

## **LỜI MỞ ĐẦU**

Cùng các trường trong cả nước bước vào năm học mới 2018 - 2019 với một tinh thần phấn khởi, đầy lạc quan, Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội mang trong mình những định hướng vô cùng lớn lao, thể hiện ý chí, quyết tâm bằng chính sự đổi mới tư duy và hành động căn bản và toàn diện... đã và đang tạo ra luồng sinh khí mới cho ngành Giáo dục thể chất nói chung, cho Nhà trường nói riêng, tiếp tục khẳng định về vai trò, sứ mệnh là trường đầu ngành của cả nước.

Đây cũng là thời điểm ghi dấu mốc quan trọng của Bản tin Giáo dục thể chất và Thể thao trường học với ấn phẩm số thứ 3 chính thức ra mắt, khẳng định Bản tin đã trở thành nơi tập hợp, đoàn kết và phát huy tài năng, trí tuệ của các nhà khoa học, nhà giáo, cán bộ quản lý trong và ngoài trường đối với sự nghiệp đổi mới, xây dựng và phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học của đất nước.

Kế thừa những thành tựu đạt được và tiếp tục khẳng định tôn chỉ, mục đích Bản tin Giáo dục thể chất về trọng trách một ấn phẩm góp phần quan trọng nâng cao chất lượng giáo dục đào tạo, nghiên cứu khoa học. Đồng hành cùng sự phát triển của Nhà trường, Bản tin Giáo dục Thể chất và Thể thao trường học số 3/2018 xin gửi đến quý độc giả những công trình nghiên cứu khoa học, những cơ sở lý luận và thực tiễn, thông tin chuyên môn trong lĩnh vực Giáo dục thể chất và thể thao trường học của cán bộ, viên chức, nhà giáo, nhà khoa học, học viên trong và ngoài trường.

Ban biên tập Bản tin xin chân thành gửi lời cảm ơn đến các tác giả đã gửi bài, các nhà khoa học đã nhận xét, phản biện và mong tiếp tục nhận được sự cộng tác nhiệt tình, cùng những ý kiến đóng góp quý báu của các nhà khoa học, nhà giáo và bạn đọc. Đặc biệt xin chân thành cảm ơn Sở Thông tin Truyền thông Hà Nội đã cấp phép hoạt động cho Bản tin.

Trân trọng giới thiệu Bản tin Giáo dục Thể chất và Thể thao trường học số 3/2018 với các đồng nghiệp trong và ngoài nước.

**TỔNG BIÊN TẬP**  
**TS. Nguyễn Duy Quyết**

## LÝ LUẬN THỰC TIỄN

■ Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về Thể dục thể thao đến năm 2020.	3
■ <b>Nguyễn Duy Quyết</b> Giải pháp góp phần nâng cao hứng thú nghề nghiệp cho sinh viên Giáo dục thể chất.	8
■ <b>Nguyễn Văn Thời</b> Đề xuất hướng nghiên cứu về Giáo dục thể chất tiếp cận từ chương trình Giáo dục thể chất mới.	13

## THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

■ <b>Tô Tiến Thành</b> Phân tích kỹ - chiến thuật trong thi đấu của nam sinh viên Đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội.	14
■ <b>Nguyễn Duy Quyết - Nguyễn Văn Dũng</b> Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT Chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.	23
■ <b>Phạm Thị Hương - Đào Xuân Anh - Trần Văn Cường</b> Thực trạng hoạt động của Câu lạc bộ Bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.	27
■ <b>Phạm Anh Tuấn - Lê Thị Thu Thủy - Đinh Bá Phương</b> Ứng dụng bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam vận động viên chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình.	33
■ <b>Trần Thị Nhu</b> Nghiên cứu nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội.	38
■ <b>Nguyễn Xuân Sinh - Phùng Xuân Trường</b> Nghiên cứu biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa nâng cao thể lực chung cho nam sinh viên Trường Đại học Thành Đô.	44
■ <b>Nguyễn Thị Thu Minh - Phạm Thị Thanh Hoa</b> Ứng dụng phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy Tiếng Anh theo chủ đề có định hướng thể thao nhằm nâng cao chất lượng học tập môn Tiếng Anh cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.	51

## TĂNG CƯỜNG SỰ LÃNH ĐẠO CỦA ĐẢNG, TẠO BƯỚC PHÁT TRIỂN MẠNH MẼ VỀ THỂ DỤC, THỂ THAO ĐẾN NĂM 2020

*(Trích 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)*

Trong những năm gần đây, sự nghiệp thể dục, thể thao nước ta đã có nhiều tiến bộ. Thể dục thể thao quần chúng tiếp tục phát triển với nhiều hình thức đa dạng, góp phần nâng cao sức khỏe, xây dựng lối sống lành mạnh, cải thiện đời sống văn hoá, tinh thần của nhân dân. Thể thao thành tích cao có bước phát triển, thành tích một số môn đạt được trình độ châu Á và thế giới. Cơ sở vật chất, kỹ thuật cho thể dục, thể thao từng bước được nâng cấp và xây dựng mới. Hợp tác quốc tế về thể thao được tăng cường, vị thế của thể thao Việt Nam được nâng cao, nhất là ở khu vực Đông Nam Á.

Đạt được những thành tích trên là do sự quan tâm lãnh đạo, chỉ đạo của các cấp ủy đảng, chính quyền; sự tham gia tích cực và có hiệu quả của các ngành, đoàn thể, tổ chức xã hội, tổ chức kinh tế và đông đảo nhân dân; sự nỗ lực phấn đấu của huấn luyện viên, vận động viên và cán bộ thể dục thể thao.

Tuy nhiên, sự lãnh đạo, chỉ đạo của các cấp ủy đảng, chính quyền đối với công tác thể dục, thể thao ở một số địa phương và ngành chưa đầy đủ, nhiều nơi còn coi nhẹ công tác thể dục, thể thao; phong trào thể

dục, thể thao chưa sâu rộng, nhất là ở nông thôn, miền núi và các khu công nghiệp. Giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong học sinh, sinh viên chưa thường xuyên và kém hiệu quả. Thành tích thể thao chưa bền vững, đặc biệt là các môn thể thao Olympic; tiêu cực trong thể thao, nhất là trong bóng đá và thể thao thành tích cao còn nhiều. Hệ thống tổ chức ngành thể dục, thể thao chưa ổn định, đội ngũ cán bộ, cơ sở vật chất và khoa học, công nghệ chưa đáp ứng yêu cầu. Quản lý nhà nước về thể dục thể thao chậm đổi mới. Đầu tư của Nhà nước cho thể dục, thể thao còn thấp, huy động các nguồn lực từ cộng đồng còn hạn chế.

Để tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ của sự nghiệp thể dục, thể thao trong những năm tới, Bộ Chính trị yêu cầu các cấp ủy đảng quán triệt và thực hiện tốt các quan điểm, mục tiêu, nhiệm vụ và giải pháp sau đây:

### I. QUAN ĐIỂM

1. Phát triển thể dục, thể thao là một yêu cầu khách quan của xã hội, nhằm góp phần nâng cao sức khỏe, thể lực và chất lượng cuộc sống của nhân dân, chất lượng nguồn nhân lực; giáo dục ý chí, đạo đức, xây dựng

lối sống và môi trường văn hóa lành mạnh, góp phần củng cố khối đại đoàn kết toàn dân, mở rộng quan hệ hữu nghị và hợp tác quốc tế; đồng thời, là trách nhiệm của các cấp ủy đảng, chính quyền, đoàn thể, tổ chức xã hội và của mỗi người dân. Các cấp ủy đảng có trách nhiệm thường xuyên lãnh đạo công tác thể dục, thể thao, bảo đảm cho sự nghiệp thể dục, thể thao ngày càng phát triển.

2. Đầu tư cho thể dục thể thao là đầu tư cho con người, cho sự phát triển của đất nước. Tăng tỷ lệ chi ngân sách nhà nước, ưu tiên đầu tư xây dựng cơ sở vật chất thể dục, thể thao và đào tạo vận động viên thể thao thành tích cao; đồng thời phát huy các nguồn lực của xã hội để phát triển thể dục, thể thao, phát huy mạnh mẽ vai trò của các tổ chức xã hội trong quản lý, điều hành các hoạt động thể dục, thể thao.

3. Gìn giữ, tôn vinh những giá trị thể dục, thể thao dân tộc, tiếp thu tinh hoa văn hóa của nhân loại, phát triển nền thể dục, thể thao nước ta mang tính dân tộc, khoa học, nhân dân và văn minh.

## **II. MỤC TIÊU**

Tiếp tục hoàn thiện bộ máy tổ chức, đổi mới quản lý, nâng cao chất lượng đội ngũ cán bộ thể dục, thể thao; tăng cường cơ sở vật chất, đẩy mạnh nghiên cứu khoa học, công nghệ làm nền tảng phát triển mạnh mẽ và vững chắc sự nghiệp thể dục thể thao; đến năm 2020, phần đầu 90% học sinh, sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể; các

trường học, xã, phường, thị trấn, khu công nghiệp có đủ cơ sở vật chất thể dục, thể thao phục vụ việc tập luyện của nhân dân; trình độ một số môn thể thao trọng điểm được nâng cao ngang tầm Châu Á và thế giới; bảo đảm các điều kiện để sẵn sàng đăng cai tổ chức thành công các sự kiện thể thao lớn của Châu Á và thế giới.

## **III. NHIỆM VỤ VÀ GIẢI PHÁP**

1. Nâng cao chất lượng, hiệu quả giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường học

Thể dục thể thao trường học là bộ phận quan trọng của phong trào thể dục, thể thao, một mặt của giáo dục toàn diện nhân cách học sinh, sinh viên, cần được quan tâm đầu tư đúng mức.

Xây dựng và thực hiện “Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học”. Thực hiện tốt giáo dục thể chất theo chương trình nội khóa; phát triển mạnh các hoạt động thể thao của học sinh, sinh viên, bảo đảm mục tiêu phát triển thể lực toàn diện và kỹ năng vận động cơ bản của học sinh, sinh viên và góp phần đào tạo năng khiếu và tài năng thể thao.

Đổi mới chương trình và phương pháp giáo dục thể chất, gắn giáo dục thể chất với giáo dục ý chí, đạo đức, giáo dục quốc phòng, giáo dục sức khỏe và kỹ năng sống của học sinh, sinh viên. Đãi ngộ hợp lý và phát huy năng lực đội ngũ giáo viên thể dục hiện có, mở rộng và nâng cao chất lượng đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ giáo viên, hướng

dẫn viên thể dục cho trường học; củng cố các cơ sở nghiên cứu khoa học về tâm sinh lý lứa tuổi và thể dục, thể thao trường học.

2. Mở rộng và nâng cao chất lượng hoạt động thể dục thể thao quần chúng

Nâng cao chất lượng phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”, vận động và thu hút đông đảo nhân dân tham gia tập luyện thể dục, thể thao, tạo điều kiện thuận lợi để phát triển đa dạng các hình thức tổ chức tập luyện thể dục thể thao ở cơ sở. Gắn việc chỉ đạo phát triển phong trào thể dục, thể thao với Cuộc vận động “Toàn dân đoàn kết xây dựng đời sống văn hoá ở cơ sở”, với Chương trình xây dựng nông thôn mới, xây dựng khu đô thị văn minh; quan tâm phát triển phong trào thể dục, thể thao người cao tuổi, người khuyết tật và người lao động tại các khu công nghiệp.

Bảo tồn, phát triển các môn thể thao dân tộc và phát huy bản sắc văn hóa dân tộc trong các hoạt động thể dục, thể thao. Có các giải pháp để phát huy tính tích cực, tính văn hóa, văn minh trong thể dục, thể thao.

Chú trọng phát triển thể dục thể thao trong lực lượng vũ trang đáp ứng yêu cầu xây dựng lực lượng vũ trang cách mạng chính quy, tinh nhuệ, từng bước hiện đại; phát huy vai trò của lực lượng vũ trang trong việc phát triển thể dục, thể thao của nhân dân trên từng địa bàn, nhất là ở vùng biên giới, vùng cao, hải đảo, vùng đồng bào dân tộc thiểu số.

Có quy hoạch dành đất cho thể dục, thể thao ở các trường học, xã, phường, thị trấn, khu công nghiệp, chú trọng tới xây dựng cơ sở vật chất thể dục, thể thao phục vụ việc tập luyện của nhân dân; quan tâm tới xây dựng các khu vui chơi giải trí trong lĩnh vực văn hóa, thể dục, thể thao.

3. Nâng cao hiệu quả đào tạo tài năng thể thao

Dành nguồn lực thích đáng để hình thành hệ thống đào tạo tài năng thể thao với đội ngũ kế cận dồi dào và có chất lượng, làm tiền đề cho bước phát triển đột phá về thành tích trong một số môn thể thao.

Đầu tư, nâng cấp các trung tâm huấn luyện thể thao của quốc gia, các ngành, các địa phương, đáp ứng yêu cầu huấn luyện thể thao hiện đại. Củng cố và phát triển các trường, lớp năng khiếu thể thao ở các tỉnh, thành phố với quy mô phù hợp, có nhiệm vụ hỗ trợ phát triển mạng lưới hoạt động thể thao thanh, thiếu niên, học sinh, sinh viên các trường học và phát hiện, bồi dưỡng các năng khiếu và tài năng thể thao. Khuyến khích phát triển câu lạc bộ về các môn thể thao hoạt động theo phương thức tự quản, có sự hỗ trợ của Nhà nước. Mở rộng quy mô và hiện đại hóa các trung tâm huấn luyện thể thao quốc gia.

Đổi mới tổ chức, quản lý thể thao thành tích cao theo hướng chuyên nghiệp phù hợp với đặc điểm của từng môn và từng địa phương. Ưu tiên đầu tư của Nhà nước và huy động các nguồn lực xã hội hỗ trợ cho

các cơ sở đào tạo vận động viên các môn thể thao trọng điểm; tích cực chuẩn bị lực lượng vận động viên và các điều kiện cơ sở vật, chất kỹ thuật cần thiết, để sẵn sàng đăng cai tổ chức Đại hội thể thao Châu Á. Bảo đảm sử dụng hiệu quả các nguồn lực.

Coi trọng giáo dục đạo đức, ý chí, lòng tự hào dân tộc cho vận động viên. Tôn vinh và đãi ngộ xứng đáng các vận động viên xuất sắc và phát huy vai trò nêu gương của họ đối với lớp vận động viên kế cận và với thanh, thiếu niên nói chung. Kiên quyết đấu tranh khắc phục những hiện tượng tiêu cực trong thể thao, nhất là trong bóng đá và các môn thể thao thành tích cao.

4. Nâng cao chất lượng đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, nghiên cứu, ứng dụng khoa học và công nghệ

Phát triển và nâng cao hiệu quả hoạt động của các cơ sở đào tạo cán bộ và nghiên cứu khoa học thể dục, thể thao. Tập trung xây dựng đội ngũ chuyên gia đầu ngành, giáo viên thể dục, thể thao, huấn luyện viên, cán bộ quản lý có đủ phẩm chất, năng lực đáp ứng yêu cầu phát triển sự nghiệp thể dục, thể thao. Mở rộng hợp tác quốc tế trong đào tạo cán bộ. Tạo điều kiện thuận lợi cho các tổ chức xã hội và tư nhân tham gia đào tạo, bồi dưỡng vận động viên, huấn luyện viên, trọng tài, cán bộ quản lý...

Triển khai nghiên cứu các vấn đề lý luận và thực tiễn về tổ chức, quản lý, cơ chế hoạt động thể dục, thể thao trong điều kiện mới. Đẩy mạnh nghiên cứu ứng dụng khoa học -

công nghệ, y học thể thao phục vụ tuyển chọn, đào tạo vận động viên và tập luyện thể dục, thể thao vì sức khỏe của nhân dân. Quan tâm công tác thông tin khoa học và chuyển giao công nghệ thể dục, thể thao.

5. Đổi mới tổ chức, quản lý, nâng cao hiệu lực quản lý của Nhà nước, phát triển các tổ chức xã hội về thể dục thể thao; tăng cường hợp tác quốc tế

Tiếp tục kiện toàn bộ máy quản lý nhà nước về thể dục, thể thao ở các ngành, các cấp phù hợp với yêu cầu thực tế. Nâng cao năng lực của các cơ quan quản lý nhà nước về thể dục, thể thao ở các cấp, đặc biệt là năng lực triển khai thực hiện các chính sách, kế hoạch thể dục, thể thao. Đẩy mạnh cải cách hành chính và phân cấp quản lý thể dục thể thao. Tăng cường công tác tuyên truyền trong lĩnh vực thể dục, thể thao theo hướng tuyên truyền đúng mức, không thái quá, không chạy theo thành tích. Xử lý nghiêm minh các trường hợp tiêu cực trong thể thao.

Phát huy vai trò của Ủy ban Olympic quốc gia, các liên đoàn, hiệp hội thể thao trong việc điều hành các hoạt động thể thao. Nghiên cứu việc hình thành hệ thống tổ chức xã hội mang tính liên hiệp về thể dục, thể thao từ cơ sở đến toàn quốc, để tập hợp và điều phối chung đối với các tổ chức xã hội về thể dục, thể thao, hoạt động trong khuôn khổ pháp luật, có sự quản lý và hỗ trợ về tài chính của Nhà nước. Khuyến khích các tổ chức xã hội, các cơ sở thể thao ngoài công lập tổ chức các hoạt động thể dục, thể

thao. Quan tâm phát triển công nghiệp dụng cụ, trang thiết bị thể thao và các hoạt động kinh tế phù hợp để tạo các nguồn thu trong thể thao.

Mở rộng giao lưu, hợp tác quốc tế trên cơ sở bình đẳng, hợp tác, giúp đỡ lẫn nhau để phát triển sự nghiệp thể dục, thể thao; chú trọng tới hợp tác đào tạo vận động viên thể thao thành tích cao một cách bài bản ở nước ngoài.

6. Tăng cường sự lãnh đạo, chỉ đạo của các cấp ủy đảng, chính quyền

Các cấp ủy đảng, chính quyền, Mặt trận Tổ quốc và các tổ chức chính trị-xã hội cần quán triệt sâu sắc các quan điểm của Đảng về công tác thể dục, thể thao, trên cơ sở đó có chủ trương phù hợp để lãnh đạo, chỉ đạo công tác thể dục, thể thao ở từng địa phương, cơ sở. Quan tâm chỉ đạo công tác

tuyên truyền đúng mức, giáo dục, tạo sự chuyển biến sâu sắc về nhận thức của các cấp, các ngành và toàn xã hội đối với công tác thể dục, thể thao.

Các cấp ủy đảng, chính quyền cần đặc biệt chăm lo xây dựng tổ chức và bộ trí cán bộ có phẩm chất và năng lực để lãnh đạo, quản lý công tác thể dục, thể thao; thường xuyên kiểm tra việc triển khai thực hiện “Chiến lược phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020”, xây dựng và thực hiện quy hoạch phát triển thể dục, thể thao; quy hoạch đất và huy động nguồn lực để xây dựng các cơ sở tập luyện thể dục, thể thao ở xã, phường, thị trấn gắn với trường học; hỗ trợ phát triển thể dục thể thao ở các địa phương có điều kiện kinh tế, xã hội khó khăn.

## GIẢI PHÁP GÓP PHẦN NÂNG CAO HỨNG THÚ NGHỀ NGHIỆP CHO SINH VIÊN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

TS. Nguyễn Duy Quyết

Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

**Tóm tắt:** Thực tế đã chứng minh, bất cứ làm công việc gì, nghề gì, đều phải nhận thức đúng về bản chất của nó và phải thực sự hiểu về nghề của mình đã lựa chọn để từ đó mới thực hiện hoàn thành tốt nhiệm vụ của mình. Nhất là đối với nghề làm giáo viên Giáo dục thể chất (GDTC) - những người có nghề nghiệp rất đặc thù, rất khác biệt. Vì vậy để mỗi giáo viên GDTC thiết tha, hứng thú với nghề, yêu ngành, thì yếu tố quyết định đầu tiên trong hoạt động sư phạm đào tạo giáo viên GDTC là cùng với việc trang bị tri thức khoa học, kỹ năng sư phạm,... cần đặc biệt chú trọng giáo dục cho sinh viên có được nhận thức đúng đắn về nghề dạy học GDTC, có tình cảm sâu sắc với nghề, thiết tha, hứng thú với nghề mà mình đã chọn. Bài viết tập trung bước đầu đề một số giải pháp để nâng cao hứng thú nghề cho sinh viên GDTC.

**Từ khóa:** Giải pháp góp phần nâng cao hứng thú nghề nghiệp, sinh viên sư phạm Giáo dục thể chất, bồi dưỡng tình cảm nghề nghiệp, tình cảm nghề nghiệp

**Abstract:** *Actually, any job, any job, must be aware of its true nature and must really understand his career has chosen from which to accomplish well the task of myself. Especially for teachers as Physical Education - people with very specific occupations, very different. Therefore, in order for each Physical Education teacher to be enthusiastic and interested in the profession and love of the industry, the first decisive factor in pedagogical training for Physical Education teacher is the provision of scientific knowledge and pedagogical skills. ..., special attention should be paid to educating students to have proper awareness about Physical Education teacher teaching profession, having deep feelings for the job, enthusiasm and excitement for the job they have chosen. The article focuses initially on a number of solutions to improve job skills for Physical Education students.*

**Key word:** *Solutions to enhance the excitement of the profession, students pedagogy Physical education, professional fostering; professional feelings*

### 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Muốn đào tạo thế hệ trẻ - những chủ nhân tương lai của đất nước có đủ phẩm chất và năng lực phù hợp với yêu cầu của thời đại mới, thời đại khoa học công nghệ hiện đại, cần phải có đội ngũ giáo viên vừa có đức, vừa có tài. Bởi vì: “Giáo viên là nhân tố quyết định chất lượng của giáo dục và được xã hội tôn vinh”. Song, nếu không có nhận thức đúng đắn về công việc của mình, không có lòng yêu nghề thì

người giáo viên không thể giảng dạy và giáo dục trẻ em đạt kết quả tốt. Đặc biệt, đối với giáo viên GDTC - những người có nghề nghiệp rất đặc thù, rất khác với những giáo viên ở các cấp học, bởi công việc của những giáo viên GDTC rất cần có tinh thần trách nhiệm cao, sự khéo léo, dịu dàng của một người thầy, người hướng dẫn, rất cần sự tận tình, chu đáo, tỉ mỉ đến từng chi tiết nhỏ và dẫn dắt các hoạt động của người học đến với thực tiễn của hoạt



động thể dục thể thao. Để có được những điều đó, đòi hỏi giáo viên GDTC trước hết phải thiết tha, hứng thú với nghề nghiệp, yêu mến người học. Đây là yếu tố quyết định đối với hoạt động sư phạm của giáo viên GDTC. Do tính chất đặc thù của nghề nghiệp, ngay từ khi trong giai đoạn học tập ở các trường, khoa sư phạm, cùng với việc trang bị tri thức khoa học, các trường đào tạo GDTC cần đặc biệt chú trọng giáo dục cho sinh viên những nhận thức đúng đắn về nghề dạy học, có tình cảm sâu sắc với nghề, thiết tha, hứng thú với nghề mà mình đã chọn.

Trong giai đoạn học tập, sinh viên sư phạm yêu nghề, yêu ngành sẽ là nguồn động lực to lớn giúp họ hăng say học tập, tích lũy tri thức, rèn luyện tay nghề, hoàn thiện nhân cách để trở thành những giáo viên chân chính trong tương lai. Hứng thú đối với nghề nghiệp có tầm quan trọng lớn lao. Tìm hiểu thực tiễn trên tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội - một trường đầu ngành về lĩnh vực đào tạo giáo viên

GDTC, với hơn nửa thế kỷ xây dựng và phát triển, chúng tôi thấy rằng có không ít sinh viên sư phạm GDTC chưa thật sự hứng thú đối với nghề ngay trong giai đoạn học tập. Điều này không những ảnh hưởng tới quá trình học tập mà còn ảnh hưởng không nhỏ đến công việc của họ sau này. Vì vậy, nghiên cứu hứng thú nghề nghiệp của sinh viên đang trong thời gian học nghề là điều rất cần thiết. Bài viết đề xuất một số giải pháp mang tính định hướng để nâng cao hứng thú nghề đặc thù này.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Khách thể mà chúng tôi nghiên cứu gồm 203 sinh viên hệ đại học chính quy, khóa 46 Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội. Ngoài ra chúng tôi còn điều tra thu thập ý kiến của 28 giảng viên trực tiếp giảng dạy và 5 cán bộ quản lý đang công tác tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội. Kết quả nghiên cứu được tổng hợp ở bảng sau.

Các mức độ	Rất hứng thú			Hứng thú			Bình thường			Không hứng thú		
	Số lượng	%	Thứ bậc	Số lượng	%	Thứ bậc	Số lượng	%	Thứ bậc	Số lượng	%	Thứ bậc
Sinh viên	8	3,9 4	4	46	22, 66	2	119	58, 62	1	30	14, 78	3
Giảng viên	0	0	4	7	25	2	19	67, 86	1	2	7,1 4	3
CBQL	0	0	4	2	40	1,5	2	40	1,5	1	20	3

Kết quả trên cho thấy: nhìn chung, các khách thể đánh giá về mức độ hứng thú nghề của sinh viên sư phạm GDTC có sự tương quan chặt chẽ. Sinh viên được nghiên cứu đã nhận thức đúng đắn về

nghề, tuy nhiên, thái độ của các em trong quá trình học còn ở mức độ chưa cao, chưa yên tâm với nghề, nhưng các em đã có cố gắng nhiều trong các mặt hoạt động:

tích lũy tri thức, rèn luyện nghề và tu dưỡng các phẩm chất đạo đức.

Một số sinh viên GDTC được nghiên cứu có hứng thú nghề (chiếm 22,66%), bên cạnh đó Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội vẫn có một số sinh viên không hứng thú nghề (14,78%) và còn một số lượng đáng kể các sinh viên thể hiện ở mức trung gian giữa hứng thú và không hứng thú nghề (58,02%).

Hứng thú nghề nghiệp của sinh viên không cao. Có nhiều nguyên nhân, trong đó gồm các nguyên nhân cơ bản sau:

Muốn được thoát ly gia đình; do ngành GDTC lấy điểm đầu vào thấp; thi không đỗ vào trường khác; không phải đóng học phí. Đây là những nguyên nhân khó có thể gây hứng thú sâu sắc với nghề nghiệp của sinh viên sư phạm GDTC.

Ra trường xin việc khó khăn, lương thấp, quan niệm của xã hội chưa coi trọng nghề thể dục thể thao, GDTC, cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ chưa được đầu tư; dạy vất vả... là những nguyên nhân cơ bản làm cho sinh viên giảm hứng thú hoặc không hứng thú nghề.

### **3. GIẢI PHÁP NÂNG CAO HỨNG THÚ NGHỀ NGHIỆP CHO SINH VIÊN GDTC**

#### **3.1. Tổ chức tốt đợt giáo dục đầu khóa học; tăng cường giáo dục nhận thức và tình cảm nghề nghiệp cho sinh viên thường xuyên và sâu rộng hơn**

Giáo dục đầu khóa học có ảnh hưởng đến suốt cả khóa học của sinh viên. Do đó phải nâng cao chất lượng các buổi học chính trị. Đợt giáo dục chính trị đầu khóa

không đơn thuần là giảng giải các đường lối giáo dục của Đảng, chính sách pháp luật nhà nước, tình hình, nhiệm vụ của ngành, của nhà trường mà nhằm ổn định tư tưởng cho sinh viên, giúp sinh viên định hướng con đường mà mình sẽ đi trong tương lai. Ngoài ra, trong đợt giáo dục đầu khóa học Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội cần cho sinh viên thấy tầm quan trọng của ngành học, thấy rõ ý nghĩa xã hội của nghề mà các sinh viên theo học; giúp sinh viên hiểu đầy đủ về nhà trường, về nghề nghiệp tương lai của mình (tránh tình trạng mới vào học thì thích, đến khi đi thực tập lại thất vọng, chán nghề).

Cụ thể là: Về truyền thông tốt đẹp của nhà trường và của ngành, cho các em thấy rõ về những đặc trưng của nghề giáo viên GDTC rất khác với dạy học ở các môn khác, về phương pháp học tập và rèn luyện của sinh viên sư phạm, về chương trình học tập toàn khóa, sơ lược nội dung, tính chất của môn học, các hình thức rèn luyện nghiệp vụ sư phạm, về đơn vị và cá nhân tiên tiến của ngành học GDTC... Có như vậy, sinh viên mới chuẩn bị được tâm thế bước vào học tập và rèn luyện một cách dễ dàng, từ đó xây dựng được tình cảm nghề nghiệp, động cơ học tập và thái độ rèn luyện đúng đắn.

Việc hình thành, giáo dục và bồi dưỡng tình cảm nghề nghiệp cho sinh viên là việc làm thường xuyên và rất quan trọng. Đa số sinh viên cho rằng bồi dưỡng, giáo dục tình cảm nghề nghiệp cho sinh viên sư phạm GDTC ngay trong thời gian học tập là điều rất cần thiết. Lòng thiết tha, hứng thú với nghề nghiệp, yêu nghề là yếu tố

đặc biệt quan trọng để hình thành và duy trì thái độ tích cực học tập, rèn luyện tay nghề, hoàn thiện bản thân của các sinh viên. Việc hình thành, bồi dưỡng, giáo dục lòng yêu nghề, yêu ngành cho sinh viên qua những môn học trên lớp, qua các buổi sinh hoạt tập thể, các buổi ngoại khóa để nâng thêm sự hiểu biết về nghề, qua việc tổ chức kết nghĩa đỡ đầu với các lớp năng khiếu thể dục thể thao và trường thực hành để làm tăng thêm sự đoàn kết, gắn bó, say mê nghề nghiệp.

### **3.2. Đảm bảo các điều kiện sinh hoạt cho sinh viên**

Đa số sinh viên được nghiên cứu ít đọc báo, tạp chí, xem truyền hình về tình hình nói chung và về nghề nghiệp nói riêng. Vì thế, các trường đào tạo giáo viên GDTC cần giúp sinh viên có điều kiện được tiếp xúc với đài/ báo, tài liệu về xã hội nói chung và về nghề nói riêng giúp các em nâng cao hiểu biết về nghề, về xã hội. Chẳng hạn: bố trí ti vi trong khu kí túc xá sinh viên, kết nối internet... Đối với Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội cần đặc biệt chú ý đẩy mạnh và cải thiện các điều kiện vật chất và tinh thần phục vụ cho việc học tập và rèn luyện của sinh viên.

Các sinh viên, giảng viên, cán bộ quản lí được nghiên cứu đều cho rằng cơ sở vật chất đối với môn GDTC còn nhiều bất cập (đặc biệt ở vùng nông thôn, miền núi); đồ dùng, thiết bị, sân bãi nghèo nàn, thậm chí không có hoặc có thì chưa đạt yêu cầu. Điều đó ảnh hưởng lớn tới công tác giảng dạy, phát triển GDTC, ảnh hưởng tới tư tưởng của sinh viên trong thời gian học nghề. Vì vậy, mong rằng các cấp, các

ngành lưu tâm hơn nữa tới cơ sở vật chất ở trường, lớp của ngành học GDTC.

### **3.3. Cần có chế độ chính sách thỏa đáng cho giáo viên GDTC**

Hiện nay, chế độ chính sách đối với giáo viên GDTC chưa thỏa đáng, chưa phù hợp, còn nhiều bất cập, sinh viên ra trường tự tìm việc làm còn khó khăn. Với mức lương trợ cấp rất thấp, đời sống của người giáo viên hết sức khó khăn. Nhiều sinh viên tốt nghiệp ra trường mong muốn được phân công công tác dù bất cứ nơi đâu. Không xin được việc, không được vào biên chế Nhà nước hoặc hợp đồng dài hạn, thu nhập của giáo viên lại rất thấp đã ảnh hưởng không nhỏ đến tư tưởng, tình cảm của giáo sinh đang học. Vì vậy Nhà nước cần quan tâm hơn trong việc thực hiện chế độ chính sách đối với giáo viên GDTC... Có như vậy sinh viên mới ổn định tư tưởng, yên tâm và có thái độ đúng đắn trong học tập, rèn luyện và hứng thú với nghề nghiệp.

Ngày khi còn học ở trường sư phạm, đối với sinh viên GDTC nhà trường cũng cần có sự quan tâm nhiều hơn để động viên khuyến khích các em học tập.

### **3.4. Chú ý khâu đào tạo**

Các trường đào tạo GDTC cần chú ý đến khâu đào tạo sinh viên sư phạm GDTC; chú ý hơn nữa về chất lượng cũng như lượng đào tạo, không nên mở nhiều lớp tại chức ở các huyện, thị mà không chú ý “đầu ra” của người học, làm không ít sinh viên chính quy lo lắng, hoang mang bởi học tốn nhiều thời gian và công sức hơn mà vẫn khó xin việc.

Các trường đào tạo GDTC cần quan tâm tới hoạt động Đoàn thanh niên, cùng

với Đoàn trường mở rộng các phong trào (Hội thi sinh viên thực tập giỏi, hội thi rèn luyện nghiệp vụ sư phạm...) để phát triển và khuyến khích khả năng của sinh viên, qua đó lòng yêu nghề, yêu ngành của sinh viên được nâng lên.

### **3.5. Làm tốt công tác tuyên truyền và công tác tuyển sinh cho ngành học GDTC**

Việc hiểu biết về ngành học GDTC của nhiều người trong xã hội còn nhiều hạn chế và có phần chưa đúng (cho rằng nghề này là thấp kém, không cần học ở trường GDTC vẫn có thể dạy được ở các cấp học...). Bên cạnh đó, chế độ chính sách của Nhà nước đối với đội ngũ giáo viên GDTC nhìn chung còn bất cập.

Trên thực tế, những học sinh không đủ khả năng thi vào ngành, nghề khác thì mới đăng kí vào ngành học này. Trong khi đó yêu cầu tuyển sinh của ngành học lại đòi hỏi cao, thí sinh phải đảm bảo đủ điểm văn hóa theo ngưỡng đầu vào đối với ngành sư phạm và phải thi môn Năng khiếu TĐTT. Vì vậy, khi tuyển sinh, điểm chuẩn vào học thường thấp hơn so với các ngành, nghề khác và thấp hơn cả so với các khối sư phạm khác. Đồng thời việc xác định động cơ học nghề của sinh viên chưa rõ

ràng và chưa ổn định (có tới 60,59% sinh viên được hỏi muốn chuyển, 27,59% phân vân; một bộ phận đăng kí thi vào các trường khác, khoa khác vào kì tuyển sinh năm sau). Vì vậy, việc tuyên truyền nghề dạy học nói chung và nghề dạy học đối với GDTC nói riêng để giúp học sinh, các bậc phụ huynh và xã hội nhận thức đúng đắn về nghề và thấy rõ vai trò của môn học GDTC cũng quan trọng và cần thiết như các môn học khác ở phổ thông. Có như vậy nhà trường mới có điều kiện để tuyển những học sinh có học lực khá, giỏi, thực sự yêu nghề, yêu ngành.

### **4. KẾT LUẬN**

Các giải pháp nâng cao hứng thú nghề nghiệp cho sinh viên GDTC không những sẽ giúp cho mỗi sinh viên có được nhận thức đúng về bản chất, hiểu về nghề của mình đã lựa chọn, mà còn thiết tha, hứng thú với nghề, yêu ngành, có tình cảm sâu sắc với nghề. Đây cũng là biện pháp quan trọng tạo điều kiện thuận lợi cho nhà trường trong việc giúp sinh viên hình thành, bồi dưỡng tình cảm nghề nghiệp, nhằm góp phần nâng cao chất lượng ngành học theo yêu cầu của sự nghiệp đổi mới giáo dục của Đảng và Nhà nước.

### **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)*

## ĐỀ XUẤT HƯỚNG NGHIÊN CỨU VỀ GIÁO DỤC THỂ CHẤT TIẾP CẬN TỪ CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT MỚI

TS. Nguyễn Văn Thời

Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

**Tóm tắt:** Chương trình giáo dục phổ thông mới gồm 20 môn học, đều có sự đổi mới về mặt nội dung, cấu trúc so với chương trình hiện hành. Các môn học có nhiều điểm mới trong đó có Giáo dục thể chất. Vì vậy đề Giáo dục thể chất có hiệu quả cao, một trong các nhiệm vụ quan trọng là hướng nghiên cứu các đề tài nghiên cứu khoa học.

**Từ khoá:** Chương trình giáo dục thể chất mới, định hướng nghiên cứu

**Abstract:** The new general education curriculum consists of 20 subjects, all of which are innovative in terms of content, structure versus current curriculum. The subjects have many new features including Physical Education. In order to be highly effective in physical education, one of the important tasks is to research scientific research topics.

**Keywords:** New physical education program, research orientation

### 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) là một mặt của giáo dục toàn diện, là một trong những nhiệm vụ của trường phổ thông. Nói cách khác, trường phổ thông có trách nhiệm thực hiện GDTC và sử dụng môn học Thể dục như là một khâu quan trọng, tạo tiền đề và điều kiện cơ bản cho quá trình GDTC nói chung.

Chương trình môn GDTC, trong Chương trình phổ thông tổng thể góp phần giúp học sinh hình thành hệ thống vốn kỹ năng và năng lực vận động cần thiết cho cuộc sống (như đi, chạy, nhảy, bơi, leo trèo, mang vác,...), phát triển có định hướng các tố chất thể lực (như sức nhanh, sức bền, sức mạnh, khéo léo, thăng bằng), hình thành lối sống lành mạnh, thói quen tập luyện thường xuyên, kỹ năng ứng xử hợp lý trong các tình huống trong sinh hoạt và đời sống. Đó là những mục tiêu

chính của chương trình GDTC và của GDTC nói chung. Đề GDTC có hiệu quả cao, một trong các nhiệm vụ quan trọng là hướng nghiên cứu các đề tài khoa học.

### 2. NỘI HÀM CỦA CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT MỚI

Chương trình giáo dục phổ thông mới gồm 20 môn học, đều có sự đổi mới về mặt nội dung, cấu trúc... So với chương trình hiện hành, các môn học có nhiều điểm mới; chú trọng việc hình thành và phát triển năng lực cho người học, đặc biệt là năng lực áp dụng kiến thức, kỹ năng đã học được đưa vào giải quyết các vấn đề của thực tiễn. Từ các năng lực đó, mỗi môn xác định nội dung và yêu cầu cần đạt riêng. Trong đó, GDTC là môn học bắt buộc được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12, đảm nhiệm một trong bốn mặt giáo dục Đức, Trí, Thể, Mỹ.

Môn học GDTC góp phần hình thành các phẩm chất chủ yếu và năng lực chung cho học sinh; đồng thời, thông qua việc trang bị kiến thức về sức khỏe, quản lý sức khỏe và rèn luyện, GDTC giúp học sinh hình thành và phát triển năng lực thể chất và văn hoá thể chất, ý thức trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng; biết lựa chọn môn thể thao phù hợp với năng lực vận động của bản thân để luyện tập; biết thích ứng với các điều kiện sống, lạc quan và chia sẻ với mọi người; có cuộc sống khoẻ mạnh về thể lực và tinh thần. Nội dung chủ yếu của môn học GDTC là rèn luyện kỹ năng vận động và phát triển tố chất thể lực cho học sinh bằng những bài tập thể chất đa dạng như rèn kỹ năng vận động cơ bản, đội hình đội ngũ, các bài tập thể dục, các trò chơi vận động, các môn thể thao và phương pháp phòng tránh chấn thương trong hoạt động vận động...

### **3. ĐỀ XUẤT HƯỚNG NGHIÊN CỨU VỀ GDTC BẮM SÁT MỤC TIÊU, NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH GDTC MỚI**

Từ mục tiêu của GDTC và thể thao học đường khi triển khai Chương trình GDTC mới, có thể tập trung nghiên cứu giải quyết các vấn đề cơ bản sau:

3.1. Nghiên cứu tăng cường, nâng cao hiệu quả của các phương tiện dạy học, đặc biệt là công nghệ thông tin và truyền thông, để hỗ trợ đổi mới phương pháp dạy học. Tạo điều kiện cho học sinh tiếp cận

các nguồn học liệu đa dạng, khai thác các thông tin phong phú để xây dựng các chủ đề học tập theo sở thích và phát triển năng lực tự học tùy theo nhịp độ, khả năng, cách học của cá nhân học sinh. Phát triển nhiều loại tài liệu hướng dẫn, hỗ trợ dạy và học để đáp ứng sự đa dạng vùng miền, đáp ứng nhu cầu các đối tượng học sinh. Đặc biệt chú trọng các tài liệu hỗ trợ học sinh dân tộc thiểu số và học sinh sống ở các vùng khó khăn.

3.2. Nghiên cứu đổi mới phương pháp và hình thức tổ chức giáo dục nhằm phát triển năng lực cho học sinh; phát huy tính tích cực, tự giác, chủ động, sáng tạo của học sinh như giải quyết vấn đề, dạy học kiến tạo, dạy học khám phá, dạy học theo dự án,...Chú trọng bồi dưỡng phương pháp tự học, khả năng hợp tác, kỹ năng vận dụng kiến thức vào thực tiễn, nhằm hình thành và phát triển năng lực cho học sinh. Đa dạng hóa các hình thức tổ chức giáo dục trong và ngoài lớp học; trong và ngoài nhà trường; cân đối giữa dạy học và hoạt động giáo dục, giữa hoạt động tập thể, nhóm nhỏ và cá nhân, giữa dạy học bắt buộc và dạy học tự chọn, dạy học theo học chế tín chỉ, để đảm bảo vừa phát triển các năng lực cá nhân, vừa nâng cao chất lượng giáo dục cho mọi học sinh.

3.3. Nghiên cứu đổi mới đánh giá kết quả giáo dục theo yêu cầu phát triển năng lực. Đa dạng các phương pháp và công cụ đánh giá. Phối hợp chặt chẽ các hình thức

đánh giá (đánh giá chẩn đoán, đánh giá quá trình, tổng kết; đánh giá của giáo viên và tự đánh giá của học sinh; đánh giá của nhà trường, gia đình, cộng đồng và xã hội). Sử dụng hợp lý các kết quả đánh giá thường xuyên, đánh giá định kỳ và thi cử.

3.4. Nghiên cứu phát triển các hoạt động tập luyện, thi đấu TDTT ngoại khóa một cách hợp lý, phù hợp với điều kiện thực tiễn của mỗi trường; nghiên cứu đổi mới hệ thống quản lý công tác giáo dục thể chất và thể thao trong các trường. Xây dựng hệ thống câu lạc bộ TDTT trường học làm đơn vị cơ sở và được coi là thiết chế cơ bản của TDTT trường học. Nghiên cứu phát triển các môn thể thao dân tộc, các môn thể thao mới du nhập, thể thao giải trí, thể thao điện tử... đáp ứng nhu cầu cuộc sống hiện đại.

3.5. Nghiên cứu gắn kết các hoạt động thể dục thể thao với giáo dục dinh dưỡng, giáo dục nhân cách và kỹ năng sống; gắn kết giáo dục thể lực với giáo dục trí lực, tâm lực và nghề nghiệp đặc thù.

3.6. Nghiên cứu thành lập các trung tâm TDTT, các cơ sở dịch vụ TDTT và chăm sóc sức khỏe cho học sinh, sinh viên để thu hút ngày càng nhiều thanh, thiếu niên tham gia vào hoạt động TDTT, từ đó nâng cao sức khỏe đáp ứng nhu cầu của những công dân tương lai và phát hiện tài năng thể thao.

3.7. Nghiên cứu xây dựng kế hoạch, lộ trình thực hiện công tác đào tạo đội ngũ

giáo viên TDTT cho hệ thống trường học các cấp theo phương châm mở rộng và đa dạng hóa các hình thức đào tạo, bồi dưỡng giáo viên TDTT.

3.8. Nghiên cứu cải tiến hệ thống thi đấu thể thao trong nhà trường các cấp; đổi mới nội dung, hình thức tổ chức Hội khỏe Phù Đổng các cấp cho phù hợp với nhu cầu và điều kiện phát triển trong giai đoạn mới, đảm bảo thu hút đông đảo học sinh, sinh viên tham gia thi đấu trong từng cấp học, đồng thời phục vụ tuyển chọn và phát hiện tài năng thể thao cho quốc gia.

3.9. Nghiên cứu phát triển cơ sở vật chất TDTT trường học; đẩy mạnh công tác xã hội hóa để thu hút các doanh nghiệp, các tổ chức xã hội đầu tư vào cơ sở vật chất TDTT ở các trường học. Nghiên cứu đề xuất ban hành các chế độ chính sách liên quan đến GDTC; các chính sách khuyến khích học sinh, sinh viên, gia đình, các tổ chức xã hội ủng hộ, tự nguyện tham gia để tăng nhanh số lượng trường học đạt mức độ tốt trong thực hiện công tác GDTC và thể thao trong nhà trường.

#### **4. KẾT LUẬN**

Tăng cường nghiên cứu, ứng dụng khoa học công nghệ trong phát triển GDTC và thể thao trường học, sẽ góp phần đẩy mạnh và nâng cao chất lượng phong trào TDTT quần chúng, gắn với Cuộc vận động toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại, Cuộc vận động toàn dân đoàn kết xây dựng đời

sống văn hoá ở cơ sở; Tăng mức độ hưởng thụ dịch vụ TDTT của người dân thông qua việc tăng cường các thiết chế TDTT ở cơ sở. Việc làm này cần được sự quan tâm, tạo điều kiện của ngành giáo dục, ngành TDTT, của những

người làm công tác quản lý giáo dục, cán bộ nghiên cứu khoa học và học sinh, sinh viên ủng hộ, tự nguyện tham gia, góp phần thực hiện quan điểm của Đảng nêu trong các văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017), *Chương trình tổng thể giáo dục phổ thông*
2. Đinh Quang Báo, Lê Đình Chung (2000), “*Đổi mới phương pháp dạy học và học là khâu đột phá trong nâng cao chất lượng dạy học hiện nay*”, Nxb Văn hoá, Hà Nội..
4. Nguyễn Anh Dũng (2012), “*Nguyên tắc và định hướng đổi mới chương trình SGK giáo dục phổ thông sau năm 2015*”, *Kỷ yếu hội nghị khoa học quốc gia về GDTC ở trường phổ thông Việt Nam*, Nxb Giáo dục Việt Nam.
5. Trần Đồng Lâm (2001), “*Đổi mới phương pháp dạy thể dục*”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục sức khỏe thể chất trong nhà trường các cấp, lần thứ III*, Nxb TDTT, Hà Nội.



**PHÂN TÍCH KỸ - CHIẾN THUẬT TRONG THI ĐẤU  
CỦA NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG BÀN  
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI**

*TS. Tô Tiên Thành*

*Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội*

**Tóm tắt:** Đề tài tiến hành ứng dụng phần mềm phân tích và đánh giá kết quả thi đấu của 05 VĐV trong đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, mỗi VĐV 10 trận đấu với tổng cộng hơn 200 ván đấu để tìm ra các ưu, nhược điểm của từng thành viên trong đội tuyển, từ đó giúp ích cho qua trình giảng dạy và huấn luyện môn bóng bàn trong nhà trường.

**Từ khóa:** Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội, bóng bàn, phân tích kỹ chiến thuật.

**Abstract:** *The topic of application analysis software and evaluation of the results of 05 athletes in the field table tennis team of Hanoi University of Physical Education and Sports, each athlete 10 matches with a total of more than 200 games to find out the advantages and disadvantages of each member of the team, which helps to teach and teach table tennis in the school.*

**Key word:** *Hanoi University of Physical Education and Sports; table tennis; analyze tactically*

## **1. ĐẶT VẤN ĐỀ**

Trong các môn thể thao ở Việt Nam, Bóng bàn là một môn được phát triển rộng rãi, được quần chúng nhân dân ham thích vì nó phù hợp với đặc điểm thể chất của người Việt Nam. Các kỹ thuật và chiến thuật của môn bóng bàn là rất phức tạp và có thể thay đổi theo từng trận đấu, từng đối thủ khác nhau. Vì vậy, việc phân tích kỹ - chiến thuật của các vận động viên (VĐV) bóng bàn trong đào tạo, huấn luyện, trước, trong và sau giải đấu là rất quan trọng. Từ những vấn đề trên cho thấy việc phân tích, đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu cho các VĐV đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội là rất quan trọng và vô cùng cấp thiết.

## **2. MỤC ĐÍCH NGHIÊN CỨU**

Đề tài được nghiên cứu với mục đích phân tích, đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội để tìm ra các ưu, nhược điểm của từng thành viên trong đội tuyển, từ đó giúp ích cho qua trình giảng dạy và huấn luyện môn bóng bàn trong nhà trường.

## **3. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU**

Đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp toán học thống kê.

## 4. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

### 4.1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ kỹ chiến thuật trong thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

\*Tiêu chuẩn đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

Thông qua thống kê và phân tích các số liệu tổng hợp kết quả thi đấu của các nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

(số liệu thống kê được trình bày cụ thể ở phần phụ lục), đồng thời sử dụng phương pháp đánh giá 3 giai đoạn với các công

thức và thuật toán đã được xây dựng bao gồm:

- Giai đoạn giao bóng tấn công.
  - Giành điểm:  $(A^+ + B^+ / A + B) \times 100\%$
  - Mất điểm :  $(A^+ + A^- + B^+ + B^- / A + B + X + Y + Z) \times 100\%$
- Giai đoạn đỡ giao bóng tấn công.
  - Giành điểm  $(X^+ + Y^+ / X + Y) \times 100\%$
  - Mất điểm  $(X^+ + X^- + Y^+ + Y^- / A + B + X + Y + Z) \times 100\%$
- Giai đoạn đôi công.
  - Giành điểm  $(Z^+ / Z) \times 100\%$
  - Mất điểm  $(Z^+ + Z^- / A + B + X + Y + Z) \times 100\%$

\* Trong đó :

Giai đoạn	Lần đánh bóng	Giành điểm	Mất điểm	Tổng điểm
Giao bóng tấn công	Giao bóng	Đối phương đỡ giao bóng hỏng ( $A^+$ )	Giao bóng hỏng ( $A^-$ )	A
	Lượt đánh bóng thứ 3	Đối phương đánh bóng hỏng ở lượt thứ 4 ( $B^+$ )	Đánh bóng hỏng ở lượt đánh bóng thứ 3 ( $B^-$ )	B
Đỡ giao bóng tấn công	Lượt đánh bóng thứ 2	Đối phương đánh bóng hỏng ở lượt thứ 3 ( $X^+$ )	Đánh bóng hỏng ở lượt đánh bóng thứ 2 ( $X^-$ )	X
	Lượt đánh bóng thứ 4	Đối phương đánh bóng hỏng ở lượt thứ 5 ( $Y^+$ )	Đánh bóng hỏng ở lượt đánh bóng thứ 4 ( $Y^-$ )	Y
Giai đoạn đôi công	Sau lượt đánh bóng thứ 4	Đối phương đánh bóng hỏng ở lần chạm bóng tiếp theo ( $Z^+$ )	Đánh bóng hỏng ở lần chạm bóng tiếp theo ( $Z^-$ )	Z

Thông qua phân tích kết quả thi đấu của các nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, chúng tôi xây dựng tiêu chuẩn đánh giá

trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, kết quả thể hiện ở bảng 4.1.

**Bảng 4.1. Tiêu chuẩn đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường ĐHSPTDTT Hà Nội**

Tiêu chuẩn	3 giai đoạn	Xuất sắc	Tốt	Đạt	Không đạt
Điểm dành được (%)	Giao bóng tấn công	$\geq 68.09$	68.09 - 62.30	62.30 - 56.37	$< 56.37$
	Đỡ giao bóng tấn công	$\geq 45.25$	45.25 - 39.33	39.33 - 33.13	$< 33.13$
	Đôi công	$\geq 54.05$	54.05 - 49.27	49.27 - 45.33	$< 45.33$
Tỷ lệ sử dụng (%)	Giao bóng tấn công	$\geq 32.68$	32.68 - 30.63	30.63 - 28.77	$< 28.77$
	Đỡ giao bóng tấn công	$\geq 38.39$	38.39 - 36.23	36.23 - 34.18	$< 34.18$
	Đôi công	$\geq 35.69$	35.69 - 32.58	32.58 - 29.13	$< 29.13$

\*Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu suất trong thi đấu (TE) của nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Thông qua thống kê và phân tích các số liệu tổng hợp kết quả thi đấu của các nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, đồng thời sử dụng phương pháp đánh giá 3 giai đoạn như đã trình bày ở phần trước của đề tài chúng tôi xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu suất trong thi đấu (TE) của nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội như sau:

$$TE = A + B[(1 + y)^{x-0.5}] - C[(1 + y)^{2(x-0.5)}]$$

$(0 \leq TE \leq 1)$

Trong đó:

x : Điểm giành được  $(0 \leq x \leq 1)$

y : Điểm đối phương giành được  $(0 \leq y \leq 1)$

A, B, C là các hằng số để đáp ứng các giá trị của TE:

$$A = -(1 + \frac{\sqrt{2}}{2})$$

$$B = (1.5 + \sqrt{2})$$

$$C = \frac{\sqrt{2}}{2}$$

Tiêu chuẩn đánh giá hiệu suất trong thi đấu (TE) của nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội thể hiện ở bảng 4.2.

**Bảng 4.2. Tiêu chuẩn đánh giá hiệu suất trong thi đấu (TE) của nam sinh viên đội tuyển bóng bàn trường ĐHSPTDTT Hà Nội**

Giai đoạn	Xuất sắc	Tốt	Phù hợp	Không phù hợp
Giao bóng tấn công	$\geq 0.554$	$0.554 > TE \geq 0.532$	$0.532 > TE \geq 0.507$	$< 0.507$
Đỡ giao bóng tấn công	$\geq 0.458$	$0.458 > TE \geq 0.430$	$0.430 > TE \geq 0.412$	$< 0.412$
Đôi công	$\geq 0.497$	$0.497 > TE \geq 0.478$	$0.478 > TE \geq 0.458$	$< 0.458$

**4.2. Ứng dụng phần mềm phân tích kỹ - chiến thuật của nam sinh viên đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.**

**4.2.1. Phân tích đặc điểm kỹ chiến thuật của VĐV Nguyễn Khắc Sơn**

**4.2.1.1. Phân tích đặc trưng kỹ - chiến thuật**

Từ những dữ liệu kỹ chiến thuật trong thi đấu của đã thống kê đề tài ứng dụng phần mềm phân tích Table tennis Tactical Analysis để phân tích, đánh giá đặc trưng kỹ - chiến thuật trong thi đấu của các VĐV, đặc trưng kỹ chiến thuật trong thi đấu của VĐV Nguyễn Khắc Sơn được thể hiện qua bảng 4.3.

**Bảng 4.3 Thống kê dữ liệu kỹ chiến thuật của VĐV Nguyễn Khắc Sơn**

TT	Đối thủ	Giao bóng tấn công			Đỡ giao bóng tấn công			Đôi công		
		Tỷ lệ điểm	Tỷ lệ sử dụng	Đánh giá	Tỷ lệ điểm	Tỷ lệ sử dụng	Đánh giá	Tỷ lệ điểm	Tỷ lệ sử dụng	Đánh giá
1	Hoàng Minh Phương	75.00	40.58	Xuất sắc	70.83	34.78	Xuất sắc	35.29	24.64	Không phù hợp
2	Vũ Đức Duy	55.56	36.49	Không phù hợp	64.00	33.78	Xuất sắc	59.09	29.73	Xuất sắc
3	Đặng Đức Hiếu	44.44	40.45	Không phù hợp	48.78	46.07	Xuất sắc	33.33	13.48	Không phù hợp
4	Trịnh Quyết Thắng	80.65	33.33	Xuất sắc	39.47	40.86	Phù hợp	50.00	25.81	Tốt
5	Lê Tiến Đạt	58.54	35.96	Phù hợp	46.67	39.47	Xuất sắc	57.14	24.56	Xuất sắc
6	Phùng Văn Long	71.79	36.79	Xuất sắc	55.56	42.45	Xuất sắc	31.82	20.75	Không phù hợp
7	Doãn Văn Mạnh	76.92	30.23	Xuất sắc	41.18	39.53	Tốt	61.54	30.23	Xuất sắc
8	Nguyễn Đức Nghĩa	85.71	30.00	Xuất sắc	44.83	41.43	Tốt	65.00	28.57	Xuất sắc
9	Đỗ Duy Quyền	76.32	36.19	Xuất sắc	40.91	41.90	Tốt	56.52	21.90	Xuất sắc
10	Nguyễn Văn Quyết	63.89	31.58	Tốt	48.94	41.23	Xuất sắc	54.84	27.19	Xuất sắc
	$\bar{X}$	<b>68.88</b>	<b>35.16</b>	<b>Xuất sắc</b>	<b>50.12</b>	<b>40.15</b>	<b>Xuất sắc</b>	<b>50.46</b>	<b>24.69</b>	<b>Tốt</b>

Qua bảng 4.3 cho thấy ở giai đoạn giao bóng tấn công tỷ lệ điểm của VĐV Nguyễn Khắc Sơn là 68,88%, tỷ lệ sử dụng kỹ - chiến thuật là 35,16% cao nhất

trong 3 giai đoạn. Đối chiếu với tiêu chuẩn chúng tôi đánh giá kỹ - chiến thuật của VĐV ở giai đoạn này là xuất sắc. Ở giai đoạn đỡ giao bóng tấn công các tỷ lệ

này lần lượt là 50,12% và 40,15%. Đối chiếu với tiêu chuẩn chúng tôi đánh giá kỹ - chiến thuật của VĐV ở giai đoạn này là xuất sắc. Ở giai đoạn đôi công các tỷ lệ này lần lượt là 50,46% và 24,69%. Đối chiếu với tiêu chuẩn chúng tôi đánh giá kỹ - chiến thuật của VĐV ở giai đoạn này là tốt.

#### 4.2.1.2. Phân tích hiệu suất kỹ - chiến thuật

Từ những dữ liệu kỹ chiến thuật trong thi đấu của đã thống kê đề tài ứng dụng phần mềm phân tích Table tennis Tactical Analysis để phân tích, đánh giá hiệu suất trong thi đấu của các VĐV, hiệu suất trong thi đấu của VĐV Nguyễn Khắc Sơn được thể hiện qua bảng 4.4.

**Bảng 4.4 Hiệu suất kỹ - chiến thuật của VĐV Nguyễn Khắc Sơn**

TT	Đối thủ	Giao bóng tấn công		Đỡ giao bóng tấn công		Đôi công		Quy luật chiến thắng
		TE	Đánh giá	TE	Đánh giá	TE	Đánh giá	
1	Hoàng Minh Phương	0.628	Xuất sắc	0.593	Xuất sắc	0.451	Không phù hợp	63.77
2	Vũ Đức Duy	0.526	Không phù hợp	0.561	Xuất sắc	0.536	Xuất sắc	59.46
3	Đặng Đức Hiếu	0.472	Không phù hợp	0.493	Xuất sắc	0.468	Không phù hợp	44.94
4	Trịnh Quyết Thắng	0.632	Xuất sắc	0.446	Phù hợp	0.500	Tốt	55.91
5	Lê Tiến Đạt	0.539	Phù hợp	0.483	Xuất sắc	0.524	Xuất sắc	53.51
6	Phùng Văn Long	0.602	Xuất sắc	0.530	Xuất sắc	0.449	Không phù hợp	56.60
7	Doãn Văn Mạnh	0.641	Xuất sắc	0.473	Tốt	0.557	Xuất sắc	58.14
8	Nguyễn Đức Nghĩa	0.557	Tốt	0.495	Xuất sắc	0.517	Xuất sắc	62.86
9	Đỗ Duy Quyền	0.622	Xuất sắc	0.452	Tốt	0.519	Xuất sắc	57.14
10	Nguyễn Văn Quyết	0.607	Xuất sắc	0.456	Tốt	0.546	Xuất sắc	55.26
$\bar{X}$		<b>0.583</b>	<b>Xuất sắc</b>	<b>0.498</b>	<b>Xuất sắc</b>	<b>0.507</b>	<b>Tốt</b>	<b>56.76</b>

Thông qua kết quả thi đấu ở bảng 4.4 của VĐV Nguyễn Khắc Sơn, sau khi thống kê và phân tích số liệu chúng tôi đi đến những đánh giá sau: VĐV Nguyễn Khắc Sơn dành chiến thắng 9/10 trận đấu, quy luật chiến thắng bình quân đạt 56,76%, các chỉ số kỹ - chiến thuật đạt

được là xuất sắc. Cụ thể ở giai đoạn giao bóng tấn công và đỡ giao bóng tấn công các chỉ số này lần lượt là 0,583 và 0,498 đạt xuất sắc so với tiêu chuẩn đã xây dựng, ở giai đoạn đôi công đạt 0,507 đạt loại tốt. Trong tổng số 10 trận đấu, trận thi đấu thứ 7 (gặp VĐV Doãn Văn Mạnh) các thông số kỹ thuật thể hiện là tốt nhất thể

hiện qua các giai đoạn giao bóng tấn công đạt 0,641, đỡ đoạn giao bóng tấn công đạt 0,473 và đôi công đạt 0,557 đều đạt xuất sắc và tốt so với tiêu chuẩn đã xây dựng.

*\*Đánh giá chung trình độ kỹ chiến thuật của VĐV Nguyễn Khắc Sơn là xuất sắc so với tiêu chuẩn.*

## **5. KẾT LUẬN**

- Trình độ kỹ - chiến thuật trong thi đấu của các nam sinh viên trong đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội là đạt yêu cầu so với tiêu chuẩn đã xây dựng. Kết quả nghiên cứu của đề tài đã có ý nghĩa trong việc đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật của các nam sinh viên

trong đội tuyển bóng bàn Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội. Ban huấn luyện có thể căn cứ vào kết quả phân tích của đề tài để tiến hành lựa chọn đội tuyển và đăng ký các nội dung thi đấu của từng VĐV cho phù hợp với trình độ kỹ - chiến thuật.

- Ban huấn luyện cần tăng cường huấn luyện cho các VĐV trong đội tuyển ở các giai đoạn giao bóng tấn công, đỡ giao bóng tấn công, đặc biệt là giai đoạn đôi công trong thi đấu (tỷ lệ giành điểm và mất điểm ở giai đoạn này chiếm tỷ lệ % cao nhất trong 3 giai đoạn), hạn chế tối đa việc tự đánh hỏng trong các giai đoạn này.

## **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

- 1. Đào Ngọc Dũng, Tô Tiến Thành, Tô Thế Thợi (2012), Giáo trình bóng bàn, NXB TĐTT, Hà Nội.*
- 2. Trần Hiếu (2000), “Nghiên cứu một số bài tập phát triển tốc độ cho nam đội tuyển Bóng bàn Trường Đại học TĐTTI”.*
- 3. Tô Tiến Thành (2015), Phân tích kỹ chiến thuật của vận động viên bóng bàn ưu tú Việt Nam, Luận án Tiến sỹ, Học viện Thể Thao Thượng Hải, Trung Quốc.*

**NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN  
THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM HỌC SINH ĐỘI TUYỂN  
KARATEDO TRƯỜNG THPT CHUYÊN LAM SƠN  
TỈNH THANH HÓA**

*TS. Nguyễn Duy Quyết*

*Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội*

*Nguyễn Văn Dũng*

*Học viên Cao học K3*

**Tóm tắt:** Căn cứ vào điều kiện thực tiễn của Trường THPT Chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa về yếu tố cơ sở vật chất, nguồn nhân lực... và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả huấn luyện và thi đấu Karatedo cho đội tuyển của Nhà trường tuy bước đầu thu được những kết quả khả quan, song trong quá trình huấn luyện chưa được tổ chức một cách hệ thống và khoa học, quá trình huấn luyện chủ yếu hướng vào việc giải quyết các nhiệm vụ kỹ thuật, chiến thuật. Nhưng trên thực tế, để nâng cao thành tích thi đấu nói chung và môn Karatedo nói riêng thì việc phát triển các tố chất thể lực có ý nghĩa đặc biệt tới việc tiếp thu kỹ thuật, nâng cao năng lực chịu đựng lượng vận động và ảnh hưởng tới thành tích thi đấu của các VĐV đặc biệt là thể lực chuyên môn.

**Từ khóa:** Bài tập phát triển, thể lực chuyên môn, nam học sinh, Karatedo

**Abstract:** *Based on the practical conditions of Lam Son - Thanh Hoa Specialized High School on material factors, human resources ... and some other objective conditions, effective training and competition Karatedo for the team. The school's initial results are good. However, in the training process has not been organized systematically and scientifically, the training process is mainly directed at the resolution of technical and tactical tasks. But in practice, in order to improve overall performance and Karateo in particular, the development of physical strengths has a special significance for the acquisition of technology, capacity- building for motor skills and Affects the performance of the athletes, especially the physical fitness.*

**Key word:** *training, develop; Physical fitness, Male student, Karatedo*

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Căn cứ vào điều kiện thực tiễn của Trường THPT Chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa về yếu tố cơ sở vật chất, nguồn nhân lực... và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả huấn luyện và thi đấu Karatedo cho đội tuyển của Nhà trường tuy bước đầu thu được những kết quả khả quan, song trong quá trình huấn luyện chưa được tổ chức một cách hệ thống và khoa học, quá trình huấn luyện chủ yếu hướng vào việc giải quyết các nhiệm vụ

kỹ thuật, chiến thuật. Nhưng trên thực tế, để nâng cao thành tích thi đấu nói chung và môn Karatedo nói riêng thì việc phát triển các tố chất thể lực có ý nghĩa đặc biệt tới việc tiếp thu kỹ thuật, nâng cao năng lực chịu đựng lượng vận động và ảnh hưởng tới thành tích thi đấu của các VĐV, đặc biệt là thể lực chuyên môn.

Vấn đề nghiên cứu về môn võ Karatedo, mà đặc biệt là nghiên cứu về các bài tập thể lực cho các VĐV còn chưa được các nhà nghiên cứu khoa học TDTT

trong nước quan tâm thích đáng, đặc biệt là việc xây dựng hệ thống các bài tập thể lực chung và chuyên môn một cách khoa học cho các đội tuyển Karatedo các Trường THPT nói chung và trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa nói riêng, cho đến nay hầu như chưa có một công trình nào nghiên cứu về vấn đề này.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, dựa vào các phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của vấn đề cần nghiên cứu, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: “Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa”.

## **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 tọa đàm
- 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 thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa**

Để lựa chọn được các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa, trước hết đề tài tiến hành xác định nguyên tắc lựa chọn bài tập.

Căn cứ vào các nguyên tắc huấn luyện, dựa vào cơ sở lý luận của thể lực chuyên môn, dựa vào đặc điểm tâm sinh lý và trình độ thực tế về thể lực chuyên môn

cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa, dựa vào mục đích yêu cầu về huấn luyện thể lực và chương trình đào tạo của nhà trường nhằm bước đầu xác định các nguyên tắc lựa chọn.

Nguyên tắc lựa chọn các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa như sau:

- Nguyên tắc 1: Các bài tập được lựa chọn phải có tính định hướng phát triển thể lực chuyên môn rõ rệt nhằm tác động trực tiếp vào các nhóm cơ chủ yếu tham gia vào hoạt động kỹ - chiến thuật Karatedo.

- Nguyên tắc 2: Việc lựa chọn các bài tập phải đảm bảo tính khả thi, có nghĩa là các bài tập có thể thực hiện được trên đối tượng và điều kiện tập luyện của nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.

- Nguyên tắc 3: Các bài tập lựa chọn phải đảm bảo tính hợp lý, nghĩa là nội dung, hình thức, khối lượng vận động phải phù hợp với đặc điểm đối tượng, điều kiện thực tiễn của trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.

- Nguyên tắc 4 : Các bài tập phải có tính hiệu quả, nghĩa là các bài tập phải nâng cao được thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.

- Nguyên tắc 5: Các bài tập phải có tính đa dạng, tạo hứng thú tập luyện cho VĐV.

- Nguyên tắc 6: Các bài tập phải có tính tiếp cận với xu hướng sử dụng các biện pháp và phương pháp huấn luyện thể lực chuyên môn trong huấn luyện hiện đại.



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

### 3.2. Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa

Để lựa chọn được các bài tập đa dạng và phù hợp phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa, đề tài tiến hành tham khảo các tài liệu có liên quan, quan sát các giờ tập luyện thể lực của

nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa và các trường THPT lân cận có phong trào tập luyện Karatedo phát triển mạnh.

Để đảm bảo tính khách quan và thực tiễn khi lựa chọn bài tập, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi đến các giáo viên, huấn luyện viên và cán bộ chuyên môn có kinh nghiệm trong công tác huấn luyện thể lực cho VĐV Karatedo. Số phiếu phát ra 30 phiếu và thu về được 30 phiếu. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 3.1.

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

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		N	%	N	%	N	%
1	Chạy 30m xuất phát cao	26	86.67	3	10	1	3.33
2	Nâng cao đùi và đập sau	27	90	3	10	0	0
3	Chạy 100m	15	50	10	33.33	5	16.6
4	Bật bực tại chỗ đổi chân	24	80	4	13.33	2	6.67
5	Nằm sấp chống đẩy	26	86.67	2	6.67	2	6.67
6	Ngồi xôm bật xa	15	50	10	33.33	5	16.6
7	Nghe tín hiệu xuất phát nhanh	28	93.33	2	6.67	0	0
8	Co tay xà đơn	11	36.67	11	36.67	8	26.6
9	Đấm 2 tay liên hoàn có mang trọng lượng phụ	27	90	3	10	0	0
10	Nhảy dây	25	83.33	4	13.33	1	3.33
11	Đấm tay sau vào 3 mục tiêu cố định (trái, phải, trước)	28	93.33	2	6.67	0	0
12	Đấm tay trước và tay sau vào 3 mục tiêu cố định (trái, phải, trước)	28	93.33	2	6.67	0	0
13	Di chuyển và đánh liên hoàn 2 đòn chân + 2 đòn tay vào 2 mục tiêu	28	93.33	2	6.67	0	0
14	Di chuyển ngang với tần trung bình vào 2 mục tiêu có trọng lượng phụ	28	93.33	2	6.67	0	0
15	Ngồi xuống đứng lên và đá thẳng về trước 2 chân đối nhau	27	90	2	6.67	1	3.33
16	Di chuyển đá ngang vào 2 mục tiêu (trái, phải)	24	80	5	16.67	1	3.33
17	Đứng chụm 2 chân và bật nhảy theo hình chữ thập (trái – phải; trước - sau)	26	86.67	2	6.67	2	6.67
18	Đá thẳng về trước có trọng lượng phụ	25	83.33	4	13.33	1	3.33
19	Đá ngang (trái, phải) có trọng lượng phụ	27	90	2	6.67	1	3.33
20	Di chuyển về trước và sau tấn Ko	26	86.67	2	6.67	2	6.67
21	Đứng tại chỗ đấm vào 3 mục tiêu (hạ, trung, thượng)	28	93.33	2	6.67	0	0
22	Đứng tại chỗ đá vào 4 mục tiêu (trái, phải, trước, sau)	15	50	10	33.33	5	16.6
23	Nghe tín hiệu đánh vào mục tiêu bằng tay sau	17	56.67	10	33.33	3	10

Qua bảng 3.1, đề tài đã lựa chọn được 18 bài tập có tỷ lệ số người tán thành cao từ 80% trở lên ở mức rất quan trọng để ứng dụng phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.

Các bài tập cụ thể gồm:

1. Chạy 30m xuất phát cao
2. Nâng cao đùi và đập sau
3. Bật bực tại chỗ đổi chân
4. Nằm sấp chống đẩy
5. Nghe tín hiệu xuất phát nhanh
6. Đấm 2 tay liên hoàn có mang trọng lượng
7. Nhảy dây
8. Đấm tay sau vào 3 mục tiêu cố định (trái, phải, trước)
9. Đấm tay trước và tay sau vào 3 mục tiêu cố định (trái, phải, trước)
10. Di chuyển và đánh liên hoàn 2 đòn chân + 2 đòn tay vào 2 mục tiêu
11. Di chuyển ngang với tấn trung bình

vào 2 mục tiêu có trọng lượng phụ  
12. Ngồi xuống đứng lên và đá thẳng về trước 2 chân đối nhau

13. Di chuyển đá ngang vào 2 mục tiêu (trái, phải)

14. Đứng chụm 2 chân và bật nhảy theo hình chữ thập (trái - phải; trước - sau)

15. Đá thẳng về trước có trọng lượng phụ

16. Đá ngang (trái, phải) có trọng lượng phụ

17. Di chuyển về trước và sau tấn Ko

18. Đứng tại chỗ đấm vào 3 mục tiêu (hạ, trung, thượng)

#### 4. KẾT LUẬN

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 18 bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam học sinh đội tuyển Karatedo Trường THPT chuyên Lam Sơn - Thanh Hóa.

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dr - Harre (1996) - Học thuyết huấn luyện (sách dịch) - NXB TĐTT - Hà Nội, tr. 168-554.
2. Lưu Quang Hiệp - Phạm Thị Uyên (1996) - Sinh lý học TĐTT - NXB TĐTT-Hà Nội, tr.361-465.
3. Nóvicóp A.D - Matveep L.p (1980), Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất (sách dịch) - NXB TĐTT, tr. 155-466.
4. Nguyễn Xuân Sinh (1999) - Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao - NXB TĐTT - Hà Nội, tr.5-371.
5. Nguyễn Toán - Phạm Danh Tồn (1993) - Lý luận và phương pháp thể thao NXB TĐTT - Hà Nội.
6. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Xuân Thành (2004), Giáo trình Tâm lý học TĐTT, NXB TĐTT, Hà Nội.
7. Tổng cục TĐTT - Luật thi đấu Katatedo - NXB TĐTT Hà Nội 1993.
8. Võ Đức - Căn bản Katatedo - NXB

## THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG CỦA CÂU LẠC BỘ BÓNG CHUYỀN SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TDTT HÀ NỘI

*TS. Phạm Thị Hương*

*TS. Trần Văn Cường*

*ThS. Đào Xuân Anh*

*Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội*

**Tóm tắt:** Sử dụng các phương pháp thường quy để đánh giá thực trạng hoạt động câu lạc bộ (CLB) Bóng chuyền sinh viên trường Đại học sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội, thông qua: Thực trạng công tác quản lý, công tác chuyên môn, các yếu tố đảm bảo hoạt động CLB bóng chuyền sinh viên. Trên cơ sở đó tìm ra nguyên nhân chính ảnh hưởng đến hiệu quả hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên Trường Đại học sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội.

**Từ khóa:** Câu lạc bộ, bóng chuyền, sinh viên.

**Abstract:** Using routine methods to evaluate the current situation of Hanoi University of Physical Education and Sports students' volleyball club, through the current status of management, professional work, assurance club activities. On that basis, find out the main reasons affecting the performance of the volleyball club of Hanoi University of Physical Education and Sports

**Key words:** Club, volleyball, student

### 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua công tác giáo dục thể chất (GDTC) của Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội có những bước phát triển và đem lại hiệu quả giáo dục nhất định trong hoạt động nội khóa và ngoại khóa, các câu lạc bộ thể dục thể thao (TDTT) hoạt động dưới hình thức tự chọn (đội tuyển) như: Bóng đá, Bóng chuyền, Bóng rổ, Cầu lông, Võ thuật... phát triển mạnh, thu hút được nhiều sinh viên tham gia, đặc biệt CLB bóng chuyền được nhiều sinh viên lựa chọn để tập luyện và thi đấu mang nhiều thành tích, huy chương tại các giải Học sinh - Sinh viên Khu vực Hà Nội và toàn quốc...

Tuy nhiên hoạt động các CLB TDTT sinh viên nói chung và CLB bóng chuyền sinh viên trường nói riêng diễn ra còn mang tính tự phát, thiếu tính tổ chức, chưa có tính hệ thống, chưa có được sự đánh giá hiệu quả về công tác tổ chức, quản lý, tiêu chuẩn đánh giá trình độ người tập... Vì vậy việc tiến hành đánh giá: “*Thực trạng hoạt động CLB Bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội*” là cơ sở để từ đó tìm ra các nguyên nhân chính ảnh hưởng đến hiệu quả hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, sẽ nâng cao được hiệu quả hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên.

## 2. 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 toạ đàm, 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. Thực trạng công tác quản lý CLB bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

Trong những năm qua, Đảng ủy - Ban giám hiệu Nhà trường rất quan tâm đến các hoạt động ngoại khóa, hoạt động TĐTT của sinh viên trong quá trình học tập, xác định đó là một mặt giáo dục góp phần xây dựng đời sống văn hóa TĐTT lành mạnh của sinh viên Nhà trường, tuy nhiên công tác quản lý công tác TĐTT

trong Nhà trường mới chỉ thực hiện qua các văn bản chỉ đạo. Cơ cấu tổ chức quản lý TĐTT này chưa được các khoa, bộ môn phát huy tốt vai trò chủ đạo, bên cạnh đó sự phối hợp giữa các đơn vị chức năng và các tổ chức đoàn thể còn thiếu đồng bộ, thiếu sự phối hợp gắn kết, còn chông chéo, chưa có tính khoa học nên chưa thu hút đông đảo sinh viên tham gia hoạt động TĐTT ngoại khóa.

Về công tác cán bộ, tham gia quản lý CLB bóng chuyền sinh viên còn thiếu, chưa có kinh nghiệm về công tác quản lý CLB TĐTT, kết quả phỏng vấn các giảng viên trong Khoa Các môn bóng, Bộ môn Bóng chuyền tham gia CLB Bóng chuyền sinh viên, HLV các đội tuyển thể thao sinh viên của Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội về việc quản lý các hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên trong Nhà trường được đề tài trình bày ở bảng 3.1.

**Bảng 3.1. Kết quả phỏng vấn về việc quản lý hoạt động CLB Bóng chuyền sinh viên Trường ĐHSPTĐTT Hà Nội (n = 23)**

TT	Nội dung quản lý hoạt động	Thường xuyên		Không thường xuyên		Chưa thực hiện	
		SL	%	SL	%	SL	%
1	Xây dựng kế hoạch xây dựng và phát triển CLB Bóng chuyền	4	17	12	53	7	30
2	Tổ chức các hoạt động thi đấu của CLB và đội tuyển	0	0	8	35	15	65
3	Tham gia thi đấu các giải khu vực, toàn quốc ...	7	30	16	70	0	0
4	Tham gia thi đấu giao lưu, giao hữu	0	0	17	74	6	26
5	Xây dựng quy định, quy chế hoạt động của CLB bóng chuyền	4	17	9	39	10	31
6	Chế độ khen thưởng, động viên cho học viên, hướng dẫn viên	0	0	8	35	15	65
7	Công tác xã hội hóa và vận động tài trợ	0	0	0	0	23	100

Kết quả tại bảng 3.1 cho thấy: Hầu hết các hoạt động quản lý chỉ ở mức độ không thường xuyên, một số hoạt động quản lý của câu lạc bộ bóng chuyền như: Xây dựng kế hoạch, xây dựng và phát triển CLB bóng chuyền được thực hiện thường xuyên nhưng mức độ thấp (17%), thậm chí các tiêu chí như tổ chức các hoạt động thi đấu của CLB và đội tuyển, tham gia thi đấu các giao hữu, giao lưu, chế độ khen thưởng, động viên cho học viên, HLV, thi

hoạt động quản lý thường xuyên là không (0%).

### 3.2. Thực trạng công tác chuyên môn CLB bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

#### 3.2.1. Thực trạng kế hoạch huấn luyện chuyên môn

Kết quả phỏng vấn các giảng viên, huấn luyện viên (HLV), sinh viên CLB bóng chuyền trong Nhà trường được trình bày ở bảng 3.2.

**Bảng 3.2. Kết quả phỏng vấn về kế hoạch huấn luyện chuyên môn CLB bóng chuyền sinh viên Trường ĐHSPTĐTT Hà Nội (n = 23)**

TT	Các hoạt động huấn luyện chuyên môn	Thường xuyên		Không thường xuyên		Chưa thực hiện	
		SL	%	SL	%	SL	%
1	Xây dựng tiến trình huấn luyện	3	13	18	78	2	9
2	Xây dựng kế hoạch huấn luyện hàng năm	5	22	15	65	3	13
3	Xây dựng giáo án huấn luyện	12	52	7	31	4	17
4	Xây dựng lịch thi đấu	0	0	16	69	7	31

Từ kết tại bảng 3.2 cho thấy: Các hoạt động có kế hoạch huấn luyện chuyên môn của CLB Bóng chuyền sinh viên là không thường xuyên, các kế hoạch huấn luyện thường có tỉ lệ thấp như xây dựng tiến trình huấn luyện 9%; xây dựng kế hoạch huấn luyện hàng năm 13% và không có kế hoạch xây dựng lịch thi đấu.

#### 3.2.2. Thực trạng về đội ngũ giảng viên, HLV tham gia huấn luyện

Với đội ngũ giảng viên trường có đủ số lượng và trình độ chuyên môn nhất định nhưng phân bố không đều, dưới đây là bảng thống kê số lượng giảng viên được đào tạo chuyên sâu các môn:

**Bảng 3.3. Thống kê số lượng giảng viên được đào tạo chuyên sâu môn Bóng chuyền ở các trình độ (tính đến năm 2017)**

TT	Chuyên sâu Bóng chuyền	Số lượng (7 giảng viên)	Ghi chú
1	Trình độ Đại học	4	
2	Trình độ Thạc sĩ	3	
3	Trình độ Tiến sĩ	0	
4	Trình độ HLV - Trọng tài quốc gia	1	

Kết quả tại bảng 3.3 cho thấy: Chưa có giảng viên chuyên sâu về môn bóng chuyền là trình độ tiến sĩ, có 01 giảng viên có trình độ Thạc sĩ - kiêm HLV và trọng tài quốc gia. Đây là một khó khăn lớn trong việc nâng cao chất lượng huấn luyện chuyên môn của CLB bóng chuyền sinh viên của Nhà trường, vì vậy đòi hỏi phải có những giải pháp để phát triển nguồn nhân lực chất lượng cao cho đội ngũ giảng viên, HLV- trọng tài cho CLB, thì mới nâng cao được công tác chuyên môn của

CLB Bóng chuyền sinh viên của Nhà trường.

### **3.3. Thực trạng các yếu tố đảm bảo hoạt động CLB Bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội**

#### **3.3.1. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC và hoạt động CLB bóng chuyền sinh viên của Trường**

Kết quả khảo sát về cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ phục vụ công tác GDTC và hoạt động CLB bóng chuyền sinh viên của Trường được trình bày ở bảng 3.4.

**Bảng 3.4. Thực trạng sân bãi dụng cụ phục vụ giảng dạy và tập luyện CLB bóng chuyền Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội**

TT	Sân bãi - dụng cụ	Số lượng	Chất lượng	Hiệu quả	
				Tốt	Không tốt
1	Đường chạy	1	Nhựa tổng hợp	X	
2	Sân Bóng chuyền ngoài trời	8	Nền tổng hợp	X	
3	Sân bóng đá 11 người	1	Sân cỏ tổng hợp	X	
4	Sân bóng rổ	1	Nền tổng hợp	X	
5	Máy bắn bóng	0			
6	Máy tập thể lực	15			X
7	Bóng, lưới theo tiêu chuẩn	Thực tế SV			
8	Sân bóng chuyền trong nhà	0			

Qua bảng 3.4 cho thấy: Cơ sở vật chất phục vụ môn Bóng chuyền của Trường ĐHSP TDTT Hà Nội về cơ bản đảm bảo tiêu chuẩn, đáp ứng được nhu cầu giảng dạy và học tập của sinh viên, cũng như hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên.

#### **3.3.2. Thực trạng nhu cầu tập luyện CLB bóng chuyền sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội**

Để đánh giá được nhu cầu và nguyện vọng của sinh viên đối với CLB bóng chuyền, chúng tôi tiến hành phỏng vấn sinh viên của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 3.5 như sau:

**Bảng 3.5. Kết quả điều tra về nhu cầu và nguyện vọng của sinh viên đối với CLB bóng chuyền sinh viên (n=105)**

STT	NỘI DUNG PHỎNG VẤN	KẾT QUẢ	
		SỐ LƯỢNG	%
1	Sự cần thiết của CLB bóng chuyền sinh viên		
	- Cần thiết	95	91
	- Không cần thiết	10	9
2	Nếu nhà trường tổ chức CLB bóng chuyền sinh viên:		
	- Đăng ký tham gia ngay	62	59
	- Sẽ đăng ký và tham gia khi có điều kiện	24	23
	- Không tham gia	19	18
3	Bạn tham gia tập luyện CLB bóng chuyền sinh viên vì:		
	- Yêu thích thể thao	30	28
	- Nâng cao thành tích	11	10
	- Giao lưu với bạn bè	32	31
	- Để thư giãn nghỉ ngơi tích cực	32	31
4	Thời gian tập luyện CLB bóng chuyền sinh viên		
	- 2 buổi/ tuần(15h - 17h)	99	95
	- 2 buổi/ tuần(17h - 19h)	6	5
5	Lệ phí sinh hoạt CLB bóng chuyền sinh viên		
	- 50.000đ/tháng	3	2
	- 00.000đ/tháng	102	98

Từ kết quả tại bảng 3.5 cho thấy: Có đến 91% sinh viên nhận thức được sự cần thiết của CLB bóng chuyền sinh viên, với 59% số sinh viên đăng ký tập luyện, có đến 18% sinh viên trả lời không đăng ký và 23% số sinh viên chưa trả lời ngay. Có thể thấy nhận thức của sinh viên chưa đầy đủ, sự quan tâm của Nhà trường và các cấp quản lý chưa đáp ứng yêu cầu đề ra, việc tổ chức quản lý TĐTT chưa được xây dựng thành kế hoạch hành động và biện pháp cụ thể, sinh viên còn do dự và ngại tham gia các hoạt động ngoại khóa.

#### 4. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu đánh giá thực trạng hoạt động của CLB bóng chuyền sinh viên

Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, chúng tôi nhận thấy:

1- Hầu hết các hoạt động quản lý chỉ ở mức độ không thường xuyên, một số hoạt động quản lý của CLB bóng chuyền như: Xây dựng kế hoạch và phát triển CLB bóng chuyền (dưới hình thức đội tuyển) được thực hiện thường xuyên nhưng mức độ thấp.

2- Các kế hoạch huấn luyện chuyên môn của CLB bóng chuyền sinh viên là không thường xuyên, các kế hoạch huấn luyện thường xuyên có tỉ lệ thấp, chưa có kế hoạch xây dựng lịch thi đấu.

3- Chưa có giảng viên trình độ cao chuyên sâu về bộ môn bóng chuyền, số

giảng viên có trình độ HLV-Trọng tài quốc gia quá ít.

4- Cơ sở vật chất phục vụ cho CLB bóng chuyên là chưa đảm bảo được chất lượng cao, chưa đáp ứng được nhu cầu hoạt động của CLB bóng chuyên sinh viên như: chưa có sân trong nhà.

5- Nhận thức của sinh viên chưa đầy đủ, việc tổ chức quản lý TDTT chưa được xây dựng thành kế hoạch hành động và

biện pháp cụ thể, sinh viên còn do dự và ngại tham gia các hoạt động ngoại khóa.

Đây cũng là những nguyên nhân chính ảnh hưởng đến hiệu quả hoạt động của CLB Bóng chuyên sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

- 1. Phạm Đình Bẩm (2008), Giáo trình quản lý TDTT, NXB TDTT, Hà Nội.*
- 2. Quy chế tổ chức và hoạt động của CLB TDTT cơ sở (2003), Ban hành theo quyết định số 1589/2003/QĐ - UB TDTT ngày 19/09/2003.*
- 3. Nguyễn Đức Văn (2000), Phương pháp Thống kê trong TDTT, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.*
- 4. Đặng Hùng Mạnh (2013), Bóng chuyên, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.*



**ỨNG DỤNG BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC BỀN TỐC ĐỘ CHO  
NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CHẠY 100M LỬA TUỔI 16 - 17  
TỈNH THÁI BÌNH**

*TS. Phạm Anh Tuấn*

*ThS. Lê Thị Thu Thủy*

*Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*

*CN. Đinh Bá Phương*

*Sở Văn hóa và thể thao tỉnh Thái Bình*

**Tóm tắt:** Trên cơ sở nghiên cứu thực trạng sử dụng bài tập cũng như đánh giá sức bền tốc độ của vận động viên (VĐV) nam chạy 100m lửa tuổi 16 - 17 đội tuyển điền kinh Thái Bình, đã xác định được 14 bài tập ứng dụng trong huấn luyện mang lại hiệu quả phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

**Từ khóa:** Bài tập, chạy 100m, vận động viên, lửa tuổi 16 - 17, sức bền tốc độ.

**Abstract:** Based on the study on the use of exercise as well as the endurance speed rating of 100m running athletes ages 16-17 in Thai Binh athletics team, 14 exercises were identified. In training, the effect of speed development is studied.

**Keywords:** exercise, running 100m, athletes, ages 16 - 17, endurance speed

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức bền tốc độ không chỉ nâng cao thành tích tập luyện và thi đấu cự ly 100m mà còn tạo điều kiện phát triển nhiều môn thể thao khác. Vì vậy, việc nâng cao sức bền tốc độ trong chạy 100m là hết sức quan trọng. Trong những năm gần đây, đội tuyển điền kinh Thái Bình đã có nhiều tiến bộ, thành tích đạt được đáng khích lệ. Qua theo dõi các cuộc thi chạy cự ly ngắn ở các giải thi đấu điền kinh như: Vô địch trẻ và vô địch quốc gia, quốc tế có thể nhận thấy tốc độ chạy sau xuất phát tương đối đồng đều nhưng càng về cuối cự ly càng bị lùi về phía sau nhiều hơn, đặc biệt trong chạy cự ly 100m. Một câu hỏi đặt ra: “Vì sao VĐV không duy trì được tốc độ như ban đầu trên toàn cự ly?”. Tham khảo các tài liệu cũng như qua trả lời của giáo viên,

huấn luyện viên có kinh nghiệm họ đều cho rằng: “Để đạt được thành tích cao trong chạy cự ly ngắn thì yếu tố tất yếu là nâng cao trình độ chuẩn bị thể lực chuyên môn, trong đó cần đặc biệt chú trọng phát triển tố chất sức bền tốc độ”. Vậy trong quá trình huấn luyện và thi đấu, vấn đề chuẩn bị thể lực chuyên môn, trong đó trọng tâm là sức bền tốc độ là một nội dung cơ bản có ý nghĩa vô cùng quan trọng, quyết định đến thành tích của vận động viên chạy cự ly 100m.

Xuất phát từ những nhận thức được tầm quan trọng của sức bền tốc độ với VĐV chạy cự ly ngắn trong tập huấn và thi đấu, để góp phần nâng cao hơn nữa chất lượng giảng dạy, huấn luyện chuyên môn chạy 100m cho VĐV tôi nghiên cứu vấn đề: “Ứng dụng bài tập phát triển sức bền tốc

độ cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình”.

## 2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để lựa chọn được những bài tập phát triển sức bền tốc độ cho vận động viên nam chạy 100m tỉnh Thái Bình, đã thực hiện các phương pháp nghiên cứu cơ bản sau: phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu, phương pháp phỏng vấn tọa đàm, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê. Đây là những phương pháp

nghiên cứu chủ yếu để hoàn thành mục đích nghiên cứu.

## 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 3.1. Thực trạng sử dụng bài tập và sức bền tốc độ của vận động viên chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình

Qua phân tích dữ liệu về việc sử dụng bài tập phát triển sức bền cho vận động viên nam chạy 100m tỉnh Thái Bình cho kết quả bảng 1.

**Bảng 1. Thực trạng sử dụng bài tập huấn luyện sức bền tốc độ cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 đội tuyển điền kinh Thái Bình**

TT	Nội dung bài tập	Số lượng	Cường độ	Quãng nghỉ
1	Chạy 30m XPC	5 tổ	80- 85%	2 - 4 phút/tổ
2	Chạy 60m XPC	5 tổ	80-85%	2- 4 phút/tổ
3	Chạy 30m + 60m + 80m	3 tổ	75-80%	3 -5 phút/tổ
4	Chạy 100m	4 tổ	80-85%	3- 5 phút/tổ
5	Chạy 150m	3 tổ	75-80%	4 - 6phút/tổ
6	Chạy 200m	3 tổ	75-80%	4- 6phút/tổ
7	Chạy biến tốc 100m nhanh 100m chậm	3 tổ	75-80%	1- 3phút/tổ
8	Bật xa tại chỗ	3 tổ	80-85%	3 - 5phút/tổ

Qua bảng 1 thấy: Nội dung và số lượng các bài tập như vậy là không nhiều. Tổng số có 8 bài tập và chỉ có một số bài tập lặp đi lặp lại như: Chạy lặp lại, bật xa tại chỗ, chạy biến tốc, điều đó tạo sự nhàm chán trong tập luyện của người tập. Bên cạnh đó lượng vận động (LVĐ) và quãng nghỉ của bài tập chưa hợp lý với đối tượng người tập. Theo quan điểm của huấn luyện sức bền thời gian huấn luyện cần phải đủ dài để cơ thể hồi phục về trạng thái ban đầu mới tiếp tục LVĐ tiếp theo, nếu không hiệu quả huấn

luyện sẽ không đạt được mà còn phát triển lệch lạc các tố chất dẫn đến thành tích thi đấu chưa đạt được yêu cầu đặt ra.

Từ thực tiễn trên, đề tài nhận định cần thay đổi hình thức tổ chức cũng như nội dung bài tập và cần sắp xếp nội dung bài tập đảm bảo nguyên tắc tăng dần giúp cho khả năng thích ứng cao của cơ thể người tập.

Qua kiểm tra thể lực bằng các test đã được xác định để đánh giá sức bền tốc độ của các nam VĐV chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình (3 test), cho kết quả bảng 2.

**Bảng 2. Thực trạng kết quả kiểm tra sức bền tốc độ của nam VĐV chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình (n = 14)**

TT	Test	Chỉ tiêu	Thực trạng		Năm 2016		So sánh	
			$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$	t	p
1	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	2.60	2.72	0.43	2.73	0.45	1.28	> 0.05
2	Chạy 100m XPT(s)	11.90	12.20	0.42	12.23	0.44	1.42	> 0.05
3	Chạy 150m XPC (s)	18.90	19.49	0.45	19.51	0.47	1.27	> 0.05

Kết quả bảng 2 cho thấy: năng lực sức bền tốc độ của nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 đội tuyển điền kinh Thái Bình với thành tích thi đấu kiểm tra các nội dung lập test của năm trước là tương đối đồng đều. Kết quả thu được thông qua 3 test kiểm tra đều có  $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$  ở ngưỡng xác suất  $P > 0.05$  thể hiện khác biệt là không đáng kể và không có ý nghĩa thống kê.

Điều đó có thể nhận thấy việc sử dụng các bài tập phát triển sức bền tốc độ trong kế hoạch huấn luyện nhằm phát triển thành tích chạy 100m cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 đội tuyển điền kinh Thái Bình là chưa hợp lý, chưa phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý và quy luật phát triển tự nhiên của lứa tuổi, không phát huy được hiệu quả của thực tiễn huấn luyện.

### 3.2. Ứng dụng bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam vận động viên chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình

Căn cứ vào các nguyên tắc giảng dạy và huấn luyện, dựa và cơ sở lý luận huấn luyện các tố chất thể lực, dựa vào đặc điểm tâm sinh lý và thực tế trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu, dựa vào mục đích yêu cầu về huấn luyện thể lực và chương trình huấn luyện nhằm bước đầu xác định được 6 nguyên tắc lựa chọn bài tập phát triển trình độ thể lực cho đối tượng nghiên cứu. Qua phỏng vấn 25 chuyên gia, huấn luyện viên, giảng viên và giáo viên đang trực tiếp giảng dạy, huấn luyện môn Điền kinh ở các trường, các trung tâm TĐTT để lựa chọn các bài tập phát triển sức bền tốc độ, cho kết quả bảng 3.

Với số ý kiến đồng ý đạt tổng điểm từ 60 điểm trở lên đã lựa chọn được 14 bài tập là các bài tập được in đậm trong bảng.

**Bảng 3. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình (n = 25)**

TT	Nội dung bài tập	Kết quả phỏng vấn			
		Ưu tiên 1 (3 đ)	Ưu tiên 2 (2 đ)	Ưu tiên 3 (1 đ)	Tổng điểm
1	Chạy 30m	6	8	11	45
2	Chạy 60m	12	12	1	61
3	Chạy 80m	13	9	3	60
4	Chạy 100m	20	4	1	69
5	Chạy 120m	18	5	2	66
6	Chạy 150m	14	8	3	61
7	Chạy 200m	15	7	3	62
8	Chạy 300m	9	8	8	51
9	Chạy 30m, 60m	11	13	1	60
10	Chạy 60m, 120m	15	7	3	62
11	Chạy 80m, 150m	14	6	11	65
12	Chạy 60m, 200m	11	5	9	52
13	Chạy 60m+80m+100m+120m	6	10	9	47
14	Chạy (100m + 200m + 300m)	18	4	3	65
15	Chạy (200m + 400m + 600m)	8	6	11	47
16	Chạy 120m+80m+60m+30m	12	12	1	61
17	Chạy biến tốc 100m nhanh, 100m chậm	18	5	2	66
18	Chạy biến tốc 200m nhanh, 200m chậm	15	6	4	61
19	Chạy đạp sau 30m, 60m	5	12	8	47
20	Chạy 100m, việt dã 3000m	16	6	3	63
21	Chạy việt dã 5000m	9	8	8	51
22	Chạy test cooper 12min	8	4	13	45

### 3.3. Tổ chức thực nghiệm

Việc nghiên cứu ứng dụng nội dung huấn luyện sức bền tốc độ cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình được tiến hành từ tháng 01 - 5/2018, tại Trung tâm Huấn luyện TDTT Thái Bình.

Tổng thời gian tổ chức thực nghiệm là 20 tuần, mỗi tuần 3 buổi, mỗi buổi 90 phút, trên 14 nam VĐV chạy cự ly ngắn

(trong đó 7 em nhóm thực nghiệm và 7 em nhóm đối chứng) được lựa chọn một cách ngẫu nhiên ở đội tuyển điền kinh Thái Bình.

### 3.4. Đánh giá hiệu quả bài tập ứng dụng

Trước khi tiến hành thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra các test đã lựa chọn nhằm đánh giá mức độ đồng đều giữa hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Kết quả ở bảng 4.

**Bảng 4. So sánh kết quả trước thực nghiệm của hai nhóm đối tượng ( $n_A = n_B = 7$ )**

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t tính	p
		$\bar{x}$	$\pm \delta$	$\bar{x}$	$\pm \delta$		
1	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	2.71	0.38	2.70	0.37	1.31	> 0.05
2	Chạy 100m XPT (s)	12.05	0.42	12.04	0.43	1.49	> 0.05
3	Chạy 150 XPC (s)	19.17	0.49	19.15	0.47	1.31	> 0.05

Qua kết quả kiểm tra trước thực nghiệm ở bảng 4 cho thấy: ở cả 3 test kiểm tra đều có  $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$  ở ngưỡng xác suất  $P > 0.05$ . Như vậy, trình độ giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng là tương đương.

Sự khác biệt ở các chỉ số này đều không có ý nghĩa. Chúng tỏ sự phân nhóm trước thực nghiệm giữa 2 nhóm là ngẫu nhiên và khách quan.

**Bảng 5. So sánh kết quả sau 6 tháng thực nghiệm của hai nhóm đối tượng ( $nA = nB = 7$ )**

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		$t_{\text{tính}}$	P
		$\bar{x}$	$\pm \delta$	$\bar{x}$	$\pm \delta$		
1	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	2.58	0.31	2.66	0.37	2.36	< 0.05
2	Chạy 100m XPT (s)	11.86	0.32	11.98	0.34	2.43	< 0.05
3	Chạy 150 XPC (s)	18.73	0.44	19.01	0,47	2.28	< 0.05

Kết quả bảng 5 cho thấy: Thành tích của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng thu được thông qua các test kiểm tra đều có ở  $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$  ở ngưỡng xác suất  $p < 0.05$ . Điều này chứng tỏ các bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam VĐV chạy cự ly 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình được đề tài lựa chọn đã phát huy hiệu quả cao hơn hẳn so với các bài tập cũ.

#### 4. KẾT LUẬN

Qua các bước nghiên cứu đã chọn được 3 test đánh giá sức bền tốc độ cho nam VĐV chạy 100m lứa tuổi 16 - 17 tỉnh Thái Bình, đánh giá giai đoạn huấn luyện năm 2016 các bài tập hiện sử dụng chưa mang lại hiệu quả. Bảng phỏng vấn đã lựa chọn được 14 bài tập phát triển sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu, sau 6 tháng ứng dụng tính ưu việt của bài tập đã thể hiện rõ rệt khi nhóm thực nghiệm có kết quả đạt tốt hơn nhóm đối chứng ở ngưỡng xác suất  $p < 0.05$ .

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. A.I. Piandini, G.L. Drandrop (2000), "Mối liên quan của các thành phần LVĐ khác nhau với những biến đổi trạng thái VĐV điền kinh cấp cao", Thông tin KH TDTT bản dịch số 8 (tr. 9 - 13).
2. Phạm Đình Bẩm (2000), "Phương pháp lập kế hoạch huấn luyện", Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT, trường Đại học TDTT I, Nxb TDTT, Hà Nội, tr. 33 - 35.
3. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2004), Đo lường thể thao, Nxb TDTT Hà Nội.
4. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái (2002), Công nghệ đào tạo VĐV trình độ cao, Nxb TDTT Hà Nội.
5. Nguyễn Đại Dương và cộng sự (2016), Điền kinh, Nxb TDTT Hà Nội.
6. Đồng Văn Triệu (2007), Lượng vận động và lập kế hoạch trong huấn luyện và thi đấu thể thao, Nxb TDTT, Hà Nội

**NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG  
SOẠN GIÁO ÁN CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TĐTT  
HÀ NỘI TRONG THỰC HÀNH SƯ PHẠM TẠI TRƯỜNG THCS  
PHỤNG CHÂU - CHƯƠNG MỸ - HÀ NỘI**

*ThS. Trần Thị Nhu  
Trường ĐH Sư phạm TĐTT Hà Nội*

**Tóm tắt:** Chất lượng bài soạn của sinh viên trong quá trình Thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội còn nhiều hạn chế thể hiện ở thái độ, sự tập trung, nội dung bài soạn và hiệu quả bài giảng chưa đáp ứng được những yêu cầu đặt ra. Trên cơ sở những đánh giá đó, đề tài nghiên cứu đề xuất một số biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án nhằm góp phần nâng cao chất lượng đào tạo cho sinh viên phù hợp với điều kiện của Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội hiện nay.

**Từ khóa:** Biện pháp, chất lượng, giáo án, sinh viên

**Abstract:** *On the basis of assessing the quality of students' writing, there are many limitations in attitudes, concentration, content and effectiveness of the lectures that do not meet the requirements. The research project proposes a number of measures to improve the quality of curriculum development, thereby contributing to improving the quality of training for students in accordance with the current conditions of Hanoi Teachers' Training Gymnasium*

**Key word:** *solution, quality, lesson plan, student*

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2011) định nghĩa: *Giáo án là kế hoạch giảng dạy của giáo viên dự định thực hiện cho một bài học, một tiết học hay một buổi lên lớp*. Như vậy, giáo án là một bản kế hoạch và thay đổi tùy thuộc vào đối tượng, điều kiện dạy học dù cùng một mục tiêu, nội dung.

Thực trạng hiện nay chúng tôi nhận thấy, sinh viên sư phạm nói chung và sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội nói riêng trong quá trình học, thực hành sư phạm và thực tập sư phạm rất lười soạn giáo án, thiếu kiên trì và thiếu tính học hỏi, sáng tạo trong soạn bài, thậm chí phần lớn sinh viên copy giáo án trên mạng hoặc sao chép lại giáo án của bạn dẫn đến

chất lượng giáo án rất hạn chế. Đây là một thực tế đáng lo ngại và cần sớm tìm ra biện pháp khắc phục để nâng cao chất lượng đào tạo.

Xuất phát từ lý do nêu trên, chúng tôi nghiên cứu đề tài:

**“Nghiên cứu biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong Thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội”.**

## 2. Mục đích nghiên cứu

Tìm hiểu thực trạng, nguyên nhân ảnh hưởng tới chất lượng soạn giáo án, trên cơ sở đó lựa chọn và ứng dụng một số biện pháp nâng cao chất lượng bài soạn cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT

Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội.

### 3. NHIỆM VỤ NGHIÊN CỨU

**Nhiệm vụ 1:** Đánh giá thực trạng chất lượng giáo án của sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội.

**Nhiệm vụ 2:** Lựa chọn và ứng dụng biện pháp nhằm nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội

### 4. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp kiểm tra y

học, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp thực nghiệm sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

### 5. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

**5.1. Thực trạng chất lượng giáo án của sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu-Chương Mỹ - Hà Nội**

**5.1.1. Thực trạng nhận thức của sinh viên và cán bộ giảng viên về vai trò của giáo án đối với bài giảng của sinh viên trong thực hành sư phạm tại trường phổ thông**

Để tìm hiểu sự quan tâm của cán bộ, giảng viên và bản thân sinh viên về vai trò, tầm quan trọng của bài soạn (giáo án) đối với chất lượng giờ dạy của sinh viên trong thực hành sư phạm tại trường phổ thông, chúng tôi đã tiến hành điều tra bằng phiếu. Kết quả điều tra được biểu thị ở bảng 5.1.

**Bảng 5.1. Tổng hợp kết quả điều tra nhận thức về vai trò, tầm quan trọng của bài soạn đối với chất lượng giờ lên lớp của sinh viên trong thực hành sư phạm tại trường phổ thông**

TT	Đối tượng	Mức độ							
		Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	N	%
1	Sinh viên (150)	80	53.33	40	26.67	20	13.33	10	6.67
2	Cán bộ, Giáo viên (100)	100	100	0	0	0	0	0	0

Qua kết quả bảng 5.1 chúng ta nhận thấy, 100% ý kiến của CB,GV tán thành vai trò của bài soạn đối với chất lượng bài giảng của sinh viên là rất quan trọng;

Trong khi đó đối tượng sinh viên chỉ có 53.33% cho là rất quan trọng và có tới 13.33% cho là bình thường và 6.67% cho là không quan trọng. Qua đó chúng ta có

thể nhận thấy, nhận thức của sinh viên về vai trò của việc chuẩn bị giáo án trước giờ lên lớp còn xem nhẹ dẫn đến thái độ thờ ơ và chất lượng giáo án hạn chế.

### 5.1.2. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng soạn giáo án của sinh viên trong quá trình thực hành sư phạm tại trường phổ thông

Kết quả được trình bày tại bảng 5.2 và 5.3.

**Bảng 5.2. Tổng hợp kết quả đánh giá của sinh viên về các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng bài soạn (n = 150)**

TT	Các yếu tố	Mức độ							
		Rất nhiều		Nhiều		Trung Bình		Thấp	
		n	%	n	%	n	%	N	%
1	Nhận thức, thái độ của sinh viên	76	50.07	62	41.33	10	6.67	2	1.33
2	Kiến thức chuyên môn và kiến thức sư phạm	78	52.00	63	42.00	7	4.67	2	1.33
3	Đặc điểm chương trình GDTC ở trường Phổ thông	30	20.00	26	17.33	40	26.67	54	36.00
4	Cơ sở vật chất, phương tiện kỹ thuật dạy học	58	38.66	42	28.00	28	18.67	22	14.67

**Bảng 5.3. Tổng hợp kết quả đánh giá của Cán bộ, giáo viên về các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng bài soạn (n = 100)**

TT	Các yếu tố	Mức độ							
		Rất nhiều		Nhiều		Trung Bình		Thấp	
		n	%	n	%	n	%	N	%
1	Nhận thức, thái độ của sinh viên	52	52.00	36	36.00	9	9.00	3	3.00
2	Kiến thức chuyên môn và kiến thức sư phạm, kỹ năng soạn giáo án	55	55.00	32	32.00	9	9.00	4	4.00
3	Đặc điểm chương trình GDTC ở trường Phổ thông	10	10.00	15	15.00	15	15.00	60	60.00
4	Cơ sở vật chất, phương tiện kỹ thuật dạy học	24	24.00	26	26.00	21	21.00	29	29.00

Qua kết quả tại bảng 5.2 và 5.3 chúng ta nhận thấy, cả cán bộ giáo viên và sinh viên đều cho rằng các yếu tố trên ảnh hưởng đến chất lượng bài soạn của sinh viên, và yếu tố ảnh hưởng nhiều nhất là yếu tố 2 và 1 (Kiến thức chuyên môn và kiến thức sư phạm, kỹ năng soạn giáo án và nhận thức, thái độ của sinh viên đối với việc soạn giáo án); thấp nhất là yếu tố 3 và 4.

### 5.1.3. Thực trạng chất lượng giáo án của đối tượng nghiên cứu

Chúng tôi căn cứ vào điểm chấm giáo án của khóa 47 so với các khóa 45; 46 trước đây trong quá trình học tập thực hành giáo án môn chuyên sâu, môn trò chơi và một số môn học khác. Kết quả được trình bày tại bảng 5.4.



**Bảng 5.4. Thực trạng kết quả đánh giá xếp loại chất lượng giáo án của đối tượng nghiên cứu**

Nội dung	Khóa 47 (1)		Khóa 46 (2)		Khóa 45 (3)		Sự khác biệt	
	$(\bar{x} \pm \delta)$	n	$(\bar{x} \pm \delta)$	n	$(\bar{x} \pm \delta)$	N	t(1-2)	t(1-3)
Điểm soạn giáo án	6.78 ± 0.95	126	7.25 ± 1.25	152	7.36 ± 1.02	168	2.658	2.689

Qua bảng 3.4 cho thấy, chất lượng bài soạn (điểm giáo án) của sinh viên khóa 47 so với các khóa 45 và 46 có sự khác nhau, tuy nhiên chỉ đạt ở mức trung bình và khá. Điểm giáo án đều có sự khác biệt và kết quả đánh giá của sinh viên khóa 47 kém hơn so với khóa 45 và 46.

**5.2. Lựa chọn và đánh giá hiệu quả các biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội.**

**5.2.1. Lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án cho đối tượng nghiên cứu**

Đề tài đã tổng hợp được 12 biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội. Kết quả phỏng vấn trình bày trên bảng 5.5.

Qua bảng 5.5 đề tài đã lựa chọn được 08 biện pháp số phiếu đạt từ 80% trở lên ứng dụng nhằm nâng cao chất lượng soạn giáo án cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội. Các biện pháp được in đậm tại bảng 5.5.

**Bảng 5.5 Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng bài soạn cho đối tượng nghiên cứu (n=25)**

TT	Các giải pháp	Rất cần		Cần		Không cần	
		n	%	n	%	N	%
1.	<b><i>Biện pháp 1:</i></b> Sinh viên cần nâng cao nhận thức về tầm quan trọng của bài soạn đối với chất lượng bài giảng.	24	96	1	4	0	0
2.	<i>Biện pháp 2:</i> Trang bị đầy đủ cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ tập luyện	15	60	5	20	5	20
3.	<b><i>Biện pháp 3:</i></b> Xác định chính xác mục tiêu bài giảng (kiến thức, kỹ năng, thái độ)	25	100	0	0	0	0
4.	<b><i>Biện pháp 4:</i></b> Nghiên cứu kỹ giáo trình và tài liệu chuẩn bị cho bài soạn.	23	92	2	8	0	0
5.	<b><i>Biện pháp 5:</i></b> Xác định đối tượng học sinh, nắm vững nội dung chương trình GDTC của học sinh THCS	22	88	3	12	0	0
6.	<b><i>Biện pháp 6:</i></b> Xác định cấu trúc, trình tự giải quyết hợp lý các nhiệm vụ của giờ học	25	100	0	0	0	0
7.	<b><i>Biện pháp 7:</i></b> Xác định đúng trọng tâm bài giảng	16	64	5	20	4	16

8.	<i>Biện pháp 8:</i> Lựa chọn hợp lý phương tiện, phương pháp giảng dạy, phương pháp tổ chức tập luyện và phương pháp đánh giá.	25	0	0	0	0	0
9.	<i>Biện pháp 9:</i> Xác định cơ sở vật chất phục vụ giờ lên lớp	22	88	3	12	0	0
10.	<i>Biện pháp 10:</i> Khi soạn giáo án cần đảm bảo nội dung và hình thức, trình bày sạch đẹp	24	96	1	4	0	0

### 5.2.2 Ứng dụng biện pháp nhằm nâng cao chất lượng soạn giáo án cho đối tượng nghiên cứu

Chúng tôi tiến hành so sánh kết quả của sinh viên thực hành sư phạm tại Trường THCS Phụng Châu (đối tượng thực nghiệm các biện pháp mà đề tài nghiên cứu) với sinh viên thực hành sư

phạm tại Trường THCS Ngô Sỹ Liên (đối tượng không được thực nghiệm các biện pháp). Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm được đánh giá thông qua 3 tiêu chí: Năng lực hiểu biết chuyên môn (điểm tổng kết các kỳ học) và điểm đánh giá giáo án, bài giảng. Kết quả được trình bày tại bảng 5.6

**Bảng 5.6. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm**

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả kiểm tra ( $\bar{x} \pm \delta$ )		t	P
		Nhóm ĐC	Nhóm TN		
1	Kết quả đánh giá giáo án (điểm).	6.78±0.95	7.58±0.67	<b>1.248</b>	>0.05
2	Kết quả đánh giá bài giảng (điểm).	7.02±1.13	8.68±0.77	<b>1.358</b>	>0.05
3	Năng lực hiểu biết chuyên môn (điểm).	7.23±1.12	7.22±1.08	<b>1.582</b>	>0.05

Qua bảng 5.6 cho thấy các nội dung đánh giá trước thực nghiệm giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng không có sự khác biệt với  $t_{\text{tính}} \text{ đều} < t_{\text{bảng}} = 1.96$  ở ngưỡng xác suất  $P > 0.05$ . Điều đó chứng tỏ năng lực chuyên môn và năng lực soạn giáo án của hai nhóm không có sự khác biệt.

Kết quả sau 6 tuần thực nghiệm được kiểm chứng thông qua 3 nội dung cụ thể sau: Điểm bài soạn, điểm thi giảng (02 bài/sinh viên) và điểm thực hành sư phạm. Kết quả được trình bày ở bảng 5.7.

**Bảng 5.7. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm (n = 126)**

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả kiểm tra ( $\bar{x} \pm \delta$ )		t	P
		Nhóm ĐC	Nhóm TN		
1	Kết quả đánh giá giáo án (điểm).	6.78 ± 0.95	7.58 ± 0.67	<b>3.766</b>	< 0.05
2	Kết quả đánh giá bài giảng (điểm).	7.02 ± 1.13	8.68 ± 0.77	<b>3.646</b>	< 0.05
3	Kết quả thực hành sư phạm	8.22 ± 1.20	8.87 ± 0.76	<b>2.985</b>	< 0.05

Từ kết quả thu được ở bảng và 5.7 cho thấy: Ở tất cả các nội dung đánh giá bài soạn và bài giảng của đối tượng nghiên cứu đều đã có sự khác biệt rõ rệt,  $t_{\text{tính}} \text{đều} > t_{\text{bảng}} = 1.96$  ở ngưỡng xác suất  $P < 0.05$ . Điều đó khẳng định rõ hiệu quả của hệ thống các biện pháp chuyên môn ứng dụng trong quá trình thực hành sư phạm nhằm nâng cao kỹ năng soạn giáo cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội mà quá trình nghiên cứu của đề tài đã lựa chọn.

## 6. KẾT LUẬN

1. Chất lượng bài soạn của đối tượng nghiên cứu còn hạn chế do nhiều nguyên nhân, trong đó có thể nhấn mạnh đến nhận thức của sinh viên về vai trò và tầm quan trọng của bài soạn còn thấp.

2. Đề tài đã lựa chọn và ứng dụng 08 biện pháp nhằm nâng cao chất lượng soạn giáo án cho đối tượng nghiên cứu sau:

- Sinh viên cần nâng cao nhận thức về tầm quan trọng của bài soạn đối với chất lượng bài giảng.

- Xác định chính xác mục tiêu bài giảng (kiến thức, kỹ năng, thái độ).

- Nghiên cứu kỹ giáo trình và tài liệu chuẩn bị cho bài soạn.

- Xác định đối tượng học sinh, nắm vững nội dung chương trình GDTC của học sinh THCS.

- Xác định cấu trúc, trình tự giải quyết hợp lý các nhiệm vụ của giờ học.

- Lựa chọn hợp lý phương tiện, phương pháp giảng dạy, phương pháp tổ chức tập luyện và phương pháp đánh giá.

- Xác định cơ sở vật chất phục vụ giờ lên lớp.

- Giáo án cần đảm bảo nội dung và hình thức, trình bày sạch đẹp.

Kết quả kiểm tra đã khẳng định việc ứng dụng 08 biện pháp nâng cao chất lượng soạn giáo án bước đầu đã đạt được những thành công đáng ghi nhận, học sinh đã có thái độ, có động cơ rõ ràng trong việc soạn giáo án, chất lượng bài soạn, bài giảng và kết quả thực hành sư phạm được nâng cao hơn nhiều so với nhóm đối chứng.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. *Đông Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2006), Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học, Nxb TĐTT, Hà Nội*
2. *Hoàng Thị Đông (2010), Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học, Nxb TĐTT, Hà Nội*
3. *Nguyễn Ngọc Bích (1998), Tâm lý học nhân cách, Nxb giáo dục, Hà Nội.*
4. *Nguyễn Xuân Sinh (1999), Giáo trình phương pháp Nghiên cứu Khoa học Thể dục Thể thao, Nxb TĐTT, Hà Nội*
5. *Phạm Trung Thanh (2003), Rèn luyện NVSP thường xuyên, Nxb Đại học sư phạm, Hà Nội.*

**NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG  
NGOẠI KHÓA NÂNG CAO THỂ LỰC CHUNG CHO  
NAM SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC THÀNH ĐÔ**

**GS.TS. Nguyễn Xuân Sinh**

*Trường ĐH Sư phạm TĐTT Hà Nội*

**Phùng Xuân Trường**

*Học viên cao học K3*

**Tóm tắt:** Trường Đại học Thành Đô là một trường đại học mới được thành lập, công tác Giáo dục thể chất còn nhiều hạn chế. Trình độ thể lực chung của sinh viên chưa đạt mức quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Đề tài đã ứng dụng biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa có hướng dẫn môn thể thao Cầu lông nâng cao thể lực chung cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thành Đô.

**Từ khóa:** nghiên cứu, biện pháp, tổ chức, ngoại khóa, ngoài, hoạt động, nâng cao, chung, thể dục, thể chất, Trường Đại học Thành Đô

**Abstract:** *Thanh Do University is a newly established university. The mission physical education of university is limited. The general fitness level of students has not reached the level prescribed by the Ministry of Education and Training. The topic has applied the method of organizing extra-curricular activities to strengthen general physical for first-year male students of Thanh Do University*

**Key words:** Research, on the measure, to organize, of the extracurricular, activities, for improving, general, physical fitness, Thanh Do University

## **1. ĐẶT VẤN ĐỀ**

Đất nước ta đang trên con đường, công nghiệp hóa, hiện đại hóa nên việc đào tạo nhân lực phải đáp ứng được yêu cầu: “Phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, trong sáng về đạo đức và phong phú về tinh thần”. Do đó, công tác giáo dục thể chất trong các trường đại học phải luôn được đổi mới và hoàn thiện. Trường Đại học Thành Đô được thành lập chưa lâu cơ sở vật chất và các điều kiện đảm bảo dạy và học môn giáo dục thể chất còn nhiều thiếu thốn và hạn chế. Điều đó, đã ảnh hưởng không tốt đến phát triển thể chất

nói chung và thể lực chung cho sinh viên, ngoài việc học giáo dục thể chất nội khóa phải tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa có hướng dẫn cho sinh viên.

## **2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU**

Để giải quyết mục tiêu nghiên cứu trên, các phương pháp nghiên cứu được sử dụng gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm (bằng phiếu hỏi); phương pháp kiểm tra sư phạm; phương pháp thực nghiệm sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

Tổ chức nghiên cứu: Nghiên cứu được tiến hành từ tháng 11/2015 -

10/2017. Địa điểm nghiên cứu tiến hành tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội và Trường Đại học Thành Đô.

Đối tượng khách thể lựa chọn để tổ chức thực nghiệm sư phạm là nam sinh viên năm thứ nhất: 150 nam sinh viên.

### 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

#### 3.1. Lựa chọn biện pháp tập luyện ngoại khóa và môn thể thao có hướng dẫn

Trong nghiên cứu đề tài đã phỏng vấn 20 cán bộ quản lý giảng viên thể dục thể thao, về lựa chọn biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa môn thể thao tự chọn. Có 4 biện pháp tập luyện tổ chức có hướng dẫn là: Tập luyện cá nhân, thi đấu giao lưu giải thể thao truyền thống,

tập luyện lớp tự chọn, đội đại biểu, và tập luyện môn thể thao sở thích tại câu lạc bộ.

Đề tài đặt ra 3 mức trả lời là: ưu tiên 1, ưu tiên 2, ưu tiên 3. Trong đó ưu tiên 1 được 3 điểm, ưu tiên 2 được 2 điểm và ưu tiên 3 được 1 điểm. Nếu tổng điểm của biện pháp nào đạt từ 50 điểm trở lên, sẽ được đề tài lựa chọn để đưa vào thực nghiệm sư phạm. Trong số bốn biện pháp trên chỉ có biện pháp tổ chức tập luyện có hướng dẫn môn thể thao tại câu lạc bộ đạt số điểm cao nhất là 57 điểm. Đề tài lựa chọn biện pháp tổ chức tập luyện này đưa vào thực nghiệm sư phạm.

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn cán bộ quản lý và giảng viên TĐTT về lựa chọn biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa môn thể thao tự chọn (n = 20)**

TT	Các biện pháp đưa vào phỏng vấn		Mức độ						Tổng điểm
			Ưu tiên 1 (3 điểm)		Ưu tiên 2 (2 điểm)		Ưu tiên 3 (1 điểm)		
			n	%	n	%	n	%	
1	Tự tập luyện	Cá nhân	1	5	3	15	16	80	25
		Nhóm, lớp	2	10	4	20	14	70	28
2	Tập luyện có hướng dẫn	Cá nhân	3	15	3	15	14	70	29
		Lớp tự chọn, đội đại biểu, đội tuyển	6	30	4	20	10	50	40
		Thi đấu giao lưu, giải thể thao truyền thống	7	35	6	30	7	35	40
		Câu lạc bộ môn thể thao theo sở thích	17	85	3	15	0	0	57

Trong nghiên cứu, đề tài cũng tiến hành phỏng vấn cán bộ quản lý và giảng viên thể dục thể thao về môn thể thao tập luyện ngoại khóa. Trong số 16 môn thể thao được đưa ra để lựa chọn thì cầu

lông là môn tập có số điểm cao nhất (58 điểm), được đề tài chọn và xây dựng chương trình thực nghiệm tập luyện ngoại khóa có hướng dẫn.

Tổng thời gian thực nghiệm là 6 tháng được chia thành 2 giai đoạn: Giai đoạn một là giai đoạn cơ bản, nội dung tập bao gồm các kỹ thuật cơ bản và các bài tập thể lực. Giai đoạn hai là giai đoạn nâng cao nội dung bao gồm một số bài tập nâng cao và bài tập thể lực. Dưới đây là mức độ biến đổi trình độ thể lực chung của nam sinh viên nhóm thí nghiệm sau giai đoạn một và giai đoạn hai của thực nghiệm sư phạm.

### 3.2. Kết quả thực nghiệm sư phạm

Trước thực nghiệm sư phạm, đề tài đã kiểm tra trình độ thể lực chung của nam sinh viên hai nhóm là nhóm đối chứng và nhóm thí nghiệm đã có thành tích thực hiện các bài thử thể lực như nhau, chúng tỏ trình độ thể lực chung giữa 2 nhóm không có sự khác biệt tin cậy để đề tài tiến hành thực nghiệm biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa môn thể thao cầu lông.

**Bảng 2. Kết quả kiểm tra thể lực chung 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm sau thực nghiệm sư phạm giai đoạn 1 (n = 150)**

TT	Tên bài thử TLC	Tiêu chuẩn đánh giá TLC cho Nam SV		Nhóm đối chứng n = 75		Nhóm thí nghiệm n = 75		So sánh sự khác biệt tin cậy	
		Mức tốt	Mức đạt	$\bar{x}$	$\pm \sigma$	$\bar{x}$	$\pm \sigma$	t	p
1	Lực bóp tay thuận (kg)	>47,2	$\geq 40,7$	40,0	3,90	44,70	4,05	2,10	<0,05
2	Chạy 30m XPC (s)	<4,80	$\leq 5,80$	5,75	0,67	5,60	0,65	1,80	>0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	>222	$\geq 205$	2,10,70	16,25	215,80	15,70	2,25	<0,05
4	Nằm ngửa gập bụng 30s (Số lần)	>21	$\geq 16$	16,50	3,10	18,90	3,05	2,30	<0,05
5	Chạy con thoi 4x10 <sup>m</sup> (s)	<11,8	$\leq 12,50$	12,40	1,27	12,20	1,25	1,36	>0,05
6	Chạy tùy sức 5' (m)	>1050	$\geq 940$	944,50	67,45	980,50	69,55	2,18	<0,05

**\* Sau thực nghiệm giai đoạn 1:**

- Bài thử lực bóp tay thuận (kg): Nếu thành tích trung bình của nhóm đối chứng đạt được là 41 (kg)  $\pm$  3,90 thì nhóm thí nghiệm đạt thành tích tương ứng là 44,70 (kg)  $\pm$  4,05 (hơn 3,70 kg). Sự khác biệt giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, với  $t_{\text{tính}} = 2,10$ ,  $P < 0,05$  (5%). Thành tích cả 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm đều cao hơn mức

đạt theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT quy định là 4,07 (kg).

- Bài thử chạy 30m XPC (s): Nếu thành tích bài thử trung bình là 5,75 (s)  $\pm$  0,67, thì nhóm thí nghiệm có thành tích tương ứng là 5,60 (s)  $\pm$  0,65 (tốt hơn 0,15s). Giá trị  $t_{\text{tính}} = 1,80$ ,  $P > 0,05$  (5%). Cả 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm đều ở mức đạt của tiêu chuẩn quy định Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT) là 5,80 (s).

- Bài thử bật xa tại chỗ (cm): Nếu ở nhóm đối chứng thành tích trung bình là 210,70 (cm)  $\pm$  16,25, thì nhóm thí nghiệm có thành tích tương ứng là 215,80 (cm)  $\pm$  15,70 (hơn 5,10 cm). Song, đáng chú ý là sự khác biệt giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, vì giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,25$ ,  $P < 0,05$  (5%). Cả 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm có thành tích cao hơn mức đạt theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT là 205 (cm).

- Bài thử nằm ngửa gập bụng 30s (số lần): Nếu thành tích trung bình các nhóm đối chứng là 16,50 lần  $\pm$  3,10, thì nhóm thực nghiệm thành tích cao hơn, tương ứng bằng 18,90 lần  $\pm$  3,05 (cao hơn 2,40 lần). Sự khác biệt về thành tích đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, vì giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,30$ ,  $P < 0,05$  (5%). Thành tích của cả 2 nhóm đều cao hơn mức đạt của tiêu chuẩn do Bộ GD&ĐT quy định là 16 lần.

- Bài thử chạy con thoi 4 x 10m (s): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích chạy trung bình là 12,40 (s)  $\pm$  1,27, thì ở nhóm thí nghiệm thành tích chạy tốt hơn bằng 12,20 (s)  $\pm$  1,25 (ít hơn 0,20s). Sự khác biệt về thành tích giữa 2 nhóm là chưa đủ tin cậy, vì giá trị  $t_{\text{tính}} = 1,36$ ,  $P > 0,05$  (5%). Thành tích của cả 2 nhóm đều tốt hơn mức đạt của tiêu chuẩn do Bộ GD&ĐT quy định là 12,50 (s).

- Bài thử chạy tùy sức 5'(m): Nếu ở nhóm đối chứng thành tích chạy 5' trung bình là 944,50 (m)  $\pm$  67,45, thì ở nhóm thí nghiệm, thành tích chạy tương ứng = 980,50 (m)  $\pm$  69,55. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê, vì giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,18$ ,  $P < 0,05$  (5%). Cả 2 nhóm thí nghiệm và đối chứng đều có thành tích bài thử cao hơn mức đạt 940 (m) theo quy định của Bộ GD&ĐT.

#### **Nhận xét:**

- Sau thực nghiệm sư phạm giai đoạn 1, nhận thấy thành tích của 2 nhóm tham gia thực nghiệm đều tăng, song sự tăng thành tích ở nhóm thí nghiệm lớn hơn so với nhóm đối chứng.

- Sự khác biệt rõ rệt về thành tích giữa nhóm thí nghiệm và đối chứng diễn ra ở 4/6 bài thử thể lực chung, ngoại trừ 2 bài thử chạy 30m XPC (s) và chạy con thoi 4 x 10 m (s). Sự khác biệt về thành tích 4 bài thử đạt độ tin cậy thống kê ở mức cần thiết, giá trị  $t_{\text{tính}} > 2$ ,  $P < 0,05$  (5%).

- Sự tăng thành tích 4/6 bài thử thể hiện sự tăng lên về trình độ thể lực chung mà nguyên nhân là áp dụng biện pháp tổ chức, ngoại khóa môn thể thao cầu lông cho nam sinh viên Trường Đại học Thành Đô đã có hiệu quả tích cực ban đầu.

**\*Sau thực nghiệm sư phạm giai đoạn 2:**

**Bảng 3. Kết quả kiểm tra thể lực chung 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm sau thực nghiệm sự phạm giai đoạn 2 (n = 150)**

TT	Tên bài thử TLC	Tiêu chuẩn đánh giá TLC cho Nam SV		Nhóm đối chứng		Nhóm thí nghiệm		So sánh sự khác biệt tin cậy	
		Mức tốt	Mức đạt	n = 75		n = 75		t	p
				$\bar{x}$	$\pm \sigma$	$\bar{x}$	$\pm \sigma$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	>47,2	≥40,7	41,70	4,10	46,00	4,35	2,28	<0,05
2	Chạy 30m XPC (s)	<4,80	≤5,80	5,73	0,65	5,35	0,58	2,06	<0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	>222	≥205	212,50	16,50	218,80	15,60	2,30	<0,05
4	Nằm ngửa gập bụng 30s (Số lần)	>21	≥16	17,10	3,20	19,70	3,10	2,05	<0,05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	<11,80	≤12,50	12,38	1,30	11,90	1,20	2,18	<0,05
6	Chạy tụt sức 5' (m)	>1050	≥940	950,70	68,70	995,56	67,85	2,70	<0,05

- Bài thử lực bóp tay thuận (kg): Nếu ở nhóm đối chứng thành tích trung bình là 41,70 (kg)  $\pm$  4,10 thì ở nhóm thí nghiệm, thành tích trung bình tương ứng bằng 46,00 (kg)  $\pm$  4,35 (hơn 4,30 kg). Sự khác biệt về thành tích giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, với giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,28$ ,  $P < 0,05$  (5%). Cả 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm đều có thành tích cao hơn mức đạt theo tiêu chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT là 40,7 (kg).

- Bài thử chạy 30m XPC (s): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích trung bình là 5,73(s)  $\pm$  0,65 thì ở nhóm thí nghiệm, thành tích tốt hơn, tương ứng bằng 5,35 (s)  $\pm$  0,58 (tốt hơn 0,48s). Sự khác biệt về thành tích giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, với giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,06$ ,  $P < 0,05$  (5%). Thành tích ở cả 2 nhóm đều ở mức đạt của tiêu chuẩn theo quy định của Bộ GD&ĐT là 5,80 (s).

- Bài thử bật xa tại chỗ (cm): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích trung bình là 212,50 (cm)  $\pm$  16,50, thì ở nhóm thí

nhệm thành tích đạt cao hơn, bằng 218,80 (cm)  $\pm$  15,60 (cao hơn 6,30 (cm)). Đáng chú ý là sự tăng hơn thành tích đạt độ tin cậy thống kê ở mức cần thiết, với giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,30$ ;  $P < 0,05$  (5%). Thành tích của cả 2 nhóm đều cao hơn mức đạt theo tiêu chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT là 205 (cm).

- Bài thử nằm ngửa gập bụng 30s (số lần): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích trung bình đạt được là 17,10 lần  $\pm$  3,20, thì ở nhóm thí nghiệm, thành tích đạt được cao hơn, tương xứng là 19,70 lần  $\pm$  3,10 (hơn 2,60 lần). Sự khác biệt đạt độ tin cậy thống kê và giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,05$ ,  $P < 0,05$  (5%). Cả 2 nhóm có thành tích đạt cao hơn tiêu chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT là 16 lần.

- Bài thử chạy con thoi 4 x 10m (S): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích trung bình bài thử là 12,38 (s)  $\pm$  1,30, thì ở nhóm thí nghiệm có thành tích tương ứng là 11,90 (s)  $\pm$  1,20 (ít hơn 0,48s). Sự



khác biệt giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê ở mức 5%, vì giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,18$ ;  $P < 0,05$  (5%). Thành tích của cả 2 nhóm đều tốt hơn mức đạt của tiêu chuẩn do Bộ GD&ĐT quy định là 12,50 (s).

- Bài thử chạy tùy sức 5' (m): Nếu ở nhóm đối chứng, thành tích trung bình là 950,70 (m)  $\pm$  68,70, thì ở nhóm thí nghiệm, thành tích tính tương ứng là 995,56 (m)  $\pm$  67,85 (hơn 44,15m). Giá trị  $t_{\text{tính}} = 2,70$ ;  $P < 0,05$  (5%). Điều đó có nghĩa là sự khác biệt giữa 2 nhóm đạt độ tin cậy thống kê cần thiết ở mức 0,05. Cả 2 nhóm đều có thành tích chạy 5' > 940 (m) là mức đạt của tiêu chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT.

Từ kết quả nghiên cứu trên, đi đến nhận xét sau đây:

- Sau 6 tháng Thực nghiệm sư phạm, thành tích của 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm đều tiếp tục tăng, song ở nhóm thí nghiệm thành tích tăng lớn và rõ rệt

lớn hơn nhiều so với nhóm đối chứng ở tất cả các bài thử thể lực chung.

- Sau giai đoạn này cả 6 bài thử đều có sự khác biệt tin cậy giữa nhóm thí nghiệm với nhóm đối chứng và đạt độ tin cậy thống kê cần thiết ở mức 0,05 (5%).

- Nguyên nhân của sự tăng thành tích các bài thử thể lực chung là do tiếp tục áp dụng biện pháp tổ chức ngoại khóa có hướng dẫn môn cầu lông, nên trình độ thể lực của nam sinh viên tiếp tục được duy trì và phát triển cao hơn ở nhóm thí nghiệm so với nhóm đối chứng.

\*So sánh nhịp tăng trưởng thể lực chung giữa nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng.

**Bảng 4. So sánh nhịp tăng trưởng thể lực chung giữa nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng (150)**

TT	Các bài thử TLC	Giai đoạn 1			Giai đoạn 2		
		Nhóm đối chứng	Nhóm thí nghiệm	Chênh lệch (%)	Nhóm đối chứng	Nhóm thí nghiệm	Chênh lệch (%)
1	Lực bóp tay thuận (kg)	40,0	44,70	6,63	40,70	46,0	12,99
2	Chạy 30m XPC (s)	5,75	5,60	2,64	5,73	5,35	6,85
3	Bật xa tại chỗ (cm)	210,70	215,80	2,39	212,50	218,80	4,92
4	Nằm ngửa gập bụng 30s (số lần)	16,50	18,90	4,55	17,10	19,70	14,18
5	Chạy con thoi 4x10 <sup>m</sup> (s)	12,40	12,20	1,62	12,38	11,90	14,13
6	Chạy tùy sức 5' (m)	944,50	980,50	3,74	950,70	995,56	4,96

Sau thực nghiệm giai đoạn 1, nhận thấy có sự tăng thành tích các bài thử thể lực

chung giữa nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng từ 1,62% ở bài thử chạy con thoi 4 x

10m (s) đến 6,63% ở bài thử lực bóp tay thuận (kg) song ở giai đoạn 2 sự tăng thành tích diễn ra mạnh hơn nhiều, thấp nhất là ở bài thử bật xa tại chỗ, sự chênh lệch giữa 2 nhóm là 4,92% và cao nhất là ở bài thử nằm gập bụng 30s (số lần sự chênh lệch bằng 14,18%).

Sau giai đoạn 2, sự chênh lệch nhịp tăng trưởng với giai đoạn 1 ở từng bài thử là rất lớn. Thứ tự, ở bài thử chạy 30m XPC (s), sự chênh lệch là 4,21% ở bài thử bật xa tại chỗ (cm) là 2,53%; ở bài thử lực bóp tay thuận (kg) là 6,36%; ở bài thử nằm ngửa gập bụng 30<sup>s</sup> (số lần) là 10,58%; ở bài thử chạy con thoi 4 x 10m (s) là 13,51%; ở bài thử chạy tùy sức 5' (m) là 1,22%.

#### **Nhận xét:**

- Sau 2 giai đoạn thực nghiệm sự phạm, ở nhóm đối chứng có sự tăng trưởng về các chỉ số thể lực chung song không lớn, sự tăng chữ số các bài thử thể lực chung 1% - Sự tăng trưởng thể lực chung ở nhóm thí nghiệm diễn ra lớn và rõ rệt, trung bình là 3,07%.

- Nhịp tăng trưởng thể lực chung của nhóm thí nghiệm so với nhóm đối chứng sau thí nghiệm sự phạm giai đoạn 1, trung bình là 3,59% và sau giai đoạn 2 trung bình là 9,67%.

## **4. KẾT LUẬN**

4.1. Sau giai đoạn 1: Thành tích thực hiện các bài thử thể lực chung của 2 nhóm đối chứng và thí nghiệm đều tăng song tăng thành tích ở nhóm thí nghiệm cao hơn so với nhóm đối chứng. Sự khác biệt về thành tích thực hiện các bài thử giữa nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng diễn ra ở 4/6 bài thử thể lực chung và đạt độ tin cậy thống kê cần thiết với giá trị  $P < 0.05(5\%)$ .

4.2. Sau giai đoạn 2 thành tích thực hiện các bài thể lực chung đều tiếp tục tăng ở 2 nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng. Song ở 2 nhóm thí nghiệm sự tăng thành tích các bài thử thể lực chung đều lớn và rõ rệt hơn. 6/6 bài thử thể lực chung và đạt độ tin cậy thống kê cần thiết với giá trị  $P > 0.05(5\%)$

4.3. Nhịp tăng trưởng thể lực chung ở nhóm thí nghiệm cao hơn trung bình là 3.07% còn ở nhóm đối chứng là nhỏ hơn 1% so sánh nhịp tăng trưởng thể lực chung giữa nhóm thí nghiệm và nhóm đối chứng sau giai đoạn 1 trung bình là 3.59%, sau giai đoạn 2 trung bình là 9.67%.

## **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định ban hành quy định tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên (số: 72/2008/QĐ- Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành ngày 23/12/2008)*.

2. Phạm Đình Bẩm (2005), *Một số vấn đề cơ bản về quản lý TDTT - Tài liệu chuyên khảo dành cho học viên Cao học TDTT, NXB TDTT Hà Nội*.

3. Nguyễn Gắng (2000), *Nghiên cứu xây dựng mô hình Câu lạc bộ TDTT hoàn thiện trong các trường Đại học và chuyên nghiệp thành phố Huế, Luận văn Thạc sĩ giáo dục học, Trường đại học TDTT Bắc Ninh*.

4. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008) *Giáo trình TDTT trường học NXBTDTT Hà Nội*.

5. Nguyễn Văn Toàn (2007), *Nghiên cứu một số biện pháp tăng cường hoạt động ngoại khóa nhằm nâng cao hiệu quả môn học GDTC của Trường Đại học giao thông vận tải. Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh*.

**ỨNG DỤNG PHƯƠNG PHÁP GIAO TIẾP TÍCH CỰC TRONG  
GIẢNG DẠY TIẾNG ANH THEO CHỦ ĐỀ CÓ ĐỊNH HƯỚNG  
THỂ THAO NHẪM NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG HỌC TẬP  
MÔN TIẾNG ANH CHO SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT  
TRƯỜNG ĐHSƯ PHẠM TĐTT HÀ NỘI**

*ThS. Nguyễn Thị Thu Minh - ThS. Phạm Thị Thanh Hoa  
Trường ĐHSư phạm TĐTT Hà Nội*

**Tóm tắt:** Chúng tôi thực hiện đề tài này với mục đích nghiên cứu việc áp dụng phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh theo các chủ đề có định hướng thể thao trong giáo trình New Headway Elementary (the third) nhằm bước đầu rèn luyện cho các em sinh viên năm nhất tại trường các kỹ năng giao tiếp và vốn kiến thức còn thiếu, tăng sự tự tin và khả năng áp dụng các kiến thức đã học trong giao tiếp thực tế, từ đó chất lượng dạy và học tiếng Anh được nâng cao. Bài viết trình bày kết quả nghiên cứu của việc ứng dụng phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh theo các chủ đề có định hướng thể thao trong giáo trình New Headway Elementary (the third)

Từ khóa: ứng dụng phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh, định hướng thể thao; mục đích nghiên cứu

**Abstract:** We implement the project with the purpose of studying the application of positive communication methods in teaching English on the topic of sports orientation in New Headway Elementary (the third) curriculum for initial training for the first students at the school of communication skills and outstanding knowledge, increase self-confidence and the ability to apply the knowledge learned in real communication, from which the quality of English teaching and learning is enhanced. The paper presents the research results of the application of positive communication methods in teaching English on the topics of sports orientation in New Headway Elementary curriculum (the third)

**Key words:** application interface interface is supported in the teaching teaching of English, the direction of sports; research destination item

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong điều kiện thực tiễn hiện nay tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, nếu ứng dụng các bài giảng bằng phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh theo các chủ đề có định hướng thể thao trong giáo trình New Headway

Elementary (the third) sẽ rèn luyện cho các em sinh viên năm nhất các kỹ năng giao tiếp, bổ sung vốn kiến thức còn thiếu ở phổ thông, tăng sự tự tin và khả năng áp dụng các kiến thức đã học trong giao tiếp thực tế, từ đó chất lượng dạy và học tiếng Anh được nâng cao.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

**2.1 Xây dựng nội dung các bài giảng theo phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh theo chủ đề có định hướng thể thao cho sinh viên năm 1 - Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.**

### 2.1.1. Nội dung các bài giảng

Mỗi bài học, giáo viên sẽ tổ chức các hoạt động như thảo luận nhóm, đóng kịch, trò chơi với nội dung phù hợp với bài học. Ngoài ra, trong quá trình các em tham gia hoạt động, giáo viên sẽ quan sát và sửa các lỗi về phát âm, từ vựng để các em sửa và

áp dụng luôn trong hoạt động đang tham gia.

### 2.1.2. Phương pháp kiểm tra, đánh giá

- Hai nhóm sẽ cùng tham gia một bài kiểm tra kỹ năng giao tiếp (speaking) gồm hai phần.

+ Phần 1, các em sẽ giới thiệu về bản thân và trả lời thêm một số câu hỏi của giáo viên.

+ Phần 2, là một bộ câu hỏi các tình huống, sinh viên sẽ bốc thăm và tham gia tình huống theo kiểu diễn kịch với một trong hai giáo viên chấm thi.

- Biểu điểm chấm được trình bày dưới đây.

### BẢNG TIÊU CHÍ CHẤM ĐIỂM MÔN SPEAKING

Sinh viên: \_\_\_\_\_ Lớp: \_\_\_\_\_

Ngày: \_\_\_\_\_

Điểm đạt được: \_\_\_\_\_ Tổng điểm: 24

Điểm/10: \_\_\_\_\_

Nội dung	Cần tiến bộ hơn 1 điểm	Đạt 2 điểm	Tốt 3 điểm	Xuất sắc 4 điểm
<b>Ngữ pháp</b>	Sinh viên diễn đạt khó hiểu, mất nhiều thời gian để diễn đạt ý kiến hay trả lời do các lỗi ngữ pháp	Sinh viên có thể diễn đạt ý kiến và trả lời tương đối nhưng vẫn có những lỗi không nhất quán về cấu trúc câu và thời.	Sinh viên có khả năng diễn đạt ý kiến và trả lời khá tốt nhưng vẫn mắc lỗi về thời và có khả năng tự sửa lỗi.	Sinh viên có khả năng diễn đạt ý kiến và trả lời một cách nhanh chóng, sử dụng các thời và cấu trúc câu phù hợp.
<b>Phát âm</b>	Sinh viên diễn đạt khó hiểu, có nhiều khoảng im lặng trong khi nói, phát âm không rõ ràng.	Sinh viên phát âm không rõ ràng ở một số ít từ nhưng vẫn có thể hiểu được.	Phát âm tốt và không ảnh hưởng nhiều đến giao tiếp.	Phát âm rõ ràng, dễ hiểu.
<b>Từ vựng</b>	Sinh viên sử dụng từ không phù hợp khi trả lời hoặc diễn đạt ý kiến.	Sinh viên có khả năng sử dụng vốn từ vựng khá rộng nhưng vẫn còn thiếu, lặp từ và không thể phát triển ý kiến.	Sinh viên sử dụng được những từ đã học trên lớp một cách phù hợp với tình huống, chủ đề được giao.	Vốn từ giàu, xúc tích và ấn tượng. Sử dụng được cả những từ đã học trên lớp và ngoài lớp.
<b>Khả năng hiểu</b>	Sinh viên gặp khó khăn trong việc hiểu câu hỏi và chủ đề thảo luận.	Sinh viên nắm bắt được tương đối các câu hỏi và chủ đề thảo luận.	Sinh viên có khả năng hiểu và trả lời hầu hết các câu hỏi và chủ đề thảo luận.	Sinh viên có khả năng hiểu và trả lời tất cả các câu hỏi và chủ đề thảo luận một cách nhanh chóng và dễ dàng.

<b>Sự trôi chảy</b>	Nói chậm, nói lắp, lo lắng và các câu trả lời không nhất quán làm cho người nghe khó hiểu được ý diễn đạt.	Nói chậm và hay ngập ngừng. Một số câu nói có thể chưa hoàn thiện nhưng sinh viên có khả năng diễn đạt tiếp ý của mình.	Nói khá trôi chảy nhưng vẫn còn ngập ngừng do việc suy nghĩ tìm từ hoặc ý đề diễn đạt.	Nói trôi chảy và lưu loát.
<b>Khả năng tương tác</b>	Phụ thuộc hoàn toàn vào đối phương khi đối thoại và không có sự tương tác nào.	Tương tác yếu, phụ thuộc 70% vào đối phương giao tiếp khi đối thoại.	Sự tương tác khá, đạt khoảng 40%.	Tương tác xuất sắc. Bài giao tiếp đối thoại cân bằng về tương tác.

**2.2. Ứng dụng các bài giảng theo phương pháp giao tiếp tích cực trong việc giảng dạy tiếng Anh theo chủ đề có định hướng thể thao cho sinh viên năm 1 - Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.**

**2.2.1. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm và so sánh trình độ, kiến thức, kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên Nhóm thực nghiệm và Nhóm đối chứng.**

Cùng với kiểm tra kết quả học phần 1 môn tiếng Anh, chúng tôi sử dụng phương pháp kiểm tra, đánh giá tại mục 2.1.2 nội dung Speaking, để đánh giá và so sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC sau khi kết thúc học kỳ 1 năm học 2015-2016. Kết quả được trình bày tại bảng 2.2.1.

**Bảng 2.2.1: Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm và so sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC**

Phân loại kết quả học tập	ĐỐI TƯỢNG			
	Nhóm thực nghiệm (n=43)		Nhóm đối chứng (n=42)	
	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
Giỏi (9 – 10)	1	2,32	1	2,30
Khá (7 – 8)	6	13,95	5	11,90
Trung bình (5 - 6)	21	48,83	20	47,61
Yếu – Kém (< 4)	15	34,88	16	38,09
$\Sigma$	43	100	42	100
$\chi^2$	<b>5,822</b>			

Kết quả kiểm tra cho thấy tỷ lệ khá giỏi của 2 nhóm chỉ đạt từ 13%-15%; tỷ lệ yếu kém chiếm từ 34%-38%, gần 50% đạt điểm trung bình.

So sánh trình độ của NTN và NĐC thông qua kết quả tính  $\chi^2$  cho thấy trước

thực nghiệm  $\chi^2_{\text{tính}} = 5,822 < \chi^2_{\text{bảng}} = 7,815$  sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất  $p > 0,05$ , hay nói cách khác khả năng giao tiếp bằng tiếng Anh của NTN và NĐT trước thực nghiệm rất hạn chế và tương đương nhau.

**2.2.2. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm và so sánh trình độ, kiến thức, kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên Nhóm thực nghiệm và Nhóm đối chứng.**

Kết thúc học kỳ 2 năm học 2015-2016, cùng với kiểm tra kết thúc học phần 2,

chúng tôi tiếp tục tiến hành kiểm tra môn Speaking và so sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC. Kết quả được trình bày tại bảng 2.2.2.

**Bảng 2.2.2: Kết quả kiểm tra và so sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC (Sau thực nghiệm)**

Phân loại kết quả học tập	ĐỐI TƯỢNG			
	Nhóm thực nghiệm (n=43)		Nhóm đối chứng (n=42)	
	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
Giỏi (9 – 10)	5	11,62	2	4,76
Khá (7 – 8)	17	39,53	7	16,66
Trung bình (5 - 6)	12	27,90	19	45,23
Yếu - Kém (< 4)	7	20,95	14	33,35
Σ	43	100	42	100
$\chi^2$	9,342			

Kết quả kiểm tra cho thấy:

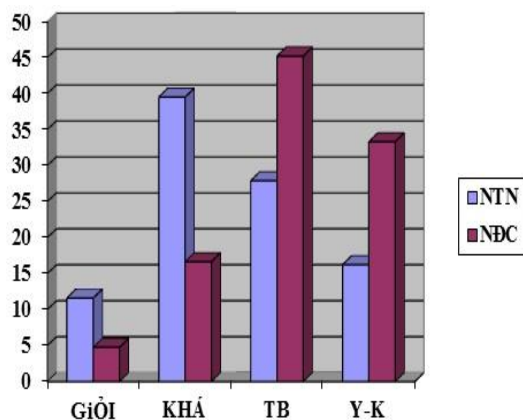
Nhóm thực nghiệm: Tỷ lệ Khá, Giỏi tăng rõ rệt từ 15% lên 50%; tỷ lệ yếu kém vọt lên Trung bình và giảm từ 34% xuống 16%.

Nhóm đối chứng: Tỷ lệ Khá, Giỏi tăng không đáng kể 13% lên 21%; tỷ lệ yếu kém vọt lên Trung bình được 5% và vẫn còn tới hơn 33% dưới điểm trung bình.

So sánh trình độ của NTN và NĐC thông qua kết quả tính  $\chi^2$  cho thấy sau thực nghiệm  $\chi^2_{\text{tính}} = 9,342 > \chi^2_{\text{bảng}} = 7,815$  sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất  $p < 0,05$ , hay nói cách khác, sau thực nghiệm khả năng giao tiếp bằng tiếng Anh của NTN tốt hơn hẳn NĐC. Cụ thể được trình bày ở Biểu đồ 2.2.2. So sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp

bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC. (Sau thực nghiệm)

**Biểu đồ 2.2.2. So sánh trình độ, kiến thức và kỹ năng giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên NTN và NĐC. (Sau thực nghiệm)**



### 3. KẾT LUẬN

Các bài giảng theo phương pháp giao tiếp tích cực trong giảng dạy tiếng Anh theo chủ đề có định hướng thể thao trong giáo trình New Headway Elementary (the third) đã đem lại hiệu quả rõ rệt, qua đó

rèn luyện cho các em sinh viên năm nhất Trường ĐH Sư phạm TĐTT Hà Nội các kỹ năng giao tiếp, bổ sung vốn kiến thức còn thiếu ở phổ thông, tăng sự tự tin và khả năng áp dụng các kiến thức đã học trong giao tiếp thực tế, từ đó chất lượng dạy và học tiếng Anh được nâng cao.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Brown, H. D. (2000). *Principles of language learning and teaching (4th ed.)*. White Plains, NY: Pearson
2. Brown, H. D. (2007). *Teaching by principles: An interactive approach to language pedagogy (5th ed.)*. New York: Pearson ESL.
3. Canale, M. (1983). *From communicative competence to communicative language pedagogy*. In J. E. Alatis (Ed.), *Georgetown university round table on languages and linguistics: Language, communication, and social meaning (pp. 223–237)*. Washington, DC: Georgetown University Press.
4. Ellis, R. (1982). *Informal and formal approaches to communicative language teaching*. *ELT Journal*, 36(2), 73–81.
5. Harmer, J. (1991), *The Practice of English Language Teaching*, Longman.
6. Johnson, K., & Johnson, H. (1998). *Encyclopedic dictionary of applied linguistics*. Oxford: Blackwell Publishers.
7. Lee, J., & VanPatten, B. (2003). *Making communicative language teaching happen*. New York: McGraw-Hill.
8. Li, Z. G., & Song, M. Y. (2007). *The relationship between traditional English grammar teaching and communicative language teaching*. *US-China Education Review*, 4(1), 62–65.
9. Littlewood, W. (1981). *Communicative language teaching: An introduction*. Cambridge: Cambridge University Press.
10. Littlewood, W. (2004). *The task-based approach: Some questions and suggestions*. *ELT Journal*, 58(4), 319–326.
11. Nunan, D. (1991). *Communicative tasks and the language curriculum*. *TESOL Quarterly*, 25, 279–295.
12. Richard-Amato, P. A. (1996). *Making it happen: Interaction in the L2 classroom, from theory to practice (2nd ed.)*. White Plains, NY: Addison-Wesley.

## TIN TỨC SỰ KIỆN

### **TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TĐTT HÀ NỘI KÝ KẾT HỢP TÁC CHUYÊN MÔN VỚI NHIỀU TRƯỜNG ĐẠI HỌC, CAO ĐẲNG TRONG VÀ NGOÀI NƯỚC**

#### **1. Ký kết thỏa thuận hợp tác giúp Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào**

Được tổ chức vào ngày 25/6/2018, giữa Tiến sĩ Nguyễn Duy Quyết - Bí thư Đảng ủy, Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Tiến sĩ Intong Leusinsay - Hiệu trưởng Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào, trước sự chứng kiến của ông Outhay Bannavong - Bí thư thứ nhất Đại sứ quán Lào tại Việt Nam và ông Bouarapha Thepsomphou - Phó trưởng phòng Hợp tác quốc tế thuộc Bộ Giáo dục và Thể thao Lào, cùng đại diện Đảng ủy - Ban giám hiệu và các phòng, khoa của Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

Theo đó, biên bản ghi nhớ hợp tác giữa Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào thống nhất nội dung hợp tác như: Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội giúp Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào biên soạn và phát triển chương trình đào tạo trình độ đại học và thạc sĩ hệ chính quy ngành Giáo dục thể chất, đồng thời cung cấp chương trình, giáo trình chuyên ngành Giáo dục thể chất cho phía Lào; giúp Lào đào tạo, bồi dưỡng nâng cao trình độ cho cán bộ, giảng viên và sinh viên Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào bằng các hình thức như: tổ chức tập huấn nâng cao trình độ cho cán bộ, giảng viên; cử chuyên gia sang giảng dạy chuyên ngành theo nhu cầu của phía Lào; tiếp

nhận cán bộ, giảng viên từ phía Lào sang đào tạo trình độ Đại học và Thạc sĩ; giúp Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào thành lập Trung tâm Giáo dục quốc phòng và an ninh theo tình hình thực tế của nước Lào. Về phía Trường Cao đẳng Giáo dục Thể chất Lào sẽ trình Bộ Giáo dục và Thể thao Lào, kết hợp với Đại sứ quán Lào và Bộ Giáo dục và Đào tạo Việt Nam để xin chỉ tiêu học bổng bồi dưỡng, đào tạo trình độ đại học hệ chính quy và trình độ thạc sĩ tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

Ngoài ra hằng năm hai trường cử cán bộ, giảng viên sang thăm quan, giao lưu, trao đổi, học hỏi kinh nghiệm về chuyên môn cũng như tổ chức chương trình giao lưu thi đấu cho sinh viên giữa hai trường (theo môn chuyên ngành)...

#### **2. Ký kết 5 lĩnh vực mới với Trường CĐ TĐTT Quảng Tây (Trung Quốc)**

Lễ ký kết được tổ chức vào ngày 08/8/2018 giữa TS. Nguyễn Duy Quyết - Bí thư Đảng ủy, Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội với Giáo sư Hồ Anh Thanh - P. Bí thư Đảng ủy, Hiệu trưởng Trường Cao đẳng TĐTT Quảng Tây (Trung Quốc), trước sự chứng kiến của đại diện lãnh đạo phòng, khoa, trung tâm của 2 trường 2 nước.

Theo đó mục đích nội dung ký kết nhằm tăng cường và mở rộng sự hợp tác trong lĩnh vực Văn hóa và Thể dục Thể thao của Việt Nam với Trung Quốc, không ngừng nâng cao trình độ đào tạo và nghiên cứu khoa học của 2 quốc gia. Đồng thời tăng cường và phát huy những lợi thế của Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Trường Cao Đẳng TĐTT Quảng Tây,



tìm ra những nội dung có thể hợp tác trong lĩnh vực đào tạo và nghiên cứu khoa học, phục vụ cho sự nghiệp TĐTT của 2 nhà trường nói riêng và 2 quốc gia nói chung. Nội dung ký kết được 2 trường thống nhất là

-Trao đổi sinh viên. Hai bên thống nhất sẽ cử các đoàn sinh viên ở các chuyên ngành khác nhau như Giáo dục thể chất, Thể thao sức khỏe, Thể thao giải trí...sang phía đối tác giao lưu, học hỏi. Hai bên sẽ trên cơ sở trao đổi, thống nhất chương trình đào tạo, cùng nhau tiến hành giảng dạy, đào tạo. Sau khi kết thúc các đợt đào tạo, trường sở tại sẽ cấp chứng nhận tốt nghiệp khóa học cho sinh viên. Ngoài ra, hai bên cũng sẽ định kỳ hoặc không định kỳ tổ chức các đội tuyển thể thao sang bên đối tác thi đấu, giao lưu.

- Trao đổi cán bộ, giảng viên. Hai bên đồng ý sẽ căn cứ vào yêu cầu thực tiễn cử các đoàn cán bộ, giáo viên, chuyên gia hai bên sang học tập, giảng dạy ngắn hạn hoặc tham gia các hội nghị, hội thảo về nội dung Y học thể thao.

- Trao đổi thông tin. Hai bên dựa trên những điều kiện thực tiễn và khả năng có thể, định kỳ hoặc không định kỳ trao đổi sách báo, tài liệu băng hình và các thông tin về đào tạo và nghiên cứu khoa học thể dục thể thao.

- Hợp tác nghiên cứu. Hai bên thống nhất sẽ cùng nhau hợp tác thực hiện các đề tài nghiên cứu khoa học thể dục thể thao mà 2 bên cùng quan tâm.

- Giao lưu văn hóa. Hai bên thống nhất, trên cơ sở tuân thủ các nguyên tắc và yêu cầu thích hợp, cùng nhau cử các đoàn cán bộ sang bên đối tác thăm và làm việc.

Trong thời gian đoàn làm việc tại bên đối tác, phía tiếp đón sẽ chịu trách nhiệm chi trả toàn bộ kinh phí ăn, ở và đi lại của đoàn.

### **3. Thiết lập mối quan hệ mới với Trường Đại học Kỹ thuật Ngô Phụng – Đài Loan**

Tiếp tục đẩy mạnh quan hệ hợp tác quốc tế, sáng 7/9, đại diện lãnh đạo Trường ĐHSPT ĐTT Hà Nội tiếp và làm việc với đoàn cán bộ, giảng viên Khoa Quản lý TĐTT và Giải trí – Trường Đại học Kỹ thuật Ngô Phụng – Đài Loan. Tại buổi làm việc 2 trường đã trao đổi thông tin về lĩnh vực ngành nghề hoạt động và bày tỏ mong muốn tăng cường giao lưu, chia sẻ kiến thức, kinh nghiệm giữa Nhà trường với Khoa Quản lý TĐTT và giải trí cũng như giữa 2 trường nhằm thúc đẩy mối quan hệ, học hỏi giúp đỡ lẫn nhau và cùng phát triển.

### **4. Ký kết hợp tác chuyên môn với Trường ĐHTĐTT Bắc Ninh**

Được tổ chức vào ngày 31/8 giữa TS. Nguyễn Duy Quyết - Bí thư Đảng ủy, Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và GS.TS. Nguyễn Đại Dương - Bí thư, Hiệu trưởng Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, trước sự chứng kiến của Đảng ủy, Ban Giám hiệu và toàn thể lãnh đạo chủ chốt Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.

Theo đó nội dung hợp tác được 2 trường ký kết đó là: Về lĩnh vực chuyên môn, hàng năm 2 trường phối hợp, luân phiên tổ chức Hội nghị khoa học trẻ nhằm nâng cao chất lượng NCKH cho cán bộ, giảng viên và sinh viên. Hai trường chọn

cử cán bộ, giảng viên tham gia giảng dạy các chuyên ngành theo đề nghị của đối tác; tạo điều kiện cho cán bộ, giảng viên được tham quan học tập, nghiên cứu thực tế, trao đổi kinh nghiệm để nâng cao trình độ... Đồng thời cùng nhau hỗ trợ cán bộ, giảng viên của đối tác trong học tập, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn, đào tạo trình độ sau đại học hoặc văn bằng hai theo nhu cầu và phù hợp với mã ngành đào tạo của mỗi trường... Ngoài ra 2 trường phối hợp chặt chẽ trong việc trao đổi học thuật, chia sẻ kinh nghiệm trong các lĩnh vực đào tạo, quản lý giáo dục sinh viên, NCKH, hợp tác quốc tế, giáo dục quốc phòng - an ninh... để không ngừng nâng cao chất lượng, hiệu quả và hỗ trợ nhau cùng phát triển.

Về lĩnh vực văn hóa và thể thao: Hàng năm 2 trường phối hợp tổ chức các buổi gặp mặt, chúc mừng và cử các đội văn nghệ, thể thao của cán bộ viên chức, sinh viên giao lưu, biểu diễn, thi đấu nhân dịp kỷ niệm các ngày lễ lớn. Mỗi bên cùng nhau hỗ trợ và tham gia các hoạt động chuyên môn, văn hóa, thể thao nhân dịp kỷ niệm ngày truyền thống theo đề nghị của bên đối tác. Đặc biệt là tạo điều kiện thuận lợi cho Công đoàn, Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh của 2 trường phối hợp hoạt động, phát huy cao nhất vị trí, vai trò, chức năng nhiệm vụ của mỗi tổ chức đoàn thể trong nhà trường, đẩy mạnh và nâng cao chất lượng các phong trào thi đua, đóng góp vào sự phát triển chung của hai trường.

**6. Ký kết hợp tác chuyên môn với Trường ĐH Sư phạm Nghệ thuật Trung ương**

Được tổ chức vào ngày 01/8 giữa TS. Nguyễn Duy Quyết - Bí thư Đảng ủy, Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và PGS.TS. Đào Đăng Phụng - Bí thư, Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm Nghệ thuật Trung ương, trước sự chứng kiến của Đảng ủy, Ban Giám hiệu và toàn thể lãnh đạo chủ chốt Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và Trường Đại học Sư phạm Nghệ thuật Trung ương.

Theo đó nội dung hợp tác được 2 trường ký kết đó là: Về lĩnh vực chuyên môn, 2 trường sẽ hỗ trợ công tác thỉnh giảng theo yêu cầu của từng trường; đồng thời tạo điều kiện cho cán bộ, giảng viên được học tập, bồi dưỡng chuyên môn theo yêu cầu, phù hợp mã ngành đào tạo của mỗi trường, nghiên cứu thực tế, trao đổi kinh nghiệm để nâng cao trình độ. Ngoài ra 2 trường phối hợp chặt chẽ trong việc nâng cao chất lượng Giáo dục Quốc phòng & An ninh cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Nghệ thuật Trung ương học tại Trung tâm Giáo dục Quốc phòng & An ninh thuộc Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

Đối với lĩnh vực văn hóa, thể thao, 2 trường sẽ tổ chức các buổi gặp mặt, giao lưu, biểu diễn, thi đấu nhân dịp kỷ niệm các ngày lễ lớn, ngày truyền thống theo yêu cầu của đơn vị bạn. Đồng thời 2 trường tập trung tạo điều kiện thuận lợi cho Công đoàn, Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh của hai trường phối hợp hoạt động, phát huy cao nhất vị trí, vai trò, chức năng nhiệm vụ của mỗi tổ chức đoàn thể trong nhà trường, đẩy mạnh, nâng cao chất lượng các phong trào thi đua, đóng

góp vào sự phát triển chung của hai nhà trường

Sự kiện ký kết hợp tác này còn được ví như sự trở lại “ngôi nhà chung” để cùng nhau phát huy truyền thống tốt đẹp, tiếp tục nâng tầm mối quan hệ chặt chẽ, gắn bó lâu dài giữa hai trường trên các lĩnh vực chuyên môn, văn hóa, thể thao... nâng cao chất lượng công tác, chất lượng đào tạo của mỗi trường, góp phần thực hiện hiệu quả chương trình hành động đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, cung cấp nguồn lực chất lượng cao cho sự nghiệp CNH, HĐH đất nước.

## **TRƯỜNG ĐH SƯ PHẠM TĐTT HÀ NỘI TỔ CHỨC THÀNH CÔNG SỰ KIỆN MANG TÍNH CHIẾN LƯỢC VỀ GDTC**

### **1. Hội thảo “Định hướng xây dựng chương trình đào tạo, bồi dưỡng giáo viên GDTC, đáp ứng yêu cầu đổi mới chương trình và SGK mới”**

Được tổ chức vào ngày 22/8, tại Trường ĐH Sư phạm TĐTT Hà Nội, với sự hiện diện của TS. Nguyễn Thị Nghĩa - Thứ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo; TS. Ngũ Duy Anh - Vụ trưởng Vụ Giáo dục thể chất; TS. Lê Mạnh Hùng - Phó Vụ trưởng Vụ Giáo dục thể chất cùng lãnh đạo, các chuyên viên Vụ Giáo dục thể chất (Bộ Giáo dục và Đào tạo); PGS.TS. NGND Vũ Đức Thu - Chủ tịch Hội đồng Giáo dục thể chất; TS. Nguyễn Duy Quyết - Hiệu trưởng Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, cùng hơn 200 đại biểu đại diện 20 sở giáo dục, 20 trường đại học đào tạo Giáo viên giáo dục thể chất và các nhà khoa học, nhà nghiên cứu giáo dục, các

nhà quản lý, nhà giáo về GDTC. Hội thảo do Bộ Giáo dục và Đào tạo phối hợp với Nhà trường tổ chức nhằm tập trung thảo luận về thực trạng dạy học môn 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 sách giáo khoa mới

### **2. Hội nghị tập huấn, bồi dưỡng giáo viên GDTC trong các trường phổ thông**

Trong 2 ngày (từ ngày 13 đến ngày 15 tháng 8 năm 2018), Nhà trường được Bộ Giáo dục và Đào tạo ủy quyền tổ chức Hội nghị tập huấn, bồi dưỡng cho gần 300 giáo viên GDTC trong các trường phổ thông của 63 tỉnh thành. Nội dung tập huấn được tập trung vào những chuyên đề chính như: Quan điểm và nhiệm vụ đổi mới mục tiêu, nội dung, chương trình môn học Giáo dục thể chất theo định hướng phát triển năng lực, phẩm chất của học sinh và phát triển phong trào thể thao trong trường phổ thông; Đổi mới phương pháp dạy học môn Giáo dục thể chất trong trường phổ thông theo hướng tích cực hóa người học; Năng lực, phương tiện, phương pháp Giáo dục thể chất và phát triển năng lực vận động cơ bản cho học sinh; cách đánh giá môn học Giáo dục thể chất trong trường phổ thông; Cách triển khai thực hiện các môn thể thao tự chọn trong chương trình Giáo dục thể chất theo hướng hoạt động câu lạc bộ thể thao trường học; Đổi mới nội dung và hình thức tổ chức phong trào thể thao trường học, hoạt động thi đấu thể thao cho học sinh trong trường phổ thông...

## THẺ LỆ GỬI BÀI

1. Bản tin Giáo dục Thẻ chất và Thẻ thao trường học công bố và đăng tải những kết quả nghiên cứu khoa học dưới dạng các bài tổng quan, các bài của các công trình nghiên cứu khoa học và các bài thông tin, thông báo khoa học của các tác giả trong và ngoài nước. Nội dung của các bài báo liên quan đến chuyên ngành đào tạo, nghiên cứu tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và các ngành khác thuộc lĩnh vực TĐTT.

2. Quy định về hình thức trình bày một bài báo gửi đăng trên Bản tin

- Bài báo phải được trình bày theo thứ tự sau: tên bài báo (chữ in hoa, cỡ chữ 14), tên tác giả, tên cơ quan tác giả công tác, tóm tắt, từ khóa, đặt vấn đề, phương pháp nghiên cứu, kết quả nghiên cứu, kết luận, tài liệu tham khảo. Tác giả bài báo phải có địa chỉ cá nhân và địa chỉ cơ quan rõ ràng, e-mail, số điện thoại và số fax (nếu có) trên trang nhất của bản thảo.

- Bài báo khoa học không quá 6 trang, khổ A4, bài báo viết bằng tiếng Việt và tiếng Anh, soạn trên máy vi tính, dòng đơn (line spacing: single), sử dụng font chữ Times New Roman, cỡ chữ (size) 12. Định dạng trang (page setup): lề trên 2 cm; lề dưới 2 cm; lề trái 3 cm và lề phải 2 cm.

- Tất cả các bài báo phải có không quá 5 từ khóa và phần tóm tắt dài không quá 200 từ, các bài báo viết bằng tiếng Việt phải có tóm tắt, từ khóa và tên bài báo bằng cả tiếng Anh và tiếng Việt.

- Tài liệu tham khảo được căn cứ vào chữ cái đầu của tên (với tác giả Việt) và họ (với tác giả nước ngoài). Trường hợp trùng tên phải căn cứ vào các chữ tiếp theo, nếu cùng một tác giả thì căn cứ vào năm xuất bản (xuất bản trước sắp trước).

3. Bài đăng trên Bản tin phải chưa từng được đăng trên các sách, báo, tạp chí khác. Bản tin không trả lại bản thảo nếu bài không được đăng và sẽ phản hồi qua thư điện tử lý do nếu bài không được đăng.

4. Tác giả chịu trách nhiệm về nội dung bài viết, bản quyền tác giả và các nội dung trích dẫn trong bài viết của mình. Người chịu trách nhiệm chính của bài viết sẽ được ghi thứ tự đầu tiên trên danh sách các tác giả, và tác giả chính vui lòng cung cấp cho Bản tin đầy đủ số điện thoại, email, địa chỉ gửi thư, và số tài khoản ngân hàng (nếu có) để tiện liên hệ.

Mọi giao dịch đề nghị xin liên lạc theo địa chỉ: Ban Biên tập Bản tin Giáo dục Thẻ chất và Thẻ thao trường học, Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, (Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội, Email: [bbttapchi.hupes@moet.edu.vn](mailto:bbttapchi.hupes@moet.edu.vn), hoặc [nmtu.hupes@moet.edu.vn](mailto:nmtu.hupes@moet.edu.vn)).

***Bản tin Giáo dục Thẻ chất và Thẻ thao trường học được in thành 200 cuốn, tại Nhà in Báo Nhân Dân. Nộp lưu chiếu Quý 3 năm 2018.***