# ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG QUÁ TRÌNH DẠY HỌC HỌC PHẦN SINH LÝ HỌC THỂ DỤC THỂ THAO TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

## ASSESSMENT OF THE TEACHING PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS PHYSIOLOGY AT HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

**ThS. Nguyễn Thị Thoa, TS. Đỗ Anh Tuấn**
**Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội**

**Tóm tắt:** Học phần Sinh lý học Thể dục thể thao là một học phần cơ sở quan trọng, thường quy trong chương trình đào tạo giáo viên Giáo dục thể chất. Bài báo trình bày kết quả khảo sát, phân tích thực trạng giảng dạy học phần tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội trên các khía cạnh: mục tiêu đào tạo, nội dung chương trình, đội ngũ giảng viên, phương pháp giảng dạy, cơ sở vật chất, đánh giá kết quả học tập và phản hồi từ người học. Kết quả nghiên cứu là cơ sở để cải tiến và nâng cao chất lượng giảng dạy học học phần trong bối cảnh đổi mới giáo dục và chuyển đổi số hiện nay.

**Từ khóa**: Sinh lý học thể dục thể thao, dạy học, thực trạng, đổi mới phương pháp giảng dạy.

**Abstract:** The Physical Education Physiology module is an important and compulsory core module in the Physical Education teacher training program. The paper presents the results of the survey and analysis of the current situation of the module at Hanoi University of Physical Education and Sports in the following aspects: training objectives, program content, teaching staff, teaching methods, facilities, evaluation of learning results and feedback from learners. The research results are the basis for improving the quality of teaching quality of the module in the context of education innovation and digital transformation today.

**Keywords**: Physiology of physical exercise and sports, teaching, current situation, innovation of teaching methods.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trước yêu cầu đổi mới giáo dục trong bối cảnh chuyển đổi số và Cách mạng công nghiệp 4.0, việc nâng cao chất lượng đào tạo ngành Giáo dục thể chất là nhiệm vụ cấp thiết. Trong đó, học phần Sinh lý học Thể dục thể thao có vai trò nền tảng, cung cấp cơ sở khoa học cho hoạt động giảng dạy, huấn luyện và chăm sóc sức khỏe vận động. Tuy nhiên, thực tiễn giảng dạy học phần này tại Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội còn tồn tại nhiều hạn chế: nội dung mang tính lý thuyết cao, phương pháp dạy học truyền thống còn phổ biến, mức độ ứng dụng CNTT chưa đồng đều, cơ sở vật chất và học liệu chưa đáp ứng yêu cầu. Việc đánh giá thực trạng dạy học học phần Sinh lý học TDTT là cần thiết nhằm chỉ ra những điểm mạnh, hạn chế, từ đó đề xuất các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy, tăng cường ứng dụng công nghệ và cải thiện điều kiện dạy học, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo trong giai đoạn hiện nay.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu "Đánh giá thực trạng quá trình dạy học học phần Sinh lý học TDTT tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội" được thực hiện tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội, trên sinh viên

chính quy và giảng viên, chuyên gia, nhà quản lý. Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: tổng hợp và phân tích tài liệu, điều tra phỏng vấn, quan sát sư phạm, phân tích thống kê. Sau khi nghiên cứu đề tài thu được các kết quả sau:

**2.1. Thực trạng về mục tiêu đào tạo và nội dung chương trình của học phần Sinh lý học TDTT trong chương trình đào tạo của nhà trường**

Mục tiêu đào tạo học phần Sinh lý học TDTT trong chương trình được xác định rõ ràng, phù hợp với yêu cầu của ngành và thực tiễn công tác huấn luyện, giảng dạy TDTT. Sinh viên sau khi học xong học phần này cần đạt được những kiến thức, kỹ năng cụ thể được tóm tắt như sau:

Học phần Sinh lý học TDTT trang bị kiến thức cơ bản về Sinh lý học TDTT: hoạt động chức năng của các cơ quan trong cơ thể ở điều kiện bình thường cũng như khi hoạt động thể chất ở các công suất, bài tập, trạng thái và đối tượng khác nhau. Hiểu rõ cơ sở cấu trúc và chức năng của cơ thể từ đó người học có thể phân tích, và giải thích được cơ sở sinh lý của quá trình hình thành kỹ năng vận động, cơ sở sinh lý của các tố chất vận động, cơ sở sinh lý của trình độ luyện tập. Từ các kiến thức và kỹ năng đạt được người học có thể vận dụng vào quá trình tập luyện, cải thiện hiệu suất tập luyện, đưa ra các chiến lược dinh dưỡng và phục hồi phù hợp, nhằm đạt được thành tích cao nhất.

Chuẩn đầu ra của học phần cũng phù hợp và đáp ứng được yêu cầu chuẩn đầu ra của chương trình đào tạo:

**Bảng 1. Ma trận tích hợp giữa chuẩn đầu ra học phần với chuẩn đầu ra chương trình đào tạo**

| CĐR Chương trình đào tạo | CĐR học phần | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | CĐR 1 | CĐR 2 | CĐR 3 | CĐR 4 | CĐR 5 |
| PLO 2 | 3 | | | | |
| PLO 4 | | 3 | | | |
| PLO 5 | | | 3 | | |
| PLO 11 | | | | 3 | |
| PLO 14 | | | | | 4 |
| PLO 15 | | | 4 | | |

CĐR 1: Hiểu và trình bày được hoạt động chức năng của các hệ cơ quan trong cơ thể trong điều kiện bình thường và khi vân động.

CĐR 2: Hiểu và phân tích được tác động của hoạt động thể dục thể thao đến cấu trúc và hoạt động chức năng của các hệ cơ cơ quan trong cơ thể; cũng như mối liên hệ thống nhất giữa các hệ cơ quan với hoạt động của toàn cơ thể và môi trường.

CĐR 3: Vận dụng các kiến thức sinh lý về hoạt động chức năng của các hệ cơ quan cơ thể để hình thành và phát triển các kỹ năng cơ bản trong học tập, đời sống, luyện tập và công tác huấn luyện.

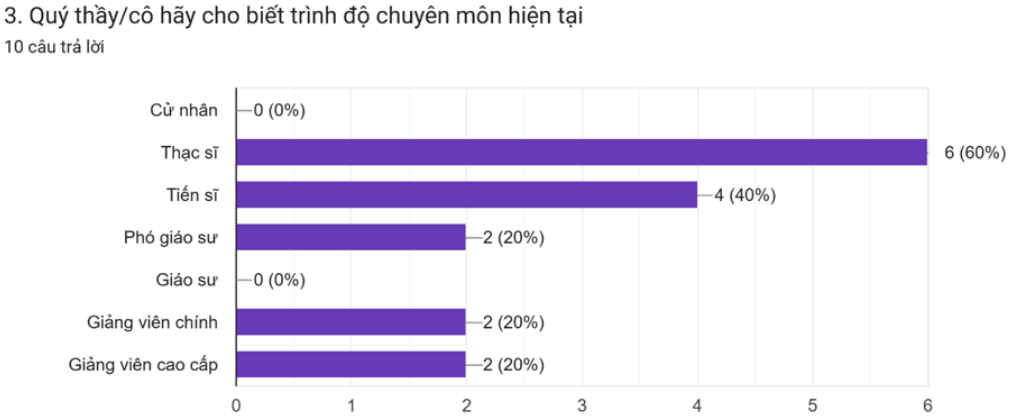
CĐR 4: Quan sát sư phạm và đánh giá được những quy luật biến đổi của hoạt động chức năng do ảnh hưởng của luyện tập TDTT, trong mối liên hệ thống nhất của toàn cơ thể và giữa cơ thể với môi trường

CĐR 5: Có năng lực tự chủ, thực hiện trách nhiệm với cộng đồng, có đạo đức nghề nghiệp, có khả năng tự học tập, tự nghiên cứu và phát triển các kiến thức chuyên sâu và các kiến thức liên quan.

Học phần Sinh lý học TDTT thuộc khối kiến thức cơ sở ngành, gồm các kiến thức về hoạt động chức năng của các hệ cơ quan trong cơ thể người. Các kiến thức này là cơ sở để sinh viên tiếp thu các kiến thức về Tâm lý học TDTT, Vệ sinh học TDTT, Y học TDTT, Dinh dưỡng trong TDTT …

**2.2. Thực trạng về đội ngũ giảng viên và chuyên gia trong lĩnh vực Sinh lý học TDTT của nhà trường**

Để đánh giá về đội ngũ giảng viên và chuyên gia trong lĩnh vực Sinh lý học TDTT của nhà trường chúng tôi đã tiến hành khảo sát và thu được các kết quả thể hiện qua biểu đồ dưới đây:




**Biểu đồ 1. Trình độ chuyên môn của đội ngũ giảng viên và chuyên gia trong lĩnh vực Sinh lý học TDTT**

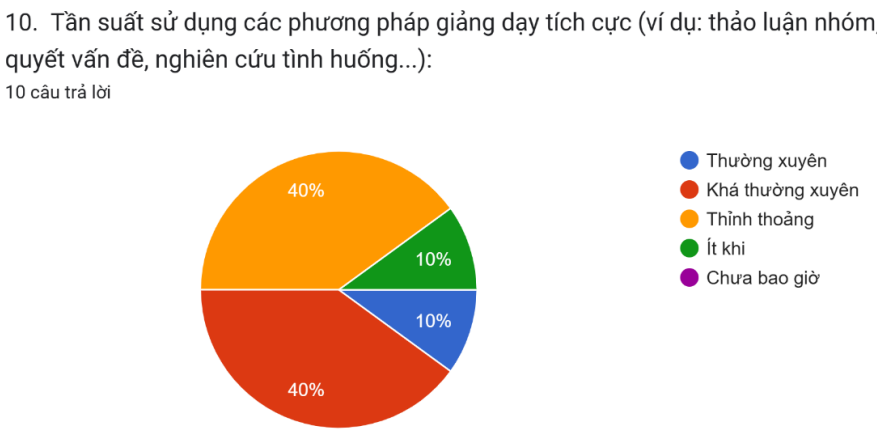
Kết quả khảo sát về trình độ chuyên môn của đội ngũ giảng viên và chuyên gia trong lĩnh vực Sinh lý học TDTT: Biểu đồ 2 thể hiện trình độ chuyên môn của đội ngũ. Số lượng giảng viên có trình độ thạc sĩ chiếm ưu thế chiếm 60%. Số lượng tiến sĩ là 40%. Trong 40% tiến sĩ có 2 giảng viên cao cấp có học hàm phó giáo sư, 2 giảng viên chính. Điều này cho thấy đội ngũ có nền tảng kiến thức chuyên môn vững chắc, khả năng nghiên cứu chuyên sâu. Đặc biệt các chuyên gia có mạng lưới chuyên môn rộng rãi, là nguồn lực quý giá để trao đổi kiến thức, học hỏi kinh nghiệm và mở ra các cơ hội hợp tác phát triển.

**2.3. Thực trạng về phương pháp giảng dạy học phần Sinh lý học TDTT của nhà trường**

Trong học phần Sinh lý học Thể dục thể thao, phương pháp giảng dạy chủ đạo hiện nay là giảng giải – thuyết trình kết hợp phân tích minh họa, phù hợp với các nội dung lý thuyết chuyên sâu. Bên cạnh đó, một số phương pháp dạy học tích cực như thảo luận nhóm, đặt câu hỏi gợi mở, tự học có hướng dẫn đã được áp dụng ở mức độ nhất định, chủ yếu ở các chương có tính ứng dụng thực tiễn như kỹ năng vận động, các trạng thái sinh lý khi vận động. Ứng dụng công nghệ thông tin (như Google Forms, học liệu số) đã bắt đầu được triển khai nhưng còn hạn chế, chưa tạo thành hệ thống tích hợp xuyên suốt quá trình dạy học.

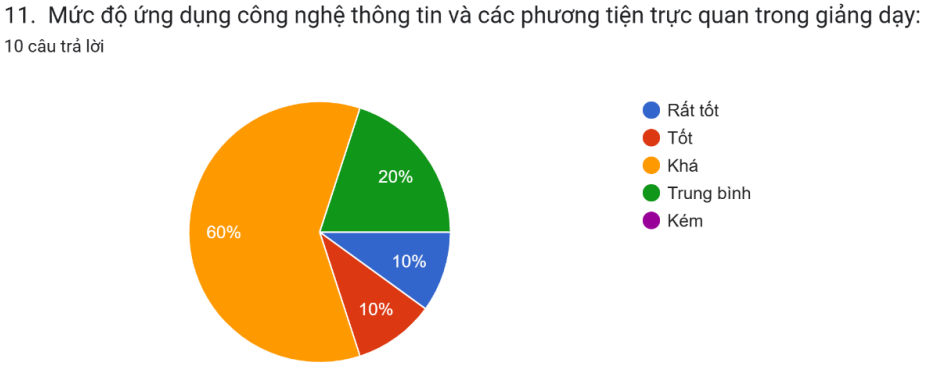
- Về tần suất sử dụng các phương pháp giảng dạy tích cực (thảo luận nhóm, thuyết trình, giải quyết vấn đề, nghiên cứu tình huống) có thể chưa đều đặn. Tăng cường các phương pháp này giúp sinh viên phát triển tư duy phản biện và giải quyết vấn đề thực tế. Thảo luận nhóm và nghiên cứu tình huống có thể thúc đẩy tương tác giảng viên – sinh viên, nâng cao chất lượng học tập. Cần đa dạng hóa

phương pháp để tăng tương tác và khả năng tiếp thu của sinh viên.




**Biểu đồ 2. Tần suất sử dụng các phương pháp giảng dạy tích cực trong học phần Sinh lý học TDTT**

- Về mức độ ứng dụng CNTT và phương tiện trực quan chưa đạt tối ưu: 60% ở mức khá, 20% trung bình, 10% tốt và 10% rất tốt. CNTT giúp sinh viên tiếp cận tài liệu dễ dàng, hỗ trợ giảng viên truyền đạt kiến thức sinh động. Đầu tư vào công nghệ và phương tiện trực quan sẽ cải thiện chất lượng dạy và học, đặc biệt là trong các môn học đòi hỏi sự hình dung rõ ràng như Sinh lý học TDTT.

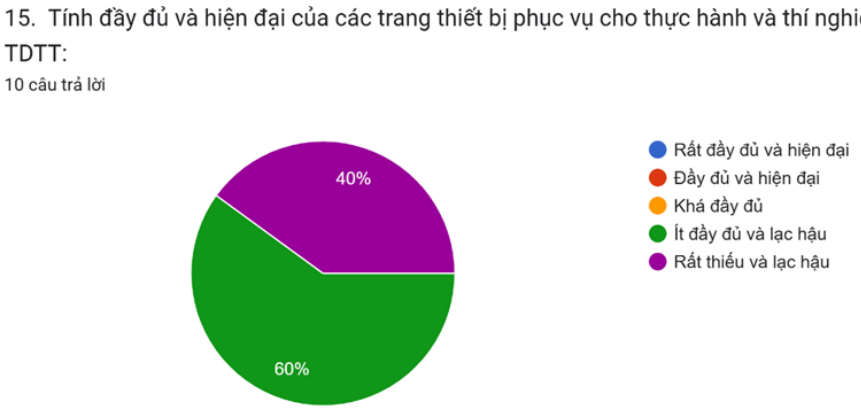



**Biểu đồ 3. Mức độ ứng dụng công nghệ thông tin và các phương tiện trực quan trong giảng dạy học phần Sinh lý học TDTT**

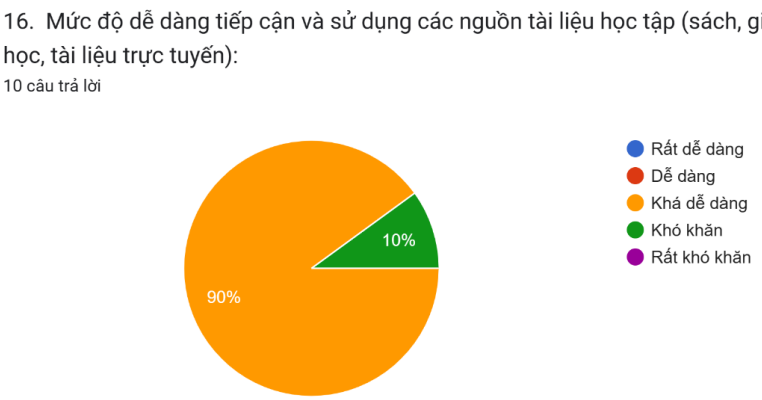
**2.4. Thực trạng về cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ quá trình dạy học Sinh lý học TDTT của nhà trường**

Để đánh giá về cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ quá trình dạy học Sinh lý học TDTT của nhà trường chúng tôi đã tiến hành khảo sát và thu được các kết quả dưới đây:

- Kết quả khảo sát về mức độ đáp ứng của cơ sở vật chất (phòng học, phòng thí nghiệm, thiết bị hỗ trợ giảng dạy) cho việc dạy và học học phần Sinh lý học TDTT chỉ ra rõ mức độ đáp ứng hiện tại đang ở mức chưa cao hoặc chưa đồng đều, gây ảnh hưởng đến hiệu quả dạy học. Học phần vẫn được giảng dạy ở phòng học truyền thống, thiếu thiết kế linh hoạt, chưa phù hợp với đặc thù thực hành và minh họa trong môn Sinh lý học TDTT.




**Biểu đồ 4. Tính đầy đủ và hiện đại của các trang thiết bị phục vụ cho thực hành và thí nghiệm Sinh lý học TDTT**




**Biểu đồ 5. Mức độ dễ dàng tiếp cận và sử dụng các nguồn tài liệu học tập (sách, giáo trình, tạp chí khoa học, tài liệu trực tuyến)**

- Về mức độ dễ dàng tiếp cận và sử dụng tài liệu học tập: 90% cho rằng khá dễ dàng, do đây là các nguồn học liệu mở. Tuy nhiên, thực tế nhà trường vẫn tồn tại tình trạng sinh viên không tiếp cận đủ và kịp thời giáo trình. Thư viện chưa cập nhật đầy đủ tài liệu nghiên cứu cho sinh viên và giảng viên. Giảng viên đã tích cực gửi tài liệu và hướng dẫn sinh viên tìm tài nguyên mở, nhưng hiệu quả chưa cao do yếu tố khách quan và chủ quan.

**2.5. Thực trạng về đánh giá kết quả học tập của học phần Sinh lý học TDTT của nhà trường**

Kết quả khảo sát về đánh giá kết quả học tập của học phần Sinh lý học TDTT trong năm học 2024-2025 gần nhất được thể hiện qua bảng 2. Kết quả này cho thấy tỷ lệ sinh viên đạt yêu cầu ở mức cao (89,9% – 96,6%), phản ánh sự ổn định trong tổ chức dạy và học. Tuy nhiên, tỷ lệ sinh viên đạt điểm xuất sắc (A+) rất thấp, chủ yếu tập trung ở nhóm điểm trung bình – khá, cho thấy mức độ phân hóa chưa rõ rệt và năng lực vận dụng kiến thức chuyên sâu còn hạn chế. Đặc biệt, lớp K2 HLTT có tỷ lệ điểm D và không đạt khá cao, cần được quan tâm, hỗ trợ kịp thời. Trong khi đó, các lớp hệ VLVH có kết quả khá tích cực dù điều kiện học tập không thuận lợi.

**Bảng 2. Kết quả đánh giá – phân loại học tập học phần Sinh lý học TDTT năm học 2024-2025**

| Học phần | Khóa | Số SV dự thi | Tỷ lệ Đạt (%) | A+ (9.0–10) | A,B+ (8.0–8.9) | B,C+ (6.5–7.9) | C,D+ (5.4–6.4) | D (4.0–4.9) | Không đạt (%) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sinh lý TDTT | K57 GDTC | 153 | 94.1 | 0.7 | 12.4 | 34.2 | 38.5 | 9.2 | 5.9 |
| Sinh lý TDTT | K2 HLTT | 148 | 89.9 | 0.7 | 1.4 | 6.3 | 42.6 | 38.5 | 10.1 |
| Sinh lý TDTT | K1 VLVH HLTT | 29 | 96.6 | 0.0 | 0.0 | 24.1 | 48.3 | | |

- Về các hình thức đánh giá (kiểm tra thường xuyên, giữa kỳ, cuối kỳ, bài tập nhóm, thuyết trình) được đánh giá là phù hợp với mục tiêu đánh giá năng lực sinh viên. Tuy nhiên, có thể còn thiên lệch về thi viết, ít chú trọng đánh giá tiến trình hoặc tình huống ứng dụng thực tế.

**Biểu đồ 6. Mức độ phù hợp của các hình thức đánh giá với mục tiêu đánh giá năng lực của sinh viên trong học phần Sinh lý học TDTT**

- Về tính khách quan và công bằng trong đánh giá: phần lớn đánh giá là khách quan và công bằng, nhưng 10% kết quả khảo sát cho thấy vẫn còn băn khoăn. Nguyên nhân có thể là tiêu chí đánh giá không rõ ràng, cảm tính trong chấm điểm, thiếu minh bạch trong phản hồi, hoặc tình trạng gian lận trong thi cử. Tỷ trọng đánh giá quá trình còn thấp cũng là một yếu tố khiến kết quả chưa phản ánh đúng năng lực sinh viên.

**Biểu đồ 7. Tính khách quan và công bằng trong quá trình đánh giá kết quả**

học tập học phần Sinh lý học TDTT

- Mức độ phản hồi từ giảng viên về kết quả học tập được đánh giá là hữu ích (30% rất hữu ích, 40% hữu ích, 20% khá hữu ích). Phản hồi kịp thời, chất lượng giúp cải thiện đáng kể chất lượng học tập, giúp sinh viên điều chỉnh linh hoạt để đạt kết quả mong đợi.

**Biểu đồ 8. Mức độ phản hồi từ giảng viên về kết quả học tập giúp sinh viên cải thiện**

**2.6. Kết quả khảo sát ý kiến người học về công tác giảng dạy của giảng viên trong học phần Sinh lý học TDTT của nhà trường**

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội thường xuyên lấy ý kiến phản hồi của sinh viên về hoạt động giảng dạy của giảng viên nhằm nâng cao chất lượng. Đánh giá dựa trên 6 tiêu chí: Công tác chuẩn bị, nội dung & phương pháp giảng dạy; Học liệu & thời gian giảng dạy; Trách nhiệm & nhiệt tình; Khuyến khích sáng tạo & tư duy độc lập; Sự công bằng trong kiểm tra đánh giá; Tác phong sư phạm. Các tiêu chí được lượng hóa với 5 mức độ: Rất tốt, Tốt, Khá, Yếu, Kém.

- Kết quả khảo sát gần đây cho thấy hoạt động giảng dạy của các giảng viên được sinh viên đánh giá cao, với điểm trung bình đạt mức "Rất tốt" cho cả hai giảng viên được khảo sát (Nguyễn Phương Linh: 4.76; Trần Đình Tường: 4.58).

| TT | Họ và tên GV | Số lượt SV đánh giá | C1 | C2 | C3 | C4 | C5 | C6 | C7 | C8 | C9 | C10 | C11 | C12 | C13 | C14 | ĐTB | Xếp loại |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Nguyễn Phương Linh | 89 | 4.64 | 4.66 | 4.70 | 4.78 | 4.75 | 4.78 | 4.79 | 4.79 | 4.80 | 4.81 | 4.76 | 4.81 | 4.81 | 4.84 | 4.76 | Rất tốt |
| 2 | Trần Đình Tường | 159 | 4.47 | 4.48 | 4.48 | 4.57 | 4.58 | 4.59 | 4.55 | 4.55 | 4.62 | 4.65 | 4.60 | 4.64 | 4.73 | 4.74 | 4.58 | Rất tốt |

## 3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã làm rõ thực trạng giảng dạy học phần Sinh lý học Thể dục thể thao tại Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội trên các mặt: mục tiêu, nội dung chương trình, đội ngũ giảng viên, phương pháp dạy học, cơ sở vật chất, đánh giá kết quả và phản hồi người học. Kết quả cho thấy nội dung học phần được xây dựng phù hợp với kiến thức chuyên ngành, đảm bảo tính khoa học và sát với thực tiễn giảng dạy – huấn luyện thể thao. Giảng viên có kinh nghiệm, nhưng còn hạn chế trong đổi mới phương pháp, ứng dụng công nghệ, tổ chức thực hành và phản hồi học tập. Bài báo đề xuất cần tăng cường phương pháp giảng dạy tích cực, đầu tư trang thiết bị, cập nhật học liệu và nâng cao năng lực số cho giảng viên. Đây là các giải pháp trọng tâm nhằm nâng cao hiệu quả dạy học, đáp ứng yêu cầu đào tạo giáo viên thể chất trong bối cảnh hiện đại.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ chính trị (2024), Nghị quyết số 57-NQ/TW ngày 22/12/2024 của Bộ Chính trị về đột phá phát triển khoa học, công nghệ, đổi mới sáng tạo và chuyển đổi số quốc gia.

2. Thủ tướng Chính phủ (2021), Quyết định số 2222/QĐ-TTg ngày 30/12/2021 phê duyệt chương trình chuyển đổi số trong giáo dục nghề nghiệp đến năm 2025, định hướng đến năm 2030.

3. Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (2022), Quyết định số 397/QĐ-ĐHSPTDTTHN ngày 08/7/2022 về việc Ban hành chuẩn đầu ra chương trình đào tạo trình độ đại học ngành Giáo dục thể chất của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

4. Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (2023), BC-ĐBCL-TT&PC ngày 08/7/2022, Báo cáo kết quả khảo sát lấy ý kiến phản hồi của người học về hoạt động giảng dạy của giảng viên học kỳ II năm học 2022 – 2023.

5. Phạm Thị Thiệu, Trần Thị Hạnh Dung, Quách văn Tỉnh (2013), Sinh lý học Thể dục thể thao, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.

**Nguồn bài báo:** Nguyễn Thị Thoa (2025), *Bài báo trích từ đề tài nghiên cứu cấp cơ sở: "Ứng dụng Google Forms nhằm nâng cao chất lượng dạy học học phần Sinh lý học thể dục thể thao tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội".*

Ngày nhận bài: 07/8/2025; Ngày đánh giá: 10/9/2025; Ngày duyệt đăng: 19/9/2025.