

THỰC TRẠNG VÀ GIẢI PHÁP PHÁT TRIỂN ĐỘI NGŨ GIẢNG VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

CURRENT SITUATION AND SOLUTIONS TO DEVELOP THE TEACHING STAFF OF HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

CN. Nguyễn Minh Tư, CN. Trần Thị Thanh Huyền, ThS. Lưu Thị Hải Yến
Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Từ việc đánh giá thực trạng đội ngũ và công tác quản lý đội ngũ giảng viên (ĐNGV) trong Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao (TDTT) Hà Nội hiện nay, tác giả đề xuất các biện pháp phát triển phù hợp với đặc thù để nâng cao chất lượng đội ngũ đáp ứng yêu cầu, nhiệm vụ mới.

Từ khóa: Giải pháp; Phát triển đội ngũ giảng viên, Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

Abstract: From the assessment of the current situation of the team and the management of the teaching staff in the Hanoi University of Physical Education and Sports (Sports and Education), the author proposes development measures suitable to specifically to improve the quality of the team to meet new requirements and tasks.

Keywords: Solution; Development of teaching staff; Hanoi university of Physical Education and Sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đội ngũ giảng viên giữ vai trò quyết định trong việc phát triển giáo dục. Luật Giáo dục đại học đã xác định mục tiêu: Đào tạo nhân lực, nâng cao dân trí, bồi dưỡng nhân tài; nghiên cứu khoa học, công nghệ tạo ra tri thức, sản phẩm mới, phục vụ yêu cầu phát triển kinh tế - xã hội, bảo đảm quốc phòng, an ninh và hội nhập quốc tế; đào tạo người học có phẩm chất chính trị, đạo đức; có kiến thức, kỹ năng thực hành nghề nghiệp, năng lực nghiên cứu và phát triển ứng dụng khoa học và công nghệ tương xứng với trình độ đào tạo; có sức khỏe; có khả năng sáng tạo và trách nhiệm nghề nghiệp, thích nghi với môi trường làm việc; có ý thức phục vụ nhân dân. Nghị quyết số 29-NQ/TW, ngày 4/11/2013 của Hội nghị Trung ương 8 (khóa XI) đã xác định: “Xây dựng quy hoạch, kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ nhà giáo và cán bộ quản lý giáo dục gắn với nhu cầu phát triển kinh tế - xã hội, bảo đảm quốc phòng - an ninh và hội nhập quốc tế. Thực hiện chuẩn hóa đội ngũ nhà giáo theo từng cấp học và trình độ đào tạo”...

Chính vì thế Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội đã có nhiều chủ trương, biện pháp phát triển đội ngũ GV, nhờ đó, ĐNGV và cán bộ quản lý giáo dục của Trường có bước phát triển mới. Tuy nhiên, sự tác động của cách mạng công nghiệp 4.0 cũng như sự phát triển nhiệm vụ Nhà trường trong tình hình mới đã và đang đặt ra yêu cầu cao hơn trong việc nâng cao chất lượng. Nhất là để thực hiện Chiến lược phát triển Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội giai đoạn 2020-2025, tầm nhìn 2030, với mục tiêu “*đến năm 2030 trở thành trường đa ngành, có uy tín về đào tạo giáo dục thể chất, thể dục thể thao; giáo dục quốc phòng và an ninh; chăm sóc sức khỏe, đào tạo tài năng thể thao; nghiên cứu khoa học, chuyển giao công nghệ và phục vụ cộng đồng*”. Từ lý do đó, chúng tôi lựa chọn đề tài: “*Thực trạng và giải pháp phát triển đội ngũ giảng viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội*”

Mục đích: Đề xuất một số giải pháp phát triển ĐNGV Nhà trường, góp phần nâng cao

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

chất lượng giáo dục thể chất nói chung, Nhà trường nói riêng trong giai đoạn hiện nay.

Mục tiêu: Để đạt được mục đích nêu trên chúng tôi tiến hành tập trung giải quyết mục tiêu như: khảo sát thực trạng ĐNGV Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội; sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Thu thập tài liệu, xử lý tài liệu; phân tích, đánh giá, so sánh và phương pháp chuyên gia.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng trình độ đào tạo của ĐNGV Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Đặc điểm ĐNGV Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội được đào tạo từ nhiều nguồn khác nhau: từ các trường đại học TDTT; từ trường đại học sư phạm, các trường đại học khoa học xã hội, tự nhiên... Có một số GV được đào tạo trình độ tiến sĩ, thạc sĩ tại nước ngoài... Do nguồn đào tạo đa dạng nên năng lực về chuyên môn nghiệp vụ sư phạm, năng lực

nghiên cứu khoa học, năng lực ngành nghề có sự không đồng đều giữa các GV. ĐNGV các ngành đào tạo chưa đồng bộ về mặt số lượng và cơ cấu, thiếu GV có trình độ cao.

2.2. Thực trạng về cơ cấu số lượng GV

Tính đến năm học 2021 - 2022, theo số liệu của Phòng Tổ chức cán bộ và Truyền thông, tổng số GV của Nhà trường là 132 (không tính sĩ quan biệt phái giảng dạy tại Trung tâm Giáo dục quốc phòng và an ninh) giảng dạy các chuyên ngành và trình độ đào tạo gồm: Giáo dục thể chất trình độ đại học chính quy. Giáo dục thể chất trình độ đại học liên thông chính quy, liên thông VLVH. Giáo dục quốc phòng và an ninh (QP&AN) trình độ đại học chính quy. Giáo dục học trình độ thạc sĩ. Giáo dục học trình độ tiến sĩ. Đào tạo cấp chứng chỉ Giáo dục QP&AN cho sinh viên các trường đại học, cao đẳng, được cơ cấu giảng dạy tại các khoa, trung tâm được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1: Tổng hợp cơ cấu ĐNGV giảng dạy tại các khoa, trung tâm Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Đơn vị	Tổng số	Chia theo trình độ						Giới tính		Độ tuổi			
		GV CC	GV C	PGS	TS	ThS	ĐH	Nam	Nữ	25-35	35-55	56-60	Trên 60
Khoa Điện kinh - Thể dục	24	0	09	0	03	21	0	17	07	07	17	0	0
Khoa bóng chuyền- Bóng đá- Bóng rổ	19	0	05	0	01	18	0	17	02	06	12	0	0
Khoa Võ- Bơi- Cờ	16	0	02	0	02	14	0	14	02	02	14	0	0
Khoa Cầu lông- Bóng bàn- Quần vợt	14	0	04	0	02	12	0	07	07	07	07	0	0
Khoa Y học thể thao	11	0	02	0	02	08	01	07	04	06	05	0	0
Khoa Lý luận chuyên	10	0	02	0	02	08	0	02	08	05	05	0	0

Đơn vị	Tổng số	Chia theo trình độ						Giới tính		Độ tuổi			
		GV CC	GV C	PGS	TS	ThS	ĐH	Nam	Nữ	25-35	35-55	56-60	Trên 60
ngành và Nghiệp vụ sư phạm													
Khoa Lý luận chính trị	08	0	04	0	01	07	0	0	08	04	04	0	0
Khoa Đào tạo sau đại học	10	03	07	03	09	01	0	09	01	0	08	0	02
Trung tâm Ngoại ngữ- tin học	10	0	02	0	0	09	01	02	08	02	07	01	0
Trung tâm bồi dưỡng và tổ chức sự kiện	04	0	02	0	0	04	0	04	0	0	03	01	0
Trung tâm Giáo dục QP&AN	06	0	0	0	0	02	04	05	02	04	02	0	0
Khoa Giáo dục quốc phòng an ninh và Đoàn đội	Đơn vị mới thành lập đang tiến hành kiện toàn												
Tổng	132	03	39	03	21	105	06	83	49	43	85	02	02

(Nguồn: Phòng Tổ chức cán bộ và Truyền thông)

Qua bảng 1 cho thấy:

- Về độ tuổi, từ 25- 35 là 43 GV; từ 35 đến 55 là 85 GV; từ 56 - 60 là 02 GV; trên 60 là 02 GV.

- Về giới tính: Nam 89 GV, chiếm tỉ lệ là 67,4%; nữ 49 GV, chiếm tỉ lệ là 36,3%. Với các độ tuổi như vậy, cơ bản đáp ứng sự tiếp nối giữa các thế hệ.

- Về trình độ chuyên môn, nghiệp vụ: Hầu hết GV của Trường có trình độ chuyên môn thạc sĩ trở lên. Trong 132 GV cơ hữu có 03 GV có học hàm Phó Giáo sư, 21 GV là tiến sĩ,

(chiếm tỉ lệ 18,18%) 105 thạc sĩ, 06 cử nhân; có 03 giảng viên cao cấp; 39 giảng viên chính.

Với trình độ, năng lực như trên, ĐNGV của Trường đủ sức đảm đương hoàn thành tốt nhiệm vụ, tạo uy tín, thương hiệu của Trường.

2.3. Thực trạng về đánh giá, phân loại đối với GV

Để đánh giá phân loại chất lượng GV, chúng tôi tiến hành tổng hợp dựa trên kết quả đánh giá, phân loại viên chức năm học 2020 - 2021, được trình bày tại bảng 2 để phân tích làm rõ kết quả thực hiện.

Bảng 2: Tổng hợp kết quả đánh giá, phân loại của GV trong năm học 2020-2021

Đơn vị	H/L đạt huy chương	Tham gia thi giảng	Mức đánh giá, phân loại			
			HTXS	HTT	HT	KHT
Khoa Điền kinh - Thể dục	05	01	08	12	0	0
Khoa bóng chuyền- Bóng đá- Bóng rổ	10	0	03	13	01	03
Khoa Võ- Bơi- Cờ	02	0	07	08	0	0
Khoa Cầu lông- Bóng bàn- Quần vợt	09	03	04	09	01	0
Khoa Lý luận chính trị	02	02	04	04	0	0
Khoa Lý luận chuyên ngành và Nghiệp vụ sư phạm	06	01	05	04	01	01
Khoa Y học thể thao	01	0	03	07	02	0
Khoa Giáo dục quốc phòng an ninh và Đoàn đội	04	0	04	01	0	0
Khoa Đào tạo sau đại học	0	0	02	03	0	0
Trung tâm Ngoại ngữ- tin học	01	06	07	02	0	0
Trung tâm Giáo dục QP&AN	0	0	04	22	02	0
Tổng	40	13	51	85	07	4

(Nguồn: Phòng Tổ chức cán bộ và Truyền thông)

Qua bảng 2 cho thấy: Có 51 GV được đánh giá mức hoàn thành xuất sắc nhiệm vụ; 85 GV hoàn thành tốt nhiệm vụ; 07 GV hoàn thành nhiệm vụ. Tuy nhiên, 04 trường hợp không hoàn thành nhiệm vụ. Số GV tham gia thi giảng còn thấp, có đơn vị không có GV thi giảng.

2.4. Thực trạng về công tác nghiên cứu khoa học của GV

Để đánh giá kết quả triển khai thực hiện nhiệm vụ nghiên cứu khoa học của GV, chúng tôi tiến hành tổng hợp kết quả các công trình nghiên cứu khoa học, được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3: Kết quả công trình nghiên cứu khoa học của GV cơ hữu trong 5 năm

Đề tài NCKH cấp trường	Đề tài NCKH cấp Bộ	GV tham gia đề tài NCKH cấp Bộ	GV tham gia đề tài NCKH cấp Trường	Sách chuyên khảo	Sách giáo trình	GV tham gia viết sách	Số bài báo đăng tạp chí KH quốc tế.	Số bài báo đăng tạp chí KH cấp Ngành trong nước	Số bài báo đăng tại các hội nghị, hội thảo
103	05	24	94	01	04	13	05	83	66

(Nguồn: Phòng Quản lý khoa học, Hợp tác quốc tế và Thư viện)

Qua bảng 3 cho thấy, kết quả nghiên cứu khoa học của GV còn ít. Trong 5 năm có 103 đề tài cấp trường; 05 đề tài cấp Bộ; 83 bài báo đăng tạp chí khoa học cấp ngành trong nước; 66 số báo đăng tại các hội nghị, hội thảo. Đặc biệt là số bài báo đăng tạp chí khoa học quốc tế còn khiêm tốn với 05 bài; 01 sách chuyên khảo; 05 sách giáo trình.

2.5. Đánh giá chung

2.5.1. Về ưu điểm

ĐNGV ngày một nâng cao về số lượng và năng lực chuyên môn. Kiến thức, trình độ chuyên môn nghiệp vụ và năng lực hoạt động thực tiễn từng bước được nâng cao về mọi mặt. Bản lĩnh chính trị, phẩm chất đạo đức của người GV ngày càng vững vàng. Bên cạnh đó lực lượng GV trẻ là những người có hoài bão, ước mơ, nhiệt huyết. Trình độ ngoại ngữ, tin học lý luận chính trị không ngừng được bồi dưỡng nâng cao.

2.5.2. Về hạn chế

Số lượng, cơ cấu ĐNGV chưa đáp ứng được yêu cầu lâu dài; tình trạng hẫng hụt giữa các thế hệ GV trong mỗi đơn vị còn phổ biến; thiếu ĐNGV nòng cốt kế cận có trình độ chuyên môn cao. Các số liệu thống kê cho thấy chỉ có 135 GV cơ hữu. Như vậy, số sinh viên trên một GV trung bình là 16,2. Đối chiếu với tỉ lệ sinh viên/GV theo Thông tư số 06/2018/TT-BGDĐT ngày 28/02/2018 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định trình độ đại học, thạc sĩ, tiến sĩ, tỉ lệ sinh viên/GV là 20 sinh viên /1GV.

Chất lượng ĐNGV hiện nay chưa thực sự tương xứng với đòi hỏi phát triển của Nhà trường và xu thế hội nhập. Tỉ lệ tiến sĩ/GV tại Trường chỉ mới đạt 18,69 %, trong khi đó ở các trường đại học trong nước trung bình là khoảng 35%. Tinh thần trách nhiệm, ý thức tổ chức kỷ luật của một bộ phận GV còn yếu, phong cách làm việc chậm đổi mới; tinh thần phục vụ, nhiệt huyết chưa cao.

2.5.3. Nguyên nhân

Một là, do các đơn vị trong Nhà trường chưa có kế hoạch về chiến lược phát triển

ĐNGV nên việc xây dựng và phát triển ĐNGV còn yếu, thiếu đồng bộ và chưa mang tính bền vững. Hai là, công tác quản lý chuyên môn của các khoa, bộ môn còn lỏng lẻo, thiếu sự kiểm tra, đôn đốc nên chưa tạo được động lực để phát huy tiềm năng trí tuệ trong ĐNGV. Ba là, một bộ phận GV có tư tưởng an phận, chậm đổi mới, ngại học tập, nghiên cứu.

2.6. Đề xuất một số giải pháp nhằm phát triển ĐNGV

2.6.1. Đổi mới cơ chế và quy trình tuyển chọn kết hợp với công tác sàng lọc ĐNGV

* Mục đích: Tuyển chọn phải gắn liền với việc sàng lọc và cần phải thực hiện một cách nghiêm túc phù hợp với đặc thù của Ngành.

* Nội dung: Tuyển chọn ĐNGV đủ tiêu chuẩn theo những quy định về tiêu chuẩn nghiệp vụ, đồng thời phải đáp ứng được yêu cầu thực tế của các bộ môn, khoa.

* Cách thức thực hiện: Thực hiện chế độ dân chủ, công khai trong tuyển chọn GV, xây dựng phương thức tuyển chọn khoa học, linh hoạt và hiệu quả, đảm bảo chọn đúng người có đủ tiêu chuẩn, đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục ĐH.

2.6.2. Sử dụng hợp lý ĐNGV hiện có và hoàn thiện cơ chế quản lý

* Mục đích: Phát huy tối đa sức mạnh nội lực, tạo nên tính đồng thuận trong tổ chức giúp ĐNGV yên tâm công tác, phát huy hết năng lực và sở trường của họ đối với sự phát triển của Nhà trường.

* Nội dung: Căn cứ vào kết quả đánh giá năng lực của GV, việc bố trí giảng dạy phải đúng người, đúng việc, đúng chuyên môn, đúng sở trường, đảm bảo tính liên tục, tính kế thừa, kết hợp hài hòa già-trẻ, cũ-mới, cơ cấu trình độ học vấn. Việc bố trí và sử dụng ĐNGV phải đảm bảo tính dân chủ. Đặc biệt, cần lưu ý đến tâm tư, nguyện vọng và hoàn cảnh của mỗi GV để động viên, khuyến khích họ tích cực phấn đấu và hoàn thành tốt nhiệm vụ được giao.

* Cách thức tiến hành: Lập kế hoạch tổng thể của Nhà trường, xác định cụ thể tổng số

giờ giảng dạy cho từng bộ môn, từng khoa trong mỗi học kì và cả năm học. Các bộ môn, các khoa tiến hành lập kế hoạch chuyên môn và dự kiến phân công GV theo những nguyên tắc đã được thống nhất trong toàn Trường và lưu ý đến nguyện vọng của cá nhân.

2.6.3. Tăng cường công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ đối với ĐNGV

* Mục đích: Giúp lãnh đạo Nhà trường thấy được những mặt tích cực hoặc phát hiện những biểu hiện vi phạm hay các chiều hướng vi phạm qui chế chuyên môn, đạo đức nghề nghiệp của ĐNGV để kịp thời uốn nắn, nhắc nhở, điều chỉnh và tìm biện pháp khắc phục.

* Nội dung: Xây dựng được các tiêu chí đánh giá chính xác về phẩm chất, năng lực của GV, vừa đáp ứng được yêu cầu chung vừa phù hợp với đặc điểm tình hình của đơn vị thông qua các hoạt động như: đánh giá hoạt động giảng dạy cần dựa vào: số lượng giờ dạy; loại hình giờ dạy; chất lượng giảng dạy; chất lượng sinh hoạt chuyên môn...; Hoạt động bồi dưỡng và nghiên cứu khoa học: Đánh giá mặt này cần có các thông số: loại hình bồi dưỡng đã tham gia; thời gian dành cho bồi dưỡng; kết quả đạt được. Số công trình khoa học đã công bố, số bài viết trên các tạp chí, thông tin khoa học, số lần được mời tham gia hội thảo, hội nghị khoa học. Các hoạt động dịch vụ công cộng và các công việc khác.

* Cách thức tiến hành: Để công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ trong ĐNGV đạt được hiệu quả cao cần tổ chức việc kiểm tra đánh giá một cách khoa học, cụ thể. Hội đồng chuyên môn Trường hoặc Phòng Quản lý đào tạo và Công tác sinh viên được Hiệu trưởng ủy quyền xây dựng kế hoạch và các tiêu chí kiểm tra, đánh giá chuyên môn nghiệp vụ của ĐNGV. Các tiêu chí đánh giá, xếp loại GV được xây dựng trên cơ sở những quy định của Bộ GD&ĐT, đồng thời căn cứ vào quy định của Trường. Việc kiểm tra đánh giá chuyên môn nghiệp vụ có thể tiến hành ở cấp khoa, cấp bộ môn hoặc từng GV, theo kế hoạch hoặc đột xuất thông qua các bộ phận

chức năng bằng ghi chép, sổ sách; thông qua nhận xét của đồng nghiệp, bằng phản biện của đồng nghiệp, bằng phiếu dự giờ, bằng các cuộc sinh hoạt chuyên môn...; tổ chức cho SV đánh giá GV.

2.6.4. Đổi mới công tác đào tạo, bồi dưỡng ĐNGV

* Mục đích: Đào tạo, bồi dưỡng GV với mục tiêu cơ bản là nâng cao trình độ, chuyên môn, năng lực giảng dạy, nghiên cứu khoa học và các hoạt động khác đáp ứng tiêu chuẩn chức danh của GV đảm bảo theo đúng quy định và các yêu cầu ngày càng cao của xã hội.

* Nội dung: Tăng cường sự lãnh đạo đối với công tác xây dựng ĐNGV thông qua đường lối, chủ trương, chính sách. Hoàn thiện chế định quyền và nghĩa vụ của GV. Căn quy định các quyền của GV theo hướng mở để tạo điều kiện GV phát huy tài năng, sức sáng tạo, khả năng cống hiến. Từng bước giao quyền tự chủ, tự chịu trách nhiệm của các khoa, trung tâm để mở rộng quyền hợp tác quốc tế và giao lưu trao đổi kinh nghiệm trong hoạt động nghề nghiệp. Nâng cao nhận thức về công tác bồi dưỡng ĐNGV.

* Cách thức tiến hành: Thứ nhất, phải làm thay đổi nhận thức sao cho mỗi GV phải tự giác học tập thường xuyên, học suốt đời, bỏ lối suy nghĩ học chủ yếu để sinh bằng cấp. Đồng thời phải xây dựng quy định về đào tạo, bồi dưỡng đối với GV. Thứ hai, phải xây dựng kế hoạch dài hạn có tầm chiến lược trong công tác đào tạo, bồi dưỡng nhằm nâng cao chất lượng ĐNGV. Thứ ba, công khai hóa về quy hoạch, kế hoạch đào tạo bồi dưỡng ĐNGV ở từng giai đoạn đến các khoa, các bộ môn và GV để có sự chủ động trong việc sắp xếp công việc cho các khóa đào tạo, bồi dưỡng.

3. KẾT LUẬN

Trên cơ sở phân tích thực trạng, đánh giá những mặt mạnh, mặt hạn chế, nguyên nhân khách quan và chủ quan dẫn đến những hạn chế trong công tác quản lí việc xây dựng và phát triển ĐNGV Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội thời gian qua, chúng tôi đề xuất

Lý luận Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

04 giải pháp chủ yếu nhằm xây dựng và phát triển ĐNGV Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội đó là: Giải pháp về đổi mới cơ chế và quy trình tuyển chọn kết hợp với công tác sàng lọc ĐNGV. Giải pháp về sử dụng hợp lý đội ĐNGV hiện có và hoàn thiện cơ chế quản lý. Giải pháp về tăng cường công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ đối với

ĐNGV. Giải pháp về đổi mới công tác đào tạo, bồi dưỡng ĐNGV. Các biện pháp trên có mối quan hệ biện chứng, tác động, hỗ trợ nhau trong quá trình thực hiện. Mỗi biện pháp giữ một vị trí quan trọng trong quá trình thực hiện, chúng không tách rời nhau và chỉ phát huy hiệu quả nhất khi được thực hiện một cách đồng bộ và thống nhất.

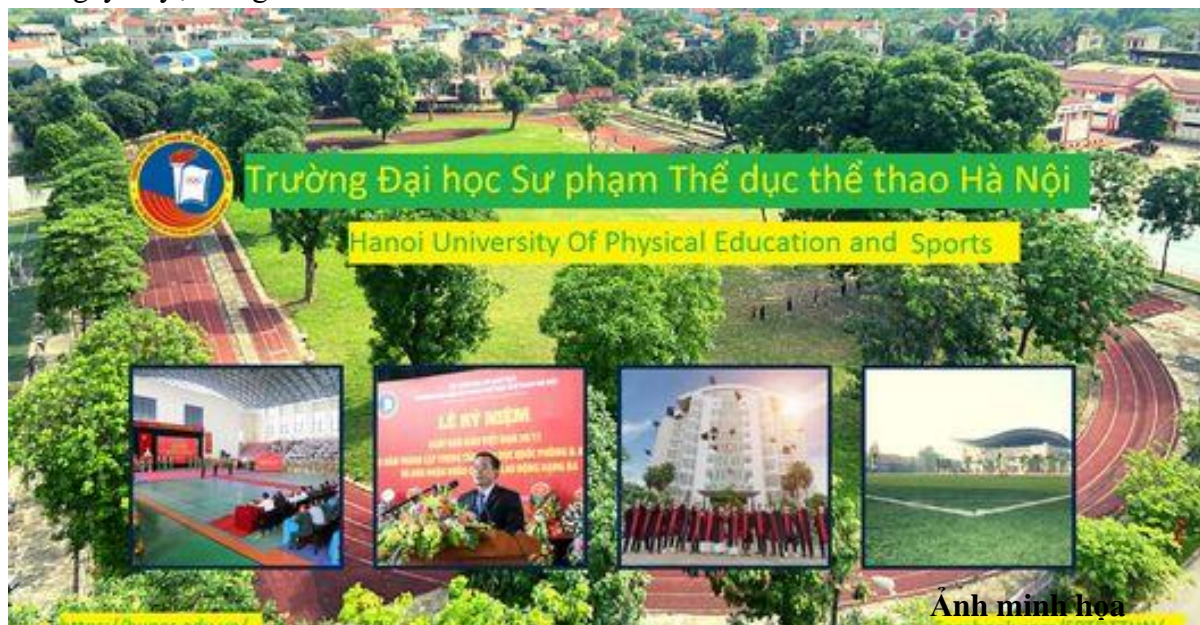
Tài liệu tham khảo

1. Ban chấp hành Trung ương Đảng (2013), *Nghị quyết số 29-NQ/TW, ngày 4/11/2013 của Hội nghị Trung ương 8 (khóa XI)*.
2. Quốc hội (2012), (2018) *Luật Giáo dục đại học năm 2012 và Luật Sửa, bổ sung một số điều của Luật Giáo dục đại học ngày 19/11/2018*;
3. Chính phủ (2019), *Nghị định số 99/2019/NĐ-CP của Chính phủ Quy định chi tiết và hướng dẫn thi hành một số điều của Luật sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Giáo dục đại học*;
4. Chính phủ (2020), *Nghị định số 115/2020/NĐ-CP ngày 25/9/2020 của Chính phủ quy định về tuyển dụng, sử dụng và quản lý viên chức*;
5. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), *Thông tư số 40/2020/TT-BGDĐT ngày 26/10/2020 của Bộ Giáo dục và Đào tạo Quy định mã số, tiêu chuẩn chức danh nghề nghiệp, bổ nhiệm và xếp lương đối với viên chức giảng dạy trong các cơ sở giáo dục đại học công lập*.
6. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2014), *Thông tư số 47/2014/TT-BGDĐT quy định chế độ làm việc đối với giảng viên*.

Ngày nhận bài: 12/04/2022

Ngày đánh giá: 21/04/2022

Ngày duyệt đăng: 10/05/2022



ĐÁNH GIÁ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG ĐOÀN ĐỐI VỚI VIỆC GIẢNG DẠY CÁC HỌC PHẦN MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT THEO HÌNH THỨC TRỰC TUYẾN TRONG GIAI ĐOẠN ĐẠI DỊCH COVID-19 TẠI HÀ NỘI

TRADE UNION UNIVERSITY STUDENTS' ASSESSMENT OF ONLINE TEACHING MODULES OF PHYSICAL EDUCATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN HANOI

ThS. Tô Thị Việt Châu, ThS. Nguyễn Văn Phát
Trường Đại học Công Đoàn

Tóm tắt: Dạy học trực tuyến đang dần trở thành xu thế trong thời đại 4.0. Để có những đánh giá khách quan từ nhiều phía nhằm lựa chọn xây dựng giải pháp dạy học các học phần môn học Giáo dục thể chất (GDTC) theo hình thức dạy học trực tuyến, đề tài đã sử dụng phương pháp điều tra xã hội học để khảo sát đánh giá từ phía sinh viên nhà trường về tình hình học tập, nội dung giảng dạy, phương pháp giảng dạy, nội dung và tiêu chí kiểm tra đánh giá các học phần môn học GDTC theo hình thức dạy học trực tuyến hiện nay tại trường Đại học Công đoàn (ĐHCĐ). Bước đầu đã cho thấy các học phần môn học GDTC trường ĐHCĐ đang dạy học theo hình thức trực tuyến là đảm bảo, phù hợp về nội dung giảng dạy, phương pháp giảng dạy cũng như tiêu chí, hình thức kiểm tra đánh giá môn học.

Từ khóa: Trực tuyến; Giảng dạy; Nội dung; Phương pháp; Sinh viên.

Abstract: Online teaching has become a rising trend in the age of industry 4.0. To have overall and objective assessments from many aspects in order to choose and give teaching solutions for online Physical Education (P.E) teaching courses, the research has used a social investigation method which conducted a survey on the students to know about their reaction toward the content, the method and criteria for assessment of the online P.E classes at Trade Union University (TUU). The results of the survey show that TUU's online P.E courses are guaranteed and appropriate in terms of teaching content, methods as well as the criteria and form of subject assessment and testing.

Keywords: Online, Teaching, Content, Methods, Students.



Ảnh minh họa

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trước ảnh hưởng của đại dịch COVID-19, nền giáo dục toàn cầu đã buộc phải chuyển mình từ hình thức học tập trực tiếp truyền thống sang trực tuyến nhằm đối phó với tình trạng dịch bệnh kéo dài. Việt Nam cũng không ngoại lệ. Nhiều hình thức học tập đã được các cơ sở giáo dục triển khai trong giai đoạn giãn cách xã hội vì dịch Covid -19.

Giảng dạy trực tuyến môn Giáo dục thể chất là một trong những môn đặc thù trong chương trình đào tạo của trường Đại học Công Đoàn. Vì vậy, ngay từ đầu mùa dịch, Trường Đại học Công Đoàn chủ động xây dựng kế

hoạch giảng dạy và học tập, đề cương chi tiết học phần về đánh giá sinh viên học trực tuyến môn giáo dục thể chất (GDTC), đưa ra những giải pháp để có thể học trực tuyến môn GDTC hiệu quả nhất.

Quá trình nghiên cứu, đề tài đã sử dụng phối hợp các phương pháp nghiên cứu: Phân tích tổng hợp tài liệu, Phương pháp điều tra xã hội học; Phương pháp phỏng vấn; Phương

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Công tác tổ chức giảng dạy môn GDTC tại trường Đại học Công Đoàn theo hình thức trực tuyến

Giáo dục nói chung và trường ĐHCĐ nói riêng đã nghiên cứu và triển khai dạy học theo hình thức trực tuyến. Dạy học trực tuyến có những thuận lợi và khó khăn nhất định, đặc biệt dạy học trực tuyến đối với môn học GDTC càng đòi hỏi sự cố gắng rất nhiều. Trường ĐHCĐ đã chỉ đạo bộ môn GDTC nghiên cứu đề xuất và lựa chọn một số học phần áp dụng giảng dạy theo hình thức trực

pháp thống kê; Phương pháp phỏng vấn bằng phiếu hỏi.

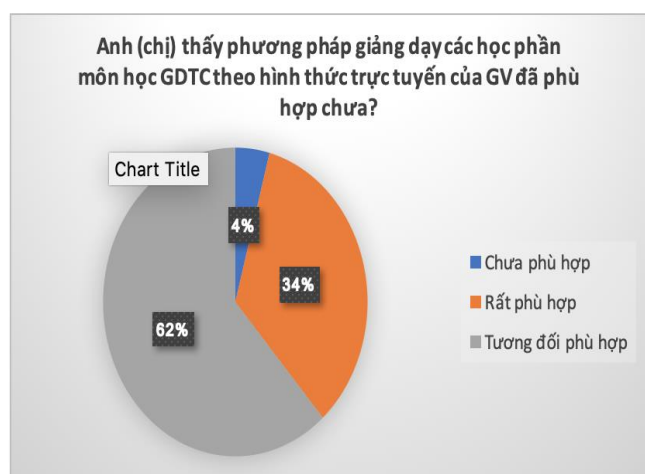
tuyến, để có cơ sở và sự đánh giá khách quan về thực trạng dạy học trực tuyến các học phần GDTC nhằm đưa ra các biện pháp nâng cao hiệu quả công tác dạy và học, nhóm nghiên cứu đã tiến hành khảo sát bằng hình thức phỏng vấn bằng bảng hỏi đối với sinh viên đang học tập tại trường ĐHCĐ, kết quả được trình bày tại biểu đồ dưới đây:

Nhóm nghiên cứu đã tiến hành khảo sát 743 sinh viên trong đó có 241 sinh viên năm nhất (chiếm 32,4%); 502 sinh viên năm hai (chiếm 67,6%).



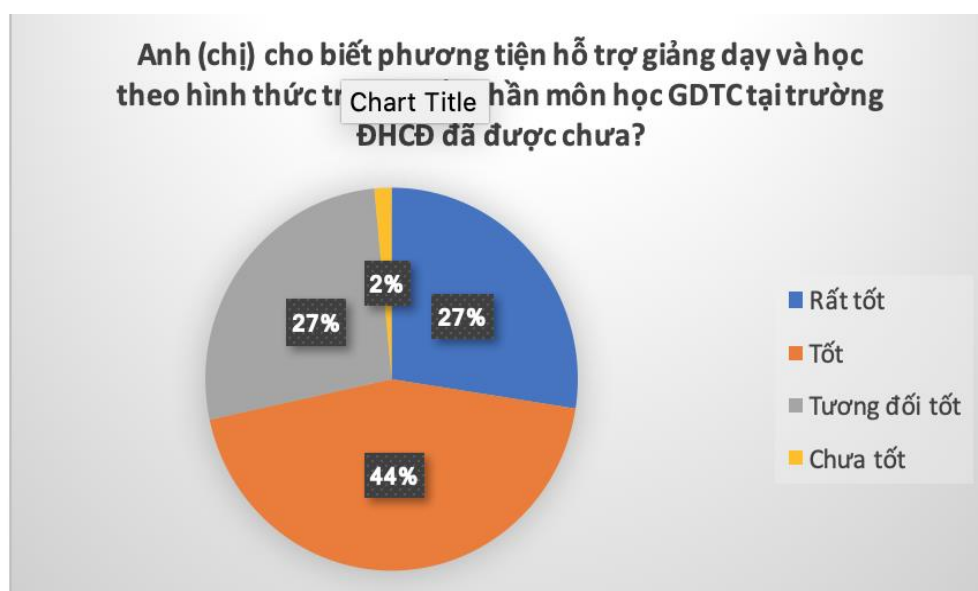
Biểu đồ 1: Kết quả khảo sát sinh viên về tình hình tham gia học trực tuyến môn học GDTC tại trường Đại học Công Đoàn

Theo khảo sát, có 714 sinh viên hiện đang theo học môn GDTC theo hình thức trực tuyến (chiếm 96%) và 29 sinh viên không theo học (chiếm 4%).



Biểu đồ 2: Kết quả phỏng vấn sinh viên đối với nội dung giảng dạy các học phần GDTC tại trường Đại học Công Đoàn

Cũng nhóm sinh viên đó, khi được hỏi về cảm nhận của bản thân đối với phương pháp giảng dạy các học phần GDTC theo hình thức, thu được 457 (62%) câu trả lời là “Tương đối phù hợp”; 255 (34%) câu trả lời “Rất phù hợp” và 31 (4%) câu trả lời “Chưa phù hợp”.



Biểu đồ 3: Kết quả phỏng vấn sinh viên về phương tiện hỗ trợ dạy và học các học phần môn học GDTC theo hình thức trực tuyến tại trường Đại học Công Đoàn

Về phương tiện hỗ trợ giảng dạy và học theo hình thức trực tuyến GDTC, nhóm khảo sát thu được 44% câu trả lời của 328 sinh viên đánh giá “Tốt”. Ngoài ra nhóm còn nhận được khoảng 27% sinh viên đánh giá “Tương đối tốt” và khoảng 27% sinh viên đánh giá “Rất tốt”. Còn lại chỉ có 11 sinh viên đánh giá “Chưa tốt” tương ứng với 2%.

Nhìn chung, với đánh giá mà nhóm khảo sát thu được từ nhóm 743 sinh viên, đa phần sinh viên đều cảm thấy chất lượng và hình thức giảng dạy trực tuyến từ bộ môn GDTC đều tốt. Chỉ có một số nhỏ sinh viên cảm thấy chất lượng ở mức trung bình – kém.

2.2. Nội dung, phương pháp, hình thức giảng dạy – kiểm tra

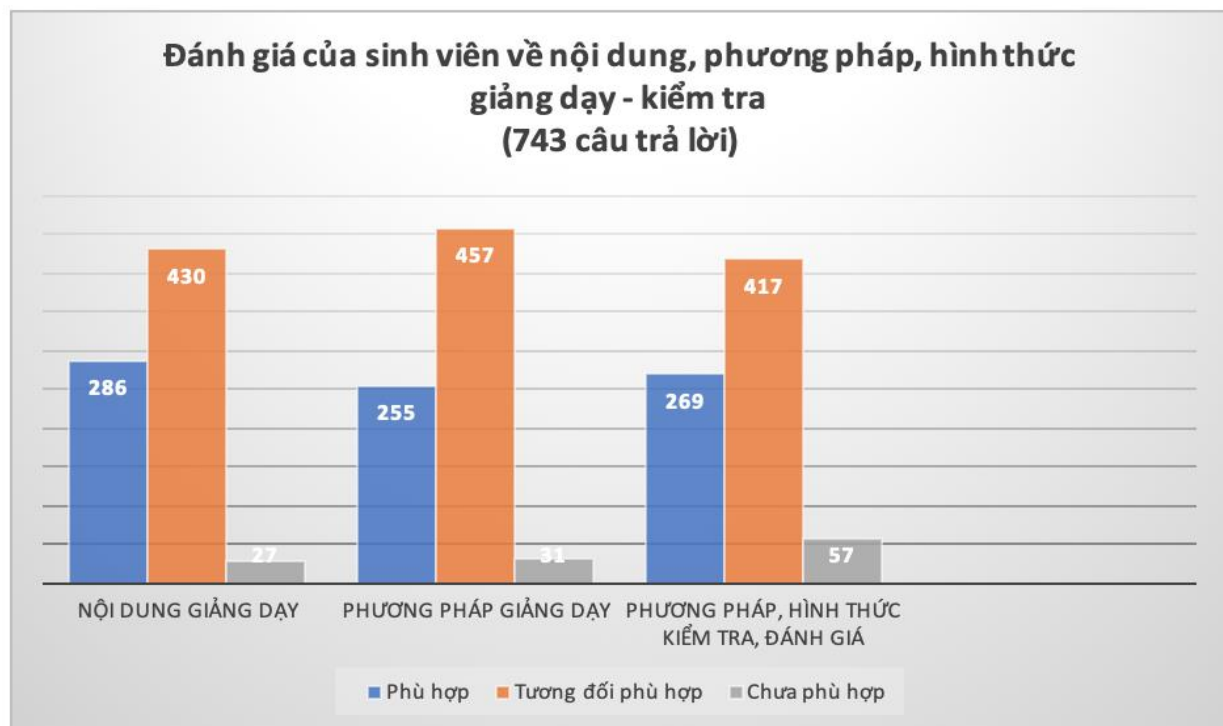
Bảng 1: Nội dung, hình thức kiểm tra đánh giá các học phần môn học GDTC theo hình thức trực tuyến tại trường Đại học Công Đoàn (từ năm học 2021 - 2022)

Học phần	Chuyên cần	Kiểm tra giữa kỳ	Thi kết thúc học phần
Võ (Mã học phần 2004)	<ul style="list-style-type: none"> Sinh viên phải tham gia học tập trên lớp tối thiểu 80% số tiết học của học phần, tập trung trong giờ học. Phản tự học trên lớp: tích cực tập luyện, đảm bảo khối 	<ul style="list-style-type: none"> Thực hiện kiểm tra bằng hình thức trực tuyến. Sinh viên thực hiện liên hoàn từ 5-7 động tác theo theo hình thức bốc thăm. 	<ul style="list-style-type: none"> Sinh viên thi vấn đáp thực hành bằng hình thức trực tuyến (sinh viên bốc thăm bộ đề câu hỏi, mỗi đề gồm 2 câu. Phản lý thuyết: Đội hình đội ngũ, phân tích các kỹ thuật động tác của bài quyền.

Học phần	Chuyên cần	Kiểm tra giữa kỳ	Thi kết thúc học phần
	lượng và cường độ trong từng bài tập mà giảng viên đề ra.		+ Phần thực hành: Sinh viên thực hiện liên hoàn từ 5-8 động tác của bài quyền.
Thể dục nhịp điệu (Mã học phần 2003)	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên phải tham gia học tập trên lớp tối thiểu 80% số tiết học của học phần, tập trung trong giờ học. - Phần tự học trên lớp: tích cực tập luyện, đảm bảo khối lượng và cường độ trong từng bài tập mà giảng viên đề ra. 	<ul style="list-style-type: none"> - Thực hiện kiểm tra bằng hình thức trực tuyến. Sinh viên thực hiện liên hoàn từ 5-6 động tác theo theo hình thức bốc thăm. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên thi vấn đáp thực hành bằng hình thức trực tuyến (sinh viên bốc thăm bộ đề câu hỏi, mỗi đề gồm 2 câu. + Phần lý thuyết: Đội hình đội ngũ, đặc điểm, tính chất, tác dụng của Thể dục nhịp điệu, phân tích các kỹ thuật của bài Thể dục nhịp điệu. + Phần thực hành: Sinh viên thực hiện liên hoàn từ 3-5 động tác của bài Thể dục nhịp điệu.
Cầu lông (Mã học phần 2009)	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên phải tham gia học tập trên lớp tối thiểu 80% số tiết học của học phần, tập trung trong giờ học. - Phần tự học trên lớp: tích cực tập luyện, đảm bảo khối lượng và cường độ trong từng bài tập mà giảng viên đề ra. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên bốc thăm phân tích và thực thực hiện 1 trong các kỹ thuật động tác đã được học (không thực hiện với cầu). 	<p><i>Sinh viên bốc thăm và thực hiện theo yêu cầu của đề thi, gồm 2 phần:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Phần lý thuyết: nguồn gốc, lịch sử môn Cầu lông, 1 số điều luật cơ bản cầu lông. Khái niệm của kỹ thuật Cầu lông, các giai đoạn đánh cầu, các kỹ thuật cơ bản của môn Cầu lông (cầm vợt, cầm cầu, di chuyển, đánh cầu thấp tay, đánh cầu cao tay, đánh cầu cao sâu trên đỉnh đầu, đập cầu, phát cầu). - Phần thực hành: thực hiện 1 trong các kỹ thuật đã học (không thực hiện với cầu).
Bóng chuyền (Mã học phần 2007)	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên phải tham gia học tập đầy đủ trên lớp tối thiểu 80% số tiết học của học phần, tập trung trong giờ học. - Phần tự học trên lớp: tích cực tập luyện, đảm bảo khối lượng và cường độ 	<ul style="list-style-type: none"> - Sinh viên bốc thăm phân tích và thực thực hiện 1 trong các kỹ thuật động tác đã được học (không thực hiện với bóng). 	<p><i>Sinh viên bốc thăm và thực hiện theo yêu cầu của đề thi, gồm 2 phần:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Phần lý thuyết: nguồn gốc, lịch sử môn Bóng chuyền, 1 số điều luật cơ bản Bóng chuyền, khái niệm của kỹ thuật Bóng chuyền. phân tích các kỹ thuật cơ bản của môn Bóng chuyền (Chuyền bóng,

Học phần	Chuyên cần	Kiểm tra giữa kỳ	Thi kết thúc học phần
	trong từng bài tập mà giảng viên đề ra.		đệm bóng, phát bóng). - Phần thực hành: thực hiện 1 trong các kỹ thuật đã học (không thực hiện với bóng).
Cờ vua (Mã học phần 2019)	- Tham gia học tập trên lớp đầy đủ tập trung tích cực trong rèn luyện. - Tham gia ngoại khoá, tự tập ở nhà.	+ Làm bài kiểm tra trắc nghiệm và giải cờ thể trên giấy. + Điểm sẽ được giảng viên giảng dạy chấm theo parem qui định.	<i>Sinh viên bốc thăm và thực hiện theo yêu cầu của đề thi, gồm 2 phần:</i> - Phần lý thuyết: các kỹ thuật cơ bản của Cờ vua, ký hiệu ghi chép biên bản, trình bày và cách đọc biên bản, cách đi của các quân - Phần thực hành: giải thể cờ

Để có sự đánh giá khách quan, nhóm nghiên cứu phỏng vấn sinh viên về mức độ phù hợp của nội dung, hình thức kiểm tra đánh giá các học phần môn học GDTC giảng dạy theo hình thức trực tuyến. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại biểu đồ dưới đây:



Biểu đồ 4: Kết quả phỏng vấn sinh viên về nội dung, hình thức, phương pháp kiểm tra đánh giá các học phần GDTC theo hình thức trực tuyến tại trường ĐHCĐ

Nhìn vào kết quả khi được hỏi về phương pháp giảng dạy, có thể thấy, phần lớn sinh viên đề cho rằng bộ môn GDTC đã đưa ra nội dung, phương pháp và hình thức giảng dạy, kiểm tra tương đối phù hợp. Cụ thể, 58,0% sinh viên cho rằng nội dung giảng dạy tương đối phù hợp, con số này là 62,0% đối với phương pháp giảng dạy, và 57,0% ở phương pháp kiểm tra. Đúng thứ hai với hầu hết khoảng 250 sinh viên cho

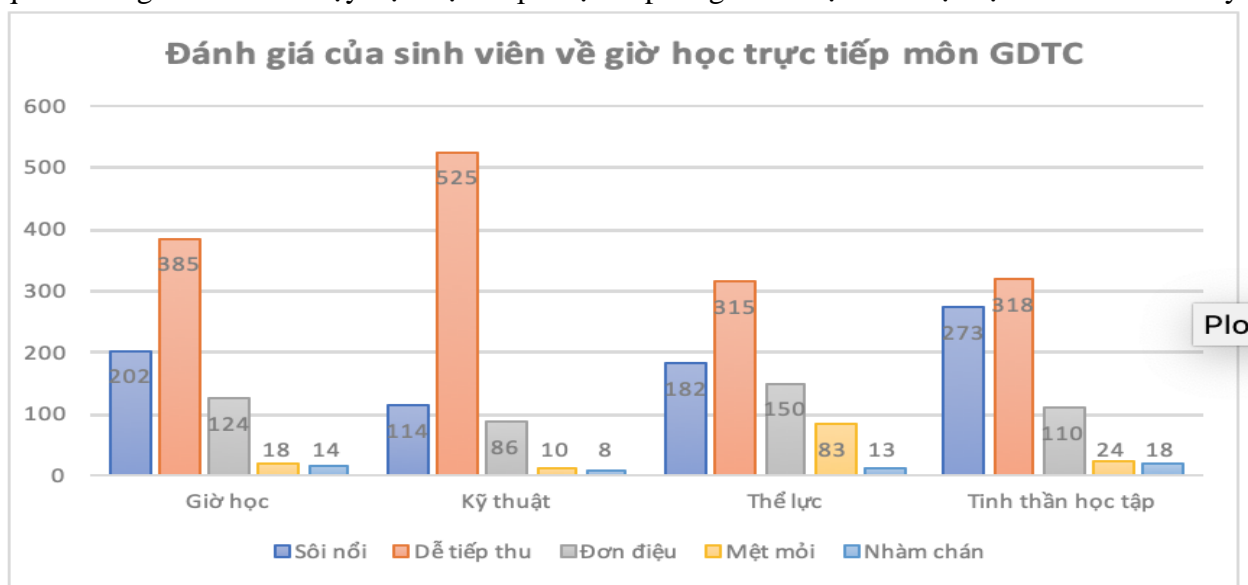
rằng cả nội dung, phương pháp và hình thức kiểm tra của giảng viên đưa ra là phù hợp với tình hình học trực tuyến.

Cũng giống như câu hỏi đánh giá về công tác tổ chức giảng dạy, chỉ có một số lượng nhỏ sinh viên cho rằng nội dung, phương pháp, hình thức kiểm tra là chưa phù hợp với tình hình thực tế.

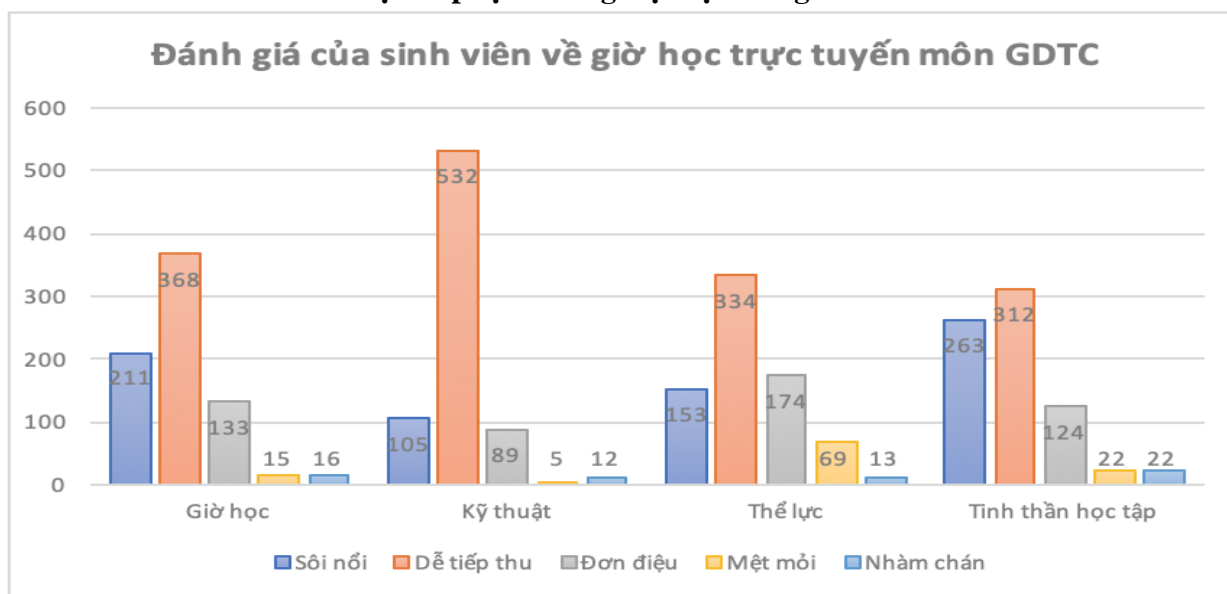
2.3. Đánh giá của sinh viên về hình thức dạy trực tuyến các học phần môn học GDTC

Sau một thời gian giảng dạy và học tập một số học phần môn học GDTC theo hình thức trực tuyến cho sinh viên trường ĐHCĐ, nhóm nghiên cứu nhận thấy việc giảng dạy trực tuyến môn học GDTC bằng hình thức dạy học trực tuyến trong hoàn cảnh điều kiện khách quan không thể tổ chức dạy học trực tiếp được

là hợp lý, đảm bảo được mục tiêu chung của GDTC học đường. Tuy nhiên, dạy học theo hình thức trực tuyến cũng gặp nhiều khó khăn. Nhóm nghiên cứu phỏng vấn sinh viên về nhận thức giữa hai hình thức dạy học làm cơ sở khách quan để đưa ra các biện pháp đổi mới cải tiến phương pháp dạy học các học phần môn học GDTC nhằm nâng cao kết quả dạy và học môn học GDTC tại trường ĐHCĐ, kết quả phỏng vấn được thể hiện tại biểu đồ dưới đây:



Biểu đồ 5: Kết quả phỏng vấn sinh viên về giờ học các học phần GDTC theo hình thức trực tiếp tại trường Đại học Công Đoàn



Biểu đồ 6: Kết quả phỏng vấn sinh viên về giờ học các học phần GDTC theo hình thức trực tuyến tại trường Đại học Công Đoàn

Nhìn vào hai biểu đồ đánh giá của sinh viên đối với giờ học trực tuyến và học trực tiếp có thể thấy các số liệu không có sự chênh lệch

đáng kể. Đa số sinh viên đều trả lời giờ học dễ tiếp thu và sôi nổi. Số lượng sinh viên đánh giá giờ học mệt mỏi và nhàm chán không nhiều,

chỉ chiếm phần ít. Từ đó cũng có thể thấy được phương pháp giảng dạy trực tuyến mà bộ môn GDTC đang áp dụng trong giảng dạy hiện nay là phù hợp.

3. KẾT LUẬN

Nhìn chung, học online là phương pháp trao đổi, tiếp cận nội dung, kiến thức trực tuyến thông qua các thiết bị điện tử như smartphone, laptop, máy tính bảng,... kết nối internet. Tại đây, giảng viên và người học có thể tương tác dễ dàng thông qua các ứng dụng, tính năng được tích hợp sẵn như video call, chat, email, diễn đàn trực tuyến... Bên cạnh đó, sau những đánh giá, khảo sát và nghiên cứu, nhóm nghiên cứu nhận thấy thái độ của sinh viên đối với việc học trực tuyến là tích cực.

Trước hoàn cảnh trường học đóng cửa để phòng chống dịch bệnh, học sinh, sinh viên phải ở nhà trong thời gian khá dài, điều đó là

một thách thức nhưng cũng là cơ hội để Giáo dục Việt Nam đổi mới, tiếp cận và triển khai áp dụng đồng bộ phương pháp dạy học mới, hình thức dạy học theo trực tuyến trên nền tảng Zoom. Theo nhóm nghiên cứu nhận thấy, khi triển khai dạy học theo hình thức trực tuyến có những thuận lợi:

- Linh hoạt về thời gian và địa điểm học tập
- Ứng dụng công nghệ hiện đại vào học tập
- Tiết kiệm thời gian và chi phí học tập
- Linh động và uyển chuyển trong tiếp cận phương pháp học

Tuy nhiên cũng việc giảng dạy online cũng gặp một số khó khăn như:

- Hạn chế về đường truyền internet và công nghệ
- Ảnh hưởng tới một số vấn đề về sức khỏe bởi tác động của việc sử dụng liên tục các thiết bị điện tử.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ GD&ĐT (2015), Thông tư 25/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học.

2. Bộ GD&ĐT (2021), chỉ thị số 800/CT-BGDĐT ngày 24/8/2021 về thực hiện nhiệm vụ năm học 2021-2022 ứng phó với dịch Covid-19 tiếp tục thực hiện đổi mới, kiên trì mục tiêu chất lượng giáo dục và đào tạo.

3. Chỉ thị 19/CT-TTg ngày 24/4/2020 của Thủ Tướng Chính phủ về tiếp tục thực hiện các biện pháp phòng, chống dịch Covid-19 trong tình hình mới.

4. Chỉ thị số 24/CT-TTg ngày 03/9/2021 về việc đẩy mạnh triển khai các nhiệm vụ, giải pháp tổ chức dạy học an toàn, bảo đảm chương trình và mục tiêu chất lượng giáo dục, đào tạo ứng phó với đại dịch Covid-19.

5. Quyết định 835/QĐ-ĐHCD ngày 16/9/2021 Quy chế đào tạo trình độ Đại học trường Đại học Công đoàn.

6. Phạm Danh Tồn (1991), *“Lý luận và phương pháp TDTT”*, SGK dùng cho sinh viên các trường Đại học TDTT, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài cấp cơ sở (2021-2022): *“Nghiên cứu giải pháp giảng dạy trực tuyến các học phần Giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Công Đoàn”*.

Ngày nhận bài: 20/04/2022

Ngày đánh giá: 10/05/2022

Ngày duyệt đăng: 02/06/2022

LỰA CHỌN GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT TẠI TRƯỜNG TIỂU HỌC THÀNH LẬP LƯƠNG SƠN - HÒA BÌNH

CHOOSE SOLUTIONS TO IMPROVE THE EFFICIENCY OF PHYSICAL EDUCATION AT THANH LAP PRIMARY SCHOOL - LUONG SON - HOA BINH

PGS.TS. Nguyễn Duy Quyết, ThS. Nguyễn Thị Hương Giang
Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Trên cơ sở đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất, thông qua tham khảo ý kiến chuyên gia, đề tài lựa chọn và xây dựng được 6 nhóm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình, góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục toàn diện trong nhà trường.

Từ khóa: Giải pháp, hiệu quả, giáo dục thể chất, trường tiểu học Thành Lập.

Abstract: On the basis of assessing the reality of physical education, through expert consultation, the research has selected and built 6 groups of solutions to improve the efficiency of Physical Education at Thanh Lap Primary School - Thanh Lap - Luong Son - Hoa Binh, contributing to improving the effectiveness of comprehensive education at school.

Keywords: Solutions, efficiency, physical education, Thanh Lap Primary School.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua, chất lượng giáo dục trong trường học các cấp nói chung, công tác giáo dục thể chất (GDTC) nói riêng đã có những chuyển biến rõ rệt. Tuy nhiên, bên cạnh những mặt mạnh đạt được của giáo dục trong trường học các cấp nói chung, GDTC vẫn còn bộc lộ những hạn chế, tồn tại và thiếu hụt nhất định. Thực tế từ trước tới nay môn học GDTC ở các cấp vẫn không ít nhà trường coi là môn học phụ. Chính vì vậy, sự quan tâm và đầu tư của một số trường đối với môn học này chưa thật đầy đủ, cơ sở vật chất trang thiết bị phục vụ giảng dạy, tập luyện vẫn còn nhiều thiếu thốn, sự quan tâm của các cấp lãnh đạo chưa thật đúng mức. Qua thực tế khảo sát công tác GDTC của trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình cho thấy: nhà trường đã thực hiện theo đúng chương trình quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Tuy nhiên, vẫn còn một số hạn chế, bất cập cần thiết có các giải pháp để nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong nhà trường. Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, chúng tôi tiến hành “**Lựa**

chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình”.

Mục đích nghiên cứu: Trên cơ sở đánh giá thực trạng công tác GDTC, đề tài nghiên cứu lựa chọn giải pháp phù hợp, có tính khả thi và cơ sở khoa học để nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình.

Để đạt được mục tiêu nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng công tác giáo dục thể chất tại Trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình

2.1.1. Thực trạng cơ sở vật chất và đội ngũ giáo viên Trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình

Kết quả khảo sát thực trạng cơ sở vật chất, đội ngũ giáo viên GDTC của Trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình trình bày tại bảng 1 và 2.

Bảng 1. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC của Trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình

TT	Cơ sở vật chất	Số lượng	Chất lượng	Đáp ứng nhu cầu tập luyện (%)
1	Sân bóng đá 60 x100	01	TB	50 %
2	Nhà thi đấu đa năng	0		
3	Sân bóng rổ	01	TB	20%
4	Sân bóng chuyền	01	Khá	20%
5	Hồ nhảy xa	01	TB	20%
6	Sân nhảy cao (Đệm nhảy)	02	Tb	30%
7	Bàn bóng bàn	02	Tốt	30%
8	Sân cầu lông	01	Tốt	30%
9	Đường chạy Điền kinh	01	Tb	30%

Bảng 2: Thực trạng về chất lượng và đội ngũ giáo viên thể dục trong trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình

Chỉ số TT	Giới tính		Trình độ chuyên môn			Thâm niên > 10 năm	Tuổi đời			Đại học chính quy
	Nam	Nữ	Thạc sĩ	Đại học	Cao đẳng		> 50	40 - 50	< 40	
Số lượng	1	1	0	2	0	1	0	1	1	2
Tỷ lệ %	50	50		100		50	0	50	50	100

Kết quả tại bảng cho thấy cơ sở vật chất, đội ngũ giảng dạy GDTC tại trường cơ bản đáp ứng yêu cầu công tác GDTC của nhà trường. Tuy nhiên, có thể thấy số lượng đội ngũ giáo viên, cơ sở vật chất còn hạn chế.

2.1.2. Thực trạng chương trình môn học GDTC của trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình

Kết quả trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Phân phối chương trình môn học Thể dục cho học sinh tiểu học trên Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình

TT	Nội dung	Lớp/ Tiết học					
		1	2	3	4	5	Tổng
1	Trò chơi vận động + đội hình, đội ngũ	6	10	12	12	10	56
2	Đội hình đội ngũ + rèn luyện tư thế cơ bản	2	6	6	4	6	26
3	Thể dục rèn tư thế cơ bản	1	4	2	4	4	16
4	Thể dục rèn luyện tư thế cơ bản - Trò chơi vận động	6	10	12	10	10	54
5	Trò chơi vận động	6	12	10	10	12	56
6	Bài thể dục	2	6	4	6	4	24
7	Bài thể dục – trò chơi vận động	8	14	16	16	14	76
8	Bài thể dục – Đội hình đội ngũ	2	4	4	4	6	22
9	Thi, kiểm tra	2	4	4	4	4	20
Tổng số		35	70	70	70	70	350

Kết quả tại bảng cho thấy nhà trường đã thực hiện theo đúng quy định chương trình GDTC cho học sinh tiểu học và nhà trường đã bổ sung chương trình cho các khối lớp 1, 2 theo chương trình sách giáo khoa mới tăng số tiết của khối lớp 1 lên 2 tiết/ tuần tổng số 70 tiết và sử dụng phân phối chương trình theo quy định Thông tư 32/2018/TT-BGDĐT, ngày 26/12/2018.

2.1.3. Thực trạng kết quả học tập GDTC của học sinh

Để đánh giá thực trạng kết quả xếp loại thể lực của học sinh, đề tài sử dụng học sinh khối lớp 3, 4, 5 để đánh giá. Kết quả trình bày tại bảng 4 và 5.

Bảng 4. Kết quả học tập của học sinh

Lớp	Kết quả phân loại chung					
	Hoàn thành tốt		Hoàn thành		Không hoàn thành	
	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
3 (n=350)	80	22.86	189	54.00	81	23.14
4 (n=320)	70	21.88	182	56.88	68	21.25
5 (n=305)	55	18.03	199	65.25	51	16.72

Bảng 5. Kết quả xếp loại thể lực của học sinh

Lớp	Kết quả phân loại chung							
	Giỏi		Khá		Đạt		Không đạt	
	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
3 (n=350)	79	22.57	65	18.57	122	34.86	84	24
4 (n=320)	69	21.56	57	17.81	111	34.69	76	23.75
5 (n=305)	52	17.05	47	15.41	112	36.72	101	33.11

Từ kết quả bảng 4 và 5 cho thấy, tỷ lệ học sinh hoàn thành tốt chiếm từ 18,03% đến 22.86%; tỷ lệ học sinh hoàn thành chiếm 54% đến 65.25% vẫn còn tỷ lệ học sinh chưa hoàn thành từ 16.72 đến 23.14%. Kết quả xếp loại thể lực học sinh cho thấy đạt loại giỏi và khá chiếm tỷ lệ % còn thấp, chủ yếu là các em đạt loại trung bình, tỷ lệ các em đạt loại yếu còn cao, số học sinh không đạt còn nhiều. Tỷ lệ số học sinh đạt giỏi, khá ở khối 5 tương đối tốt song học sinh khối 4 và 3 lại đạt loại yếu và trung bình chiếm tỷ lệ % cao.

2.2. Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC tại trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình

2.2.1. Các căn cứ và nguyên tắc lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình

* Các căn cứ lựa chọn giải pháp:

Để lựa chọn các giải pháp phù hợp nâng cao hiệu quả công tác GDTC, vào các căn cứ sau

Thứ nhất: Căn cứ vào các văn bản pháp quy của Nhà nước về công tác GDTC trường học.

Thứ hai: Căn cứ vào đội ngũ giáo viên GDTC, điều kiện thực tế của địa phương và cơ

sở vật chất của nhà trường, công tác lãnh đạo, quản lý của trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình.

Thứ năm: căn cứ vào kết quả học tập của học sinh và định hướng chiến lược phát triển của trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình.

* Các nguyên tắc lựa chọn giải pháp: Việc lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC học sinh là hết sức cần thiết, song nó phải tuân thủ các nguyên tắc cơ bản đó là: Nguyên tắc đảm bảo tính thực tiễn; Nguyên tắc đảm bảo tính đồng bộ; Nguyên tắc đảm bảo tính khả thi; Nguyên tắc đảm bảo tính khoa học.

2.2.2. Lựa chọn giải pháp

Thông qua cơ sở lý luận, phân tích thực trạng công tác GDTC tại trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình. Qua tham khảo các tài liệu có liên quan, đề tài đã tiến hành tổng hợp 7 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho học sinh trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình. Sau khi tổng hợp được các nhóm giải pháp trên đề tài tiến hành phỏng vấn các nhà khoa học, cán bộ quản lý, các giáo viên trong và ngoài trường với số lượng 30 người. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 6.

Bảng 6. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình (n= 30)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn					
		Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		Số phiếu	%	Số phiếu	%	Số phiếu	%
1	Nâng cao vai trò công tác lãnh đạo của các cấp ủy Đảng, Ban giám hiệu, các tổ chức đoàn thể đối với công tác GDTC.	22	73.3	6	20.0	2	6.7
2	Nghiên cứu cải tiến nội dung chương trình môn học phù hợp đặc điểm của nhà trường.	26	86.7	3	10.0	1	3.3
3	Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất và tự tạo ra trang thiết bị phục vụ cho các hoạt động tập luyện.	29	96.7	1	3.3	0	0.0
4	Bồi dưỡng phát hiện học sinh năng khiếu, đẩy mạnh công tác tổ chức, quản lý hoạt động TDTT ngoại khóa theo hình thức xã hội hóa	24	80.0	5	16.7	1	3.3
5	Tăng cường bổ sung xấp xếp hợp lý đội ngũ giáo viên GDTC và công tác đào tạo bồi dưỡng nâng cao trình độ cho giáo viên TDTT	21	70.0	6	20.0	3	10.0
6	Tăng cường các hoạt động ngoại khóa, tổ chức các giải thi đấu truyền thống của học sinh trong nhà trường	28	93.3	2	6.7	0	0.0
7	Khuyến khích học sinh tham gia tập luyện một môn thể thao yêu thích	12	40.0	2	6.7	6	20.0

Từ kết quả bảng 1 cho thấy, có 6 trong 7 nhóm giải pháp đều được tán đồng rất cao chiếm từ 70,0 % đến 96,7 % ý kiến xếp ở mức độ rất cần thiết. Như vậy đề tài đã lựa chọn

được 6 giải pháp từ giải pháp 1 đến giải pháp 6 theo thứ tự của phiếu phỏng vấn.

Sau khi lựa chọn được các giải pháp đề tài tiến hành đề xuất với Ban Giám hiệu, giáo viên GDTC, cán bộ Tổng Phụ trách, Đoàn

Thanh niên, các tổ chuyên môn và đại diện cho học sinh các lớp học trong trường về nội dung các giải pháp mà đề tài đã lựa chọn để đi đến thống nhất xây dựng nội dung và kế hoạch triển khai đồng bộ các giải pháp trong toàn trường.

2.2 Xây dựng nội dung các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho học sinh trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình

2.2.1. Giải pháp 1

Nâng cao vai trò công tác lãnh đạo của các cấp ủy Đảng, Ban giám hiệu, các tổ chức đoàn thể đối với công tác GDTC

Mục đích: Nâng cao nhận thức cho các đối tượng trong nhà trường về ý nghĩa của GDTC đối với con người, tác dụng của GDTC trong việc giữ gìn và nâng cao sức khỏe cho mọi người.

Nội dung và phương pháp thực hiện: Phối hợp với các tổ chức trong nhà trường như Đội thiếu niên tiền phong Hồ Chí Minh, Đoàn Thanh niên, Công đoàn trường quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và nhà nước về công tác GDTC trong trường học.

Giáo viên trực tiếp giảng dạy môn GDTC thông qua bài giảng của mình liên hệ thực tế với cuộc sống giới thiệu để học sinh hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của TDTT.

Tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT thông qua hội thảo, tọa đàm, bảng tin của nhà trường, giao cho Đoàn Thanh niên, giáo viên và học sinh của nhà trường thực hiện.

2.2.2. Giải pháp 2

Nghiên cứu cải tiến nội dung chương trình môn học phù hợp đặc điểm của nhà trường

Mục đích: Chuẩn hóa các chương trình giảng dạy phù hợp với điều kiện, đặc điểm của học sinh, CSVC của nhà trường, trang bị cho học sinh những kiến thức cơ bản cần thiết bổ ích của các môn thể thao, định hướng phát triển các môn thể thao dân tộc để tăng cường công tác GDTC trong nhà

trường, đổi mới phương pháp dạy học tích cực hóa các hoạt động học tập của học sinh.

Nội dung và phương pháp thực hiện:

Bám sát sự chỉ đạo của Ban Giám hiệu nhà trường về kế hoạch, nhiệm vụ học tập của nhà trường trong từng năm học, giao cho các tổ chuyên môn, công đoàn, liên đội và đoàn trường thực hiện.

Tổ chuyên môn tiến hành xây dựng nội dung chương trình môn học GDTC cho phù hợp với điều kiện chung của nhà trường, CSVC, trang thiết bị dụng cụ, sân bãi của nhà trường. Tình trạng sức khỏe của học sinh, sự ham thích các môn thể thao và phong trào thể thao địa phương.

Cải tiến chương trình theo hướng tăng tính hấp dẫn, tạo hứng thú cho học sinh trong học tập và tập luyện thể thao, đưa ra các biểu đánh giá kết quả môn học, giao cho các giáo viên giảng dạy môn GDTC thực hiện.

2.2.3. Giải pháp 3

Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất và tự tạo ra trang thiết bị phục vụ cho các hoạt động tập luyện

Mục đích: Nâng cao chất lượng, cải tạo CSVC sân bãi, dụng cụ và tăng số lượng các trang thiết bị kỹ thuật phục vụ cho công tác GDTC đạt hiệu quả cao.

Nội dung và phương pháp thực hiện:

Đề xuất với Đảng ủy, Ban Giám hiệu nhà trường quan tâm xây dựng kế hoạch đầu tư cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện TDTT.

Ngoài các trang thiết bị phục vụ cho công tác dạy và học như: (Vợt, thước, đồng hồ điện tử, các loại bóng) được Bộ GD&ĐT trang bị đầy đủ theo đúng danh mục đã quy định. Hàng năm đề xuất với nhà trường còn dành khoảng kinh phí để chi cho việc mua sắm các trang thiết bị phục vụ cho môn học GDTC trọng điểm của nhà trường, tổ chức các giải thi đấu học sinh.

Tranh thủ sự hỗ trợ từ các doanh nghiệp, hội cha mẹ học sinh, các cựu học sinh thành đạt, hỗ trợ các dụng cụ tập luyện TDTT cho các Câu lạc bộ TDTT như: Vợt, cầu, bóng...

nhằm giúp các em có thêm điều kiện để học tập và tập luyện tốt.

Tận dụng tối đa định mức kinh phí của nhà trường dành cho GDTC và các hoạt động thể thao để mua sắm trang thiết bị phục vụ cho giảng dạy và tập luyện các môn thể thao trong giờ học chính khóa cũng như ngoại khóa đủ về số lượng và đảm bảo về chất lượng.

2.2.4. Giải pháp 4

Bồi dưỡng phát hiện học sinh năng khiếu, đẩy mạnh công tác tổ chức, quản lý hoạt động thể thao ngoại khóa theo hình thức xã hội hóa

Mục đích: Động viên, khuyến khích đông đảo học sinh tham gia tập luyện TDTT rèn luyện sức khỏe, tạo sân chơi lành mạnh, bổ ích sau giờ học mệt mỏi, bồi dưỡng và phát hiện năng khiếu thể thao trong học sinh.

Nội dung và phương pháp thực hiện:

Có các hình thức khuyến khích học sinh có năng khiếu thông qua những giải thưởng và ưu đãi đặc biệt cho những em tham gia tích cực và đem lại thành tích cho nhà trường qua các giải thi đấu.

Thông qua các em và các phương tiện thông tin đại chúng tuyên truyền tới cha mẹ các em lợi ích tác dụng của TDTT và tầm quan trọng của công tác GDTC trong nhà trường.

Bên cạnh đó nhà trường thực hiện nghiêm túc mỗi tuần 2 tiết với tất cả các khối lớp. Phân công nhiệm vụ cho từng giáo viên phụ trách từng mảng TDTT chung của trường như phụ trách môn Bóng đá, Bóng rổ, Điền kinh, Võ thuật... Từ đó phân loại học sinh có năng khiếu theo từng môn cụ thể để bồi dưỡng thêm.

Mặt khác nhà trường còn tổ chức nhiều bộ môn dưới dạng câu lạc bộ TDTT nhằm tập hợp học sinh theo sở thích năng khiếu để vừa tạo ra sân chơi lành mạnh vừa từng bước thành lập đội tuyển cho trường, khi đã có đội tuyển rồi trường cũng thường xuyên tổ chức các hoạt động giao lưu thi đấu giữa các lớp trong trường hay thi đấu với các trường bạn để các em có dịp “thể hiện tài năng”.

3.2.5. Giải pháp 5

Tăng cường bổ sung sắp xếp hợp lý đội ngũ giáo viên GDTC và công tác đào tạo bồi dưỡng nâng cao trình độ cho giáo viên TDTT

Mục đích: Nhằm không ngừng bổ sung hợp lý đội ngũ giáo viên và nâng cao kiến thức, ứng dụng khoa học vào thực tiễn công tác GDTC cho học sinh trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình.

Nội dung và phương pháp thực hiện:

Đề xuất với Ban Giám hiệu nhà trường cần sắp xếp hợp lý lại đội ngũ giáo viên GDTC, tạo điều kiện cho giáo viên đang giảng dạy được đi tập huấn bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ.

Phân bổ giáo viên giảng dạy tại các khối lớp hợp lý giữa giáo viên Tổng Phụ trách và GDTC. Tăng cường chế độ ưu đãi đối với giáo viên GDTC.

2.2.6. Giải pháp 6

Tăng cường các hoạt động ngoại khóa, tổ chức các giải thi đấu truyền thống của học sinh trong nhà trường

Mục đích: Tạo môi trường hoạt động thể thao thường xuyên phong phú đa dạng, làm phong phú đời sống văn hóa tinh thần của học sinh, giúp học sinh làm quen với các hoạt động TDTT. Tăng cường mối quan hệ giao tiếp của học sinh trong nhà trường với các thầy cô giáo, với các cơ quan, tổ chức giáo dục và xã hội ở địa phương. Qua đó phát hiện và tuyển chọn học sinh vào các đội tuyển của nhà trường.

Nội dung và phương pháp thực hiện

Tổ chuyên môn xây dựng kế hoạch tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh.

Thành lập đội tuyển các môn thể thao trong nhà trường.

Hàng năm xây dựng kế hoạch thi đấu các môn thể thao nhân dịp các lễ.

Thành lập các câu lạc bộ TDTT của nhà trường nhằm thu hút các em đến tập luyện thường xuyên như võ thuật, bóng đá, cầu lông, Bóng rổ. Qua đó học sinh vừa phát triển thể

lực, tăng cường sức khỏe, vừa có thêm kỹ năng, kỹ xảo vận động. Tập luyện TDTT gián tiếp giúp các em tiến bộ hơn trong học tập các môn văn hóa khác.

Toàn bộ nhóm giải pháp này do tổ GDTC phối hợp với các tổ chức đoàn thể trong nhà trường thực hiện dưới sự chỉ đạo giám sát của Ban Giám hiệu nhà trường.

3. KẾT LUẬN

Muốn nâng cao hiệu quả công tác GDTC và của nhà trường một cách hiệu quả, cần có nhiều giải pháp đồng bộ và quan trọng nhất là phải có sự phối hợp hài hòa giữa các giải pháp thì chất lượng giảng dạy môn GDTC trong trường Tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình. Thông qua việc nâng cao chất lượng GDTC trong nhà trường, xây dựng môi trường học tập tích cực, rèn luyện sức khỏe, tạo ra sân chơi mạnh mẽ cuốn hút học sinh sinh viên, góp phần làm giảm đi các tệ nạn xã hội.

Trên cơ sở nghiên cứu thực trạng, đề tài đã lựa chọn và xây dựng được 6 nhóm giải pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả công tác

Tài liệu tham khảo

1. Ngũ Duy Anh, Vũ Đức Thu (2003), *“Tình hình phát triển thể chất của học sinh phổ thông ở nước ta trong những thập kỷ qua”*, Kỷ yếu Hội nghị khoa học thể thao Đông Nam Á - Việt Nam 2003, Nxb TDTT.
2. Ban chấp hành Trung ương Đảng (2013), Nghị quyết số 29/-NQ/TW ngày 4/11/2013 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo.
3. Nguyễn Ngọc Cừ, Dương Nghiệp Chí (2001), *Nâng cao tầm vóc của cơ thể người*, Viện khoa học Thể dục Thể thao Hà Nội, Tài liệu chuyên đề số 1+2.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể dục thể thao*, Nxb. Thể dục Thể thao, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Nguyễn Thị Hương Giang (2021), Luận văn Thạc sĩ giáo dục học *“Nghiên cứu lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất ở trường tiểu học Thành Lập – Lương Sơn – Hòa Bình”*, được bảo vệ thành công tại Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Ngày nhận bài: 02/05/2022

Ngày đánh giá: 20/05/2022

Ngày duyệt đăng: 10/06/2022

GDTC trong trường Tiểu học Thành lập - Lương Sơn - Hòa Bình, bao gồm:

Giải pháp 1: Nâng cao vai trò công tác lãnh đạo của các cấp ủy Đảng, Ban Giám hiệu, các tổ chức đoàn thể đối với công tác GDTC.

Giải pháp 2: Nghiên cứu cải tiến nội dung chương trình môn học phù hợp đặc điểm của nhà trường.

Giải pháp 3: Tăng cường đầu tư cơ sở vật chất và tự tạo ra trang thiết bị phục vụ cho các hoạt động tập luyện.

Giải pháp 4: Bồi dưỡng phát hiện học sinh năng khiếu, đẩy mạnh công tác tổ chức, quản lý hoạt động thể thao ngoại khóa theo hình thức xã hội hóa.

Giải pháp 5: Tăng cường bổ sung sắp xếp hợp lý đội ngũ giáo viên GDTC và công tác đào tạo bồi dưỡng nâng cao trình độ cho giáo viên TDTT.

Giải pháp 6: Tăng cường các hoạt động ngoại khóa, tổ chức các giải thi đấu truyền thống của học sinh trong nhà trường.

KHẢO SÁT THỰC TRẠNG CHẤN THƯƠNG THỂ THAO CỦA SINH VIÊN KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

SURVEY ON SPORTS INJURY STATUS OF STUDENTS OF FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION, HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

**ThS. Nguyễn Thành Cao¹; TS. Nguyễn Thị Hiền²; Trần Phạm Hùng Linh²
Trường Đại học Tài chính Marketing¹, Trường ĐHSP Tp. Hồ Chí Minh²**

Tóm tắt: Bài viết đề cập đến thực trạng chấn thương thể thao của sinh viên Khoa Giáo dục Thể chất tại Trường Đại học Sư phạm thành phố Hồ Chí Minh nhằm hạn chế chấn thương có thể xảy ra góp phần nâng cao chất lượng học tập và giảng dạy cho SV Khoa GDTC chất tại trường.

Từ khóa: Chấn thương; nguyên nhân chấn thương; sinh viên đại học.

Abstract: The article mentions the current situation of sports injuries of students of the Faculty of Physical Education at Ho Chi Minh City University of Physical Education and Sports in order to limit possible injuries and contribute to improving the quality of learning and teaching for students of the Faculty of Physical Education at the University.

Keywords: Injuries; cause of injury; University students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể dục thể thao (TDTT) từ lâu đã luôn đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe con người, làm phong phú chất lượng đời sống tinh thần,... Tuy nhiên, trong quá trình tham gia tập luyện và thi đấu thể thao đã có rất nhiều người không may gặp phải những chấn thương đáng tiếc.

Đối với sinh viên (SV) chuyên ngành thể thao nói chung và SV Khoa Giáo dục thể chất (GDTC) Trường Đại học Sư phạm thành phố Hồ Chí Minh (ĐHSP Tp. HCM) nói riêng, chấn thương thể thao có thể ảnh hưởng đến sức khỏe, đến học tập và sinh hoạt của họ, để lại những ảnh hưởng tâm lý không tốt cho đông đảo mọi người, gây trở ngại cho sự phát triển bình thường của phong trào TDTT. Phương châm của y học hiện đại ngày nay là lấy đề phòng làm chính. Vì vậy phòng ngừa chấn thương thể thao còn quan trọng hơn cả công tác điều trị chấn thương. Chính vì vậy, việc khảo sát thực trạng chấn thương thể thao của các SV là một yếu tố cần thiết phục vụ cho quá trình học tập và rèn luyện cũng như hình thành cơ sở để đưa ra các biện pháp phòng

tránh chấn thương, phục vụ cho quá trình học tập và giảng dạy. Với mong muốn được góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy và học tập cho SV Khoa GDTC trường ĐHSP Tp. HCM. Chúng tôi lựa chọn đề tài: ***“Khảo sát thực trạng chấn thương thể thao của sinh viên khoa Giáo dục Thể chất trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh”***.

Mục đích: Thông qua khảo sát thực trạng chấn thương thể thao của SV Khoa GDTC Trường ĐHSP Tp. HCM, tìm hiểu các yếu tố tác động gây ra chấn thương nhằm hạn chế chấn thương có thể xảy ra góp phần nâng cao chất lượng học tập và giảng dạy cho SV Khoa GDTC chất tại trường.

Mục tiêu: Để đạt được mục đích nêu trên đề tài cần giải quyết mục tiêu sau:

Khảo sát thực trạng những chấn thương thể thao thường gặp của sinh viên Khoa Giáo dục Thể chất trường ĐHSP Tp. HCM.

Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp tổng hợp và phân tích các tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Những cơ sở lý luận và thực tiễn

2.1.1. Tầm quan trọng của công tác phòng ngừa chấn thương trong học đường

Mục đích của TDDT là nhằm tăng cường sức khỏe, thể chất của người lao động, nâng cao thành tích thể thao, phục vụ tốt hơn cho sự nghiệp xây dựng và bảo vệ tổ quốc, xây dựng xã hội chủ nghĩa. Nhưng trong tập luyện và thi đấu thể thao nếu như không coi trọng công tác phòng ngừa chấn thương, không tích cực sử dụng những biện pháp đề phòng tương ứng sẽ có thể xảy ra các chấn thương thể thao, ảnh hưởng rất lớn đến tập luyện và thi đấu. Khi xảy ra chấn thương thì người tập phải nghỉ tập hoặc không thể tham gia tập luyện một cách bình thường, mà còn cản trở đến việc nâng cao thành tích thể thao, rút ngắn tuổi thọ thể thao, nếu bị nặng phải điều trị tại bệnh viện thì sẽ ảnh hưởng đến kế hoạch huấn luyện hoặc bỏ nghề hay thậm chí còn dẫn đến tử vong và điều này đã hoàn toàn đi ngược lại với tôn chỉ và mục đích của việc tập luyện TDDT.

Phương châm của y học hiện đại ngày nay là lấy đề phòng làm chính. Vì vậy phòng ngừa chấn thương thể thao còn quan trọng hơn cả điều trị chấn thương.

Vì những lý do trên, việc khảo sát thực trạng chấn thương đã chiếm một vị trí quan trọng và trở thành một nội dung thiết yếu, không thể thiếu trong công tác huấn luyện và phát triển phong trào TDDT.

2.1.2. Vài nét về công tác phòng chống chấn thương cho sinh viên của khoa GDTC Trường ĐHSPTp. HCM

Khoa GDTC trường ĐHSPTp. HCM chịu trách nhiệm giảng dạy và đạo tạo SV cử nhân

chuyên ngành GDTC. Bên cạnh việc giảng dạy, trang bị cho SV những kỹ năng thực hành các kỹ thuật thể thao, các kiến thức chuyên môn, quý thầy cô còn chú trọng việc trang bị kiến thức chuyên môn về phòng tránh cũng như hướng dẫn cách phòng tránh những chấn thương đáng tiếc có thể xảy ra trong quá trình tập luyện một cách kỹ lưỡng nhất (ví dụ: phương pháp nâng đỡ hỗ trợ khi thực hiện động tác nhào lộn trong chuyên sâu thể dục). Ngoài ra khoa còn trang bị đầy đủ các trang thiết bị bảo hộ cần thiết khi tập (ví dụ: thảm mút dùng trong các môn võ, thể dục nhịp điệu, thể dục nhào lộn). Tuy nhiên có thể nhận thấy ý thức của các bạn SV về việc phòng tránh chấn thương vẫn chưa thật sự cao. Trong quá trình tập luyện, SV khoa vẫn còn xem nhẹ việc khởi động và thường xuyên đùa giỡn cũng như thiếu tập trung chú ý trong khi thực hiện các bài tập kỹ thuật, tập luyện trong khi không có sự hướng dẫn của GV, điều đó dẫn đến việc đã có xảy ra những chấn thương có thể kể đến như: giãn dây chằng gối, trật khớp gối, khớp cổ chân,...

2.2. Tổ chức thực hiện

Thông qua khảo sát thực trạng chấn thương của các SV bằng các phương pháp (phỏng vấn, phân tích logic...) dành cho các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên cũng như SV về thực trạng xảy ra chấn thương thể thao sau khi nhập trường của các SV Khoa GDTC trường ĐHSPTp. HCM với khách thể nghiên cứu là 180 em bao gồm: năm 2: 50 SV, năm 3: 60 SV và năm 4: 70 SV, kết quả khảo sát được trình bày như sau:

2.2.1. Tỷ lệ xảy ra chấn thương của các sinh viên sau một năm nhập trường

Bảng 1: Tỷ lệ sinh viên xảy ra chấn thương sau một năm nhập trường

TT	Đối tượng	Số lượng SV xảy ra chấn thương	Tỷ lệ (%)
1	SV năm 2	29	16.11
2	SV năm 3	37	20.56
3	SV năm 4	53	29.44
Tổng		119	66.11

Tỷ lệ xảy ra chấn thương thể thao của SV là tương đối cao chiếm 66.11%, trong đó, SV năm 4 chiếm tỉ lệ cao nhất 29.44%, SV năm 3 chiếm tỉ lệ 20.56% và SV năm 2 chiếm tỉ lệ

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

16.11%. Điều này có thể là do SV năm 4 ít chú ý đến các biện pháp phòng ngừa và tập tham gia tập luyện (do phân bổ chương trình luyện ngoại khóa ngoài trường không có sự các môn học), khi tham gia tập luyện lại không hướng dẫn của GV.

Bảng 2: Thực trạng chấn thương ở các môn thể thao khác nhau của SV Khoa GDTC trường ĐHSP Tp. HCM

TT	Môn thể thao	Số lượng SV xảy ra chấn thương	Tỷ lệ %
1	Bóng rổ	18	10.0
2	Bóng chuyền	16	8.89
3	Bóng bàn	3	1.67
4	Thể dục	10	5.56
5	Điền kinh	14	7.78
6	Võ	19	10.56
7	Bơi lội	4	2.22
8	Cầu lông	8	4.44
9	Bóng đá	27	15.0
Tổng		119	66.11

Các môn thể thao khác nhau thì tỷ lệ xảy ra chấn thương cũng khác nhau, trong đó: Bóng đá có tỷ lệ xảy ra chấn thương cao nhất chiếm tỷ lệ là 15.00%, vì đặc điểm của bóng đá là môn thể thao hoạt động mang tính chất đối kháng trực tiếp, là môn mang tính tập thể, tính chiến đấu quyết liệt ở tốc độ cao và là môn thể thao phức tạp. Tiếp đến là các môn Võ 10.56%, Bóng rổ 10.0%, Bóng chuyền 8.89%, Điền kinh 7.78%, Thể dục 5.56%, Cầu lông 4.44%, Bơi 2.22% và môn có tỷ lệ xảy ra chấn thương thấp nhất là Bóng bàn, chỉ có 3 trường hợp chiếm 1.67%, điều này cũng có thể do bóng bàn là môn hoạt động đối kháng gián tiếp có ngăn cách bàn và lưới, phạm vi di chuyển hẹp, tập luyện trong nhà ít ảnh hưởng nhiều bởi những yếu tố bên ngoài tác động.

2.2.2. Sự nhận thức của SV đối với chấn thương thể thao

Hầu hết SV đều thiếu sự hiểu biết hoặc hiểu biết còn hạn chế về chấn thương thể thao. Qua điều tra cho thấy, số SV hiểu biết một chút

chiếm tỷ lệ cao 71.35%, không hiểu biết về chấn thương thể thao chiếm tới 24.56%, trong đó số SV rất hiểu biết chỉ chiếm 4.09%. Từ thực tế này cho thấy SV khoa GDTC cần phải tự trau dồi kiến thức về chấn thương, bên cạnh đó đội ngũ GV giảng dạy cũng cần phải trang bị cho SV những kỹ năng phòng ngừa những chấn thương có thể xảy ra.

2.2.3. Thời điểm và giai đoạn xảy ra chấn thương

Số SV xảy ra chấn thương khi học tập ngoại khóa chiếm tỷ lệ cao nhất 47.06%, trong thi đấu chiếm 32.77%. Trong giờ học thể thao và các hoạt động khác là 14.29% và 5.88%.

2.2.4. Biểu hiện chủ yếu khi xảy ra chấn thương

Biểu hiện rõ rệt và thường xuyên xuất hiện nhất ở các chấn thương mà SV thường gặp là sưng đỏ chiếm 36.13%, đau nhức chiếm 26.05% và bên cạnh 2 biểu hiện trên thì cảm giác không thoải mái xuất hiện với tỉ lệ 17.65%. Các biểu hiện khác chiếm 7.56%.

Bảng 3: Cơ chế xảy ra chấn thương của SV Khoa GDTC trường ĐHSP Tp. HCM

T T	Môn thể thao	Cơ chế xảy ra chấn thương						
		Ngã té	Bị vật thể va chạm	Bị người va chạm	Bị rơi xuống	Bị ngăn chặn bởi người, dụng cụ	Vật nhọn hay kim loại gây thương tích	Khác
1	Bóng rổ	9 (50)	0 (0)	6 (33.3)	2 (11.1)	1 (5.5)	0 (0)	0 (0)
2	Bóng chuyền	9 (56.3)	0 (0)	0 (0)	6 (37.5)	1 (6.3)	0 (0)	0 (0)
3	Bóng bàn	2 (66.7)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	1 (33.3)
4	Thể dục	3 (30)	0 (0)	0 (0)	5 (50)	0 (0)	0 (0)	2 (20)
5	Điền kinh	7 (50)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	5 (35.7)	0 (0)	2 (14.3)
6	Võ	2 (10.5)	7 (36.8)	9(47.4)	0 (0)	1 (5.3)	0 (0)	0 (0)
7	Bơi lội	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	4 (100)
8	Cầu lông	6 (75)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	0 (0)	2 (25)
9	Bóng đá	7 (25.9)	1 (3.7)	10(37.0)	3 (11.1)	4 (14.81)	0	2 (7.4)
Tổng		45 (38.8)	8 (6.7)	25 (21.0)	16 (13.5)	12 (10.0)	0 (0)	13 (10.9)

Các SV bị chấn thương chủ yếu là do ngã té (chiếm 38.8%), bị người va chạm (chiếm 21.0%: cơ chế này xảy ra chủ yếu là ở môn bóng đá, võ và bóng rổ), do bị rơi xuống chiếm 13.5%,... Cơ chế xảy ra chấn thương ở các môn thể thao khác nhau cũng không giống nhau.

2.2.5. Tính chất và vị trí xảy ra chấn thương

Từ kết quả khảo sát cho thấy các SV khoa GDTC chủ yếu bị chấn thương trật khớp với 33 SV (27.7%) và chấn thương ở tổ chức phần mềm như dây chằng (17.6%), vết trầy da (16.8%), thâm tím bong gân (12.6%) hoặc giãn cơ (10.1%). Còn lại các chấn thương khác chiếm tỷ lệ rất thấp thậm chí không có SV nào xảy ra chấn thương phần gãy xương trực giữa (cột sống).

Các môn thể thao khác nhau vị trí xảy ra chấn thương cũng khác nhau, bóng đá chủ yếu xảy ra ở cổ chân, bóng rổ và bóng chuyền ở chi dưới, cầu lông là chi trên,... với mức độ xảy ra chấn thương cũng khác nhau: Bóng chuyền, Bóng đá chủ yếu là chấn thương dây chằng (43.75% và 33.33%), các môn võ chủ yếu là bong gân, bầm tím (52.63%), cầu lông và bóng rổ là trật trật khớp (75% và 50%),

điền kinh là rách, rạn nứt cơ (35.71%), đặc biệt bóng bàn, bơi lội ít xảy ra chấn thương.

2.2.6. Nguyên nhân chủ yếu xảy ra chấn thương

Những nguyên nhân xảy ra chấn thương (số liệu thống kê được sắp xếp theo thứ tự từ lớn tới nhỏ): Khởi động chưa kỹ (27.05%); LVD quá lớn (10.10%); Sân bãi tập luyện không tốt (8.93%); Kỹ thuật chưa thuần thục, chưa chính xác (7.31%); Không tập chung chú ý (7.28%); Thể lực không đầy đủ (6.06%); Thời tiết khí hậu xấu (5.76%); Tâm trạng không tốt, hứng thú giảm sút (5.35%); Không tuân thủ các qui tắc thể thao (5.05%); Tình hình sức khỏe không tốt (4.93%); Trang thiết bị hỏng hóc, trực trực (2.88%); GV không có ý thức trách nhiệm bảo hộ đối với SV (2.62%); Chế độ của nhà trường không đãi ngộ, quản lý không tốt (2.53%); Tâm lý sợ hãi, hoảng hốt (2.51%); nguyên nhân khác (1.62).

Tóm lại: Thông qua kết quả khảo sát chúng ta có thể thấy tỷ lệ xảy ra chấn thương của SV khoa GDTC là tương đối cao, các môn thể thao khác nhau thì tỷ lệ xảy ra chấn thương, cơ chế, vị trí và tính chất của chấn thương cũng khác nhau. Hầu hết SV đều thiếu sự hiểu biết

hoặc hiểu biết còn hạn chế về chấn thương thể thao; Số SV xảy ra chấn thương khi học tập ngoại khóa chiếm tỷ lệ cao nhất; Chấn thương xảy ra khi tập luyện ở ngoài trường không có sự hướng dẫn giám sát của GV hoặc HLV với những nguyên nhân chủ yếu dẫn đến chấn thương là: Khởi động chưa kỹ, LVD quá lớn, sân bãi tập luyện không tốt, kỹ thuật chưa thuần thực, chưa chính xác, không tập chung chú ý, thể lực không đầy đủ,...

3. KẾT LUẬN

Từ kết quả khảo sát trên, chúng tôi rút ra kết luận sau:

- Các kết quả của nghiên cứu này cho thấy, chấn thương thể thao của SV xảy ra tương đối nghiêm trọng, số lần xảy ra chấn thương cũng như mức độ chấn thương là tương đối cao, các môn thể thao khác nhau thì tỷ lệ xảy ra chấn thương, cơ chế, vị trí và tính chất của chấn thương cũng khác nhau. Hầu hết SV đều thiếu sự hiểu biết hoặc hiểu biết còn hạn chế về chấn thương thể thao; Số SV xảy ra chấn thương khi học tập ngoại khóa chiếm tỷ lệ cao nhất; Chấn thương xảy ra khi tập luyện ở ngoài trường không có sự hướng dẫn giám sát của GV hoặc HLV với những nguyên nhân chủ yếu dẫn đến chấn thương là: Khởi động chưa kỹ, LVD quá lớn, sân bãi tập luyện không tốt, kỹ thuật chưa

thuần thực, chưa chính xác, không tập chung chú ý, thể lực không đầy đủ,... đã làm ảnh hưởng đến đời sống sinh hoạt, học tập cũng như thi đấu của SV. Điều đó có thể nói trong nhà trường đang còn tồn tại rất nhiều vấn đề, nó có thể liên quan đến việc quản lý SV, sự sắp xếp chương trình giảng dạy huấn luyện, trang bị những tri thức và các trang thiết bị bảo hộ phòng chống chấn thương, chữa trị sau khi chấn thương xảy ra cũng như vấn đề đảm bảo về dinh dưỡng và hồi phục.

Khuyến nghị

Qua thực nghiên cứu thực trạng chấn thương, chúng tôi đề xuất một số ý kiến nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho SV của Trường ĐHSPTPHCM:

Đối với nhà trường, phải đưa phân kiến thức chấn thương và biện pháp phòng chống chấn thương vào chương trình và kế hoạch giảng dạy từng môn thể thao nhằm hạn chế tối đa sự cố xảy ra chấn thương.

Công trình nghiên cứu này chỉ mang tính chất tham khảo, để đạt được hiệu quả tốt hơn trong lĩnh vực phòng chống chấn thương cho SV khoa GDTC chúng tôi hy vọng sẽ có nhiều công trình nghiên cứu sâu hơn nữa về vấn đề này.

Tài liệu tham khảo

1. Trần Quốc Diện, Lê Đức Chương dịch (2001), *Chấn thương thể thao*, NXB TĐTT.
 3. Nguyễn Thanh Giang (2013), *Nghiên cứu các giải pháp phòng chống chấn thương tập luyện môn học giáo dục thể chất cho sinh Đại học Sư Phạm Đà Nẵng*, Đà Nẵng.
 4. Nguyễn Thị Luật (2011), *Nghiên cứu, đề xuất biện pháp để phòng chấn thương thường gặp trong tập luyện và thi đấu của SV chuyên sâu bóng chuyền năm thứ 3 sư phạm TĐTT trường Đại học TĐTT Bắc Ninh*. Bắc Ninh.
 5. Bùi Trọng Phương (2012), *Nghiên cứu đánh giá thực trạng chấn thương thường gặp trong tập luyện môn Võ thuật Công an nhân dân của học viện An ninh nhân dân*, Hà Nội.
 6. GS.TS. Lê Quý Phụng (2008), *Bài giảng Y học Thể dục thể thao*, NXB TĐTT Hà Nội.
 7. Phạm Hồng Quang (1995), *Chấn thương trong Thể dục thể thao*, NXB TĐTT.
- Nguồn bài báo:** Trần Phạm Hùng Linh (2020), Bài báo trích từ luận văn tốt nghiệp “*Khảo sát thực trạng chấn thương thể thao và bước đầu đề xuất biện pháp phòng tránh cho SV khoa Giáo dục Thể chất trường ĐHSPTPHCM*”.

Ngày nhận bài: 25/03/2022

Ngày đánh giá: 05/04/2022

Ngày duyệt đăng: 25/05/2022

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT, THỨ HAI TRƯỜNG ĐẠI HỌC THÁI BÌNH

BUILDING THE CRITERIA OF EVALUATING PHYSICAL STRENGTH FOR THE FIRST AND YEAR STUDENTS OF THAI BINH UNIVERSITY

ThS. Lương Duyên Thông - Trường Đại học Thái Bình

Tóm tắt: Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất sinh viên năm thứ nhất, thứ hai của trường Đại học Thái Bình giúp đánh giá quá trình giảng dạy từ đó lựa chọn nội dung, phương pháp phù hợp trong đào tạo, mặt khác có động cơ cho sinh viên nâng cao thể chất đáp ứng yêu cầu học tập mới hiện nay.

Từ khóa: Tiêu chuẩn; thể chất; sinh viên; Đại học Thái Bình.

Abstract: Research on building standards for physical assessment of the first and second year students of Thai Binh University to help evaluate the teaching process, thereby selecting appropriate content and methods in training, on the other hand, creating motivation for students to improve their physical fitness to meet current learning requirements.

Keywords: Standard; physical; student; Thai Binh University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) là môn học bắt buộc trong hệ thống GDQD của Việt Nam. Nắm bắt được tầm quan trọng của việc giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên, nhiều trường Đại học trên cả nước, trong đó có Đại học Thái Bình đã thực hiện đầy đủ các quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo về nội dung chương trình GDTC trong các trường Đại học. Qua thực tế giảng dạy tại trường, chúng tôi nhận thấy: trong công tác giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên trong Nhà trường vẫn còn nhiều sinh viên, thể trạng sức khỏe, thể chất còn yếu, kém dẫn đến chưa hoàn thành chỉ tiêu, nội dung môn học đề ra, ít nhiều ảnh hưởng đến kết quả học tập của sinh viên và chất lượng đào tạo của Nhà trường.

Việc đánh giá chính xác thể chất của sinh viên không chỉ đáp ứng yêu cầu nâng cao thể chất, phát triển thể lực, tăng cường sức khỏe mà còn đáp ứng nhu cầu, sở thích của sinh viên, giảm căng thẳng sau học tập các môn lý luận, môn chuyên ngành trên lớp. Qua đó giúp sinh viên biết và tự hoàn thiện, phát triển những phẩm chất, năng lực cần thiết, đáp ứng yêu cầu của xã hội và dần hoàn thiện thể chất,

nhân cách của người cán bộ trong tương lai. Vì vậy, việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên năm thứ nhất, thứ hai trường Đại học Thái Bình rất có ý nghĩa, sẽ giúp sinh viên tự xác định mục tiêu học tập, động cơ và kích thích nhu cầu học tập môn GDTC ở bất cứ đâu (cả trong và ngoài giờ học chính khóa. Còn trong giảng dạy, Giảng viên có các tiêu chí đánh giá cụ thể, đồng thời nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy GDTC đáp ứng yêu cầu đầu ra của Nhà trường và yêu cầu cao của Xã hội.

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp: Phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán thống kê.

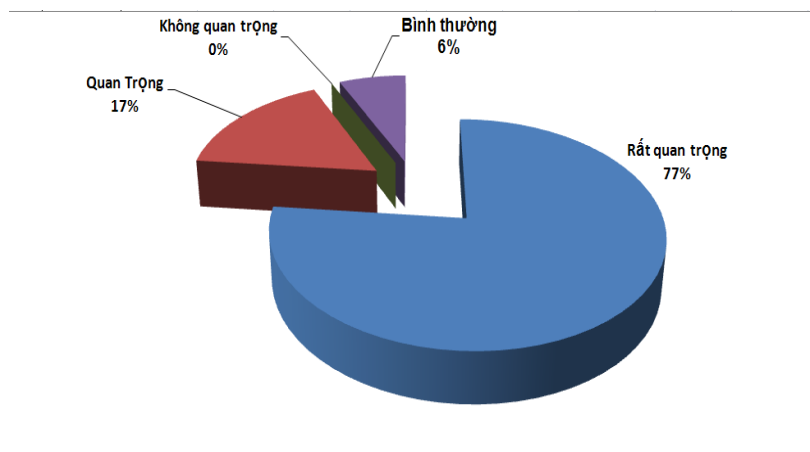
2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Xác định nội dung (test) đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình

Qua quá trình phân tích và tổng hợp tài liệu, chúng tôi xác định ban đầu về mức độ quan trọng trong đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình, kết quả thu được là 76,7% đồng ý (bảng 1, biểu đồ 1).

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về tầm quan trọng của việc đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình (n=30)

Nội dung	Ý kiến trả lời		X ²	P
	Số lượng	Tỷ lệ %		
A. Rất quan trọng	23	76,7%	25,8	P < 0,001
B. Quan Trọng	5	16,7%		
C. Không quan trọng	0	0%		
D. Bình thường	2	6,7%		



Biểu đồ 1: Biểu diễn tầm quan trọng của đánh giá thể chất cho sinh viên

Trên cơ sở đó chúng tôi lựa chọn các test đánh giá bằng cách: Qua việc xác định có 7 test được nhiều chuyên gia, giảng viên sử dụng để đánh giá thể chất cho sinh viên. Kết quả phỏng vấn tối ưu nếu có sự đồng thuận cao ở mức từ cần thiết đến rất cần thiết. Từ kết quả

thu được qua quá trình phỏng vấn (rất cần thiết-cần thiết-không cần thiết), chúng tôi đã chọn ra được 7 test đánh giá về thể chất với số lượng bình chọn cao trên 80% của các chuyên gia và giảng viên (bảng 2).

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn chọn test đánh giá thể chất cho sinh viên (n=30)

TT	Chỉ tiêu	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		n	%	n	%	n	%
1	Chiều cao đứng (cm)	15	50	6	20.0	9	30.0
2	Cân nặng (kg)	16	53	4	13.3	10	33.3
3	Dung tích sống (l)	24	80	2	6.67	4	13.33
4	Test công năng tim	26	87	3	10.0	1	3.33
5	Chỉ số Quetelet	18	60	8	26.67	4	13.33
6	Chạy 20m xuất phát cao (s)	13	43	12	40.0	5	16.67
7	Chạy 30m xuất phát cao (s)	25	83	2	6.67	3	10.0
8	Chạy 60m xuất phát cao (s)	13	43	6	20.0	11	36.67
9	Bật tại chỗ 3 bước (cm)	14	47	5	16.67	11	36.6
10	Bật xa tại chỗ (cm)	25	83	1	3.33	4	13.3
11	Chạy 500m (phút)	15	50	9	30.0	6	20.0
12	Chạy 800m (phút)	12	40	8	26.67	10	33.3
13	Chạy 12 phút tùy sức (m)	26	87	2	6.67	2	6.67

TT	Chỉ tiêu	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		n	%	n	%	n	%
14	Chạy con thoi 4x10m (s)	27	90	2	6.67	1	3.33
15	Ném bóng trúng đích (điểm)	10	33	11	36.6	9	30.0
16	Ngồi gập thân về trước (cm)	11	37	5	16.6	14	46.6
17	Đứng gập thân về trước (cm)	14	47	4	13.33	12	40.0
18	Nằm ngửa gập bụng (số lần/phút)	9	30	13	43.3	8	26.6
19	Nằm ngửa gập bụng (số lần/30s)	25	83	1	3.33	4	13.33
20	Lực bóp tay thuận (kg)	17	57	8	26.6	5	16.6
21	Lực bóp tay trái (kg)	12	40	11	36.6	7	23.3
22	Nhảy xa (cm)	14	47	6	20.0	10	33.3
23	Lực lưng (kg)	7	23	12	40.0	11	36.6

Từ kết quả thu được, chúng tôi xác định mức độ thông báo, tin cậy cho thấy: Tất cả 7/7 test được chọn cho đối tượng nghiên cứu đều cho thấy mối tương quan đảm bảo tính thông báo cần thiết với ($|r| > |0,6|$ với $p < 0,05$) và xác định độ tin cậy của các test. Qua 2 lần kiểm tra thấy đạt ở mức tương quan rất cao (với $r > 0,80$ đến $0,90$ ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$). Điều này cho thấy các test được lựa chọn có mối tương quan chặt chẽ với tính thông báo đầy đủ, đủ tin cậy và phù hợp với đối tượng nghiên cứu cũng như điều kiện thực tế trong đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình.

Các test được lựa chọn gồm: Bật tại chỗ (cm), Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần), Chạy 30m (s), Chạy con thoi 4x10m (s), Chạy tùy sức 12 phút (m), Chỉ số công năng tim, Dung tích sống (lít).

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên năm thứ nhất, thứ hai trường Đại học Thái Bình

Đánh giá thể chất của sinh viên trường Đại học Thái Bình. Chúng tôi đã kiểm tra sự phạm trên 7 test được chọn (kết quả kiểm tra này chúng tôi xin lược bỏ không trình bày, mà vận dụng kết quả kiểm tra để xây dựng bảng tiêu chuẩn), trên cơ sở đó xây dựng tiêu chuẩn

Bảng 3: Kết quả phân loại thể chất của sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Thái Bình theo 5 mức sau

TT	Test	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
NAM						
1	Bật tại chỗ (cm)	≥ 251	250-230	229-208	209-188	≤ 187.0
2	Nằm ngửa gập bụng 30	≥ 23	22-19	18-15	12-16	≤ 11

đánh giá thể chất cho đối tượng nghiên cứu theo hình thức xếp loại, cụ thể: Dựa trên kết quả xác định được từ 7 test đánh giá thể chất, theo giá trị trung bình, độ lệch chuẩn, hệ số biến sai, chúng tôi xây dựng thang điểm theo 5 mức độ: Tốt, Khá, Trung bình, Yếu, Kém. Nội dung với kết quả kiểm tra khoảng cách, độ cao, độ lớn, số lần càng lớn càng tốt và ngược lại, kết quả đo theo thời gian, càng nhỏ càng tốt.

Thang đo có kết quả kiểm tra càng lớn càng tốt được xây dựng như sau:

- < - 1,5 Kém
- 1,5 ~ - 0,5 Yếu
- 0,5 ~ + 0,5 Trung bình
- + 0,5 ~ + 1,5 Khá
- > + 1,5 Tốt

Thang đo có kết quả kiểm tra càng nhỏ càng tốt được xây dựng như sau:

- + 1,5 Kém
- + 0,5 ~ + 1,5 Yếu
- 0,5 ~ + 0,5 Trung bình
- 1,5 ~ - 0,5 Khá
- 1,5 Tốt

Sau khi kiểm tra sự phạm, chúng tôi xây dựng bảng điểm theo phân loại 5 mức độ được trình bày ở bảng 3, bảng 4.

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

TT	Test	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
	giây (lần)					
3	Chạy 30m (s)	≤4.30	4.31-4.8	4.79-5.3	5.4-5.79	≥5.8
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	≤9.6	9.7-10.1	10.2-10.8	10.9-11.5	≥11.6
5	Chạy tùy sức 12 phút (m)	≥2011	2010-1930	1929-1850	1849-1772	≤1771
6	Công năng tim (HW index)	≤6.8	6.9-9.5	9.4-12.0	12.1-14.5	≥14.6
7	Dung tích sống (lít)	≥3.1	2.6-3.0	2.3-2.5	1.9-2.2	≤1.8
NỮ						
1	Bật tại chỗ (cm)	≥165	164-158	157-153	152-149	≤148
2	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	≥15.8	15.7-12.6	12.5-9.4	9.3-6.2	≤6.1
3	Chạy 30m (s)	≤4.99	5.0-5.7	5.71-6.45	6.44-7.2	≥7.19
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	≤ 10.99	11.0-11.29	11.3-11.79	11.8-12.19	≥12.2
5	Chạy tùy sức 12 phút (m)	≥1514	1513-1460	1461-1400	1439-1340	≤1339
6	Công năng tim (HW index)	≤ 5.0	5.5-7.0	7.5-8.9	9.0-10	≥10.5
7	Dung tích sống (lít)	≥ 3.0	2.4-2.9	1.9-2.3	1.4-1.8	≤1.30

Bảng 4: Kết quả phân loại thể chất của sinh viên năm thứ hai trường Đại học Thái Bình 5 mức sau

TT	Test	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
NAM						
1	Bật tại chỗ (cm)	≥260	260.0-235	234-215	214-190	≤189.0
2	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	≥23	22-19	18-15	12-14	≤11
3	Chạy 30m (s)	≤4.20	4.21-4.6	4.59-5.0	5.1-5.6	≥5.7
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	≤9.6	9.7-10.1	10.2-10.8	10.9-11.5	≥11.6
5	Chạy tùy sức 12 phút (m)	≥2150	2149-2019	2018-1950	1949-1800	≤1799
6	Công năng tim (HW index)	≤6.8	6.7-9.0	9.1-11.0	11.1-12.0	≥12.1
7	Dung tích sống (lít)	≥3.2	2.8-3.1	2.4-2.7	2.0-2.3	≤1.9
NỮ						
1	Bật tại chỗ (cm)	≥168	167-160	159-153	152-146	≤145
2	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	≥15.9	15.8-13	12.9-10.5	10.4-8.2	≤8.1
3	Chạy 30m (s)	≤4.6	4.61-5.3	5.31-6.0	6.1-6.7	≥6.71
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	≤ 10.5	10.6-11.0	11.1-11.4	11.5-11.8	≥11.9
5	Chạy tùy sức 12 phút (m)	≥1600	1599-1560	1559-1500	1499-1400	≤1399
6	Công năng tim (HW index)	≤ 5.0	5.1-6.0	6.1-7.0	7.1-8.0	≥8.1
7	Dung tích sống (lít)	≥ 3.0	2.6-2.9	2.3-2.5	2.0-2.2	≤1.9

Từ kết quả bảng 3 và 4 chúng tôi làm căn cứ để đánh giá thể chất của sinh viên năm thứ nhất, thứ hai của trường Đại học Thái Bình, đây là mốc chuẩn để chúng tôi so sánh thể chất của sinh viên đối với tiêu chuẩn trong quá trình học tập tại trường. Nếu đáp ứng được tiêu chuẩn này sinh viên sẽ được xem xét tiếp tục học tập ở giai đoạn tiếp theo, chưa đạt sẽ phải kiểm tra lại cho tới khi đạt mới thực hiện

kế hoạch học tập tiếp theo, hoặc được học tập nhưng phải bù tiêu chuẩn trong năm liền kề.

Kiểm nghiệm thực tế bằng phân loại tiêu chuẩn đánh giá thể chất đã xây dựng:

Chúng tôi đã tiến hành kiểm tra 7 test trên đối tượng là sinh viên năm thứ nhất, thứ hai ở thời điểm khóa kế tiếp, cho kết quả bảng 5. Trên cơ sở xác định số mẫu đạt.

Bảng 5: Kết quả kiểm nghiệm bằng tiêu chuẩn đánh giá thể chất sinh viên năm thứ nhất, thứ hai trường Đại học Thái Bình (nam = 220; nữ 200)

Đối tượng	Test	Kết quả		Số người đạt	Tỷ lệ %
		\bar{X}	δ		
Nam (n=220)	Bật tại chỗ (cm)	218.0	22.2	135	61.4
	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	17.0	3.5	128	58.2
	Chạy 30m (s)	5.09	0.52	147	66.8
	Chạy con thoi 4x10m (s)	10.66	0.61	139	63.2
	Chạy tùy sức 12 phút (m)	1894.5	83.3	188	85.5
	Công năng tim (HW index)	9.61	2.7	135	61.4
	Dung tích sống (lít)	3.08	0.62	131	59.5
Nữ (n=200)	Bật tại chỗ (cm)	157.9	6.45	125	62.5
	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	11.00	2.5	172	86.0
	Chạy 30m (s)	6.06	0.54	178	89.0
	Chạy con thoi 4x10m (s)	11.35	0.56	173	86.5
	Chạy tùy sức 12 phút (m)	1430	67.1	137	68.5
	Công năng tim (HW index)	8.15	1.74	104	52.0
	Dung tích sống (lít)	2.92	0.51	119	59.5

Như vậy chúng ta thấy, khi xây dựng các tiêu chuẩn theo cách phân loại. Các test kiểm tra đều có kết quả tương ứng với mức độ thể chất và mức độ tập trung ở mức trung bình (từ 58.2 - 85.5% đối với nam và 52 - 89% đối với nữ). Điều này cho biết sự phù hợp của tiêu chuẩn xây dựng đã đáp ứng phục vụ trong đánh giá đối với sinh viên trường Đại học Thái Bình. Tuy nhiên, vẫn còn có những sinh viên đạt dưới trung bình và cần có những biện pháp, giải pháp, cách thức để hướng dẫn nâng cao thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã thực hiện các bước từ phỏng vấn, đánh giá tính tương quan để chọn ra 7 test đánh giá thể chất cho sinh viên năm thứ nhất, thứ hai trường Đại học Thái Bình. Qua kiểm tra sơ phạm, đã xây dựng bảng xếp loại 5 bậc để đánh giá thể chất cho sinh viên. Bước kiểm nghiệm cho thấy sự phù hợp của bảng tiêu chuẩn đã đánh giá chính xác thể chất của sinh viên. Như vậy, tiêu chuẩn đánh giá có tác động xem xét điều kiện học tập của sinh viên và điều kiện tốt nghiệp. Đồng thời là căn cứ thay đổi chương trình, nội dung, phương pháp giảng dạy nhằm nâng cao thể chất cho sinh viên trường Đại học Thái Bình đáp ứng điều kiện mới.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về “Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên”.
2. Nguyễn Đăng Chiêu (2009), Nghiên cứu thực trạng và các giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên ở một số trường Đại học tại thành phố Hồ Chí Minh.
3. Thủ tướng Chính phủ (2011), Quyết định số 641/QĐ-TTg ngày 28/4/2011 về việc phê duyệt Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030.
4. G.V. Diamantis và V.K. Benos, University of Piraeus, Greece (2007), *Measuring student satisfaction with their studies in an International and European Studies Department*, Operational Research, An International Journal. Vol.7. No 1, pp 47.

Nguồn bài báo: Lương Duyên Thông (2018), Bài báo trích từ đề tài cơ sở đã nghiệm thu: “Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên năm thứ nhất, thứ hai trường Đại học Thái Bình”.

Ngày nhận bài: 08/04/2022

Ngày đánh giá: 21/04/2022

Ngày duyệt đăng: 25/04/2022



Ảnh minh họa

NGHIÊN CỨU SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ NỮ TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH SAU MỘT NĂM TẬP LUYỆN

RESEARCH ON THE FITNESS DEVELOPMENT OF FEMALE ATHLETES BASKETBALL TEAM OF HO CHI MINH CITY UNIVERSITY PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS AFTER ONE YEAR TRAINING

ThS. NCS Ngô Kiên Trung, ThS. Lê Vũ Kiều Hoa
Trường Đại học Sư phạm TP.HCM

Tóm tắt: Nghiên cứu sự phát triển thể lực của đội tuyển Bóng rổ nữ trường Đại học Sư phạm TP HCM sau một năm tập luyện cho phép Ban huấn luyện đánh giá được hiệu quả tập luyện thể lực chuyên môn của các vận động viên, để có kế hoạch điều chỉnh phù hợp chuẩn bị cho các giải thi đấu bóng rổ sinh viên Toàn quốc.

Từ khóa: Đội tuyển bóng rổ nữ, thể lực, phát triển, sư phạm TP HCM.

Abstract: The study on physical fitness development of the female basketball team of Ho Chi Minh City Pedagogy University enables the Training Committee to evaluate the effectiveness of professional fitness training of athletes, through which the University has plan for appropriate adjustment to prepare for the national student basketball tournament.

Keywords: female basketball team, fitness, development, Ho Chi Minh City Pedagogy University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng rổ là môn học được giảng dạy trong chương trình đào tạo cử nhân chuyên ngành Giáo dục thể chất (GDTC) do Bộ GD & ĐT quy định. Khoa GDTC của Trường ĐHSPTP.HCM đã tiến hành triển khai chương trình giảng dạy môn học Bóng rổ và đã có sinh viên chuyên sâu từ năm 2007. Trên cơ sở đó đội tuyển Bóng rổ nữ của Trường được thành lập để phục vụ công tác GDTC của Trường nói chung và tham gia thi đấu giải bóng rổ trong hệ thống các môn thể thao do Bộ GD&ĐT tổ chức. Thực tiễn cho thấy hiệu quả của việc giảng dạy, huấn luyện môn Bóng rổ không chỉ phụ thuộc vào các yếu tố như điều kiện cơ sở vật chất, phương pháp huấn luyện, hệ thống bài tập... mà còn phụ thuộc vào trình độ thể lực của chính người tập, bởi đây là nền tảng quan trọng nhất cho việc tiếp thu các kỹ - chiến thuật và nâng cao thành tích trong học tập và thi đấu của sinh viên.

Đội tuyển Bóng rổ nữ của Trường Đại học Sư phạm TP. HCM nhiều năm thi đấu đã có

những lúc đạt thành tích tốt, xong những năm gần đây chưa đạt được thành tích như Ban huấn luyện mong muốn, để xác định lý do giảm sút thành tích thi đấu qua khảo sát, đánh giá cho thấy yếu tố thể lực quyết định chính đến thành tích thi đấu. Tại Việt Nam đã có một số công trình nghiên cứu về bóng rổ như Đặng Hà Việt (2002), Lê Nguyệt Nga (2004)...nhưng hầu hết tập trung vào nghiên cứu tuyển chọn VĐV trẻ, đánh giá trình độ tập luyện của VĐV cấp cao. Xuất phát từ yêu cầu thực tiễn trong công tác huấn luyện VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ, với mong muốn góp phần phát triển môn Bóng rổ của Nhà trường, giúp Ban huấn luyện đánh giá, điều chỉnh kịp thời trong từng chu kỳ huấn luyện nên tôi lựa chọn: *“Đánh giá sự phát triển thể lực của vận động viên đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh sau một năm tập luyện”*.

Phương pháp nghiên cứu: Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và

tổng hợp tài liệu; phỏng vấn toạ đàm; kiểm tra sư phạm; thực nghiệm sư phạm; toán học thống kê để giải quyết các vấn đề nghiên cứu.

Khách thể nghiên cứu: Nghiên cứu được tiến hành trên 15 VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Nghiên cứu lựa chọn các test đánh giá thể lực

Để thực hiện nhiệm vụ này chúng tôi tiến hành các bước:

Bảng 1. Kết quả lựa chọn các test đánh giá thể lực của đối tượng nghiên cứu (n=15)

TT	Test	\bar{X}_1	\bar{X}_2	r	t _r	P
1	Bật cao tại chỗ (cm)	38.64	39.57	0.86	6.72	<0.05
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	33.73	32.8	0.97	14.54	<0.05
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.34	7.31	0.88	6.72	<0.05
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.63	3.65	0.96	12.32	<0.05
5	Chạy ziczac 20m (s)	5.47	5.58	0.95	11.03	<0.05
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.42	11.55	0.97	14.54	<0.05
7	Chạy 800m (phút)	2.90	2.91	0.98	7.11	<0.05
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	29.85	30.15	0.95	11.03	<0.05
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	27.53	27.53	0.88	6.72	<0.05
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	25.8	25.93	0.91	7.78	<0,05
11	Test chạy chữ T (s)	12.47	12.43	0.97	14.54	<0.05



Ảnh minh họa

Từ kết quả ở bảng 1 chúng tôi đã lựa chọn được các test đánh giá thể lực cho đối tượng nghiên cứu có số phiếu tán thành đã đạt tỷ lệ 80% trở lên trong phỏng vấn trước đó và có độ tin cậy r từ 0.8 trở lên: bao gồm 11 test (bảng 1). Đây là các test sẽ được sử dụng để đánh sự phát triển về thể lực của VĐV đội tuyển bóng rổ nữ trường Đại học Sư phạm TP.HCM.

2.2. Đánh giá sự phát triển về thể lực của VĐV đội tuyển bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm TP.HCM

Chúng tôi tiến hành kiểm tra ban đầu và xây dựng kế hoạch huấn luyện năm cho vận động viên đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm TP.HCM.

a- Kế hoạch huấn luyện năm cho VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

KẾ HOẠCH HUẤN LUYỆN NĂM MẪU																												
NỘI DUNG BỒI DƯỠNG NĂNG LỰC SỞ PHẨM TP. HOÀ CHÍ MINH																												
Tháng	Tháng 11		Tháng 12		Tháng 1		Tháng 2		Tháng 3		Tháng 4		Tháng 5		Tháng 6		Tháng 7		Tháng 8		Tháng 9		Tháng 10					
Thi đấu																												
Chu kỳ	CHU KỲ Ø										CHU KỲ Ø																	
	Chạy bộ						Thi đấu		Chạy tiếp		Chạy bộ						Thi đấu											
Giai đoạn	Chạy bộ chung				Chạy bộ CM				Thi đấu		Chạy tiếp		Chạy bộ				Chạy bộ CM				Thi đấu		Chạy tiếp					
TH TN							TP. HCM										Hà Nội											
Sở hữu	Ôn tập				Yếu kém				Duy trì		Duy trì		Ôn tập				Yếu kém				Duy trì		Duy trì					
PP HL	Liea túc		Fartlek		Giao cảnh		GC(400,200, 100,50m...)		GC CM		GC TG ngắn		TCVN		Liea túc		Fartlek		Giao cảnh		GC(400,200, 100,50m...)		GC CM		GC TG ngắn		TCVN	
Sở hữu	Chung				Toán				Công suất		Duy trì		Nghề		Chung				Toán - Công suất				Công suất		Duy trì		Nghề	
Môn thể	Phát triển						Duy trì		Duy trì		Phát triển						Duy trì		Duy trì									
Toán	Phát triển toán học						Toán học chuyên		Nghề		Phát triển toán học						Toán học chuyên		Nghề									
Kỹ thuật	Nhiệm vụ, duy trì KT CB				Phát triển		CM học		Thức dụng		Duy trì		Duy trì		CM học				Thức dụng				Duy trì					
Chiến thuật	Duy trì, bổ sung CT môi				Nâng cao		Dùng công nghệ học thức dụng		Nghề		Duy trì		Nâng cao		Dùng công nghệ học thức dụng				Nghề									
Tâm lý	KN nhận giá CB, PT, cá nhân				Trí tuệ: biết		Năng có TN		KKCT, tời		Thế giới		KN nhận giá CB, PT, cá nhân				Trí tuệ: biết		Năng có TN		KKCT, tời		Thế giới					
Kiểm tra																												
Tỷ lệ HL																												
Thế giới %	60		50		50		40		30				60		50		40		30		20							
Kỹ thuật %	30		40		30		30		40				30		30		30		20		20							
Chiến thuật %	10		10		20		30		30				10		20		30		50		60							
LVN																												
GHI CHÚ																												
GC: Giao cảnh				CM: Chạy mô				TN: Thi đấu				PP: Phương pháp				—————				Khoảng								
CT: Chiến thuật				CB: Cầu				PT: Phát triển				KN: Kỹ thuật				-----				Công								

b- Đánh giá sự phát triển về thể lực

Đánh giá sự phát triển về thể lực sau chu kỳ

1 cho kết quả bảng 2 và 3.

Bảng 2. Kết quả kiểm tra thể lực sau chu kỳ 1 (n=15)

T	Test	Ban đầu			Sau chu kỳ 1		
		\overline{X}_1	$\pm \delta_1$	C_{v1}	\overline{X}_2	$\pm \delta_2$	C_{v2}
1	Bật cao tại chỗ (cm)	38.80	5.24	13.51	40.27	3.95	9.82
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	33.73	6.92	20.52	35.87	3.54	9.98
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.34	1.18	16.02	7.79	0.78	9.96
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.63	0.37	10.11	3.48	0.27	7.69
5	Chạy zigzag 20m (s)	5.47	0.55	10.08	5.33	0.42	7.95
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.42	1.15	10.07	11.21	0.99	8.87
7	Chạy 800m (phút)	2.97	0.34	12.62	2.86	0.28	9.95
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	29.85	3.00	10.04	28.70	1.92	6.70
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	27.53	2.77	10.08	29.00	2.04	7.02
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	25.80	2.78	10.79	27.20	2.21	8.13
11	Test chạy chữ T (s)	12.35	1.24	10.06	12.13	1.06	8.70

Bảng 3. Nhịp tăng trưởng về thể lực sau chu kỳ 1 (n=15)

T T	Test	\overline{X}_1	\overline{X}_2	$\pm\delta$	W%	t	P <
1	Bật cao tại chỗ (cm)	38.80	40.27	4.59	3.71	3.66	0.05
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	33.73	35.87	5.23	6.13	2.29	0.05
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.34	7.79	0.98	5.98	3.31	0.05
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.63	3.48	0.32	-4.22	4.01	0.05
5	Chạy ziczac 20m (s)	5.47	5.33	0.48	-2.73	4.61	0.001
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.42	11.21	1.07	-1.89	3.13	0.05
7	Chạy 800m (phút)	2.97	2.86	0.31	-3.89	6.63	0.001
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	29.85	28.70	2.46	-3.95	2.72	0.05
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	27.53	29.00	2.40	5.19	4.04	0.05
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	25.80	27.20	2.49	5.28	6.55	0.001
11	Test chạy chữ T (s)	12.35	12.13	1.15	-1.81	3.25	0.05

Sau chu kỳ 1 hầu hết các tố chất thể lực đều tăng rõ rệt với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ sự khác biệt có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$ và $p < 0.001$.

Giá trị X_i là tương đối đồng đều so với giá trị \overline{X}_2 ($C_v < 10\%$).

Tiếp theo để đánh giá sự phát triển về thể lực chúng tôi đã kiểm tra sau chu kỳ 2.

Bảng 4. Nhịp tăng trưởng về thể lực sau chu kỳ 2 (n=15)

T T	Test	\overline{X}_2	\overline{X}_3	$\pm\delta$	W%	t	P <
1	Bật cao tại chỗ (cm)	40.27	41.40	4.32	2.78	8.50	0.05
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	35.87	38.60	4.50	7.34	11.01	0.05
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.79	7.93	0.76	1.78	3.30	0.05
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.48	3.40	0.25	-2.09	3.47	0.05
5	Chạy ziczac 20m (s)	5.33	5.23	0.39	-1.88	4.27	0.001
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.21	11.13	1.00	-0.67	3.09	0.05
7	Chạy 800m (phút)	2.86	2.78	0.27	-2.70	9.39	0.001
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	28.70	28.42	1.86	-0.99	5.27	0.001
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	29.00	30.07	1.99	3.61	9.03	0.001
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	27.20	28.80	1.89	5.71	7.48	0.001
11	Test chạy chữ T (s)	12.13	11.90	0.95	-1.86	3.43	0.05

Kết quả kiểm tra sau chu kỳ 2 vẫn có xu hướng tăng như chu kỳ 1. Các test đều có độ tăng tiến cao đặc biệt là test bật cao có đà bằng

1 chân có độ tăng tiến là 7.34%, các test còn lại có độ tăng tiến thấp hơn chu kỳ 1.

Sự phát triển về thể lực sau 1 năm tập luyện được chúng tôi trình bày bảng 5 và 6.

Bảng 5. Kết quả kiểm tra thể lực sau 1 năm tập luyện (n=15)

TT	Test	Ban đầu			Sau 1 năm		
		\bar{X}_1	$\pm\delta_1$	C_{v1}	\bar{X}_3	$\pm\delta_3$	C_{v3}
1	Bật cao tại chỗ (cm)	38.80	5.24	13.51	41.40	4.05	9.78
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	33.73	6.92	20.52	38.60	3.78	9.78
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.34	1.18	16.02	7.93	0.74	9.29
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.63	0.37	10.11	3.40	0.24	6.98
5	Chạy ziczac 20m (s)	5.47	0.55	10.08	5.23	0.37	7.11
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.42	1.15	10.07	11.13	1.01	9.04
7	Chạy 800m (phút)	2.97	0.34	12.62	2.78	0.27	9.81
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	29.85	3.00	10.04	28.42	1.81	6.38
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	27.53	2.77	10.08	30.07	1.94	6.47
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	25.80	2.78	10.79	28.80	1.57	5.44
11	Test chạy chữ T (s)	12.35	1.24	10.06	11.90	0.85	7.17

Bảng 6. Nhịp tăng trưởng về thể lực sau 1 năm tập luyện (n=15)

TT	Test	\bar{X}_1	\bar{X}_3	$\pm\delta$	W%	t	P <
1	Bật cao tại chỗ (cm)	38.80	41.40	4.64	6.48	7.45	0.001
2	Bật cao có đà bằng một chân (cm)	33.73	38.60	5.35	13.46	5.23	0.001
3	Ném bóng nhồi 3kg (m)	7.34	7.93	0.96	7.76	4.08	0.05
4	Chạy 20m xuất phát cao (s)	3.63	3.40	0.30	-6.32	4.07	0.05
5	Chạy ziczac 20m (s)	5.47	5.23	0.46	-4.61	4.04	0.05
6	Di chuyển ngang 5x8m (s)	11.42	11.13	1.08	-2.57	4.10	0.05
7	Chạy 800m (phút)	2.97	2.78	0.30	-6.58	8.85	0.001
8	Chạy con thoi 5x28m (s)	29.85	28.42	2.40	-4.93	3.30	0.05
9	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (lần)	27.53	30.07	2.35	8.50	6.32	0.001
10	Nằm sấp chống đẩy (lần/phút)	25.80	28.80	2.17	10.99	7.69	0.001
11	Test chạy chữ T (s)	12.35	11.90	1.04	-3.67	4.07	0.05

Sau 1 năm hầu hết các tố chất thể lực đều tăng lên rõ rệt (bảng 5, bảng 6). Kết quả thu được qua các test đánh giá thể lực đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ hay nói cách khác là sự khác biệt có ý nghĩa ở ngưỡng xác $p < 0.05$ và $p < 0.001$, đặc biệt là các test: Bật cao tại chỗ; Bật cao có đà bằng 1 chân; Chạy 800m; Bật nhảy với bảng liên tục 20s; Nằm sấp chống đẩy.

3. KẾT LUẬN

Qua quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 11 test đánh giá thể lực phù hợp với VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm Tp.HCM bao gồm các test: Đánh giá sức mạnh

(4 test); Đánh giá sức nhanh (3 test); Đánh giá sức bền (3 test); Đánh giá độ linh hoạt (1 test).

Sau một năm thực nghiệm, chúng tôi đã đạt được mục tiêu đề ra đó là phát triển toàn diện về thể lực cho VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại học Sư phạm Tp.HCM, đặc biệt là test: Bật cao có đà bằng một chân (cm) có nhịp tăng trưởng cao với $W\% = 13.46\%$. Kết quả đánh giá thể lực đã chỉ ra những mặt mạnh, mặt yếu của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ trường Đại học Sư phạm Tp.HCM, từ đó có thể định hướng những năm tiếp theo.

Tài liệu tham khảo

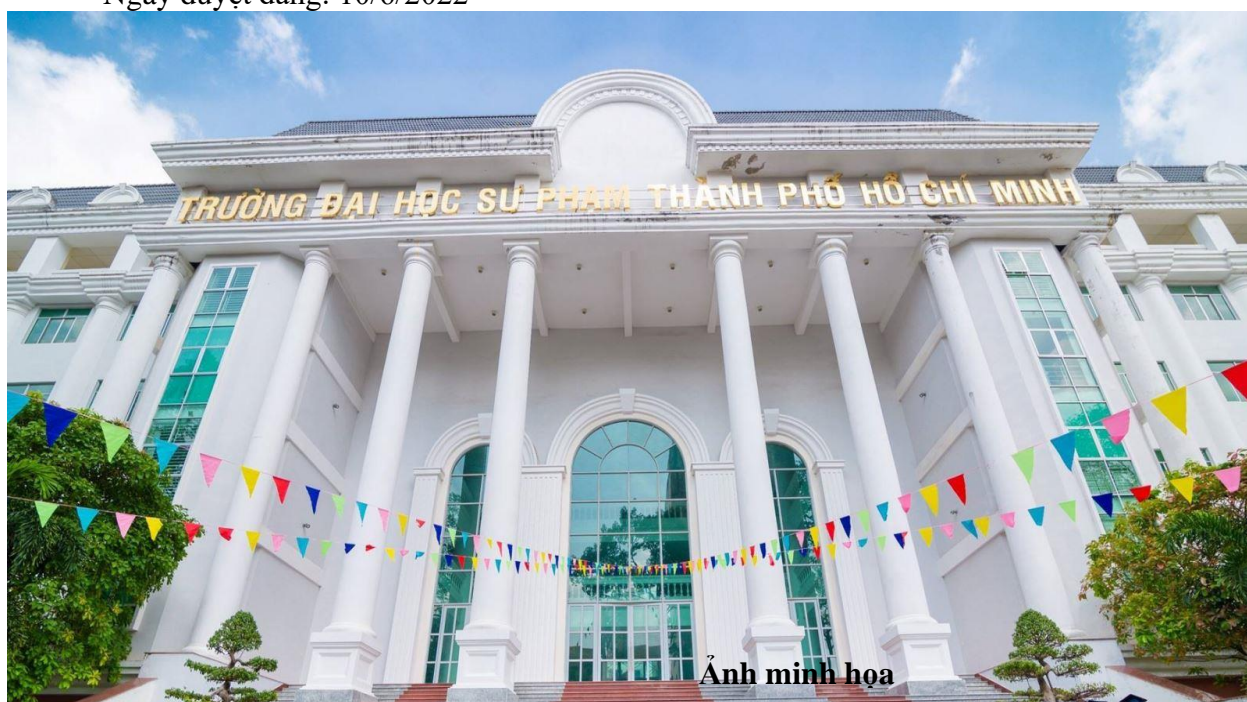
1. Bompa.T (2002), *Tính chu kỳ trong huấn luyện thể thao*, Biên dịch: Lâm Quang Thành, Bùi Trọng Toại NXB TDTT Hà Nội.
2. Đinh Can, Phạm Cao Huân (1975), *Bóng rổ* NXB TDTT Hà Nội.
3. Portnova (1997), *Bóng rổ*, Dịch: Nguyễn Văn Mạnh Novicop. AD, Matveep LP (1980) Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất Tập 1, Dịch: Lê Văn Lắm, Phạm Trọng Thanh, Đoàn Thao NXB TDTT Hà Nội.
4. Đặng Hà Việt (2004), *Bước đầu nghiên cứu sức bền chuyên môn của vận động viên bóng rổ nam đội tuyển Việt Nam* – Luận án tiến sĩ giáo dục học, mã số: 62810201.
5. V. Diatstocôp (1963), *Rèn luyện thể lực của vận động viên*. Dịch Nguyễn Trình NXB TDTT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Ngô Kiên Trung (2018), Bài báo trích từ luận văn Thạc sỹ “*Nghiên cứu sự phát triển về thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ Trường ĐHSP TP.HCM sau 1 năm tập luyện*”.

Ngày nhận bài: 18/04/2022

Ngày đánh giá: 25/05/2022

Ngày duyệt đăng: 10/6/2022



ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG DẠY HỌC SINH LÝ NGƯỜI VÀ THIẾT KẾ HỆ THỐNG PHIẾU HỌC TẬP SINH LÝ NGƯỜI ÁP DỤNG TRÊN SINH VIÊN NĂM NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

ASSESSING THE REALITY OF TEACHING HUMAN PHYSIOLOGY AND DESIGNING WORK CARD SYSTEMS OF HUMAN PHYSIOLOGY TO APPLY FOR THE FIRST YEAR STUDENTS OF HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Nguyễn Thị Thoa – Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Bài báo tập trung vào đánh giá thực trạng dạy học Sinh lý người; thiết kế phiếu học tập phần Sinh lý người; cũng như phân tích tác dụng của việc sử dụng phiếu học tập trong quá trình dạy học nhằm tăng hiệu quả trong quá trình dạy học, góp phần nâng cao chất lượng dạy học.

Từ khóa: Phiếu học tập; sinh lý người; phương pháp dạy học; thiết kế; hệ thống.

Abstract: The article focuses on assessing the reality of teaching Human Physiology; designing study cards for the subject of Human Physiology, as well as, analyzing the effects of using Study cards in the teaching process to increase efficiency in the teaching process, which contributes to improving the quality of teaching.

Keywords: Study cards; human physiology; teaching methods; design; system.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đổi mới phương pháp trong giảng dạy là việc làm rất cần thiết trong bối cảnh hiện nay. Thiết kế các phương tiện dạy học phù hợp để đạt mục tiêu dạy học là một việc quan trọng trong quá trình đổi mới đó. Quan sát thực tế giảng dạy trên sinh viên ĐHSP TDTT Hà Nội chúng tôi nhận thấy: Quá trình tổ chức dạy học vẫn chủ yếu thực hiện theo lối truyền thống, ghi nhớ máy móc, ít tương tác, thiếu tính chủ động và tích cực... Để khắc phục thực tế đó, chúng ta cần tập trung dạy cách học, cách nghĩ, khuyến khích tự học, tạo cơ sở để người học tự cập nhật và đổi mới tri thức, kỹ năng, phát triển năng lực. Chuyển từ lối học truyền thống sang tổ chức hình thức học tập đa dạng. Xuất phát từ thực tế đó đề tài tập trung vào thiết kế hệ thống phiếu học tập cho phần Sinh lý người để sử dụng cho sinh viên Trường ĐHSP TDTT Hà Nội, khắc phục những vấn đề thực tiễn nêu trên.

Một trong các biện pháp cơ bản nhằm tích cực hóa quá trình dạy và học là sử dụng hệ thống phiếu học tập (PHT). Việc học tập theo phương pháp mới, sử dụng các phiếu học tập,

tổ chức các hình thức dạy học đa dạng như làm việc nhóm hay làm việc độc lập là một cách tự lực đóng vai trò quan trọng trong việc tích cực hoá, phát huy tính sáng tạo của sinh viên (SV). Với mục tiêu đó chúng tôi đề xuất đề tài: *“Đánh giá thực trạng dạy học Sinh lý người và thiết kế hệ thống phiếu học tập Sinh lý người áp dụng trên sinh viên năm nhất Trường ĐHSP TDTT Hà Nội.”*

Đề tài sử dụng các phương pháp: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp điều tra-phỏng vấn, phương pháp toán học thống kê, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp thực nghiệm sư phạm, phương pháp thiết kế phiếu học tập.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng dạy học Sinh lý người của Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Trường ĐHSP TDTT Hà Nội là một trường đặc thù, tuyển sinh đầu vào yêu cầu điểm học tập môn Sinh năm lớp 12 trên 5, số sinh viên trong một lớp học lý thuyết khá đông, hơn nữa với cấu trúc phần Sinh lý người khá nhiều đơn vị kiến thức mà thời lượng giảng dạy bị rút ngắn (28 tiết lý thuyết); nên ít nhiều ảnh

hưởng đến kết quả học tập môn học. Xuất phát từ thực tiễn đó, chúng tôi những người trực tiếp giảng dạy môn học đã và đang tiến hành đổi mới phương pháp giảng dạy, áp dụng những kỹ thuật dạy học mới nhằm khắc phục

thực trạng, nâng cao chất lượng và kết quả học tập phần Sinh lý người.

Để đánh giá về kết quả học tập môn Sinh lý người, đề tài tiến hành tìm hiểu kết quả học tập môn Sinh lý người của sinh viên các khóa 47, 48 và 49 tại Trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

Bảng 1. Thực trạng đánh giá xếp loại kết quả học tập môn Sinh lý người của sinh viên khóa 47, 48 và 49 Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Đối tượng	Kết quả đánh giá xếp loại							
	Không đạt		Trung bình		Khá		Giỏi	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Đại học 47 (n = 244)	101	41,39	65	26,64	61	25,00	17	6,97
Đại học 48 (n = 231)	52	22,51	49	21,21	107	46,32	23	9,96
Đại học 49 (n = 180)	36	20,00	27	15,00	87	48,33	30	16,67
Tổng (n = 655)	189	28,85	141	21,53	255	38,93	70	10,69

Từ kết quả thu được ở bảng 1 và cho thấy, số sinh viên có kết quả học tập môn Sinh lý người trong chương trình đào tạo xếp loại giỏi chiếm tỷ lệ khá thấp (10,69%), tỉ lệ sinh viên xếp loại khá là cao nhất (38,93%), số sinh viên xếp loại trung bình chiếm 21,53%, còn lại sinh viên xếp loại yếu kém (không đạt) vẫn chiếm tỉ lệ khá cao (28,85%).

2.2. Thực trạng về nhận thức, nhu cầu, hứng thú và mong muốn của sinh viên khi

học tập Sinh lý người

Sau khi nghiên cứu các lý thuyết liên quan đến phiếu học tập, trước khi tiến hành thiết kế và ứng dụng hệ thống phiếu học tập, chúng tôi tiến hành điều tra, lấy ý kiến của SV khóa 50 đang học tập môn học Sinh lý người để đánh giá nhận thức, nhu cầu, hứng thú và mong muốn của SV khi học tập môn học. Chúng tôi đã tiến hành khảo sát trên 130 SV khóa 50 và thu được kết quả ở bảng 2 dưới đây:

Bảng 2. Kết quả điều tra về nhận thức, hứng thú và mong muốn của SV khóa 50 khi học môn Sinh lý người

Nội dung khảo sát	Các lựa chọn	Tỉ lệ (%)
1. Nhận thức về vai trò, ý nghĩa của môn học	Rất quan trọng	9,23
	Quan trọng	50,77
	Bình thường	14,62
	Không quan trọng	25,38
2. Những khó khăn thường gặp khi học môn học (có thể chọn nhiều phương án)	Nội dung nhiều, thời lượng học ít	21,52
	Kiến thức khó, dàn trải	41,54
	Lớp học đông, ý thức học chưa tốt	49,92
	Ý kiến khác (...)	1,43
3. Phần nội dung kiến thức các em thấy khó nhất trong quá trình học (có thể chọn nhiều phương án)	Sinh lý hệ tuần hoàn	39,23
	Sinh lý hệ thần kinh	83,85
	Sinh lý hệ hô hấp	26,15
	Sinh lý nội tiết	52,31
4. Mong muốn của sinh viên khi học tập môn học (có thể chọn nhiều phương án)	Tăng cường sử dụng hình ảnh, clip minh họa cho từng nội dung	53,85
	Sử dụng sơ đồ để hệ thống kiến thức	34,62
	Sử dụng bài tập, câu hỏi gợi ý để tiếp cận kiến thức mới, ôn tập và củng cố kiến thức đã học	67,69
	Đổi mới phương pháp dạy học	3,38

Qua bảng 2 chúng tôi nhận thấy:

- Phần lớn SV đã nhận thức được tầm quan trọng của môn học (chiếm tỉ lệ 55,77%); bên

cạnh đó, vẫn có một tỉ lệ SV nhất định chưa nhận thức được ý nghĩa của môn học (chiếm tỉ lệ 25,38%).

- Ý thức học tập chưa tốt, tâm lý đám đông học theo bạn là nguyên nhân chính dẫn đến khó khăn khi học tập môn học (chiếm tỉ lệ 49,92%); ngoài ra kiến thức khó, dàn trải, giáo trình chưa được cải biên để phù hợp với phân phối chương trình trong điều kiện mới là một khó khăn khi tiếp cận kiến thức môn học (chiếm tỉ lệ 41,54%).

- Đa số sinh viên được khảo sát đều thấy nội dung Sinh lý thần kinh là khó học nhất, chiếm tới 83,85%; tiếp đến là Sinh lý nội tiết (chiếm tỉ lệ 52,31%), Sinh lý tuần hoàn (chiếm tỉ lệ 39,23%) và Sinh lý hô hấp (chiếm tỉ lệ 26,15%). Đây là những nội dung được sinh viên lựa chọn nhiều nhất. Căn cứ vào kết quả khảo sát, chúng tôi sẽ có định hướng để thiết kế và sử dụng phiếu học tập một cách hợp lý, nhằm nâng cao kết quả và chất lượng học tập môn học.

- Phần lớn sinh viên được khảo sát đều mong muốn được sử dụng các phương tiện dạy

học dưới nhiều hình thức khác nhau để hỗ trợ quá trình học tập như bài tập, câu hỏi gợi ý (chiếm tỉ lệ 67,69%), sơ đồ (chiếm tỉ lệ 53,85%) hay hình ảnh và clip minh họa (chiếm tỉ lệ 34,62%). Tất cả các yếu tố phương tiện dạy học nói trên đều là các hình thức khác nhau của phiếu học tập. Ngoài ra, một số sinh viên mong muốn đổi mới phương pháp dạy học (chiếm tỉ lệ 3,38%).

2.3. Nghiên cứu, thiết kế hệ thống phiếu học tập (PHT) Sinh lý người trong quá trình giảng dạy và học tập môn học

Dựa trên những nghiên cứu lý thuyết về thiết kế và xây dựng PHT; cũng như căn cứ vào kết quả điều tra về nhận thức, hứng thú và mong muốn của sinh viên khóa 50 khi học môn Sinh lý người, chúng tôi đã thiết kế được hệ thống PHT của môn học Sinh lý người để sử dụng vào giảng dạy nhằm góp phần nâng cao kết quả và chất lượng học tập môn học. Trong khuôn khổ bài báo, chúng tôi xin giới thiệu một số dạng PHT Sinh lý người được thiết kế và sử dụng trong giảng dạy.

📌 Chương 1. Sinh lý thần kinh

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 1.1

- Nghiên cứu giáo trình trang 39-41 tìm ý phù hợp điền vào các ô trống của bảng cho phù hợp.

Đặc điểm	Hệ giao cảm	Hệ phó giao cảm
1. Trung ương		
2. Hạch thần kinh		
3. Cơ chế tác động		

📌 Chương 4. Sinh lý tuần hoàn

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 4.1

Quan sát video “Tim hoạt động như thế nào?”, đọc giáo trình mục 2.2. trang 104-109 rồi điền vào chỗ chấm:

- Tim có mấy đặc tính sinh lý? :
- Kể tên các đặc tính sinh lý đó:
- Tính hưng phấn của cơ tim khác của cơ vân như thế nào?
- Thế nào là tính trơ có chu kỳ?.....
- Tính nhịp điệu và tính dẫn truyền do yếu tố cấu trúc nào quy định?

📌 **Chương 5. Sinh lý hô hấp**

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 5.1

Đọc giáo trình mục 3. Các dung tích hô hấp và các thông số hô hấp trang 142-144, hoàn thành bảng dưới đây:

Các dung tích hô hấp	Khái niệm	Cách xác định	Đặc điểm, ý nghĩa
1. Dung tích phổi			
2. Dung tích sống			
3. Dung tích hít vào			
4. Dung tích cặn chức năng			

📌 **Chương 8. Sinh lý nội tiết**

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 8.1

Quan sát hình 1 và hình 2: Cơ chế tác động của hormone lên sự hình thành AMP_v và sự hình thành protein, đọc mục 1.4 giáo trình trang 222, 223 hoàn thành bảng sau:

Đặc điểm phân biệt	Hormone tác động lên sự hình thành AMP _v	Hormone tác động lên sự hình thành protein
1. Bản chất hormone		
2. Đại diện tuyến nội tiết		
3. Cơ chế tác động		

2.4. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả của biện pháp sử dụng hệ thống phiếu học tập vào giảng dạy môn học Sinh lý người cho sinh viên Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Trên cơ sở hệ thống phiếu học tập đã được thiết kế, đề tài tiến hành ứng dụng và đánh giá hiệu quả của biện pháp sử dụng hệ thống phiếu học tập vào giảng dạy môn học Sinh lý người cho SV khóa 51 của Trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

Bảng 3. Kết quả học tập môn Sinh lý người của sinh viên khóa 51 Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Nhóm nghiên cứu	Kết quả đánh giá xếp loại							
	Không đạt		Trung bình		Khá		Giỏi	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Đối chứng (n = 59)	5	8,48	16	27,12	27	45,76	11	18,64
Thực nghiệm (n = 60)	2	3,33	12	20,00	31	51,67	15	25,00
Tổng (n = 119)	7	5,88	28	23,53	58	48,74	26	21,85

Từ kết quả bảng 3 và so sánh với kết quả khảo sát bảng 2 cho thấy: kết quả học tập môn học Sinh lý người của SV đã được nâng cao; tỉ lệ sinh viên xếp loại không đạt giảm đáng kể từ 28,85% xuống còn 5,88%; tỉ lệ sinh viên xếp loại trung bình chênh lệch không nhiều là 21,53% và 23,53%; tỉ lệ sinh viên xếp loại khá tăng đáng kể từ 38,93% lên 48,74% đối với loại khá và 10,69% lên 21,85% đối với loại giỏi.

Như vậy có thể nói, nhờ áp dụng một số biện pháp mà đề tài xây dựng, phần nào nâng cao kết quả học tập môn học của SV. Mặt khác, qua bảng 3 chúng tôi cũng nhận thấy, khi so sánh kết quả học tập môn học giữa nhóm đối chứng và thực nghiệm cũng nhận thấy sự khác biệt nhất định: tỉ lệ SV xếp loại không đạt giảm từ 8,48% (nhóm đối chứng) xuống 3,33% (nhóm thực nghiệm); tương tự như vậy,

tỉ lệ SV xếp loại trung bình cũng giảm từ 27,12% (nhóm đối chứng) xuống 20,00% (nhóm thực nghiệm); tỉ lệ SV xếp loại khá, giỏi tăng từ 45,76% và 18,64 % (nhóm đối chứng) lên 51,67% và 25,00 % (nhóm thực nghiệm). Như vậy, sử dụng hệ thống phiếu học tập và giảng dạy và học tập phần nào có tác động tích cực, nâng cao kết quả học tập của SV.

Mặt khác, khi sử dụng phiếu học tập vào giảng dạy chúng tôi cũng nhận thấy: sử dụng phiếu học tập là một phương pháp dạy học tích cực, trong đó phiếu học tập là phương tiện để giảng viên yêu cầu sinh viên tiến hành các hoạt động tự lực để tìm ra tri thức mới. Các phiếu học tập được sử dụng vào các thời điểm thích hợp trong các tiết học trên lớp tương ứng với những nội dung phù hợp sẽ có giá trị cao như:

- Lời giải đúng trong phiếu học tập sẽ là tri thức mới cho học sinh.
- Tri thức mới đến với sinh viên nhờ hoạt động tư duy tích cực của chính sinh viên với phiếu học tập, nhờ đó sinh viên không chỉ giành được các tri thức mà còn rèn luyện được các phương pháp nhận thức.
- Phiếu học tập có ý nghĩa lớn khi yêu cầu sinh viên kết hợp tiềm năng của mình với việc

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2002), *Một số vấn đề về đổi mới PPDH ở trường Trung học phổ thông*, Viện Khoa học Giáo dục, Hà Nội.
2. Vũ Cao Đàm (2021), *Phương pháp luận nghiên cứu khoa học*, Hà Nội.
3. Lê Văn Giáo (2007), *Bài giảng tích cực hoá hoạt động nhận thức của học sinh*, trường Đại học Sư phạm Huế.
4. Trần Bá Hoàn (2006), *Đổi mới phương pháp dạy học, chương trình và sách giáo khoa*, Nhà xuất bản ĐHSP Hà Nội.
5. Nghị quyết số 88/2014/QH13 của Quốc hội.

Nguồn bài báo: Nguyễn Thị Thoa (2019), Bài báo được trích từ Đề tài cấp cơ sở “*Nghiên cứu biện pháp nhằm nâng cao kết quả học tập môn học Sinh lý người cho sinh viên Trường ĐHSP TDTT Hà Nội*”, Trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

Ngày nhận bài: 29/03/2022

Ngày đánh giá: 02/04/2022

Ngày duyệt đăng: 20/04/2022

nghiên cứu giáo trình. Lúc này các nội dung phiếu học tập có vai trò kích thích định hướng nhận thức, đồng thời định hướng việc nghiên cứu tài liệu giáo trình, do đó giáo trình sẽ là nguồn tư liệu quan trọng để sinh viên nghiên cứu tìm lời giải. Như vậy, phiếu học tập được sử dụng để tổ chức các hoạt động nhận thức các kiến thức một cách khá triệt để, có thể khắc phục được tình trạng học thụ động, dạy độc thoại và giáo trình, tài liệu bị “thừa”.

3. KẾT LUẬN

Qua điều tra thực trạng giảng dạy và học tập Sinh lý người đề tài nhận thấy kết quả học tập môn học những năm gần đây chưa tốt, mà nguyên nhân do một nhóm các yếu tố như chất lượng đầu vào, sự bất hợp lý trong phân phối chương trình, tính chất và độ khó của môn học ảnh hưởng đến sự hứng thú của người học, cũng như phương pháp giảng dạy cũng có ảnh hưởng nhất định.

Việc thiết kế và sử dụng hệ thống phiếu học tập vào giảng dạy và học tập đã góp phần nâng cao chất lượng và kết quả môn học Sinh lý người, đồng thời tích cực hóa quá trình dạy học.

THỰC TRẠNG KẾT QUẢ HỌC TẬP MÔN BẮN SÚNG NGẮN QUÂN DỤNG CỦA HỌC VIÊN TRƯỜNG CAO ĐẲNG CẢNH SÁT NHÂN DÂN I

THE REALITY OF LEARNING RESULTS OF MILITARY SHORT GUN OF STUDENTS AT PEOPLE'S POLICE COLLEGES I

ThS. Lương Hồng Sinh - Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I

Tóm tắt: Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I. Đây là một trong những luận cứ quan trọng và cần thiết, làm tiền đề và là cơ sở để lựa chọn các biện pháp nâng cao kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I.

Từ khóa: Thực trạng; Bắn súng ngắn quân dụng; Kết quả học tập; Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I.

Abstract: On the basis of theory and practice, the study assesses the actual situation of learning outcomes in military pistol shooting of students of the People's Police College I. This is one of the important and necessary arguments, serving as a premise and basis for choosing measures to improve the learning efficiency of Military Pistol Shooting for students of People's Police College I.

Keywords: Reality; Military short gun; Learning outcomes; People's Police College I.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I (CSND I) là một trong những trung tâm đào tạo lớn của lực lượng Công an nhân dân, có nhiệm vụ đào tạo cán bộ, chiến sĩ công an phục vụ sự nghiệp bảo vệ an ninh Quốc gia và giữ gìn trật tự an toàn xã hội. Quán triệt sâu sắc các quan điểm của Đảng, Nhà nước và của Bộ Công an về định hướng phát triển giáo dục, đào tạo, những năm qua công tác giáo dục, đào tạo của nhà Trường đã từng bước trưởng thành và lớn mạnh. Việc nâng cao chất lượng dạy học của giảng viên và học viên trong Nhà trường được đặc biệt quan tâm. Các giải pháp nâng cao chất lượng, hiệu quả dạy và học các môn học trong chương trình đào tạo đóng vai trò then chốt trong hoạt động đổi mới giáo dục đào tạo của Nhà trường, trong đó có môn học bắn súng ngắn quân dụng thuộc học phần Giáo dục quốc phòng, đào tạo bậc Cao đẳng.

Với mong muốn đóng góp một phần vào hoạt động đổi mới phương pháp dạy học, nâng

cao chất lượng đào tạo của Trường Cao đẳng CSND I, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: *“Đánh giá thực trạng kết quả học tập môn bắn súng ngắn quân dụng của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I”*.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng nhận thức của học viên Trường Cao đẳng CSND I đối với môn Bắn súng ngắn quân dụng

Để xác định được thực trạng nhận thức của học viên đối với môn Bắn súng ngắn quân dụng, đề tài tiến hành phỏng vấn với 120 học viên Trường Cao đẳng CSND I về các vấn đề có liên quan đến việc học tập môn bắn súng ngắn quân dụng. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng nhận thức của học viên Trường Cao đẳng CSND I đối với môn Bắn súng ngắn quân dụng (n = 120)

TT	Nội dung		Kết quả	
			n	%
1	Tầm quan trọng của môn bắn súng ngắn quân dụng trong học tập và trong công tác thực tiễn	Rất quan trọng	30	25,00
		Quan trọng	40	33,33
		Bình thường	36	30,00
		Không quan trọng	14	11,67
2	Tác dụng của việc tập luyện môn bắn súng ngắn quân dụng	Phục vụ công tác chiến đấu	55	45,84
		Rèn luyện bản lĩnh, ý chí	27	22,50
		Đạt được kết quả học tập cao	22	18,33
		Không có tác dụng	16	13,33
3	Mức độ hứng thú với môn bắn súng ngắn quân dụng	Rất hứng thú	18	15,00
		Hứng thú	22	18,33
		Bình thường	56	46,67
		Không hứng thú	24	20,00
4	Đánh giá về mức độ phù hợp của chương trình	Rất phù hợp	26	21,67
		Phù hợp	28	23,33
		Bình thường	50	41,67
		Chưa phù hợp	16	13,33
5	Mức độ tham gia tập luyện ngoại khóa môn bắn súng ngắn quân dụng	Rất thường xuyên	16	13,33
		Thường xuyên	26	21,67
		Bình thường	53	41,17
		Không tập	25	20,83
6	Đánh giá của học viên về các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng học tập môn bắn súng ngắn quân dụng	Chương trình môn học chưa phù hợp	16	13,33
		Năng lực của giảng viên	12	10,00
		Cơ sở vật chất chưa đáp ứng	52	43,34
		Động cơ học tập của học viên chưa đúng đắn	40	33,33

Kết quả ở bảng 1 cho thấy: Đa số học viên được hỏi đã nhận thức được tầm quan trọng của môn bắn súng ngắn quân dụng trong học tập và trong công tác thực tiễn và thấy được tác dụng của việc tập luyện môn bắn súng ngắn quân dụng. Tuy nhiên vẫn có 46,67% cho biết, mức độ hứng thú với môn học chỉ ở mức bình thường, thậm chí có 20% không hứng thú. Vẫn còn 41,67% đánh giá mức độ phù hợp của chương trình ở mức bình thường, thậm chí có 13,33% cho rằng chương trình chưa phù hợp. Điều này ảnh hưởng tới tỷ lệ tham gia tập luyện ngoại khóa của học viên không cao. Số học viên tập luyện ngoại khóa

thường xuyên chỉ chiếm tỷ lệ thấp 13,33%, số học viên không tập luyện chiếm 20,83%.

2.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy môn Bắn súng ngắn quân dụng của Trường Cao đẳng CSND I

Đội ngũ giảng viên đóng vai trò then chốt trong việc nâng cao chất lượng giáo dục đào tạo trong nhà trường và có ảnh hưởng lớn đến chất lượng, kết quả học tập của học viên. Do vậy, đề tài tiến hành khảo sát, đánh giá thực trạng về số lượng, lứa tuổi, thâm niên giảng dạy, trình độ học vấn của đội ngũ giảng viên trực tiếp tham gia giảng dạy môn Bắn súng ngắn quân dụng của Khoa Quân sự, Võ thuật,

TDDT - Trường Cao đẳng CSND I. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy môn Bắn súng ngắn quân dụng của Trường Cao đẳng CSND I (n = 12)

Kết quả	Giới tính		Lứa tuổi			Thâm niên				Trình độ học vấn		
	Nam	Nữ	<30	30-40	>40	<5	5-10	10-15	>15	CN	ThS	TS
n	12	0	0	09	03	01	03	08	0	10	02	0
%	100	0	0	75,00	25,00	8,33	25,00	66,67	0	83,33	16,67	0

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, đội ngũ giảng viên trực tiếp tham gia giảng dạy môn bắn súng ngắn quân dụng gồm 12 người, 100% là nam giới, đều có trình độ từ đại học trở lên. Tuy nhiên, số giảng viên có trình độ thạc sĩ còn chiếm tỷ lệ thấp, chiếm 16,67%; giảng viên có trình độ đại học chiếm đa số với tỷ lệ 83,33%; giảng viên có độ tuổi từ 30-40 tuổi chiếm tỷ lệ cao 75,00%, trong khi số giảng viên trên 40 tuổi chỉ chiếm tỷ lệ 25,00%, không có giảng viên trẻ dưới 30 tuổi; số giảng viên có thâm niên trên 10 năm chiếm tỷ lệ cao 66,67% so với số giảng viên có thâm niên từ 5 năm đến dưới 10 năm chiếm tỷ lệ 25,00% và dưới 5 năm chỉ chiếm tỷ lệ 8,33%. Như vậy, về cơ bản đội ngũ giảng viên trực tiếp tham

gia giảng dạy môn bắn súng ngắn quân dụng tại Trường Cao đẳng CSND I đáp ứng được yêu cầu của môn học.

2.3. Thực trạng cơ sở vật chất và điều kiện đảm bảo dạy học môn Bắn súng ngắn quân dụng tại Trường Cao đẳng CSND I

Cơ sở vật chất về thao trường, các trang thiết bị phục vụ tập luyện, giáo trình, tài liệu cũng là một trong những yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng. Đề tài đã tiến hành khảo sát, đánh giá thực trạng cơ sở vật chất và điều kiện đảm bảo dạy học môn Bắn súng ngắn quân dụng tại Trường Cao đẳng CSND I. Kết quả khảo sát được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng cơ sở vật chất và điều kiện đảm bảo dạy học môn Bắn súng ngắn quân dụng tại Trường Cao đẳng CSND I

TT	Nội dung	Số lượng	Chất lượng	Mức độ đáp ứng
I	Cơ sở vật chất, thiết bị			
1	Trường bắn trong nhà	01	Trung bình	Không đáp ứng
2	Trường bắn ngoài trời	01	Khá	Đáp ứng
3	Súng CZ75	30 khẩu	Khá	Đáp ứng
4	Đạn súng CZ75	14 viên/HV	Khá	Đáp ứng
5	Súng CZ83	30 khẩu	Kém	Không đáp ứng
6	Đạn súng CZ83	14 viên/HV	Không có đạn	Không đáp ứng
7	Súng K59	25 khẩu	Trung bình	Đáp ứng
8	Đạn súng K59	14 viên/HV	Không có đạn	Không đáp ứng
9	Súng K54	40 khẩu	Kém	Không đáp ứng
10	Đạn súng K54	14 viên/HV	Trung bình	Không đáp ứng

TT	Nội dung	Số lượng	Chất lượng	Mức độ đáp ứng
11	Bia bắn cố định	12	Trung bình	Đáp ứng
12	Bia bắn ẩn hiện	12	Trung bình	Đáp ứng
13	Hệ thống đèn chiếu sáng	24 bóng	Kém	Không đáp ứng
14	Thiết bị bắn điện tử	01 bộ	Kém	Không đáp ứng
II	Tài liệu phục vụ giảng dạy			
1	Giáo trình	100	Khá	Thiếu
2	Sách tham khảo	40	Khá	Thiếu
3	Tài liệu hướng dẫn	40	Khá	Thiếu

Kết quả khảo sát ở bảng 3 cho thấy, hệ thống thao trường, cơ sở vật chất phục vụ học tập môn bắn súng ngắn quân dụng khá đa dạng, tuy nhiên chưa đáp ứng đầy đủ về số lượng và chất lượng so với nhu cầu thực tiễn. Cụ thể: Trường bắn trong nhà của trường chất lượng trung bình, hệ thống chiếu sáng không đảm bảo, không đáp ứng về tiêu chuẩn khi kiểm tra bắn đạn thật, các loại súng ngắn được trang bị đầy đủ nhưng chất lượng súng bắn kém, độ sai lệch còn cao, đạn phục vụ cho học viên bắn đạn thật còn ít, thiết bị bắn điện tử hoạt động không hiệu quả, hệ thống giáo trình, tài liệu học tập còn thiếu, chưa đáp ứng được nhu cầu tự nghiên cứu của học viên.

2.4. Thực trạng chương trình dạy học môn bắn súng ngắn quân dụng của Trường Cao đẳng CSND I

Môn học Bắn súng ngắn quân dụng là môn học bắt buộc nằm trong chương trình khung

đào tạo hệ Cao đẳng CSND, là một môn học trọng tâm, thuộc học phần Giáo dục quốc phòng. Theo chương trình môn học bắn súng ngắn quân dụng, học viên sau khi học phải hiểu được tính năng, tác dụng, cấu tạo và số liệu kỹ thuật của một số loại súng ngắn quân dụng; biết được nguyên lý hoạt động, kỹ thuật bắn súng ngắn; tháo, lắp thành thạo một số loại súng quân dụng để lau chùi, bảo dưỡng, bảo quản; bắn đạn thật kiểm tra đạt yêu cầu trở lên... Để đánh giá sự phù hợp của chương trình và thấy rõ được những tác động của chương trình đến kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng của học viên, đề tài đã khảo sát thực trạng chương trình dạy học môn Bắn súng ngắn quân dụng của Khoa QS, VT, TDDT-Trường Cao đẳng CSND I được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Phân phối nội dung, thời gian học môn bắn súng ngắn quân dụng thuộc học phần Giáo dục quốc phòng đào tạo hệ cao đẳng CSND

TT	Nội dung	Số tiết	Tỷ lệ (%)
1	Đường lối quân sự của Đảng Cộng sản Việt Nam	04	2,77
2	Bắn súng Tiểu liên AK	30	20,00
3	Bắn súng ngắn quân dụng	60	40,00
4	Kỹ thuật cá nhân vận động trong chiến đấu	30	20,00
5	Địa bàn, bản đồ, ống nhòm, lựu đạn và công cụ hỗ trợ	26	17,33
Tổng		150	100

Qua bảng 4 cho thấy môn học Bắn súng ngắn quân dụng có thời lượng 60 tiết chiếm tỷ lệ 40% tổng thời lượng học phần Giáo dục quốc phòng, trong khi các nội dung Đường lối quân sự của Đảng chiếm tỷ lệ 2,77%; Bắn súng tiểu liên AK chiếm tỷ lệ 20,00%; Kỹ thuật cá nhân vận động trong chiến đấu chiếm tỷ lệ 20,00%; Địa bàn, bản đồ, ống nhòm, lựu đạn và công cụ hỗ trợ chiếm tỷ lệ 17,33%.

Qua bảng 4 cho thấy môn học Bắn súng ngắn quân dụng có thời lượng 60 tiết chiếm tỷ lệ 40% tổng thời lượng học phần Giáo dục quốc phòng, trong khi các nội dung Đường lối quân sự của Đảng chiếm tỷ lệ 2,77%; Bắn súng tiểu liên AK chiếm tỷ lệ 20,00%; Kỹ thuật cá nhân vận động trong chiến đấu chiếm tỷ lệ 20,00%; Địa bàn, bản đồ, ống nhòm, lựu đạn và công cụ hỗ trợ chiếm tỷ lệ 17,33%.

20,00%; Kỹ thuật cá nhân vận động trong chiến đấu chiếm tỷ lệ 20,00%; Địa bàn, bản đồ, ống nhòm, lựu đạn và công cụ hỗ trợ tỷ lệ 17,33%.

Như vậy, môn bắn súng ngắn quân dụng là nội dung trọng tâm của học phần Giáo dục quốc phòng. Với 60 tiết, trong đó có 04 tiết lý thuyết, 50 tiết tập luyện thực hành, 04 tiết bắn đạn thật kiểm tra điều kiện, và 02 tiết bắn đạn thật thi kết thúc học phần. Việc phân bổ nội dung, chương trình đối với môn Bắn súng ngắn quân dụng là tương đối phù hợp với yêu cầu chung. Đề tài xác định không cần thiết phải điều chỉnh nội dung chương trình môn

học để tập trung nghiên cứu các yếu tố khác ảnh hưởng đến kết quả học tập của học viên.

2.5. Thực trạng kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng của học viên Trường Cao đẳng CSND I

Kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng là một kênh quan trọng để phản ánh hiệu quả dạy - học của giảng viên và học viên. Do vậy, đề tài đã tiến hành khảo sát thực trạng kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng của học viên ở các khóa H02S, H03S, H04S là các học viên đã học xong môn Bắn súng ngắn quân dụng. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng kết quả học tập môn bắn súng ngắn quân dụng của học viên Trường Cao đẳng CSND I năm học 2019 - 2020

TT	Khóa	Tổng	Kết quả									
			Giỏi		Khá		TB		Yếu		Kém	
			N	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	H02S	256	20	7,81	128	50,00	106	41,41	2	0,78	0	0
2	H03S	248	22	8,87	123	49,60	101	40,72	2	0,78	0	0
3	H04S	180	18	10,00	85	47,22	76	42,22	1	0,56	0	0

Qua bảng 5 có thể thấy, tỷ lệ học viên đạt loại giỏi chiếm một phần nhỏ (khóa H02S chiếm tỷ lệ 7,81%; khóa H03S chiếm tỷ lệ 8,87%; khóa H04S chiếm tỷ lệ 10,00%), tỷ lệ học viên đạt loại khá không vượt quá 50,00%, và trung bình còn cao chiếm từ 40,72% (khóa H03S) đến 42,22% (khóa H04S), tuy không có học viên đạt loại kém nhưng vẫn còn một số ít học viên đạt loại yếu trong cả ba khóa. Trong khi mục tiêu đào tạo của Nhà trường đặt ra là phần đầu có từ 60% học viên hệ Cao đẳng đạt loại khá, giỏi trở lên. Điều đó cho thấy kết quả học tập môn bắn súng ngắn quân dụng là chưa cao, chưa đáp ứng kịp thời yêu cầu nâng cao chất lượng giáo dục đào tạo trong Nhà trường. Vì vậy, cần có những

biện pháp để nâng cao kết quả học tập môn bắn súng ngắn quân dụng cho học viên các khóa học tiếp theo.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu cho thấy, kết quả học tập môn Bắn súng ngắn quân dụng của học viên Trường Cao đẳng CSND I chưa cao, vẫn còn nhiều học viên đạt kết quả trung bình, thậm chí có học viên đạt kết quả yếu. Kết quả đó do nhiều nguyên nhân khác nhau tác động đến như: Nhận thức của một bộ phận học viên đối với môn học Bắn súng ngắn quân dụng còn hạn chế; điều kiện cơ sở vật chất phục vụ học tập còn chưa đồng bộ, chưa đáp ứng đủ nhu cầu của môn học.



Tài liệu tham khảo

1. Bộ Công an (2006), *Chỉ thị số 10/2006/CT-BCA về tăng cường công tác huấn luyện quân sự, võ thuật trong lực lượng CAND*.
2. Lê Văn Đệ, Đào Gia Bảo, Bùi Tiến Mạnh, Đinh Duy Tiệp, Nguyễn Xuân Đức, Nguyễn Khắc Phong, Đinh Quang Khánh, Nguyễn Văn Điệp, Vũ Duy Hình, Mai Nhân, Nguyễn Kim Đức. *Tài liệu huấn luyện quân sự và sử dụng công cụ hỗ trợ 2016*, NXB CAND.
3. Mai Văn Hưng (2019), “*Cơ sở khoa học của hoạt động học tập và ứng dụng trong dạy học*”, Tài liệu bồi dưỡng nghiệp vụ giảng viên cao cấp cao đẳng, giáo viên cao cấp trung cấp, Cục Đào tạo – BCA.
4. Đỗ Hữu Trường (2008), *Ứng dụng nhóm phương pháp dạy học môn bắn súng thể thao ở trường Đại học Thể dục thể thao*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện khoa học TDTT.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Lương Hồng Sinh (2020), Bài viết được trích dẫn từ Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học: “*Biện pháp nâng cao kết quả học tập môn bắn súng ngắn quân dụng cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I*”. Đề tài đã bảo vệ và được hội đồng khoa học trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh thông qua tháng 10 năm 2020.

ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ CHƯƠNG TRÌNH MÔN HỌC AIKIDO NGOẠI KHÓA CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THỦ ĐỨC NĂM HỌC 2020-2021

EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF INTEGRATING AIKIDO AS AN EXTRACURRICULAR COURSE FOR STUDENTS OF THU DUC HIGH SCHOOL IN THE ACADEMIC YEAR OF 2020-2021

¹TS. Nguyễn Thanh Hùng, ThS. Đặng Trí Dũng, ²ThS. Đỗ Quốc Hùng

¹Trường Đại học Quy Nhơn, ²Đại học Đà Nẵng

Tóm tắt: Kết quả đánh giá cho thấy thành tích các test thể lực của học sinh nam khối 10 nhóm thực nghiệm có những biến đổi tốt hơn nhiều so với nhóm đối chứng. Điều này chứng tỏ khi tác động của chương trình Aikido, tập luyện TDTT có tổ chức, có hệ thống lên cơ thể các học sinh nam sau khi kết thúc một năm thực nghiệm hoạt động TDTT ngoại khóa đã có sự thay đổi tỷ lệ xếp loại khá, trung bình tăng lên rõ rệt và không có học sinh xếp loại yếu, kém. Nam học sinh nhóm thực nghiệm có thành tích kiểm tra thể lực cả 4/4 test đều tốt hơn hẳn so với nhóm đối chứng, sự khác biệt đều rõ rệt và có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$, đồng thời nhóm thực nghiệm có mức tăng trưởng cao hơn tất cả so với nhóm đối chứng.

Từ khóa: Hiệu quả; ngoại khóa Aikido cho học sinh Trường THPT Thủ Đức.

Abstract: The evaluation results show that the performance of the 10th grade male students in the experimental group has much better changes than that in the control group. This proves that the impact of the Aikido program, organized and systematic sports training on the male students' body after one-year experimenting with extracurricular sports activities have a change in the ranking ratio. The average grade has increased markedly and there are no students who are classified as weak or poor. Male students in the experimental group have significantly better performance in all 4/4 tests than those in the control group, the difference is clear and statistically significant at the probability threshold $P < 0.05$, and at the same time, the experimental group has a higher growth rate than the control group.

Keyword: Effectiveness; Aikido extracurricular courses for Thu Duc High School Students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường là một bộ phận quan trọng trong giáo dục con người toàn diện. Nó được tiến hành phù hợp với đặc điểm giải phẫu, tâm sinh lý, giới tính của học sinh và các yếu tố khác. GDTC ở các trường THCS, THPT với mục đích góp phần tạo nên sự phát triển hài hòa toàn diện cho học sinh không chỉ về trí tuệ mà cả về sức khỏe, ý chí. Chính vì thế, GDTC cho học sinh là một trong những nhiệm vụ quan trọng nhằm bồi dưỡng sức khỏe, tinh thần, trí thông minh...

Qua 43 năm hình thành và phát triển, Trường THPT Thủ Đức đã trở thành điểm sáng về chất lượng giáo dục đào tạo, tạo được uy tín và niềm tin đối với xã hội. Ngôi trường

là niềm mơ ước của nhiều thế hệ học sinh lớp 9 lựa chọn nguyện vọng trong kỳ thi Tuyển sinh vào lớp 10 hàng năm. Tuy nhiên chất lượng công tác GDTC của nhà trường trong những năm qua còn thấp, chính vì vậy, vấn đề cấp thiết đặt ra là phải cải tiến nội dung chương trình GDTC của nhà trường, phải xây dựng chương trình giảng dạy, học tập môn học, đảm bảo có thể đưa vào giờ học ngoại khóa giảng dạy. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của vấn đề nghiên cứu cũng như thực trạng GDTC hiện nay ở trường, nhận thấy việc đi sâu vào vấn đề nghiên cứu xây dựng nội dung chương trình môn học Aikido ngoại khóa cho học sinh Trường THPT Thủ Đức nhằm nâng cao thể chất cho học sinh.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp điều tra xã hội học, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp thực nghiệm sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức

Bảng 1: Kết quả kiểm tra thể lực ban đầu học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức (n=150)

TT	Test	\bar{x}	σ	Cv%	ε
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	15.81	2.33	14.74	0.02
2	Bật xa tại chỗ (cm)	203.31	8.89	4.37	0.01
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	12.37	0.37	2.99	0.00
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	972.78	48	4.93	0.01

Qua bảng 1 cho thấy: Ở 4 test đánh giá trình độ thể lực theo tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực học sinh của Bộ GD&ĐT có 3/4 test có $Cv\% = 2.99\% - 4.93\% < 10\%$, điều đó chứng tỏ thực trạng thể lực học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức tương đối đồng đều, riêng nội dung test nằm ngửa gập bụng có $Cv > 10\%$ nên có độ đồng nhất trung bình, và

Bảng 2: So sánh xếp loại thể lực học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức với tiêu chuẩn thể lực cho học sinh, học sinh của Bộ GD&ĐT (n=150)

TT	Test	Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	12	8	111	74	27	18
2	Bật xa tại chỗ (cm)	18	12	114	76	18	12
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	9	6	125	83.33	16	10.67
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	8	5.33	115	76.67	27	18

Qua bảng 2 cho thấy: Qua so sánh giá trị trung bình các test kiểm tra thể lực của học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức với tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh, học sinh của Bộ GD-ĐT năm 2008 thì tỷ lệ trung bình học sinh nằm ở mức Chưa đạt còn khá nhiều với 14,67% cho các nội dung kiểm tra.

2.1.1 Thể lực của nam học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức

Nhằm đánh giá thể lực cho các học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức, đề tài đã dựa vào tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của học sinh theo quyết định số 53/2008/QĐBGD&ĐT, qua thu thập số liệu và tính toán, đề tài thu được kết quả thực trạng thể lực của học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức như sau:

tất cả các nội dung test đều có chỉ số sai số tương đối đủ tính đại diện đây là điều kiện cần để tiến hành ứng dụng thực nghiệm chương trình ngoại khóa môn Aikido.

2.1.2 So sánh thể lực của từng học sinh với tiêu chuẩn thể lực cho học sinh, học sinh của Bộ GD&ĐT

2.2. Ứng dụng thực nghiệm chương trình giảng dạy môn Aikido trong giờ học ngoại khóa năm học 2020 – 2021

Chương trình học môn Aikido được xây dựng với tổng số tiết là tiết, mỗi tuần tập 60 tiết, mỗi tiết 45 phút. Nội dung, cấu trúc chương trình môn Aikido đang được áp dụng thực nghiệm tại trường như sau:

Bảng 3. Bảng phân phối chương trình tự chọn môn Aikido tại Trường THPT Thủ Đức

Năm học	Nội dung giảng dạy	Thời lượng	Tổng số tiết
Học phần I	- Lý thuyết	4	30 tiết
	- Thực hành + Các kỹ thuật cơ bản + Thẻ lực + Tập luyện – Rèn luyện	26	
Học phần II	- Thực hành + Các kỹ thuật cơ bản + Thẻ lực + Tập luyện – Rèn luyện	26	30 tiết
	- Kiểm tra	4	

Lý thuyết: Bao gồm 4 tiết chiếm tỷ lệ 6.67% tổng thời gian. Nội dung lý thuyết được giảng dạy lồng ghép trong giờ thực hành bao gồm các nội dung: Lịch sử hình thành và phát triển, Triết lý và nguyên lý Aikido, Thân pháp, tấn pháp, bộ pháp và thủ pháp trong Aikido, Luật Aikido.

Thực hành: Bao gồm 52 tiết chiếm tỷ lệ 86.67% tổng thời gian. Nội dung thực hành được giảng dạy bao gồm các nội dung: Về kỹ thuật gồm; Thân pháp, tấn pháp, bộ pháp và thủ pháp trong Aikido, Koshi Nage, Futari Gake, Nage Waza + Nage Katame Waza, Kokyu Nage, Katame Waza, Suwari waza, Buki Waza, Ushiro Hanten Ukemi. Về thẻ lực gồm: Thẻ lực chung và thẻ lực chuyên môn; và tập luyện – rèn luyện.

Phương pháp kiểm tra đánh giá: Thi kết thúc chương trình môn học tự chọn nhà trường tổ chức kiểm tra cho các học sinh:

Test kiểm tra chuyên môn: Ushiro Hanten Ukemi (30s/lần); Futari Gake (30s/lần); Tai No Henko (30s/lần).

Kiểm tra đánh giá thẻ lực: Cả hai nhóm đều được kiểm tra vào trước và sau thực nghiệm bằng 4 test kiểm tra theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo năm 2008 (ban hành kèm theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục

và Đào tạo) đó là: Năm ngựa gập bụng (lần/30 giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m).

Khái quát nội dung chương trình giảng dạy của nhóm thực nghiệm: Thực nghiệm được tiến hành trên đối tượng học phần I từ (07/09/2020 đến 19/12/2020); học phần II từ (22/02/2021 – 15/06/2021) (gồm 30 tuần).

Qua những kết quả trên, nghiên cứu áp dụng giảng dạy môn Aikido đã được lựa chọn cho nhóm thực nghiệm, nhằm mục đích phát triển thẻ lực cho nam học sinh để đánh giá hiệu quả chương trình môn học.

Đối tượng thực nghiệm: Là học sinh nam khối lớp 10 đã học xong chương trình thẻ dục bắt buộc (30 tiết) của Trường THPT Thủ Đức. Số lượng là 150 học sinh nam được chia ngẫu nhiên thành hai nhóm:

- Nhóm đối chứng: gồm 75 nam học sinh học và tập luyện theo chương trình ngoại khóa đang học tại trường.

- Nhóm thực nghiệm: gồm 75 nam học sinh áp dụng chương trình giảng dạy ngoại môn Aikido mới xây dựng.

Thẻ lực học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức của hai nhóm đối chứng và thực nghiệm:

2.2.1. Trước thực nghiệm

Bảng 4: Kết quả kiểm tra thể lực trước thực nghiệm của học sinh nam nhóm thực nghiệm và đối chứng

TT	Test	Giá trị trung bình		d	t	P
		Nhóm TN n=75	Nhóm ĐC n=75			
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.93	15.68	0.25	0.66	> 0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	202.32	204.31	-1.99	1.37	> 0.05
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	12.37	12.36	0.01	0.16	> 0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	973.25	972.31	0.94	0.12	> 0.05

Kết quả bảng 4 cho thấy: trình độ thể lực của học sinh ở nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm Trường THPT Thủ Đức tương đối đồng đều nhau trước tập luyện, không có sự chênh lệch nhiều. Ở 4 chỉ tiêu: Nằm ngửa gập bụng (lần), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m). Có 2/4 test những test thành tích nhóm thực nghiệm

có kết quả tốt hơn nhóm đối chứng và ngược lại 2/4 nhóm đối chứng hơn, tuy nhiên sự hơn kém đó không có ý nghĩa thống kê ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$) ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

2.2.2. Sau thực nghiệm

Thành tích thể lực của 2 nhóm học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức sau thực nghiệm được thể hiện qua bảng sau:

Bảng 5: So sánh thành tích thể lực sau thực nghiệm của học sinh nam nhóm thực nghiệm và đối chứng

TT	Test	Giá trị trung bình		d	t	P
		Nhóm TN n=75	Nhóm ĐC n=75			
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	18.79	17.56	1.23	2.98	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	213.15	209.31	3.84	2.56	<0.05
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	11.98	12.18	-0.20	2.79	<0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1015.31	980.49	34.82	4.33	<0.05

Kết quả bảng 5 cho thấy: Thành tích nhóm thực nghiệm tốt hơn nhóm đối chứng ở tất cả các test: Nằm ngửa gập bụng (lần), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 4x10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m). Và thành tích tất cả các test của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng đều có sự khác biệt về mặt ý nghĩa thống kê. Bước

đầu cho thấy hiệu quả của chương trình ngoại khóa Aikido.

2.2.3 Sự phát triển thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức

2.2.3.1. Sự phát triển thể lực của nhóm học sinh nam thực nghiệm

Bảng 6: Nhịp tăng trưởng thể lực của học sinh nam nhóm thực nghiệm sau khi thực nghiệm (n=75)

TT	Test	$\overline{X_1}$	$\overline{X_2}$	d	W%	t	P
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.93	18.79	2.86	4.12	14.8	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	202.32	213.15	10.83	1.3	19.13	<0.05
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	12.37	11.98	-0.39	0.8	8.71	< 0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	973.25	1015.31	42.06	1.06	19.07	< 0.05

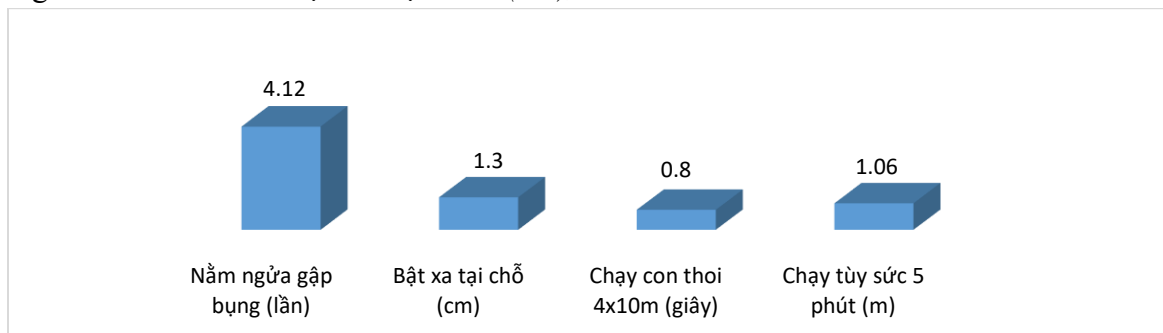
Qua kết quả bảng 6 cho thấy thành tích thực hiện các test của học sinh khối 10 nhóm thực nghiệm Trường THPT Thủ Đức sau khi tập

luyện đều phát triển rất tốt, cả 4/4 test đều có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Trong đó test *Nằm ngửa gập bụng (lần)* có

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

nhịp tăng trưởng $W\%=4.12\%$, %, test *Bật xa tại chỗ (cm)* có nhịp tăng trưởng là $W\%=1.3\%$, test *Chạy con thoi 4x10m (s)* có nhịp tăng trưởng là $W\%=0.8\%$, test *Chạy tùy sức 5 phút (m)* có nhịp tăng trưởng $W\%=1.06\%$. Trong đó có các test: *Bật xa tại chỗ (cm)*,

Chạy tùy sức 5 phút (m) đánh giá được sự phát triển các tố chất sức mạnh, sức nhanh và sức bền trong Aikido. Kết quả nghiên cứu cho thấy những test trên phù hợp để đánh giá trong môn Aikido.



Biểu đồ 1: Nhịp tăng trưởng các chỉ tiêu đánh giá thể lực nhóm học sinh nam thực nghiệm

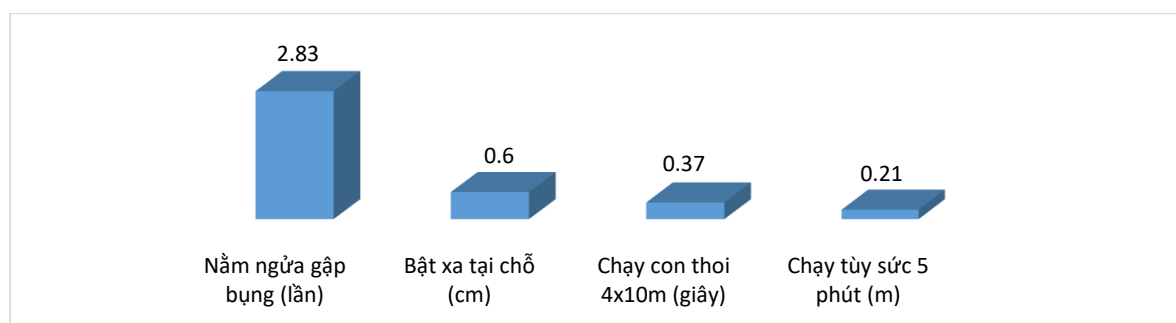
2.2.3.2. Sự phát triển thể lực của nhóm học sinh đối chứng Trường THPT Thủ Đức sau một học kỳ.

Bảng 7: Nhịp tăng trưởng thể lực nhóm học sinh nam đối chứng sau khi tập luyện (n=75)

TT	Test	\bar{X}_1	\bar{X}_2	d	W%	t	P
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.68	17.56	1.88	2.83	9.67	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	204.31	209.31	5.00	0.6	15.96	<0.05
3	Chạy con thoi 4x10m (giây)	12.36	12.18	-0.18	0.37	5.72	< 0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	972.31	980.49	8.18	0.21	10.35	< 0.05

Qua kết quả bảng 7 cho thấy, thành tích thực hiện các test của học sinh khối 10 nhóm đối chứng Trường THPT Thủ Đức sau khi tập luyện đều phát triển, test *Nằm ngửa gập bụng (lần)* có nhịp tăng trưởng $W\%=2.83\%$, %, test *Bật xa tại chỗ (cm)* có nhịp tăng trưởng là $W\%=0.6\%$, test *Chạy con thoi 4x10m (s)* có nhịp

tăng trưởng là $W\%=0.37\%$, test *Chạy tùy sức 5 phút (m)* có nhịp tăng trưởng $W\%=0.21\%$. Trong đó có các test: *Bật xa tại chỗ (cm)*, *Chạy tùy sức 5 phút (m)* đánh giá được sự phát triển các tố chất sức mạnh, sức nhanh và sức bền trong Aikido.



Biểu đồ 2: Nhịp tăng trưởng các chỉ tiêu đánh giá thể lực nhóm học sinh nam đối chứng

Tóm lại: Qua thống kê số liệu, nghiên cứu đã môn Aikido vào giờ học GDTC ngoại khóa cho đánh giá được hiệu quả thực hiện của việc đưa học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức.

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Kết quả cho thấy sự phát triển các tố chất thể lực sau quá trình tập luyện của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn so với nhóm đối chứng.

2.2.4. Kết quả học môn Aikido giờ ngoại khóa của học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức

Thông qua kết quả kiểm tra cuối học phần (thành tích kiểm tra ở 3 test và thang điểm đánh giá

của tổ GDTC, đề tài đã tổng kết xếp loại thành tích học môn Aikido của học nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức như sau:

Bảng 8: Xếp loại thành tích học môn Aikido nhóm thực nghiệm của học sinh nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức

Thành tích môn Aikido của học nam khối 10 Trường THPT Thủ Đức (n=75)		
Xếp loại	Số lượng (n)	Tỷ lệ %
Tốt	1	1.33%
Khá	38	50.67%
Trung bình	36	48%
Yếu	0	0
Kém	0	0
Tổng cộng	75	100%

Kết quả bảng 8 cho thấy: sau thời gian tập luyện chương trình Aikido vào giờ học ngoại khóa, thành tích kiểm tra kỹ thuật kết thúc môn học của học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức đạt được kết quả cao: có 01 học sinh loại Tốt chiếm 1.33%; thành tích loại Khá có 38 học sinh chiếm 50.67%; xếp loại trung bình có 36 học sinh chiếm 48%; không có học sinh xếp loại Yếu Kém.

Dưới ảnh hưởng tác động của GDTC có hệ thống đã tạo nên những biến đổi thích nghi của hệ thống các cơ quan trong cơ thể. Kết quả nghiên cứu cho thấy thành tích các test thể lực của học sinh nam khối 10 nhóm thực nghiệm có những biến đổi tốt hơn nhiều so với nhóm đối chứng. Điều này chứng tỏ khi tác động của chương trình Aikido, tập luyện TDDT có tổ chức, có hệ thống lên cơ thể các học sinh nam trong thời gian đã làm biến đổi các chức năng sinh lý, khả năng hoạt động tuần hoàn, hô hấp để cơ thể nâng cao thể lực thích nghi với quá trình GDTC và rèn luyện TDDT. Vì vậy có thể khẳng định chương trình tập luyện môn Aikido vào giờ học ngoại khóa có tính hiệu quả cao, có thể ứng dụng vào thực tiễn giảng dạy GDTC của nhà trường.

3. KẾT LUẬN

Kết quả ứng dụng chương trình môn Aikido học ngoại khóa vào thực tiễn giảng dạy tại Trường THPT Thủ Đức có hiệu quả phát triển thể lực cho học sinh. Kết quả thể hiện: nam học sinh nhóm thực nghiệm có thành tích kiểm tra thể lực cả 4/4 test đều tốt hơn hẳn so với nhóm đối chứng, sự khác biệt đều rõ rệt và có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$, đồng thời nhóm thực nghiệm có mức tăng trưởng cao hơn tất cả so với nhóm đối chứng. Kết quả phân loại theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực của BGD&ĐT cho thấy tỷ lệ tốt và đạt nhóm thực nghiệm cao hơn nhóm đối chứng, ngược lại tỷ lệ không đạt nhóm đối chứng vẫn còn nhiều hơn nhóm thực nghiệm. Sau thời gian tập luyện chương trình Aikido vào giờ học ngoại khóa, thành tích kiểm tra kỹ thuật kết thúc môn của học sinh khối 10 Trường THPT Thủ Đức đạt được kết quả cao: có 01 học sinh loại Tốt chiếm 1.33%; thành tích loại Khá có 38 học sinh chiếm 50.67%; xếp loại trung bình có 36 học sinh chiếm 48%; không có học sinh xếp loại Yếu Kém.



Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (03/05/2001), *Quyết định số 14/2001, V/v Ban hành quy chế về công tác GDTC và Y tế trường học trong nhà trường các cấp.*
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định Số 53/2008/QĐ-BGDĐT Quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
3. Nguyễn Đức Sinh (2007), “Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập thể lực chuyên môn cho VĐV Aikido trẻ 15 tuổi tỉnh Quảng Nam qua 2 năm tập luyện” luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường đại học TDTT Tp. Hồ Chí Minh. Luận văn Thạc sĩ.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn, Lê Văn Lắm (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, NXB TDTT Hà Nội.
5. Đặng Đức Toàn, (năm 2010), “Nghiên cứu xây dựng chương trình môn học Aikido (tự chọn và ngoại khóa) cho sinh viên trường Cao đẳng Giao thông vận tải thành phố Hồ Chí Minh”, Luận văn cao học.

Nguồn bài báo: Đặng Trí Dũng (2021)Bài báo được trích dẫn từ Luận văn Thạc sỹ: “Nghiên cứu xây dựng chương trình môn học Aikido ngoại khóa cho học sinh trường trung học phổ thông Thủ Đức”, trường Đại học TDTT Thủ Đức, TPHCM.

Ngày nhận bài: 05/02/2022

Ngày đánh giá: 10/03/2022

Ngày duyệt đăng: 20/04/2022

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ TRÊN ĐỊA BÀN QUẬN NINH KIỀU, THÀNH PHỐ CẦN THƠ

CURRENT SITUATION OF PHYSICAL EDUCATION IMPLEMENTATION OF SECONDARY SCHOOLS IN NINH KIEU DISTRICT, CAN THO CITY

ThS. Trần Đăng Khôi¹, ThS. Trần Thị Thanh Vân²

Trường THCS An Hòa 1, Q. Ninh Kiều, TP. Cần Thơ¹, ĐH Kỹ thuật Công Nghệ Cần Thơ²

Tóm tắt: Thông qua khảo sát, phỏng vấn và thống kê các số liệu, bài viết đã nói lên các vấn đề liên quan đến thực trạng các điều kiện đảm bảo trong công tác giáo dục thể chất như: công tác hoạt động môn GDTC chính khóa, ngoại khóa, cơ sở vật chất, đội ngũ giáo viên, các chương trình bồi dưỡng và kết quả đánh giá, xếp loại thể lực của học sinh các trường trung học cơ sở trên địa bàn quận Ninh Kiều, TP. Cần Thơ.

Từ khóa: Thực trạng; giáo dục thể chất; trung học cơ sở.

Abstract: Through surveying, interviewing and collecting the statistics, the article shows that there are some issues related to the status of ensure conditions in the physical education implementation such as the conducting of main course activities and extra course activities in physical education, facilities, teaching staff, extra training courses and evaluating results and the classification of students' physical strength at secondary schools in Ninh Kieu district, Can Tho city

Keywords: Reality; physical education; secondary school.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trước các yêu cầu đổi mới căn bản và toàn diện của nền giáo dục Việt Nam, việc đổi mới về chương trình giáo dục tổng thể, chương trình từng môn học, sách giáo khoa, công tác giáo dục thể chất (GDTC) ở các cấp học nói chung và cấp trung học cơ sở (THCS) nói riêng là rất quan trọng. Hiện nay, GDTC được khẳng định là một môn khoa học và thực tiễn trong xã hội, vì thế để công tác giảng dạy môn GDTC đạt được chất lượng và hiệu quả hơn chúng tôi không ngần ngại tiến hành nghiên cứu một số vấn đề về các điều kiện đảm bảo phát triển toàn diện công tác giáo dục thể chất cho học sinh các trường THCS trên địa bàn quận Ninh Kiều, Thành phố Cần Thơ.

Môn học GDTC trong các trường phổ thông các cấp được xem là một môn học bắt buộc, cũng là một loại hình giáo dục mà nội dung chuyên biệt là dạy học vận động, động tác và sự phát triển có chủ định các tổ chức vận động của con người, một bộ phận không thể tách rời của chương trình đào tạo nói chung. GDTC ở mỗi cấp học đều có những đặc điểm và nhiệm vụ giáo dục riêng. Công tác GDTC phải tuân thủ theo đặc thù riêng đó để hỗ trợ tốt nhất về

mặt duy trì và tăng cường sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực cho học sinh. Nâng cao chất lượng GDTC trong trường phổ thông không chỉ là yêu cầu cấp bách mà còn là nhiệm vụ quan trọng để nâng cao sức khỏe, trình độ thể lực, sự tiếp thu bài và rèn luyện nhân cách của học sinh. Do đó, việc nghiên cứu, đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất của các trường trung học cơ sở trên địa bàn quận Ninh Kiều, Thành phố Cần Thơ ở năm học 2020 – 2021 là vấn đề cấp thiết góp phần thực hiện tốt các yêu cầu trên.

Phương pháp nghiên cứu: Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sự phạm và phương pháp toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng cơ sở vật chất, sân bãi phục vụ giảng dạy môn Giáo dục thể chất

Để tìm hiểu về điều kiện cơ sở vật chất, sân bãi đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT, chúng tôi tiến hành điều tra đối với giáo viên GDTC và thống kê số liệu về cơ sở vật chất đang công tác tại các trường THCS trên địa bàn quận Ninh Kiều.

Bảng 1. Bảng thống kê cơ sở vật chất, sân bãi của các trường THCS thuộc Quận Ninh Kiều, TP. Cần Thơ

T T	Cơ sở vật chất, Sân bãi	Số lượng	Đơn vị tính	Chất liệu	Chất lượng		
					Tốt	Bình thường	Không tốt
1	Bóng chuyền	09	Sân	Nền xi măng		X	
2	Bóng rổ	04	Sân	Nền xi măng		X	
3	Cầu lông	06	Sân	Nền xi măng		X	
4	Đá cầu	10	Sân	Nền xi măng		X	
5	Điền kinh (30m- 60m)	06	Sân	Nền xi măng		X	
6	Bóng bàn	03	Bàn	Gỗ		X	
7	Phòng chuyên môn GDTC	01	Phòng	Bê tông, cốt thép	X		

Bảng 1 thể hiện được, số lượng sân bãi vẫn còn hạn chế ở một số môn như: bóng rổ chỉ có 4 sân trên tổng cộng 11 trường, môn bóng bàn với số lượng 3 bàn vẫn chưa thể đáp ứng đủ cho nhu cầu tập luyện của các trường; đường chạy điền kinh chỉ có 3 trường đủ không gian để tổ chức giảng dạy và đặc biệt phòng chuyên môn GDTC chỉ có 1 trường được sắp xếp. Các môn còn lại như bóng chuyền, cầu lông, đá cầu tương đối đáp ứng đủ nhu cầu tập luyện của học sinh.

2.2. Thực trạng hoạt động giảng dạy chính khóa và ngoại khóa môn GDTC trong các trường trung học cơ sở trên địa bàn Quận Ninh Kiều

2.2.1 Thực trạng hoạt động giảng dạy chính khóa

Bảng 2. Nội dung và thời gian học môn Giáo dục thể chất (lớp 6)

TT	Chủ đề	Số tiết
1	Chế độ dinh dưỡng trong tập luyện TDTT*	00
2	Chạy cự ly ngắn (60m)	10
3	Ném bóng	14
4	Chạy cự ly trung bình	08
5	Bài tập thể dục	07
6	Thể thao tự chọn	24
7	Kiểm tra thường xuyên, định kỳ	07
Tổng		70

* Được lồng ghép vào các chủ đề khác

Tại bảng 2 là nội dung và thời lượng các tiết dạy trong chương trình chương trình giáo dục phổ thông năm 2018 (mới) môn GDTC lớp 6 được áp dụng vào năm học 2021 – 2022 với 63 tiết thực hành ở các môn thể thao như:

Chương trình môn học GDTC lớp 7, 8, 9 tại quận Ninh Kiều, TP. Cần Thơ được áp dụng theo phân phối chương trình chuẩn của Bộ GD&ĐT (áp dụng từ năm học 2008 – 2009) riêng phân phối chương trình lớp 6 sẽ áp dụng chương trình giáo dục phổ thông mới môn GDTC vào năm học 2021 – 2022.

2.2.2 Thực trạng giảng dạy theo phân phối chương trình tại các trường trung học cơ sở trên địa bàn quận Ninh Kiều

Về việc học tập chương trình chính khóa, có tổng cộng 15.222 học sinh tham gia học tập trong đó có 10 học sinh được miễn môn GDTC vì một số nguyên nhân về hạn chế việc vận động được sự đồng ý của Ban Giám hiệu.

Chạy cự ly ngắn, chạy cự ly trung bình, ném bóng, bài tập thể dục, thể thao tự chọn và 7 tiết dành cho kiểm tra thường xuyên và định kỳ, phần chế độ dinh dưỡng trong tập luyện TDTT được giới thiệu trong quá trình học tập môn GDTC.

Bảng 3. Nội dung và thời gian học môn Giáo dục thể chất (lớp 7, 8, 9)

TT	Chủ đề	Số tiết		
		Lớp 7	Lớp 8	Lớp 9
1	Lí thuyết chung	2	2	2
2	Đội hình đội ngũ	6	4	2
3	Bài thể dục phát triển chung	6	6	6
4	Chạy nhanh	8	8	8
5	Chạy bền	6	6	6
6	Bật nhảy	12		
7	Nhảy xa kiểu “Ngồi”		8	8
8	Nhảy cao kiểu “Bước qua”		8	10
9	Đá cầu	6	6	6
10	Môn thể thao tự chọn	12	12	12
11	Ôn tập, kiểm tra, dự phòng	8	6	6
12	Kiểm tra tiêu chuẩn RLTT	4	4	4
Tổng số		70	70	70

Bảng 3 thể hiện được chương trình môn GDTC ở lớp 7, 8, 9 được áp dụng từ các năm học vừa qua chiếm đa số là các tiết dạy thực hành với 56 tiết, chỉ có 2 tiết lý thuyết chung sẽ được giảng dạy và các tiết học đầu tiên trong năm học, cùng với đó là 12 tiết ôn tập, kiểm tra miệng, 15 phút, 1 tiết, học kì và kiểm tra tiêu chuẩn RLTT.

2.2.3 Thực trạng tập luyện thể dục đầu, giữa giờ và các hội thi Thể dục thể thao

Về tập luyện thể dục đầu giờ và giữa giờ: nhìn chung các trường triển khai đầy đủ các buổi tập thể dục đầu, giữa giờ với các nội dung khác nhau như Võ Cổ truyền, nhảy dân vũ, bài thể dục. Tuy nhiên vẫn còn 1 số trường vì lý do không đủ không gian, diện tích nên chỉ tập được 1 buổi (sáng hoặc chiều).

Về tham gia các cuộc thi TDTT: Ban giám hiệu các trường tổ chức đều đặn hàng năm Hội khỏe phù đồng cấp Trường; giáo viên huấn luyện các đội tuyển theo năng khiếu TDTT của mình và cử học sinh tham gia Hội khỏe phù đồng cấp Quận, cấp Thành phố và các giải thể thao khác do Quận, Thành phố tổ chức.

2.2.4. Thực trạng hoạt động tập luyện ngoại khóa

Ngoài chương trình chính khóa môn GDTC theo qui định của Bộ GD&ĐT thì tập luyện ngoại khóa là một trong những hình thức hiệu quả để nâng cao sức khỏe của học sinh. Qua khảo sát, điều tra số liệu, chúng tôi đã thống kê được số lượng câu lạc bộ thể thao trường học và số lượng học sinh tham gia của các trường THCS thuộc quận Ninh Kiều.

Bảng 4. Số lượng các Câu lạc bộ Thể thao trường học

TT	CLB thể thao	Số lượng		
		n	Học sinh tham gia	%
1	Bóng chuyền	07	137	0.9
2	Bóng đá	11	258	1.7
3	Bóng rổ	05	154	1.0
4	Bóng bàn	02	66	0.4
5	Cầu lông	02	32	0.2
6	Đá cầu	02	30	0.2
7	Cờ vua	02	59	0,4
8	Điền kinh	03	58	0.4
9	Võ (Taekwondo)	03	75	0.5
Tổng		37	869	5.7

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Nhìn chung có tổng cộng 37 câu lạc bộ thể thao trường học với 9 môn thể thao được tổ chức và 869 học sinh chiếm 5,7% tổng số học sinh các trường trung học cơ sở tham gia. Những con số cho thấy số lượng học sinh tham gia vào các câu lạc bộ thể thao trường học còn rất hạn chế; trong đó môn bóng đá với 11 CLB được học sinh tham gia nhiều nhất; tiếp theo là môn bóng rổ với 5 CLB và bóng chuyền với 7

CLB, ít học sinh tham gia nhất là môn đá cầu và môn cầu lông với 2 CLB.

2.3 Thực trạng đội ngũ giáo viên giảng dạy môn giáo dục thể chất

Để có được số liệu dưới đây, chúng tôi đã tiến hành điều tra thông tin, phỏng vấn và thống kê số liệu của các trường trung học cơ sở thông qua các báo cáo về công tác giáo dục thể chất hàng năm.

Bảng 5. Thống kê đội ngũ giáo viên và công tác giáo dục thể chất

T T	Đơn vị	Trình độ chuyên môn			Chuẩn giáo viên		Công tác kiêm nhiệm	Số tiết /tuần	Năng khiếu TDTT
		Cao đẳng	Đại học	Sau ĐH	Đạt	Chưa đạt			
1	THCS An Hòa 1	1	1	1	2	1	G. thị, CSVN	12 – 16	BR, Bơi, ĐC
2	THCS An Hòa 2	2	3	0	3	2	Không	14 – 18	ĐK, CL, BC, BD
3	THCS An Lạc	1	1	0	1	1	G. thị	14 - 16	BC, TD
4	THCS An Khánh	0	5	1	6	0	Không	14 - 18	CL, BC, BD, ĐK
5	THCS Huỳnh Thúc Kháng	0	2	0	2	0	Không	16 - 18	BD
6	THCS Thời Bình	0	2	0	2	0	Không	18 - 20	CL, ĐC
7	THCS Trần Hưng Đạo	2	1	0	1	2	GVCN	12-14	BD, ĐK, TD
8	THCS Trần Ngọc Quế	4	0	0	0	4	Không	16 – 18	BR, BD, CL, CV
9	THCS Chu Văn An	0	3	1	4	0	Giám thị	12 – 18	BD, CL, ĐC, BR,
10	THCS Lương Thế Vinh	0	8	1	9	0	GVC, G. thị	10- 16	BR, BC, ĐK, CL, Taekwondo
11	THCS Đoàn Thị Điểm	0	8	0	8	0	Không	14- 16	CL, ĐK, BD, Karate
Tổng		10	34	4	38	10	3	10 – 20	11 (môn)

Bảng 5 nói lên trong 11 trường THCS trên địa bàn quận Ninh Kiều có 10 giáo viên chưa đủ chuẩn giảng dạy chương trình mới, 38 giáo viên đủ chuẩn trong đó 34 giáo viên có trình độ đại học và 4 giáo viên có trình độ thạc sĩ. Về công tác kiêm nhiệm đa số các trường hợp sẽ tham gia công tác cơ sở vật chất, giám thị và giáo viên chủ nhiệm. Về công tác giảng dạy chuyên môn ít nhất là 10 tiết/tuần và nhiều nhất là 20 tiết/tuần, đa số giảng dạy từ 14 đến

16 tiết/tuần. Năng khiếu TDTT của giáo viên nhìn chung phù hợp với các môn thể thao trong khung phân phối chương trình nên hoàn toàn đáp ứng được chuyên môn giảng dạy của chương trình môn GDTC.

2.4. Thực trạng chương trình bồi dưỡng nghiệp vụ chuyên môn

Qua khảo sát giáo viên các trường và tổng hợp số liệu, chúng tôi tiến hành thống kê về các chương trình bồi dưỡng tập huấn chuyên

môn, nghiệp vụ của giáo viên các trường THCS thuộc quận Ninh Kiều từ 2018 - 2021.

Bảng 6. Thống kê các chương trình bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ

T T	Đơn vị	Bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ			
		Năm 2018	Năm 2019	Năm 2020	Năm 2021
1	THCS An Hòa 1	Tập huấn Võ CT BR học đường Tập huấn HDV Bơi	Lớp liên thông Đại học		Tập huấn GT SGK
2	THCS An Hòa 2	Tập huấn Võ CT BR học đường, GOAL(BĐ CĐ)	Lớp liên thông Đại học		Tập huấn GT SGK
3	THCS An Lạc	Tập huấn Võ CT BR học đường			Tập huấn GT SGK
4	THCS An Khánh	Tập huấn Võ CT BR học đường			Tập huấn GT SGK
5	THCS Huỳnh Thúc Kháng	Tập huấn Võ CT BR học đường			Tập huấn GT SGK
6	THCS Thời Bình	Tập huấn Võ CT BR học đường	Tập huấn Cứu đuối		Tập huấn GT SGK
7	THCS Trần Hung Đạo	Tập huấn Võ CT BR học đường		Tập huấn HDV Bơi	Tập huấn GT SGK
8	THCS Trần Ngọc Quế	Tập huấn Võ CT BR học đường	Lớp liên thông ĐH		Tập huấn GT SGK
9	THCS Chu Văn An	Tập huấn Võ CT BR học đường	Tập huấn Cứu đuối	Tập huấn GV cốt cán	Tập huấn GT SGK
10	THCS Lương Thế Vinh	Tập huấn Võ CT BR học đường	Tập huấn Cứu đuối		Tập huấn GT SGK
11	THCS Đoàn Thị Diễm	Tập huấn Võ CT BR học đường			Tập huấn GT SGK

Bảng 6 thể hiện: năm 2018 các trường đồng loạt được tập huấn về Võ Cổ truyền và Chương trình bóng rổ học đường của Jr. NBA phối hợp cùng Bộ GD&ĐT và Liên đoàn bóng rổ Việt Nam tổ chức, có 1 trường hợp được tập huấn về Bóng đá cộng đồng và 1 trường hợp tự bồi dưỡng chương trình hướng dẫn viên Bơi; năm 2019 một số giáo viên được tập huấn cứu đuối – một chương trình do Ủy ban Olympic Việt Nam tổ chức và 3 giáo viên tham gia lớp liên thông đại học; năm 2020 có ít chương trình tập huấn nhất; năm 2022 đồng loạt các trường đều được tập huấn trực tuyến về Sách giáo khoa môn GDTC lớp 6.

2.5. Thực trạng đánh giá, xếp loại thể lực học sinh các trường THCS thuộc quận Ninh Kiều, TP. Cần Thơ

Các trường trung học cơ sở trên địa bàn quận Ninh Kiều được qui định kiểm tra tiêu chuẩn rèn luyện thân thể vào cuối học kỳ I và học kỳ II dựa trên sáu nội dung, cụ thể là: Lực bóp tay thuận, Nằm ngửa gập bụng, Bật xa tại chỗ, Chạy 30m xuất phát cao (XPC), Chạy con thoi 4 x 10m, Chạy tùy sức 5 phút. Giáo viên GDTC lựa chọn 4 trong 6 nội dung kiểm tra trên tổ chức các hình thức kiểm tra đảm bảo an toàn cho học sinh trong đó có 2 nội dung bắt buộc là Bật xa tại chỗ và Chạy tùy sức 5 phút.

Bảng 7. Thông kê kết quả đánh giá, xếp loại thể lực học sinh

Tổng số học sinh		Tiêu chuẩn đánh giá							
		Tốt	%	Đạt	%	Chưa đạt	%	HS không đánh giá	%
Nam	SL: 7861	2718	34.57	4408	56.08	730	9.29	05	0.06
Nữ	SL: 7361	2172	29.50	4435	60.25	749	10.18	05	0.07

Bảng 7 nói lên, số lượng học sinh nam và nữ tương đối bằng nhau; tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn Tốt của nam là 34.57% cao hơn so với nữ 29.50%, tỷ lệ kết quả đánh giá loại Đạt trở lên khá cao lần lượt của nam và nữ là 56.08% và 60.25%. Tuy nhiên, các em đạt được chỉ ở mức tiêu chuẩn tối thiểu cần đạt, bên cạnh đó tỷ lệ chưa đạt cũng chiếm tỷ lệ 9.29% và 10.18%, đây là con số không nhỏ và đặt biệt có 10 học sinh không tham gia đánh giá vì hạn chế về vận động chiếm 0.13%.

3. KẾT LUẬN

Thực trạng công tác giáo dục thể chất của các trường THCS trên địa bàn quận Ninh Kiều, Thành phố Cần Thơ như sau:

- Việc thực hiện chương trình môn GDTC được thực hiện đồng loạt theo quy định của Bộ GD&ĐT riêng lớp 6 sẽ được áp dụng chương trình môn GDTC mới.

- Việc thực hiện thể dục đầu, giữa giờ được triển khai đầy đủ nhưng vẫn còn 1 số trường chỉ thực hiện 1 buổi, các trường tổ chức và

tham gia thường xuyên các giải thể thao từ các cấp. Về số lượng các CLB tương đối nhiều nhưng số lượng học sinh vẫn hạn chế.

- Về cơ sở vật chất cơ bản đáp ứng đủ ở một số môn thể thao phổ biến tuy nhiên vẫn một số còn lại vẫn chưa đáp ứng được nhu cầu tập luyện.

- Về đội ngũ giáo viên có 10 giáo viên chưa đạt chuẩn để giảng dạy chương trình giáo dục thể chất mới và 38 giáo viên đã đạt chuẩn, các giáo viên còn kiêm nhiệm công tác khác ngoài công tác giảng dạy, số tiết dạy được phân công chưa đồng đều ở các trường và về năng khiếu thể dục thể thao đảm bảo về chuyên môn giảng dạy.

- Các chương trình bồi dưỡng nghiệp vụ, chuyên môn được tổ chức thường xuyên ở năm 2018 và năm 2021, năm 2019 và 2020 rất ít các chương trình tập huấn được diễn ra.

- Về kết quả đánh giá xếp loại thể lực của học sinh ở mức tốt và đạt khá cao, tuy nhiên số lượng không nhỏ ở mức chưa đạt.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS, SV.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26 tháng 12 năm 2018 về Chương trình giáo dục phổ thông, môn Giáo dục thể chất
3. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2010), *Phương pháp thống kê TDTT*, NXB TDTT
4. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình thể dục thể thao trường học*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội
5. Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31 tháng 01 năm 2015 của Thủ tướng Chính phủ quy định về chương trình GDTC và hoạt động Thể thao học đường

Nguồn bài báo: Kết quả của quá trình phân tích, tổng hợp tài liệu và nghiên cứu thực tiễn trong quá trình giảng dạy của tác giả.

Ngày nhận bài: 09/02/2022

Ngày đánh giá: 15/02/2022

Ngày duyệt đăng: 20/5/2022

THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM HỌC SINH ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRẦN NHÂN TÔNG HAI BÀ TRUNG - HÀ NỘI

THE REALITY OF MALE STUDENTS' SPEED STRENGTH OF THE BASKETBALL TEAM OF TRAN NHAN TONG HIGH SCHOOL HAI BA TRUNG - HANOI

CN. Đỗ Thành Chung¹, TS. Tô Tiên Thành² ThS. Phan Văn Huỳnh²

¹ Trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

² Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong thể dục thể thao (TDTT), nghiên cứu lựa chọn được 05 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo để sử dụng trong việc kiểm tra, đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của nam học sinh đội tuyển bóng rổ Trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội. Kết quả cho thấy SMTĐ của đối tượng nghiên cứu còn thấp chưa đáp ứng được yêu cầu tập luyện và thi đấu môn bóng rổ trong giai đoạn hiện nay.

Từ khóa: Thực trạng; Bóng rổ; Sức mạnh tốc độ; Nam học sinh.

Abstract: Using conventional scientific research methods in sports, the study has selected 5 tests to ensure reliability and informability to use in testing and assessing the speed strength level of male students of the basketball team at Tran Nhan Tong High School - Hai Ba Trung - Hanoi. The results show that the speed strength of the research subjects is still low, which does not meet the requirements of basketball training and competition in the current period.

Keywords: Reality; Basketball; Speed strength; Male student.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong huấn luyện thể lực bóng rổ có những yêu cầu về năng lực sức mạnh tốc độ (SMTĐ) bởi vì đó là cơ sở để cầu thủ thể hiện SMTĐ trong các cú bật nhảy. SMTĐ khi thực hiện các động tác, khả năng tranh cướp bóng khi tấn công cũng như phòng thủ. Trong hoạt động thi đấu tố chất sức mạnh biểu hiện ở sự phối hợp với tốc độ của chuyển động trong phạm vi một kỹ xảo vận động nhất định.

Sức mạnh tốc độ đặc biệt quan trọng trong môn bóng rổ, nó liên quan trực tiếp đến hầu hết các hoạt động của vận động viên trong quá trình thi đấu. Vận động viên bóng rổ đòi hỏi phải có SMTĐ trong các động tác, kỹ - chiến thuật. SMTĐ thể hiện cụ thể như: xuất phát nhanh dừng đột ngột, bật nhảy để ném rổ và tranh cướp bóng tạo ra sự bất ngờ và cơ hội cho việc ghi điểm, chuyền bắt bóng, đột phá cá nhân có liên quan rất nhiều đến các động tác, kỹ thuật trong tấn công hay trong phòng thủ cũng đòi hỏi SMTĐ cao hơn.

Vì vậy, có thể nói SMTĐ có vai trò cực kỳ quan trọng để vận động viên bóng rổ có thể thực hiện được các kỹ - chiến thuật trong thi đấu bóng rổ. SMTĐ tạo cho vận động viên có đủ uy lực khi thực hiện ý đồ chiến thuật trong tập luyện và thi đấu, tạo ra sự bất ngờ cho đối phương, nâng cao hiệu quả thành tích thi đấu.

Đã có nhiều tác giả đã quan tâm nghiên cứu về vấn đề này như: Phạm Thị Thu Hằng (2007), Đỗ Thị Phương Liên (2008), Vương Quang Thiệp (2008), Nguyễn Hải Đường (2009), Nguyễn Ngọc Tân (2009)... Những công trình trên có ý nghĩa to lớn trong việc huấn luyện phát triển SMTĐ cho vận động viên Bóng rổ ở các lứa tuổi và các trình độ khác nhau.

Xuất phát từ tầm quan trọng của SMTĐ trong môn bóng rổ chúng tôi tiến hành nghiên cứu: *“Đánh giá thực trạng sức mạnh tốc độ của nam học sinh đội tuyển bóng rổ Trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội”*.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

2.1.1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội (n=21)

TT	Nội dung Test	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm	Tỷ lệ %
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
1	Chạy 30m XPC (s)	15	45	5	10	1	1	56	88.9
2	Chạy con thoi 4x10m (s)	5	15	4	8	12	12	35	55.6
3	Di chuyển ngang 5x8m (s)	5	15	7	14	9	9	38	60.3
4	Nằm sấp chống đẩy 20s (sl)	6	18	4	8	11	11	37	58.7
5	Ke bụng trên thang dống 20s (sl)	4	12	8	16	9	9	37	58.7
6	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	16	48	4	8	1	1	57	90.4
7	Bật xa tại chỗ (cm)	5	15	7	14	9	9	38	60.3
8	Ném đẩy bóng nhồi 3kg (m)	6	18	5	10	10	10	38	60.3
9	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	19	57	2	4	0	0	61	96.8
10	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	20	60	1	2	0	0	62	98.4
11	Dẫn bóng 28m luân 5 cọc (s)	4	12	4	8	13	13	33	52.3
12	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	21	63	0	0	0	0	63	100

Qua kết quả bảng 1 đề tài đã lựa chọn được 05 test để đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội, có mức độ ưu tiên sử dụng nhiều chiếm tỷ lệ từ 80% tổng số ý kiến trở lên. Đó là các test 1, 6, 9, 10 và 12.

2.1.2. Xác định tính thông báo của các test đánh giá

THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

Qua nghiên cứu, đề tài đã xác định được 12 test thường được sử dụng để đánh giá SMTĐ trong bóng rổ. Để đảm bảo tính khoa học và khách quan, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 21 chuyên gia, cán bộ quản lý, các HLV đang làm công tác huấn luyện Bóng rổ tại các trung tâm huấn luyện VĐV bóng rổ mạnh để lựa chọn các test đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Để xác định tính thông báo của các test đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra sự phạm trên đối tượng nghiên cứu. Đối tượng kiểm tra là 16 nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Mối tương quan giữa kết quả kiểm tra các Test đánh giá SMTĐ với hiệu suất thi đấu của đối tượng nghiên cứu (n=16)

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	r	p
1	Chạy 30m XPC (s)	3.58±0.21	0.79	<0.05
2	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	13±2.02	0.82	<0.05
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	12.78±1.09	0.80	<0.05
4	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	5.86±0.41	0.83	<0.05
5	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	34.12±0.81	0.85	<0.05

Qua kết quả bảng 2 cho thấy: Cả 5 test đánh giá đều có mối tương quan mạnh với kết quả kiểm tra, đánh giá thể lực của đối tượng nghiên cứu với r đạt từ 0.79 tới 0.85 ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$, thỏa mãn yêu cầu của phép đo lường thể thao với $r \geq 0.60$. Như vậy, cả 5 test trên đều đảm bảo tính thông báo sử dụng trên đối tượng nam học sinh đội tuyển Bóng rổ

trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội.

2.1.3. Xác định độ tin cậy của các test đánh giá

Để có thể lựa chọn các test một cách chính xác và phù hợp hơn với đối tượng nghiên cứu đề tài tiếp tục sử dụng phương pháp Retest nhằm xác định độ tin cậy giữa kết quả của hai lần lập test. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Xác định độ tin cậy các Tests đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu (n=16)

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		r	p
		Lần 1	Lần 2		
1	Chạy 30m XPC (s)	3.58±0.21	3.57±0.26	0.84	<0.05
2	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	13±2.02	13.2±1.98	0.86	<0.05
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	12.78±1.09	12.82±1.12	0.81	<0.05
4	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	5.86±0.41	5.87±0.43	0.83	<0.05
5	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	34.12±0.81	34.15±0.91	0.82	<0.05

Qua kết quả bảng 3 cho thấy: cả 5 test đã lựa chọn đều có hệ số tương quan giữa kết quả hai lần lập test tương đối cao với $r > 0.8$. Điều đó chứng tỏ tất cả 5 test đều đảm bảo độ tin cậy. Kết hợp việc xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test, đề tài quyết định sử dụng 05 test trên để kiểm tra, đánh giá SMTĐ của nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội.

Như vậy, các test lựa chọn đưa vào kiểm tra, đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội đều thỏa mãn các yêu cầu lập test, có tính thông báo đầy đủ và độ tin cậy cao.

2.1.4. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ Trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

* Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ

Thông qua kết quả kiểm tra sự phạm, đề tài tiến hành phân loại từng chỉ tiêu đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu thành năm mức theo quy tắc 2 xích ma: tốt, khá, trung bình, yếu, kém như sau:

- Tốt: $> \bar{x} + 2\sigma$
- Khá: Từ $\bar{x} + 1\sigma$ đến $\bar{x} + 2\sigma$
- Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} + 1\sigma$
- Yếu: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} - 2\sigma$

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

- Kém: $< \bar{x} - 2\sigma$

Đối với các chỉ số tính bằng thời gian thì phân loại theo cách ngược lại, trong đó $< \bar{x} - 2\sigma$ là tốt và $> \bar{x} + 2\sigma$ là kém.

Kết quả tính toán được trình bày thành bảng phân loại trong đánh giá SMTĐ cho nam học

Bảng 4. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam học sinh bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

T T	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
1	Chạy 30m XPC (s)	<3.18	3.19-3.38	3.39-3.58	3.59-3.78	>3.78
2	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	>17	15 - 17	11 - 15	9 - 11	<9
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	>14.78	13.78-14.77	12.78-13.77	11.78-2.77	<11.78
4	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	<5.06	5.07-5.46	5.47-5.86	5.87-6.26	>6.26
5	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	<32.52	32.53-33.32	33.33-34.12	34.13-34.92	>34.92

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá SMTĐ cho nam học sinh bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

T T	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30m XPC (s)	3.08	3.18	3.28	3.38	3.48	3.58	3.68	3.78	3.88	3.98
2	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	18.0	17.0	16.0	15.0	14.0	13.0	12.0	11.0	10.0	9.0
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	15.28	14.78	14.28	13.78	13.28	12.78	12.28	11.78	11.28	10.78
4	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	4.86	5.06	5.26	5.46	5.66	5.86	6.06	6.26	6.46	6.66
5	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	32.12	32.52	32.92	33.32	33.72	34.12	34.52	34.92	35.32	35.72

* Xác định tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

Sau khi phân loại tiêu chuẩn và bảng điểm đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu, đề tài xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá SMTĐ của đối tượng nghiên cứu. Đề tài sử dụng

sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội. Đồng thời, đề tài sử dụng công thức tính điểm theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả được trình bày ở bảng 4 và bảng 5.

5 test sự phạm theo thang điểm 10 đánh giá SMTĐ thì tương ứng với số điểm tối đa quy đổi là 50 điểm, tuy nhiên để đạt được số điểm tuyệt đối này là rất khó. Phân loại tổng hợp để đánh giá SMTĐ của nam học sinh đội tuyển bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 50)
1	Tốt	> 45
2	Khá	35 – 45
3	Trung bình	25 – 34
4	Yếu	15 – 24
5	Kém	< 15

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp SMTĐ rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu SMTĐ. Kết quả nghiên cứu giúp cho HLV và VĐV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác khả năng của VĐV.

2.2. Đánh giá thực trạng SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

Bảng 7. Thực trạng SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

TT	Test	Kết quả kiểm tra	
		$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v (\%)$
1	Chạy 30m XPC (s)	3.81±0.27	11.15
2	Bật nhảy với bảng liên tục 20s (sl)	12.92±2.28	10.67
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay trên đầu đi xa (m)	12.68±1.56	12.26
4	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	5.98±0.67	10.76
5	Dẫn bóng số 8 ném rổ (s)	34.28±1.54	12.17

Kết quả bảng 7 cho thấy, SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội thông qua các test đánh giá là không đồng đều, thể hiện ở hệ số biến sai (C_v) của kết quả kiểm tra đều lớn hơn 10%.

Để tìm hiểu rõ thực trạng trình độ SMTĐ của đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra xếp loại SMTĐ trên 16 nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội thông qua các test đã lựa chọn. Kết quả được trình bày tại bảng 7.

Sau khi có kết quả kiểm tra, đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp, đề tài xác định được thực trạng SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội, kết quả được trình bày tại bảng 8.

Bảng 8. Kết quả xếp loại SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội

TT	Xếp loại	Kết quả	
		n	Tỷ lệ %
1	Tốt	1	6.25
2	Khá	3	18.75
3	Trung bình	8	50.0
4	Yếu	3	18.75
5	Kém	1	6.25

Qua kết quả ở bảng 8 cho thấy, tỷ lệ xếp loại SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội ở mức khá và tốt là khá thấp:

Loại tốt chiếm 6.25%; loại khá chiếm 18.75%; trong khi đó loại trung bình là chủ yếu loại chiếm 50.0%; Loại yếu kém cũng khá cao: loại yếu chiếm 18.75%; loại kém chiếm 6.25%.

Như vậy, có thể nói SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội còn thấp chưa đáp ứng được yêu cầu tập luyện và thi đấu môn bóng rổ trong giai đoạn hiện nay. Vì vậy đòi hỏi cần phải nghiên cứu lựa chọn những bài tập hợp lý để phát triển SMTĐ cho nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội.

3. KẾT LUẬN

Đề tài đã lựa chọn được 5 test đánh giá có đủ độ tin cậy và tính thông báo cần thiết để kiểm tra, đánh giá trình độ SMTĐ của nam

học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội, đồng thời xây dựng được bảng phân loại tiêu chuẩn, bảng điểm đánh giá và tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá, xếp loại SMTĐ của đối tượng nghiên cứu

Kết quả kiểm tra đánh giá cho thấy, SMTĐ của nam học sinh đội tuyển Bóng rổ trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội còn hạn chế chưa đáp ứng được yêu cầu tập luyện và thi đấu môn bóng rổ trong giai đoạn hiện nay.

Tài liệu tham khảo

1. Nguyễn Hải Đường (2009), *Lựa chọn hệ thống bài tập nhằm phát triển SMTĐ cho sinh viên chuyên sâu bóng rổ trường Đại học TDTT Đà Nẵng*, Luận văn khoa học giáo dục, trường ĐHTDTT Bắc Ninh.
2. Hiệp hội huấn luyện viên bóng rổ thế giới (2001), *Huấn luyện bóng rổ hiện đại* (biên dịch Hữu Hiền), NXB TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Duy Quyết, Lê Văn Lãm (2020), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nxb Thể thao và Du lịch, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, NXB TDTT Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Đỗ Thành Chung (2020 - 2022), Bài báo được trích từ luận văn Thạc sỹ: “*Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học sinh đội tuyển bóng rổ Trường THPT Trần Nhân Tông - Hai Bà Trưng - Hà Nội*”.

Ngày nhận bài 13/04/2022

Ngày đánh giá: 26/04/2022

Ngày duyệt đăng: 04/05/2022



THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG CÂU LẠC BỘ THỂ DỤC THỂ THAO CỦA SINH VIÊN KHOA TIỂU HỌC – MẦM NON TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY BẮC

THE REALITY OF SPORTS CLUB ACTIVITIES OF STUDENTS OF PRIMARY AND PRESCHOOL FACULTY, NORTHWEST UNIVERSITY

ThS. Nguyễn Thị Linh - Trường Đại học Tây Bắc

Tóm tắt: Hoạt động thể dục thể thao (TDTT) là một trong những mặt quan trọng của công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường đại học nói chung và Trường Đại học Tây Bắc nói riêng. Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng hoạt động Câu lạc bộ (CLB) TDTT của sinh viên khoa Tiểu học – Mầm non trường Đại học Tây Bắc trong giai đoạn hiện nay.

Từ khóa: Thực trạng; CLB Thể dục thể thao; Giáo dục thể chất; Trường Đại học Tây Bắc.

Abstract: Sports activities are one of the important aspects of physical education work in universities in general and Northwestern University in particular. On the basis of theory and practice, the study assesses the reality of sports club activities of students of the Primary - Preschool Faculty of Northwestern University in the current period.

Keywords: Reality; Sports Club; Physical education; Northwest University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tham gia CLB TDTT là một hoạt động mang tính tự nguyện, tự giác và tự quản của sinh viên. Vai trò của giảng viên trong hoạt động này chỉ mang tính tư vấn, định hướng và dẫn dắt sinh viên hoạt động nhằm mục đích giữ gìn và nâng cao sức khỏe. Hoạt động CLB TDTT nếu không được xây dựng, sắp xếp phù hợp với nhu cầu, nguyện vọng, sở thích và điều kiện của sinh viên (SV) mà chỉ dựa vào chủ quan của giảng viên (GV) chắc chắn không bền vững.

Việc tổ chức hoạt động CLB TDTT trong trường đại học phụ thuộc vào hàng loạt các yếu tố đặc thù như: Đặc điểm riêng của từng trường, nhu cầu của từng đối tượng sinh viên, điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường, đội ngũ GV TDTT của nhà trường và sự quan tâm chỉ đạo của các cấp lãnh đạo trong nhà trường.

Với mục đích góp phần thực hiện mục tiêu từng bước đẩy mạnh và nâng cao chất lượng công tác GDTC trong trường Đại học Tây Bắc chúng tôi tiến hành nghiên cứu: *“Thực trạng hoạt động CLB*

TDTT của sinh viên khoa Tiểu học - Mầm non Trường Đại học Tây Bắc”.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng về cơ sở vật chất và đội ngũ giảng viên TDTT Trường Đại học Tây Bắc

2.1.1. Về cơ sở vật chất

Cơ sở vật chất (CSVC) là một trong những yếu tố quan trọng góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy, học tập và luyện tập. CSVC đảm bảo chất lượng thì giảng dạy mới đầy đủ nội dung theo chương trình và SV mới thực hiện được các yêu cầu mà môn học đề ra. Nghiên cứu tiến hành khảo sát về cơ sở vật chất phục vụ cho dạy và học của Trường Đại học Tây Bắc. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả khảo sát thực trạng sân bãi dụng cụ phục vụ giảng dạy và học tập của Trường Đại học Tây Bắc

TT	Sân bãi, dụng cụ	Khu giảng dạy	Khu ký túc xá	Chất lượng	Đánh giá
1	Sân bóng đá	1	0	Trung bình	Đạt
2	Sân bóng chuyền	3	0	Trung bình	Đạt

TT	Sân bãi, dụng cụ	Khu giảng dạy	Khu ký túc xá	Chất lượng	Đánh giá
3	Sân bóng rổ	0	1	Trung bình	Đạt
4	Sân cầu lông	0	3	Trung bình	Đạt
5	Sân bóng ném	0	1	Trung bình	Đạt
6	Đường chạy 100m	0	0		
7	Đường chạy 400m	0	0		
8	Sân đẩy tạ	2	0	Trung bình	Đạt
9	Đệm nhảy cao	5	0	Trung bình	Đạt
10	Nhảy xa	2	0	Trung bình	Đạt
11	Xà đơn	3	0	Trung bình	Đạt
12	Xà kép	3	0	Trung bình	Đạt
13	Xà lệch	2	0	Trung bình	Đạt
14	Bàn bóng bàn	0	7	Trung bình	Đạt
15	Bể bơi	0	0		
16	Nhà thi đấu	0	0		

Qua bảng 1 cho thấy, hiện nay cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy và tập luyện TDTT của Trường Đại học Tây Bắc còn nhiều thiếu thốn và hạn chế. Số lượng sân bãi chưa đáp ứng được về số lượng và chất lượng phục vụ cho công tác giảng dạy cũng như yêu cầu chuyên môn. Do thiếu về sân bãi giảng dạy và chất lượng không đảm bảo dẫn đến chưa tạo được

hứng thú cho người học, hoạt động còn bị gò bó, mất tập trung... dẫn đến chất lượng trong các môn học và hiệu quả luyện tập không cao.

2.1.2. Về đội ngũ cán bộ, GV TDTT Trường Đại học Tây Bắc

Đề tài tiến hành khảo sát về thực trạng đội ngũ cán bộ, GV TDTT của Trường Đại học Tây Bắc. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Kết quả khảo sát về thực trạng đội ngũ cán bộ, GV TDTT Trường Đại học Tây Bắc

Số lượng	Độ tuổi			Giới tính		Trình độ	
	Trên 40	Từ 30-40	Dưới 30	Nam	Nữ	Cử nhân	Thạc sĩ
31	2	9	20	24	7	2	29

Qua kết quả ở bảng 2 cho thấy, hầu hết cán bộ, GV TDTT Trường Đại học Tây Bắc còn nằm ở độ tuổi rất trẻ, tuổi đời dưới 30 chiếm 64,52%; tuổi đời từ 30 – dưới 40 chiếm 29,03%; tuổi đời trên 40 chiếm 6,45%. Về trình độ học vấn: hiện nay GV trong khoa có 29 thạc sĩ chiếm 93,54%. Điều này chứng tỏ về trình độ cán bộ, GV TDTT của nhà trường đảm bảo về trình độ chuyên môn giảng dạy bậc đại học.

2.2. Thực trạng về hoạt động CLB TDTT của SV Khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc

2.2.1. Số lượng CLB và số SV tham gia tập luyện CLB TDTT của Khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc

Kết quả tổng hợp và điều tra các số liệu về số lượng CLB TDTT và số SV tham gia luyện tập tại các CLB TDTT của khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Số CLB và số SV tham gia luyện tập tại các CLB TDTT của khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc năm học 2021-2022

TT	Câu lạc bộ	Số SV tham gia
1	Điền kinh	3
2	Cầu lông	12
3	Bóng chuyền	20

TT	Câu lạc bộ	Số SV tham gia
4	Bóng đá	23
5	Bóng rổ	16
6	Bóng ném	22
7	Võ thuật	23
Tổng	7	119

Qua bảng 3 cho thấy, Khoa Tiểu học – Mầm non có 7 CLB TDTT. Số SV tham gia tập luyện tại các CLB TDTT do khoa tổ chức rất ít, chỉ có 119 trên tổng số 318 SV trong toàn khoa chiếm tỉ lệ 37,42%. Còn lại hầu hết các em không tham gia tập luyện tại các CLB TDTT chiếm tỉ lệ 62,58%.

2.2.2. Về cơ cấu tổ chức và nội dung hoạt động của các CLB TDTT trong Khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc

Để xác định thực trạng về cơ cấu tổ chức, nội dung hoạt động và các hình thức tổ chức tập luyện của CLB TDTT khoa TDTT, đề tài tiến hành khảo sát và phỏng vấn cán bộ quản lý và GV trong nhà trường. Kết quả được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn về cơ cấu tổ chức và nội dung hoạt động của CLB TDTT trong Khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc

TT	Nội dung	Kết quả (n = 30)			
		Có	%	Không	%
1	CLB TDTT trong Khoa có hoạt động theo cơ chế tổ chức và quản lý không?	30	100	0	0
2	CLB TDTT trong Khoa có chủ động xây dựng kế hoạch hoạt động cho từng năm học không?	0	0	30	100
3	Trong các CLB TDTT đã có người hướng dẫn tập luyện chưa?	30	100	0	0
4	SV có được lựa chọn môn thể thao theo nguyện vọng và sở thích của mình không?	30	100	0	0
5	Số lượng người tham gia luyện tập tại các CLB TDTT như thế nào?				
	Nhiều	-	-	-	-
	Vừa	-	-	-	-
	Ít	30	100	0	0
6	Mức độ thu hút người tập tham gia ở các CLB TDTT?				
	Tốt	-	-	-	-
	Bình thường	30	100	0	0
	Yếu	-	-	-	-
7	Cơ sở vật chất phục vụ cho các CLB TDTT				
	Đầy đủ	-	-	-	-
	Bình thường	30	100	-	-
	Thiếu thốn	-	-	-	-

Qua bảng 4 cho thấy, hiện nay hầu hết các CLB TDTT trong Khoa Tiểu học – Mầm non hoạt động theo cơ chế có tổ chức, Cụ thể:

Về cơ cấu tổ chức và quản lý: Các CLB TDTT trong Khoa Tiểu học – Mầm non trường Đại học Tây Bắc là hoạt động có tổ chức, tuy

nhiên cơ cấu tổ chức chưa rõ ràng và chưa có thiết chế hoạt động cụ thể cho các CLB TDTT.

Về nội dung và kế hoạch hoạt động: Các CLB TDTT chưa xây dựng nội dung và kế hoạch hoạt động cho từng CLB mà chỉ tập trung một nhóm người cùng sở thích để cùng

tham gia luyện tập, kể cả GV và SV. Nội dung của các buổi tập diễn ra dưới hình thức thi đấu là chính.

Về nguồn lực nhân sự: Hầu hết các CLB TDTT đã có người hướng dẫn chuyên môn cho từng môn thể thao. Tuy nhiên tinh thần trách nhiệm của người hướng dẫn chưa cao, chưa thực sự thu hút được người tập đến với CLB của mình hướng dẫn.

Về số lượng các môn thể thao trong các CLB: SV được phép lựa chọn môn thể thao yêu thích để luyện tập.

Về số người tham gia luyện tập ở các CLB TDTT: Số người tham gia tập luyện ở các

CLB TDTT trong Khoa Tiểu học – Mầm non chiếm tỷ lệ ít vì CLB TDTT hoạt động tuy đã có người hướng dẫn nhưng nội dung luyện tập sơ sài, không thu hút được đông đảo người tập tham gia tập luyện.

Về CSVC phục vụ cho các CLB TDTT: Các CLB hoạt động chủ yếu nhờ vào CSVC của khoa nên còn thiếu thốn nhiều mà chủ yếu là do các cá nhân tự trang bị để tham gia tập luyện.

2.2.3. Về nội dung và hình thức hoạt động

Kết quả khảo sát về nội dung và các hình thức hoạt động CLB TDTT của SV khoa tiểu học - mầm non được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng các hình thức hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học - Mầm non Trường Đại học Tây Bắc (n = 318)

TT	Các hình thức ngoại khóa	n = 318			
		Có	%	Không	%
1	Thường xuyên tổ chức sinh hoạt CLB TDTT trong khoa	318	100	0	0
2	Thường xuyên tổ chức các giải thi đấu TDTT cấp khoa, cấp trường	318	100	0	0
3	Cử các đội tham gia thi đấu giải do tỉnh và các tổ chức đoàn thể tổ chức	318	100	0	0
4	Có SV tham gia thi đấu cấp khu vực và toàn quốc	18	5,66	300	94,34
5	SV có tham gia tập luyện ở các CLB TDTT do khoa tổ chức	119	37,42	199	62,58
6	SV có tham gia tập luyện ở ngoài CLB TDTT do khoa tổ chức dưới các hình thức: đội, nhóm, các nhân tập luyện	318	100	0	0

Qua bảng 5 cho thấy, các hình thức hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học - Mầm non Trường Đại học Tây Bắc là rất tốt. 100% SV cho rằng Khoa thường xuyên tổ chức các hoạt động CLB TDTT nhưng tập luyện chưa quy củ, 100% SV đều tham gia luyện tập thể thao nhưng không phải do CLB TDTT của khoa tổ chức, mà các em tham gia ở các hình thức hoạt động như: đội, nhóm tổ chức hoặc cá nhân tự tập. Điều này chứng tỏ, hình thức tổ chức hoạt động CLB TDTT hiện

nay đang thực hiện là thực sự chưa có hiệu quả, chưa thu hút được đông đảo SV trong khoa tham gia.

2.2.4. Nguyên nhân hạn chế đến hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học - Mầm non trường Đại học Tây Bắc

Để xác định nguyên nhân ảnh hưởng đến CLB TDTT của SV khoa Tiểu học – Mầm non, đề tài tiến hành phỏng vấn 20 là CBQL, GV và 318 SV trong khoa và nhà trường. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Nguyên nhân ảnh hưởng đến hoạt động CLB TDTT của sinh viên khoa Tiểu học - Mầm non Trường Đại học Tây Bắc

TT	Nguyên nhân	Kết quả (n = 338)			
		Đồng ý	%	Không đồng ý	%
1	Cơ sở vật chất còn thiếu thốn và khó khăn	296	87,57	42	12,43
2	Kinh phí dành cho hoạt động của CLB TDTT còn chưa có hoặc thiếu thốn	312	92,3	26	7,7
3	Chưa có giáo viên tham gia hướng dẫn ở các	0	0	338	100

TT	Nguyên nhân	Kết quả (n = 338)			
		Đồng ý	%	Không đồng ý	%
	môn thể thao cho sinh viên				
4	Nội dung và hình thức hoạt động của từng CLB TDTT còn đơn điệu, sơ sài, chưa thu hút được SV tham gia luyện tập	235	69,53	103	30,47
5	Phương pháp quản lý và điều hành của các CLB TDTT còn lỏng lẻo, chưa khoa học	273	80,77	65	19,23
6	Chưa xây dựng được thiết chế của CLB	234	69,23	104	30,77

Qua bảng 6 cho thấy, các nguyên nhân ảnh hưởng trực tiếp đến hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc đó là:

Cơ sở vật chất phục vụ còn thiếu thốn và khó khăn.

Kinh phí dành cho hoạt động của CLB TDTT còn chưa có, các cá nhân tham gia chỉ mang tính tự phát.

Nội dung và hình thức hoạt động của từng CLB TDTT còn đơn điệu, sơ sài, chưa thu hút được SV tham gia luyện tập.

Phương pháp quản lý và điều hành của các CLB TDTT còn lỏng lẻo, chưa khoa học.

Chưa xây dựng được thiết chế của CLB TDTT.

3. KẾT LUẬN

- Cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy và tập luyện TDTT của Trường Đại học Tây Bắc còn nhiều thiếu thốn và hạn chế. Sân bãi, dụng cụ chưa đáp ứng được về số lượng và chất lượng để phục vụ cho công tác chuyên môn.

- Cán bộ, GV TDTT của nhà trường đảm bảo về trình độ chuyên môn giảng dạy bậc đại học.

- Các hình thức hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học - Mầm non Trường Đại học Tây Bắc là rất tốt. Tuy nhiên, hình thức tổ chức hoạt động CLB TDTT hiện nay đang thực hiện là thực sự chưa có hiệu quả, chưa thu hút được đông đảo SV trong khoa tham gia.

- Các nguyên nhân ảnh hưởng trực tiếp đến hoạt động CLB TDTT của SV khoa Tiểu học – Mầm non Trường Đại học Tây Bắc đó là: CSVC phục vụ còn thiếu thốn và khó khăn; Kinh phí dành cho hoạt động của CLB TDTT còn chưa có, các cá nhân tham gia chỉ mang tính tự phát; Nội dung và hình thức hoạt động của từng CLB TDTT còn đơn điệu, sơ sài, chưa thu hút được SV tham gia luyện tập; Phương pháp quản lý và điều hành của các CLB TDTT còn lỏng lẻo, chưa khoa học; Chưa xây dựng được thiết chế của CLB TDTT.

Tài liệu tham khảo

1. Thủ tướng Chính phủ (2016), *Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 phê duyệt Đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025*
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho HSSV ban hành theo Quyết định số 23/2008/TTBGDDT ngày 23/12/2008*.
3. Phạm Khánh Ninh (2001) - *Nghiên cứu cải tiến tổ chức và quản lý các hoạt động TDTT ngoại khóa để nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Đại học Mỏ - Địa chất* - Luận văn Thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT I.
4. Nguyễn Duy Quyết, Lê Văn Lãm (2020), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nxb Thể thao và Du lịch, Hà Nội.

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

5. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, NXB TDTT Hà Nội.
6. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài viết được trích dẫn từ đề tài khoa học và công nghệ cấp cơ sở (2021-2023): “*Biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động câu lạc bộ thể dục thể thao của sinh viên khoa Tiểu học - Mầm Non Trường Đại học Tây Bắc*”. Nhóm nghiên cứu: Thạc sỹ Nguyễn Thị Linh và cộng sự.

Ngày nhận bài: 04/05/2022

Ngày đánh giá: 20/05/2022

Ngày duyệt đăng: 15/06/2022



Ảnh minh họa

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TỐC ĐỘ DI CHUYỂN TRONG ĐÁNH BÓNG CHO NỮ SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG BÀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

BUILDING EVALUATING CRITERIA OF MOVEMENT SPEED IN HITTING FOR FEMALE STUDENTS OF TABLE TENNIS TEAM AT HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Vũ Thị Thu Hà; TS. Nguyễn Khắc Dược

Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đã lựa chọn được hệ thống các Test đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường Đại học Sư phạm (ĐHSP) thể dục thể thao (TĐTT) Hà Nội đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cần thiết, từ đó xây dựng được tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Tốc độ; Bóng bàn; Nữ sinh viên; Trường ĐHSP TĐTT Hà Nội.

Abstract: Using conventional scientific research methods, the topic has selected a system of tests to assess movement speed in hitting the ball for female students of the Table Tennis team at Hanoi University of Physical Education and Sports which ensures the necessary reliability and informability, thereby building a standard for assessing the speed of movement in batting for the research object.

Keywords: Speed; Table tennis; Female students; Hanoi University of Physical Education and Sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong quá trình đào tạo việc xác định các chỉ tiêu huấn luyện là cơ sở để đánh giá trình độ năng lực của vận động viên (VĐV). Hiện nay, trong công tác huấn luyện chuyên môn cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TĐTT Hà Nội, việc kiểm tra đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của các VĐV chủ yếu dựa theo kinh nghiệm của các Giảng viên - HLV, chưa có một hệ thống chỉ tiêu, tiêu chuẩn có đầy đủ cơ sở khoa học nhằm đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của VĐV. Vì vậy, để nâng cao chất lượng đào tạo môn Bóng bàn của nhà trường, cũng như giúp cho các Giảng viên - HLV điều chỉnh nội dung, phương pháp huấn luyện, góp phần nâng cao thành tích thi đấu cho các VĐV, thì việc xây dựng các chỉ tiêu đánh giá tốc độ di chuyển

trong đánh bóng cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TĐTT Hà Nội là vấn đề cấp thiết trong giai đoạn hiện nay.

Phương pháp nghiên cứu: Để giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn; Quan sát sư phạm; Kiểm tra sư phạm; Toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá SBTĐ cho nam sinh viên đội tuyển Bóng đá trường ĐHSP TĐTT Hà Nội

2.1.1. Lựa chọn test đánh giá SBTĐ cho đối tượng nghiên cứu

Đề tài đã xác định được 07 test được các chuyên gia sử dụng để đánh giá tốc độ di chuyển bước chân trong Bóng bàn. Để đảm bảo tính khách quan, trên cơ sở những test thu

thập được qua quan sát, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi để lựa chọn các test đánh giá. Đối tượng phỏng vấn là 10 chuyên gia, cán bộ quản lý, các HLV đang làm công tác huấn luyện Bóng bàn tại các trung tâm huấn luyện VĐV Bóng bàn mạnh khu vực phía Bắc. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của đối tượng nghiên cứu (n=10)

T T	Nội dung các test	Ưu tiên 1	Ưu tiên 2	Ưu tiên 3	Tổng điểm	Tỷ lệ %
1	Chạy 60m xuất phát cao (s)	2	4	4	18	60.0
2	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay – vạt bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm (1 phút/lần)	9	1	0	29	96.7
3	Di chuyển vạt bóng trái tay – giạt thuận tay theo đường chéo trái (1phút/lần)	8	2	0	28	93.3
4	Di chuyển vạt bóng trái tay – vạt thuận tay theo đường chéo trái (30s/lần)	8	1	1	27	90.0
5	Di chuyển vạt bóng thuận tay 2 điểm sang 2 điểm (1phút/lần)	7	3	0	27	90.0
6	Nhảy dây tốc độ (40s/lần)	4	5	1	23	76.7
7	Di chuyển ngang 3m (1phút/lần)	2	5	3	19	63.3

Qua kết quả bảng 1 đề tài đã lựa chọn được 04 test dùng để đánh giá tốc độ di chuyển bước chân trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn Trường ĐHSP TDTT Hà Nội, có mức độ ưu tiên sử dụng từ 90% tổng số ý kiến trở lên, đó là các test: 2, 3, 4 và 5.

2.1.2. Xác định tính thông báo của các Test

Để đảm bảo tính khoa học trước khi đưa các test vào ứng dụng, đề tài tiến hành kiểm tra tính thông báo của test thông qua hệ số tương quan cặp giữa kết quả kiểm tra của các test với hiệu suất thi đấu các nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn của nhà trường. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Mối tương quan giữa các Test với hiệu suất thi đấu của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội

TT	Test	r	p
1	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay – vạt bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	0.83	< 0.05
2	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay 3 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	0.91	< 0.05
3	Di chuyển vạt bóng trái tay – giạt thuận tay theo đường chéo trái (1phút/lần)	0.81	< 0.05
4	Di chuyển vạt bóng thuận tay 2 điểm sang 2 điểm (1phút/lần)	0.86	< 0.05

Kết quả bảng 2 cho thấy, cả 04 test đánh giá đều có mối tương quan mạnh với hiệu suất thi đấu của các nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn nhà trường. Kết quả thể hiện ở r đạt từ 0.81 tới 0.91 ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Như vậy, cả 4 test trên đều đảm bảo tính thông báo sử dụng trong

đánh giá tốc độ di chuyển của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

2.1.3. Xác định độ tin cậy của các Test

Sau khi xác định được các Test để đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội, đề tài tiếp tục xác định độ tin cậy của

chúng bằng phương pháp test lặp lại. Độ tin cậy được xác định bằng hệ số tương quan cặp giữa 2 lần kiểm tra của 4 test trong điều kiện quy trình cách thức kiểm tra và đối tượng phương pháp thực hiện như nhau. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Mỗi tương quan giữa 2 lần kiểm tra các Test của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		r	p
		Lần 1	Lần 2		
1	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay – vạt bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	32.5 \pm 3.5	33.0 \pm 4.0	0.84	<0.05
2	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay 3 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	33.0 \pm 4.0	32.5 \pm 3.5	0.86	<0.05
3	Di chuyển vạt bóng trái tay – giạt thuận tay theo đường chéo trái (1phút/lần)	32.0 \pm 4.0	32.5 \pm 4.5	0.81	<0.05
4	Di chuyển vạt bóng thuận tay 2 điểm sang 2 điểm (1phút/lần)	36.0 \pm 4.0	35.5 \pm 4.5	0.83	<0.05

Qua kết quả bảng 3 cho thấy: cả 04 test đã lựa chọn đều có hệ số tương quan giữa kết quả hai lần lập test tương đối cao với $r > 0,8$. Điều đó chứng tỏ tất cả 4 test đều đảm bảo độ tin cậy. Kết hợp việc xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test, đề tài quyết định sử dụng 04 test trên để kiểm tra, đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội. Như vậy, các test lựa chọn đưa vào kiểm tra, đánh giá giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của đối tượng nghiên cứu đều thỏa mãn các yêu cầu lập test, có tính thông báo đầy đủ và độ tin cậy cao.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

2.2.1. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ

Thông qua kết quả kiểm tra sư phạm tại bảng 3, đề tài tiến hành phân loại từng chỉ tiêu

đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho đối tượng nghiên cứu thành năm mức theo quy tắc 2 xích ma: tốt, khá, trung bình, yếu, kém như sau:

- Tốt: $> \bar{x} + 2\sigma$
- Khá: Từ $\bar{x} + 1\sigma$ đến $\bar{x} + 2\sigma$
- Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} + 1\sigma$
- Yếu: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} - 2\sigma$
- Kém: $< \bar{x} - 2\sigma$

Đối với các chỉ số tính bằng thời gian thì phân loại theo cách ngược lại, trong đó $< \bar{x} - 2\sigma$ là tốt và $> \bar{x} + 2\sigma$ là kém.

Kết quả tính toán được trình bày thành bảng phân loại trong đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội. Đồng thời, đề tài sử dụng công thức tính điểm theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả được trình bày ở bảng 4 và 5.

Bảng 4. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của đối tượng nghiên cứu

T T	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay – vọt bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	> 40.0	37.0 – 40.0	32.0 – 36.0	28.0 – 31.0	< 28.0
2	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay 3 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	> 40.0	37.0 – 40.0	32.0 – 36.0	28.0 – 31.0	< 28.0
3	Di chuyển vọt bóng trái tay – giạt thuận tay theo đường chéo trái (1phút/lần)	> 39.0	35.0 – 39.0	31.0 – 34.0	27.0 – 30.0	< 27.0
4	Di chuyển vọt bóng thuận tay 2 điểm sang 2 điểm (1phút/lần)	> 43.0	40.0 – 43.0	36.0 – 39.0	31.0 – 35.0	< 30.0

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của đối tượng nghiên cứu

T T	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay – vọt bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	> 41	41	39	37	35	33	31	29	27	< 27
2	Di chuyển ngang giạt bóng thuận tay 3 điểm sang 1 điểm (1phút/lần)	> 41	41	39	37	35	33	31	29	27	< 27
3	Di chuyển vọt bóng trái tay – giạt thuận tay theo đường chéo trái (1phút/lần)	> 40	40	38	36	34	32	30	28	26	< 26
4	Di chuyển vọt bóng thuận tay 2 điểm sang 2 điểm (1phút/lần)	> 44	44	42	40	38	36	34	32	30	< 30

Kết quả thu được qua các bảng trên rất thuận tiện để sử dụng trong việc đánh giá, phân loại tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội đồng thời nhằm phục vụ cho công tác đối chiếu, tham khảo trong thực tiễn huấn luyện và kiểm tra, đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho đối tượng nghiên cứu.

2.2.2. Xác định tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Sau khi đã quy được tất cả kết quả của các chỉ tiêu ra điểm cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng. Đề tài sử dụng 4 test sự phạm theo thang điểm 10 đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng thì tương ứng với số điểm tối đa quy đổi là 40 điểm, tuy nhiên để đạt được số điểm tuyệt đối này là rất khó. Vì vậy, đối chiếu với kết quả thu được ở bảng 5, đề tài xây dựng tiêu chuẩn xếp loại tổng hợp để đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSP TDTT Hà Nội. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho đối tượng nghiên cứu

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 40)
1	Tốt	> 35
2	Khá	28 – 35
3	Trung bình	20 – 27
4	Yếu	12 – 19
5	Kém	< 12

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp tốc độ di chuyển trong đánh bóng rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu. Kết quả nghiên cứu giúp cho HLV, VĐV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác khả năng của VĐV.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu, đề tài đã xác định được 04 test đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho đối tượng nghiên cứu đảm bảo độ tin cậy,

tính thông báo ở ngưỡng thống kê cần thiết. Đã xây dựng tiêu chuẩn đánh giá, bảng điểm phân loại tổng hợp của từng chỉ tiêu và bảng điểm tổng hợp đánh giá chung, cho phép đánh giá thuận tiện, chính xác và khách quan các chỉ tiêu đánh giá tốc độ di chuyển trong đánh bóng của nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSPTDTT Hà Nội.

Tài liệu tham khảo

1. Đào Ngọc Dũng, Tô Tiến Thành, Tô Thế Thợi (2014), *Giáo trình Bóng bàn*, Nxb TDTT.
2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NXB TDTT Hà Nội
4. 孙民治 (2004) - 现代乒乓球教学与训练 - 北京人民教育出版社.
5. 刘玉林 (2006) - 现代乒乓球运动研究 - 北京人民教育出版社.
6. 乔纪龙, 李廷奎 (2017) - 乒乓球运动教程 - 北京体育大学出版社.

Nguồn bài báo: Vũ Thị Thu Hà (2020 - 2022), Bài viết được trích dẫn từ đề tài NCKH cấp cơ sở: “Nghiên cứu lựa chọn bài tập nhằm nâng cao tốc độ di chuyển trong đánh bóng cho nữ sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHSPTDTT Hà Nội”.

Ngày nhận bài: 10/4/2022

Ngày đánh giá: 20/4/2022

Ngày duyệt đăng: 11/05/2022

LỰA CHỌN BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ ĐÒN ĐÁ VÒNG CẦU CHO NAM SINH VIÊN CHUYÊN SÂU TAEKWONDO NĂM THỨ HAI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

SELECTION OF EXERCISES TO DEVELOP STRENGTH AND SPEED OF ROUND KICKING FOR 2ND YEAR TAEKWONDO INTENSIVE MALE STUDENTS OF HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Ngô Bằng Giang - Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường dùng, đề tài lựa chọn 23 bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ 2 trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Hiệu quả của các bài tập được kiểm chứng thông qua kết quả thực nghiệm sư phạm.

Từ khóa: bài tập, sức mạnh tốc độ, đòn đá vòng cầu, sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai.

Abstract: Using commonly used scientific research methods, the research has selected 23 exercises to develop the speed strength of the roundhouse kick for the second year male students specializing in Taekwondo of Hanoi University of Physical Education and Sports. The effectiveness of exercises are tested through pedagogical experiments.

Keywords: exercises, speed strength, roundhouse kicks, second year Taekwondo intensive students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội là một trong những cơ sở đào tạo giáo viên GDTC cho các cấp học, là trung tâm đào tạo và nghiên cứu khoa học về giáo dục thể chất và thể dục thể thao. Chính vì vậy, việc đổi mới công tác đào tạo giáo viên GDTC, nâng cao chất lượng đào tạo có ý nghĩa thực tiễn to lớn. Công việc này phải được tiến hành thường xuyên và phải thực hiện ngay ở từng môn học trong nhà trường.

Qua thực tế công tác giảng dạy, huấn luyện cho sinh viên chuyên sâu Taekwondo cho thấy sinh viên có kỹ thuật tốt. Tuy nhiên, thể lực chuyên môn còn hạn chế, đặc biệt là sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu – đây là đòn đá được sử dụng nhiều nhất, chiếm tới 70% số lượng các đòn đá trong mỗi hiệp đấu. Điều này được bộc lộ qua khả năng thi đấu của sinh viên chuyên sâu Taekwondo thông qua một số giải nghiệp vụ sư phạm và các giải thi đấu toàn quốc.

Nghiên cứu về vấn đề này đã có một số các công trình của các tác giả cho các đối tượng

khác nhau như: Nguyễn Anh Tú (2000) với đề tài: “*Nghiên cứu một số bài tập thể lực chuyên môn nhằm nâng cao hiệu quả các đòn đá cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwon-do trường Đại học TDTT I*”; Trần Tuấn Hiếu (2003) với đề tài: “*Nghiên cứu sự phát triển sức mạnh tốc độ của vận động viên Karate-do (từ 12-15 tuổi)*”. Tuy nhiên, chưa có đề tài nào nghiên cứu dành cho sinh viên chuyên sâu Taekwondo trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi lựa chọn nghiên cứu: “*Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*”.

Để giải quyết các mục tiêu nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp thực nghiệm sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn bài tập

Để lựa chọn được các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho đối tượng nghiên cứu, đề tài thực hiện qua 2 bước:

Bước 1: Lựa chọn qua tham khảo tài liệu và quan sát sự phạm

Bước 2: Lựa chọn qua phiếu phỏng vấn trả lời câu hỏi

Để phỏng vấn lựa chọn bài tập, thông qua tham khảo các tài liệu chuyên môn về giảng dạy và huấn luyện Taekwondo, chúng tôi tổng hợp được 32 bài tập thuộc các nhóm: Nhóm bài tập phát triển sức mạnh chung; Nhóm bài tập phát triển chuyên môn; nhóm bài tập trò chơi và thi đấu. Gồm các nhóm bài tập sau:

- Nhóm bài tập phát triển sức mạnh tốc độ chung trong Taekwondo (12)

- Nhóm bài tập phát triển sức mạnh tốc độ chuyên môn đòn đá vòng cầu (15)

- Nhóm bài tập trò chơi và thi đấu(5)

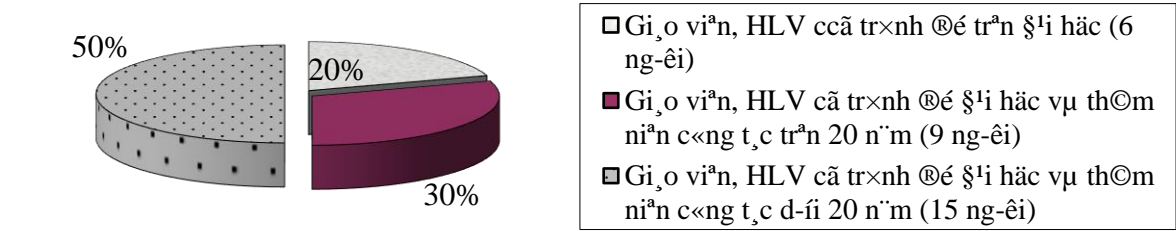
Để xác định cơ sở thực tiễn của lựa chọn các bài tập chuyên môn huấn luyện tố chất sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành phỏng vấn 30 huấn luyện viên, các chuyên gia, các giáo viên hiện đang làm công tác huấn luyện, giảng dạy môn Taekwondo trên phạm vi toàn quốc. Tỷ lệ, thành phần của đối tượng phỏng vấn thể hiện trong biểu đồ 1 sau đây:

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

Ưu tiên 1: (Bài tập quan trọng).

Ưu tiên 2: (Bài tập bình thường).

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



Biểu đồ 1. đặc điểm đối tượng phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

Ngoài ra, đề tài căn cứ vào kết quả phỏng vấn để lựa chọn những bài tập đặc trưng tiêu biểu cho từng tố chất vận động. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Tổng hợp kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập huấn luyện sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (n = 30)

T T	Bài tập	Số ý kiến lựa chọn		Kết quả phỏng vấn					
				Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Tại chỗ bật nhảy rút gối trên cát	20	66.67	15	75.00	3	15.00	2	10.00
2	Gánh tạ 20kg, ngồi xuống đứng lên	21	70.00	16	76.19	4	19.05	1	4.76
3	Gánh tạ 20kg bật nhảy đổi chân	25	83.33	19	76.00	1	4.00	5	20.00
4	Chạy tốc độ 15m bật nhảy tách chân 2 bên	19	63.40	19	73.08	1	3.85	6	23.08
5	Tại chỗ bật nhảy rút gối chạy lao 15m	24	80.00	17	70.83	3	12.50	4	16.67
6	Nhảy dây cao gối	24	80.00	18	75.00	3	12.50	3	12.50
7	Chụm chân bật bực 30s	19	63.33	20	83.33	1	4.17	3	12.50
8	Chạy tại chỗ nâng cao đùi	22	73.33	18	81.82	4	18.18	0	0.00

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

T T	Bài tập	Số ý kiến lựa chọn		Kết quả phỏng vấn					
				Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%	n	%
9	Bước bục cao lên xuống	21	70.00	17	80.95	3	14.29	1	4.76
10	Bật nhảy đá lăng chân ngang 2 bên liên tục	20	66.67	19	76.00	4	16.00	2	8.00
11	Bật nhảy đá lăng chân cao liên tục	29	96.67	23	79.31	3	10.34	3	10.34
12	Bật cóc	24	80.00	19	79.17	3	12.50	2	8.33
13	Đá vòng cầu Dolly chagi chân sau liên tục vào đích	22	73.33	18	86.35	2	9.09	2	9.09
14	Đá vòng cầu Dolly chagi 2 chân liên tục vào đích	25	83.33	20	80.00	2	8.00	3	12.00
15	Phối hợp đá tổng trước và đá vòng cầu vào đích	24	80.00	19	79.17	2	8.33	3	12.50
16	Phối hợp đá chẻ và đá vòng cầu vào đích	22	73.33	19	86.36	2	9.09	1	4.55
17	Phối hợp đá vòng cầu và đá tổng ngang vào đích	21	70.00	17	80.96	2	9.52	2	9.52
18	Chân đeo bao chì 1kg đá(Dolly chagi) chân sau liên tục	25	83.33	21	84.00	2	8.00	2	8.00
19	Chân đeo bao chì 1kg đá vòng cầu chân thuận vào đích	23	76.67	19	82.61	2	8.69	1	2.30
20	Chân sau buộc chun đá vòng cầu (Dolly chgi) liên tục vào đích	24	80.00	20	83.33	3	12.50	1	4.17
21	Chân sau buộc chun đá vòng cầu chân thuận vào đích	26	86.67	22	84.62	2	7.69	2	7.69
22	Đá vòng cầu Dolly chagi vào 2 đích đối diện cách 3m	23	76.67	18	78.26	3	13.04	2	8.70
23	Phối hợp 2 đòn đá vào đích liên tục	22	73.33	18	81.82	2	9.09	2	9.09
24	Phối hợp 3 đòn đá vào đích liên tục	25	83.33	21	84.00	3	12.00	1	4.00
25	Đá vòng cầu kết hợp di chuyển từng chân liên tục	18	60.00	15	83.33	2	11.11	1	5.56
26	Bật lướt tấn công vòng cầu (Dorlyo) chân trước (phải, trái) vào phần thân	19	63.33	14	73.68	3	15.79	2	10.53
27	Bật đổi chân đá lướt vòng cầu chân trước (phải, trái) vào phần thân	17	56.67	13	76.47	2	11.76	1	5.87
28	Đi vệt tiếp sức	16	53.33	12	75.00	2	12.50	2	12.50
29	Cua đá bóng	24	80.00	19	79.17	3	12.50	2	8.33
30	Nhảy cứu	25	83.33	20	80.00	3	12.00	2	8.00
31	Nhảy lò cò tiếp sức	18	60.00	14	77.78	2	11.11	2	11.11
32	Bật cóc tiếp sức	26	86.67	21	80.77	3	11.54	2	7.69

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy, có 23/32 bài tập huấn luyện sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của đề tài đưa ra được các ý kiến lựa chọn đồng ý với tỷ lệ từ 70.0% trở lên, phần lớn đều xếp ở mức ưu tiên 1. Cụ thể gồm các nhóm bài tập sau:

- Nhóm bài tập phát triển sức mạnh tốc độ chung(8)
- Nhóm bài tập phát triển sức mạnh tốc độ chuyên môn(12)
- Nhóm bài tập trò chơi và thi đấu(3)

Như vậy, qua phỏng vấn, đề tài đã lựa chọn được 23 bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ 2 trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

2.2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội

2.2.1. Tổ chức thực nghiệm sư phạm

Toàn bộ quá trình thực nghiệm được tiến hành trong thời gian 1 năm được chia thành 2 giai đoạn tương ứng với học kỳ 1 và học kỳ 2 (từ tháng 09/2014 đến tháng 05/2015). Đối tượng thực nghiệm sư phạm bao gồm 60 nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo khoá Đại học 45 (năm thứ hai) trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội và được đề tài lựa chọn ngẫu nhiên và chia làm 2 nhóm:

- **Nhóm thực nghiệm:** Bao gồm 30 nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai khoá Đại học 45 trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội. Nhóm này được áp dụng hệ thống các bài tập chuyên môn đã lựa chọn.

- **Nhóm đối chứng:** Bao gồm 30 nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai khoá

Đại học 45 trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Nhóm này được áp dụng hệ thống các bài tập chuyên môn đã được xây dựng theo chương trình giảng dạy môn học chuyên sâu Taekwondo do Bộ môn Võ Taekwondo của nhà trường.

2.2.2. Xây dựng tiến trình huấn luyện sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho đối tượng thực nghiệm trên cơ sở hệ thống các bài tập đã lựa chọn

Căn cứ vào chương trình, kế hoạch, tiến trình và các nguyên tắc sắp xếp hệ thống bài tập, chúng tôi xây dựng kế hoạch huấn luyện sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ 2 trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội với một tuần 2 buổi, một buổi tập thời gian huấn luyện sức mạnh tốc độ là:12- 15 phút vào đầu hoặc giữa buổi tập sau khi đã tiến hành khởi động chung và chuyên môn xong.

2.2.3. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm sư phạm

Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Để có cơ sở đánh giá hiệu quả các bài tập lựa chọn phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm hai trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Trước thực nghiệm, tiến hành kiểm tra các tet đã lựa chọn để đánh giá so sánh mức độ giữa 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. So sánh kết quả kiểm tra trình độ sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		t _{tính}	P
		Nhóm ĐC (n = 30)	Nhóm TN (n = 30)		
1	Đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15 giây (số lần)	34.5±2.50	34.8±2.80	1.616	>0.05
2	Đá vòng cầu 2 đích đối diện cách 3m trong 20s (lần)	19.5±1.62	19.8±1.63	1.654	>0.05
3	Đỉnh tấn đá vòng cầu chân sau vào đích 15s (lần)	13.5±1.24	13.2±1.25	1.353	>0.05
4	Chân đeo bao chì 0,5kg, đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	13.8±1.16	13.9±1.17	1.572	>0.05

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy kết quả kiểm tra ở hầu hết các test lựa chọn giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng không có khác biệt, với $t_{tính} < t_{bảng} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$. Điều đó chứng tỏ trước khi thực

thực nghiệm, trình độ sức mạnh tốc độ của 2 nhóm tương đối đồng đều nhau, hay sự phân nhóm là hoàn toàn khách quan.

Kết quả kiểm tra sau 1 học kỳ thực nghiệm

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Sau khi kết thúc học kỳ I, đề tài kiểm tra đánh giá nhóm bằng các test đã lựa chọn. Kết quả được giá sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của 2 trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Kết quả kiểm tra các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của đối tượng nghiên cứu sau 1 học kỳ thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		$t_{\text{tính}}$	P
		Nhóm ĐC (n = 30)	Nhóm TN (n = 30)		
1	Đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15 giây (số lần)	35.13 \pm 2.85	36.16 \pm 2.76	2.481	<0.05
2	Đá vòng cầu 2 đích đối diện cách 3m trong 20s (lần)	15.67 \pm 1.25	18.12 \pm 1.55	2.422	<0.05
3	Đỉnh tấn đá vòng cầu chân sau vào đích 15s (lần)	23.03 \pm 1.27	23.15 \pm 1.25	2.393	<0.05
4	Chân đeo bao chì 0,5kg, đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	14.01 \pm 1.17	17.45 \pm 1.15	2.483	<0.05

Từ bảng trên cho thấy: Sau 01 học kỳ thực nghiệm, kết quả kiểm tra 4 test lựa chọn giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng có khác biệt, $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Cho thấy trình độ sức mạnh tốc độ của 2 nhóm sau thời gian tập luyện 01 học kỳ đã có sự khác biệt.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của đối tượng nghiên cứu sau 1 năm thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		$t_{\text{tính}}$	P
		Nhóm ĐC (n = 30)	Nhóm TN (n = 30)		
1	Đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15 giây (số lần)	35.56 \pm 2.84	37.87 \pm 2.74	2.79	<0.05
2	Đá vòng cầu 2 đích đối diện cách 3m trong 20s (lần)	16.02 \pm 1.23	19.86 \pm 1.55	2.85	<0.05
3	Đỉnh tấn đá vòng cầu chân sau vào đích 15s (lần)	23.35 \pm 1.25	24.87 \pm 1.23	2.71	<0.05
4	Chân đeo bao chì 0,5kg, đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	15.37 \pm 1.22	18.67 \pm 1.11	2.78	<0.05

Từ bảng trên cho thấy: Sau 01 năm học thực nghiệm, kết quả cho thấy các nội dung kiểm tra đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã khác biệt rõ với $t_{\text{tính}} \text{ đều} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Việc ứng dụng các phương tiện huấn luyện cũng như hệ thống các bài tập mà đề tài lựa chọn đã có hiệu quả rõ trong phát

Kết quả kiểm tra sau 1 năm

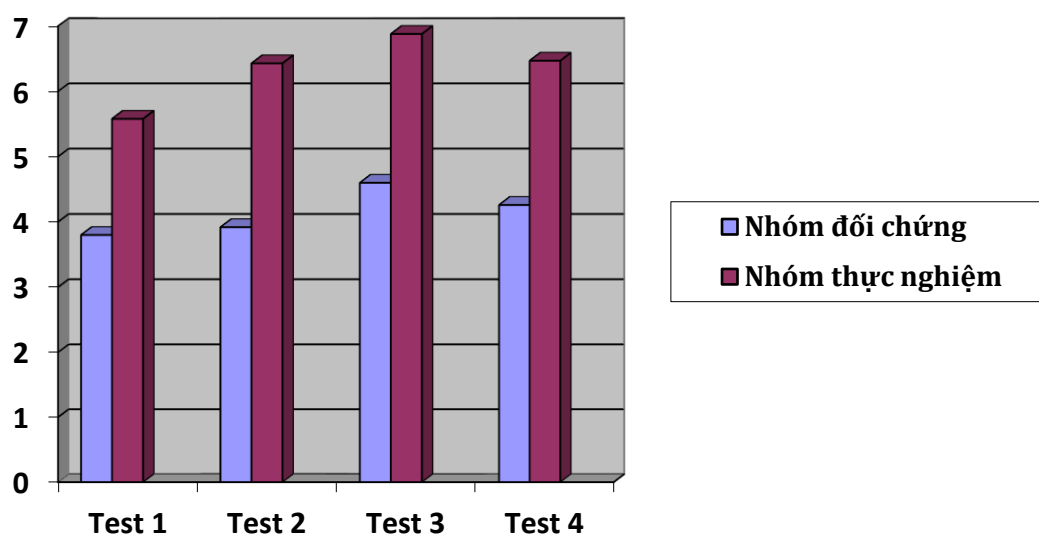
Sau 01 năm học thực nghiệm vào thời điểm kết thúc năm học thứ hai của chương trình đào tạo, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của 2 nhóm bằng các test và các chỉ số đã chọn. Kết quả được trình bày ở bảng 4.

triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội.

Để thấy rõ hơn sự khác biệt này, đề tài tiến hành tính nhịp độ tăng trưởng của các chỉ số của nhóm đối chứng và thực nghiệm. Kết quả được trình bày ở bảng 5 và biểu đồ 2.

Bảng 5. So sánh nhịp tăng trưởng trình độ sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 01 năm học thực nghiệm

TT	Test	W đối chứng (%)	W thực hiện (%)	Chênh lệch
1	Đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15 giây (số lần)	3.80	5.58	1.78
2	Đá vòng cầu 2 đích đối diện cách 3m trong 20s(lần)	3.92	6.43	2.51
3	Đỉnh tấn đá vòng cầu chân sau vào đích 15s(lần)	4.60	6.88	2.27
4	Chân đeo bao chì 0,5kg, đá vòng cầu 2 chân liên tục vào đích 15s(lần)	4.26	6.47	2.21



Biểu đồ 2. Nhịp tăng trưởng trình độ sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của sinh viên năm thứ hai nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 01 năm thực nghiệm

Qua kết quả thực nghiệm cho thấy sau 01 năm học thực nghiệm sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu của nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo Trường Đại học sư phạm TĐTT Hà Nội nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng, chứng tỏ các bài tập mà đề tài đã lựa chọn và tiến hành xây dựng cho năm học đã có hiệu quả cao trong việc phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho sinh viên chuyên sâu võ Taekwondo của Trường.

3. KẾT LUẬN

1. Đề tài đã lựa chọn được 23 bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh

viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

2. Đề tài bước đầu đã ứng dụng và tiến hành tổ chức thực nghiệm đánh giá được hiệu quả các bài tập lựa chọn trong thực tế. Kết quả ứng dụng các bài tập và tiến trình xây dựng của đề tài đã có hiệu quả rõ rệt trong việc phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu võ Taekwondo năm thứ hai trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

Tài liệu tham khảo

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Ngọc Cừ, Dương Nghiệp Chí (2000), *Huấn luyện với trao đổi chất và chuyển hoá năng lượng trong cơ thể*, Viện khoa học TDTT, Hà Nội
3. Trần Tuấn Hiếu (2003), *Nghiên cứu sự phát triển sức mạnh tốc độ của vận động viên Karatedo (từ 12 - 15 tuổi)*, Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Anh Tú (2000): “*Nghiên cứu một số bài tập thể lực chuyên môn nhằm nâng cao hiệu quả các đòn đá cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwon-do trường Đại học TDTT I*”.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ đề tài luận văn thạc sĩ giáo dục học của tác giả: “*Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá vòng cầu cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo năm thứ hai trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội*”.

Ngày nhận bài: 17/05/2022

Ngày đánh giá: 26/05/2022

Ngày duyệt đăng: 10/06/2022

**NGHIÊN CỨU ỨNG DỤNG MỘT SỐ BÀI TẬP PHÁT TRIỂN
THỂ LỰC CHUNG CHO HỌC SINH NAM KHỐI 11 TRƯỜNG
TRUNG HỌC PHỔ THÔNG CHUYÊN NĂNG KHIẾU THỂ DỤC
THỂ THAO NGUYỄN THỊ ĐỊNH THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
RESEARCH AND APPLICATION OF SOME COMMON PHYSICAL STRENGTH
DEVELOPMENT EXERCISES FOR GRADE 11 MALE STUDENTS OF NGUYEN THI
DINH GIFTED HIGH SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
HO CHI MINH CITY**

¹TS. Nguyễn Thị Hiền, ²ThS. Nguyễn Hoài Nam, ³ThS. Lê Thị Hồng Hà

¹Trường Đại học Sư phạm TP.HCM, ²Trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn
Thị Định TP.HCM, ³Trường Đại học Sư phạm TP.HCM

Tóm tắt: Bài viết nghiên cứu ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chung cho học sinh nam khối 11 Trường Trung học phổ thông (THPT) Chuyên Năng Khiếu Thể dục Thể thao (CNK TDTT) Nguyễn Thị Định Thành phố Hồ Chí Minh (TP.HCM) nhằm đánh giá kết quả rèn luyện thể lực chung toàn diện của học sinh (HS) từ đó làm cơ sở để điều chỉnh nội dung, phương pháp Giáo dục thể chất (GDTC) phù hợp với người học, đẩy mạnh việc thường xuyên rèn luyện thân thể nâng cao sức khỏe để học tập, để cho mỗi HS có điều kiện phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức.

Từ khóa: Thể lực chung, bài tập, học sinh THPT, Chuyên năng khiếu TDTT.

Abstract: The article researches and applies some general physical fitness development exercises for male students in grade 11 at Nguyen Thi Dinh High School for the Gifted, Physical Education and Sports (CNK Sport) Nguyen Thi Dinh Ho Chi Minh City (Ho Chi Minh City). .HCM) to evaluate the results of students' comprehensive physical training (HS) from there as a basis to adjust the content and methods of Physical Education (PE) to suit learners, promote learning regularly exercise the body to improve health to study, so that each student has conditions for high intellectual development, physical strength, spiritual richness, and moral purity.

Keywords: General fitness, exercises, High school students, Gifted in Physical Education and Sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Trung học phổ thông (THPT) Chuyên Năng Khiếu Thể dục thể thao (CNK TDTT) Nguyễn Thị Định TP HCM đào tạo học sinh (HS) từ lớp 6 đến lớp 12 có trình độ văn hóa phổ thông vững vàng, song song đó phát huy năng khiếu TDTT vốn có của HS để đào tạo bổ sung cho lực lượng vận động viên (VĐV), huấn luyện viên (HLV) TDTT góp phần vào sự nghiệp phát triển TDTT chung của thành phố và cả nước. Để đạt được mục tiêu trên, Nhà trường ngoài việc quan tâm chỉ đạo thực hiện đúng chương trình giáo dục do Sở Giáo dục và Đào tạo quy định, đã đề ra các biện pháp nhằm định hướng, khuyến khích đội ngũ giáo viên (GV) tìm tòi nghiên cứu, tìm giải pháp nhằm

đáp ứng nhiệm vụ giảng dạy, với yêu cầu ngày càng nâng cao các tổ chức thể lực chung cho HS, giúp các em định hướng nghề nghiệp trong tương lai. Vì vậy, để đảm bảo được yêu cầu về công tác GDTC và duy trì, phát triển thể lực chung cho HS của trường, để sau khi các em ra trường, bước ngay vào cuộc sống lao động, cống hiến cho xã hội, thì vấn đề nghiên cứu các bài tập nhằm phát triển thể lực chung cho HS trong suốt quá trình học tập tại trường trở nên quan trọng và cần thiết.

Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của vấn đề nghiên cứu, cũng như thực trạng công tác GDTC tại trường, với mong muốn nâng cao thể lực chung cho HS nam khối 11 của trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT

Nguyễn Thị Định chúng tôi mạnh dạn lựa chọn đề tài: *“Nghiên cứu ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chung cho học sinh nam khối 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu Thể dục thể thao Nguyễn Thị Định, Tp. Hồ Chí Minh”*.

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp: Phương pháp tổng hợp và phân tích các tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp thực nghiệm sư phạm, phương pháp toán học thống kê. Xuất

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho học sinh nam khối lớp 11 trường THPT CNK TDTT Nguyễn Thị Định

TT	NỘI DUNG	Lần 1 (n=40)		Lần 2 (n=40)		Test Statistics ^d	
		Σ Điểm	Tỷ lệ %	Σ Điểm	Tỷ lệ %	Z	Asymp. Sig. (2 - tailed)
Sức nhanh							
1	Tại chỗ nâng cao đùi nhanh 6 giây	66	82.50	78	97.50	-2.828c	0.005
2	Chạy tăng tốc 20m	61	76.25	65	81.25	-2.000a	0.046
3	Chạy biến tốc 20m x 20m	50	62.25	69	86.25	-1.000c	0.317
4	Chạy 30m xuất phát cao	75	93.75	76	95.00	-1.000a	0.317
5	Chạy 30m xuất phát thấp	66	82.50	78	97.50	-2.828c	0.005
6	Chạy 3 lần x 30m tốc độ cao	73	91.25	75	93.75	-1.414a	0.157
7	Chạy tăng dần tốc độ 30m	61	76.25	65	81.25	-2.000a	0.046
8	Chạy biến tốc 50m x 50m	60	75.00	64	80.00	-1.414a	0.157
9	Chạy 60m tốc độ cao	78	97.50	79	98.75	-1.000a	0.317
10	Chạy 100m xuất phát thấp	76	95.00	78	97.50	-1.414a	0.157
11	Xuất phát theo các tín hiệu khác nhau (còi, vỗ tay, cờ, khẩu lệnh)	60	75.00	64	80.00	-1.414a	0.157
12	Chạy đổi hướng theo tín hiệu	50	62.25	69	86.25	-1.000c	0.317
13	Nhảy dây 2 phút	74	92.50	75	93.75	-1.000a	0.317
14	Trò chơi vận động phản xạ	65	81.25	62	77.50	-2.646a	0.008
15	Chạy biến tốc 100m nhanh 100 chậm x 3 vòng 400m	61	76.25	65	81.25	-2.000a	0.046
16	Chạy biến tốc 200m	60	75.00	64	80.00	-1.414a	0.157
Sức mạnh							
17	Bật xa tại chỗ	70	87.50	75	93.75	-1.732a	0.083

2.1. Lựa chọn và ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định

2.1.1. Lựa chọn một số bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định

Từ 48 bài tập được lựa chọn, chúng tôi tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, nhà chuyên môn, GV. Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ sử dụng các bài tập phát triển thể lực chung ở 3 mức: Rất phù hợp 2 điểm, phù hợp 1 điểm và không phù hợp 0 điểm và kết quả phỏng vấn (tính toán) được giới thiệu qua bảng 1.

18	Bật nhảy tại chỗ luân phiên 2 chân lên bục cao	74	92.50	75	93.75	-1.000a	0.317
19	Chạy nâng cao đùi tại chỗ tần số tối đa trong 15s	71	88.75	72	90.00	-1.732a	0.083
20	Bật cóc (bật về trước) 15m	74	92.50	77	95.00	-1.732a	0.083
21	Bật nhảy 1 chân 15 bước	61	76.25	65	81.25	-2.000a	0.046
22	Bật cao với tại chỗ liên tục	70	87.50	73	88.33	-1.732a	0.083
23	Chạy đạp sau 15m	55	68.75	62	77.50	-2.646a	0.008
24	Nằm ngửa gập bụng (cơ bụng)	79	98.75	80	100.0	-1.000a	0.317
25	Nằm sấp uốn lưng (cơ lưng)	70	87.50	75	93.75	-1.732a	0.083
26	Nằm sấp chống đẩy	79	98.75	79	98.75	0.000b	1.000
27	Nằm sấp chống đẩy trên băng ghế cao 40-50cm	64	80.00	70	87.50	-2.449a	0.014
28	Ném bóng rổ ra xa bằng 2 tay	61	76.25	65	81.25	-2.000a	0.046
29	Lò cò tiếp sức	54	67.50	65	81.25	-3.000a	0.003
Sức bền							
30	Chạy 800m	65	81.25	66	82.50	-0.378a	0.705
31	Chạy 5 phút tính quãng đường	67	78.33	64	73.33	-1.134 ^c	0.257
32	Chạy chéo sân	76	95.00	74	92.50	-1.414 ^c	0.157
33	Nhảy dây 1 phút (1 chân hoặc 2 chân)	57	71.25	59	73.75	-0.816 ^a	0.414
34	Co tay xà đơn	78	97.50	78	97.50	0.000 ^b	1.000
35	Phối hợp chống đẩy, bật cao tại chỗ	72	90.00	74	92.50	-1.414a	0.157
Mềm dẻo							
36	Đứng gập thân về trước	74	92.50	75	93.75	-1.000a	0.317
37	Ngồi gập thân về trước	54	67.50	65	81.25	-3.000a	0.003
38	Các bài tập ép dẻo	76	95.00	78	97.50	-1.414a	0.157
39	Các động tác xoay ngang, dọc	54	67.50	65	81.25	-3.000a	0.003
40	Đá lăng chân 15 lần x 2 tổ	71	88.75	74	92.50	-1.732a	0.083
Khả năng phối hợp							
41	Chạy 30m luân cộc	72	90.00	74	92.50	-1.414a	0.157
42	Chạy ziczắc 20m	71	88.75	74	92.50	-1.732a	0.083
43	Chạy bước nhỏ chuyển sang tăng tốc 20m	54	67.50	65	81.25	-3.000a	0.003
44	Chạy nâng cao đùi chuyển sang chạy tăng tốc 20m	57	71.25	59	73.75	-0.816 ^a	0.414
45	Chạy đạp sau chuyển sang chạy tăng tốc 20m	63	78.75	67	83.75	-2.000a	0.046
46	Nhảy dây	64	80.00	65	81.25	-0.577a	0.564
47	Chạy con thoi 4 x 10m	73	88.33	77	95.00	-1.633 ^a	0.102
48	Lăn bóng tiếp sức	76	95.00	76	95.00	0.000b	1.000

(a: $l_2 > l_1$, b: $l_2 = l_1$, c: $l_2 < l_1$)

Kết quả kiểm định theo phương pháp Wilcoxon ở bảng 1 cho thấy mức ý nghĩa quan sát giữa 2 lần phỏng vấn các bài tập thể lực chung đa số đều có tính trùng hợp giữa hai lần phỏng vấn. Luận văn quy ước chọn lựa những bài tập có kết quả trùng khớp qua 2 lần phỏng vấn với tỷ lệ trên 80% số người tán thành trong cả 2 lần phỏng vấn và giá trị kiểm định Wilcoxon Asymp. Sig. (2 - tailed) > 0.05 . Loại bỏ những bài tập có tỷ lệ phần trăm đạt dưới 80% và giá trị kiểm định Wilcoxon Asymp. Sig. (2 - tailed) < 0.05 . Từ 48 bài tập, luận văn lựa chọn được 25 bài tập nhằm phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11

trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định.

2.1.2. Ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định

Trong quá trình giảng dạy, huấn luyện chúng tôi thực nghiệm trong thời gian 4 tháng: từ tháng 09/2019 đến tháng 12/2019 (Tổng cộng 16 tuần). Tần số buổi tập: 3 buổi/tuần (buổi chiều). Thời gian buổi tập: 60 phút (kể cả thời gian khởi động và thả lỏng) và được thể hiện qua bảng 2 như sau:

Bảng 2: Chương trình giảng dạy ứng dụng các bài tập phát triển thể lực chung

TT	Bài tập	Tuần 1 - 4		Tuần 5 - 8		Tuần 9 - 12		Tuần 13 - 16	
		Lần x tổ	Nghỉ	Lần x tổ	Nghỉ	Lần x tổ	Nghỉ	Lần x tổ	Nghỉ
Thứ 2									
1	BT 1	3 x 3		3 x 3		4 x 3		4 x 3	
2	BT 2	3 x 3		3 x 3		4 x 3		4 x 3	
3	BT 3	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
4	BT 4	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
5	BT 5	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
6	BT 8	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
7	BT 18	3 x 3		3 x 3		4 x 3		4 x 3	
8	BT 19	20 x 3		20 x 3		25 x 3		25 x 3	
9	BT 20	15 x 2		15 x 2		15 x 2		15 x 2	
Thứ 4									
1	BT 6	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
2	BT 7	3 x 3		3 x 3		4 x 3		4 x 3	
3	BT 8	3 x 3		3 x 3		4 x 3		4 x 3	
4	BT 9	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
5	BT 10	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
6	BT 11	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
7	BT 12	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
8	BT 13	3 x 3		3 x 3		3 x 3		3 x 3	
9	BT 23	30 x 3		30 x 3		50 x 3		50 x 3	
Thứ 6									
1	BT 14	1 x 1		1 x 1		1 x 1		1 x 1	
2	BT 15	2 x 2		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
3	BT 16	1 x 1		1 x 2		1 x 2		2 x 2	
4	BT 17	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
5	BT 21	3 x 2		3 x 2		3 x 3		3 x 3	
6	BT 22	1 x 2		1 x 2		1 x 2		2 x 3	
7	BT 24	1 x 2		1 x 2		2 x 2		2 x 2	

8	BT 25	2 x 3		2 x 3		3 x 3		3 x 3	
---	-------	-------	--	-------	--	-------	--	-------	--

2.2. Đánh giá hiệu quả một số bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định sau 4 tháng tập luyện

Bảng 3. Kết quả kiểm định giá trị trung bình của các chỉ tiêu thể lực của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ở giai đoạn trước thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Nam, n = 60; $t_{0.05} = 2.001$							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	38.55	1.59	38.61	2.91	0.193	≥ 0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.08	1.46	16.87	1.40	1.148	≥ 0.05
3	Bật xa tại chỗ (m)	1.97	0.12	1.96	0.13	0.551	≥ 0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.34	0.26	5.36	0.32	0.032	≥ 0.05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12.17	0.65	12.14	0.64	0.340	≥ 0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	928.40	106.54	929.95	99.72	0.288	≥ 0.05

Kết quả bảng 3 cho thấy, giá trị trung bình các test thể lực chung của học sinh nam lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định ở giai đoạn trước thực nghiệm đều có giá trị $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} \approx 2.001$ ở ngưỡng xác suất $P \geq 0.05$. Qua đó cho thấy, giá trị trung bình các test giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng ở giai đoạn trước thực nghiệm không có sự khác biệt với ngưỡng xác suất $P > 0.05$.

Như vậy: Trước thực nghiệm thể lực chung giữa hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng không có sự khác biệt, sự chênh lệch về giá trị trung bình của hai nhóm chỉ mang tính ngẫu nhiên và kết quả thể lực chung ban đầu của hai nhóm là tương đồng nhau.

2.2.1.2. So sánh xếp loại thể lực chung giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng của học

Bảng 4. Kết quả kiểm định giá trị trung bình các test thể lực của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ở giai đoạn sau thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	p
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Nam, n = 60, t _{0.05} = 2.001							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	40.02	1.69	39.00	3.05	2.654	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20.00	1.74	17.22	1.35	11.01	<0.05

2.2.1. Trước thực nghiệm

2.2.1.1. So sánh thực trạng thể lực chung của học sinh nam lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định trước thực nghiệm

sinh nam lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định trước thực nghiệm

Kết quả kiểm tra so sánh xếp loại thể lực chung của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng trước khi thực nghiệm cho thấy, xét về mặt xếp loại thể lực chung theo 06 test của Bộ GD và ĐT thì trước thực nghiệm ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có số lượng và tỷ lệ phân bố tương đối gần nhau và có sự chênh lệch không đáng kể ở 3 mức đánh giá Tốt, Đạt và Chưa đạt giữa các test.

2.2.2. Sau thực nghiệm

2.2.2.1. So sánh thể lực chung của học sinh nam lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định sau thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	p
		\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
3	Bật xa tại chỗ (m)	2.11	0.13	1.99	0.13	5.318	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.02	0.23	5.28	0.26	6.319	<0.05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.50	0.75	12.11	0.62	6.044	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	964.37	90.56	952.28	95.20	1.388	>0.05

Qua kết quả kiểm định giá trị trung bình các test thể lực sau 4 tháng ứng dụng bài tập phát triển thể lực ở bảng 4 cho thấy:

Giá trị trung bình các test ở giai đoạn sau thực nghiệm có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ là: Test lực bóp tay thuận (kg) ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 40.02 \pm 1.69$ (kg), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 39.00 \pm 3.05$ (kg), với $t_{\text{tính}} = 2.654 > t_{\text{bảng}} = 2.001$; Test nằm ngửa gập bụng (lần/30s) ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 20.00 \pm 1.74$ (lần/30s), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 17.22 \pm 1.35$ (lần/30s), với $t_{\text{tính}} = 11.01 > t_{\text{bảng}} = 2.001$; Test bật xa tại chỗ ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 2.11 \pm 0.13$ (m), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 1.99 \pm 0.13$ (m), với $t_{\text{tính}} = 5.318 > t_{\text{bảng}} = 2.001$; Test chạy 30m XPC ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 5.02 \pm 0.23$ (s), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 5.28 \pm 0.26$ (s), với $t_{\text{tính}} = 6.319 > t_{\text{bảng}} = 2.001$; Test chạy con thoi 4 x 10m (s) ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 11.50 \pm 0.75$ (s), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 12.11 \pm 0.62$ (s), với $t_{\text{tính}} = 6.044 > t_{\text{bảng}} = 2.001$. Riêng test chạy tùy sức 5 phút ở nhóm thực nghiệm có $\bar{X} = 964.37 \pm 90.56$ (m), ở nhóm đối chứng có $\bar{X} = 952.28 \pm 95.20$ (m), với $t_{\text{tính}} = 1.388 < t_{\text{bảng}} = 2.001$ chưa có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Như vậy: sau 4 tháng ứng dụng bài tập phát triển thể lực cho thấy có 1 test thể lực tăng trưởng không mang ý nghĩa thống kê với ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ là chạy tùy sức 5 phút.

2.2.2.2. So sánh xếp loại thể lực chung giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng của học

sinh nam lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định sau thực nghiệm

Kết quả kiểm tra so sánh xếp loại thể lực chung của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau thực nghiệm cho thấy:

- **Lực bóp tay thuận (kg):** Nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng xếp loại tốt đều có 0%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 63.33%, nhóm đối chứng có 36.67 và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 36.67%, nhóm đối chứng có 63.33.

- **Nằm ngửa gập bụng (lần/30s):** Nhóm thực nghiệm xếp loại tốt có 38.33%, nhóm đối chứng có 1.67%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 61.67%, nhóm đối chứng có 3.33% và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 0%, nhóm đối chứng có 95.0%.

- **Bật xa tại chỗ (m):** Nhóm thực nghiệm xếp loại tốt có 31.67%, nhóm đối chứng có 1.66%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 50.0%, nhóm đối chứng có 55.0% và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 18.33%, nhóm đối chứng có 43.33%.

- **Chạy 30m XPC (s):** Nhóm thực nghiệm xếp loại tốt có 33.33%, nhóm đối chứng có 6.67%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 66.67%, nhóm đối chứng có 91.67% và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 0%, nhóm đối chứng có 1.67%.

- **Chạy con thoi 4 x 10m (s):** Nhóm thực nghiệm xếp loại tốt có 66.67%, nhóm đối chứng có 25.0%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 25.0%, nhóm đối chứng có 56.67% và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 8.33%, nhóm đối chứng có 18.33%.

- **Chạy tùy sức 5 phút (m):** Nhóm thực nghiệm xếp loại tốt có 18.33%, nhóm đối

chúng có 13.33%. Xếp loại đạt nhóm thực nghiệm có 46.67%, nhóm đối chứng có 41.67% và xếp loại chưa đạt nhóm thực nghiệm có 35.0%, nhóm đối chứng có 45.0%.

Như vậy: So sánh xếp loại thể lực chung theo 06 test của Bộ GD và ĐT thì sau thực nghiệm ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có số lượng và tỷ lệ phân bố chênh lệch đáng kể. Nhóm thực nghiệm có tỷ lệ học sinh xếp loại đạt thay đổi không nhiều, tỷ lệ học sinh xếp loại tốt tăng cao và tỷ lệ học sinh xếp loại không đạt giảm mạnh. Nhóm đối chứng có tỷ lệ học sinh xếp loại đạt thay đổi không đáng kể, tỷ lệ học sinh xếp loại tốt tăng nhẹ và tỷ lệ học sinh xếp loại không đạt có test không những không giảm mà còn tăng đáng kể.

3. KẾT LUẬN

Qua kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi rút ra một số kết luận như sau:

1. Xây dựng, lựa chọn được 25 bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp

11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định. Từ 25 bài tập đã lựa chọn, đề tài đã xây dựng kế hoạch ứng dụng thực nghiệm vào giai đoạn phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định đảm bảo tính khoa học.

2. Đánh giá hiệu quả một số bài tập phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định sau 4 tháng tập luyện cho thấy các chỉ tiêu đều có sự tăng trưởng, có 6/6 test có sự tăng trưởng có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$, do có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$. Đồng thời, thành tích trung bình của nhóm thực nghiệm ở tất cả các test đều cao hơn so với thành tích trung bình của nhóm đối chứng và sự khác biệt này có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất thống kê $P < 0.05$. Chứng tỏ một số bài tập lựa chọn đã có hiệu quả tốt trong việc phát triển thể lực chung cho nam học sinh khối lớp 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu TDTT Nguyễn Thị Định.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ- BGD và ĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008*, Ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực chung học sinh, sinh viên.
 2. Nguyễn Ngọc Cừ, Dương Nghiệp Chí (2004), *Chương trình nâng cao tầm vóc và thể lực chung người Việt Nam*, NXB TDTT Hà Nội.
 3. Lê Văn Lâm và cộng sự (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của học sinh, sinh viên trước thềm thế kỷ 21*, NXB TDTT- Hà Nội.
 4. Vũ Đức Thu và cộng sự (1998), *Đánh giá thực trạng công tác Giáo dục thể chất và phát triển Thể dục thể thao trong nhà trường các cấp*, Tuyển tập nghiên cứu khoa học GDTC – sức khỏe, NXB TDTT.
 5. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- Nguồn bài báo:** Nguyễn Hoài Nam (2021), *Nghiên cứu ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chung cho học sinh nam khối 11 trường THPT Chuyên Năng Khiếu Thể dục thể thao Nguyễn Thị Định, Tp. Hồ Chí Minh*, luận văn thạc sĩ, Đại học Sư phạm TDTT Tp. Hồ Chí Minh.

Ngày nhận bài: 05/04/2022

Ngày đánh giá: 01/06/2022

Ngày duyệt đăng: 20/06/2022