

# THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG MỸ ĐỨC B, THÀNH PHỐ HÀ NỘI

## THE REALITY OF PHYSICAL EDUCATION AND PHYSICAL FITNESS LEVEL OF STUDENTS AT MY DUC B HIGH SCHOOL, HA NOI CITY

Vũ Hồng Phúc – Trường THPT Mỹ Đức B Tp. Hà Nội

**Tóm tắt:** Công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao trong trường học các cấp là một mặt giáo dục quan trọng trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo. Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nghiên cứu đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất và trình độ thể lực của học sinh trường Trung học phổ thông Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội, từ đó tìm ra biện pháp khắc phục và nâng cao hiệu quả của mặt giáo dục này.

**Từ khóa:** Thực trạng; Công tác Giáo dục thể chất; Trình độ thể lực; Trung học phổ thông.

**Abstract:** Physical education and sports activities in schools at all levels are an important educational aspect in education and training. By regular scientific research methods, the study has assessed the reality of physical education work and physical fitness level of students at My Duc B high school, Ha Noi city, thereby finding measures and solutions to improve the effectiveness of this aspect of education.

**Key word:** Reality; Physical education work; Physical fitness level; High school.

### 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động thể dục thể thao (TDTT) trong các trường học vẫn còn mang nặng tính hình thức, thực trạng năng lực thể chất của học sinh (HS) còn nhiều hạn chế, một phần do: Điều kiện trang thiết bị, sân bãi dụng cụ tập luyện còn thiếu. Quá trình quản lý, chỉ đạo, tổ chức vận dụng nội dung, hình thức tập luyện trong các nhà trường còn nhiều nơi chưa hợp lý. Chương trình môn học GDTC chưa phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý của học sinh nên kết quả học tập chưa đạt chất lượng cao.

Trong tình hình mới hiện nay, việc quan tâm đến sức khỏe, thể lực của HS phổ thông các cấp, đặc biệt là HS trung học phổ thông (THPT) trong các nhà trường là việc không thể thiếu. Quan tâm đến sự phát triển TDTT trường học là vấn đề cốt lõi trong chiến lược phát triển TDTT nước nhà, vì trường học là môi trường thuận lợi, rộng lớn, giàu tiềm năng để thế hệ trẻ nước ta rèn luyện, đồng thời là nơi để phát hiện nhân tài thể thao cho đất nước.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, với mục đích nâng cao chất lượng công tác GDTC cho HS trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội góp phần xây dựng trường học thân thiện, HS tích cực, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Thực trạng công tác GDTC và trình độ thể**

**lực của học sinh khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội”.**

### 2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

### 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

#### 3.1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội

##### 3.1.1. Thực trạng công tác GDTC trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội.

**Về phương pháp tổ chức và quá trình giảng dạy:**

Trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội tiến hành công tác GDTC cho học sinh theo hai hình thức chính khoá và ngoại khoá.

+ Chính khoá: là những giờ học theo kế hoạch, thời khoá biểu của nhà trường, theo quỹ thời gian quy định và được tiến hành kiểm tra đánh giá theo quy chế kiểm tra đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

+ Ngoại khoá: Bao gồm các giờ tự học, tự tập luyện, các buổi huấn luyện đội tuyển và tổ chức các giải thi đấu thể thao nội bộ. Hiện nay các hình thức tổ chức hướng dẫn học sinh tập luyện để hoàn thiện các nội dung học tập chính khoá còn chưa có, chưa phát động được phong

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

trào tự tập luyện của học sinh và chưa có người tổ chức hướng dẫn.

Như vậy, việc thực hiện chương trình môn GDTC chưa thật triệt để. Phương pháp, tổ chức quá trình giảng dạy chưa đáp ứng được nhiệm vụ, yêu cầu của công tác GDTC cho học sinh. Quá trình giảng dạy mới dừng ở việc trang bị kiến thức và kỹ năng thực hành ở một số môn thể thao, chưa chú trọng đến việc nâng cao ý thức tự giác tập luyện, nhận thức đúng đắn về vai trò cùng TDTT trong việc củng cố và nâng cao sức khoẻ còn hạn chế, chính sách động viên đội ngũ giáo viên tổ chức các hoạt động ngoại khoá cho học sinh còn nhiều bất cập.

### ***Về công tác kiểm tra đánh giá, xếp loại thể lực học sinh:***

Việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh được tiến hành theo quy chế đánh giá xếp loại học sinh theo Thông tư số 58/2011/TT-BGDĐT; xếp loại thể lực học sinh theo quyết định số 53/2008/QĐ-Giáo dục và Đào tạo ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Phương pháp kiểm tra đánh giá mới chỉ dừng lại ở việc đánh giá sự tiếp thu tri thức, kỹ thuật động tác và bài tập được quy định trong chương trình. Chưa tiến hành kiểm tra, đánh giá kết quả rèn luyện của học sinh theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Do đó, ảnh hưởng không nhỏ đến chất lượng của GDTC cho học sinh trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội.

### ***Về nội dung, chương trình môn học GDTC của trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội:***

Nội dung chương trình giảng dạy môn GDTC là xương sống có vai trò quyết định

chất lượng của mặt giáo dục này. Để thu hút được đông đảo học sinh tham gia tập luyện một cách hứng thú, tự giác thì nội dung chương trình phải phong phú, đa dạng và đảm bảo đủ về mặt thời gian tập luyện, có như vậy mới đạt được sự phát triển thể chất của học sinh như mong muốn. Đây là mục đích hướng tới của GDTC trong trường học, do đó nhà trường cần phải có biện pháp cụ thể trong từng giờ học GDTC, trong từng hoạt động TDTT của nhà trường, sắp xếp thời gian một cách khoa học, bám theo phân phối chương trình của Bộ GD&ĐT.

Hoạt động nội khóa, bao gồm thời gian 2 tiết /tuần, mỗi tiết 45 phút. Trong một năm học có 70 tiết ứng với 35 tuần học, được thực hiện trong hai học kỳ. Kỳ 1 là 36 tiết, kỳ 2 là 34 tiết, dạy theo phân công chuyên môn và thời khóa biểu của trường.

Hoạt động ngoại khóa bao gồm 1 đến 2 buổi /tuần với các môn thể thao tự chọn và tập luyện của các đội tuyển thể thao của nhà trường tham gia các giải thi đấu TDTT ở các cấp.

### ***3.1.2. Nhận thức của học sinh khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, huyện Mỹ Đức, thành phố Hà Nội về tầm quan trọng của GDTC***

Phần lớn HS chưa coi trọng môn học GDTC, mà chủ yếu tập chung vào các môn học văn hóa. Khi được hỏi về môn GDTC, các em đều cho biết là đơn điệu, nhàm chán chiếm tỷ lệ cao nhất 62%; Tiếp đó là do ý thức tập luyện chưa cao chiếm 16.2%. Một phần do điều kiện sân bãi, ngại thay quần áo trong giờ học TD, không ham thích tập luyện TDTT. Qua đó chúng ta nhận thấy muốn nâng cao hiệu quả công tác GDTC để phát triển thể lực cho HS, cần cải thiện nội dung chương trình môn học GDTC sao cho phong phú, đa dạng mới phát huy được sự hứng thú của HS. Để đáp ứng được yêu cầu trên, GV cần đưa các TCVD vào giờ học TD là một phương pháp hiệu quả và phù hợp nhất.

Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng của GDTC cũng như nhu cầu tập luyện các môn thể thao ưa thích, được trình bày tại bảng 1.



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

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về động cơ tập luyện và các yếu tố ảnh hưởng đến giờ học môn GDTC (n = 160)**

Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn HS khối 11	
	N = 160	Tỷ lệ %
<b>1. Động cơ tập luyện TĐTT</b>		
- Ham thích	35	21.9
- Nhận thấy tác dụng RLTT	26	16.3
- Bắt buộc	93	58.1
- Không lý do	6	3.7
<b>2. Yếu tố ảnh hưởng hạn chế đến học môn GDTC</b>		
- Nội dung đơn điệu, nhàm chán.	99	62
- Ý thức tập luyện chưa cao.	26	16.2
- Do điều kiện sân bãi.	15	9.3
- Không thích thể thao	20	12.5

### 3.1.3. Thực trạng đội ngũ giáo viên

Trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội, được thành lập năm 1972. Trải qua trên 48 năm xây dựng và phát triển đến nay, trường luôn từng bước ngày một phát triển toàn diện cả về số lượng và chất lượng. Về số lượng HS của trường: Hiện nay có 1.789 em, trong đó:

+ HS khối 10: Có 13 lớp = 568 HS

+ HS khối 11: Có 13 lớp = 569 HS

+ HS khối 12: Có 14 lớp = 652 HS

Đội ngũ giáo viên giảng dạy môn GDTC – QP biên chế có 8 GV, cụ thể được trình bày tại bảng 2.

**Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giáo viên bộ môn GDTC – QP của trường**

Nội dung	Giới tính		Trình độ		Thâm niên		Tuổi đời	
	Nam	Nữ	SDH	ĐH	>10 năm	<10 năm	>40	<40
Số lượng	5	3	0	8	7	1	2	6
Tỷ lệ %	62.5	37.5	0	100	87.5	21.5	25	75

Qua bảng 2 ta thấy: Đội ngũ giáo viên của Bộ môn GDTC-QP của nhà trường hiện tại đều có trình độ chuyên môn, thâm niên công tác và tuổi đời còn trẻ, đáp ứng được nhiệm vụ. Trong cơ cấu đội ngũ giáo viên có sự kết hợp giữa giáo viên giảng dạy lâu năm, nhiều kinh nghiệm với các đồng chí giáo viên trẻ,

giáo viên nam kết hợp giáo viên nữ, khi lên lớp các GV sẽ phát huy được năng lực, sở trường của từng người. Tuy nhiên còn một số khó khăn như có giáo viên trong Bộ môn vừa làm công tác giảng dạy, vừa phải kiêm nhiệm công tác đoàn thể, công tác chủ nhiệm, đời sống còn nhiều khó khăn.

### 3.1.4. Thực trạng về cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ

**Bảng 3. Cơ sở vật chất và sân bãi, dụng cụ cho môn học GDTC**

TT	Cơ sở vật chất	SL	Chất lượng	Đáp ứng công tác GDTC
1	Nhà thể chất	01	Khá	Đáp ứng
2	Sân điền kinh	01	Khá	Đáp ứng
3	Sân đá cầu	04	Khá	Đáp ứng
4	Sân bóng đá mini	01	TB	Đáp ứng
5	Sân cầu lông	04	Khá	Đáp ứng
6	Bóng chuyền	50	TB	Đáp ứng
7	Bóng rổ	25	TB	Đáp ứng
8	Bóng đá	20	TB	Đáp ứng
9	Dây nhảy	30	TB	Đáp ứng
10	Vợt cầu lông	80	TB	Đáp ứng
11	Cầu chình	250	Khá	Đáp ứng

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

Qua bảng 3 cho thấy: Cơ sở vật chất và sân bãi, dụng cụ cho môn học GDTC của trường cơ bản là đáp ứng được nhiệm vụ giảng dạy, học tập. Tuy nhiên vẫn còn khó khăn như chưa có bể bơi, dụng cụ tập luyện chất lượng chưa cao...tuy nhiên, cơ bản về cơ sở vật chất của trường đáp ứng được yêu cầu nghiên cứu.

### 3.2. Thực trạng thể lực HS khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội

Để đánh giá thực trạng thể lực HS của trường. Đề tài tiến hành lấy kết quả đánh giá xếp loại học tập môn GDTC, và kết quả kiểm tra đánh giá xếp loại thể lực của đối tượng nghiên cứu gồm 160 HS khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội qua các năm học trước, được trình bày tại bảng 4 và bảng 5:

**Bảng 4. Kết quả xếp loại học tập môn GDTC của HS khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội**

TT	Năm học		Kết quả đánh giá môn GDTC	
			Đạt	Không đạt
1	2018 – 2019 (n = 160)	N	106	66.25
		Tỷ lệ %	54	33.75
2	2019 – 2020 (n = 160)	N	105	65.6
		Tỷ lệ %	55	34.4

**Bảng 5. Thực trạng xếp loại thể lực của HS khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội năm học 2019 – 2020 (n=160)**

TT	Các chỉ tiêu và test	Giới tính	$\bar{x}$	$\pm \delta$	Kết quả RLTT		
					Tốt	Đạt	Chưa đạt
1	Bật xa tại chỗ(cm)	Nam n = 78	208.33	17.29	6	45	27
		Nữ n = 82	148.7	17.66	07	50	25
2	Chạy 30m XPC (giây)	Nam n = 78	5.61	0.52	5	38	35
		Nữ n = 82	6.90	0.71	04	35	43
3	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Nam n = 78	12.71	0.48	03	45	30
		Nữ n = 82	13.38	0,81	02	35	45
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam n = 78	968.6	59.22	04	36	38
		Nữ n = 82	828.6	81.25	2	34	46

Từ kết quả thu được ở bảng 4 và 5 ở trên cho thấy:

- Kết quả xếp loại học tập môn học GDTC của HS cho thấy, trong 02 năm học 2018 – 2019 và 2019 – 2020 thực trạng qua kiểm tra, kết quả đánh giá xếp loại học tập môn GDTC còn có số HS không đạt chiếm tỷ lệ tương đối cao (từ 33% - 35%).

- Về thực trạng xếp loại thể lực HS cho thấy, Số HS đạt chỉ tiêu Sức mạnh chi dưới (Bật xa tại chỗ ): 67%; Số HS đạt chỉ tiêu chạy XPC:

51,33%; Số HS đạt chỉ tiêu chạy con thoi: 53,31%; Số HS đạt chỉ tiêu chạy tùy sức 05 phút: 48,14%; Nhìn chung tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể trung bình ở các nội dung có tỷ lệ 55,91% đạt yêu cầu, số HS còn lại là chưa đạt chiếm tỷ lệ 44,09%.

Nguyên nhân của thực trạng này có nhiều, song một phần do công tác GDTC hiện nay của nhà trường, GV chỉ trú trọng giảng dạy theo khung nội dung chương trình quy định khô cứng, nhàm chán, các em HS còn ngại học

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

môn GDTC, chưa tự giác tập luyện TDTT và chưa nhận thức đúng về vị trí môn học và vị trí của công tác GDTC với sức khỏe.

### KẾT LUẬN

- Công tác GDTC trường THPT Mỹ Đức B còn nhiều bất cập. Mặc dù nội dung chương trình môn học GDTC được thực hiện theo đúng quy định, song nội dung các giờ học còn chưa phong phú, sinh động đề thu hút được đông đảo học sinh tham gia tập luyện một cách hứng thú, tự giác. Đội ngũ giáo viên đáp ứng về số lượng, có trình độ chuyên môn, nhiệt

tình, trách nhiệm. CSVC tương đối đầy đủ để đáp ứng yêu cầu của công tác GDTC và hoạt động TDTT.

- Thực trạng thể lực của HS khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, thành phố Hà Nội nhìn chung còn yếu, số HS xếp loại thể lực từ đạt trở lên còn khiêm tốn, số HS chưa đạt yêu cầu chiếm tỷ lệ cao. HS còn ngại học môn GDTC, chưa tự giác tập luyện TDTT và chưa nhận thức đúng về vị trí môn học và vị trí của công tác GDTC với sức khỏe.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành Trung ương (2013). Nghị quyết số 29-NQ/TW, ngày 04/11/2013 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.

2. Bộ Giáo dục và đào tạo (2008), Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên, (quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008).

3. Thủ tướng Chính phủ (2016), Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025.

4. Ngô Văn Gòn (2017), Ứng dụng các biện pháp nhằm nâng cao thể lực cho HS trường THPT Chu Văn An, tỉnh Thái Bình. TDTT, Luận văn Thạc sĩ GDH. Trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội.

5. Nguyễn Thiện Thi (2013), Nghiên cứu một số TCVĐ nhằm nâng cao thể lực cho HS lớp 8 trường THCS Ngọc Học, Thuận Thành, Bắc Ninh. Luận văn Thạc sĩ, trường ĐH TDTT Bắc Ninh.

**Nguồn bài báo:** Bài báo được trích dẫn từ luận văn Thạc sĩ giáo dục học (2019 – 2021): “Nghiên cứu lựa chọn một số Trò chơi vận động nhằm phát triển thể lực cho học sinh khối 11 trường THPT Mỹ Đức B, Thành phố Hà Nội”.

**Ngày nhận bài: 07/9/2021; Ngày đánh giá: 02/11/2021; Ngày duyệt đăng: 30/11/2021**



Ảnh minh họa