở trường về sức mạnh và đầu óc không nhạy bén.

+ Những em quá nhỏ so với hạng cân quy định tuy có tốc độ nhanh và chuyên môn tốt nhưng khó ghi điểm được đối phương bởi vì lực ra đòn không đủ mạnh và dễ bị đối phương lấn áp và khống chế. Những em này tùy theo điều lệ giải đấu mà ta chọn.

Ngoài ra nếu chọn các em theo tiêu chuẩn vận động viên chuyên nghiệp thì rất khó thực hiện. Tuy nhiên chúng ta cũng nên tham khảo thêm ở các trang web võ thuật và công cụ Chat GPT để tìm hiểu thêm về tiêu chuẩn chọn vận động viên đấu đối kháng võ thuật.

- Bước 3: Chọn nét mặt và tinh thần:

+ Ta chọn những em có đôi mắt lanh lợi, sáng, tính khí trầm tĩnh nhưng hoạt bát. Vì những em này có tư duy tốt, chịu khó và sẽ vận dụng linh hoạt các đòn thế theo chiến thuật của huấn luyện viên.

+ Có những em tuy tốt về ngoại hình và tố chất thể lực, nhưng quá hiền từ và nhu nhược (kém về mặt tinh thần) thì ta cũng nên cân nhắc lại không vội chọn mà phải cho những em này nhận ra được yếu điểm của mình và biết nghe lời khắc phục thì mới chọn.

+ Nếu những em có biểu hiện tinh thần quyết tâm cao, có học lực tốt (tư duy sẽ tốt), đảm bảo thời gian tập luyện, đáp ứng được các yêu cầu của bài tập nhưng không tốt về ngoại hình thì ta nên chọn để các em thi đấu các hạng cân thấp.

Tuy nhiên cũng tùy từng cấp học, hạng cân và giới tính mà mình linh hoạt trong khâu tuyển chọn. Vì qua thực tế mỗi đơn vị thì số lượng học sinh ở từng hạng cân của từng cấp không quá đông để mình vận dụng vào các tiêu chuẩn tuyển chọn các em.

- Bước 4: Sức khỏe chung.

Các em phải đảm bảo có sức khỏe chung tốt không mắc các bệnh về tim mạch, bệnh về hô hấp và xương khớp bẩm sinh.

- Bước 5: Sắp xếp hạng cân thi đấu

Vì các em là học sinh nên chỉ cho phép lớn tối đa 2kg so hạng cân theo điều lệ (Ví dụ hạng cân điều lệ là 45kg thì có thể chọn em 47kg). Đồng thời hướng dẫn chế độ dinh dưỡng để các em ép cân phù hợp mà không mất sức trước khi thi đấu.

*** Cách huấn luyện học sinh tham gia thi đấu:**

- **Bước 1:** Tạo nhóm Zalo, mục đích là thông báo lịch tập, chia sẻ các video trong tập luyện và các video từ Youtube hay tư liệu của huấn luyện viên... Phối hợp với gia đình các em để trao đổi về tính chất của nội dung tập và các trang bị bảo hộ để phụ huynh yên tâm và tạo điều kiện tốt cho các em tập luyện.

- **Bước 2:** Giới thiệu khái quát chung về một trận đấu và một số điều luật thi đấu đối kháng như: vùng tính điểm, loại điểm 1, loại điểm 2, loại điểm trừ, các tình huống bị nhắc nhở phạm lỗi trong thi đấu.

- **Bước 3:** Hướng dẫn cách xử lý tình huống để không bị phạm lỗi do đối phương có tình tạo sơ hở. Chia sẻ một số kinh nghiệm trong trận đấu như (tư thế thủ của đối phương

ở hình nào sẽ ra đòn gì, thời điểm ra đòn tấn công, khoảng cách phòng thủ và ra đòn thế nào cho hợp lý.

- **Bước 4:** Phân tích một số tình huống thường diễn ra trong một trận đấu và một số sai lầm mà hầu hết các em thua trận hay gặp như: Không nghe lời chỉ đạo viên, đánh cuốn hút theo đối thủ dẫn đến bị thua điểm mà không gỡ lại được, phản đòn trong tư thế lui, tấn công không theo dự tính mà tấn công cho có...

- **Bước 5:** Huấn luyện kỹ thuật chuyên môn.

+ Hướng dẫn tư thế thủ và di chuyển.

+ Hướng dẫn các nhóm đòn đánh tay và chân phối hợp, đòn đánh đơn của tay hay chân có kết hợp đòn giả do huấn luyện viên tự thiết kế.

+ Hướng dẫn cách vận dụng kỹ thuật đòn chân tấn công của Vovinam vào đấu đối kháng theo luật thi đấu hiện hành.

- **Bước 6:** Huấn luyện chiến thuật thi đấu.

+ Tùy theo sở trường của đối phương mà ta thay đổi tư thế thủ nhằm mục đích khắc chế đòn tấn công của đối phương hoặc dẫn dụ đối phương ra đòn để mình trả.

+ Phản công đòn nhip 2: Canh đối phương vừa đá hay đâm ra đòn đầu thì đòn nổi tiếp thứ 2 là mình phản đòn.

+ Tấn công đòn giả và đòn thật: Muốn đá chân thì dùng tay trước đâm nhá vào tay đối phương rồi đá và ngược lại.

+ Nhử cho đối phương ra đòn trước theo dự tính để bắt chân quăng ngã đối phương (Ví dụ thủ cho hờ bụng để cho đối phương đá là mình bắt chân...)

+ Bao vây ém góc thăm để tấn công đối phương là kết hợp di chuyển, nhưng giữ khoảng cách và tấn công để đối phương lùi lại và ra biên.

+ Tuy nhiên khi vào trận đấu thực tế các em vận dụng các chiến thuật như sau: Đánh ghi điểm xong di chuyển ra xa đối thủ và chờ trọng tài cho đợt tấn công mới nhằm bảo vệ thành tích. Khi có điểm số cách biệt hơn 2 điểm mà thời gian còn khoảng 30 giây thì nên di chuyển và canh trả đòn hoặc tránh né để bảo toàn điểm số. Tấn công nhanh sau khi trọng tài vừa phát tay cho đấu.

- **Hình thức và tiến trình huấn luyện đấu đối kháng cho một buổi tập:**

+ Thực hiện khởi động chung và chuyên môn ở đội hình nhiều hàng ngang.

+ Ôn luyện các đòn căn bản phối hợp tay chân không có mục tiêu (đánh gió) và di chuyển tự do. Sau đó cho các em nghỉ giải lao để mang bảo hộ như chuẩn bị thi đấu.

+ Cho các em thực hiện các bài tập xoay vòng với bao đánh và lam pơ (đỡ đá, đâm cầm tay) theo ba phần hướng dẫn nêu trên với yêu cầu ra đòn hết khả năng. Mỗi lần tập phải thực hiện đủ các nhóm đòn, kết hợp với di chuyển và hoàn thành với thời gian 2 phút, nghỉ 1 phút và thực hiện 3 lần liên tục (vì mỗi trận đấu có 3 hiệp, mỗi hiệp 2 phút, nghỉ giữa hiệp là 1 phút).



+ Thực hiện các đòn đánh theo chiến thuật nhiều lần và nâng dần tốc độ như thật để các em có cảm giác như trận đấu. Tập trung vào kỹ thuật bắt chân và đòn giả.

+ Cho các em đấu tập thi đấu như thật nhưng giới hạn sức mạnh để tránh chấn thương trong lúc tập.

+ Nhận xét đánh giá những điểm yếu của từng em và nêu gương những em có những pha tấn công hiệu quả. Từ đó phân tích nguyên nhân thành công và thất bại của 1 trận đấu. Sau đó hướng dẫn giải pháp tập luyện để cải thiện khuyết điểm của các em. **(Phụ lục 3)**

Trong quá trình huấn luyện tôi vận dụng nhiều phương pháp dạy học vào như :

+ Phương pháp tập đồng loạt giúp nhiều em tập cùng 1 động tác được nhiều lần.

+ Phương pháp “Đôi bạn cùng tiến” hay “tổ nhóm học tập”. Phương pháp này giúp các em hỗ trợ rất nhiều trong tập luyện các nội dung đối luyện, qua đó rèn luyện tinh thần đoàn kết của các em.

+ Phương pháp “kiểm tra đánh giá đồng đẳng”. Giúp các em tự chủ khi nắm vững các nội dung tập bài tập và các kỹ thuật. Bước đầu tạo cho các em tin tưởng và trách nhiệm như một huấn luyện viên.

+ Phương pháp “thi đấu” chủ yếu để kiểm tra đánh giá và rút kinh nghiệm...

c) Ưu, nhược, điểm của giải pháp mới:

*** Ưu điểm của giải pháp mới:**

- Dễ thực hiện và khả năng đạt mục đích của giải pháp cao hơn.
- Thời gian thực hiện và tổ chức thực hiện dễ, linh hoạt và hợp lý.
- Tạo mối quan hệ tốt với thầy trò, giúp các em dần hiểu được đạo lý tôn sư trọng đạo, sự đoàn kết trong đồng môn và tinh thần thi đấu.
- Giúp các em có thêm nhiều nội dung thi đấu tranh tài và được trải nghiệm nhiều nơi thú vị khi các em được tham gia thi đấu cấp quốc gia ở địa phương xa trong tỉnh và cả nước (Ví dụ như đi xa các em được trải nghiệm di chuyển bằng máy bay hay xe lửa.)
- Giúp các em có được tinh thần tự giác, ham thích học hỏi, biết nhìn lại bản thân mà ra sức nỗ lực trong học tập và luyện tập võ thuật.

*** Nhược điểm của giải pháp mới:**

- Những em không kiên nhẫn thì dễ bỏ cuộc và không tham gia hay tập luyện có lệ, rồi kéo theo một số em khác nản chí.
- Những em có hoàn cảnh gia đình khó khăn thì cũng không cho con tham gia tập luyện thường xuyên được.
- Những em không có tính tự giác và không biết nhìn lại bản thân mình thì khó đạt thành tựu cao sau này cả học vấn và võ thuật.

Do đó trong giải pháp này công tác tư tưởng và phối hợp với nhà trường, gia đình các em là rất cần thiết.

7. Khả năng áp dụng của giải pháp:

Phương pháp này chỉ áp dụng cho các giáo viên vừa làm công tác giảng dạy và huấn luyện võ thuật nhất là giáo viên Giáo dục thể chất của địa bàn của huyện, trong và ngoài tỉnh.

Vì hiện nay phong trào Vovinam đang phát triển rất mạnh mẽ trong học đường và các trường Đại học nên có rất nhiều giáo viên biết võ thuật Vovinam. Riêng trong tỉnh Đồng Tháp hầu hết các huấn luyện viên đều là Giáo viên.

8. Hiệu quả, lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng giải pháp: theo ý kiến của tổ chức, cá nhân đã áp dụng sáng kiến (nếu có); và theo ý kiến của tác giả sáng kiến:

Tại Hội khỏe phù đồng tỉnh 2024 nội dung đối kháng đạt 6 huy chương vàng, 2 huy chương bạc, 3 huy chương đồng, ở giải toàn quốc vừa qua (từ 28/7 - 4/8/2024 tại Hải Phòng). Đơn vị Tháp Mười được chọn 3 em tham gia nội dung đối kháng với kết quả đạt 1 huy chương vàng và 1 huy chương bạc. Trong đó tôi là Huấn luyện viên chủ lực của tỉnh.

Đa số các giáo viên được tôi chia sẻ và tiếp thu các giải pháp này đều làm tốt phong trào của mình, điển hình như giáo viên Nguyễn Thị Thu Hiền của đơn vị Thanh Mỹ, Giáo viên Huỳnh Thanh Dân đơn vị Đốc Binh Kiều, Giáo viên Lê Văn Út đơn vị xã Mỹ An, Giáo viên Trần Hữu Nghĩa đơn vị Trường Xuân. Còn ở Tam Nông có Giáo viên Võ Thanh Phong ở xã Hòa Bình huyện Tam Nông cũng có 1 em đạt huy chương đồng đối kháng, Giáo viên Đào Minh Sang ở huyện Tân Hồng có 1 em đạt huy chương vàng đối kháng, Giáo viên Đinh Văn Du Thị xã Kiến Tường tỉnh Long An (Hiện nay Thị xã Kiến Tường đang đứng đầu phong trào Vovinam của tỉnh Long An). Điều này minh chứng qua các giải học sinh cấp huyện và HKPD cấp tỉnh và quốc gia.

9. Những thông tin cần được bảo mật (nếu có); Không có thông tin bảo mật.

10. Các điều kiện cần thiết để áp dụng sáng kiến;

- Giáo viên phải có bằng cấp chuyên môn võ thuật Vovinam do Liên đoàn Vovinam Việt Nam cấp, giáo viên được tham gia các lớp tập huấn chuyên môn Vovinam do Liên đoàn Vovinam Đồng Tháp cấp. Khi giáo viên có chuyên môn võ thuật và có năng lực sư phạm tốt thì làm công tác này rất thuận lợi và thành công.

- Khi chọn lựa học sinh thì phải chọn những em đã học qua các kỹ thuật cơ bản và đáp ứng được các bài kiểm tra chuyên môn (Tùy thuộc vào năng lực và kinh nghiệm của từng huấn luyện viên).

11. Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tác giả:

Khi áp dụng phương pháp này thì thành tích của các em được cải thiện rất tốt, qua HKPD tỉnh Đồng Tháp môn Vovinam vào ngày 5-7/03/2024. Tại huyện nhà khi đạt 6HCV, 2HCB, 3HCD. Tham gia HKPD toàn quốc vào tháng 8/2024 huyện Tháp Mười có 2 em được chọn thi đấu đối kháng và đạt 1 em HCV cấp Trung học cơ sở và 1 em HCB cấp Trung học phổ thông.

12. Đánh giá lợi ích thu được hoặc dự kiến có thể thu được do áp dụng sáng kiến theo ý kiến của tổ chức, cá nhân đã tham gia áp dụng sáng kiến lần đầu, kể cả



áp dụng thử (nếu có):

Đa số các Giáo viên được hỗ trợ tham gia thực hiện các giải pháp thi thành tích của đơn vị họ có phần cải thiện rõ thông qua kết quả HKPD toàn quốc 2024 vừa qua của Thầy Đào Minh Sang huyện Tân Hồng (có 1 em đạt HCV cấp THCS) và Thầy Võ Thanh Phong huyện Tam Nông (có 1 em HCB và 1 HCD)

13. Danh sách những người đã tham gia áp dụng thử hoặc áp dụng sáng kiến lần đầu (nếu có);

Số TT	Họ và tên	Năm sinh	Nơi công tác (hoặc nơi thường trú)	Chức danh	Trình độ chuyên môn	Nội dung công việc hỗ trợ
1	Võ Thanh Phong	1984	Trường Tiểu học Hòa Bình huyện Tam Nông	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
2	Đào Minh Sang	1982	Trường Trung học phổ thông huyện Tân Hồng	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
3	Nguyễn Thị Thu Hiền	1986	Trường Tiểu học Thanh Mỹ	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
4	Lê Văn Út	1988	Trường Tiểu học Mỹ An	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
5	Trần Hữu Nghĩa	1991	Trường THPT Trường Xuân	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
6	Huỳnh Thanh Dân	1992	Trường Trung học cơ sở Đốc Bình Kiều	Giáo viên	Đại học GDTC	HLV Vovinam
7	Ngô Anh Khoa	1996	Huấn luyện viên đơn vị Mỹ Hòa	Cộng tác viên	Đại học Nông nghiệp	HLV Vovinam
8	Đinh Văn Du	1984	Trường THPT Kiến Tường – Lóng An	Giáo viên	Đại học Toán	HLV Vovinam

Ngoài ra tôi còn phụ trách hỗ trợ về chuyên môn kỹ thuật cho các huyện, thị và Thành phố còn yếu về kinh nghiệm và chuyên môn nên thành tích trong tỉnh hiện nay khá đồng đều nhau.

Tôi xin cam đoan mọi thông tin nêu trong đơn là trung thực, đúng sự thật và hoàn toàn chịu trách nhiệm trước pháp luật./.

Thị trấn Mỹ An, ngày 06 tháng 04 năm 2025

NGƯỜI NỘP ĐƠN

(Ký và ghi rõ họ tên)



Nguyễn Tấn Hữu

PHỤ LỤC

Phụ lục 1: Các bảng biểu thành tích.

**KẾT QUẢ TOÀN ĐOÀN HỘI KHỎE PHỦ ĐÔNG TỈNH ĐÔNG THÁP
LẦN THỨ XXII NĂM 2021**

TT	ĐƠN VỊ	HCV 7 Điểm	HCB 5 Điểm	HCD 4 Điểm	HẠNG 4 3 Điểm	HẠNG 5 2 Điểm	HẠNG 6 1 Điểm	TỔNG HUY CHƯƠNG	TỔNG ĐIỂM
1	Tháp Mười	10	11	6	1	4	3	10V- 11B - 6Đ	163
2	Tam Nông	10	8	4	5	2	1	10V- 8B - 4Đ	146
3	Tân Hồng	10	7	5	5	2	2	10V- 7B - 5Đ	146
4	Hồng Ngự	6	3	8	9	7	1	6V- 3B - 8Đ	131
5	Lai Vung	5	1	3	1	2	2	5V- 1B - 3Đ	61
6	Tp. Cao Lãnh	2	4	5	4	2	1	2V- 4B - 5Đ	71
7	Tp. Hồng Ngự	2	4	3	4	3	1	2V- 4B - 3Đ	65
8	Tp. Sa Đéc	1	1	4	4	2	1	1V- 1B - 4Đ	45
9	Châu Thành	1	1	2	3	1		1V- 1B - 2Đ	27
10	Huyện Cao Lãnh	1	1	1	4	3	7	1B- 1B - 1Đ	41
11	Lấp Vò		7	6	3	5	6	7B - 6Đ	84
12	Thanh Bình			1		2	1	1Đ	9



**BẢNG TỔNG SÁP HUY CHƯƠNG
MÔN VOVINAM
(Từ ngày 5 đến ngày 7 tháng 3 năm 2024)**

HẠNG	ĐƠN VỊ	VÀNG	BẠC	ĐỒNG	TỔNG
1	Huyện Tháp Mười	10	4	3	17
2	Huyện Tam Nông	5	6	7	18
3	Huyện Hồng Ngự	5	2	4	11
4	Huyện Tân Hồng	4	3	2	9
5	Huyện Lai Vung	3	3	1	7
6	Huyện Lấp Vò	2	5	7	14
7	Thành phố Cao Lãnh	2	2	1	5
8	Huyện Cao Lãnh	1	3	2	6
9	Thành Phố Hồng Ngự	0	2	5	7
10	Huyện Châu Thành	0	2	0	2
11	Thành Phố Sa Đéc				
11	Huyện Thanh Bình	0	0	0	0
Tổng cộng:		32	32	32	96

BẢNG SO SÁNH THÀNH TÍCH 2 KÌ HKPD CẤP TỈNH

Năm	Quyền	Đối kháng	Tổng số huy chương	Hạng	Ghi chú
2021	2V, 3B	8V, 8B, 6Đ	10V, 11B, 6Đ	I	Thi cấp 1, 2, 3. Nội dung quyền tổ chức thi đấu 5 nội dung
2024	4V, 2B	6V, 2B, 3 Đ	10V, 4B, 3Đ	I	Thi cấp 2, 3. Nội dung quyền tổ chức thi đấu 6 nội dung

BẢNG THÀNH TÍCH HỘI KHỎE PHÙ ĐỒNG TOÀN QUỐC

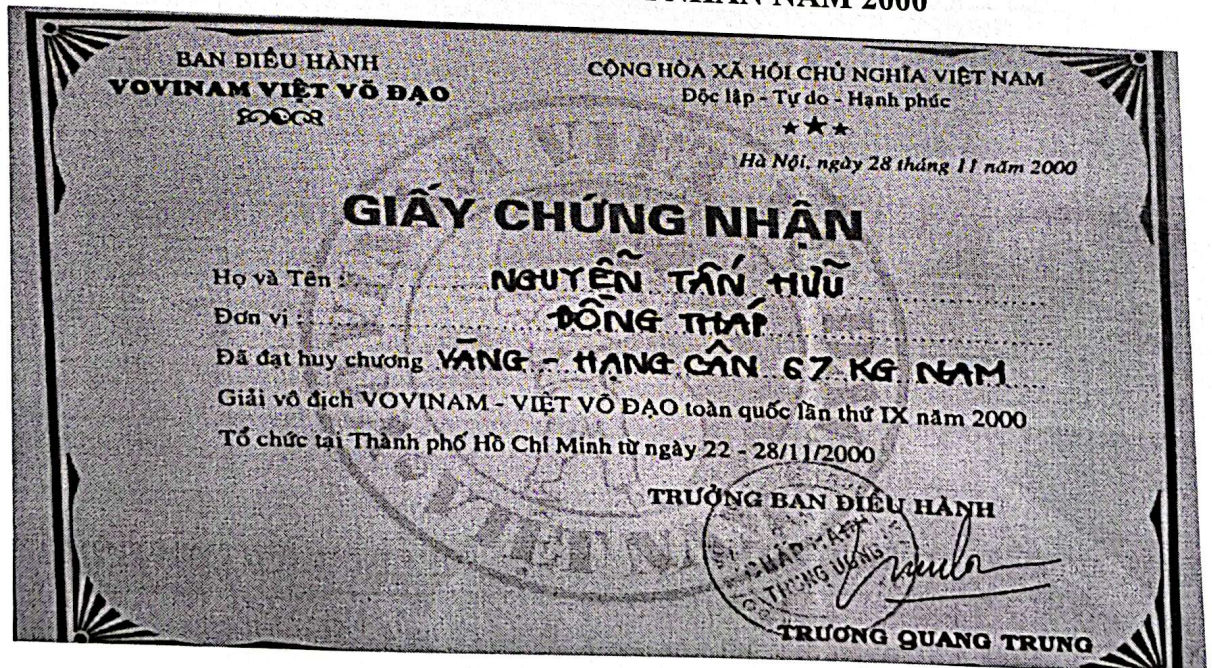
Năm	Quyền	Đối kháng	Tổng số huy chương	Hạng
2012	1Đ	1Đ	1B, 1Đ	
2016	5B, 6Đ	1V, 1Đ	1V, 5B, 7Đ	IV
2024	6B, 5Đ	3V, 4B, 6Đ	3V, 10B, 11Đ	II

BẢNG THÀNH TÍCH CÁC GIẢI VOVINAM HỌC SINH TOÀN QUỐC

Năm	Quyền	Đối kháng	Tổng số huy chương	Hạng
2017	3V, 4B, 3Đ	2V, 1B, 2Đ	5V, 5B, 5Đ	III
2018	2V, 4B, 4Đ	1V, 2B, 3Đ	3V, 6B, 7Đ	IV
2019	3V, 4B, 3Đ	3V, 2Đ	6V, 4B, 5Đ	III
2022	6V, 7B, 7Đ	4V, 4B, 5Đ	10V, 11B, 12Đ	III
2023	8V, 6B, 5Đ	5V, 6B, 3Đ	13V, 12B, 8Đ	I

Phụ lục 2: Một vài hình ảnh minh họa.

KẾT QUẢ THÀNH TÍCH CÁ NHÂN NĂM 2000

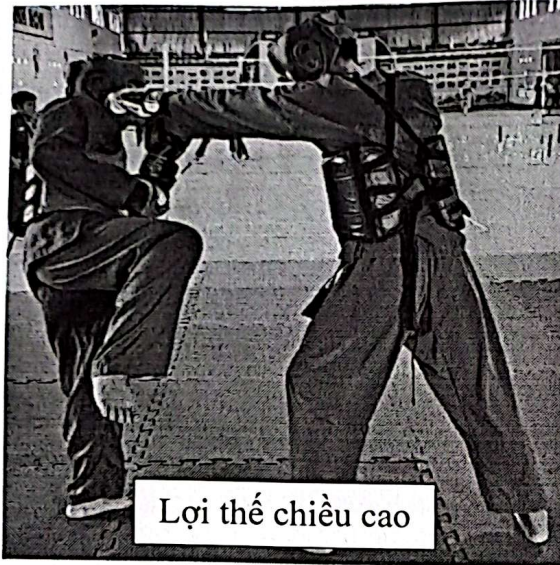


GIẢI HỌC SINH TOÀN QUỐC CỦA NĂM 2017, 2019



HÌNH ẢNH HỘI KHỎE PHÙ ĐỒNG TOÀN QUỐC NĂM 2024

MỘT VÀI HÌNH ẢNH HUẤN LUYỆN



Lợi thế chiều cao



Lợi thế chiều cao



Thủ nghịch bộ



Thủ cùng bộ

A handwritten signature in blue ink, located at the bottom right of the page.