

LỜI MỞ ĐẦU

Đồng hành cùng với Nhà trường trong chặng đường đổi mới xây dựng và phát triển, bước vào năm 2019 Bản tin Giáo dục thể chất và thể thao trường học ghi tên mình vào dấu mốc của năm thứ 2 và đã trở thành phương tiện truyền thông gần gũi, trung thực, tin cậy đối với độc giả và những người quan tâm đến giáo dục thể chất và thể thao trường học khắp cả nước.

Với tư cách là tiếng nói của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, là diễn đàn của cán bộ, viên chức, sĩ quan, người lao động, người học của Nhà trường, Bản tin còn là nơi hội tụ và đăng tải những sản phẩm tri thức của những học giả, nhà nghiên cứu hàng đầu của Việt Nam. Để có thể đáp ứng được định hướng và yêu cầu trở thành trường đại học nghiên cứu và ứng dụng tiên tiến theo chuẩn mực quốc tế, Bản tin luôn thực hiện đúng tôn chỉ, mục đích, tập trung đăng tải những bài báo theo định hướng với tinh thần khai phóng, nhanh chóng vươn lên để tiếp cận và hướng trở thành tạp chí có uy tín hàng đầu về giáo dục thể chất. Đồng thời, Bản tin cũng hướng đến khát vọng được trở thành nơi đào luyện tri thức, tinh thần, đề xuất và trao đổi ý tưởng, rèn đúc bản lĩnh học thuật và tạo đà thăng hoa cho sáng tạo. Ở đó, tinh thần học thuật phải là cốt lõi và là linh hồn của một trường đại học trọng điểm, đầu ngành của cả nước. Để hoàn thành được sứ mệnh cao cả của mình, Bản tin Giáo dục thể chất và Thể thao trường học mong muốn nhận được bài viết của các giảng viên, nhà khoa học, các nhà hoạch định chính sách và các chuyên gia, các lý luận gia và các nhà hoạt động thực tiễn, cán bộ, viên chức, của người học ở cả trong và ngoài nước.

Nhân dịp xuất bản số đầu tiên năm 2019, thay mặt Ban biên tập xin gửi lời cảm ơn chân thành đến các cơ quan cấp trên, đặc biệt là Bộ Giáo dục và Đào tạo, Cục Báo chí - Bộ Thông tin Truyền thông đã cấp phép và tạo điều kiện giúp đỡ để Bản tin Giáo dục thể chất và Thể thao trường học sớm được ra mắt độc giả. Xin chân thành cảm ơn các nhà khoa học đã nhiệt tình ủng hộ và nhận lời tham gia vào Hội đồng biên tập của Bản tin. Cảm ơn các tác giả đã gửi bài và chia sẻ thông tin Bản tin. Rất mong nhận được sự quan tâm, hợp tác, đóng góp ý kiến của Quý độc giả gần xa để Bản tin Giáo dục thể chất và Thể thao trường học ngày càng được nâng cao chất lượng.

TỔNG BIÊN TẬP
TS. Nguyễn Duy Quyết

LÝ LUẬN THỰC TIỄN

■ Nguyễn Duy Quyết Vận dụng quan điểm Hồ Chí Minh về nâng cao nâng cao công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học	3
■ Nguyễn Minh Tư, Nguyễn Duy Quyết Đẩy mạnh công tác tuyên truyền nâng cao nhận thức xã hội về giáo dục thể chất và thể thao trường học	8
■ Nguyễn Duy Quyết Môn thể thao tự chọn và những đổi mới nội dung, hình thức tổ chức hoạt động thể thao trong trường phổ thông	13

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

■ Hương Xuân Nguyên, Lê Mạnh Hào Lựa chọn giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn bóng bàn của học sinh Trường THPT Thành phố Lào Cai	21
■ Lê Thị Thu Thúy, Nguyễn Khánh Toàn Nghiên cứu ứng dụng một số biện pháp tổ chức tập luyện ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp cảnh sát vũ trang	26
■ Phạm Thị Hương, Nguyễn Thị Hồng Phượng, Phạm Cẩm Hùng Đánh giá thực trạng và đề xuất một số biện pháp phòng tránh chấn thương xảy ra khi học môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 Trường THPT Đoàn Hùng - Phú Thọ	31
■ Tô Tiên Thành Ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình	38
■ Hương Xuân Nguyên, Nguyễn Cao Cường Lựa chọn một số bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT Số 1 Sa Pa - Lào Cai	45
■ Ngô Xuân Đức, Vũ Thị Thu Hà, Nguyễn Trần Minh Chi Đánh giá thực trạng và biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động thư viện Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội	49

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

■ Nguyễn Minh Tiến Một số giải pháp ứng dụng công nghệ thông tin trong giảng dạy và học tập tại Trung tâm Giáo dục quốc phòng và An ninh - Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội	53
■ Mai Thị Ngoãn Một số đề xuất giải pháp phát huy vai trò của đội ngũ giảng viên nhằm nâng cao chất lượng dạy học các môn thực hành tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội	57

VẬN DỤNG QUAN ĐIỂM HỒ CHÍ MINH VỀ NÂNG CAO CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO TRƯỜNG HỌC

TS. Nguyễn Duy Quyết *

Tóm tắt: Chủ tịch Hồ Chí Minh, vị lãnh tụ muôn vàn kính yêu của dân tộc Việt Nam cũng chính là người khai sinh nền Thể dục thể thao cách mạng nước nhà. Bác đã để lại cho các thế hệ mai sau một di sản tinh thần vô cùng quý giá, đó là hệ thống tư tưởng về thể dục thể thao nói chung, về giáo dục thể chất nói riêng có giá trị to lớn và đã được kiểm nghiệm qua thực tiễn, mãi là chân lý sáng ngời, góp phần vào sự kiến tạo và phát triển của nhân loại.

Từ khóa: Quan điểm Hồ Chí Minh, công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học

Abstracts: President Ho Chi Minh, the immense leader of the people of Vietnam is also the birth of the revolutionary sports and gymnastics in the country. He left behind generations a very precious spiritual heritage, that is the ideological system of sports in general and physical education in particular has great value and has been tested through practice, always bright truth, contributing to the creation and development development of humanity.

Keywords: Ho Chi Minh view, physical education and school sports

1. Quan điểm Hồ Chí Minh về công tác giáo dục thể chất và thể dục thể thao trường học.

Sinh thời, Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn quan tâm tới hoạt động thể dục thể thao. Người nhận định: "Thể dục thể thao là một công tác cách mạng", tức là đã đặt thể dục thể thao (TDTT) ngang hàng với các công tác khác như chính trị tư tưởng, tổ chức, văn hóa, giáo dục... Công tác TDTT có nhiệm vụ nghiên cứu phương pháp và thực hành thể dục trong toàn quốc nhằm tăng cường sức khỏe quốc dân và cải tạo nòi giống Việt Nam."

Khi còn là thầy giáo dạy tại Trường Dục Thanh, "Thầy Nguyễn Tất Thành" luôn nhắc nhở các em học sinh của mình: "Cái quý nhất của con người là sức khỏe, các em chịu khó tập thể dục là gìn giữ cái quý báu nhất của con người". Sau này mặc dù bận trăm công ngàn việc nhưng Người vẫn dành thời gian quan tâm nhắc nhở mọi người chăm chỉ luyện tập TDTT.

Hồ Chí Minh đã chỉ rõ rằng: "Dưới chế độ dân chủ, thể thao và thể dục phải trở thành hoạt động chung của quần chúng nhằm mục đích làm tăng cường sức khỏe

của nhân dân. Nhân dân có sức khỏe thì mọi công việc đều làm được tốt". Người khuyến khích: "Vậy nên luyện tập thể dục, bồi bổ sức khỏe là bổn phận của mỗi một người dân yêu nước". Từ đó, Người chủ trương: "Chúng ta nên phát triển phong trào TDTT rộng khắp".

Cách mạng tháng Tám 1945 thành công nhưng dân tộc ta vẫn đứng trước muôn vàn khó khăn thử thách. Thù trong giặc ngoài, cùng với 3 thứ giặc: đói, dốt, lụt luôn đe dọa chính quyền cách mạng non trẻ. Giữa lúc công việc bộn bề, nhiều vấn đề cấp bách phải giải quyết, nhưng chỉ gần 5 tháng sau Lễ tuyên ngôn độc lập, ngày 30/01/1946, Người đã ký Sắc lệnh số 14 về việc thành lập Nha Thể dục Trung ương trực thuộc Bộ Thanh niên. Sắc lệnh quy định Nha Thể dục Trung ương có nhiệm vụ cùng Bộ Y tế và Bộ Quốc gia Giáo dục nghiên cứu phương pháp, thực hành thể dục trong toàn quốc. Bộ Thanh niên sẽ ấn định những việc về tổ chức và ngân sách của Nha Thể dục Trung ương. Sau đó ít ngày, Trường thể dục ra đời và đặt cơ sở tại căn nhà ở đường Cột Cờ (Hà Nội), nơi trước đó là một khu trại học tập của sĩ quan Pháp. Đây là sự kiện, dấu mốc khai

sinh ngành TĐTT cách mạng Việt Nam. Tiếp đó, ngày 27/3/1946, Hồ Chí Minh ký Sắc lệnh số 38 về việc thành lập Nha Thanh niên và Thể dục trực thuộc Bộ Quốc gia Giáo dục với cơ cấu gồm Phòng Thanh niên và Phòng Thể dục Trung ương. Cũng trong ngày này, Người viết bài Sức khỏe và Thể dục đăng trên báo Cứu quốc. Đây là lời kêu gọi toàn dân tập thể dục đầu tiên của Người dưới chế độ mới. Tối ngày 26/5/1946, Hồ Chí Minh đã dự Lễ khai mạc Đại hội Thanh niên Hà Nội. Tại đây, Lễ hội thanh niên vận động đã được phát động và Ban tổ chức đã mời Người châm ngọn lửa phát động phong trào Khỏe vì nước. Từ Hà Nội, phong trào này đã lan tỏa ra cả nước.

Hồ Chí Minh rất coi trọng TĐTT đối với thế hệ trẻ và xác định giáo dục thể chất học đường là một bộ phận quan trọng trong nền giáo dục quốc dân: "Một nền giáo dục sẽ đào tạo các em nên những người công dân hữu ích cho nước Việt Nam, một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em". Từ quan điểm đó, sau này, Người đã chỉ ra một cách cụ thể về giáo dục nói chung và giáo dục thể chất nói riêng. Giáo dục toàn diện là: "Thể dục kết hợp với gìn giữ vệ sinh chung và riêng, trí dục, mỹ dục, đức dục". Bốn mặt giáo dục đó có quan hệ mật thiết với nhau, trong đó thể dục là tiền đề đầu tiên để phát triển các mặt giáo dục khác. Kể cả với học viên trong nhà trường quân đội cũng vậy, Hồ Chí Minh đặt giáo dục thể chất lên trước hết: "Các cháu phải ra sức thi đua: luyện tập thân thể cho mạnh mẽ, nghiên cứu kỹ thuật cho thông thạo, trau dồi tinh thần cho vững chắc, hun đúc đạo đức của người quân nhân cách mạng cho vững vàng".

- Ngày 17/9/1946 là tết trung thu đầu tiên của Việt Nam độc lập, Người đã gửi thư cho học sinh, trong đó người căn dặn: "...phải siêng năng tập TĐTT cho mình mập được nở nang và ra sức giúp việc cho nhi đồng cứu Vong Hội..."

- Ngày 10/11/1946, Bác đến dự lễ khai mạc buổi lễ Thanh niên quốc tế tổ chức tại Quảng trường Nhà hát lớn Thành phố do trường Thể dục Việt Nam tổ chức. Phát biểu tại buổi lễ, Người căn dặn, trong thanh niên còn nhiều người rất yếu ớt, cán bộ, học sinh của Trường Thể dục phải làm cho toàn thể đồng bào cùng khỏe, phải phổ thông hóa, đại chúng hóa, dân chủ hóa thể dục. Bác còn nói rõ: "Các học sinh đã tập luyện công phu và sức đã khỏe. Hiện tại ở nông thôn cũng như thành thị còn rất nhiều đồng bào yếu ớt. Mang danh cán bộ TĐTT, các học sinh có bổn phận tổ chức cho đồng bào cùng tập luyện. Có như vậy công phu tập luyện của các em mới hữu ích."

- Ngày 24/10/1955, Bác gửi thư cho học sinh nhân ngày khai trường. Người nêu lên nội dung giáo dục toàn diện, trong đó coi trọng tất cả các mặt đức, trí, thể, mỹ:

- Thể dục: Làm cho thân thể khỏe mạnh, đồng thời cần giữ gìn vệ sinh và vệ sinh chung;

- Trí dục: Ôn lại những điều đã học, học thêm những tri thức mới;

- Mỹ dục: Để phân biệt cái gì là đẹp, cái gì là không đẹp;

- Đức dục: Là yêu Tổ quốc, yêu nhân dân, yêu lao động, yêu khoa học.

- Ngày 02/11/1956, Bác đến thăm Đại hội toàn quốc lần thứ II Đoàn Thanh niên cứu quốc. Nói chuyện với Đại hội, Bác căn dặn: Thanh niên phải gương mẫu 4 điểm:

- 1) Giữ vững đạo đức cách mạng, khiêm tốn, cần cù, hăng hái, dũng cảm. Phải tránh tư tưởng kiêu ngạo, công thân, tự tư, tự lợi.

- 2) Xung phong trong mọi công tác.

- 3) Cố gắng học tập chính trị, văn hóa, nghề nghiệp để tiến bộ mãi.

- 4) Luôn luôn rèn luyện thân thể cho khỏe mạnh. Khỏe mạnh thì mới có đủ sức để tham gia một cách dẻo dai bền bỉ nhưng công việc ích nước lợi dân.

- Ngày 18/12/1959, tại kỳ họp thứ 11, Quốc hội khóa I nước Việt Nam Dân chủ Cộng hòa, Bác báo cáo về Dự thảo Hiến pháp sửa đổi. Về quyền lợi và nghĩa vụ cơ bản của công dân, Người nêu rõ: "Công dân đều bình đẳng trước pháp luật. Nhà nước chú trọng đặc biệt việc giáo dục thanh niên về đức dục, trí dục và thể dục."

- Bác Hồ đi thăm và nói chuyện với đồng bào, cán bộ các tỉnh: Cao Bằng (21/2/1961), Thái Nguyên (13/3/1960), Tuyên Quang (25/3/1961), xã Đại Nghĩa, tỉnh Hà Đông (7/10/1961), xã Quảng An, Hà Nội (29/9/1962), Nam Định (22/5/1963), rồi đến Bắc Ninh, Quảng Ninh, Thanh Hóa, Nghệ An, Hải Phòng... Ở đâu, Bác cũng đều nhắc đến tầm quan trọng sức khỏe, phải năng luyện tập TDTT, ăn ở vệ sinh.

- Từ năm 1956 đến mùa hè năm 1969, Bác Hồ có hàng trăm cuộc tiếp đón, gặp gỡ, thăm hỏi các đoàn thể thao các nước bạn đến thăm và thi đấu hữu nghị tại Việt Nam. Đặc biệt có các hoạt động thể thao lớn: Giải Bóng chuyền Việt-Trung-Triều-Mông (1958), Giải Bóng đá Quân đội Hữu nghị các nước (SKDA) 1963, Đại hội Thể thao Các lực lượng mới trở dậy (GANEF0) 1963, GANEF.

Qua những sự kiện trên đây, có thể khẳng định, Hồ Chí Minh không chỉ là người khai sinh ra ngành TDTT cách mạng Việt Nam, mà còn là người khởi xướng phong trào thể dục quần chúng với khẩu hiệu cách mạng khỏe vì nước.

2. Vận dụng quan điểm của Bác vào công tác phát triển GDTC

Quan triệt quan điểm tư tưởng của Bác, Đảng, Nhà nước đặc biệt quan tâm tới công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học, nhất là trong những năm gần đây, vận dụng quan điểm của Chủ tịch Hồ Chí Minh, ngành Giáo dục đã cụ thể hóa thành nhiều chương trình hành động, đặc biệt thực hiện Quyết định 1076 của Thủ tướng Chính phủ Phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao

trường học giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2025, toàn ngành Giáo dục đã đạt được kết quả bước đầu rất đáng khích lệ. Môn học giáo dục thể chất không chỉ đã chính thức được đưa vào trong chương trình đào tạo chính khóa từ phổ thông đến đại học, mà còn đồng thời đẩy mạnh nhiều hoạt động thể thao trường học.

Các hoạt động cho việc nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học ngày càng nhận được sự quan tâm của xã hội. Gần đây ngày 20/12, tại Hà Nội, Bộ Giáo dục và Đào tạo và Bộ VH-TT&DL ký kết "Chương trình phối hợp chỉ đạo, quản lý, tổ chức công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trường học giai đoạn 2016-2020". Ngày 16/4/2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Công văn số 1491/BGDĐT-GDTC, ngày 16/4/2018 về việc tiếp tục thực hiện Đề án "Tổng thể phát triển giáo dục thể chất, thể thao trường học giai đoạn 2017 - 2020, định hướng đến 2025"... Đặc biệt gần đây nhất, ngày 23/02/2019, trực tiếp Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo đã chủ trì tổ chức Hội nghị nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học.

Theo đó, kết luận hội nghị, Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo đề nghị các Sở Giáo dục và Đào tạo, các đại học, học viện, trường đại học, cao đẳng sư phạm và trung cấp sư phạm cần tập trung vào các nhiệm vụ đúng với việc vận dụng quan điểm của Bác vào công tác phát triển GDTC, đó là:

Tiếp tục tuyên truyền, nâng cao nhận thức và trách nhiệm của các cấp, các ngành, nhà trường đối với phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học.

Thực hiện hiệu quả Chương trình môn học Giáo dục thể chất hiện hành và tổ chức các hoạt động thể thao trong trường học, đổi mới mục tiêu, nội dung, phương pháp, hình thức dạy và học, kiểm tra và đánh giá chất lượng giáo dục thể chất theo hướng phát triển năng lực, phẩm chất

người học. Chuẩn bị các điều kiện để triển khai thực hiện Chương trình giáo dục thể chất thuộc Chương trình giáo dục phổ thông mới. Các cơ sở giáo dục đại học, xây dựng chương trình môn học giáo dục thể chất đảm bảo hài hòa giữa kiến thức cơ bản và nội dung tự chọn, đáp ứng nhu cầu tập luyện, vui chơi giải trí và tạo động lực cho sinh viên tự rèn luyện thân thể.

Tổ chức và duy trì các hoạt động vận động, tập luyện và thi đấu thể thao cho học sinh, sinh viên đảm bảo phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý, lứa tuổi và trình độ đào tạo của học sinh, sinh viên, phát huy sự hứng thú, tính tự giác, khả năng tự học, tự rèn luyện của học sinh, sinh viên; tăng cường hỗ trợ về phương pháp, điều kiện để tổ chức các hoạt động thể thao cho học sinh, sinh viên đối với các địa phương vùng sâu, vùng xa, biên giới, hải đảo, vùng có điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn. Tiếp tục tổ chức dạy và học bơi cho học sinh, chú trọng các địa phương ven biển, địa phương có nhiều sông, hồ, suối, kênh, rạch; tổ chức việc dạy và học võ thuật cổ truyền Việt Nam, phù hợp với điều kiện cụ thể của nhà trường, từng cấp học và trình độ đào tạo; đưa việc tập thể dục buổi sáng và thể dục giữa giờ cho học sinh, sinh viên thành hoạt động thường xuyên trong các cơ sở giáo dục phổ thông và cơ sở đào tạo. Đổi mới kiểm tra, đánh giá toàn diện công tác giáo dục thể chất đối với từng cấp học và trình độ đào tạo... Thành lập và tổ chức hoạt động câu lạc bộ thể dục, thể thao cho học sinh, sinh viên, động viên, khuyến khích học sinh, sinh viên tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa.

Có kế hoạch tăng cường cơ sở vật chất, dành quỹ đất xây dựng hệ thống sân tập, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện và từng bước đầu tư xây dựng nhà tập luyện đa năng, bể bơi, cho các cơ sở giáo dục phổ thông ở những nơi có điều kiện, phục vụ giáo dục thể chất và thể thao trường học. Tăng cường sự phối hợp, hỗ trợ của các cơ

sở tập luyện, thi đấu thể thao do ngành Thể dục, Thể thao quản lý phục vụ công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học tại địa phương.

Tiếp tục tổ chức đào tạo, bồi dưỡng bảo đảm đủ số lượng và chuẩn hóa đội ngũ giáo viên, giảng viên giáo dục thể chất tại các cơ sở giáo dục phổ thông, cơ sở giáo dục đại học, cao đẳng và trung cấp sư phạm; tăng cường năng lực, trách nhiệm đào tạo của các cơ sở giáo dục đại học tham gia đào tạo, bồi dưỡng giáo viên, giảng viên thể dục, thể thao.

Đẩy mạnh công tác xã hội hóa hoạt động thể thao trường học, triển khai hình thức đối tác công - tư trong đầu tư xây dựng các công trình phục vụ công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học. Tăng cường tham gia các hoạt động về giáo dục thể chất và phong trào thể thao của học sinh, sinh viên trong nước và quốc tế.

Đặc biệt đối với 2 trường (Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Trường Đại học Sư phạm TĐTT Thành phố Hồ Chí Minh) phải xây dựng chương trình bồi dưỡng giáo viên giáo dục thể chất và tiến hành tổ chức đổi mới nội dung chương trình đào tạo để đảm bảo tạo nguồn chuẩn đáp ứng chương trình mới; đồng thời thành lập viện nghiên cứu về giáo dục thể chất và thể thao trường học...

Có thể nói, đó là sự vận dụng hết sức sáng tạo những quan điểm, tư tưởng của Chủ tịch Hồ Chí Minh về giáo dục thể chất, nhất là khi mà hiện nay giáo dục thể chất và thể thao trường học tuy đang phát triển mạnh mẽ về số lượng, nhưng vẫn còn nhiều hạn chế, yếu kém về chất lượng và phương thức đào tạo, chưa theo kịp với yêu cầu mới của cách mạng. Công cuộc đổi mới đất nước, hội nhập quốc tế sâu rộng và trong thời kỳ văn minh nhân loại phát triển rất cao như hiện nay, tư tưởng của Chủ tịch Hồ Chí Minh về giáo dục thể chất và thể thao trường học cần phải được Đảng và Nhà nước, nhất là những người trực tiếp đang làm nhiệm vụ về công tác

giáo dục thể chất, cần tiếp tục quán triệt, nghiên cứu sâu rộng và vận dụng hiệu quả hơn nữa vào thực tiễn giáo dục, đào tạo nước nhà. Hơn lúc nào hết, đất nước ta đang đòi hỏi phải có cuộc cách mạng thật sự khoa học và triệt để về giáo dục, đào tạo, để "tái cấu trúc" một cách khoa học và tiên tiến nền giáo dục, đào tạo, nhằm "đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục, đào tạo", nâng cao chất lượng và tầm vóc đích thực của giáo dục, đào tạo, đặc biệt là coi trọng đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao - như Nghị quyết Hội nghị TƯ 8 (Khóa XI) và Nghị quyết Đại hội Đảng XII đã đặt ra.

3. Kết luận

Chủ tịch Hồ Chí Minh đã có công đào tạo nên nhiều thế hệ cách mạng Việt Nam, những lãnh tụ xuất sắc cho Đảng, nhằm giải phóng dân tộc, giải phóng giai cấp, giải phóng con người. Không chỉ vậy, chính Người đã khai sinh và đặt nền móng cho nền TĐTT nói chung cho giáo dục thể chất mới của Việt Nam.

Đó là nền giáo dục mang tính dân tộc, tính khoa học, tính dân chủ và đại chúng; bảo đảm cho mọi người đều được đi học, ai cũng được học hành, có quyền bình đẳng về giáo dục; đảm bảo cho sự phát

triển toàn diện những năng lực sẵn có của con người.

Ngày nay, công tác giáo dục, đào tạo nhằm phát huy nguồn lực con người vẫn là một nhân tố có ý nghĩa quyết định cho sự nghiệp xây dựng xã hội mới, sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa ở nước ta. Sự nghiệp giáo dục nói chung, giáo dục thể thể trẻ nói riêng đang đứng trước những điều kiện thuận lợi mới và những thách thức lớn. Vì thế, cần phải tiếp tục nghiên cứu, quán triệt sâu sắc những quan điểm của Hồ Chí Minh về giáo dục, để góp phần nâng cao chất lượng giáo dục, đào tạo ra cho đất nước những con người "vừa hồng vừa chuyên". Những phương pháp giáo dục con người toàn diện, phương châm giáo dục thiết thực, cụ thể của Thầy Nguyễn Ái Quốc - Nguyễn Tất Thành - Hồ Chí Minh về giáo dục và đào tạo con người Việt Nam hơn nửa thế kỷ qua vẫn còn nguyên giá trị, vẫn tỏa sáng tính cách mạng, tính nhân văn và tính dân tộc sâu sắc. Đẩy mạnh và phát triển toàn diện sự nghiệp giáo dục - đào tạo trong công cuộc đổi mới hôm nay là thực hiện tư tưởng của Người, nhanh chóng đưa nước ta "sánh vai với các cường quốc năm châu".

** Bí thư Đảng ủy - Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hồ Chí Minh Biên niên tiểu sử, tập 3, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 2006, tr.143, 190-191.
2. Văn kiện Đại hội Đảng, tập 1, Nxb Sự thật, Hà Nội, tr.77.
3. Hồ Chí Minh, Toàn tập, tập 4, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 1995, tr.212.
4. Hồ Chí Minh, Toàn tập, tập 5, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 1995, tr.308-309.
5. Hồ Chí Minh, Toàn tập, Tập 8, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội 2000, tr.263-264).

ĐẨY MẠNH CÔNG TÁC TUYÊN TRUYỀN NÂNG CAO NHẬN THỨC XÃ HỘI VỀ GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO TRƯỜNG HỌC

Nguyễn Minh Tư *
TS. Nguyễn Duy Quyết **

Tóm tắt: Giáo dục thể chất (GDTC) là một trong những nội dung quan trọng, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện trong nhà trường. Những năm qua, ngành Giáo dục đã có nhiều cải cách nhằm nâng cao chất lượng GDTC nhưng dường như xã hội vẫn chưa nhận thức rõ tầm quan trọng của môn học này. Vì thế cùng với việc đổi mới chương trình, nội dung về môn học GDTC và thể thao trường học, việc đẩy mạnh công tác tuyên truyền để thống nhất về nhận thức, tạo sự đồng thuận và huy động sự tham gia đánh giá, giám sát và phản biện của toàn xã hội đối với công cuộc đổi mới, phát triển GDTC và thể thao trường học đang đặt ra những yêu cầu, nhiệm vụ mới

Từ khóa: Giáo dục thể chất; thể thao trường học; tuyên truyền, truyền thông, cổ động.

Abstracts: Physical education (GDTC) is one of the important contents, contributing to the achievement of comprehensive educational goals in the school. Over the past years, the education sector has had many reforms to improve the quality of Physical Education but it seems that society has not yet realized the importance of this subject. Therefore, along with the renovation of the program, the content of the subject of Physical Education and School Sports, the promotion of propaganda to agree on awareness, consensus and mobilization of participation The price, supervision and criticism of the whole society for innovation, development of physical education and school sports

Keywords: Physical education, school sports, propaganda, the media, cheer.

1. Vai trò công tác tuyên truyền GDTC

Tuyên truyền là một trong những hoạt động quan trọng của công tác tư tưởng của Đảng, là động lực thúc đẩy sự nghiệp cách mạng của Đảng nhằm truyền bá chủ nghĩa Mác - Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh, đường lối, chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước tới cán bộ, đảng viên, và quần chúng nhân dân, tạo nên sự thống nhất và hành động trong toàn Đảng, sự đồng thuận trong xã hội, cổ vũ quần chúng thực hiện thắng lợi mục tiêu kinh tế - xã hội của Đảng đã đề ra.

Thời gian qua, công tác tuyên truyền giáo dục, đào tạo nói chung, về lĩnh vực GDTC nói riêng đã đạt được một số kết quả nhất định. Nội dung tuyên truyền đã thực hiện có trọng tâm, kịp thời, những chủ trương, chính sách, pháp luật của Đảng, Nhà nước về GDTC đến với người dân với hình thức thể hiện khá phong phú, bước đầu đã tạo được sự thay đổi nhận thức của xã hội về GDTC. Các địa

phương đã quan tâm, đầu tư nhiều hơn cho công tác truyền thông giáo dục để xã hội hiểu và chia sẻ về các chủ trương đổi mới của ngành. Kế hoạch truyền thông được xây dựng chuyên nghiệp, bài bản với sự tham gia của các vụ/cục thuộc Bộ, các sở, các cơ sở giáo dục và đặc biệt là các thầy giáo, cô giáo, cán bộ quản lý giáo dục các cấp. Chủ động cung cấp thông tin kịp thời, chính xác cho báo chí để định hướng dư luận, tạo niềm tin của xã hội về các hoạt động của Ngành. Đến nay, 100% các sở giáo dục và đào tạo đã thành lập được bộ phận hoặc cử cán bộ chuyên trách phụ trách về công tác truyền thông. Với các trường đại học, cao đẳng, nhiều trường đã thành lập phòng truyền thông, Trung tâm truyền thông... Đồng thời phối hợp với các cơ quan báo chí, phát thanh, truyền hình về các hoạt động của Ngành, các gương người tốt, việc tốt, các điển hình tiên tiến để lan tỏa, khích lệ các thầy cô giáo, các em học sinh; phối hợp với Ban Tuyên giáo của tỉnh báo cáo cung cấp

thông tin cho báo chí về các hoạt động đổi mới; tổ chức góp ý những chủ trương lớn của Ngành.

Tuy nhiên, sự chủ động trong xây dựng và triển khai Kế hoạch truyền thông chưa đồng đều trong toàn Ngành và ở các địa phương; công tác phối hợp với các cơ quan báo chí vẫn chưa thật hiệu quả; công tác xử lý thông tin phản hồi chưa kịp thời; vai trò của bộ phận truyền thông tại các địa phương và các cơ sở giáo dục chưa thể hiện rõ nét.

Nhìn một cách tổng thể thì vị trí, vai trò và hình ảnh của GDTC và thể thao trường học của chúng ta chưa được truyền tải một cách đầy đủ, hiệu quả đến các chủ thể liên quan trong xã hội. Còn nhiều người dân, doanh nghiệp, thậm chí cả cơ quan Nhà nước thiếu thông tin về chính sách, về những đổi mới trong GDTC và thể thao trường học nên, chưa thực sự quan tâm, tin tưởng vào GDTC và thể thao trường học.

Việc chọn trường, chọn nghề, tư vấn nghề nghiệp tương lai còn khó khăn do thông tin không đầy đủ. Nhiều mô hình đào tạo hiệu quả, chất lượng cao, nhiều gương điển hình tiên tiến trong GDTC và thể thao trường học chưa được biết đến một cách rộng rãi trong xã hội...

2. Đề xuất đẩy mạnh công tác tuyên truyền về GDTC và thể thao trường học

Chúng ta biết rằng, truyền thông có sức mạnh vô hình, "sức mạnh" của truyền thông được coi là "quyền lực thứ tư", thậm chí cao hơn bởi sức ảnh hưởng tới nhận thức xã hội, tạo dư luận xã hội, định hướng dư luận xã hội của nó. Chính vì vậy, việc làm chủ và khai thác hiệu quả "sức mạnh" truyền thông là giải pháp quan trọng để các chủ thể hướng tới mục tiêu của mình.

Một trong những bài học kinh nghiệm rút ra từ các quốc gia có GDTC, hoạt động thể thao trường học phát triển là công tác truyền thông, quảng bá hình ảnh về GDTC, hoạt động thể thao trường học rất

được coi trọng nhằm thay đổi nhận thức xã hội, tạo sức hút, sức hấp dẫn của hệ thống GDTC, hoạt động thể thao trường học đối với người dân, doanh nghiệp và xã hội.

Để đổi mới và nâng cao chất lượng GDTC và thể thao trường học, bên cạnh những giải pháp nhằm tăng cường năng lực để tạo dựng hình ảnh về một hệ thống GDTC và thể thao trường học hoạt động hiệu quả và đáng tin cậy, những người làm công tác GDTC và thể thao trường học vẫn đang nỗ lực để nâng cao hiệu quả công tác truyền thông về GDTC và thể thao trường học, coi đây là một trong những giải pháp quan trọng để thu hút sự quan tâm, tạo cơ hội tiếp cận hệ thống GDTC và thể thao trường học một cách thuận lợi, dễ dàng đối với người học, doanh nghiệp và xã hội.

Từ kinh nghiệm quốc tế và thực tiễn triển khai công tác truyền thông GDTC và thể thao trường học ở Việt Nam thời gian qua cho thấy, về lâu dài cần nghiên cứu và đưa ra một chiến lược truyền thông về GDTC và thể thao trường học đồng bộ với yêu cầu phát triển GDTC và thể thao trường học trong từng thời kỳ. Chiến lược này cần được xây dựng dựa trên cách tiếp cận hệ thống với đầy đủ những nghiên cứu về thực trạng, bối cảnh, yêu cầu, mục tiêu, giải pháp; trong đó cũng cần xác định rõ về đối tượng truyền thông, không chỉ là người học (ở các độ tuổi và thành phần khác nhau) mà còn cả người sử dụng lao động, trường học, cộng đồng, doanh nghiệp, cơ sở đào tạo nghề và tổ chức, cá nhân khác liên quan; từ đó có thông điệp và lựa chọn phương pháp truyền thông phù hợp, không chỉ là báo giấy, báo mạng, báo hình mà cả các kênh truyền thông xã hội, các diễn đàn, hội nghị, hội thảo; bên cạnh cung cấp thông tin về hệ thống GDTC và thể thao trường học, rất cần các hình thức tôn vinh phù hợp cho người học, người dạy và doanh nghiệp có nhiều đóng góp cho GDTC và thể thao trường học ...

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN

Trước mắt, bên cạnh những giải pháp đang triển khai, cần tập trung làm tốt một số công việc để nâng cao hiệu quả của công tác tuyên truyền GDTC và thể thao trường học, cụ thể:

2.1. Về hình thức tuyên truyền, cổ động

a) Tuyên truyền:

(1) Tuyên truyền miệng: là một hình thức đặc biệt của tuyên truyền, được tiến hành thông qua sự giao tiếp trực tiếp giữa người tuyên truyền với đối tượng tuyên truyền, chủ yếu bằng lời nói trực tiếp. Tuyên truyền miệng được thực hiện chủ yếu thông qua các hình thức như nói chuyện thời sự, tọa đàm, hội thảo, kể chuyện gương người tốt, việc tốt...

(2) Tuyên truyền thông qua các ấn phẩm viết như sách, báo, bản tin, khẩu hiệu, biểu ngữ.

(3) Tuyên truyền qua nghe, nhìn như: phát thanh, truyền hình, phim ảnh, triển lãm, tham quan...

(4) Tuyên truyền bằng các hoạt động văn hóa, nghệ thuật, thông qua các hoạt động của ngành văn hóa, nghệ thuật...

(5) Tuyên truyền tổng hợp: kết hợp cổ động, tuyên truyền miệng, phim ảnh, thơ ca...

b) Cổ động:

(1) Cổ động miệng qua hệ thống phát thanh, truyền thanh...

(2) Cổ động bằng panô, áp phích, các khẩu hiệu.

(3) Cổ động bằng các phương tiện thông tin đại chúng.

(4) Cổ động bằng tuần hành, mít tinh...

2.2. Nguyên tắc cơ bản của công tác tuyên truyền, cổ động

a) Tính Đảng:

Việc xem xét lý giải mọi hiện tượng, sự kiện của GDTC và thể thao trường học đều phải dựa trên lập trường quan điểm của Đảng, vì lợi ích của giai cấp công nhân, nhân dân lao động và dân tộc Việt Nam.

b) Tính khoa học, thực tiễn:

Công tác tuyên truyền, cổ động phải phân tích đánh giá tìm ra mối liên hệ giữa các hiện tượng và lý giải đúng bản chất sự việc, hiện tượng trên cơ sở khoa học. Công tác tuyên truyền, cổ động phải gắn với thực tiễn, tham gia giải quyết các vấn đề thực tiễn đặt ra.

c) Tính chân thực:

Thông tin một cách đúng đắn, khách quan những kết quả thực tiễn, cả thành tựu và thiếu sót, thắng lợi và sai lầm. Phân tích, phản ánh sự vật và hiện tượng đúng bản chất của nó; những lúc khó khăn cần nói rõ cho dân biết, giải thích rõ bản chất của những khó khăn đó, chỉ ra nguyên nhân và cách khắc phục.

d) Tính chiến đấu:

Trước mỗi sự kiện, hiện tượng cần phân biệt đúng - sai, phải - trái, biểu dương hoặc phê phán kịp thời. Kiên quyết phê phán các luận điệu tuyên truyền phản động, phản khoa học, trái với quan điểm, đường lối của Đảng.

e) Tính phổ thông đại chúng:

Nội dung tuyên truyền phải gắn chặt với cuộc sống thực tiễn phong phú của đại đa số quần chúng nhân dân. Cách nói, cách làm trong tuyên truyền phải bám sát từng đối tượng để có phương pháp phù hợp.

2.3. Phương châm công tác tuyên truyền, cổ động

- Bám sát nhiệm vụ chính trị của Đảng, phát huy tinh thần cách mạng của các tầng lớp nhân dân.

- Tuyên truyền, cổ động phải kịp thời, nhạy bén, nội dung chính xác, có tính chiến đấu cao.

- Kết hợp tuyên truyền, cổ động nâng cao nhận thức tư tưởng với hướng dẫn hành động và cổ vũ phong trào.

- Kết hợp giữa biểu dương và phê phán.

- Tuyên truyền, cổ động phải cụ thể, thiết thực, sinh động.

- Phối hợp tốt các mặt hoạt động của công tác tuyên truyền, cổ động.

2.4. Nội dung trọng tâm tuyên truyền, cổ động

- Tuyên truyền về quan điểm, đường lối, chủ trương của Đảng, chính sách pháp luật của Nhà nước về phát triển GDTC và thể thao trường học. Trọng tâm theo tinh thần: Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 Hội nghị lần thứ tám Ban Chấp hành Trung ương khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế; Luật thể dục, thể thao ngày 29/11/2006; Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14/01/2013 của Chính phủ ban hành chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020; Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 của Chính phủ quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường; Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030"; Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao học đường giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2025, ban hành kèm theo Quyết định số 1076/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ. Nghị quyết số 44/NQ-CP ngày 09/6/2014 của Chính phủ.

- Hoàn thiện kế hoạch về tuyên truyền cho giai đoạn trung hạn 2018 - 2020, trong đó xác định rõ những mục tiêu, giải pháp và lộ trình; đưa ra những thông điệp truyền thông phù hợp để thống nhất về nhận thức, tạo sự đồng thuận và huy động sự tham gia đánh giá, giám sát và phản biện của toàn xã hội đối với công cuộc đổi mới, phát triển GDTC và thể thao trường học. Đặc biệt, chú ý những mốc thời gian cần đẩy mạnh truyền thông gắn với tuyên sinh, tư vấn hướng nghiệp; các cơ quan

liên quan cần phối hợp chặt chẽ để thông tin được cung cấp chính xác, thông suốt và kịp thời.

- Nâng cao nhận thức cho các cơ quan liên quan, đặc biệt là cơ quan quản lý Nhà nước về GDTC và thể thao trường học, các Sở Giáo dục và Đào tạo, các cơ sở đào tạo GDTC về công tác truyền thông GDTC, hoạt động thể thao trường học. Truyền thông luôn phải đi trước một bước để đưa thông tin tới xã hội, định hướng dư luận, nghe phản biện... và từ đó đề có những giải pháp phù hợp cho phát triển GDTC, hoạt động thể thao trường học. Những minh chứng cụ thể như đào tạo gắn với doanh nghiệp, đào tạo gắn với việc làm, thu nhập...; hay các cơ sở đào tạo giáo viên GDTC đang trong quá trình đổi mới, nâng cao chất lượng; rồi các mô hình, cá nhân lập nghiệp thành công từ các cơ sở đào tạo giáo viên GDTC... nhằm giúp xã hội và mỗi cá nhân có cái nhìn đầy đủ hơn, khách quan hơn về GDTC, từ đó làm thay đổi nhận thức về GDTC. Chúng ta không thể tuyên sinh tốt, nếu không đẩy mạnh truyền thông về một hệ thống GDTC với nhiều lợi ích, giá trị đích thực; cung cấp kịp thời và đầy đủ thông tin về GDTC cho người dân, xã hội và doanh nghiệp.

- Tăng cường năng lực cho bộ phận quản lý công tác truyền thông ở các cơ quan, cơ sở đào tạo giáo viên GDTC thông qua hội thảo, tập huấn, tạo cơ hội trao đổi kinh nghiệm lẫn nhau. Mỗi cơ sở đào tạo giáo viên GDTC phải ưu tiên nguồn lực, kể cả con người và tài chính để làm tốt công tác truyền thông GDTC.

- Tuyên truyền về những thành tựu về GDTC và thể thao trường học, tiềm năng phát triển của GDTC và thể thao trường học; những thuận lợi và khó khăn, những bài học kinh nghiệm trong việc tổ chức thực hiện các nhiệm vụ trong từng thời kỳ.

- Tuyên truyền, phổ biến kiến thức mới, quy trình công nghệ mới trong GDTC và thể thao trường học.

- Tuyên truyền, giáo dục về người tốt, việc tốt và các điển hình tiên tiến, thúc đẩy phong trào thi đua...

Chủ tịch Hồ Chí Minh đã từng chỉ rõ "đem một việc gì nói cho dân hiểu, dân nhớ, dân theo, dân làm. Nếu không đạt được mục đích đó là tuyên truyền thất bại". Qua câu nói của Chủ tịch Hồ Chí Minh và với thực tiễn xã hội hôm nay, chúng ta có thể thấy rõ vai trò của truyền thông đối với đời sống xã hội nói chung, GDTC và thể thao trường học nói riêng.

3. Kết luận

Tuyên truyền là phương tiện quan trọng đối với tất cả mọi lĩnh vực. Thực tiễn cách mạng Việt Nam trong hơn 80 năm qua đã khẳng định hoạt động tuyên truyền của toàn Đảng đã góp phần quan trọng tạo nên các phong trào cách mạng, góp phần lập nên những chiến thắng. Trong công cuộc xây dựng và bảo vệ Tổ quốc hiện nay thì, công tác tuyên truyền lại càng có ý nghĩa quan trọng hơn. Đối với lĩnh vực GDTC cũng nằm trong chính sách đó.

Đây là công cụ để định hướng tư tưởng, hướng dẫn suy nghĩ và hành động của toàn xã hội đối với GDTC và thể thao trường học. Cùng cố niềm tin, giáo dục lý luận, đạo đức lối sống, lễ sống, góp phần quan trọng xây dựng nền văn hóa mới, con người mới xã hội chủ nghĩa. Góp phần tăng cường xây dựng khối đoàn kết thống nhất, tăng cường sự đồng thuận trong xã hội... trong đó, mục tiêu hướng tới chính là nâng cao chất lượng, hiệu quả GDTC và thể thao trường học nhằm tăng cường sức khỏe, phát triển thể lực toàn diện, trang bị kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản và hình thành thói quen tập luyện TDTT thường xuyên cho trẻ em, học sinh, sinh viên; gắn GDTC, thể thao trường học với giáo dục ý chí, đạo đức, lối sống, kỹ năng sống. Đồng thời, đáp ứng nhu cầu vui chơi giải trí, lành mạnh cho trẻ em, học sinh, sinh viên, qua đó góp phần phát hiện đào tạo năng khiếu và tài năng TDTT cho đất nước trong những năm tiếp theo.

(*) Trưởng phòng Truyền thông, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

() Bí thư Đảng ủy - Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội**

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 Hội nghị lần thứ tám Ban Chấp hành Trung ương khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.
2. Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14/01/2013 của Chính phủ ban hành chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020;
3. Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 của Chính phủ quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường;
4. Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030";
5. Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao học đường giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2025, ban hành kèm theo Quyết định số 1076/QĐ-TTg của Thủ tướng Chính phủ.

MÔN THỂ THAO TỰ CHỌN VÀ NHỮNG ĐỔI MỚI NỘI DUNG, HÌNH THỨC TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG THỂ THAO TRONG TRƯỜNG PHỔ THÔNG

TS. Nguyễn Duy Quyết *

Tóm tắt: Sáng 22/8/2018, tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, Bộ Giáo dục và Đào tạo tổ chức hội thảo Định hướng xây dựng chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo viên giáo dục thể chất đáp ứng yêu cầu đổi mới chương trình và sách giáo khoa mới. Tại hội thảo, các đại biểu đã tham luận, thảo luận về thực trạng dạy học môn giáo dục thể chất (GDTC), tổ chức hoạt động thể thao trong nhà trường hiện nay tại địa phương, định hướng xây dựng chương trình đào tạo, bồi dưỡng GDTC đáp ứng đổi mới chương trình và SGK mới với nhiều thông tin mới. Ban biên tập Bản tin xin đăng lại Bài tham luận của TS. Nguyễn Duy Quyết với tựa đề "Môn thể thao tự chọn và những nội dung, hình thức tổ chức hoạt động thể thao trong trường học".

Từ khóa: định hướng xây dựng chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo dục thể chất đáp ứng đổi mới chương trình và sách giáo khoa mới

Abstracts: *On the morning of August 22, 2018 at Hanoi University of Physical Education and Sports, The Ministry of Education and Training organizes a seminar on Orientation to develop training and retraining programs for physical education teachers to meet the requirements of new program and textbook renewal. At the workshop, participants discussed and discussed the current status of teaching physical education (GDTC), organized sports activities in schools at the locality at present, oriented to develop training programs, fostering education and training to respond to new programs and textbooks with new information. The editorial board of the Newsletter would like to republish the paper of TS. Nguyen Duy Quyet entitled "Self-selected sport and the content and form of organizing sports activities in schools"*

Keywords: *orientation to develop training programs, fostering physical education to meet new*

I. Những yêu cầu đối với giáo viên GDTC (Thể dục) triển khai thực hiện chương trình Giáo dục thể chất

1. Nắm chắc mục tiêu Chương trình môn học GDTC: Trên cơ sở phát triển các năng lực chung, năng lực vận động cốt lõi và chuyên biệt trong đó trang bị kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản và hình thành thói quen tập luyện thể dục, thể thao thường xuyên kết hợp với giáo dục ý chí, đạo đức, lối sống lành mạnh, đáp ứng nhu cầu vui chơi, giải trí cho học sinh, đồng thời góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu và tài năng thể thao, góp phần đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao, phục vụ sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước theo định hướng xã hội chủ nghĩa.

2. Nắm chắc chương trình môn học GDTC, thực hiện được kỹ thuật động tác một cách cơ bản các nội dung của chương

trình, biết lựa chọn bài tập thể dục thể thao phù hợp với đặc điểm thể chất, tâm sinh lý, lứa tuổi học sinh và điều kiện cụ thể của nhà trường.

3. Nắm chắc hệ thống phương pháp chuyên biệt và đặc thù của môn học GDTC, kỹ năng vận dụng phương pháp trong quá trình dạy học một cách linh hoạt, sáng tạo và hiệu quả, nhằm giúp học sinh thực hiện được năng lực vận động, năng lực tư duy độc lập, sáng tạo, nắm chắc được các yêu cầu cơ bản của kỹ năng, kỹ xảo vận động cơ bản và biết áp dụng một cách thích hợp trong quá trình GDTC.

Có kỹ năng tổ chức dạy học, giáo dục phát triển thể chất cho học sinh dưới nhiều hình thức đa dạng, tích hợp nhiều hoạt động theo hướng phân loại sức khỏe thể lực và kỹ năng vận động của học sinh "Phát huy tính tích cực trong học tập, rèn

luyện của học sinh" nhằm tạo cho học sinh sự hứng thú, yêu thích vận động.

4. Có kỹ năng tổ chức các hoạt động vận động, tập luyện và thi đấu thể dục, thể thao phù hợp, các câu lạc bộ sở thích, trên cơ sở sự hứng thú, phát huy tính tự giác, khả năng tự học, tự rèn luyện của học sinh.

5. Nắm chắc phương pháp kiểm tra, đánh giá môn học GDTC và rèn luyện của học sinh, nhằm động viên khuyến khích học sinh tự giác phân đấu và phát huy được năng lực tự học và hứng thú học tập của học sinh.

- Đánh giá về nhận thức hiểu biết của học sinh.

- Đánh giá về sự tiến bộ, kết quả học tập rèn luyện (*trong đó có năng lực, thể lực: sức nhanh, sức mạnh, sức bền... và phối hợp vận động của học sinh*).

6. Xóa mù bơi và triển khai phổ cập các bài võ cổ truyền cho giáo viên GDTC (thể dục), trang bị về kiến thức kỹ năng trong trường học các cấp.

7. Trang bị kiến thức, kỹ năng phòng, chống đuối nước cho đội ngũ giáo viên GDTC trong trường học các cấp.

8. Tiến tới xóa mù bơi cho học sinh Tiểu học.

II. Nội dung

1. Cách triển khai thực hiện các môn thể thao tự chọn trong chương trình GDTC theo hướng hoạt động câu lạc bộ thể thao trường học.

Khái niệm CLB TDTT:

Khái niệm CLB TDTT: Là tổ chức xã hội bao gồm một tập hợp số người nhất định trên cơ sở tự nguyện, tự giác và ham thích hoạt động TDTT. Hoạt động này trước hết phục vụ trực tiếp về đời sống tinh thần cũng như vật chất cho cá nhân người tham gia, đồng thời còn phục vụ cho xã hội. Nguyên tắc tổ chức hoạt động của CLB là tự nguyện tự giác, mục đích chính của người đến tham gia CLB là để trao đổi, rèn luyện, học tập, nâng cao trình độ chuyên môn. Trong CLB TDTT, mọi

người được lựa chọn các môn thể thao ưa thích để tập luyện và được hướng dẫn, tổ chức hoạt động theo những quy định chung mà CLB đề ra theo nguyên tắc tập trung dân chủ.

+ **Cách triển khai thực hiện các môn thể thao tự chọn trong chương trình GDTC theo hướng hoạt động CLB thể thao trường học:** Mục tiêu đó là tăng cường hoạt động ngoại khóa TDTT nhằm đưa công tác GDTC ngày càng phát triển về số lượng cũng như chất lượng, thu hút ngày càng đông đảo học sinh, tập luyện TDTT, tạo điều kiện tốt nhất để phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao, thực hiện tốt mục tiêu đào tạo con người phát triển toàn diện. Nhiệm vụ là củng cố và hoàn thiện các bài tập nội khóa, trang bị ngày càng phong phú vốn kỹ năng, kỹ xảo vận động cần thiết cho nhu cầu sinh hoạt, học tập, trang bị kiến thức tập luyện các môn thể thao ưa thích, hình thành và hoàn thiện nhân cách cho học sinh.

Để triển khai thực hiện được các môn thể thao tự chọn trong chương trình giáo dục thể chất theo định hướng hoạt động câu lạc bộ thể thao trường học, đối với người giáo viên cần căn cứ vào các điều kiện sau:

+ **Cần xác định được nhu cầu và định hướng các môn thể thao tự chọn của học sinh:** Về phía học sinh, việc tự chọn các môn thể thao khi tham gia học tập giúp các em hứng thú, nâng cao sự tự giác, tích cực trong tập luyện. Đặc biệt đối với các giờ học nội khóa sẽ giúp khắc phục được cảm giác một số em bị ép học như một số nội dung trong chương trình hiện hành, biến giờ học thể dục như một cực hình đối với các em.

Ví dụ, như nội dung đá cầu ở chương trình thể dục THPT hiện hành, theo tôi có hơn 80% học sinh nữ không thích học. Hay tương tự như thế, các em nam lại ngại môn thể dục nhịp điệu, ngay cả các em nữ cũng chán khi mà điều kiện sử dụng nhạc để thực hiện nội dung rất hạn chế, làm cho

việc tập luyện thể dục nhịp điệu không khác giờ học thể dục phát triển chung, rất nhằm chán.

Các môn cơ bản như điền kinh, hay các môn mang tính đối kháng cao như: cầu lông, bóng chuyền, bóng đá... thì ở mỗi giờ học cũng có một số lượng không nhỏ học sinh không thích. Điều này, dẫn đến bộ môn không đạt hiệu quả, không đạt mục tiêu là rèn luyện sức khỏe, thậm chí mang đến tâm lý sợ tập thể dục.

Bên cạnh đó, việc được chọn nội dung theo sở thích làm cho chất lượng tiếp thu kiến thức và vận dụng những kỹ năng, kỹ xảo vận động tốt hơn. Từ đó, giúp việc triển khai kiểm tra đánh giá thuận lợi hơn với những kết quả thành tích đạt được ngày càng được nâng cao. Việc phân luồng theo năng khiếu khi chọn nội dung học cũng giúp cho việc tuyển chọn cho đội tuyển thể thao của nhà trường được dễ dàng hơn. Những cá nhân nổi bật, sẽ được giáo viên bộ môn phụ trách phát hiện ngay từ đầu và huấn luyện theo môn cũng thuận tiện, góp phần nâng cao chất lượng thể thao học đường.

Tuy nhiên, việc cho tự chọn nội dung học có thể dẫn đến tình trạng các em sẽ chọn những nhóm môn không phù hợp cho việc phát triển toàn diện về hình thể và tố chất.

Ví dụ, như học sinh chọn nhóm môn thể thao sử dụng chân là chủ yếu thì khó cho việc phát triển đều đặn hai tay, hay chọn nhóm nội dung rèn luyện tốc độ, sức nhanh thì không giúp phát triển sức bật, sức mạnh, sức bền...

Vì vậy, ngoài việc định hướng tư vấn của nhà trường, của tổ chuyên môn thì khi thiết kế nội dung chương trình cụ thể thì cần cho các em được chọn theo nhóm phân môn.

+ Cần căn cứ vào đội ngũ giáo viên: Khi tổ chức thực hiện các môn thể thao tự chọn cho học sinh, về phía giáo viên, khi thực hiện giảng dạy sẽ được chuyên sâu hơn, thuận lợi trong việc nghiên cứu nâng

cao tay nghề. Nhưng, có thể phát sinh tình trạng để đáp ứng nhu cầu chọn lựa của học sinh thì giáo viên phải đảm nhiệm những nội dung không phải sở trường, điều này làm hạn chế hiệu quả giảng dạy.

Như vậy, cơ quan quản lý giáo dục cần tăng cường liên kết và tạo điều kiện cho các giáo viên tham dự các khóa đào tạo, bồi dưỡng chuyên sâu các môn thể thao đồng thời xây dựng nhiều hệ thống tài liệu chuyên môn cung cấp cho giáo viên, giúp giáo viên có điều kiện tốt nghiên cứu phục vụ công tác giảng dạy.

Việc tổ chức lớp học có thể gặp khó khăn, khi mà có những nội dung nhiều em học sinh yêu thích nhưng cũng có những môn ít học sinh tham gia.

Vì thế, mỗi trường cần tính toán quyết định những nội dung cho học sinh chọn lựa ở mức tự chủ nhất định trong điều kiện cho phép. Chú ý phát triển phong trào và các môn thể thao thể mạnh của địa phương và theo đặc thù của vùng miền.

+ Cần căn cứ vào điều kiện cơ sở vật chất: Việc tổ chức triển khai thực hiện các môn thể thao tự chọn trong chương trình giáo dục thể chất theo hướng hoạt động CLB thể thao trường học cho học sinh, giúp cho các địa phương, các trường có thể thực hiện một cách linh hoạt, sáng tạo, phù hợp với đặc điểm văn hóa, yêu cầu giáo dục, điều kiện thực tế về cơ sở vật chất cũng như sức khỏe của học sinh.

Như vậy, muốn thu hút ngày càng đông đảo học sinh tích cực tham gia tập luyện thể thao trong chính khóa và tham gia các CLB TDTT, trước hết phải tạo điều kiện cơ sở vật chất như sân bãi, phòng tập, trang thiết bị, dụng cụ tương đối đầy đủ và tương xứng với những nhận thức sâu sắc của học sinh về lợi ích TDTT; phải làm cho học sinh nghĩ rằng việc tập luyện của họ được tổ chức nghiêm túc, chu đáo và khoa học. Đây cũng là nhân tố hấp dẫn, thu hút học sinh tham gia tập luyện, từ đó đòi hỏi phải tăng cường đồng bộ về cơ sở vật chất, sân chơi

bãi tập. Các trường phải chủ động hơn trong việc trang bị cơ sở vật chất không chỉ từ nguồn cung cấp của cấp trên mà còn tranh thủ các nguồn khác. Từ đó cơ sở vật chất sẽ được đầy đủ hơn giúp cho việc tham gia tập luyện ngoài giờ của học sinh thường xuyên hơn. Tuy nhiên, để có thể duy trì chất lượng các công trình tập luyện thì cần nhiều nguồn lực, nên đề xuất có cơ chế thoả đáng để cơ sở giáo dục khai thác hiệu quả các công trình đồng thời có nguồn thu phục vụ công tác bảo trì bảo dưỡng.

Cần cứ vào các hoạt động thi đấu thể thao học đường: Cần căn cứ vào số lượng các giải thi đấu và số lượng các môn thể thao thi đấu để các trường phổ thông có kế hoạch đầu tư và định hướng trong công tác tự chọn các môn thể thao tự chọn. trong đó cần tăng cường hoạt động thi đấu giao hữu giữa các lớp, các khối... Chỉ với một Hội khỏe Phù Đổng với định kỳ 4 năm cấp toàn quốc và 2 năm cấp huyện thì như vậy là chưa đủ. Thành phần tham gia thi đấu đối với các trường khi lựa chọn đội tuyển cũng phải thực chất là những VĐV học sinh nghiệp dư. Từ đó, mới kích thích học sinh tham gia tập luyện TDTT.

2. "Đổi mới nội dung và hình thức tổ chức phong trào thể thao trường học (HKPD), hoạt động thi đấu thể thao cho học sinh trong trường phổ thông"

Chúng ta đều biết, trẻ em liên tục phát triển về thể chất và tinh cảm, các em đặc biệt bị ảnh hưởng bởi các lợi ích của hoạt động - và ngược lại, những ảnh hưởng tiêu cực của việc không hoạt động. Chương trình GDTC, TDTT trong trường học trực tiếp đem lại lợi ích cho sức khỏe thể chất của học sinh, chống lại chứng béo phì, làm giảm nguy cơ mắc bệnh tiểu đường, bệnh tim, hen suyễn, rối loạn giấc ngủ và các bệnh khác.

Nâng cao chất lượng, hiệu quả GDTC và thể thao trường học nhằm tăng cường sức khỏe, phát triển thể lực toàn diện, trang bị kiến thức, kỹ năng vận động cơ

bản và hình thành thói quen tập luyện TDTT thường xuyên cho trẻ em, học sinh, sinh viên; gắn GDTC, thể thao trường học với giáo dục ý chí, đạo đức, lối sống, kỹ năng sống.

Thời gian qua, được sự quan tâm chỉ đạo và đầu tư của Chính phủ và chính quyền các địa phương, sự cố gắng chung của các ngành GD-ĐT và ngành TDTT, công tác GDTC và thể thao trong nhà trường đã có bước phát triển đáng khích lệ, góp phần tích cực vào thành tích chung trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo, nâng cao thể trạng, tâm vóc của người Việt Nam.

Tuy nhiên, bên cạnh những thành tích đã đạt được thì nhìn chung, công tác GDTC còn nhiều hạn chế và yếu kém: chất lượng thấp, hiệu quả giáo dục chưa cao, chưa đáp ứng với yêu cầu hiện tại. Đội ngũ giáo viên còn thiếu và yếu về chuyên môn, cơ sở vật chất còn nghèo nàn, chương trình, giáo trình phương pháp giảng dạy, công tác quản lý chậm đổi mới, thành tích của nhiều môn thể thao quá thấp so với khu vực và trên thế giới, chất lượng công tác GDTC trường học còn thấp chưa đáp ứng được nhu cầu của đất nước trong giai đoạn hiện mới.

Cấp ủy Đảng chính quyền các cấp chưa quan tâm lãnh đạo, chỉ đạo và đầu tư cho công tác GDTC, ngành GD-ĐT và ngành TDTT cũng chưa có những giải pháp tích cực và hiệu quả để phát triển TDTT trường học; đội ngũ cán bộ giáo viên thể thao nhất là giáo viên, huấn luyện viên, chuyên viên còn thiếu và yếu, cơ sở vật chất còn thiếu và lạc hậu, đời sống cán bộ, giáo viên còn thấp. Tổ chức bộ máy quản lý nhà nước về công tác GDTC từ Trung ương đến địa phương chưa được thống nhất.

Hiện nay, công tác TDTT trong trường học đang đứng trước những thách thức to lớn.

Một là, nước ta có trên 24 triệu học sinh (chiếm gần 1/4 dân số), tuy nhiên, tỷ

lệ trẻ em dưới 5 tuổi bị suy dinh dưỡng còn cao (17,5%); tỷ lệ trẻ em béo phì ngày một gia tăng; thể hình và thể lực của trẻ em nước ta còn thua kém trẻ em nhiều nước, trình độ phát triển của các tổ chức thể lực quan trọng như: sức bền, sức nhanh, sự khéo léo còn thấp, tốc độ phát triển còn chậm, nhất là trẻ em ở độ tuổi học sinh trung học phổ thông.

Hai là, phong trào TDTT trong trường học còn hạn chế. Công tác GDTC cho học sinh trong và ngoài giờ học chưa được quan tâm đúng mức, còn kém chất lượng và hiệu quả; thiếu sân bãi, phương tiện cho việc dạy và học TDTT; thiếu các tụ điểm để thanh thiếu niên vui chơi và rèn luyện thể chất, đặc biệt ở các khu vực nông thôn, miền núi, vùng cao, vùng xa. Những khó khăn, yếu kém trong lĩnh vực TDTT trường học đã tồn tại trong nhiều năm, là một trong những nguyên nhân chính làm hạn chế sức khỏe thể chất của trẻ em nước ta. Vấn đề này đã được nêu trong nhiều Chỉ thị, nghị quyết của Đảng nhưng còn chậm khắc phục.

Ba là, nhiều cấp ủy Đảng, chính quyền chưa nhận thức đầy đủ vị trí, tầm quan trọng của công tác GDTC cho trẻ em trong việc chuẩn bị nguồn nhân lực để thực hiện công nghiệp hoá, hiện đại hoá nên chưa tạo điều kiện cho trẻ em có điều kiện vui chơi và rèn luyện thân thể để nâng cao sức khỏe và thể lực. Mặt khác, chưa có biện pháp thích hợp để huy động tiềm năng của xã hội và gia đình tham gia chăm sóc sức khỏe thể chất cho trẻ em.

Hiện nay, GDTC trong trường học bao gồm 4 nội dung lớn đó là:

- Thực hiện giờ thể dục nội khóa tối thiểu 2 tiết/tuần theo chương trình quy định.

- Tổ chức tập luyện ngoại khóa theo câu lạc bộ thể thao tự chọn trong trường học.

- Tổ chức tập luyện và kiểm tra theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi mỗi năm 1 lần.

- Ổn định hệ thống thi đấu thể thao của học sinh, sinh viên theo chu kỳ năm và nhiều năm. Hệ thống thi đấu thể thao của học sinh, sinh viên hằng năm có các cuộc thi học sinh giỏi TDTT; Hội khỏe Phù Đổng, Đại hội TDTT sinh viên, Hội thi văn hóa - thể thao các trường phổ thông dân tộc nội trú và Hội thi Nghiệp vụ sư phạm - TDTT các trường sư phạm. Qua đây, chúng ta có thể nhận thấy, đối với học sinh phổ thông, hoạt động thi đấu thể thao tiêu biểu đặc trưng nhất là Hội khỏe Phù Đổng. Hội khỏe Phù Đổng (viết tắt HKPD) là Đại hội Thể dục thể thao (TDTT) học sinh phổ thông nhằm:

+ Tiếp tục duy trì và đẩy mạnh cuộc vận động "Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại", thường xuyên tập luyện và thi đấu các môn thể thao trong học sinh phổ thông để nâng cao sức khỏe, phát triển thể chất góp phần giáo dục toàn diện cho học sinh;

+ Góp phần thực hiện mục tiêu Nghị quyết số 29 - NQ/TW ngày 04 tháng 11 năm 2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng (khóa XI) về "Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế";

+ Tổng kết, đánh giá công tác GDTC và hoạt động thể thao trong trường phổ thông;

+ Phát hiện năng khiếu và những tài năng thể thao của học sinh phổ thông nhằm bồi dưỡng đào tạo tài năng thể thao cho đất nước. Hoạt động HKPD là một trong những phương tiện hữu hiệu trong việc phát triển sức khỏe, trong giáo dục đạo đức, nhân cách, trong giải trí, trong giao lưu văn hóa xã hội cho thế hệ thanh - thiếu niên. Làm phong phú thêm đời sống văn hóa, tinh thần, góp phần đẩy lùi các tệ nạn xã hội ra khỏi trường học. HKPD còn có một chức năng lớn, đó là cầu nối giữa các trường, giữa các huyện và tỉnh thành gần nhau hơn.

Để triển khai tổ chức tốt HKPD, cần đảm bảo các yêu cầu sau:

- Giám đốc các sở giáo dục và đào tạo phổ biến quán triệt mục đích, ý nghĩa của HKPD đến toàn thể cán bộ, giáo viên và học sinh trong toàn tỉnh (hoặc thành phố trực thuộc Trung ương) và chỉ đạo tổ chức HKPD các cấp theo quy định của Điều lệ với mục tiêu: Vận động đông đảo học sinh tham gia rèn luyện thể lực, tăng cường sức khỏe đáp ứng nhiệm vụ học tập và giáo dục toàn diện cho học sinh.

- Tăng cường cơ sở vật chất, sân tập, nhà tập và các trang thiết bị dụng cụ để phục vụ cho việc dạy và học môn thể dục, tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa và thi đấu thể thao trong trường học;

- Tổ chức các lớp bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ trọng tài cho CBGV, cán bộ phụ trách công tác GDTC, thể thao trường học;

- Tăng cường công tác kiểm tra chặt chẽ về nhân sự, không để VĐV chuyên nghiệp tham gia thi đấu ở các giải học sinh nghiệp dư, để khuyến khích phong trào cơ sở, nhằm tránh bệnh hình thức và thành tích;

- Duy trì tổ chức HKPD từ cấp trường theo chu kỳ 1 năm/lần; cấp quận, huyện, thị xã, thành phố trực thuộc tỉnh (gọi chung là cấp huyện) và tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương (gọi chung là cấp tỉnh) theo chu kỳ 2 năm/lần. Trên cơ sở các môn thi của HKPD toàn quốc, tăng cường các môn thi thể thao dân tộc và các nội dung thi đơn giản phù hợp với đặc thù của từng trường, từng địa phương với mục đích chủ yếu là nâng cao sức khỏe rèn luyện thể chất cho học sinh;

- HKPD cấp toàn quốc tổ chức 4 năm 1 lần;

- HKPD các cấp phải được tổ chức tuyệt đối an toàn, tiết kiệm, hiệu quả, tránh hình thức, phô trương, lãng phí;

- Thực hiện nghiêm Chỉ thị 15/2002/CT-TTg, ngày 26/7/2002 của Thủ tướng Chính phủ về chống tiêu cực

trong các hoạt động TDTT và Chỉ thị số 33/2006/CT-TTg của Thủ tướng Chính phủ về chống tiêu cực và khắc phục bệnh thành tích trong giáo dục;

- Hàng năm, sở giáo dục và đào tạo gửi kế hoạch tổ chức HKPD các cấp của địa phương và báo cáo kết quả cụ thể của HKPD do đơn vị tổ chức về Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Như vậy, hiện nay, hình thức tổ chức HKPD cho học sinh phổ thông được triển khai khá bài bản, từ cấp trường, cấp huyện, cấp tỉnh, thành phố và Trung ương theo chu kỳ năm và nhiều năm (Cấp toàn quốc tổ chức 4 năm 1 lần; cấp tỉnh, thành phố, đặc khu trực thuộc trung ương tổ chức 2 năm 1 lần; cấp huyện, quận, thị xã tổ chức 1 năm 1 lần; cấp trường học tổ chức mỗi năm 1 lần vào học kỳ 2 của năm học). Tuy nhiên thực tế cho thấy, ở hầu hết các trường thuộc các tỉnh thành trong cả nước chưa tổ chức tập luyện và tổ chức HKPD theo chu kỳ và quy chế của Bộ đã ban hành một cách đều tay, việc triển khai còn mang tính chất thời vụ đặc biệt là các hoạt động thi đấu thể thao cấp trường, để lựa chọn lực lượng tham gia các giải cấp cao hơn... Do đó, trong chương trình GDTC cho học sinh các cấp nên cần có nội dung hoạt động ngoại khóa cụ thể, có tiêu chí và yêu cầu đối với các nội dung liên quan đến việc tổ chức HKPD cho học sinh trong nhà trường để từ đó đẩy mạnh hoạt động tập luyện và thi đấu TDTT cho học sinh.

Nội dung tổ chức HKPD cho học sinh các cấp hiện đang được triển khai cụ thể:

+ **Thi đấu tại khu vực (10 môn)**

- Điền kinh: Tiểu học (TH) và Trung học cơ sở (THCS) (nam, nữ);

- Bơi: TH, THCS (nam, nữ);

- Bóng bàn: TH, THCS (nam, nữ);

- Cầu lông: THCS (nam, nữ);

- Đá cầu: TH, THCS (nam, nữ);

- Bóng chuyền (6 - 6): THCS (nam, nữ);

- Bóng đá:

• TH (5 người): Vòng loại (nam);

- THCS (7 người): Vòng loại (nam);

- Trung học phổ thông (THPT) (11 người): Vòng loại (nam);

- THPT (5 người): Vòng loại (nữ);

- Bóng rổ: THCS (nam, nữ);

- Thể dục: TH, THCS (nam, nữ, hỗn hợp);

- Đẩy gậy: THCS (nam, nữ).

Thi đấu toàn quốc (15 môn)

- Điền kinh: THPT (nam, nữ);

- Cờ vua: TH, THCS và THPT, theo các lứa tuổi (nam, nữ);

- Bóng chuyên: THPT (nam, nữ);

- Bóng đá: Chung kết THPT (nam, nữ), Chung kết TH (nam), THCS (nam);

- Karatedo: THCS, THPT (nam, nữ);

- Taekwondo: THCS, THPT (nam, nữ);

- Thể dục: TH, THCS (nam, nữ, hỗn hợp);

- Đẩy gậy: THPT (nam, nữ).

- Bơi: THPT (nam, nữ);

- Bóng bàn: THPT (nam, nữ);

- Cầu lông: THPT (nam, nữ);

- Đá cầu: THPT (nam, nữ);

- Pencak silat: THCS, THPT (nam, nữ);

- Vovinam: THCS, THPT (nam, nữ);

- Bóng rổ: THPT (nam, nữ);

Như vậy, các nội dung hoạt động TDTT của HKPD khá đa dạng, tuy nhiên, cần đa dạng hơn các môn thể thao khác nhau, đặc biệt là các môn thể thao dân tộc, đặc biệt theo vùng miền cho học sinh lựa chọn tập luyện và thi đấu, kích thích hứng thú và đáp ứng được nhu cầu tập luyện của các em. Hơn thế, các nội dung GDTC cần đồng nhất với nội dung trong HKPD để các trường có thể triển khai đồng bộ hoạt động GDTC và thể thao trường học, có như vậy chất lượng GDTC và thể thao trường học mới được nâng cao.

Để nâng cao chất lượng hoạt động thể thao trường học, cần đa dạng nội dung thi đấu của HKPD theo hướng nhóm môn sau:

- Các nội dung môn thể dục: diễu hành theo đội hình, đồng diễn thể dục, thể dục nghệ thuật...

- Các nội dung điền kinh: chạy, nhảy, ném, phối hợp...

- Các môn thể thao tự chọn: bóng đá, đá cầu, cầu lông, bóng bàn, bóng rổ, cờ vua...

- Tăng cường các môn thể thao dân tộc: phụ thuộc vào thể mạnh của từng vùng miền và tỉnh thành để lựa chọn môn thể thao phù hợp.

- Tăng cường hệ thống các giải thi đấu môn bơi lội, thi đấu võ cổ truyền, vovinam...

Việc gộp các nhóm môn như trên giúp cho việc triển khai tổ chức tập luyện được tập trung và phù hợp hơn với điều kiện của từng trường, từng địa phương. Giáo viên sẽ chủ động hơn trong tuyển chọn và tổ chức triển khai.

Qua đó chúng ta có thể nhận thấy rõ, hoạt động thể thao và GDTC được lồng ghép, đan xen, gắn bó chặt chẽ với nhau như 1 thể thống nhất. Do vậy để hoạt động GDTC đạt được chất lượng những mong muốn và mục tiêu đã đặt ra thì cần phát triển mạnh hoạt động thể thao trường học. Muốn vậy, ta cần triển khai thực hiện tốt các công việc sau:

1. Trước hết, cần đổi mới nội dung, hình thức tổ chức hoạt động thể thao trường học theo hướng đa dạng, phong phú bám sát mục tiêu, chương trình GDTC, phù hợp với điều kiện, đặc điểm cụ thể của từng địa phương, nhà trường, đặc điểm tâm sinh lý, lứa tuổi và trình độ đào tạo của học sinh, sinh viên. Trong đó tăng cường hỗ trợ và có hình thức, phương pháp triển khai phù hợp đối với các địa bàn vùng sâu, vùng xa, biên giới, hải đảo, vùng có điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn và đặc biệt khó khăn.

Trong tình hình hiện nay để phát triển TDTT trường học, nhà nước cần có chính sách cụ thể và tăng cường ngân sách để đào tạo, bồi dưỡng giáo viên, hướng dẫn viên TDTT; đầu tư cơ sở vật chất, sân bãi và dụng cụ tập luyện cho hoạt động GDTC trong các trường học từ cấp học

mầm non trở lên. Thực hiện mỗi trường đều có giáo viên TDTT và có sân bãi, dụng cụ tập luyện. Đặc biệt, cần tập trung đầu tư một cách hiệu quả và thiết thực cho miền núi, vùng sâu, vùng cao, cho những địa phương còn nghèo và khó khăn. Nhà nước cần xây dựng và thực hiện các chế độ, chính sách khuyến khích về GDTC đối với trường học, cũng như đối với giáo viên, học sinh. Có thể coi đây là khâu đột phá để phát triển thể thao trường học.

Ngành GD & ĐT cần đổi mới nội dung và phương pháp TDTT trường học (kể cả giờ học thể dục nội khóa và hoạt động TDTT ngoài giờ học ở khu dân cư). Nội dung và phương pháp GDTC cho học sinh cần phải tập trung giải quyết các nhiệm vụ nâng cao tâm vóc; phát triển toàn diện các tố chất thể lực, trong đó ưu tiên: sức bền, sức mạnh và sức khéo léo; bồi dưỡng kỹ năng vận động cơ bản, cần thiết cho cuộc sống. Cần tổ chức đánh giá sức khỏe thể chất cho trẻ em theo định kỳ hằng năm. Đổi mới quản lý GDTC theo hướng phát huy vai trò chủ động sáng tạo của cơ sở trường học và sáng kiến của giáo viên, học sinh, dựa trên những quy định có tính định hướng về nội dung, tiêu chuẩn kiểm tra và phương pháp sư phạm. Đẩy mạnh nghiên cứu và ứng dụng khoa học, cũng như tổng kết và phổ biến những kinh nghiệm tốt về giáo dục thể chất trong nhà trường.

2. Bên cạnh đó, củng cố, phát triển hệ thống thi đấu thể thao các cấp phù hợp với điều kiện cụ thể của từng địa phương, vùng, miền, trong đó tập trung vào cấp trường; các giải thi đấu thể thao, các đại

hội thể thao, hội thi, ngày hội thể thao kết hợp với sinh hoạt, giao lưu văn hóa đáp ứng nhu cầu vui chơi giải trí của học sinh, sinh viên, đồng thời góp phần phát hiện, bồi dưỡng, đào tạo những học sinh, sinh viên có năng khiếu thể thao bổ sung cho lực lượng vận động viên thể thao thành tích cao.

Ngành TDTT cần tích cực chủ động phối hợp và hỗ trợ ngành GD & ĐT tổ chức các hoạt động TDTT ngoài giờ học và ngoài trường học cho trẻ em. Cần coi TDTT trường học là công tác trọng tâm, thường xuyên trong chỉ đạo và phát triển TDTT phong trào ở tất cả các cấp. Đa dạng hóa các hình thức tổ chức tập luyện và thi đấu thể thao nhi đồng, thiếu niên ở cấp cơ sở nhất là trong các dịp nghỉ hè. Chú trọng phát triển TDTT trong hệ thống các nhà văn hóa, nhà thiếu nhi, từ cơ sở đến toàn quốc. Xây dựng và thực hiện chương trình phát triển TDTT trong các đối tượng trẻ em có hoàn cảnh đặc biệt khó khăn.

Phát triển thể thao trường học có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm thúc đẩy GDTC, nâng cao sức khỏe, đời sống văn hóa tinh thần của học sinh để chủ động chuẩn bị nguồn nhân lực cho tương lai, mặt khác nhằm góp phần phát hiện, đào tạo năng khiếu và tài năng thể thao cho đất nước, muốn vậy cần phải tích cực "Đổi mới nội dung và hình thức tổ chức phong trào thể thao trường học (HKPD), hoạt động thi đấu thể thao cho học sinh trong nhà trường các cấp".

(*) Bí thư Đảng ủy- Hiệu trưởng Trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội

Nguồn: Tài liệu Hội thảo Định hướng xây dựng chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo viên giáo dục thể chất đáp ứng yêu cầu đổi mới chương trình và sách giáo khoa mới).

LỰA CHỌN GIẢI PHÁP PHÁT TRIỂN PHONG TRÀO TẬP LUYỆN MÔN BÓNG BÀN CỦA HỌC SINH THPT THÀNH PHỐ LÀO CAI

TS. Hương Xuân Nguyên *

Lê Mạnh Hào **

Tóm tắt: Hiện nay phong trào tập luyện và thi đấu môn Bóng bàn trong Thành phố vẫn được duy trì thông qua các CLB, các giải thi đấu của các ngành, ngày Hội văn hoá thể thao ở các xã, phường, thị trấn. Tuy nhiên, theo đánh giá của các nhà chuyên môn và thực tế hiện tại cho thấy phong trào Bóng bàn tỉnh Lào Cai đang có chiều hướng đi xuống. Đặc biệt là phong trào tập luyện của lứa tuổi thanh, thiếu niên học sinh trong các nhà trường.

Từ khóa: Giải pháp; Phát triển; Bóng bàn; Học sinh THPT

Abstracts: Currently, the movement and competition movement in the city is still maintained through table tennis clubs and tournaments of the sports and cultural sectors in communes, wards and towns. However, according to experts' assessment and current reality, Lao Cai province's Table Tennis movement is on a downward trend. Especially the training movement of youths and teenagers in schools

Keyword: Solution; Develop; Table tennis ; High School Students

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hiện nay, phong trào tập luyện và thi đấu môn Bóng bàn trong Thành phố vẫn được duy trì thông qua các CLB, các giải thi đấu của các ngành, ngày Hội văn hoá thể thao ở các xã, phường, thị trấn. Tuy nhiên, theo đánh giá của các nhà chuyên môn và thực tế hiện tại cho thấy phong trào Bóng bàn tỉnh Lào Cai đang có chiều hướng đi xuống. Đặc biệt là phong trào tập luyện của lứa tuổi thanh, thiếu niên học sinh trong các nhà trường.

Xuất phát từ những lí do nêu trên, với mong muốn đẩy mạnh phong trào tập luyện TDTT nói chung, phong trào tập luyện môn Bóng bàn nói riêng cho học sinh THPT Thành phố Lào Cai, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: “**Nghiên cứu lựa chọn giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh THPT tỉnh Lào Cai**”

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học sau:

phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Lựa chọn một số giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh THPT thành phố Lào Cai.

Để có kết quả khách quan và có thể lựa chọn được các giải pháp thiết thực nhất, hợp lý nhất, đề tài đã phát phiếu phỏng vấn đến hầu hết các nhân vật có trách nhiệm trọng lĩnh vực phong trào TDTT trong tỉnh, lãnh đạo Sở GD - ĐT, Ban Giám hiệu các trường THPT trong thành phố Lào Cai, các giáo viên, huấn luyện viên, hướng dẫn viên môn Bóng bàn về các giải pháp mà đề tài đã đưa ra. Trên cơ sở kết quả thu được qua phiếu phỏng vấn đề tài lựa chọn và đề xuất những giải pháp tối ưu nhất. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 3.1 dưới đây.

Bảng 3.1: Kết quả phỏng vấn các giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn nhằm nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho học sinh THPT thành phố Lào Cai (n= 80)

TT	Các giải pháp dự kiến	Kết quả	
		n	%
1	Tăng cường sự chỉ đạo và quan tâm sâu sát của các cấp lãnh đạo đối với phong trào TDTT học sinh nói chung và phong trào tập luyện môn Bóng bàn nói riêng.	80	100
2	Tổ chức công tác tuyên truyền cổ động học sinh tập luyện môn Bóng bàn thông qua các hình thức, hoạt động thực tiễn gắn gũi gắn liền với đời sống sinh hoạt, học tập của học sinh.	80	100
3	Tích cực thành lập và ổn định tổ chức, hoạt động của các CLB Bóng bàn trong các trường THPT dưới sự quản lý của BGH các nhà trường.	75	93.8
4	Tăng cường kinh phí đầu tư cho các mục đích cần thiết để phục vụ cho phong trào tập luyện của học sinh.	71	88.8
5	Duy trì và phát triển các giải thi đấu Bóng bàn trong các kì HKPD cấp trường, Đại hội TDTT học sinh toàn tỉnh hàng năm, ngày Hội VH - TT ở các xã, phường, thị trấn.	69	86.3
6	Đưa nội dung môn Bóng bàn vào chương trình tự chọn của môn học Thể dục trong các giờ học chính khoá.	32	40
7	Thường xuyên mở các lớp tập huấn về kỹ thuật, bồi dưỡng và nâng cao trình độ tổ chức thi đấu, trọng tài cho các giáo viên giáo dục thể chất, HLV và hướng dẫn viên.	52	65
8	Có chế độ đãi ngộ hợp lý và có hình thức khen thưởng kịp thời.	39	48.8
9	Có chương trình và kế hoạch cụ thể phát triển lâu dài, bền vững phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh THPT.	43	53.8
10	Quy định bắt buộc mỗi trường THPT phải có phòng tập và trang thiết bị tập luyện môn Bóng bàn phục vụ cho nhu cầu của cán bộ, giáo viên và học sinh.	41	51.3

Qua kết quả bảng 3.1 cho thấy, có 6/10 giải pháp được các ý kiến phỏng vấn tán thành từ 60% trở lên. Do vậy, đề tài đã lựa chọn các giải pháp này để ứng dụng trong quá trình thực nghiệm nhằm phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh THPT thành phố Lào Cai, qua đó nâng cao chất lượng GDTC cho đối tượng nghiên cứu. Các giải pháp gồm:

Giải pháp 1: Tăng cường sự chỉ đạo và quan tâm sâu sát của các cấp lãnh đạo đối với phong trào TDTT học sinh nói chung và phong trào tập luyện môn Bóng bàn nói riêng.

Giải pháp 2: Tổ chức công tác tuyên truyền cổ động học sinh tập luyện môn Bóng bàn thông qua các hình thức, hoạt động thực tiễn gắn gũi gắn liền với đời sống sinh hoạt, học tập của học sinh.

Giải pháp 3: Tổ chức và thành lập các CLB Bóng bàn trong các trường THPT dưới sự chỉ đạo của Ban Giám hiệu nhà trường.

Giải pháp 4: Xã hội hóa và đề xuất tăng cường kinh phí đầu tư cho các mục đích cần thiết để phục vụ cho phong trào tập luyện của học sinh.

Giải pháp 5: Duy trì và phát triển các giải thi đấu Bóng bàn trong các kì HKPD cấp trường, Đại hội TDTT học sinh toàn tỉnh hàng năm, ngày Hội VH - TT ở các xã, phường, thị trấn.

Giải pháp 6: Thường xuyên mở các lớp tập huấn về kỹ thuật, bồi dưỡng và nâng cao trình độ tổ chức thi đấu, trọng tài cho các giáo viên giáo dục thể chất, HLV và hướng dẫn viên môn bóng bàn.

3.2. Nội dung của các giải pháp đã lựa chọn nhằm phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh THPT thành phố Lào Cai

Giải pháp 1: *Tăng cường sự chỉ đạo và quan tâm sâu sát của các cấp lãnh đạo đối với phong trào TDTT học sinh nói chung và phong trào tập luyện môn Bóng bàn nói riêng.*

Trong bất kể mọi hoạt động, yếu tố lãnh đạo cũng là một yếu tố gây ảnh hưởng lớn vì họ là những người đứng đầu, là những người chỉ đạo trực tiếp và chịu trách nhiệm chính về việc thực hiện những chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước, "Cán bộ nào phong trào ấy", "Cán bộ là cái gốc của mọi phong trào". Bởi vậy, các cấp lãnh đạo cần thực hiện đúng những quan điểm chỉ đạo của Đảng, Nhà nước về công tác TDTT nói chung và công tác TDTT học đường nói riêng, đồng thời tuyên truyền giáo dục để tất cả mọi người đều hiểu được những vấn đề đó. Cụ thể như tại các trường học một năm cần phải tổ chức bao nhiêu giải thi đấu các môn thể thao nhằm phát triển con người toàn diện, có kế hoạch phát triển, quy hoạch diện tích sử dụng cho tập luyện và thi đấu thể thao của học sinh, mua sắm dụng cụ trang thiết bị cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giáo dục thể chất, đề ra mức khen thưởng động viên khuyến khích cho các em học sinh tích cực trong phong trào tập luyện và đạt thành tích cao trong thi đấu Bóng bàn... Điều đó, các cấp lãnh đạo, đặc biệt là các lãnh đạo ở các trường THPT thực hiện tốt thì chắc chắn phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh sẽ nhanh chóng phát triển trong các nhà trường.

Giải pháp 2: *Tổ chức công tác tuyên truyền cổ động học sinh tích cực tham gia tập luyện môn Bóng bàn thông qua các hình thức, hoạt động thực tiễn gắn liền với đời sống sinh hoạt và học tập của học sinh.*

Mục đích của giải pháp này là làm cho học sinh hiểu được vai trò, vị trí của việc tập luyện TDTT là cần thiết, là quan trọng trong việc bảo vệ sức khỏe, nâng cao thể lực, xây dựng lối sống văn hoá, tinh thần khoẻ mạnh. Khuyến khích mọi học sinh chọn một môn thể thao phù hợp để tập luyện. Các tổ chức và đoàn thể trong nhà trường có trách nhiệm tuyên truyền và vận động các đối tượng trong tổ chức của mình tham gia tập luyện TDTT, cụ thể ở đây là các chi đoàn, các khối lớp.

Đặc biệt, phải tuyên truyền về vai trò, tác dụng, tầm quan trọng, sự phù hợp của môn Bóng bàn đối với thể chất của người Việt Nam, đối với sự phát triển cơ thể ở mọi lứa tuổi. Nhất là tác dụng của việc tập luyện môn Bóng bàn đối với sự phát triển thể chất ở lứa tuổi học sinh... Trên các phương tiện thông tin đại chúng như bảng tin của nhà trường, bản tin thanh niên của Đoàn trường, trong các giờ học Thể dục chính khoá, cũng như các hoạt động thể dục thể thao ngoại khoá. Thông qua các hoạt động thiết thực gắn liền với đời sống sinh hoạt, học tập của học sinh. Bên cạnh đó, qua công tác tổ chức các giải thi đấu cấp trường, các giải đấu giao lưu giữa các CLB, quá trình tổ chức các giải thi đấu tốt, sôi nổi sẽ thu hút được nhiều học sinh có hứng thú với môn Bóng bàn, kích thích học sinh tích cực tham gia tập luyện thường xuyên. Đây chính là hình thức tuyên truyền có hiệu quả cao tới các học sinh trong các nhà trường.

Giải pháp 3: *Tổ chức và thành lập các CLB Bóng bàn trong các trường THPT dưới sự chỉ đạo của Ban Giám hiệu nhà trường.*

Việc thành lập các CLB Bóng bàn trong các nhà trường cần có những quy định rõ ràng như: số lượng người tham gia, đối tượng tham gia, địa điểm tập luyện, kinh phí đóng góp, thời gian sinh hoạt... cho các thành viên trong CLB, thành lập ban chủ nhiệm CLB. Những thành viên trong ban chủ nhiệm CLB có

nhiệm vụ thường xuyên tổ chức các hoạt động giao hữu thi đấu với các CLB khác, mời những cá nhân có trình độ chuyên môn cao môn Bóng bàn hướng dẫn tập luyện để nâng cao kỹ chiến thuật cho các thành viên trong CLB của mình, có trách nhiệm xem xét kết nạp và bồi dưỡng những thành viên mới, chịu trách nhiệm đảm bảo an toàn và thực hiện quy chế sinh hoạt của CLB... Tóm lại, CLB Bóng bàn trong các trường THPT phải là một tổ chức chặt chẽ chứ không thể theo hình thức tự phát. Đặc biệt CLB cần phải hoạt động dưới sự quản lý chung của Ban Giám hiệu các nhà trường và điều hành hoạt động của tổ nhóm giáo dục thể chất.

CLB Bóng bàn trong trường THPT là tổ chức xã hội bao gồm sự liên kết của đoàn thể trong nhà trường, dưới sự quản lý chung của Ban Giám hiệu và điều hành trực tiếp của Đoàn Thanh niên hoặc tổ nhóm giáo dục thể chất.

Trong cơ cấu của ban chủ nhiệm CLB phải có đại diện của Công đoàn, Đoàn TNCS Hồ Chí Minh, tổ nhóm giáo dục thể chất, đại diện học sinh.

Giải pháp 4: *Xã hội hóa và đề xuất tăng cường kinh phí đầu tư cho các mục đích cần thiết để phục vụ cho phong trào tập luyện môn Bóng bàn của học sinh.*

Mục đích của giải pháp này là tăng cường nguồn kinh phí mua sắm trang thiết bị phục vụ cho sinh hoạt và tập luyện của CLB.

Những người trực tiếp tham gia tập luyện trong CLB Bóng bàn trong các nhà trường có trách nhiệm đóng hội phí và các khoản thu tự nguyện khác.

Ban chủ nhiệm CLB có trách nhiệm vận động các doanh nghiệp, các nhà hảo tâm, các bậc cha mẹ học sinh, các thầy cô giáo trong nhà trường đóng góp xây dựng CLB. Trước tiên, các bậc cha mẹ học sinh tài trợ gián tiếp hay trực tiếp tạo điều kiện chăm lo đời sống tinh thần, vật chất cho việc sinh hoạt và tập luyện của con em mình.

Tạo ra nhiều phòng tập, từng bước trang bị dụng cụ tập luyện đầy đủ và hiện đại để nâng cao dần chất lượng tập luyện và thi đấu môn Bóng bàn. Ở đây, biện pháp và cách tiến hành là cần có nguồn vốn bằng cách vận động các doanh nghiệp, các nhà hảo tâm, các bậc cha mẹ học sinh, các thầy cô giáo... đóng góp kinh phí để từ đó có nguồn kinh phí cho việc tăng cường phòng tập, dụng cụ tập luyện. Ngoài ra, ban chủ nhiệm CLB cần báo cáo đề nghị Ban Giám hiệu các nhà trường tăng cường hỗ trợ kinh phí từ nguồn ngân sách nhà nước cấp hàng năm hỗ trợ cho các hoạt động của học sinh để xây dựng phòng tập riêng hoặc kết hợp phòng tập Bóng bàn gắn với các hoạt động khác trong nhà trường.

Sở GD - ĐT cần đưa chỉ tiêu xây dựng các công trình phục vụ tập luyện và thi đấu thể thao cho học sinh trong đó có các công trình phục vụ cho việc tập luyện môn Bóng bàn thành một chỉ tiêu để xét thi đua các trường vào cuối các năm học, hoặc đưa vào tiêu chí cụ thể để xét tiêu chuẩn trường chuẩn quốc gia.

Giải pháp 5: *Duy trì và phát triển các giải thi đấu Bóng bàn trong các kì thi đấu cấp trường, Đại hội TDTT học sinh toàn Tỉnh hằng năm, ngày hội văn hoá thể thao ở các làng, xã...*

Sở GD - ĐT Lào cai đưa nội dung thi đấu môn Bóng bàn thành nội dung thi đấu chính thức trong các kì Đại hội TDTT học sinh toàn tỉnh hằng năm. Khi môn Bóng bàn trở thành nội dung chính thức trong các Đại hội TDTT học sinh của tỉnh hằng năm, các trường THPT trong toàn tỉnh sẽ luôn phải quan tâm đầu tư cho môn Bóng bàn và thường xuyên tổ chức nội dung Bóng bàn trong các kì HKPĐ cấp trường để lựa chọn học sinh đi thi đấu cấp tỉnh.

Sở Văn hoá - Thể thao và Du lịch khuyến khích các huyện, xã, phường, thị trấn trong toàn tỉnh đưa nội dung Bóng bàn vào chương trình thi đấu ở các ngày hội văn hoá, thể thao hằng năm tại các

xã, phường, thị trấn, trong các kì Đại hội TDTT cấp tỉnh, huyện, Bóng bàn cũng là nội dung thi đấu chính thức. Đây là yếu tố rất quan trọng vì với phạm vi rộng qua sự khuyến khích tổ chức từ cấp tỉnh, phong trào tập luyện Bóng bàn trong quần chúng nhân dân sẽ rộng khắp, nhiều lứa tuổi tham gia tập luyện và thi đấu trong đó có cả học sinh THPT. Đặc biệt là học sinh ở các cấp học tích cực tập luyện hơn tạo tiền đề khi các em học sinh chuyển lên cấp học THPT trong tỉnh miền núi Lào Cai.

Giải pháp 6: *Thường xuyên mở các lớp tập huấn về kỹ thuật, bồi dưỡng và nâng cao trình độ tổ chức thi đấu, trọng tài cho các giáo viên giáo dục thể chất và hướng dẫn viên.*

Mục đích của giải pháp này là củng cố và nâng cao trình độ kỹ thuật, trình độ công tác tổ chức, thi đấu, trọng tài môn Bóng bàn cho đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất, huấn luyện viên, hướng dẫn viên môn Bóng bàn. Công tác này giúp cho lực lượng giáo viên, huấn luyện viên, hướng dẫn viên ngày càng có kỹ thuật tốt hơn, tiếp cận với những kỹ thuật, phương pháp

huấn luyện hiện đại và khoa học, cập nhật những thay đổi về luật thi đấu.

Sở VH-TT&DL chỉ đạo các ban ngành đoàn thể có liên quan, các phòng văn hoá thể thao của các huyện tổ chức định kì hằng năm các đợt tập huấn cho đội ngũ huấn luyện viên, hướng dẫn viên, Ban chủ nhiệm các CLB ở các địa phương về công tác nâng cao trình độ đội ngũ huấn luyện viên, hướng dẫn viên. Từ các đợt tập huấn này, các CLB lại truyền đạt cho các thành viên trong các cơ sở của mình về những kiến thức đã được tập huấn.

Sở GD - ĐT chỉ đạo cho phòng giáo dục trung học và chuyên viên phụ trách giáo dục thể chất tổ chức lồng ghép, tích hợp những kiến thức về kỹ thuật, chiến thuật, công tác tổ chức thi đấu, trọng tài môn Bóng bàn trong các đợt tập huấn chuyên môn được tổ chức trong các năm học cho đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất trong các nhà trường, đặc biệt trong khối trường THPT.

4. KẾT LUẬN

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 6 giải pháp nhằm phát triển phong trào tập luyện môn Bóng bàn cho học sinh THPT thành phố Lào Cai.

(*) **Trưởng Phòng Tổ chức cán bộ, Trường ĐH sư phạm TDTT Hà Nội**

(**) **Học viên Cao học K5**

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dr - Harre (1996) - *Học thuyết huấn luyện (sách dịch)* - NXB TDTT - Hà Nội, tr. 168-554.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (1996), *Quy hoạch phát triển TDTT ngành Giáo dục Đào tạo giai đoạn 1996 – 2000 và định hướng đến năm 2025.*
3. Lưu Quang Hiệp - Phạm Thị Uyên (1996) - "*Sinh lý học TDTT*" - NXB TDTT - Hà Nội, tr.361-465.
4. Nguyễn Xuân Sinh (1999) - "*Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*" - NXB TDTT - Hà Nội, tr.5-371.
5. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
6. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Xuân Thành (2004), "*Giáo trình Tâm lý học TDTT*", NXB TDTT, Hà Nội.

NGHIÊN CỨU ỨNG DỤNG MỘT SỐ BIỆN PHÁP TỔ CHỨC TẬP LUYỆN NGOẠI KHÓA NHẪM NÂNG CAO THỂ LỰC CHO HỌC VIÊN TRƯỜNG TRUNG CẤP CẢNH SÁT VŨ TRANG

ThS. Lê Thị Thu Thúy *
ThS. Nguyễn Khánh Toàn **

Tóm tắt: Phong trào TDDT còn mang tính tự phát, việc kiểm tra, đánh giá công tác rèn luyện thân thể theo tiêu chuẩn "Chiến sỹ Công an khỏe" trong Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang còn coi nhẹ, chưa được quan tâm đúng mức nên còn nhiều học viên không đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể ở một số nội dung qui định của Bộ Công an đối với mỗi cán bộ, chiến sỹ trong lực lượng. Chất lượng công tác GDTC trong nhà trường còn thấp, nhiều đồng chí không đạt yêu cầu. Trên cơ sở những đánh giá đó, đề tài nghiên cứu đề xuất ứng dụng một số biện pháp tổ chức tập luyện ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho học viên trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

Từ khóa: Biện pháp, ngoại khóa, thể lực, học viên.

Abstracts: The sport and physical movement is also spontaneous, the inspection and evaluation of physical training in accordance with the standards of "Public Security Soldiers" in the Armed Police High School also underestimated and has not been paid attention to. properly, there are many students who do not meet the standards of physical training in some contents of the Ministry of Public Security for each officer and soldier in the force. The quality of physical education in the school is still low, many comrades do not meet the requirements. Based on these assessments, the study proposes to apply some measures to organize extracurricular exercises to improve fitness for students of the Armed Police High School.

Keywords: Solution, Extracurricular, physical, student

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang là một trong những trung tâm đào tạo của lực lượng Công an nhân dân có nhiệm vụ đào tạo cán bộ, chiến sỹ phục vụ sự nghiệp bảo vệ an ninh Quốc gia và giữ gìn trật tự an toàn xã hội. Vì vậy, việc thường xuyên rèn luyện thân thể là trách nhiệm và nghĩa vụ của mỗi cán bộ chiến sỹ Công an nói chung và Học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang nói riêng.

Phong trào tham gia các hoạt động ngoại khóa TDDT của học viên trường Trung cấp cảnh sát vũ trang còn hạn chế. Do các biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa chưa phù hợp với thực tiễn hiện nay của nhà trường. Vì vậy, thể lực của học viên còn chưa cao. Số học viên không đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể ở một số nội dung qui định của Bộ Công an đối với mỗi cán bộ, chiến sỹ trong lực lượng CAND vẫn còn nhiều.

Xuất phát từ những lý do trên, với mong muốn đóng góp một phần vào sự phát triển của nhà trường, nâng cao chất lượng trong giảng dạy môn học Giáo dục thể chất cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: "Nghiên cứu ứng dụng một số biện pháp tổ chức tập luyện ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang".

2. MỤC ĐÍCH NGHIÊN CỨU

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận, thực tiễn công tác giảng dạy môn Giáo dục thể chất và khảo sát thực trạng thể lực của học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang, đề tài tiến hành nghiên cứu xây dựng, ứng dụng và đánh giá hiệu quả một số biện pháp tổ chức tập luyện ngoại khóa, phát triển thể lực phù hợp cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang nhằm góp phần giúp học viên đủ sức khỏe để đảm bảo đạt tiêu chuẩn chiến sỹ công an khỏe

nhằm hoàn thành mục tiêu đào tạo của Nhà trường và Ngành đề ra.

3. NHIỆM VỤ NGHIÊN CỨU

Nhiệm vụ 1: Lựa chọn một số biện pháp tổ chức tập luyện ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

Nhiệm vụ 2: Đánh giá hiệu quả một số biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

4. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn tọa đàm, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp thực nghiệm sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

5. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

5.1. Lựa chọn các biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

5.1.1. Xác định nguyên tắc lựa chọn biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

Trước khi lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng công giáo dục thể chất cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang, đề tài đã tiến hành nghiên cứu, phân tích tổng hợp các tài liệu tham khảo để xác định các nguyên tắc xây dựng các biện pháp. Đó là các tài liệu về quan điểm và nguyên tắc GDTC, phương hướng mục

tiêu phát triển TDTT trường học, đặc điểm GDTC trong các trường Đại học, Cao đẳng, Học viện, thực trạng công tác quản lý...

Trên cơ sở các tài liệu nói trên, xác định có 4 nguyên tắc để xây dựng các biện pháp đó là:

- Nguyên tắc tính thực tiễn (các biện pháp phải xuất phát từ thực tiễn của Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang).

- Nguyên tắc tính đồng bộ (các biện pháp đa dạng nhiều mặt và trực tiếp giải quyết các vấn đề của thực tiễn hoạt động TDTT ngoại khóa tại Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang).

- Nguyên tắc tính khả thi (các biện pháp đề xuất phải có được khả năng thực thi).

- Nguyên tắc bảo đảm tính khoa học (các biện pháp phải mang tính khoa học và giải quyết vấn đề có tính khoa học).

5.1.2. Lựa chọn các biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

Để có được các biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang mang tính khách quan và khoa học, đề tài đã tiến hành phỏng vấn các cán bộ quản lý và giáo viên thể dục của Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang và các trường lân cận bằng phiếu hỏi. Số phiếu phát ra là 30, thu về là 30 đạt tỷ lệ 100%. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 5.1.

Bảng 5.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp tổ chức hoạt động TDTT ngoại khoá nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang (n=30)

TT	Biện pháp	Kết quả phỏng vấn							
		Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm	%
		m _i	đ	m _i	đ	m _i	đ		
1	Tổ chức tuyên truyền, tăng cường nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học.	26	78	4	8	0	0	86	95,55
2	Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa thường xuyên, liên tục và phát triển tối đa các môn được học viên yêu thích.	18	54	8	16	4	4	74	82,22
3	Sử dụng phù hợp, tận dụng tối đa và bảo quản hợp lý hệ thống cơ sở vật chất sẵn có	22	66	5	10	3	3	79	87,78
4	Thành lập đội tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao ngoại khóa cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường	16	48	11	22	3	3	73	81,11
5	Mở rộng các hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa, bố trí thời khóa biểu hợp lý, khuyến khích học viên tập luyện thường xuyên một môn thể thao yêu thích bằng hình thức cộng điểm rèn luyện hoặc ưu tiên trong quá trình học tập môn học GDTC.	18	54	7	14	5	5	73	81,11
6	Đổi mới hình thức quản lý, tổ chức hướng dẫn học viên tập luyện TDTT ngoài giờ học.	17	51	9	18	4	4	73	81,11

Qua bảng 5.1. cho thấy: Cả 06 biện pháp đề xuất của đề tài đều được các cán bộ quản lý và giáo viên thể dục của Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang và các trường lân cận tán thành cao với kết quả phỏng vấn đạt từ 81,11% - 95,55% tổng điểm tối đa. Theo như nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, đề tài lựa chọn các biện pháp trên để tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa, nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang cụ thể gồm:

1. Tổ chức tuyên truyền, tăng cường nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học.

2. Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa thường xuyên, liên tục và phát triển tối đa các môn được học viên yêu thích.

3. Sử dụng phù hợp, tận dụng tối đa và bảo quản hợp lý hệ thống cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường.

4. Thành lập đội tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao ngoại khóa cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường.

5. Mở rộng các hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa, bố trí thời khóa biểu hợp lý, khuyến khích học viên tập luyện thường xuyên một môn thể thao yêu thích bằng hình thức cộng điểm rèn luyện, hoặc được ưu tiên trong quá trình học tập môn học GDTC.

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

6. Đổi mới hình thức quản lý, tổ chức hướng dẫn học viên tập luyện TDDT ngoài giờ học.

5.2. Đánh giá các biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa, nhằm nâng cao thể lực cho học viên Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang.

Trước khi tiến hành thực nghiệm, đề tài đã kiểm tra thể lực của học viên hai nhóm đối chứng và thực nghiệm, nội dung kiểm tra căn cứ vào tiêu chuẩn “Chiến sỹ công an khỏe” được qui định trong lực lượng CAND. Kết quả trình bày tại bảng 5.2

Bảng 5.2 Thể lực của học viên 2 nhóm nghiên cứu trước thực nghiệm

TT	Nội dung	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Tham số	
		\bar{X}	$\pm \delta$	\bar{X}	$\pm \delta$	t	P
		n = 50		n = 50			
1	Chạy 100 m (s)	16.58	2.09	16.59	2.09	0,1409	<0,05
2	Chạy 1500 m (s)	7.56	3.00	7.57	3.00	0.1031	<0,05
3	Bật xa tại chỗ (m)	2.21	0.17	2.19	0.17	0.1864	<0,05
4	Cơ tay xà đơn (lần)	11.25	2.02	11.30	2.02	0.1538	<0,05

Từ kết quả thu được ở bảng 5.2 . cho thấy, kết quả ở hầu hết các test kiểm tra giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng không có khác biệt với $p < 0,05$. Điều đó chứng tỏ trước khi thực nghiệm, trình độ thể lực của 2 nhóm tương đối đồng đều nhau.

Sau khi áp dụng kế hoạch thực nghiệm trong 1 năm học, đề tài đã tiến hành kiểm tra các chỉ số theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể người chiến sỹ Công an nhân dân khỏe. Số liệu thu được trình bày tại bảng 5.3

Bảng 5.3 Thể lực của học viên 2 nhóm nghiên cứu sau thực nghiệm

TT	Nội dung	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Tham số	
		\bar{X}	$\pm \delta$	\bar{X}	$\pm \delta$	t	P
		n = 50		n = 50			
1	Chạy 100 m (s)	16.01	2.03	15.89	3.06	2,4502	<0,05
2	Chạy 1500 m (s)	7.32	3.08	7.27	4.02	2,3022	<0,05
3	Bật xa tại chỗ (m)	2.23	0.21	2.29	0.19	2,5965	<0,05
4	Cơ tay xà đơn (lần)	12.75	2.09	13.60	3.02	2.6437	<0,05

Từ kết quả thu được ở bảng 5.3 cho thấy, kết quả ở hầu hết các test kiểm tra giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt. Điều đó chứng tỏ, sau thời gian tổ chức thực nghiệm, trình độ thể lực của 2 nhóm đều có sự phát triển. Tuy nhiên, mức độ phát triển thể lực ở

nhóm thực nghiệm đã có sự tăng trưởng rõ rệt cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$.

6. KẾT LUẬN

6.1. Trong quá trình giảng dạy, đào tạo nhà trường chưa chú trọng đến việc đổi mới các biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa TDDT. Vì vậy, thể lực của học

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

viên còn yếu so với tiêu chuẩn chiến sĩ công an khỏe.

6.2. Đề tài đã lựa chọn được 6 biện pháp tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học viên bao gồm: tuyên truyền nâng cao nhận thức; tổ chức các hoạt động ngoại khóa theo môn mà học sinh ưa thích; tự tạo và sử dụng tối đa cơ sở vật chất hiện có; xây dựng đội ngũ hướng dẫn viên thể thao; đổi mới hình thức hướng dẫn hoạt động ngoại khóa; khuyến khích

việc cộng điểm rèn luyện thể lực cho học viên khi họ thường xuyên tham gia các hoạt động ngoại khóa. Kết quả sau 1 năm thực hiện các biện pháp này, thì thể lực học viên nhóm thực nghiệm tốt hơn nhóm đối chứng. Như vậy, có thể nói các biện pháp mà đề tài đã lựa chọn có tác dụng tốt trong việc nâng cao thể lực cho học viên trường Trung cấp Cảnh sát vũ trang.

() Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*

*(**) Trường Trung cấp Cảnh sát Vũ trang*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Sinh Hùng (2013), *Luật Khoa học và Công nghệ, Quốc hội, Việt Nam*.
3. Nguyễn Toán - Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Thông tư liên bộ số 01/1999/TTLT/BCA - UB TDTT giữa Bộ Công an và Ủy ban thể dục thể thao ký và ban hành ngày 04/02/1999.

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG VÀ ĐỀ XUẤT MỘT SỐ BIỆN PHÁP PHÒNG TRÁNH CHẤN THƯƠNG XẢY RA KHI HỌC MÔN THỂ DỤC AEROBIC CHO HỌC SINH LỚP 10 TRƯỜNG THPT ĐOAN HÙNG TỈNH PHÚ THỌ

TS. Phạm Thị Hương *
ThS. Nguyễn Thị Hồng Phượng**
ThS. Phạm Cẩm Hùng***

Tóm tắt: Phòng tránh chấn thương xảy ra khi tập luyện Thể dục thể thao (TDTT) nói chung và môn học Thể dục Aerobic nói riêng là việc hết sức quan trọng và cấp bách. Để hạn chế chấn thương xảy ra, cần phải hướng dẫn các bài tập bổ trợ cũng như biết cách khởi động thật kỹ trước khi bước vào học, hơn nữa tạo cho các em sự hứng thú, say mê tập luyện. Đặc biệt là các biện pháp phòng tránh những chấn thương trong học môn Thể dục Aerobic.

Từ khóa: Biện pháp, chấn thương, môn học, tập luyện.

Abstracts: Preventing injuries that occur when exercising Sports and physical training in general and Aerobic exercise in particular is very important and urgent. In order to limit injuries, it is necessary to instruct the supplemental exercises as well as know how to start up carefully before entering the school, further giving them the excitement and passion for practice. Especially measures to prevent injuries in Aerobic Gymnastics.

Keywords: Measures, injury, subjects, practice

I. Đặt vấn đề:

Thực tiễn Giáo dục thể chất (GDTC) các trường ở nước ta những năm qua cho thấy, nơi nào có cơ sở vật chất tốt (có sân bãi, dụng cụ,...) thì việc xảy ra chấn thương trong GDTC ít xảy ra, tuy nhiên môn thể dục Aerobic là môn tương đối mới mà đội ngũ giáo viên GDTC nắm vững chuyên môn về nội dung Aerobic còn thiếu. Vậy nên các chấn thương trong tập luyện Aerobic của các em học sinh vẫn còn xảy ra thường xuyên. Thực trạng đó đòi hỏi cần phải nghiên cứu, tìm tòi, ứng dụng nhiều loại hình bài tập nhằm phòng chống những chấn thương xảy ra khi học Thể dục Aerobic.

Hiện nay, Aerobic là một môn thể thao được mọi người yêu thích, đặc biệt là lứa tuổi thanh niên. Bởi Aerobic không chỉ có tính sức khỏe mà còn mang tính mới lạ và với sự vận động đa dạng của các động tác: động tác tại chỗ và động tác di chuyển, chạy, nhảy, múa, nhào lộn... và các thao tác trong sự phối hợp của âm nhạc, có sự truyền cảm cao

nhằm hấp dẫn người tập ở các đối tượng khác nhau. Do đó những chấn thương xảy ra khi tập luyện Aerobic cũng xuất hiện nhiều hơn do tần số vận động của động tác nhanh đa dạng, chạy, nhảy, nhào lộn rất dễ dẫn tới chấn thương.

Xuất phát từ thực tiễn nêu trên, chúng tôi nghiên cứu đề tài: "**Lựa chọn một số biện pháp phòng tránh chấn thương xảy ra khi học môn thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ**".

1. Mục đích nghiên cứu.

Lựa chọn các biện pháp nhằm phòng tránh những chấn thương xảy ra đối với việc tập luyện Aerobic, cũng như sự ảnh hưởng tích cực của bài tập bổ trợ, các bài khởi động có tác dụng tới việc giảm thiểu chấn thương trong tập luyện Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

2. Nhiệm vụ nghiên cứu.

Nhiệm vụ 1: Điều tra thực trạng và lựa chọn một số biện pháp phòng ngừa chấn thương xảy ra khi học môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

Nhiệm vụ 2: Đánh giá hiệu quả các biện pháp phòng ngừa chấn thương xảy ra khi học môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

II. Phương pháp nghiên cứu: Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy sau: phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm; phương pháp kiểm tra y học; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp thực nghiệm sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

III. Kết quả nghiên cứu

3.1 Điều tra thực trạng và lựa chọn một số biện pháp phòng ngừa chấn thương xảy ra khi học môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

3.1.1. Thực trạng về chương trình môn học, cơ sở vật chất giảng dạy các môn thể thao

Phú Thọ là một trong những tỉnh rất phát triển các môn: bóng chuyền, bóng rổ và thể dục. Trong đó, môn Thể dục

Aerobic đang được đông đảo quần chúng tham gia, đặc biệt là nội dung thi đấu bắt buộc trong các giải phong trào, Hội khỏe phù đồng do tỉnh, thành phố và toàn quốc tổ chức.

Qua tìm hiểu nội dung chương trình môn học thể dục của Trường THPT Đoàn Hùng đang sử dụng sách giáo khoa của Bộ GD&ĐT để giảng dạy và huấn luyện môn Aerobic. Phân phối chương trình mỗi lớp học 2 tiết/tuần, mỗi tiết 45 phút/tiết.

Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác tập luyện và thi đấu môn Aerobic còn thiếu, chưa đồng bộ. Trình độ nhận thức của giáo viên chưa đồng đều, phần nào chưa đáp ứng được chương trình đào tạo.

3.1.2. Thực trạng chấn thương xảy ra trong quá trình tập luyện và thi đấu môn Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

Qua quan sát thực tiễn và qua tiến hành phỏng vấn các ý kiến của các thầy cô giáo đang trực tiếp tham giảng dạy, huấn luyện và theo dõi của phòng y tế học đường của các trường THPT tỉnh Phú Thọ. Kết quả thực trạng chấn thương xảy ra được trình bày cụ thể tại bảng 3.1.

Bảng 3.1: Kết quả phỏng vấn thực trạng về các bộ phận cơ thể thường hay bị chấn thương trong tập luyện môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 Trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ (n = 20)

TT	Các bộ phận cơ thể bị chấn thương	Số người đồng ý	Tỷ lệ chấn thương (%)
1	Khớp vai	12	60
2	Khớp khuỷu	3	15
3	Khớp cổ tay	9	45
4	Các khớp ngón tay	2	10
5	Khớp cổ chân	15	75
6	Khớp gối	6	30
7	Các chấn thương khác	5	25

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Kết quả tại bảng 3.1 cho thấy: Thực trạng các bộ phận cơ thể thường hay chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic là khớp vai, khớp cổ tay, khớp cổ chân.

Từ thực trạng nêu trên, đề tài tiến hành xác định nguyên nhân gây ra chấn thương để lựa chọn các biện pháp phòng ngừa.

3.1.3 Xác định những nguyên nhân chính gây ra chấn thương trong luyện tập và thi đấu môn Thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

Nguyên nhân chủ quan

- 1- Do tư tưởng coi trọng hoặc thiếu tri thức đề phòng chấn thương.
- 2- Do những thiếu sót trong khởi động.
- 3- Do trạng thái cơ thể không tốt.

4- Do cấu trúc giải phẫu của cơ thể không phù hợp với yêu cầu kỹ thuật động tác.

Nguyên nhân khách quan

- 1- Do sai lầm trong phương pháp giảng dạy và huấn luyện.
- 2- Do thiếu sót trong tổ chức tập luyện và thi đấu.
- 3- Do yếu tố ảnh hưởng đến độ bền của vật liệu sinh học.
- 4- Do điều kiện sân bãi, dụng cụ, trang phục không đúng quy định, khí hậu thời tiết xấu.
- 5- Do hành vi không đúng của người tập.

Như vậy: Từ 4 nguyên nhân chủ quan và 5 nguyên nhân khách quan như trên đề tài đã xác định được nguyên nhân gây ra chấn thương mà học sinh thường mắc phải. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.2.

Bảng 3.2. Kết quả phỏng vấn nguyên nhân chính gây ra chấn thương trong tập luyện và thi đấu Aerobic (n = 50).

TT	Các nguyên nhân xảy ra chấn thương	Số người đồng ý	Tỷ lệ
1	Do sân bãi dụng cụ chưa đảm bảo	37	74
2	Do khởi động không kỹ hoặc không khởi động	48	96
3	Do phương pháp khởi động chưa phù hợp	33	66
4	Do trang phục chưa đảm bảo	22	44
5	Do thể lực kém, mệt mỏi, quá tải trong tập luyện và thi đấu	43	86
6	Do hành vi không đúng của người tập	40	80
7	Do không tập trung chú ý vào nắm vững kỹ thuật động tác	32	64
8	Yếu tố ảnh hưởng tiền bộ bền chắc vật liệu sinh học	24	48
9	Do cấu trúc giải phẫu không phù hợp với yêu cầu kỹ thuật động tác	19	38

Kết quả trên bảng 3.2 cho thấy: Đa số các ý kiến cho rằng nguyên nhân (1; 2; 5; 6) là nguyên nhân thường gây ra chấn thương cụ thể là:

- + Do sân bãi dụng cụ chưa đảm bảo.
- + Do khởi động không kỹ, nhất là ép dẻo các khớp, cơ và dây chằng.
- + Do thể lực kém, mệt mỏi quá tải trong tập luyện và thi đấu.
- + Do hành vi không đúng của người tập.

3.2. Nghiên cứu một số biện pháp phòng tránh chấn thương trong tập luyện và thi đấu Aerobic cho học sinh lớp 10 Trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

3.2.1. Đề xuất biện pháp phòng tránh chấn thương.

Qua việc phân tích và nghiên cứu tổng hợp được trình bày như trên, chúng tôi đã đề xuất được 11 biện pháp cụ thể

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

dưới đây nhằm phòng ngừa chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn thể dục Aerobic cho học sinh THPT tỉnh Phú Thọ như sau:

1. Chuẩn bị tốt dụng cụ sân bãi.
2. Tập luyện trong môi trường có điều kiện đảm bảo.
3. Khởi động kỹ, chú ý ép dẻo các cơ và khớp.
4. Trang phục tập luyện đảm bảo.
5. Tập trung chú ý và nắm vững các kỹ thuật động tác.
6. Tập thể lực chuyên môn.
7. Không tập quá cường độ.
8. Tăng cường giáo dục ý thức trong tổ chức tập luyện cho học sinh.
9. Tăng cường tập luyện toàn diện các tố chất thể thao.

10. Có phương pháp huấn luyện phù hợp.

11. Xoa bóp hồi phục sau khi tập luyện và thi đấu.

3.2.2. Lựa chọn một số biện pháp phòng ngừa chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 Trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ.

Trên cơ sở lý luận và thực trạng các nguyên nhân gây ra chấn thương, đã tiến hành phỏng vấn 50 đối tượng là giáo viên, huấn luyện viên đang trực tiếp tham gia giảng dạy huấn luyện, học tập tại trường THPT. Kết quả được trình bày ở bảng 3.3.

Bảng 3.3. Kết quả phỏng vấn các biện pháp phòng ngừa chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn thể dục Aerobic (n = 50)

STT	Các biện pháp phòng ngừa chấn thương	Số người đồng ý	Tỷ lệ %
1	Chuẩn bị tốt sân bãi dụng cụ.	41	82
2	Tập luyện trong môi trường có điều kiện đảm bảo.	32	64
3	Khởi động chú ý ép dẻo các cơ và khớp.	50	100
4	Trang phục tập luyện đảm bảo	20	40
5	Tập trung chú ý và nắm vững kỹ thuật động tác.	36	72
6	Tập thể lực chuyên môn.	38	76
7	Không tập quá cường độ.	21	42
8	Tăng cường giáo dục ý thức tổ chức tập luyện cho học sinh.	47	94
9	Tăng cường tập luyện toàn diện các tố chất thể thao.	44	88
10	Phương pháp huấn luyện phù hợp.	31	62
11	Xoa bóp hồi phục sau khi tập luyện và thi đấu.	47	94

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 3.3 cho ta thấy: Đa số ý kiến cho rằng các biện pháp chính để phòng tránh chấn thương và đã được xem xét từ 2/3 số người đồng ý trở lên, đã lựa chọn được 5 biện pháp phòng ngừa chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic cho học sinh THPT tỉnh Phú Thọ là:

+ Biện pháp 1: Chuẩn bị tốt sân bãi dụng cụ.

+ Biện pháp 2: Khởi động kỹ chú ý ép dẻo các cơ và khớp.

+ Biện pháp 3: Tăng cường giáo dục ý thức tổ chức trong tập luyện cho học sinh.

+ Biện pháp 4: Tăng cường tập luyện toàn diện các tố chất thể thao.

+ Biện pháp 5: Xoa bóp hồi phục sau khi tập luyện và thi đấu.

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

3.3. Đánh giá hiệu quả một số biện pháp phòng ngừa chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn Aerobic cho học sinh THPT tỉnh Phú Thọ.

Đề tài đã tiến hành kiểm tra ban đầu để so sánh giữa 2 nhóm đối chứng và

nhóm thực nghiệm. Sau đó, trong quá trình tập luyện đề tài tiến hành kiểm tra và tiến hành vào thời điểm sau 7 tuần tập luyện. Kết quả kiểm tra ban đầu được trình bày ở bảng 3.4 và bảng 3.5.

Bảng 3.4. Kết quả kiểm tra số lượng và mức độ chấn thương trong tập luyện môn Aerobic cho học sinh lớp 10 Trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ trước thực nghiệm (n = 48)

Nhóm	Các bộ phận cơ thể bị chấn thương	Số lượng	Mức độ chấn thương		
			CT nhẹ	CT trung bình	CT nặng
Đối chứng	Khớp vai	6	2	3	1
	Khớp cổ chân	8	5	3	0
	Khớp cổ tay	5	3	2	0
Tổng số		19	10	8	1
Thực nghiệm	Khớp vai	9	4	2	3
	Khớp cổ chân	10	5	3	2
	Khớp cổ tay	4	3	1	0
Tổng số		23	12	6	5

Bảng 3.5 Kết quả kiểm tra ban đầu của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm (n = 48)

Mức độ chấn thương	Nhẹ	Trung bình	Nặng	X ² tính	P
Nhóm đối chứng	10	8	1	4,85	0,05
	52,6%	42.1%	5.3%		
Nhóm thực nghiệm	12	6	5		
	52.2	26.1%	21.7%		

3.3.1 Tổ chức thực nghiệm.

Tiến hành phân nhóm tập luyện một cách ngẫu nhiên:

Nhóm đối chứng gồm 24 em tập bình thường theo kế hoạch của nhà trường. Nhóm thực nghiệm bao gồm 24 em tập luyện theo bài tập bình thường có sử dụng các biện pháp phòng ngừa chấn thương mà đề tài đã lựa chọn tại mục 3.2.2 ở phần chương 3 của đề tài.

Các em ở hai nhóm đều có trình độ tương đương nhau trong thời gian 7 tuần. Mỗi tuần tập 2 buổi, thời gian một buổi tập là 60 phút, khối lượng và nội dung bài tập như nhau. Riêng nhóm thực nghiệm, chúng tôi sắp xếp các biện pháp phòng ngừa chấn thương mà đề tài đã lựa chọn vào thời gian phần đầu và

cuối của các buổi tập, đặc biệt là chú ý đến nội dung xoa bóp thả lỏng hồi tĩnh trước khi xuống lớp cho các em.

3.3.2. Kết quả thực nghiệm.

Trong thời gian thực nghiệm đề tài đã sử dụng phương pháp thi đấu nhóm với nhau để tạo ra hứng thú và hiệu quả của các buổi tập luyện môn thể dục Aerobic. Kết quả thời gian tập luyện, chúng tôi tiến hành kiểm tra và thống kê các chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn thể dục Aerobic. Trên cơ sở đó, chúng tôi xem xét đánh giá hiệu quả tác động của các biện pháp phòng ngừa chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn thể dục Aerobic. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.6.

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Bảng 3.6. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm về số lượng và mức độ chấn thương trong tập luyện và thi đấu môn thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 trường THPT Đoàn Hùng, tỉnh Phú Thọ (n = 48)

Nhóm	Các bộ phận cơ thể bị chấn thương	Số lượng	Mức độ chấn thương		
			CT nhẹ	CT trung bình	CT nặng
Đối chứng	Khớp vai.	4	3	1	0
	Khớp cổ chân.	5	2	2	1
	Khớp cổ tay.	5	2	3	0
Tổng số		14	7	6	1
Thực nghiệm	Khớp vai.	3	2	1	0
	Khớp cổ chân.	2	1	1	0
	Khớp cổ tay.	2	1	1	0
Tổng số		7	4	3	0

Kết quả trên bảng 3.6 cho thấy: Sau một thời gian áp dụng một số biện pháp phòng ngừa chấn thương xảy ra, ở 2 nhóm đều có tỷ lệ, mức độ chấn thương mắc phải giảm đi rõ rệt cụ thể: Trước thực nghiệm tổng số là 42 ca chấn thương, sau thực nghiệm giảm xuống

còn 21 ca chấn thương đặc biệt, ở nhóm thực nghiệm có sự khác biệt rất rõ rệt. Để khẳng định thêm một lần nữa, chúng tôi đánh giá kết quả của việc thực hiện các biện pháp lựa chọn trong 7 tuần. Kết quả được trình bày ở bảng 3.7.

Bảng 3.7. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm (n = 48)

Mức độ chấn thương	Nhẹ	Trung bình	Nặng	X ² tính	P
Nhóm đối chứng	7	6	1	9.5	0,05
	50%	42.9%	7.1%		
Nhóm thực nghiệm	4	3	0		
	57.1%	42.9%	0%		

Kết quả trên bảng 3.7 cho thấy: Qua 7 tuần áp dụng một số biện pháp phòng ngừa chấn thương xảy ra ở 2 nhóm đều có sự khác biệt về số lần xảy ra chấn thương của cả 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng cụ thể: Số ca chấn thương của nhóm thực nghiệm xảy ra ít hơn nhóm đối chứng (với chấn thương nhẹ 4 ca chiếm 57.1%, chấn thương trung bình 3 ca chiếm 42.9% và đặc biệt không có ca chấn thương nặng xảy ra).

Với X^2 tính = 9,5 > X^2 bảng = 7,7815, vậy sự khác biệt giữa hai nhóm đối chứng và thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Như vậy sự khác biệt này có ý nghĩa về

mặt toán học, đảm bảo độ tin cậy ở ngưỡng thống kê cần thiết.

IV. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

4.1. Kết luận

Kết quả nghiên cứu cho phép đưa ra một số kết luận sau:

4.1.1. Đề tài đã xác định được 4 nguyên nhân thường gây ra chấn thương đề từ đó lựa chọn được 5 biện pháp phòng tránh chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic cho học sinh THPT tỉnh Phú Thọ cụ thể là:

+ Biện pháp 1: Chuẩn bị tốt sân bãi dụng cụ.

+ Biện pháp 2: Khởi động kỹ chú ý ép dẻo các cơ và khớp.

+ Biện pháp 3: Tăng cường giáo dục ý thức tổ chức trong tập luyện cho học sinh.

+ Biện pháp 4: Tăng cường tập luyện toàn diện các tố chất thể thao.

+ Biện pháp 5: Xoa bóp hồi phục sau khi tập luyện và thi đấu.

4.1.2. Kết quả nghiên cứu của đề tài bước đầu đã mang lại hiệu quả thiết thực phòng tránh chấn thương trong tập luyện cho đối tượng nghiên cứu, được thể hiện rõ sự khác biệt giữa hai nhóm đối chứng và thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$.

4.2. Kiến nghị

4.2.1. Đề nghị sở GD&ĐT tỉnh Phú Thọ có thể sử dụng các biện pháp phòng tránh chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic cho học sinh các trường THPT của tỉnh trong tập luyện và thi đấu.

4.2.2. Có thể sử dụng các biện pháp phòng tránh chấn thương trong tập luyện môn thể dục Aerobic cho học sinh lớp 10 THPT trong tỉnh Phú Thọ làm tài liệu tham khảo để giảng dạy, huấn luyện và thi đấu.

(*), (**) *Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*

(***) *Trường Đại học Văn hóa Thể thao và Du lịch Thanh Hóa*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), “Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao” - NXB TDTT, thành phố Hồ Chí Minh.

2. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), “Sinh lý học thể dục thể thao” - Sách giáo khoa dùng cho sinh viên các trường Đại học TDTT - NXB TDTT, Hà Nội.

3. Nguyễn Quang Hưng (1978), “Các tố chất thể lực của VĐV” - NXB TDTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), Lý luận và phương pháp TDTT, NXB TDTT, Hà Nội.

5. Phạm Danh Tồn (1991), “Lý luận và phương pháp TDTT” - NXB TDTT, Hà Nội.

6. Nguyễn Tấn Gi Trọng (1975), “Hàng số sinh học người Việt Nam” - NXB Y học, Hà Nội.

7. Nguyễn Đức Văn (2001), “Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao” - Nxb TDTT, Hà Nội.

ỨNG DỤNG MỘT SỐ BÀI TẬP NHẪM PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM HỌC SINH ĐỘI TUYỂN BÓNG BÀN TRƯỜNG THPT CHU VĂN AN - KIẾN XƯƠNG - THÁI BÌNH

TS. Tô Tiến Thành*

Tóm tắt: Sức mạnh tốc độ là một trong những tố chất thể lực hết sức quan trọng trong tập luyện và thi đấu môn bóng bàn. Thông qua nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được một số bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho đối tượng là nam học sinh đội tuyển Bóng bàn trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình nói riêng và đối tượng là nam học sinh THPT nói chung.

Từ khóa: Bóng bàn; Sức mạnh tốc độ; Học sinh THPT

Abstracts: Speed is one of the most important physical qualities in practice and table tennis competitions. Through research, the thesis has selected a number of grinding exercises to develop the speed of the object for male students, the team of Chu Van An High School - Kien Xuong - Thai Binh in particular and the subject is male students in general.

Keywords: Table tennis; Power speed; High school students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

1.1. Lí do chọn đề tài

Bóng bàn là môn thể thao truyền thống, sự phát triển của môn Bóng bàn phù hợp với điều kiện kinh tế, kỹ thuật của nước ta hiện nay, phù hợp với tâm vóc, tố chất thể lực, ý chí của người Việt Nam. Vì vậy, bóng bàn là một trong 7 môn thể thao được đưa vào đầu tư trọng điểm của ngành thể thao Việt Nam. Quan sát việc tập luyện và thi đấu của các nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình, chúng tôi nhận thấy, sự phân bổ thời gian và sử dụng các bài tập để nâng cao sức mạnh tốc độ là chưa hợp lý, dẫn đến hiệu quả trong tập luyện và thi đấu chưa cao, chưa được các giáo viên, các nhà chuyên môn quan tâm đúng mức, nên thành tích trong tập luyện và thi đấu chưa đạt được kết quả tốt.

Xuất phát từ những vấn đề trên cho thấy được ý nghĩa và tầm quan trọng của sức mạnh tốc độ trong tập luyện và thi đấu bóng bàn. Vì vậy, chúng tôi lựa chọn đề tài: "**Ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình**".

1.2. Mục đích nghiên cứu

Đề tài nghiên cứu ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

1.3. Nhiệm vụ nghiên cứu

Để giải quyết được mục đích của đề tài chúng tôi xác định được đề tài gồm hai nhiệm vụ cơ bản:

Nhiệm vụ 1: Lựa chọn một số bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

Nhiệm vụ 2: Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Đề tài sử dụng 6 phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp đọc, phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp thực nghiệm sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

3.1. Lựa chọn các bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

3.1.1. Thực trạng sử dụng các bài tập huấn luyện sức mạnh tốc độ của nam

học sinh THPT đội tuyển Bóng bàn trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

Bảng 3.1. Thực trạng sử dụng các bài tập huấn luyện thể lực của các giáo viên Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình

TT	Nội dung bài tập	Khối lượng	Nghỉ giữa	Số giáo án sử dụng
1	Chạy xuất phát cao 30m, 360m (s)	5 - 7 lần x 30"	1'	4/24
2	Chạy 400m, 800m (s)	1 - 2 lần	5'	4/24
3	Nằm sấp chống đẩy (lần)	3 - 5 tổ x 20 lần	1'	6/24
4	Cơ tay xà đơn (lần)	3 tổ x 10 lần	1'	4/24
5	Bài tập đứng lên ngồi xuống (lần)	3 - 5 tổ x 30 lần	1'	4/24
6	Bài tập mô phỏng động tác vệt bóng thuận tay	2 - 3 tổ x 30 lần	1'	18/24
7	Bài tập vệt bóng với vệt sắt 1,5 kg (lần)	2 - 3 tổ x 25 lần	1'	10/24
8	Bài tập vệt bóng thuận tay kết hợp vệt bóng trái tay	5'		12/24
9	Vệt bóng thuận tay từ 1 điểm sang 1 điểm (lần)	5'		12/24

Qua nghiên cứu chúng tôi nhận thấy, các bài tập phát triển thể lực, nhất là các bài tập nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho các em học sinh đội tuyển bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình còn nghèo nàn, thiếu khoa học. Trình độ kỹ, chiến thuật của các em trong đội tuyển là tương đối đồng đều. Tuy nhiên, trong tập luyện và thi đấu, các em bộc lộ nhiều hạn chế về thể lực, đặc biệt là sức mạnh tốc độ trong đánh bóng khi thi đấu với các đối thủ có trình độ và kỹ thuật tương đồng, các em còn chưa thực hiện tốt nhiều chiến thuật do HLV đề ra. Điều đó chứng tỏ sức mạnh tốc độ của nam học sinh THPT đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình là chưa tốt, chưa đảm bảo được so với yêu cầu cho việc tập luyện và thi đấu môn bóng bàn. Vì vậy, cần quan tâm hơn nữa trong công tác huấn luyện tổ

chất sức mạnh tốc độ cho các em học sinh trong đội tuyển.

3.1.2. Xác định các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

Thông qua nghiên cứu, dựa trên các nguyên tắc lựa chọn test, đề tài xác định được 9 test để đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình. Để tìm được các test phù hợp trong đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình, chúng tôi đưa ra các test đã lựa chọn ở trên vào phiếu phỏng vấn và phỏng vấn 30 giáo viên, giảng viên, HLV, các nhà chuyên môn, các nhà quản lý bằng phiếu hỏi.

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Bảng 3.2. Kết quả phỏng vấn các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình

TT	Test	Rất quan trọng (3 điểm)	Quan trọng (2 điểm)	Ít quan trọng (1 điểm)	Tổng điểm
1	Ném bóng đặc 3kg bằng hai tay lên cao ra trước (m)	10	10	10	60
2	Treo ke bụng trên thang dóng 20s (lần)	8	10	12	56
3	Nhảy dây đơn 30s (lần)	26	4		86
4	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần).	22	7	1	81
5	Bật xa tại chỗ (m)	8	10	12	56
6	Bật cao tại chỗ với bảng bằng một tay (cm)	7	11	12	55
7	Bật nhảy một chân 10 bước (m)	6	4	20	46
8	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)	24	5	1	83
9	Di chuyển ngang 4,5m x 42 lần (s)	25	5	0	85

Theo nguyên tắc lựa chọn đã đề ra và từ kết quả phỏng vấn đề tài lựa chọn 4 test có sự đồng ý cao của các giáo viên, giảng viên, HLV, các nhà chuyên môn, các nhà quản lý (các test đạt từ điểm 80 điểm trở lên) đó là các test 3, 4, 8 và 9, cụ thể gồm các test sau:

1. Nhảy dây đơn 30s (lần)
 2. Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)
 3. Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)
 4. Di chuyển ngang 4,5m x 42 lần (s).
- 3.1.3. Xác định độ tin cậy của các test.**

Bảng 3.3. Hệ số tương quan giữa hai lần lập test cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An – Kiến Xương – Thái Bình

TT	Test	Đối tượng nghiên cứu		r
		Lần 1 $\bar{x} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{x} \pm \delta$	
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	39.0 ± 2.0	40.0 ± 2.0	0.895
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)	13.0 ± 1.0	12.0 ± 1.0	0.819
3	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)	18.0 ± 1.5	17.5 ± 1.5	0.856
4	Di chuyển ngang 4,5m x 42 lần (s).	2'30" ± 5'4	2'35" ± 5'5	0.428

Qua bảng 3.3 cho thấy: Trong 4 test đã lựa chọn qua phỏng vấn có 3 test đạt độ tin cậy $r > 0,80$ với $P < 0,05$, có 1 test độ tin cậy $r < 0,80$ không đạt yêu cầu, nên bị loại vì không đạt được độ tin cậy cần thiết để sử dụng. Vì vậy, chúng tôi sử dụng 3 test đó là:

- Nhảy dây đơn 30s (lần)

- Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)
- Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)

+ **Nhận xét:** Qua tài liệu tham khảo và thực tế điều tra, đề tài đã thu được 9 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Bảng phương pháp phỏng vấn đề tài đã loại bỏ 5 test, còn lại 4 test đưa vào thử nghiệm nhằm xác định độ tin cậy và tính thông báo, kết quả thu được 3 test có độ tin cậy và tính thông báo cần thiết và được sử dụng nhằm kiểm tra, đánh giá đối tượng nghiên cứu của đề tài.

3.1.4. Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình

Đề tài đã lựa chọn được 25 bài tập có khả năng phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình. Để tìm được các bài tập phù hợp nhất nhằm mục đích phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn trường Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình, chúng tôi đưa ra các bài tập đã lựa chọn ở trên ra phỏng vấn 30 giáo viên, HLV, các nhà quản lý, các nhà chuyên môn, chuyên gia... bằng phiếu hỏi.

Bảng 3.4. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình (n = 30)

TT	Bài tập	Rất quan trọng (3 điểm)	Quan trọng (2 điểm)	Ít quan trọng (1 điểm)	Tổng điểm
1	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức (20s)	26	4	0	86
2	Co tay xà đơn	10	10	10	60
3	Co đuôi với tạ tay	10	10	10	60
4	Ném bóng đặc 3kg bằng hai tay trên cao ra trước mặt	8	13	9	59
5	Nằm đẩy tạ 10-15kg	10	8	12	58
6	Kéo dây cao su thẳng tay trên cao trước mặt	19	9	2	76
7	Nằm ngửa ke chân vuông góc với thân người	18	12	0	78
8	Treo trên xà đơn, vịn thân người	10	8	12	58
9	Nằm sấp ưỡn lưng hai tay sau gáy	10	12	8	62
10	Nằm ngửa gập bụng, vịn mình sang hai bên	22	8	0	82
11	Nhảy dây đơn tốc độ (30s)	25	5	0	85
12	Bật xa tại chỗ	8	12	10	58
13	Bật bực đôi chân	20	8	2	78
14	Bật cóc	10	10	10	60
15	Chạy 30m xuất phát cao	8	10	12	56
16	Giật bóng thuận tay với bóng nhiều	22	6	2	80
17	Bạt bóng với bóng nhiều	9	10	11	58
18	Di chuyển giật bóng thuận tay từ 2 điểm sang 1 điểm	8	12	10	56
19	Giật bóng thuận tay từ 2 điểm sang 2 điểm	23	6	1	82
20	Giật bóng thuận tay từ 3 điểm sang 1 điểm	24	6	0	84
21	Phối hợp đẩy trái né giật thuận tay	23	7	0	83
22	Phối hợp giật bóng phải trái	7	10	13	54
23	Cầm vợt sắt mô phỏng kỹ thuật vọt bóng (20s)	25	5	0	85
24	Cầm vợt sắt mô phỏng kỹ thuật giật bóng	20	10	0	80
25	Di chuyển đổi bước mô phỏng động tác đánh bóng nhiều hướng khác nhau tốc độ nhanh	10	9	11	59

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Từ kết quả thu được ở bảng 3.4, dựa theo nguyên tắc lựa chọn đã đề ra, đề tài lựa chọn được 12 bài tập được sự đồng thuận cao của các giáo viên, HLV, các nhà quản lý, các nhà chuyên môn, chuyên gia (có kết quả phỏng vấn đạt từ 70 điểm trở lên), đồng thời chia các bài tập này thành 3 nhóm đó là:

+ Các bài tập khắc phục trọng lượng cơ thể:

1. Nằm sấp chống đẩy tối đa sức (20s).
2. Nằm ngửa ke chân vuông góc với thân người.
3. Nằm ngửa gập bụng, vịn mình sang hai bên.

4. Bật bục đôi chân.

+ Các bài tập với dụng cụ:

5. Kéo dây cao su thẳng tay trên cao

trước mặt.

6. Nhảy dây đơn tốc độ (30s).

7. Cầm vợt sắt mô phỏng kỹ thuật vụt bóng (20s).

8. Cầm vợt sắt mô phỏng kỹ thuật giạt bóng.

+ Nhóm bài tập chuyên môn:

9. Giạt bóng thuận tay với bóng nhiều.

10. Giạt bóng thuận tay từ 2 điểm sang 2 điểm.

11. Giạt bóng thuận tay từ 3 điểm sang 1 điểm.

12. Phối hợp đẩy trái né giạt thuận tay.

3.2. Đánh giá hiệu quả các bài tập đã lựa chọn nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiên Xương - Thái Bình.

Bảng 3.5. So sánh kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ giữa hai nhóm trước thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		t	P
		Nhóm ĐC	Nhóm TN		
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	39.5 ± 2.0	39.0 ± 2.0	1.672	< 0.05
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)	12.0 ± 0.25	12.5 ± 0.5	1.491	< 0.05
3	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vụt bóng 20s (lần)	18.5 ± 1.5	18.25 ± 1.25	1.086	< 0.05

Từ kết quả thu được ở bảng 3.5, cho thấy: Kết quả kiểm tra ở các test đã lựa chọn giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ở cả 2 nhóm là không có sự khác biệt, $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 2.179$ (với $P < 0.05$). Điều đó chứng tỏ rằng, trước khi tiến hành thực nghiệm sức mạnh tốc độ của hai nhóm là đồng đều nhau.

Bảng 3.6. So sánh kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ giữa hai nhóm sau thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		t	P
		Nhóm ĐC	Nhóm TN		
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	42.25 ± 2.25	49.5 ± 1.5	5.329	< 0.05
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)	12.5 ± 0.5	15.5 ± 1.0	4.017	< 0.05
3	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vụt bóng 20s (lần)	19.5 ± 1.5	21.25 ± 1.25	3.048	< 0.05

Kết quả thu được ở bảng 3.6 cho thấy: Sau thực nghiệm, ở tất cả các nội dung

kiểm tra đánh giá sức mạnh tốc độ nhóm thực nghiệm đã tỏ ra hơn hẳn nhóm đối

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

chúng. Sự khác biệt về kết quả kiểm tra là hết sức rõ rệt, giá trị $t_{\text{tính}}$ dao động từ 3.048 đến 5.329 (với $P < 0.05$). Hay nói một cách khác, việc ứng dụng các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ mà đề tài lựa

chọn sau thực nghiệm đã tỏ rõ tính hiệu quả hơn hẳn nhóm đối chứng trong việc phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

Bảng 3.7. So sánh kết quả của hai nhóm đối chứng và thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

TT	Test	Trước thực nghiệm		t	P	Sau thực nghiệm		t	P
		Nhóm đối chứng	Nhóm thực nghiệm			Nhóm đối chứng	Nhóm thực nghiệm		
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	39.5 ± 2.0	39.0 ± 2.0	1.672	> 0.05	42.25 ± 2.25	49.5 ± 1.5	5.329	<0.05
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)	12.0 ± 0.25	12.5 ± 0.5	1.491	> 0.05	12.5 ± 0.5	15.5 ± 1.0	4.017	<0.05
3	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)	18.5 ± 1.5	18.25 ± 1.25	1.086	> 0.05	19.5 ± 1.5	21.25 ± 1.25	3.048	<0.05

Qua bảng 3.7 có thể thấy rằng, sau thực nghiệm dù là nhóm đối chứng hay nhóm thực nghiệm đều có sự phát triển ở tất cả 3 test, nghĩa là sức mạnh tốc độ đã có sự phát triển.

- Khi so sánh tất cả các nội dung kiểm tra đánh giá sức mạnh tốc độ sau thực nghiệm của 2 nhóm cho thấy, ở nhóm thực nghiệm kết quả lập test ở tất cả 3 test đã có sự khác biệt rõ rệt, $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 2.179$ (ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$). Điều đó cho thấy, sau thực nghiệm các bài tập

đã lựa chọn đảm bảo mang lại hiệu quả toàn diện hơn trong việc phát triển sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu. Trái lại, với nhóm đối chứng thực hiện bài tập phát triển sức mạnh tốc độ hiện hành không đảm bảo chắc chắn cho sự phát triển toàn diện sức mạnh tốc độ và không đảm bảo yêu cầu cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình trong giai đoạn huấn luyện chuyên môn hóa ngày càng cao.

Bảng 3.8. Nhịp tăng trưởng của hai nhóm đối chứng và thực nghiệm sau quá trình thực nghiệm

T T	Test	Nhóm đối chứng		W %	Nhóm thực nghiệm		W %
		Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm		Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm	
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	39.5 ± 2.0	42.25 ± 2.25	6,727	39.0 ± 2.0	49.5 ± 1.5	23,728
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 20s (lần)	12.0 ± 0.25	12.5 ± 0.5	4,081	12.5 ± 0.5	15.5 ± 1.0	21,428
3	Cầm vợt sắt 1,5kg mô phỏng động tác vọt bóng 20s (lần)	18.5 ± 1.5	19.5 ± 1.5	5,263	18.25 ± 1.25	21.25 ± 1.25	15,584
Tổng		16.071%			60.740%		

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Từ bảng trên cho thấy:

- Với nhóm thực nghiệm: Trong quá trình thực nghiệm ở tất cả mọi chỉ tiêu đều có sự tăng trưởng tốt ở cả 3 test, tổng mức tăng trưởng là 60.740%.

- Ở nhóm đối chứng: Trong quá trình thực nghiệm ở tất cả mọi chỉ tiêu đều có sự tăng trưởng, tổng mức tăng trưởng vẫn đảm bảo sự tăng tiến, song còn thấp hơn so với nhóm thực nghiệm, tổng mức tăng trưởng là 16.071%.

4. KẾT LUẬN

Từ những kết quả thu được của đề tài, cho phép chúng tôi đi đến những kết luận sau:

+ Qua nghiên cứu cho thấy, thực trạng sức mạnh tốc độ của nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn

An - Kiến Xương - Thái Bình năm 2017 là chưa tốt, chưa đảm bảo được yêu cầu tập luyện và thi đấu môn bóng bàn.

+ Qua quá trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 12 bài tập chia thành 3 nhóm nhằm phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình.

+ Kết quả nghiên cứu của đề tài này đã khẳng định sự cần thiết để phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển Bóng bàn Trường THPT Chu Văn An - Kiến Xương - Thái Bình trong tập luyện và thi đấu. Các bài tập mà chúng tôi lựa chọn đã có hiệu quả trong thực tiễn với mức độ tin cậy ở ngưỡng xác suất $P \leq 5\%$.

(*) Phó Giám đốc Trung tâm Bồi dưỡng và tổ chức sự kiện Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học TDTT*, NXBTDTT Hà Nội.
2. Trần Hiếu (2000), “Nghiên cứu một số bài tập phát triển tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học TDTT”.
3. GS. TS. Lê Văn Lãm, TS. Phạm Xuân Thành (2007), *Giáo trình đo lường TDTT*, NXBTDTT Hà Nội
4. Nguyễn Danh Nam (2008) *Nghiên cứu một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên chuyên sâu Bóng bàn Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, luận văn thạc sĩ KHGD, Đại học TDTT Bắc Ninh.*
5. Nguyễn Danh Thái, Vũ Thành Sơn (1999) “Sách giáo khoa Bóng bàn”, Đại học TDTT Bắc Ninh
6. Nguyễn Tường (1978) “*Những đặc điểm của tổ chất sức mạnh tốc độ và phương pháp*

LỰA CHỌN MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC BỀN TỐC ĐỘ CHO NAM HỌC SINH ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG TRƯỜNG THPT SỐ 1 SA PA - LÀO CAI

TS. Hướnɡ Xuān Nguyễn *
Nguyễn Cao Cường **

Tóm tắt: Trong thực tế, qua quan sát các buổi tập và thi đấu của nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai chúng tôi nhận thấy rằng, các em bộc lộ nhiều điểm yếu cơ bản về kỹ - chiến thuật, tâm lý và thể lực đặc biệt là sức bền tốc độ yếu, không đủ khả năng duy trì vận động thi đấu trong các trận đấu căng thẳng kéo dài. Thực tế công tác giảng dạy và huấn luyện cho đối tượng trên hiện nay tuy đã được Nhà trường đầu tư đáng kể, nhưng thực chất chưa định hướng rõ vấn đề then chốt cần giải quyết một cách triệt để. Do vậy, vấn đề lựa chọn các bài tập phù hợp với đối tượng và điều kiện thực tiễn của Nhà trường nhằm phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu là một việc làm cấp thiết.

Từ khóa: Bài tập, phát triển, sức bền tốc độ, cầu lông

Abstract: In fact, by observing the training sessions and competitions of male students in badminton school of Sa Pa - Lao Cai high school, we realized that, they revealed many basic weaknesses about techniques - tactics, psychological and physical strength especially weak speed, not able to maintain movement in the long stressful matches. In fact, the current teaching and training for these subjects has been significantly invested by the school, but has not yet clearly defined the key issues that need to be resolved thoroughly. Therefore, the problem of selecting exercises suitable to the subjects and practical conditions of the University to develop speed endurance for research subjects is an urgent job.

Keywords: Training, develop, endurance speed, badminton

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thực tế, qua quan sát các buổi tập và thi đấu của nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai chúng tôi nhận thấy rằng, các em bộc lộ nhiều điểm yếu cơ bản về kỹ - chiến thuật, tâm lý và thể lực đặc biệt là sức bền tốc độ yếu, không đủ khả năng duy trì vận động thi đấu trong các trận đấu căng thẳng kéo dài. Thực tế công tác giảng dạy và huấn luyện cho đối tượng trên hiện nay tuy đã được Nhà trường đầu tư đáng kể, nhưng thực chất chưa định hướng rõ vấn đề then chốt cần giải quyết một cách triệt để.

Cho đến nay, ở Việt Nam việc nghiên cứu sâu về tố chất thể lực và hệ thống các bài tập phát triển tố chất thể lực cho môn cầu lông đã thu hút sự quan tâm nghiên cứu của nhiều nhà khoa học. Tuy nhiên vấn đề nghiên cứu bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển

cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai thì chưa có công trình nào nghiên cứu.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi lựa chọn nghiên cứu đề tài: **“Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai”**.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Xác định nguyên tắc lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Từ các vấn đề lý luận đã phân tích, dựa trên những cơ sở khoa học của quá trình huấn luyện cầu lông và thực tế công tác giảng dạy - huấn luyện tại các địa phương, các trường THPT, đề lựa chọn được một số các bài tập phát triển sức bền tốc độ ứng dụng trong quá trình giảng dạy - huấn luyện cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai cần phải đảm bảo các nguyên tắc sau:

- Các bài tập được lựa chọn phải đảm bảo có chỉ tiêu đánh giá cụ thể. Hình thức tập luyện đơn giản, phù hợp với đặc điểm của đối tượng, điều kiện thực tiễn của công tác huấn luyện môn cầu lông tại Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai.

- Các bài tập lựa chọn phải đảm bảo định hướng phát triển toàn diện cho các bộ phận chính của cơ thể tham gia vào hoạt động sức nhanh chuyên môn và sức bền chuyên môn trong tập luyện và thi đấu cầu lông.

- Việc lựa chọn các bài tập phải đảm bảo độ tin cậy và mang tính thông tin cần thiết đối với đối tượng nghiên cứu.

Trên cơ sở các nguyên tắc lựa chọn, đề tài tiến hành lựa chọn các bài tập phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

3.2. Lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai

Qua tham khảo các tài liệu chung và chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước, qua khảo sát công tác huấn luyện cầu lông tại các trung tâm thể thao, các trường THPT trên địa bàn tỉnh Lào Cai, đề tài đã lựa chọn được 19 bài tập chuyên môn ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện nhằm phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai.

Với mục đích xác định cơ sở thực tiễn của việc lựa chọn hệ thống các bài tập chuyên môn ứng dụng trong huấn luyện phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng

nghiên cứu, đề tài tiến hành phỏng vấn 30 huấn luyện viên, các chuyên gia, các giáo viên hiện đang làm công tác giảng dạy - huấn luyện môn cầu lông trên địa bàn tỉnh Lào Cai và Trường ĐHSPT TDTT Hà Nội. Trong đó: (HLV có trình độ trên đại học: 20 người; giáo viên, HLV có trình độ đại học và thâm niên công tác trên 20 năm: 10 người)

Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ ưu tiên của các bài tập ở 3 mức:

Ưu tiên 1: (Bài tập quan trọng).

Ưu tiên 2: (Bài tập bình thường).

Ưu tiên 3: (Bài tập không quan trọng).

Đề tài căn cứ vào kết quả phỏng vấn để tìm và lựa chọn ra được những bài tập đặc trưng tiêu biểu cho từng yếu tố của sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.1.

Từ kết quả thu được ở bảng 3.1 cho thấy, cả 16/19 bài tập huấn luyện phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu mà đề tài đưa ra đều được các ý kiến lựa chọn với số ý kiến chiếm tỷ lệ từ 70.00% trở lên, và phần lớn đều xếp ở mức độ rất quan trọng. Trong các bài tập được HLV lựa chọn ít có các bài tập thể lực liên hoàn với các dụng cụ, mà chỉ chú trọng các bài tập phát triển thể lực riêng lẻ. Điều này phần nào đó cũng phù hợp với thực tiễn hiện nay các địa phương chưa có nhà tập với các dụng cụ liên hoàn để hỗ trợ nhằm phát triển, nâng cao sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu. Các bài tập gồm:

- Nhảy dây tốc độ.
- Di chuyển đánh cầu 4 góc trên sân.
- Di chuyển ngang sân đơn
- Di chuyển lên 2 góc lưới tạt cầu
- Di chuyển từ giữa sân ra 6 điểm trên sân.
- Lùi bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân.
- Di chuyển từ giữa sân ra 4 góc đập cầu và sủi cầu.
- Di chuyển ngang sân bật nhảy đập cầu liên tục

Bảng 3.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu (n = 30)

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn							
		Rất quan trọng		Quan trọng		Cần		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Bật bực cao 40 cm	10	33.33	9	30	11	36.67	0	0
2	Nhảy dây tốc độ.	22	81.48	3	11.11	1	3.70	1	3.70
3	Di chuyển đánh cầu 4 góc trên sân.	19	73.08	5	19.23	2	7.69	0	0
4	Di chuyển ngang sân đơn	20	71.43	6	21.43	2	7.14	0	0
5	Di chuyển tiến lùi	5	16.67	6	20	0	0	0	0
6	Di chuyển lên 2 góc lưới tạt cầu	30	100.00	0	0	0	0	0	0
7	Di chuyển từ giữa sân ra 6 điểm trên sân.	19	73.08	5	19.23	2	7.69	0	0
8	Lùi 2 bước bật nhảy đập cầu.	5	16.67	5	16.67	2	6.66	0	0
9	Lùi bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân.	30	100.00	0	0	0	0	0	0
10	Di chuyển từ giữa sân ra 4 góc đập cầu và sủi cầu	30	100.00	0	0	0	0	0	0
11	Di chuyển ngang sân bật nhảy đập cầu liên tục	22	81.48	3	11.11	1	3.70	1	3.70
12	Di chuyển 3 bước đánh cầu cao xa liên tục	30	100.00	0	0	0	0	0	0
13	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu	19	73.08	5	19.23	2	7.69	0	0
14	Di chuyển đánh cầu toàn sân	20	71.43	6	21.43	2	7.14	0	0
15	Di chuyển ngang bật cầu phải, trái tay liên tục.	22	81.48	3	11.11	1	3.70	1	3.70
16	Di chuyển đẩy cầu 6 điểm trên sân	30	100.00	0	0	0	0	0	0
17	Di chuyển lên lưới bỏ nhỡ và lùi về cuối sân đập cầu	20	83.33	2	8.33	1	4.17	1	4.17
18	Bài tập thi đấu đơn.	21	84.00	2	8.00	2	8.00	0	0
19	Bài tập thi đấu đôi.	20	71.43	6	21.43	2	7.14	0	0

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

- Di chuyển 3 bước đánh cầu cao xa liên tục.

- Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu

- Di chuyển đánh cầu toàn sân.

- Di chuyển ngang bật cầu phải, trái tay liên tục.

- Di chuyển đẩy cầu 6 điểm trên sân.

- Di chuyển lên lưới bỏ nhỏ và lùi về cuối sân đập cầu.

- Bài tập thi đấu đơn.

- Bài tập thi đấu đôi.

Như vậy, qua khảo sát thực tiễn dưới hình thức phỏng vấn, đề tài đã lựa chọn được 16 bài tập ứng dụng trong huấn

luyện phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

4. KẾT LUẬN :

Trong quá trình nghiên cứu giai đoạn đầu, đề tài đã lựa chọn được 16 bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai.

5. NGUỒN BÀI BÁO:

Bài báo được trích từ đề tài: "*Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT số 1 Sa Pa - Lào Cai*".

(*) *Phó Bí thư Đảng ủy - Trưởng phòng TCCB Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.*

(**) *Học viên CH K5 Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dr - Harre (1996) - *Học thuyết huấn luyện (sách dịch) - NXB TDTT - Hà Nội, tr. 168-554.*
2. Lưu Quang Hiệp - Phạm Thị Uyên (1996) - "*Sinh lý học TDTT*" - NXB TDTT - Hà Nội, tr.361-465.
3. Nguyễn Xuân Sinh (1999) - "*Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*" - NXB TDTT - Hà Nội, tr.5-371.
4. Nguyễn Toán - Phạm Danh Tôn (1993) - *Lý luận và phương pháp thể thao* NXB TDTT - Hà Nội.
5. Valich. B (1981), *Huấn luyện VĐV trẻ*, Nxb TDTT, Hà Nội.
6. Tăng Phàn Huy, Vương Lộ Đức, Lê Văn Hoa (1992), *Tiêu chuẩn tuyển chọn vận động viên cầu lông Trung Quốc*, Nxb TDTT Nhân dân Trung Quốc.
7. Liên đoàn cầu lông Việt Nam (2001), "*Huấn luyện ban đầu cho VĐV cầu lông Trung Quốc*", Tài liệu tham khảo cho HLV, Hà Nội.
8. Hoàng Xuân Nguyên, Trần Văn Vinh, Mai Thị Ngoãn (2004), "*Giáo trình cầu lông*", NXB TDTT, Hà Nội.

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG VÀ BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG HOẠT ĐỘNG THƯ VIỆN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

ThS. Ngô Xuân Đức *

Vũ Thị Thu Hà, Nguyễn Trần Minh Chi **

Tóm tắt: Thư viện Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội đã được đầu tư về hệ thống cơ sở vật chất, phòng đọc, kho sách, báo, học liệu, nối mạng Internet. Tuy nhiên vẫn chưa thu hút được đông đảo cán bộ, giảng viên và sinh viên đến thư viện. Đề tài “Nghiên cứu xây dựng phần mềm thư viện điện tử Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội” được thực hiện với mục tiêu xây dựng phần mềm quản lý thư viện phục vụ cho công tác quản lý và nhu cầu bạn đọc. Kết quả nghiên cứu chỉ ra thực trạng về nguồn lực của thư viện làm cơ sở xây dựng phần mềm quản lý thư viện điện tử ứng dụng cải thiện khả năng hoạt động của thư viện phục vụ cho mục tiêu đào tạo của Nhà trường.

Từ khóa: thực trạng, thư viện, nguồn lực, trang thiết bị, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Abstracts: *The Library of Hanoi University of Physical Education and Sports has been invested in the system of facilities, reading rooms, books, newspapers, learning materials, internet connection. However, it has not attracted many officials, lecturers and students to the library. The topic "Research on building electronic library software at Hanoi University of Physical Education and Sports" is carried out with the goal of building library management software for management and your needs. read. The research results indicate the current situation of the library's resources as a basis for developing electronic library management software to improve the library's ability to serve the school's training objectives.*

Keywords: *status, library, resources, equipment, Hanoi University of Physical Education and Sports*

1. Mở đầu

Thư viện Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội được hình thành từ năm 1961. Thư viện là hình ảnh của trường đại học, là nơi lưu trữ thông tin, tài liệu tham khảo, giáo trình... nó còn là nơi cán bộ, giảng viên và sinh viên tìm đến để tra cứu, tìm kiếm tài liệu phục vụ học tập, nghiên cứu khoa học.

Đặc biệt hệ thống thư viện của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội là một Trung tâm học liệu. Các nghiên cứu và thực tế đã chứng minh rằng thư viện trường đại học nói chung đóng một vai trò vô cùng quan trọng (Rodwell & Fairbairn, 2008). Vì vậy cần phải chú ý đến việc đánh giá thực trạng từ đó định hướng sự phát triển của thư viện. Tuy nhiên, theo các báo cáo đánh giá theo tiêu chuẩn cho thấy thư viện được chú ý đầu tư phát triển nhưng vẫn chưa thu hút được đông đảo người học đến thư viện, thậm chí chưa được sinh viên đánh giá cao. Vì thế, việc đánh giá lại các hoạt động của hệ thống thư viện trường và các nguồn lực hiện có tại các thư viện nhánh là một việc làm cần thiết.

Việc đánh giá này sẽ là cơ sở cho việc định hướng và xây dựng công cụ quản lý thích hợp cho hệ thống thư viện để cải thiện khả năng hoạt động của thư viện phục vụ cho mục tiêu đào tạo của Nhà trường.

2. Phương pháp nghiên cứu

Để giải quyết các mục tiêu nghiên cứu, các phương pháp nghiên cứu khoa học được sử dụng bao gồm: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn (khảo sát, điều tra), phương pháp toán học thống kê.

3. Kết quả nghiên cứu

3.1. Thực trạng các nguồn lực hiện có tại thư viện

Nằm trong khuôn viên của Trường với diện tích 1152m² bao gồm 2 tầng với hệ thống phòng đọc 200 chỗ ngồi, hệ thống phòng lưu trữ, phòng phục vụ. Về nguồn lực phục vụ cho công tác thư viện như sau:

3.1.1. Cơ sở vật chất

Kết quả điều tra cho thấy thư viện được đầu tư để phát triển cơ sở vật chất. Diện tích thư viện 1152m². Theo kết quả khảo sát từ

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

độc giả, diện tích thư viện hiện nay chỉ đạt ở mức trung bình. Thư viện dành phần lớn diện tích để lưu trữ sách nên số chỗ ngồi không nhiều (200 chỗ).

Theo đánh giá của người được khảo sát, số lượng chỗ ngồi, quạt gió và hệ thống ánh

sáng ở các thư viện ở mức đầy đủ, số lượng máy tính phục vụ cho việc học tập, diện tích phòng đọc và sự đáp ứng của mạng Internet chỉ đạt mức độ trung bình. (Bảng 1)

Bảng 1. Đánh giá về trang thiết bị, cơ sở vật chất tại thư viện

Cơ sở vật chất	Số lượng	Trung bình	Xếp loại
Chỗ ngồi	200	3,5	Đầy đủ
Quạt	50	4	Đầy đủ
Hệ thống ánh sáng	170	3,2	Trung bình
Máy tính	1	0,0001	Trung bình
Diện tích phòng đọc	287	2,5	Trung bình
Mạng internet	1	1,5	Tốt
Phần mềm quản lý	0	0	Kém
Thiết bị đọc tài liệu nghe nhìn	0	0	Kém

Phương tiện làm việc của cán bộ thư viện được chú trọng đầu tư, thư viện có máy tính nối mạng dành cho nhân viên thư viện thực hiện công tác nghiệp vụ. Từ năm 2010, thư viện được trang bị phần mềm quản lý lưu hành tài liệu - phần mềm quản lý thư viện truyền thống. Tuy nhiên, hiện nay đã lỗi thời và không còn sử dụng, thư viện chưa có công an ninh và hệ thống kiểm soát để bảo vệ tài liệu cũng như tài sản của thư viện. Nhìn chung, tình hình cơ sở vật chất ở các thư viện hiện nay đang ở tình trạng mất cân đối ở cả mức độ đầu tư lẫn sử dụng. Trong tình hình hiện tại, việc đòi hỏi đầu tư dàn trải và đầy đủ ở thư viện là không khả thi. Tuy nhiên, vị trí địa lý của thư viện hiện nay tạo nên một

lợi thế đó là khả năng chia sẻ. Nếu có một chính sách từ phía Nhà trường, thư viện sẽ không phải đầu tư quá nhiều vào cơ sở vật chất mà vẫn tăng được hiệu suất phục vụ.

3.1.2. Nguồn tài nguyên thông tin

Theo số liệu thông kê của Thư viện, nguồn tài liệu tương đối phong phú, vốn tài liệu khá đa dạng, bao gồm sách, báo và tạp chí, báo cáo khoa học, cơ sở dữ liệu dạng điện tử, băng đĩa, và luận văn. Trong đó, sách giáo trình và luận văn chiếm đa số. Ngoài ra, thư viện có máy tính kết nối Internet để phục vụ cho công tác quản lý của thư viện viên. Khảo sát từ phía độc giả cho thấy loại hình tài liệu được sử dụng nhiều nhất là sách in, giáo trình và khóa luận, luận văn.

Bảng 2: Loại hình tài liệu được sử dụng nhiều nhất

Loại hình	Trả lời		% tổng số quan sát
	n	%	
Sách in	2218	75	100
Internet	0	0	0
Khóa luận	1000	82	100
Luận văn	100	95	100
Báo/ Tạp chí	20	40	100
Sách điện tử	0	0	0
Tài liệu nghe nhìn	0	0	0
Tổng			

Đánh giá theo các tiêu chí mức độ phù hợp của nội dung tài liệu, mức độ chính xác của vốn tài liệu so với nhu cầu sử dụng, mức độ đáp ứng về thời gian so với nhu cầu và

mức độ đáp ứng về số lượng/ nhan đề tài liệu so với nhu cầu sử dụng của bạn đọc ta thấy: Về mức độ phù hợp của nội dung vốn tài liệu: Nhìn chung nội dung vốn tài liệu là khá

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

phù hợp trong đó mức độ phù hợp từ 75 - 100% chiếm 20.7%; mức độ phù hợp từ 50 - 75% chiếm tỷ lệ cao nhất 54.1% và mức độ phù hợp dưới 25% là khá ít chỉ khoảng 4%. Tuy nhiên, cũng cần chú ý có giải pháp nâng cao mức độ phù hợp của nội dung vốn tài liệu tại hệ thống thư viện nhằm đáp ứng tốt hơn nhu cầu bạn đọc. Về mức độ chính xác của vốn tài liệu so với nhu cầu người sử dụng: Theo kết quả thống kê thu được thì vốn tài liệu có mức độ chính xác đến 80.7% so với nhu cầu. Về mức độ đáp ứng về mặt thời gian so với nhu cầu: Vốn tài liệu tại thư viện được đánh giá là kịp thời với 61.6% so với nhu cầu người sử dụng.

Qua phân tích ta thấy vốn tài liệu của thư viện khá phong phú và phù hợp với nhu cầu của người sử dụng. Tuy nhiên, số lượng tài liệu và đặc biệt là số cuốn tài liệu trên một nhan đề chưa đáp ứng được nhu cầu của bạn đọc và việc bổ sung đáp ứng đầy đủ nhu cầu của mọi bạn đọc là không khả thi. Với đặc

thù là trường đơn ngành với tổng số 120 học phần đang giảng dạy ở các khoa. Như vậy để có thể tận dụng hết hiệu suất tài liệu có trong thư viện và để đáp ứng nhu cầu của bạn đọc cần phải có chính sách cho sử dụng tài liệu liên thư viện trong hệ thống thư viện trường.

3.1.3. Nguồn nhân lực

Tại thư viện trường hiện có tổng số 02 nhân viên thư viện. Trong số đó có 1 nhân viên đã công tác tại các thư viện trên 10 năm rất gắn bó với thư viện, hiểu rõ nhu cầu của độc giả của thư viện mình phụ trách.

Tất cả (100%) nhân viên thư viện có trình độ đại học. Về trình độ chuyên môn có 2/2 được đào tạo ở các chuyên ngành khác nhưng đã tham gia nhiều khóa tập huấn nghiệp vụ do Trường Đại học Văn hóa tổ chức. Hầu hết nhân viên thư viện có chứng chỉ ngoại ngữ và tin học theo quy định. So sánh mối tương quan giữa số lượng độc giả và cán bộ thư viện ta thấy trung bình 1 cán bộ thư viện phải phục vụ cho hơn 450 bạn đọc.

Bảng 3: Cách tính số lượng nhân viên trong thư viện của Hội liên hiệp Thư viện Philippines

Đơn vị tính: người

Độc giả*	Cán bộ thư viện	
	Thư viện viên	Nhân viên phục vụ
500	2	2
> 1500	2 + 1	2
> 2500	2 + 1 + 1	2

*Nguồn: (PAARL, 2010), * Căn cứ theo quy mô đào tạo của khoa chủ quản*

Bảng 4. Bảng tính số nhân viên thư viện

Bạn đọc	Cán bộ thư viện hiện tại	Số nhân viên lý tưởng	
		Thư viện viên	Nhân viên phục vụ
900	2	2	2

Nhìn vào bảng 4 ta thấy số lượng nhân viên hiện nay của thư viện đang thiếu. Tuy nhiên, thực tế cho thấy hiện tại nhân viên thư viện chủ yếu làm công tác phục vụ và lựa chọn tài liệu, vì vậy có thể giảm được số lượng nhân viên làm công tác nghiệp vụ.

Đánh giá chung rút ra từ khảo sát cho thấy, tinh thần trách nhiệm và thái độ phục vụ của cán bộ thư viện được xếp loại tốt và hiện nay các nhân viên thư viện chỉ chú trọng việc lưu hành tài liệu và bảo quản tài liệu mà không có thời gian phát triển các

sản phẩm thông tin phục vụ cho độc giả. Tuy nhiên, nhân viên thư viện cần chú ý nâng cao các kỹ năng và kiến thức để thực hiện công tác tốt hơn. Trong các kỹ năng và kiến thức đưa ra sẵn trong bảng khảo sát, có 21% phiếu trả lời chọn nội dung nâng cao nghiệp vụ thư viện. Kỹ năng tuyên truyền và phổ biến thông tin và kỹ năng giao tiếp cũng được quan tâm đề nghị bên cạnh việc trau dồi, nâng cao kỹ năng và kiến thức của cán bộ thư viện. Ngoài ra bồi dưỡng thêm kiến thức thuộc chuyên ngành khoa học của nhà

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

trường đang công tác và khả năng ngoại ngữ cũng không thể thiếu với cán bộ thư viện.

Để đảm bảo thực hiện tốt công tác tại các thư viện, hệ thống thư viện Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội cần chú trọng tận dụng các lợi thế của mô hình hoạt động và nguồn nhân lực hiện nay. Với mô hình Trung tâm học liệu thực hiện toàn bộ công tác biên mục xử lý kỹ thuật tài liệu, các thư viện giảm được hẳn số lượng thư viện viên và nhân viên kỹ thuật cho công tác này.

3.2. Biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động thư viện

Từ thực trạng nêu trên, để nâng cao chất lượng hoạt động thư viện, chúng tôi đề xuất một số biện pháp sau:

Thứ nhất, Nhà trường cần có chủ trương đầu tư kinh phí về việc nâng cấp cơ sở vật chất cho thư viện khang trang hơn. Đặc biệt, đầu tư thêm các giá, tủ đựng sách mới, phù hợp với diện tích và việc trưng bày tài liệu, tiện ích cho việc tra cứu. Nên đầu tư các loại giá có độ bền và dễ xê dịch, sắp xếp; trang bị hệ thống máy tính để các độc giả có thể truy cập thêm thông tin thường xuyên, đặc biệt phục vụ cho học viên các lớp tập trung, ở lại ký túc xá.

Thứ hai, nâng cao chất lượng tài liệu. Thư viện cần thực hiện loại chuyển những tài liệu cũ và bổ sung thêm các tài liệu mới mang tính cập nhật để phục vụ nhu cầu độc giả. Đồng thời cần bổ sung các loại sách, tài liệu, tư liệu mới hằng năm, đặc biệt là sách về Văn kiện Đại hội Đảng, các Nghị quyết của Hội nghị Trung ương.

Thứ ba, cần sắp xếp lại tài liệu và thay đổi cách tra cứu. Thư viện có thể phối hợp với Trung tâm GDQP Nhà trường để thường xuyên dọn dẹp, sắp xếp và phân loại tài liệu hợp lý. Những tài liệu quá cũ thì có thể sắp xếp để lưu trữ hoặc thanh lý, những tài liệu mới thì cần phân loại rõ ràng trên kệ. Ví dụ, một dãy kệ trưng bày sách về lịch sử, một dãy kệ dành cho sách về pháp luật... Ngoài ra, có thể đưa hệ thống đầu sách, tạp chí lên máy tính của thư viện, xây dựng

phần mềm quản lý thư viện để người đọc có thể dễ dàng tra cứu.

Thứ tư, tăng cường công tác bồi dưỡng, cập nhật nghiệp vụ cho nhân viên thư viện. Hằng năm, Nhà trường cần tạo điều kiện cho cán bộ quản lý thư viện tham gia các lớp tập huấn, bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ để cập nhật thêm những thông tin mới.

Thứ năm, Trung tâm KHCN-TT&TV và cán bộ thư viện cần làm tốt công tác quản lý, tuyên truyền. Hằng tháng, cán bộ thư viện có thể giới thiệu các loại sách, tài liệu mới cho các bạn đọc thông qua trang Web của Trường. Ngoài ra cần có sự phối hợp giữa người quản lý với người dạy để giới thiệu các tài liệu của thư viện đối với học viên. Nhà trường cũng nên có quy chế nhằm khuyến khích giảng viên, học viên khai thác, sử dụng tài liệu của thư viện thường xuyên để đạt kết quả cao trong quá trình dạy và học bởi sách báo chính là tài liệu có giá trị chính thống. Tuy nhiên, cần xem xét bố trí thời gian mở cửa thư viện phù hợp với đặc thù của Nhà trường; có thể sáng nghỉ, chiều và tối mở cửa đến 21h30 tùy thuộc vào lịch học của sinh viên. Đề nghị tăng thêm nhân sự thư viện để phục vụ công tác thư viện được hiệu quả.

4. Kết luận

Kết quả khảo sát cho thấy, thư viện dù nhận được sự quan tâm của Nhà trường và lãnh đạo các đơn vị nhưng hiện nay còn rất nhiều khó khăn về nguồn lực. Vì nhiều lí do khách quan thư viện không thể chờ đợi sự đầu tư đầy đủ và hiện đại mới hoạt động và phục vụ tốt cho độc giả. Để có thể đảm bảo các thư viện hoạt động tốt, hệ thống thư viện cần phải có sự quản lí tập trung và hợp tác trong các hoạt động, xây dựng hệ thống phần mềm quản lý thư viện điện tử để có thể chia sẻ các nguồn lực, tận dụng các ưu thế hiện có.

() Phó Giám đốc Trung tâm KHCN-TT&TV Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội*

*(**) Thư viện viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội*

MỘT SỐ GIẢI PHÁP ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ THÔNG TIN TRONG GIẢNG DẠY VÀ HỌC TẬP TẠI TRUNG TÂM GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG VÀ AN NINH - TRƯỜNG ĐHSPT DTT HÀ NỘI

Đại tá, ThS. Nguyễn Minh Tiến *

I. Đặt vấn đề

Trước đây, khi công nghệ thông tin (CNTT) chưa được đưa vào trường học, mọi khâu soạn giảng, lưu trữ hồ sơ, công văn báo cáo... đều "thủ công" rất vất vả. Việc soạn bài của giảng viên đều viết tay. Khâu lưu trữ hồ sơ cũng gặp không ít phiền phức. Để lưu lại hồ sơ của sinh viên được cấp chứng chỉ môn học GDQPAN theo quy định cần có tủ bảo lưu chứa gần 300.000 hồ sơ sinh viên đã hoàn thành. Hiện nay với lưu lượng gần 20.000 sinh viên mỗi năm, nên hồ sơ thường được bó lại và xếp vào tủ hồ sơ, dễ dẫn đến thất thoát do môi mọt. Bên cạnh đó, chế độ công văn báo cáo đều phải trực tiếp hoặc qua đường bưu điện nhiều khi bất tiện, tốn kém thời gian và công sức. Việc xếp thời khóa biểu và làm điểm đều thủ công nên rất mất thời gian, khó kiểm tra và thiếu chính xác.

Xu thế chung thời đại Công nghệ 4.0 đã đưa ứng dụng CNTT vào nhiều lĩnh vực. Chỉ cần một cú nhấp chuột hoặc thao tác trên điện thoại thông minh, người ta có thể hoàn tất nhiều công đoạn thủ tục mà trước đây phải mất hàng tuần, có khi hàng tháng (gửi thư). Trong xu thế hội nhập hiện nay, ngành Giáo dục cũng không ngoại lệ. Việc đưa những phần mềm ứng dụng CNTT vào cơ sở giáo dục, trường học phục vụ cho quản lý, giảng dạy và học tập là rất cần thiết.

Nhận thức rõ vai trò, tầm quan trọng và hiệu quả của ứng dụng CNTT trong dạy học; ngay từ những ngày đầu thành lập Trung tâm (9/1994), Ban Giám đốc Trung tâm đã đặc biệt quan tâm và quyết tâm đưa CNTT vào công tác giảng dạy và học

tập. Với sự quan tâm của các cấp lãnh đạo, sự nỗ lực không ngừng của tập thể đội ngũ cán bộ sĩ quan và giảng viên đến nay, từ 1- 2 giảng viên biết CNTT đến nay 100% giảng viên có thể tự soạn bài giảng ở mức thành thạo và sử dụng hiệu quả những phần mềm soạn bài giảng cũng như các thiết bị hỗ trợ để phục vụ công tác chuyên môn. Về phía sinh viên, hầu hết các em đã được trang bị phương pháp học tập với tiết học có ứng dụng CNTT và kỹ năng khai thác thông tin phục vụ học tập từ máy tính và Internet.

Vì vậy, tham luận được viết trên tinh thần chia sẻ những kinh nghiệm đúc kết được trong quá trình tìm tòi, nghiên cứu và ứng dụng CNTT trong giảng dạy và học tập tại Trung tâm Giáo dục quốc phòng và An ninh Trường Đại học Sư phạm DTT Hà Nội.

II. Nội dung

1. Các hoạt động ứng dụng CNTT trong dạy học

Ứng dụng CNTT trong dạy và học là việc ứng dụng những thành tựu của CNTT một cách phù hợp và hiệu quả nhằm nâng cao chất lượng dạy và học. Như vậy, ứng dụng CNTT trong giảng dạy và học tập không chỉ được hiểu theo nghĩa đơn giản là dùng máy tính vào các công việc như biên soạn rồi trình chiếu bài giảng điện tử ở trên lớp. Ứng dụng CNTT phải được hiểu là một giải pháp trong mọi hoạt động liên quan đến đào tạo; liên quan đến công việc của người làm công tác giáo dục; liên quan đến hoạt động nghiên cứu, soạn giảng; lưu trữ, tìm kiếm, trao đổi, chia sẻ kinh nghiệm và tài nguyên học tập... và cao hơn, với E-Learning, hoạt động dạy

và học ngày nay được diễn ra mọi lúc, mọi nơi.

Trung tâm triển khai một cách đầy đủ và thiết thực nhất, được giảng viên thực hiện thành công và mang lại hiệu quả cao như:

- Tra cứu thông tin phục vụ công tác nghiên cứu, nâng cao kiến thức chuyên môn và lấy tư liệu hỗ trợ soạn giảng;

- Sử dụng các phần mềm hỗ trợ soạn giảng để tạo bài giảng điện tử như MS Powerpoint, Violet và các phần mềm dựng phim, nhạc...

- Sử dụng các phần mềm hỗ trợ làm đề thi kiểm tra và đánh giá kết quả học tập của sinh viên như McMix, Quest, MS Excel...

- Sử dụng diễn đàn, email như một phương tiện để giao lưu, trao đổi kinh nghiệm với giảng viên các trung tâm bạn trong cả nước.

- Triển khai tiết học có ứng dụng CNTT, có sử dụng bài giảng điện tử.

Tuy nhiên, chúng ta cần xác định rõ rằng: CNTT chỉ là phương tiện tạo thuận lợi cho triển khai phương pháp dạy học tích cực chứ không phải là điều kiện đủ của phương pháp này. Không lạm dụng công nghệ nếu chúng không tác động tích cực đến quá trình dạy học. Để một giờ học có ứng dụng CNTT là một giờ học phát huy tính tích cực của sinh viên thì điều kiện tiên quyết là việc khai thác CNTT phải đảm bảo các yêu cầu và tính đặc trưng của phương pháp dạy học tích cực mà giảng viên sử dụng. Cần tránh việc dùng slide trình chiếu chỉ để thay việc viết bảng mà lại coi đó là tiết dạy ứng dụng CNTT (cần phân biệt thế nào là giáo án điện tử, bản trình chiếu, bài giảng điện tử hay bài giảng điện tử theo chuẩn E-Learning).

2. Quá trình tổ chức thực hiện

Trong quá trình triển khai thực hiện dĩ nhiên sẽ vướng mắc nhiều khó khăn. Nhận diện khó khăn để tìm giải pháp khắc phục và vượt qua là công việc thường xuyên

trong quá trình tổ chức thực hiện. Những khó khăn như:

- Về đội ngũ giảng viên: Trình độ, kiến thức về CNTT, kỹ năng sử dụng máy tính và các phương tiện hỗ trợ của giảng viên không đồng đều, thậm chí có người chỉ dùng máy tính với mục đích duy nhất là soạn thảo văn bản.

- Về sinh viên: Nhiều em ít có điều kiện hoặc chưa biết khai thác thông tin chính thống trên mạng, phục vụ học tập.

- Cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho dạy học, đặc biệt là phục vụ cho việc dạy tin học và ứng dụng CNTT của Trung tâm còn nhiều hạn chế: Thiếu các phòng học chuyên dùng, thư viện điện tử, phòng đọc điện tử.

Trong hệ thống các giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo Trung tâm chú trọng một số giải pháp sau:

2.1. Công tác bồi dưỡng đội ngũ

Xác định con người là một trong những yếu tố hàng đầu quyết định sự thành công trong việc ứng dụng CNTT vào trong quản lý và giảng dạy. Do đó, Trung tâm đặc biệt quan tâm đến việc bồi dưỡng nâng cao trình độ tin học, các kỹ năng ứng dụng CNTT cho đội ngũ giảng viên.

2.1.1. Nâng cao nhận thức cho cán bộ giảng viên và công nhân viên

Đây mạnh tuyên truyền cho giảng viên thấy rõ hiệu quả và tính tất yếu của ứng dụng CNTT trong đổi mới phương pháp giảng dạy qua nhiều hình thức như: triển khai các văn bản chỉ đạo của Bộ, Ngành về ứng dụng CNTT trong dạy học; thông qua các buổi họp hội đồng khoa học, sinh hoạt chuyên môn, hội thảo chuyên đề...

Trước hết trong Ban lãnh đạo Trung tâm thống nhất cao để từ đó có sự quan tâm, tạo điều kiện và quyết tâm triển khai thực hiện. Nếu chỉ phát động mà không quan tâm, không thể hiện quyết tâm thì việc ứng dụng CNTT của giảng viên khó mang lại kết quả như mong đợi.

2.1.2. Nâng cao trình độ Tin học và kỹ năng ứng dụng CNTT giảng viên

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

Một trong những khó khăn cơ bản của việc triển khai ứng dụng CNTT trong dạy-học là tâm lý ngại khó, ngại cái mới của giảng viên (đặc biệt là giảng viên đã lớn tuổi). Như vậy, ngoài công tác tư tưởng trong sinh hoạt Chi bộ, Công đoàn, Chi đoàn còn cần làm thế nào cho họ thấy việc ứng dụng CNTT không quá khó và họ hoàn toàn có thể thực hiện được. Nhận thức được điều đó, Trung tâm rất chú trọng bồi dưỡng kỹ năng ứng dụng CNTT cho giảng viên thông qua nhiều hoạt động, như:

- *Xây dựng đội ngũ cốt cán:*

Lựa chọn giảng viên có đủ năng lực và tâm huyết phụ trách công việc này, sẵn sàng tạo điều kiện học tập và tham gia tập huấn nâng cao năng lực.

Với các Khoa và Bộ môn, phân công một giảng viên chịu trách nhiệm chính để được tập huấn và hỗ trợ đồng nghiệp soạn giảng với CNTT.

- *Tổ chức tập huấn*

Tổ chức theo hình thức trao đổi giúp đỡ lẫn nhau, tập trung chủ yếu vào những kỹ năng mà giảng viên cần sử dụng trong quá trình soạn giảng hằng ngày và phải bắt đầu từ những kỹ năng đơn giản nhất như cách tra cứu và tìm kiếm thông tin, cách chuyển đổi các loại font chữ, cách sử dụng một số phương tiện như máy chiếu, máy quay phim, chụp ảnh, các bước soạn một bài trình chiếu, các phần mềm thông dụng, cách thiết kế bài kiểm tra,... mà báo cáo viên chính là đội ngũ cốt cán của trung tâm.

Làm tốt công tác động viên giảng viên tích cực tự học, khiêm tốn học hỏi, sẵn sàng chia sẻ, luôn cầu thị tiến bộ, thường xuyên trao đổi với đồng nghiệp; tạo ra một môi trường học hỏi chuyên môn tích cực.

2.1.3. Đẩy mạnh công tác thi giảng viên giỏi ứng dụng CNTT trong tiết dạy

Đây là biện pháp hành chính bắt buộc trong đánh giá năng lực giảng viên trong dạy học. Trung tâm tổ chức được nhiều

buổi dự giờ, thi giảng, thao giảng tập thể giúp giảng viên có điều kiện rút kinh nghiệm giảng dạy, kinh nghiệm soạn giảng và ứng dụng CNTT trong tiết dạy đã góp phần tích cực vào việc sớm nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, nâng cao kết quả giáo dục của Trung tâm.

2.2. Công tác xây dựng cơ sở vật chất, trang thiết bị

Được sự quan tâm của lãnh đạo các cấp cùng với sự tích cực tham mưu của Trung tâm, đến nay tình trạng cơ sở vật chất về tin học và công nghệ thông tin đã tương đối đầy đủ. Trước năm 2010, giảng viên Trung tâm hầu hết chưa có máy tính xách tay (laptop), chưa có máy chiếu projector và chỉ có 01 tivi 50 inch để giảng dạy. Khi đó, để đẩy mạnh việc ứng dụng CNTT trong giảng dạy và phát huy hiệu quả của những thiết bị ít ỏi đó, Trung tâm đã dành kinh phí đào tạo để xây dựng một phòng học chuyên dùng để làm phòng nghe nhìn, sử dụng giảng dạy 2-3 bài giảng điện tử trong chương trình.

Đến nay, Trung tâm có trang bị đủ máy chiếu projector cho các phòng học, ngoài việc duy trì và phát huy công năng của phòng nghe nhìn với nhiều thiết bị hiện đại. Từ khi có mạng ADSL, mạng không dây phủ sóng toàn trường trong đó có Trung tâm, nhờ đó đã phục vụ giảng viên tra cứu thông tin phục vụ nghiên cứu và soạn giảng. Ở ký túc xá, sinh viên tra cứu phục vụ học tập.

III. Kết quả đạt được

Hiện nay, 100% giảng viên có thể tự soạn giảng ở mức thành thạo và sử dụng hiệu quả những phần mềm soạn giảng cũng như các thiết bị hỗ trợ để phục vụ công tác chuyên môn. Chuyển từ những ngại khó ban đầu, đến nay giảng viên đã thực hiện các bài giảng điện tử, các tiết học có ứng dụng CNTT một cách tự giác và hiệu quả chứ không hề có tính áp đặt, chỉ tiêu.

Giảng viên có kỹ năng tra cứu thông tin phục vụ công tác nghiên cứu, nâng cao

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

kiến thức chuyên môn và lấy tư liệu hỗ trợ soạn giảng; sử dụng các phần mềm hỗ trợ làm đề thi, kiểm tra và đánh giá kết quả học tập của sinh viên giúp công việc được tiến hành khoa học và tiết kiệm được rất nhiều thời gian.

Sử dụng thành thạo diễn đàn, email, mạng xã hội... Xây dựng website của Trung tâm ngày một hữu ích và được nhiều người biết đến, trở thành cầu nối hiệu quả với các nhà trường liên kết, sinh viên và giảng viên trung tâm cũng như các đơn vị bạn.

Về phía sinh viên, các em đều được trang bị phương pháp học tập với tiết học có ứng dụng CNTT và kỹ năng khai thác thông tin từ Internet để tìm kiếm và chất lượng thông tin phục vụ học tập.

IV. Bài học kinh nghiệm

Việc ứng dụng CNTT vào dạy học góp phần đổi mới phương pháp dạy học là một công việc khó khăn, lâu dài, đòi hỏi rất nhiều điều kiện về cơ sở vật chất và năng lực của đội ngũ giảng viên. Do đó, để đẩy mạnh việc ứng dụng và phát triển CNTT trong dạy học có hiệu quả cần có sự quan tâm đầu tư về cơ sở vật chất của các cấp, sự chỉ đạo đồng bộ của các cấp từ Ban Giám đốc đến giảng viên và đặc biệt là sự nỗ lực học hỏi, rút kinh nghiệm của bản thân mỗi giảng viên.

V. Kết luận và kiến nghị

Để triển khai việc ứng dụng CNTT vào công tác dạy học được hiệu quả hơn trong thời gian tới, tôi xin có một số kiến nghị sau:

1. Đối với Nhà trường

+ Xây dựng đội ngũ giảng viên cốt cán, tạo điều kiện thuận lợi cho giảng viên nâng cao trình độ, kỹ năng.

+ Thường xuyên tổ chức tập huấn, bồi dưỡng nâng cao trình độ tin học và kỹ

năng ứng dụng CNTT cho toàn thể cán bộ giảng viên, CNV trong năm.

+ Tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên có thời gian tiếp xúc với máy tính, với Internet nhưng cần có sự kiểm soát của giảng viên hoặc Ban quản lý sinh viên của Trung tâm.

+ Tổ chức dự giờ tập thể, tổ chức thao giảng, thi giảng dạy có ứng dụng CNTT nhằm tuyên dương, khuyến khích những cá nhân xuất sắc.

+ Tổ chức hội thảo chuyên đề cấp trường, trung tâm về ứng dụng CNTT trong dạy học. Có thể mời giảng viên của các Trung tâm bạn tham gia báo cáo, chia sẻ kinh nghiệm.

+ Xây dựng website Trung tâm một cách bài bản, chính quy; có diễn đàn để giảng viên, sinh viên trong và ngoài chia sẻ kiến thức, kinh nghiệm và làm kênh thông tin, giao tiếp hiệu quả cho cả giảng viên và sinh viên.

2. Đối với Hội đồng Giáo dục quốc phòng an ninh và Bộ Giáo dục và Đào tạo

+ Tổ chức cuộc thi giáo viên, giảng viên dạy giỏi cấp Bộ thường xuyên, khuyến khích đổi mới phương pháp giảng dạy theo thiết kế bài giảng điện tử e-Learning nhằm đẩy mạnh hơn nữa công tác ứng dụng CNTT trong dạy và học.

+ Tiếp tục đầu tư cơ sở vật chất theo đề án Chính phủ, Bộ GD&ĐT trong xây dựng nhà điều hành trung tâm, trường bản ảo, thư viện điện tử, phòng học thông minh, quản lý thông minh, phòng đọc chuyên dùng sát với môn học.

Trên đây là đề xuất về "Các giải pháp ứng dụng công nghệ thông tin trong giảng dạy và học tập ở Trung tâm Giáo dục quốc phòng và an ninh Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội".

** Phó Giám đốc Trung tâm Giáo dục quốc phòng và An ninh Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội*

MỘT SỐ GIẢI PHÁP PHÁT HUY VAI TRÒ CỦA ĐỘI NGŨ GIẢNG VIÊN NHẪM NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG DẠY HỌC CÁC MÔN THỰC HÀNH TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TĐTT HÀ NỘI

ThS. Mai Thị Ngoãn *

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Chất lượng dạy học nói chung, chất lượng dạy học các môn thực hành tại các trường sư phạm thể dục thể thao (TĐTT) nói riêng luôn luôn phụ thuộc vào chất lượng, trình độ kỹ năng kỹ năng nghề của đội ngũ các nhà giáo. Để nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, trình độ kỹ năng nghề, đội ngũ này cần không ngừng học tập, nghiên cứu, bồi dưỡng thông qua nhiều con đường để tiếp tục nâng cao trình độ chuyên môn, năng lực công tác và các kiến thức liên quan khác, đặc biệt là nâng cao trình độ kỹ năng nghề của bản thân. Với mong muốn tạo ra bước chuyển mới trong công tác nâng cao chất lượng đào tạo, sau thời gian hơn 25 năm trực tiếp đứng lớp, đúc rút từ thực tế kinh nghiệm, cũng như tham khảo các mô hình, cách làm mới của giảng viên, vận dụng vào thực tế, chúng tôi đưa ra một số đề xuất giải pháp phát huy vai trò của đội ngũ giảng viên nhằm nâng cao chất lượng dạy học các môn thực hành tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

2. MỘT SỐ GIẢI PHÁP PHÁT HUY VAI TRÒ ĐỘI NGŨ GIẢNG VIÊN

2.1. Nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ và phẩm chất chính trị, đạo đức

Qua thực tế chứng minh cho thấy việc dạy học các môn thực hành tại các trường sư phạm TĐTT nói chung, tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội nói riêng có đặc thù là sự tích hợp hài hòa giữa kiến thức về lý thuyết và khả năng thực hiện các thao tác kỹ thuật theo một quy trình nghiêm ngặt, làm cho người học hiểu, biết

và vận dụng được lý thuyết vào thực tế và có thể thực hành được các thao tác kỹ thuật đúng quy trình theo những yêu cầu đặt ra đối với người dạy. Chính vì vậy, sự không ngừng học tập, rèn luyện và trau dồi kỹ năng nghề nghiệp, chuyên môn nghiệp vụ, hoàn thiện phẩm chất đạo đức của giảng viên sẽ là biện pháp duy nhất giúp nâng cao chất lượng dạy học môn thực hành tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội hiện nay. Trình độ chuyên môn, kiến thức vững vàng và khả năng về tay nghề thực hành tốt của giảng viên sẽ tạo nên sự hứng thú và niềm tin cho người học, đồng thời cũng tạo nên động lực thôi thúc GV tiếp tục nghiên cứu, tìm tòi và sáng tạo trong các bài giảng tiếp theo.

2.3 Đổi mới phương pháp dạy học theo hướng phù hợp với đặc thù của môn học, phát huy tính chủ động, sáng tạo của người học

Trong dạy học nói chung và dạy học các môn thực hành nói riêng, có nhiều phương pháp có thể thực hiện, mỗi một phương pháp đều có những ưu điểm và hạn chế nhất định đòi hỏi giảng viên phải biết đưa ra các lựa chọn, sử dụng với thời lượng, cách thức phù hợp, có thể kết hợp các phương pháp để bổ sung cho nhau. Tuy nhiên, để làm được điều đó, có nhiều yếu tố liên quan như: Điều kiện cơ sở vật chất của Nhà trường, đặc thù môn học, năng lực và trình độ, kinh nghiệm của từng giảng viên. Qua thực tế giảng dạy, chúng tôi nhận thấy, để nâng cao chất lượng dạy học các môn thực hành tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, giảng viên phải biết lựa chọn phương án

lên lớp tốt nhất, hợp lý nhất trong các phương pháp dạy học đang được sử dụng hiện nay đối với từng tiết giảng cụ thể. Việc kết hợp giữa các phương pháp truyền thống (như: thuyết trình, giảng giải, trực quan hình vẽ hoặc thông qua tranh ảnh, video clip...) với các phương pháp dạy học hiện đại hiện nay (như: phương pháp đàm thoại, thảo luận nhóm, định hướng nghiên cứu,...) cần phải được thực hiện một cách khoa học, nhuần nhuyễn, tránh việc áp dụng quá nhiều một phương pháp dạy học dẫn đến sự nhàm chán của người học, làm cho kết quả đạt được của bài học không cao. Ngoài ra, để nâng cao chất lượng giảng dạy của các môn thực hành, Nhà trường phải trang bị đầy đủ các phương tiện giảng dạy, thiết bị thực tập, mô hình học cụ, các loại trang thiết bị, vật tư thực tập để giảng viên hướng dẫn, thực hành làm mẫu các bước theo quy trình cho SV quan sát và làm theo.

Thời gian gần đây, vấn đề thiết kế và sử dụng bài giảng điện tử (giáo án điện tử) trong giảng dạy các môn thực hành tại Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội đã bước đầu tạo nên những chuyển biến nhất định, làm cho các giờ giảng sinh động hơn, trực quan và tạo hứng thú ở người học. Tuy nhiên, vấn đề cần quan tâm là sử dụng các thiết bị dạy học hiện đại này như thế nào cho hiệu quả, tiết kiệm, tránh hình thức, lạm dụng hoặc không phát huy và sử dụng hết tiềm năng của các thiết bị trên.

2.3. Đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá

Đổi mới phương pháp dạy học phải đi đôi với việc đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá để đảm bảo sự thống nhất giữa việc dạy với việc học, việc học với việc thi, kiểm tra, đánh giá. Sự đổi mới này cần xuất phát từ yêu cầu đặt ra của các môn dạy thực hành là không chỉ hiểu biết về kiến thức lý thuyết, về nguyên lý hoạt động của các loại trang thiết bị, máy móc mà phải biết vận dụng những lý thuyết đó vào trong thực tế. Việc kiểm tra, đánh giá

trình độ tay nghề của người học cũng cần phải có những đổi mới, sáng tạo và khoa học hơn. Thực tế cho thấy, nếu giảng viên bố trí phân lớp ra thành các nhóm sinh viên, hướng dẫn ban đầu xong cho các nhóm tự thực tập mà không có sự theo dõi, kèm cặp sát sao, làm mẫu lại khi cần thiết, sau đó cuối buổi học hoặc cuối tuần thực tập mới kiểm tra phần thực hành tay nghề của người học, chắc chắn kết quả học tập trong nhóm không đồng đều, một số sinh viên có thể làm đạt yêu cầu hoặc tốt hơn so với yêu cầu nhưng số không làm được theo yêu cầu của giảng viên cũng chiếm tỉ lệ khá cao. Vì vậy, việc kiểm tra, đánh giá người học đối với môn học thực hành cần phải có những hình thức hợp lý, phù hợp với số trang thiết bị hiện có của Nhà trường; đặc biệt là phải ra đề và kiểm tra, đánh giá khả năng tay nghề của từng sinh viên; khuyến khích sinh viên tự thiết kế các mô hình kỹ thuật theo nội dung bài giảng, môn học.

2.4. Nâng cao chất lượng bài giảng

2.4.1. Nâng cao chất lượng công tác chuẩn bị bài giảng

a) Nghiên cứu và nhận thực đúng về môn dạy thực tập và đối tượng người học

Giảng viên cần nhận thức rõ: Môn học này nằm ở vị trí nào trong nghề đang đào tạo, có mối quan hệ với những môn học nào để có thể định hướng liên kết kiến thức trong quá trình dạy học; môn học có đặc điểm gì nổi bật để tìm ra các phương pháp dạy học phù hợp nhất. Ngoài ra, giảng viên cũng cần nắm rõ đặc điểm của người học để đưa ra những phương pháp dạy học phù hợp nhất, phát huy ưu thế và khắc phục những hạn chế của người học nhằm nâng cao chất lượng dạy học.

b) Chuẩn bị giáo trình, giáo án, tài liệu, mô hình học cụ.

Khi nhận được sự phân công của Khoa đảm nhận môn học nào đó, việc đầu tiên là giảng viên phải chuẩn bị đầy đủ về giáo trình môn học, chương trình khung của môn học theo quy định, các loại tài liệu

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

tham khảo có liên quan, cũng như có đủ mô hình học cụ phục vụ giảng dạy và tay nghề (kỹ năng nghề). Mô hình học cụ có đầy đủ, đúng chủng loại theo yêu cầu của bài học sẽ làm cho tiết giảng của giảng viên sinh động, trực quan và mô phạm hơn, người học cũng thấy hứng thú hơn và lẽ dĩ nhiên là dễ hiểu bài hơn so với một tiết giảng thực hành mà không có đầy đủ mô hình học cụ. Trong bất kỳ một tiết giảng thực hành nào, giảng viên cần đưa ra được quy trình cho một công việc cụ thể và phải thực hành để hướng dẫn người học thực hiện các công việc theo đúng trình tự của bảng quy trình đó. Điều này liên quan đến trình độ tay nghề của giảng viên. Chính vì vậy, ngoài việc phải chuẩn bị đầy đủ giáo trình, tài liệu, giáo án, mô hình học cụ, giảng viên các môn thực hành cần trang bị cho mình một trình độ kỹ năng nghề đủ để tự tin lên lớp hướng dẫn người học làm theo những gì mình vừa làm mẫu.

c) Xây dựng bài giảng.

Theo chúng tôi, có thể xây dựng bài giảng theo cấu trúc gồm 3 phần sau:

- Phần mở đầu: Đối với các môn dạy thực hành, giảng viên phải đưa ra được mục tiêu của bài học: Xác định sau khi học xong bài học này người học phải nắm vững những vấn đề gì về lý thuyết, có liên quan đến kiến thức của môn học nào không; về thực hành, người học phải làm được những nội dung thực hành nào, ở mức độ nào, có thể độc lập thực hiện được toàn bộ công việc đó không, có biết vận dụng vào trong thực tế sản xuất hay không.

- Phần nội dung: Giảng viên phải thể hiện được những nội dung kiến thức chính, trọng tâm của bài học, tiết học cùng với phương pháp, phương tiện, các mô hình học cụ đầy đủ và phù hợp với nội dung bài giảng; từ đó chủ động thực hiện các bước lên lớp một cách logic, khoa học và thuyết phục. Tuy nhiên, trong điều kiện hiện nay, hạn chế khá phổ biến tại các trường sư phạm TĐTT nói chung, Trường

Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội nói riêng là số giảng viên hướng dẫn sinh viên thực tập thường đông (gấp đôi, thậm chí còn hơn, so với quy định chuẩn của một tiết giảng dạy thực hành). Đây cũng là một trong những nguyên nhân chủ yếu làm cho kết quả học tập của mô hình học thực hành tại các trường sư phạm TĐTT nói chung và Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội nói riêng không được cao. Để khắc phục tình trạng này, biện pháp thông thường các trường đang áp dụng hiện nay là giảm số sinh viên.

Ngoài ra, ở phần nội dung, giảng viên cũng phải giải quyết được vấn đề mà mình đã đặt ra ở phần mở đầu, chốt lại được lượng kiến thức lý thuyết cần thiết, giải thích được nguyên lý hoạt động của thiết bị trong nội dung bài giảng, đặc biệt phải làm thực hành mẫu toàn bộ các bước trong bảng quy trình trước sinh viên và phân tích những ưu, nhược điểm và động tác, kỹ thuật chưa chuẩn thường xảy ra đối với yêu cầu nội dung bài học.

- Phần kết luận: Giảng viên phải hệ thống hóa kiến thức của bài học để giúp sinh viên nắm vững kiến thức, định hướng sinh viên tiếp tục nghiên cứu, mở rộng kiến thức vào thực tế cuộc sống; đánh giá nhận xét tổng kết bài học, giao nhiệm vụ ôn tập về lý thuyết, thực hành, chuẩn bị bài cho tiết học sau một cách cụ thể, phù hợp với đối tượng người học và mục tiêu bài học.

2.4.2. Nâng cao chất lượng thực hiện bài giảng

Ngoài việc chuẩn bị tốt giáo án, giáo trình, tài liệu tham khảo liên quan và đầy đủ các loại thiết bị thực tập, mô hình học cụ các thiết bị hỗ trợ (như: máy tính, máy chiếu, phong chiếu, sơ đồ, bảng biểu...), giảng viên cần chú ý một số yêu cầu sau:

- Ngôn ngữ diễn đạt: Cần trong sáng, lời cuốn, âm vực đủ để sinh viên cả lớp có thể nghe rõ, hạn chế tối đa việc nói ngọng, nói lắp trong khi giảng giải. Khi giảng cần rõ ràng, ngắn gọn, dứt khoát; khéo léo dẫn

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

đất người học theo ý đồ sư phạm của bài học.

- Tác phong sư phạm: Giảng viên cần có tác phong bình tĩnh, tự tin, giảng giải say sưa, nhiệt tình, lời cuốn người học. Khi thao tác thực hành mẫu cho sinh viên, giảng viên cần phải làm đúng quy trình, đúng động tác và chính xác về chuyên môn.

- Tạo không khí và môi trường học tập vui vẻ: Khi giảng bài, giảng viên cần tạo mối quan hệ thân thiết, gần gũi, dân chủ, tôn trọng người học để khuyến khích họ tham gia các hoạt động mà giảng viên đưa ra.

3. KẾT LUẬN

Bất cứ ở thời kỳ nào đều cho thấy, cùng với kiến thức và năng lực của người thầy, thì phẩm chất và nhiệt huyết của người thầy sẽ luôn là yếu tố quyết định cho việc nâng cao chất lượng đào tạo. Chính bởi vậy, sự không ngừng học tập, rèn luyện và trau dồi kỹ năng nghề nghiệp, chuyên môn nghiệp vụ, hoàn thiện phẩm chất đạo đức của giảng viên sẽ là biện pháp duy nhất giúp nâng cao chất lượng dạy nói chung, cho các môn thực hành ở Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội nói riêng.

(*) Trưởng Khoa Cầu lông- Đá cầu- bóng bàn- Quần vợt, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Văn Đồng, Vấn đề giáo dục - đào tạo. NXB Chính trị quốc gia, H 1999.
2. Gônôbôlin. Ph.N. Những phẩm chất tâm lí của người giáo viên (Tập 1,2). NXB Giáo dục. H 1976
3. Đảng Cộng sản Việt Nam. Văn kiện hội nghị lần thứ II Ban chấp hành Trung ương Đảng cộng sản Việt Nam khoá VIII. NXB Chính trị quốc gia, H 1997.
4. Nghị quyết số 08 -NQ/TW. ngày 01 tháng 12 năm 2011 của Ban chấp hành Trung ương Đảng về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020)
 1. Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 Hội nghị lần thứ tám Ban Chấp hành Trung ương khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.
 2. Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14/01/2013 của Chính phủ ban hành chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020.