

THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÙNG VƯƠNG

THE REALITY OF EXTRACURRICULAR SPORTS ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT HUNG VUONG UNIVERSITY

TS. Lưu Thị Như Quỳnh
Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

Tóm tắt: Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm, phỏng vấn, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê. Kết quả đã đánh giá thực trạng công tác GDTC của trường Đại học Hùng Vương còn một số hạn chế: Đội ngũ giảng viên TDTT của Trường Đại học Hùng Vương hiện nay tỷ lệ giảng viên/học sinh là 1/750 vượt quá quy định của Bộ giáo dục và Đào tạo, điều này có nhiều ảnh hưởng đến chất lượng công tác GDTC; Việc khai thác, sử dụng các trang thiết bị tập luyện này nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường chưa tốt, thể hiện ở số người tham gia tập luyện TDTT chưa nhiều, phong trào tập luyện TDTT vẫn mang tính tự phát. Sinh viên có nhu cầu và động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa cao, các môn thể thao ngoại khóa được ưa thích tập luyện ngoại khóa và có thể đáp ứng cơ sở vật chất tập luyện là các môn Bóng đá, Điền kinh, Cầu lông, Bóng bàn, Bóng chuyền và Thể dục. Đánh giá Thực trạng thể lực của nam sinh viên không chuyên ngành GDTC trường Đại học Hùng Vương còn tương đối thấp. Làm cơ sở tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa môn bóng chuyền nhằm nâng cao thể lực cho nam sinh viên năm thứ 2 không chuyên ngành GDTC trường Đại học Hùng Vương.

Từ khóa: thực trạng, thể dục thể thao ngoại khóa, sinh viên, Trường Đại học Hùng Vương...

Abstract: This study used the following methods: literature review, pedagogical observation, interviews, pedagogical testing, and statistical mathematics. The results assessed the current state of physical education at Hung Vuong University and revealed several limitations: The current ratio of physical education lecturers to students at Hung Vuong University is 1/750, exceeding the regulations of the Ministry of Education and Training, which significantly impacts the quality of physical education; the exploitation and use of training equipment to improve the quality of physical education in the school is not yet effective, as evidenced by the low number of people participating in physical education training, and the physical education movement remains largely spontaneous. Students have a high demand and motivation to participate in extracurricular physical education training, with the most popular sports that can be trained in extracurricular activities and have adequate training facilities being Football, Athletics, Badminton, Table Tennis, Volleyball, and Gymnastics. This study assesses the current physical fitness level of male non-physical education students at Hung Vuong University, noting that it is relatively low. It aims to establish a basis for organizing extracurricular sports activities, specifically volleyball, to improve the physical fitness of second-year non-physical education male students at Hung Vuong University.

Keywords: current situation, extracurricular physical education, students, Hung Vuong University...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động TDTT trong trường học các cấp bậc là một mặt giáo dục quan trọng trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo góp phần thực hiện mục

tiêu: Nâng cao dân trí đào tạo nhân lực bồi dưỡng nhân tài cho đất nước để đáp ứng nhu cầu đổi mới sự nghiệp phát triển kinh tế xã hội của đất nước. GDTC trong trường học là thực hiện mục tiêu phát triển thể chất cho học sinh, sinh viên. Góp phần vào việc đào tạo con người

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

phát triển toàn diện. Tuy nhiên công tác GDTC trong các trường học vẫn còn nhiều bất cập hiệu quả còn thấp còn mang tính hình thức và hầu như mới chỉ tập trung quan tâm đến giờ học chính khóa (bắt buộc) còn hoạt động TDTT ngoại khóa vẫn chưa được quan tâm đúng mực.

Hiện nay chương trình chính khóa quy định thời gian môn học GDTC của trường Đại học Hùng Vương là 135 tiết (tương ứng với 4 đơn vị học trình) mỗi học kỳ là một đơn vị học trình (30 tiết) riêng học phần tự chọn là 45 tiết được học 3 tiết/ tuần và kết hợp vào một buổi học. Như vậy một kỳ học môn GDTC chỉ kéo dài trong 10 tuần trong khi một kỳ học được quy định trong 15 tuần khoảng cách tuần không có giờ học GDTC lại càng làm tăng sự trì trệ căng thẳng trong học tập. Thiếu hoạt động làm ảnh hưởng không tốt đến quá trình phát triển thể lực và sức khỏe của sinh viên.

Trong những năm gần đây, vấn đề hoạt động TDTT ngoại khoá đã được chú trọng và xem đây là hình thức nâng cao thể chất chủ yếu trong nhà trường. Chính vì vậy nhiều cán bộ khoa học, các nhà quản lý, các nhà GDTC đã tìm tòi nghiên cứu, giải quyết cơ sở khoa học về việc tổ chức quá trình GDTC ngoại khoá, lĩnh vực GDTC trong các trường Đại học như: Nguyễn Quốc Huy (2008), Bùi Thị Thúy (2009) Nguyễn Hữu Toán (2009), Nguyễn Thị Hạnh (2009), Nguyễn Thành Long (2011), Bùi Văn Đăng (2011), Nguyễn Thùy Liên (2012)...

Tuy nhiên việc tổ chức hoạt động ngoại khóa bên cạnh những đặc điểm chung còn 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, sẵn bả dụng cụ, sự quan tâm của lãnh đạo nhà trường...

Trên thực tế Trường Đại học Hùng Vương đã đặt ra một nhu cầu khách quan là cần phải nghiên cứu tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho đối tượng sinh viên sao cho phù hợp với nguyện vọng hứng thú của các em và điều kiện đặc điểm của nhà trường nhằm đảm bảo mục tiêu và chất lượng đào tạo của nhà trường. Nhằm mục đích tiếp tục duy trì và củng cố hiệu quả GDTC đã đạt được cần phải tăng cường các hoạt động thể thao ngoại khóa nhằm thu hút và phát triển thể lực để sinh viên có sức khỏe tốt khắc phục ngăn ngừa bệnh tật tạo điều kiện tốt cho các em tiếp thu kiến thức đồng thời tiếp tục duy trì thói quen rèn luyện thể chất và góp phần nâng cao đời sống tinh thần cho sinh viên nói chung và sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Hùng Vương nói riêng chúng tôi lựa chọn và thực hiện nghiên cứu: Thực trạng hoạt động thể thao ngoại khoá của sinh viên Trường Đại học Hùng Vương

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng đội ngũ giảng viên TDTT của Trường Đại học Hùng Vương

Nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng đội ngũ cán bộ, giảng viên giảng dạy TDTT ở trường ĐHHV. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy môn GDTC

	Giới tính		Trình độ		Thâm niên		Tuổi đời	
	Nam	Nữ	Thạc sĩ	Đại học	Dưới 10 năm	Trên 10 năm	> 40	<40
Số lượng	13	3	9	7	10	5	2	13
Tỷ lệ %	80	20	53,33	46,67	67	33	13	87

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

Qua bảng 1 cho thấy: Trong cơ cấu đội ngũ giảng viên có sự kết hợp giữa giảng viên giảng dạy lâu năm, nhiều kinh nghiệm với các giảng viên trẻ; đó là điểm thuận lợi khi lên lớp các đối tượng sẽ phát huy được các năng lực, sở trường của từng người. Tuy nhiên, hiện nay tỷ lệ giảng viên/học sinh là 1/750 vượt quá quy định của Bộ giáo dục và Đào tạo, điều này có nhiều ảnh hưởng đến chất lượng công tác GDTC.

2.2. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC của Trường ĐH HV

Để đánh giá thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC cho sinh viên Trường ĐH HV, đề tài tiến hành điều tra, khảo sát thực trạng cơ sở vật chất tại Trường ĐH HV, về số lượng và chất lượng dụng cụ, sân bãi tập luyện thể dục thể thao của nhà trường. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC ở Trường Đại học Hùng Vương

TT	Loại sân bãi	Số lượng	Chất lượng	Đáp ứng nhu cầu tập luyện (%)
1	Sân bóng đá 60 x 100	01	Khá	55
2	Sân bóng đá Mini	01	Khá	30
3	Sân cầu lông	04	Tốt	80
4	Sân bóng chuyền	04	Tốt	70
5	Bóng bàn	5 bộ	Tốt	70
6	Sân bóng ném	01	Khá	40
7	Sân điền kinh	01	TB	40
8	Sân bóng rổ	01	Khá	30
9	Xà kép, xà lệch	06	Tốt	60
10	Đệm nhảy cao	06	Tốt	70
11	Hố nhảy xa	01	Khá	40
12	Nhà thi đấu đa năng	01	Tốt	40

Qua bảng 2 cho thấy: Cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ của nhà trường phục vụ cho công tác giảng dạy, học tập (nội khoa cũng như ngoại khoa) của trường trong những năm gần đây có sự phát triển mạnh, đây là một trong những thuận lợi lớn trong công tác GDTC và phong trào TDTT của nhà trường. Tuy nhiên việc khai thác, sử dụng các trang thiết bị tập luyện này nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường chưa tốt, thể hiện ở số người tham gia tập

luyện TDTT chưa nhiều, phong trào tập luyện TDTT vẫn mang tính tự phát.

2.3. Thực trạng động cơ, nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Hùng Vương

Nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng động cơ, nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Hùng Vương. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng động cơ, nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Hùng Vương (n=495)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Em có muốn tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa không?		
	Có	305	61.6
	Không	171	34.5

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

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
	Không ý kiến	19	3.84
2	Em tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa có thường xuyên không?		
	Thường xuyên (từ 3 buổi/tuần trở lên)	261	52.7
	Không thường xuyên (từ 1 đến 2 buổi/tuần)	182	36.8
	Thỉnh thoảng (1 tới 2 buổi/ tháng)	52	10.5
3	Động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của em là gì?		
	Do yêu thích TDTT	240	48.5
	Do nhận thức được tác dụng của TDTT tới sức khỏe	140	28.3
	Do bạn bè lôi kéo	82	16.6
	Do bắt buộc phải học môn thể dục	33	6.67
4	Em muốn tham gia tập luyện môn thể thao ngoại khóa gì?		
	Cầu lông	77	15.6
	Bóng đá	94	19
	Điền kinh	96	19.4
	Bóng chày	43	8.69
	Thể thao giải trí (khiêu vũ Esport...)	26	5.25
	Bóng bàn	52	10.5
	Thể dục	44	8.89
	Võ	28	5.66
	Các môn thể thao khác	35	7.07
5	Em có thích tham gia các câu lạc bộ thể thao không?		
	Có	281	56.8
	Không	214	43.2
6	Yếu tố nào ảnh hưởng tới nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa?		
	Không yêu thích môn thể thao nào	8	1.62
	Không có thời gian tập	134	27.1
	Không được sự ủng hộ của gia đình bạn bè	44	8.89
	Không đủ sân bãi dụng cụ tập luyện	104	21
	Không có giáo viên hướng dẫn	115	23.2
	Tăng cường sức khỏe	81	16.4
	Các nguyên nhân khác	9	1.82

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

Qua bảng 3 cho thấy:

Về nhu cầu tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa: Có 61.6% tổng sinh viên được hỏi có nhu cầu tham gia tập luyện; 34.5% sinh viên được hỏi không có nhu cầu tham gia tập luyện ngoại khóa và 3.84% số sinh viên được hỏi không nói rõ ý kiến của mình.

Về tần số tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa: Trong số 495 sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa có 52.7% sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa một cách thường xuyên (từ 3 buổi/tuần trở lên), 36.8% sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa không thường xuyên (từ 1 đến 2 buổi/tuần) và 10.5% số sinh viên thỉnh thoảng mới tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (1 đến 2 buổi/tháng).

Về động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa: Trong số 495 sinh viên có tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa có 48.5% sinh viên tập luyện do yêu thích TDTT và 28.3% sinh viên tập luyện TDTT do nhận thức được tác dụng của TDTT tới sức khỏe. Con số này giải thích vì sao số sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên lên tới trên 50% số sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa bởi 2 động cơ tập luyện trên là động cơ tập luyện đúng đắn và bền vững. Có 16.6% số sinh viên có động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa do bạn bè lôi kéo và 6.67% sinh viên tham gia tập luyện do bắt buộc phải học và phải thi qua môn thể dục.

Về các môn thể thao ngoại khóa được ưa thích: Trong số các môn thể thao nhà trường có thể tổ chức tập luyện ngoại khóa và có thể đáp ứng cơ sở vật chất tập luyện thì các môn bóng đá, điền kinh, cầu lông, bóng bàn, bóng chuyền và thể dục có tỷ lệ sinh viên yêu thích cao hơn cả.

Về việc thành lập câu lạc bộ thể thao: Có 43.2% trên tổng số sinh viên được hỏi không thích tham gia một câu lạc bộ thể thao nào đó. 56.8% số sinh viên thích tham gia các câu lạc bộ thể thao.

Về các yếu tố nào ảnh hưởng tới nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên: Các yếu tố có tầm ảnh hưởng nhiều nhất tới việc tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên là: không yêu thích môn thể thao nào; không có thời gian tập; không đủ sân bãi dụng cụ tập luyện; không có giáo viên hướng dẫn và không nhận thức được tầm quan trọng của tập luyện TDTT tới sức khỏe. Các nguyên nhân như: không được sự ủng hộ của gia đình bạn bè và các nguyên nhân khác chiếm tỷ lệ ít hơn.

2.4. Thực trạng thể lực của nam sinh viên trường Đại học Hùng Vương

Nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của nam sinh viên trường Đại học Hùng Vương năm học 2015 - 2016. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nam sinh viên không chuyên ngành GDTC Trường Đại học Hùng Vương (n = 200)

TT	Test	Kết quả kiểm tra	
		Khóa 13 $\bar{x} \pm \delta$	Khóa 12 $\bar{x} \pm \delta$
1	Lực bóp tay thuận (KG)	40.86±3.26	41.14±4.23
2	Bật xa tại chỗ (cm)	203.5±5.6	205.8±7.2
3	Chạy 30m XPC (s)	5.77±0.03	5.87±0.04
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	885.9±5.88	897.2±6.99

Qua bảng 4 cho thấy: Kết quả so sánh chuyên ngành GDTC trường Đại học Hùng Vương còn tương đối thấp. Vì thời điểm kiểm

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

tra vào đầu năm 2016 mà kết quả \bar{X} chỉ tương đương nhau ở tất cả các test.

Để đánh giá thực trạng thể lực sinh viên, chúng tôi đã căn cứ vào Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HSSV ban hành kèm theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo. Sinh viên được xếp loại thể lực theo 3 mức:

- Tốt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo

lứa tuổi có ba chỉ tiêu Tốt và một chỉ tiêu Đạt trở lên.

- Đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi từ mức Đạt trở lên.

- Chưa đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi có một chỉ tiêu dưới mức Đạt. Nghiên cứu đã tiến hành kiểm tra 100 sinh viên K12 và 100 sinh viên K13 của trường Đại học Hùng Vương. Kết quả đánh giá, xếp loại được trình bày tại bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng thể lực nam sinh viên không chuyên ngành GDTC Trường Đại học Hùng Vương (n = 200)

TT	Đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên	Khóa 13 (n=100)		Khóa 12 (n=100)	
		Số lượng	Tỉ lệ %	Số lượng	Tỉ lệ %
1	Tốt	49	49.0	51	51.0
2	Đạt	21	21.0	23	23.0
3	Chưa đạt	30	30.0	26	26.0

Qua bảng 5 cho thấy: Tỷ lệ thể lực giữa nam sinh viên K12 và nam sinh viên K13 không có sự chênh lệch đáng kể, trong khi ở nam tỷ lệ sinh viên K12 xếp loại thể lực đạt và tốt là 70.0% thì ở sinh viên K13 có 74.0%; sinh viên xếp loại thể lực chưa đạt ở nam sinh viên K12 là 30.0% thì ở sinh viên K13 có 26.0%. Như vậy cho thấy: Thể lực của nam sinh viên không chuyên ngành GDTC trường Đại học Hùng Vương còn tương đối thấp cần nghiên cứu tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa môn bóng chuyền nhằm nâng cao thể lực cho nam sinh viên năm thứ 2 không chuyên ngành GDTC trường ĐH Hùng Vương.

3. KẾT LUẬN

Thực trạng công tác GDTC của trường Đại học Hùng Vương còn một số hạn chế: Đội ngũ giảng viên TDTT của Trường Đại học Hùng Vương hiện nay tỷ lệ giảng viên/học sinh là 1/750 vượt quá quy định của Bộ giáo dục và

Đào tạo, điều này có nhiều ảnh hưởng đến chất lượng công tác GDTC; việc khai thác, sử dụng các trang thiết bị tập luyện này nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường chưa tốt, thể hiện ở số người tham gia tập luyện TDTT chưa nhiều, phong trào tập luyện TDTT vẫn mang tính tự phát. Sinh viên có nhu cầu và động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa cao, các môn thể thao ngoại khóa được ưa thích tập luyện ngoại khóa và có thể đáp ứng cơ sở vật chất tập luyện là các môn bóng đá, điền kinh, cầu lông, bóng bàn, bóng chuyền và thể dục. Đánh giá thực trạng thể lực của nam sinh viên trường Đại học Hùng Vương cho thấy: Thể lực của nam sinh viên không chuyên ngành GDTC trường Đại học Hùng Vương còn tương đối thấp cần nghiên cứu tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa môn bóng chuyền nhằm nâng cao thể lực cho nam sinh viên năm thứ 2 không chuyên ngành GDTC trường ĐH Hùng Vương.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. 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-BGDĐT ngày 18/9/2008)*.

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

2. Nguyễn Thị Hạnh (2009), *Nghiên cứu một số biện pháp phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa môn bóng chuyền nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường cao đẳng Thương Mại Đà Nẵng*, Luận văn thạc sỹ Giáo dục học, trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3. Đinh Văn Lãm và cộng sự (2002), *Giáo trình Bóng chuyền*, Trường Đại học TDTT, NXB TDTT, Hà Nội.

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

5. Mai Thị Bích Ngọc (2017), *Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karate-do cho học sinh THCS thành phố Hà Nội*.

6. WHO (2008), *Health and development through physical activity and sport*. (http://whqlibdoc.who.int/hq/2003/WHO_NMH_NPH_PAH_03.2.pdf).

Nguồn bài báo: Lưu Thị Như Quỳnh (2017), Bài báo trích từ kết quả đề tài cấp cơ sở tại trường Đại học Hùng Vương: “*Nghiên cứu tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa môn Bóng chuyền nhằm nâng cao thể lực cho nam sinh viên năm thứ 2 không chuyên ngành GDTC trường ĐH Hùng Vương*”.

Ngày nhận bài: 03/11/2025; Ngày đánh giá: 25/02/2026; Ngày duyệt đăng: 04/03/2026.



Ảnh: Sinh viên Trường Đại học Hùng Vương