

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
TRƯỜNG THPT NGUYỄN TẤT THÀNH

GỢI Ý HƯỚNG DẪN HỌC SINH TỰ HỌC - TUẦN 12
MÔN THỂ DỤC – KHỐI 12

NỘI DUNG	
Tên bài học/ chủ đề - Khối lớp	ĐÁ CẦU (Shuttlecock)
Hoạt động học sinh cần thực hiện: Xem tài liệu và tự tập luyện tại nhà.	<ol style="list-style-type: none">1. Tài liệu tham khảo thêm:<ul style="list-style-type: none">- Phóng sự đá cầu Việt Nam, từ thể thao dân gian đến thống trị thế giới. https://youtu.be/MYG2XXFpJpg- Những khoảnh khắc đẹp trong thi đấu môn đá cầu. https://youtu.be/C8Z_itH3xJM- Tóm tắt kiến thức cần nhớ (Phụ lục 1 – Đính kèm)2. Yêu cầu:<ul style="list-style-type: none">- Học sinh xem video.- Trong quá trình xem và ghi chép tài liệu, nếu các bạn có thắc mắc thì liên hệ giáo viên giảng dạy trực tiếp của lớp.

PHỤ LỤC 1

SƠ LƯỢC LỊCH SỬ MÔN ĐÁ CẦU (SHUTTLECOCK)

I. NGUỒN GỐC MÔN ĐÁ CẦU

Theo các nhà nghiên cứu lịch sử thì Đá cầu có từ thế kỷ thứ V trước Công nguyên tại Trung Quốc. Người Trung Quốc đã chơi đá cầu với tên gọi là Ti Jian Zi và khoảng 1000 năm sau đó môn thể thao này mới được chơi ở các nước Châu Á. Đá cầu trong thời gian này được sử dụng như các bài tập để huấn luyện phát triển phản xạ, sự nhanh nhẹn và sự tập trung trong huấn luyện và giáo dục các tố chất thể lực cho các binh sĩ thời cổ đại. Ở đời nhà Hán (207 – 209) và nhà Tống (906 – 1278) đã có nhiều trận thi đấu đá cầu nổi tiếng và sang đời nhà Tống môn Đá cầu được đổi tên là Chien Tsu (mũi tên). Trò chơi này được chia làm 2 loại chính: Đá nghệ thuật và đá đồng đội.

Năm 1933 giải đấu mang tính quốc gia đầu tiên của đá cầu được tổ chức tại Trung Quốc. Tại đại hội thể dục thể thao toàn Trung Quốc tại Nam Kinh thì đá cầu được coi là môn thể thao dân tộc.

Từ năm 1984, đá cầu trở thành môn thể thao quốc gia chính thức tại Trung Quốc. Năm 1984, một nhóm các cổ động viên nhiệt tình đã thành lập hội đá cầu không chuyên. Vào năm 1994, hiệp hội này đổi tên thành Hiệp hội Đá cầu Hồng Kông (viết tắt là HKSA – Hong Kong Association of Shuttlecock)

Vào tháng giêng năm 1961, một bộ phim có nhan đề “The flying feather” được thực hiện bởi hãng phim Central news movie company. Bộ phim này đã rất thành công khi giành được giải vàng tại liên hoan phim quốc tế.

Đá cầu tới Châu Âu trước thế chiến thứ hai, khi mà các vận động viên điền kinh Trung Quốc đến từ tỉnh Giang Tô thực hiện một màn trình diễn ở thế vận hội Olympic Beclin 1936. Người Đức và các quốc gia khác đã vô cùng ấn tượng, và họ đã bắt đầu học và chơi môn thể thao mang tính biểu diễn đó. Giải vô địch đá cầu thế giới là một sự kiện thường niên kể từ khi Liên đoàn đá cầu thế giới (ISF – International Shuttlecock Federation) được thành lập vào năm 1999. Từ đó, các quốc gia đã tiến hành tổ chức các giải đấu hàng năm.

Theo thời gian, môn thể thao này đã thu được những sự nghi nhận đáng kể, nó đã được đưa vào là môn thể thao thi đấu của Đại hội thể thao các nước Đông nam Á năm 2003. Các thành viên của ISF là Trung Quốc, Đài Loan Trung Quốc, Phần Lan, Đức, Hà Lan, Hungary, Lào, Việt Nam, Hy Lạp, Pháp, Rumani, Serbia ... Trong đó, Trung Quốc và Việt Nam được coi là hai nước mạnh nhất, trong khi đó Hungary và Đức là hai nước được coi là mạnh nhất Châu Âu. Vào ngày 11 tháng 8 năm 2003, Phần Lan, Pháp, Đức, Hy Lạp, Hungary, Romani và Serbia đã thành lập Liên đoàn đá cầu châu âu (SFE – Shuttlecock Federation of Europe) tại Újszász (Hungary).



II. LỊCH SỬ PHÁT TRIỂN ĐÁ CẦU Ở VIỆT NAM

Đá cầu được hình thành và phát triển từ các trò chơi dân gian như tâng cầu, chuyền cầu....

Đá cầu có một quá trình phát triển thăng trầm theo lịch sử dựng nước và giữ nước của dân tộc ta. Có thời kỳ phát triển rực rỡ: từ Vua, quan quý tộc đến tầng lớp nhân dân lao động, từ thành thị đến nông thôn, từ miền xuôi đến miền ngược....ở đâu môn đá cầu cũng được ưa chuộng.

Theo sử sách đã ghi chép và miêu tả thì Mai Hắc Đế (Mai Thúc Loan) lãnh tụ cuộc khởi nghĩa chống quân xâm lược nhà Đường (Trung Quốc) – năm 722, đã khuyến khích và tổ chức cho quân đội thường xuyên tập luyện, giải trí bằng trò chơi đá cầu nhằm rèn luyện sức khoẻ và tinh thần cho binh sỹ. Nhân dân quanh vùng (Vạn Xuân) dần dần cũng tập luyện đá cầu, phong trào ngày càng phát triển. Trò chơi này thường xuyên được tổ chức trong những ngày lễ mừng chiến thắng của dân tộc.

Lịch sử đã ghi nhận: từ thế kỷ thứ VIII, ở vùng Vạn Xuân (Nam Đàn- Nghệ An), ngày xuân có tục lệ thi đá cầu rất sôi nổi và hào hứng. Nó không những hấp dẫn đối với người chơi trong sân, mà còn thu hút đông đảo cả người xem cổ vũ bên ngoài.

Trong cuốn “Nguồn gốc thượng võ của dân tộc”, GS sử học Trần Quốc Vượng có ghi chép: “..không biết môn đá cầu nảy sinh từ bao giờ, chỉ biết là đến thời Lý, Trần môn này đã được thịnh hành lắm”.

Đến thời nhà Lý, đất nước thái bình, mùa gặt hái xong cũng là lúc các cuộc vui chơi được tổ chức để mừng vụ mùa bội thu. Trong các cuộc vui này, luôn có trò chơi đá cầu, từ trong triều đến ngoài nội ai cũng mê đá cầu, thái tử cũng học đá cầu. Nhà Vua còn cho phép đá cầu trước bệ rồng tại điện Thiên An trong kinh thành.

Trong cuốn “An Nam chí lược” đã ghi chép rằng: “đá cầu được tổ chức vui chơi trong dịp tết nguyên đán và suốt mùa xuân, trai gái đi lễ phật đá cầu, đánh đu...”.

Năm 1085, sau khi đánh tan quân xâm lược nhà Tống, nhà Lý đã tổ chức linh đình hội thi đá cầu mừng chiến thắng.

Đời Vua Lý Nhân Tông (1072-1127), đã quan tâm và tạo điều kiện khuyến khích trò chơi đá cầu phát triển. Mùa xuân năm 1126 (mùng 1 tháng 2 năm Đinh ngọ), nhà Vua đến Thiên An xem các vương hầu đá cầu.

Kế thừa đời nhà Lý, trò chơi đá cầu tiếp tục được phát triển ở thời nhà Trần, ở thời này có Trương Hán Siêu nổi tiếng là người có tài đá cầu được Vua yêu, quan dân kính nể, ông có biệt danh “thôn cầu cước”.

Đời Vua Trần Anh Tông trị vì (1293-1314), có một vị quan tên là Trần Cư “giỏi đánh đàn, bắn cung và đá cầu”, trích trong “Đại Việt sử ký toàn thư” được Vua quan và nhân dân nể phục. Dựa vào kinh nghiệm của bản thân và tham khảo trong dân gian, ông đã viết ra một số lý thuyết của trò chơi đá cầu, có thể nói đây là những tài liệu đá cầu đầu tiên của Việt Nam, làm tiền đề để những người chơi đá cầu sau này có thể tiếp thu, kế thừa và hoàn thiện cho môn đá cầu ngày nay.

Ở thời nhà Trần, có quy định chính thức trong hệ thống giáo dục thể chất cho tầng lớp quý tộc, tướng sỹ trong quân đội, họ phải thường xuyên tập luyện “cưỡi ngựa, bắn cung, đá cầu..” trích trong: “Nguồn gốc thượng võ của dân tộc”, GS sử học Trần Quốc Vượng.

Đến thời nhà Lê, trò chơi đã đến mức tài nghệ điêu luyện, có nhiều người chơi cầu giỏi. Sử sách có ghi lại câu chuyện thú vị: trong lễ mừng thọ nhà Vua, có một sỹ phu xin

Vua cho phép được đá cầu chúc thọ. Người đó xin đứng trước mạn thuyền rồng giữa dòng sông Nhị đá cầu (tâng cầu) mỗi lần chạm là mừng nhà Vua một tuổi, sau khi nêu điều kiện, người sĩ phu làm tắt cả mọi người lo ngại vì chỉ một sơ suất nhỏ sẽ phạm tội khi quân. Nhưng thật kỳ diệu, người sĩ phu đó đã ung dung đá và đếm từ 1 đến 98 mà quả cầu vẫn bay lên xuống nhịp nhàng, nhà Vua sung sướng hạ lệnh: “Thôi, Trẫm chỉ mong sống đến 98 tuổi là hạnh phúc lắm rồi”, sau đó người sĩ phu xin phép nhà Vua cho được đá tiếp và ông đã đá được 120 quả. Người sĩ phu đó chính là Đinh Sửu, người Nam Sách, Hải Dương đỗ thám hoa, trích trong:” “Nguồn gốc thượng võ của dân tộc”, GS sử học Trần Quốc Vượng”.

Đến thời nhà Nguyễn, trò chơi đá cầu vẫn được duy trì, người chơi cầu giỏi thường là dân thành thị thuộc tầng lớp con nhà khá giả.

Trải qua bao thăng trầm của dân tộc, trò chơi đá cầu vẫn tồn tại và phát triển rộng khắp, nó mang đặc thù của từng giai đoạn lịch sử, theo truyền thống của từng địa phương (Bắc, Trung, Nam).

Thời Pháp thuộc, nhân dân ta sống trong cảnh cơ cực lầm than, những trò chơi dân gian không có điều kiện phát triển, nhưng do sự ham thích của các tầng lớp nhân dân nên trò chơi đá cầu vẫn tồn tại và lưu truyền trong dân gian.

Thời kỳ hoà bình lập lại (10/1954 – 4/1975), tuy được Đảng và nhà nước quan tâm, xong thực tế dân tộc Việt Nam phải đối mặt với cuộc chiến tranh với đế quốc Mỹ, chính vì vậy những hoạt động thể thao nói chung và đá cầu nói riêng vẫn chưa có đủ điều kiện để phát triển, ở thời kỳ này trò chơi đá cầu tồn tại mang tính tự phát tại các trung tâm, trường học là chủ yếu.

Trong những năm 1972 – 1974, có tổ chức được một số giải tại các trường phổ thông ở khu vực phía Bắc.

Sau tháng 4/1975, đất nước thống nhất. Đá cầu nói riêng và các môn thể thao nói chung được tạo điều kiện phát triển. Trò chơi đá cầu đã từng bước được đặt đúng vị trí của nó là một môn thể thao dân tộc.

Từ cuối những năm 70 – đầu những năm 80 của thế kỷ XX, môn đá cầu đã từng bước được khôi phục và phát triển trở thành một môn thể thao dân tộc độc đáo nhờ rất nhiều cá nhân tâm huyết. Trong đó phải kể tới ông Nguyễn Khắc Viện (nhà văn hoá lớn), ông Đỗ Chí (GV văn người Bắc Giang), là những người có công lớn trong việc khôi phục môn đá cầu của dân tộc. Ông Nguyễn Khắc Viện, có trích trong sách: “trong võ thuật có nhiều đòn đá, và từ thời xa xưa chúng ta đã có trò chơi đá cầu. Đây là hình thức tập luyện võ, vì khi đá cầu người tập phải sử dụng linh hoạt các thể trong cước pháp (đấu pháp bằng chân) để đá trúng vào mục tiêu rất nhỏ như đá gói, đá vòng cầu (cung), đá cạnh bàn chân, đá hát, đá búng, đá móc, đá gót....”.

Một trong những hình ảnh khó phai nhạt trong lòng những người hâm mộ: vào mùa hè năm 1983, BS Nguyễn Khắc Viện (ở độ tuổi 70) dẫn đầu đoàn VDV Hà Nội tham gia thi đấu giao hữu tại Hải Phòng. Trong buổi khai mạc, ông đã tham gia biểu diễn các kỹ thuật cơ bản đá cầu trước sự ngưỡng mộ của hàng ngàn khán giả.

Tiếp theo phải kể đến là thầy giáo Đỗ Chí - giáo viên trường cấp 3 Ngô Sỹ Liên là người có công lớn khi đặt những “viên gạch” đầu tiên cho phong trào Đá cầu Bắc Giang. Những người yêu thích môn Đá cầu Bắc Giang không thể quên hình ảnh người thầy bình dị luôn mang bên mình hành trang một cuộn dây làm lưới, vài quả cầu lông gà tự chế, đạp chiếc xe đạp "cà tàng" để đi đến khắp các trường học trong tỉnh vận động, hướng dẫn các

học trò chơi môn Đá cầu với tất cả lòng say mê và nhiệt huyết.

Vụ TDTT Quần chúng, đơn vị đầu tiên quản lý môn đá cầu, cũng được coi là nơi hội tụ nhiều cán bộ tâm huyết với đá cầu như ông Lương Kim Trung, ông Trần Duy Ly, ông Trương Quang Trung (nguyên là các Vụ trưởng)... đã có công lớn cho việc thúc đẩy sự ra đời “luật đá cầu”.

Ngày 14/8/1985, bộ luật đầu tiên của môn đá cầu ra đời, mặc dù còn đơn giản chưa đầy đủ, xong nó đánh dấu một bước ngoặt trong lịch sử phát triển của đá cầu, từ một trò chơi dân gian trở thành một môn thể thao dân tộc. Luật quy định môn đá cầu có 5 nội dung thi đấu cá nhân.

Bắt đầu từ năm 1986, tổ chức giải đá cầu đầu tiên: “Giải đá cầu báo thiếu niên tiên phong lần thứ nhất” tổ chức tại Thị xã Bắc Giang. Từ đây trở đi, giải đá cầu toàn quốc và khu vực hàng năm được tổ chức luân phiên tại nhiều địa phương trên cả nước.

Năm 1990, đá cầu được đưa vào là một môn thi đấu chính thức tại Đại hội TDTT toàn quốc lần thứ 2 tại Hà Nội. Từ năm này, đá cầu có hệ thống thi đấu 2 giải lớn một năm:

+ Giải đá cầu vô địch quốc gia.

+ Giải đá cầu vô địch trẻ và thiếu niên toàn quốc

Năm 1992, đá cầu được đưa vào là môn thi đấu chính thức của ngày hội thể thao học đường, Hội khỏe Phù Đổng lần thứ III tại Đà Nẵng.

Ngày 1/12/1993, Tổng cục TDTT ban hành Luật đá cầu mới gồm 6 chương 32 điều, luật này cụ thể chi tiết hơn rất nhiều, đặc biệt có quy định quả cầu nhựa 93, tính chất thi đấu cá nhân và đồng đội giống môn cầu lông.

Năm 1999, giải đá cầu Quốc tế được tổ chức tại Hà Nội, thành lập Liên đoàn đá cầu thế giới ISF.

Cũng trong năm 1999, Việt Nam ban hành luật sửa đổi bổ xung lần thứ nhất, đưa nội dung đá đội 3 người vào, tăng nội dung đá cầu lên 7 nội dung. Bắt đầu áp dụng vào giải vô địch toàn quốc tại Đà Nẵng.

Năm 2000, tổ chức giải đá cầu vô địch thế giới lần thứ nhất tại Hungary.

Năm 2001, tại giải vô địch quốc gia tại Đồng Tháp, thay quả cầu 201, quả cầu do tác giả Vạn Ngọc- giảng viên Đại học Mỹ thuật Hà Nội làm ra....tăng kịch tính trong trận.

Năm 2002, sửa đổi bổ xung luật đá cầu lần thứ 2, làm rõ hơn 1 số điều trong luật. Cũng trong năm 2002, mở 2 lớp tập huấn trọng tài đầu tiên tại hai khu vực Tư Sơn (Bắc) và Đồng Tháp (Nam).

Năm 2003, đá cầu được đưa vào Đại hội thể thao khu vực (Seagame 22) tại Vĩnh Phúc, Việt Nam giành 7/7 bộ huy chương, góp phần vào thành công của đoàn thể thao Việt Nam.

Năm 2005, Ủy ban TDTT quyết định đưa bộ môn đá cầu về Vụ TTC 2 quản lý, mở ra bước phát triển lớn cho đá cầu (hoà nhập quốc tế 100%).

Năm 2006, tổ chức Giải đá cầu vô địch đồng đội toàn quốc (đồng đội nam và đồng đội nữ), đưa nội dung thi đấu của đá cầu lên 9.

Năm 2007, hướng tới mục tiêu phát triển môn đá cầu trên thế giới, luật 2007 ra đời, luật này áp dụng gần như 100% luật quốc tế. Chính thức áp dụng tại giải vô địch toàn quốc 2007 tại TT Huế.

Tháng 8/2009, đá thử nghiệm nội dung đồng đội đôi trong giải vô địch đồng đội tại

Bắc Giang, đưa số nội dung thi đấu của môn đá cầu lên 10.

Tháng 11/2009, đá cầu được đưa vào thi đấu chính thức tại AIG tổ chức tại Hà Nội, Việt Nam giành 5/6 bộ huy chương.

Trải qua quá trình phục hồi và phát triển, đá cầu được lựa chọn là một môn học trong chương trình nội khoá và ngoại khoá của các bậc học tại Việt Nam.