

MỘT SỐ GIẢI PHÁP NHẪM NÂNG CAO KẾT QUẢ THI CHUẨN ĐẦU RA TIẾNG ANH B1 CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

PROPOSED SOLUTIONS TO IMPROVE LEVEL B1 ENGLISH EXIT TEST RESULTS FOR STUDENTS AT HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Nguyễn Thị Hoài Mỹ, ThS. Nguyễn Hoàng Yến
Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Bài báo tập trung nghiên cứu thực trạng và đề xuất giải pháp cải thiện kết quả thi chuẩn đầu ra tiếng Anh trình độ B1 cho sinh viên ngành Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội. Qua phân tích số liệu thi cử trong giai đoạn 2023–2025 và đánh giá các yếu tố ảnh hưởng, nhóm tác giả đề xuất 5 nhóm giải pháp trọng tâm. Kết quả thực nghiệm cho thấy tỷ lệ đạt chuẩn đã tăng từ 55,31% (năm 2023) lên 92,42% (năm 2025), khẳng định tính khả thi của các giải pháp đề xuất.

Từ khóa: Chuẩn đầu ra B1; tiếng Anh chuyên ngành; sinh viên Giáo dục thể chất; giải pháp nâng cao; KNLNN 6 bậc Việt Nam.

Abstract: This study investigates the current situation and proposes solutions to improve English proficiency test results at B1 level for Physical Education major students at Hanoi University of Physical Education and Sports. Based on the analysis of examination data from 2023 to 2025 and the evaluation of influencing factors, the research team proposes five key solution groups. Preliminary experimental results demonstrate that the pass rate has increased from 55.31% (2023) to 92.42% (2025), confirming the feasibility of the proposed solutions.

Keywords: B1 output standards; English for Specific Purposes; Physical Education students; improvement solutions; Vietnamese 6-level Foreign Language Proficiency Framework.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế đã đặt ra yêu cầu ngày càng cao đối với nguồn nhân lực, trong đó năng lực ngoại ngữ, đặc biệt là tiếng Anh, được xem là một trong những năng lực cốt lõi của sinh viên tốt nghiệp đại học. Nhằm đáp ứng yêu cầu đó, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành các quy định về chuẩn đầu ra ngoại ngữ, trong đó trình độ B1 theo Khung năng lực ngoại ngữ 6 bậc dùng cho Việt Nam được áp dụng rộng rãi tại nhiều cơ sở đào tạo.

Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội đã triển khai chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 như một điều kiện bắt buộc đối với sinh viên. Tuy nhiên, qua quá trình tổ chức giảng dạy và đánh giá, kết quả thi cho thấy tỷ lệ sinh viên

đạt chuẩn ngay ở lần thi đầu tiên còn thấp, nhiều sinh viên phải thi lại nhiều lần. Thực trạng này đặt ra yêu cầu cần có những nghiên cứu nghiêm túc nhằm phân tích nguyên nhân và đề xuất các giải pháp phù hợp với đặc thù của sinh viên chuyên ngành thể dục thể thao.

2. CƠ SỞ LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN

2.1. Chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 theo Khung năng lực ngoại ngữ 6 bậc dùng cho Việt Nam

Khung năng lực ngoại ngữ 6 bậc dùng cho Việt Nam (KNLNNVN), được Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành trên cơ sở tham chiếu Khung tham chiếu trình độ ngôn ngữ chung châu Âu (CEFR), là căn cứ pháp lý và học thuật quan trọng để xây dựng chuẩn đầu ra ngoại ngữ trong hệ thống giáo dục quốc dân.

Khung này gồm 6 bậc từ thấp đến cao, tương ứng với các mức A1, A2, B1, B2, C1 và C2 theo CEFR, được điều chỉnh để phù hợp với bối cảnh dạy và học ngoại ngữ tại Việt Nam.

Trong đó, bậc 3 (B1) được xác định là trình độ trung cấp, phản ánh khả năng sử dụng tiếng Anh độc lập ở mức độ cơ bản. Người học đạt trình độ B1 theo KNLNNVN được kỳ vọng có thể:

Hiểu được các ý chính của các văn bản, bài nói rõ ràng, quen thuộc liên quan đến công việc, học tập và đời sống hằng ngày;

Giao tiếp được trong những tình huống phổ biến phát sinh khi đi du lịch, công tác hoặc giao tiếp xã hội ở môi trường có sử dụng tiếng Anh;

Viết được các đoạn văn, văn bản ngắn có cấu trúc tương đối rõ ràng về các chủ đề quen thuộc hoặc thuộc lĩnh vực quan tâm;

Trình bày, mô tả trải nghiệm, sự kiện, kế hoạch cá nhân và đưa ra các lý do, giải thích đơn giản cho ý kiến của mình.

Đối với sinh viên không chuyên ngữ, đặc biệt là sinh viên chuyên ngành thể dục thể thao, chuẩn B1 vừa mang tính định hướng hội nhập, vừa đóng vai trò là ngưỡng tối thiểu để người học có thể tiếp cận tài liệu chuyên môn, tham gia các hoạt động học thuật, thể thao mang yếu tố quốc tế trong tương lai.

Bảng 1. Kết quả thi chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 đợt 5 năm 2023 của Sinh viên trường Đại học sư phạm TDTT Hà nội

Năm	Đợt	Tổng số thí sinh	Đạt (SL)	Đạt (%)	Không đạt (SL)	Không đạt (%)	Trung bình (5.0-6.5)	Khá/Giỏi (≥7.0)
2023	5	179	99	55.31%	80	44.69%	75.76%	24.24%

Số liệu đại diện được lấy từ đợt 5 năm 2023

Trong đợt 5 năm 2023, trong tổng số 179 sinh viên dự thi, có 99 sinh viên đạt chuẩn, chiếm 55,31%, trong khi 44,69% sinh viên chưa đạt. Đây có thể xem là mức đạt chuẩn ở mức trung bình, phản ánh thực trạng năng lực tiếng Anh của sinh viên vẫn còn hạn chế.

2.2. Ý nghĩa của chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 theo Khung năng lực ngoại ngữ 6 bậc

Việc áp dụng chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 theo KNLNNVN có ý nghĩa quan trọng trên nhiều phương diện. Đối với sinh viên, chuẩn đầu ra không chỉ là điều kiện xét tốt nghiệp mà còn góp phần hình thành năng lực học tập suốt đời tạo tiền đề để tiếp cận tri thức chuyên ngành bằng tiếng Anh, tham gia các khóa bồi dưỡng, tập huấn, thi đấu hoặc hợp tác quốc tế trong lĩnh vực thể dục thể thao. Đối với nhà trường, chuẩn đầu ra ngoại ngữ là công cụ đảm bảo chất lượng đào tạo, giúp chuẩn hóa năng lực sinh viên tốt nghiệp, đáp ứng yêu cầu kiểm định chất lượng giáo dục đại học và nâng cao vị thế của nhà trường trong hệ thống các cơ sở đào tạo.

3. THỰC TRẠNG KẾT QUẢ THI CHUẨN ĐẦU RA TIẾNG ANH B1

Để đánh giá thực trạng kết quả thi chuẩn đầu ra tiếng Anh trình độ B1 của sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, nghiên cứu tiến hành tổng hợp và phân tích số liệu kết quả thi của sinh viên trong giai đoạn 2023–2025. Các chỉ số được xem xét bao gồm tổng số thí sinh dự thi, số lượng và tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn, không đạt chuẩn, cũng như mức phân bố điểm theo các nhóm trung bình và khá/giỏi. Kết quả chi tiết được trình bày trong Bảng 1, 2 và 3.

Bên cạnh tỷ lệ đạt chuẩn, phân bố mức điểm cũng cho thấy xu hướng tích cực. Năm 2023, tỷ lệ sinh viên đạt mức trung bình (5.0–6.5) chiếm 75,76%, trong khi mức khá/giỏi (≥7.0) chỉ chiếm 24,24%. Điều này cho thấy phần lớn sinh viên chỉ đạt mức yêu cầu tối thiểu.

**Bảng 2. Kết quả thi chuẩn đầu ra B1 tiếng Anh năm 2024
của Sinh viên trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội**

Năm	Đợt thi	Tổng số thí sinh	Đạt (SL)	Đạt (%)	Không đạt (SL)	Không đạt (%)	Trung bình (5.0-6.5)	Khá/Giỏi (≥ 7.0)
2024	Đợt 1	143	71	49.65%	72	50.35%	84.51%	15.49%
	Đợt 2	138	94	68.12%	44	31.88%	93.62%	6.38%
	Đợt 3	196	146	74.49%	50	25.51%	81.51%	18.49%

Sang năm 2024, kết quả có sự cải thiện đáng kể nhưng không đồng đều giữa các đợt thi. Ở đợt 1, tỷ lệ đạt chỉ 49,65%, thấp hơn so với năm 2023. Tuy nhiên, ở đợt 2 và đợt 3, tỷ lệ đạt tăng lên lần lượt 68,12% và 74,49%, đồng thời tỷ lệ không đạt giảm xuống còn 31,88% và 25,51%. Điều này cho thấy sau đợt thi đầu tiên, sinh viên có thể đã tăng cường ôn

tập hoặc được hỗ trợ học tập tốt hơn, dẫn đến kết quả được cải thiện.

Năm 2024, tỷ lệ sinh viên đạt mức trung bình dao động khá cao, từ 81,51% đến 93,62% tùy từng đợt thi, trong khi tỷ lệ khá/giỏi vẫn còn thấp, chỉ từ 6,38% đến 18,49%. Điều này cho thấy dù tỷ lệ đạt chuẩn tăng lên, chất lượng điểm số vẫn tập trung chủ yếu ở mức trung bình.

**Bảng 3. Kết quả thi chuẩn đầu ra B1 tiếng Anh năm 2025
của Sinh viên trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội**

Năm	Đợt thi	Tổng số thí sinh	Đạt (SL)	Đạt (%)	Không đạt (SL)	Không đạt (%)	Trung bình (5.0-6.5)	Khá/Giỏi (≥ 7.0)
2025	Đợt 1	201	167	83.08%	34	16.92%	86.83%	13.17%
	Đợt 2	85	75	88.24%	10	11.76%	90.67%	9.33%
	Đợt 3	198	183	92.42%	15	7.58%	91.80%	8.20%

Đến năm 2025, kết quả thi tiếp tục cải thiện mạnh mẽ, thể hiện qua tỷ lệ đạt ở cả ba đợt đều ở mức cao. Cụ thể, đợt 1 đạt 83,08%, đợt 2 đạt 88,24% và đợt 3 đạt 92,42%, trong khi tỷ lệ không đạt giảm mạnh xuống chỉ còn từ 7,58% đến 16,92%. Xu hướng này phản ánh sự tiến bộ rõ rệt trong năng lực tiếng Anh của sinh viên, đồng thời có thể cho thấy hiệu quả của các chương trình đào tạo, bồi dưỡng hoặc các biện pháp hỗ trợ học tập được triển khai trong nhà trường.

Đến năm 2025, mặc dù tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn tăng đáng kể, nhưng tỷ lệ khá/giỏi vẫn chưa tăng mạnh, dao động từ 8,20% đến 13,17%, trong khi mức trung bình vẫn chiếm ưu thế (khoảng 86,83% – 91,80%). Kết quả này cho thấy sinh viên chủ yếu đạt mức đáp ứng chuẩn đầu ra, nhưng số lượng đạt điểm cao vẫn còn hạn chế.

Tỷ lệ đạt chuẩn B1 tăng rõ rệt từ khoảng 55% (2023) lên trên 80–92% (2025). Tỷ lệ

không đạt giảm mạnh, đặc biệt năm 2025 chỉ còn dưới 17%, thậm chí 7,58% ở đợt 3. Phân bố điểm vẫn nghiêng về mức trung bình, trong khi tỷ lệ sinh viên đạt mức khá/giỏi chưa tăng tương ứng với tỷ lệ đạt chuẩn.

Tóm lại:

- Những kết quả này có thể cho thấy việc tỷ lệ điểm khá/giỏi còn thấp, vẫn còn nhiều sinh viên chưa đạt qua các đợt tổ chức kiểm tra. Điều này cho thấy cần tiếp tục nâng cao chất lượng đào tạo tiếng Anh trong nhà trường, không chỉ dừng ở việc đạt chuẩn mà còn hướng tới nâng cao năng lực sử dụng ngoại ngữ ở mức cao hơn.

- Sự lệch giữa các kỹ năng: Kết quả thi kỹ năng Đọc và Viết thường cao hơn rõ rệt so với Nghe và Nói. Sinh viên thường gặp áp lực tâm lý lớn khi thực hiện bài thi nói trực tiếp với giám khảo.

- Phần lớn sinh viên phải tham gia thi lại từ hai đến ba lần, thậm chí nhiều hơn, dẫn đến

kéo dài thời gian học tập, ảnh hưởng đến tâm lý và kế hoạch nghề nghiệp của người học và gây áp lực cho công tác quản lý đào tạo của nhà trường.

4. NGUYÊN NHÂN ẢNH HƯỞNG ĐẾN KẾT QUẢ THI CHUẨN ĐẦU RA

4.1. Khó khăn từ phía sinh viên

Kết quả khảo sát và thực tiễn giảng dạy tại nhà trường cho thấy thực trạng sinh viên chuyên ngành Giáo dục thể chất đang đối mặt với những rào cản lớn trong việc đạt chuẩn đầu ra tiếng Anh B1, tập trung vào hai nhóm nguyên nhân chính:

Thứ nhất, về nền tảng và động lực học tập: Đa số sinh viên có xuất phát điểm ngoại ngữ thấp do điều kiện tiếp cận tiếng Anh ở bậc phổ thông tại các địa phương còn hạn chế. Đặc thù của chuyên ngành đòi hỏi cường độ vận động và thời gian rèn luyện thể chất cao, dẫn đến sự lệch lạc trong nhận thức khi sinh viên thường coi tiếng Anh là "môn phụ". Tâm lý này dẫn đến sự suy giảm động lực học tập của sinh viên, khiến việc học tập mang tính chất đối phó nhằm đủ điều kiện tốt nghiệp hơn là xây dựng năng lực ngôn ngữ bền vững.

Thứ hai, về phương pháp và chiến lược học tập: Sinh viên còn thiếu các kỹ năng tự học hệ thống và chưa xây dựng được lộ trình cá nhân hóa phù hợp với đặc thù lịch tập luyện. Việc thiếu thói quen rèn luyện hằng ngày dẫn đến tình trạng học tập ngắt quãng, chủ yếu là "học dồn" vào giai đoạn cận kề kỳ thi. Cách tiếp cận này không chỉ gây áp lực tâm lý mà còn làm suy giảm hàm lượng khoa học trong việc tích lũy kiến thức, khiến kết quả thi không phản ánh đúng năng lực thực tế hoặc không đạt ngưỡng chuẩn đầu ra B1.

4.2. Khó khăn từ phía giảng viên và nhà trường

Về phía nhà trường và giảng viên, những hạn chế khách quan ảnh hưởng đến chất lượng đào tạo bao gồm:

Thứ nhất, về chương trình và thời lượng đào tạo: Thời lượng bố trí cho các học phần tiếng Anh trên lớp hiện nay còn hạn chế, chưa đủ để hỗ trợ nhóm sinh viên mất gốc hệ thống hóa kiến thức và phát triển năng lực đạt ngưỡng B1. Bên cạnh đó, sĩ số lớp học đông tạo ra rào cản lớn trong việc tổ chức các hoạt động tương tác, gây khó khăn cho giảng viên trong việc kiểm soát và hướng dẫn thực hành giao tiếp đến từng cá nhân.

Thứ hai, về môi trường thực hành và học liệu: Nhà trường hiện còn thiếu hệ thống học liệu số chuyên dụng và các nền tảng học tập trực tuyến hỗ trợ luyện tập chuyên sâu. Đồng thời, việc thiếu vắng một môi trường tương tác thực tế gắn liền với bối cảnh nghề nghiệp khiến sinh viên chuyên ngành thể thao chưa có nhiều cơ hội ứng dụng ngôn ngữ vào các tình huống thực tiễn, làm giảm tính hiệu quả trong việc chuẩn bị cho kỳ thi đánh giá năng lực theo chuẩn đầu ra.

5. ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP NÂNG CAO KẾT QUẢ THI CHUẨN ĐẦU RA TIẾNG ANH B1

Để nâng cao tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn B1, nhà trường cần triển khai đồng bộ các giải pháp sau:

5.1. Đổi mới phương pháp giảng dạy theo định hướng phát triển năng lực

Mục đích: Giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy theo định hướng phát triển năng lực được triển khai nhằm nâng cao năng lực sử dụng tiếng Anh của sinh viên, đồng thời giúp người học thích ứng tốt hơn với định dạng bài thi chuẩn B1.

Nội dung: Việc áp dụng phương pháp dạy học lấy người học làm trung tâm được xem là định hướng chủ đạo, trong đó chú trọng tăng cường các hoạt động giao tiếp và lồng ghép các dạng bài thi B1 vào quá trình giảng dạy.

Cách thực hiện: Giảng viên cần thiết kế bài giảng theo hướng tích hợp các kỹ năng, tạo điều kiện cho sinh viên được thực hành ngôn

ngữ trong nhiều bối cảnh khác nhau. Đồng thời, các hoạt động như thảo luận nhóm, đóng vai và mô phỏng bài thi nói cần được tổ chức thường xuyên nhằm phát triển khả năng phản xạ ngôn ngữ và sự tự tin trong giao tiếp. Bên cạnh đó, việc kiểm tra, đánh giá cần được thực hiện định kỳ theo định dạng bài thi B1, qua đó giúp sinh viên làm quen với cấu trúc đề thi và cải thiện kỹ năng làm bài.

Để đánh giá hiệu quả của giải pháp, một số tiêu chí cụ thể được đề xuất. Trước hết, tỷ lệ sinh viên tham gia tích cực trong giờ học cần đạt từ 80% trở lên, phản ánh mức độ hứng thú và sự chủ động của người học. Đồng thời, điểm trung bình của các kỹ năng được kỳ vọng tăng tối thiểu từ 0,5 đến 1,0 điểm sau mỗi học phần. Ngoài ra, tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn các kỹ năng trong kỳ thi B1 cần tăng ít nhất 15%, qua đó thể hiện tác động trực tiếp của phương pháp giảng dạy đối với kết quả thi. Cuối cùng, mức độ hài lòng của sinh viên đối với phương pháp giảng dạy cũng cần đạt từ 80% trở lên thông qua các khảo sát định kỳ, nhằm đảm bảo tính phù hợp và hiệu quả của giải pháp trong thực tiễn triển khai.

5.2. Khai thác và sử dụng hiệu quả giáo trình tiếng Anh chuyên ngành thể thao hiện có

Mục đích: Giải pháp này nhằm nâng cao chất lượng dạy và học tiếng Anh cho sinh viên ngành Giáo dục thể chất thông qua việc khai thác hiệu quả giáo trình tiếng Anh chuyên ngành thể thao đã được nhà trường xây dựng.

Nội dung: Trọng tâm được đặt vào việc sử dụng giáo trình như một nền tảng cốt lõi, đồng thời điều chỉnh và triển khai nội dung giảng dạy theo hướng phát triển năng lực giao tiếp và khả năng vận dụng ngôn ngữ trong bối cảnh thực tiễn.

Cách thực hiện: Giảng viên cần tổ chức khai thác giáo trình một cách linh hoạt, phù hợp với trình độ B1 của sinh viên, đồng thời tăng cường lồng ghép các hoạt động thực hành gắn với đặc thù ngành học. Bên cạnh việc sử

dụng nội dung trong giáo trình, việc bổ sung các học liệu hỗ trợ như video huấn luyện, bình luận thể thao, các bài đọc về vận động viên và sự kiện thể thao sẽ góp phần nâng cao tính xác thực của đầu vào ngôn ngữ. Hơn nữa, các nhiệm vụ học tập cần được thiết kế theo định hướng tình huống, chẳng hạn như mô phỏng hoạt động hướng dẫn kỹ thuật, mô tả diễn biến thi đấu hoặc giao tiếp trong môi trường huấn luyện, nhằm phát triển năng lực giao tiếp chuyên ngành cho sinh viên.

Đồng thời, việc tận dụng các nguồn học liệu mở trên nền tảng số như YouTube, podcast và các website học tiếng Anh sẽ hỗ trợ hiệu quả cho việc rèn luyện kỹ năng, đặc biệt là kỹ năng Nghe và Nói. Cuối cùng, để đảm bảo tính hệ thống và thống nhất trong quá trình giảng dạy, cần xây dựng ngân hàng bài tập và hệ thống chủ đề thảo luận bám sát nội dung giáo trình và định hướng chuẩn đầu ra B1, qua đó góp phần nâng cao hiệu quả ôn luyện và cải thiện kết quả thi của sinh viên.

5.3. Tăng cường môi trường học tập và thực hành tiếng Anh

Mục đích: Giải pháp này được đề xuất nhằm tạo dựng môi trường sử dụng tiếng Anh thường xuyên, qua đó giúp sinh viên giảm bớt rào cản tâm lý và nâng cao năng lực giao tiếp trong thực tiễn.

Nội dung: Trong bối cảnh thời lượng học trên lớp còn hạn chế, việc mở rộng không gian học tập ra ngoài lớp học đóng vai trò quan trọng trong việc củng cố và phát triển kỹ năng ngôn ngữ. Theo đó, nhà trường cần chú trọng xây dựng môi trường học tập tích cực thông qua các hoạt động ngoại khóa, câu lạc bộ và các hình thức giao lưu học thuật.

Cách thực hiện: Các câu lạc bộ tiếng Anh cần được duy trì và tổ chức sinh hoạt định kỳ với nội dung gắn liền với lĩnh vực thể dục thể thao. Bên cạnh đó, việc tổ chức các buổi workshop, cuộc thi nói tiếng Anh, hoặc sinh hoạt chuyên đề sẽ tạo cơ hội cho sinh viên thực hành ngôn ngữ trong môi trường gần gũi và ít áp lực. Đồng thời,

việc lồng ghép sử dụng tiếng Anh trong các hoạt động thể thao của nhà trường cũng góp phần tăng tính ứng dụng và hình thành thói quen sử dụng ngoại ngữ. Trong điều kiện cho phép, nhà trường có thể tăng cường các hoạt động giao lưu với chuyên gia hoặc sinh viên quốc tế nhằm nâng cao tính tương tác và tính xác thực của môi trường ngôn ngữ.

Để đánh giá hiệu quả của giải pháp, một số tiêu chí cụ thể được đặt ra. Trước hết, số lượng hoạt động tiếng Anh cần đạt tối thiểu từ 1-2 hoạt động mỗi tháng. Đồng thời, tỷ lệ sinh viên tham gia các hoạt động này cần đạt từ 50% trở lên. Ngoài ra, mức độ tự tin trong giao tiếp bằng tiếng Anh của sinh viên được kỳ vọng cải thiện rõ rệt, với ít nhất 70% sinh viên tự đánh giá có tiến bộ. Cuối cùng, tỷ lệ sinh viên đạt điểm kỹ năng Nói từ 6.0 trở lên trong kỳ thi B1 cần tăng tối thiểu 15%.

5.4. Tăng cường vai trò hỗ trợ của nhà trường

Mục đích: Giải pháp này nhằm nâng cao hiệu quả học tập và kết quả thi chuẩn đầu ra tiếng Anh B1 thông qua việc phát huy vai trò hỗ trợ toàn diện của nhà trường.

Nội dung: Đầu tư đồng bộ cơ sở vật chất phục vụ dạy học và tổ chức các lộ trình hỗ trợ chuyên sâu cho sinh viên.

Cách thực hiện: Nhà trường cần đầu tư hệ thống phòng học chuyên dụng và học liệu số, nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên rèn luyện các kỹ năng, đặc biệt là kỹ năng Nghe - Nói. Bên cạnh đó, việc tổ chức các khóa ôn tập chuyên sâu theo định dạng bài thi B1 trước mỗi kỳ thi là cần thiết, giúp sinh viên củng cố kiến thức, làm quen với cấu trúc đề và nâng cao kỹ năng làm bài. Đồng thời, nhà trường cần xây dựng và triển khai lộ trình học tập cá nhân hóa dựa trên năng lực đầu vào của sinh viên, qua đó đảm bảo sự hỗ trợ phù hợp với từng đối tượng người học và góp phần nâng cao tỷ lệ đạt chuẩn đầu ra, cũng như tăng cường động lực và sự tự tin trong quá trình học tập.

5.5. Phát huy tính chủ động và ý thức tự học của sinh viên

Mục đích: Giải pháp này hướng tới mục tiêu hình thành thói quen tự học bền vững và nâng cao tính chủ động trong quá trình học tập của sinh viên, qua đó góp phần cải thiện kết quả thi và năng lực sử dụng tiếng Anh trong dài hạn.

Nội dung: Phát huy vai trò tự học của sinh viên như một yếu tố then chốt quyết định hiệu quả đào tạo trong bối cảnh thời lượng trên lớp hạn chế.

Cách thực hiện: Sinh viên cần được hướng dẫn xây dựng kế hoạch học tập cá nhân một cách cụ thể và phù hợp với điều kiện thực tế. Đồng thời, việc khai thác các nguồn học liệu trực tuyến như các nền tảng học tiếng Anh, video, podcast và tài liệu mở sẽ hỗ trợ hiệu quả cho quá trình tự học. Bên cạnh đó, việc tổ chức học theo nhóm hoặc theo cặp cũng góp phần tăng cường sự tương tác và hỗ trợ lẫn nhau giữa các sinh viên. Ngoài ra, việc theo dõi tiến độ học tập thông qua nhật ký học tập hoặc báo cáo định kỳ sẽ giúp sinh viên duy trì động lực và điều chỉnh phương pháp học tập kịp thời.

Để đánh giá hiệu quả của giải pháp, một số tiêu chí được đề xuất. Trước hết, ít nhất 70% sinh viên cần xây dựng được kế hoạch tự học rõ ràng. Đồng thời, khoảng 60% sinh viên cần duy trì việc tự học tối thiểu 3 buổi mỗi tuần. Bên cạnh đó, tỷ lệ hoàn thành các nhiệm vụ tự học cần đạt từ 80% trở lên. Cuối cùng, tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn B1 được kỳ vọng tăng ổn định qua từng năm học, phản ánh tính bền vững của giải pháp.

6. KẾT LUẬN

Trong bối cảnh hội nhập quốc tế ngày càng sâu rộng, năng lực ngoại ngữ, đặc biệt là tiếng Anh ở trình độ B1, không chỉ là điều kiện tốt nghiệp mà còn là hành trang thiết thực giúp sinh viên ngành Giáo dục thể chất tiếp cận tri thức chuyên môn, tham gia các hoạt

động học thuật và thi đấu quốc tế. Nhận thức được tầm quan trọng đó, nghiên cứu đã đề xuất và bước đầu kiểm chứng tính hiệu quả của 5 nhóm giải pháp mang tính đồng bộ, toàn diện.

Mỗi nhóm giải pháp đảm nhận một vai trò riêng biệt nhưng có sự gắn kết chặt chẽ với nhau: đổi mới phương pháp giảng dạy theo định hướng năng lực tạo ra sự chuyển biến trong lớp học; chương trình và giáo trình đặc thù ngành giúp nội dung học tập trở nên thiết thực hơn với sinh viên thể thao; môi trường thực hành ngoài giờ lên lớp thu hẹp khoảng cách giữa lý thuyết và ứng dụng; sự đầu tư có chiều sâu của nhà trường tạo nền tảng vật chất và chính sách ổn định; và quan trọng không kém, ý thức tự học chủ động của sinh viên chính là yếu tố quyết định sự bền vững của kết quả. Sự phối hợp đồng bộ giữa cả năm nhóm này đã góp phần nâng tỷ lệ đạt chuẩn từ 55,31% năm 2023 lên 92,42% năm 2025 - một

tín hiệu tích cực, khẳng định hướng đi đúng đắn của nhà trường.

Tuy nhiên, để những kết quả này không chỉ dừng lại ở con số thống kê mà thực sự phản ánh năng lực ngôn ngữ bền vững, một số định hướng cần được tiếp tục triển khai trong thời gian tới. Nhà trường cần duy trì và mở rộng các mô hình hỗ trợ học tập hiệu quả, đồng thời tiếp tục đầu tư vào hệ thống học liệu số và môi trường thực hành giao tiếp. Về phía giảng viên, việc cá nhân hóa lộ trình học tập và tăng cường phản hồi định kỳ sẽ giúp sinh viên nhận ra điểm yếu và cải thiện kịp thời. Về phía sinh viên, cần xây dựng thói quen học tập đều đặn thay vì tập trung vào giai đoạn cận kề kỳ thi.

Với nền tảng đã được xây dựng, Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội có đủ cơ sở để hướng tới mục tiêu cao hơn: không chỉ đạt chuẩn B1 mà còn nâng cao thực chất năng lực ngoại ngữ cho toàn thể sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2014), *Khung năng lực ngoại ngữ 6 bậc dùng cho Việt Nam* (Ban hành kèm theo Thông tư số 01/2014/TT-BGDĐT ngày 24/01/2014).
2. Council of Europe (2020), *Common European Framework of Reference for Languages: Learning, teaching, assessment – Companion volume*. Council of Europe Publishing.
3. Văn Thị Quỳnh Hoa & Nguyễn Lan Hương (2018), Xây dựng các giải pháp tạo động cơ học tiếng Anh tích cực theo chuẩn B1 (Khung năng lực ngoại ngữ dành cho Việt Nam) cho sinh viên Trường Đại học Nông Lâm – Đại học Thái Nguyên. *Tạp chí Khoa học & Công nghệ Đại học Thái Nguyên*, 186 (10), 183–189.
4. Đinh Thị Phương Hoa (2025), Nâng cao hiệu quả tự học tiếng Anh cho sinh viên không chuyên ngữ: Nghiên cứu trường hợp điển hình tại Trường Đại học Luật Hà Nội. *Tạp chí Giáo dục và Xã hội*, 171(232), 65–69.
5. Nguyễn Hữu Phát (2024), Challenges Vietnamese EFL students faced when learning and meeting the requirements of B1 English language proficiency. *Journal of Language Teaching and Research*, 15(3), 893–901.

Nguồn bài báo: Lý luận và thực tiễn

Ngày nhận bài: 16/01/2026; Ngày đánh giá: 21/02/2026; Ngày duyệt đăng: 17/04/2026.