

QUẢN LÝ DẠY HỌC THỰC HÀNH Ở TRUNG TÂM GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG VÀ AN NINH TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI THEO HƯỚNG HÌNH THÀNH TÍNH KỶ LUẬT CHO SINH VIÊN

MANAGING PRACTICAL TEACHING AT THE CENTER FOR NATIONAL DEFENSE AND SECURITY IN HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS PEDAGOGY TOWARDS FORMING DISCIPLINE FOR STUDENTS

ThS. Lý Hoài Nam

Trung tâm GDQP&AN, Trường ĐHSPTDTT Hà Nội

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục quốc phòng và an ninh (GDQP&AN) cho sinh viên ở các trung tâm GDQP&AN là nhiệm vụ quan trọng, có ý nghĩa chiến lược nhằm góp phần xây dựng nền quốc phòng toàn dân vững mạnh, bảo vệ vững chắc Tổ quốc Việt Nam, thông qua đó góp phần xây dựng, hình thành những phẩm chất, nhân cách của con người mới xã hội chủ nghĩa. Chỉ thị 12/CT/TW của Bộ Chính trị ngày 03 tháng 5 năm 2007 về *Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác GDQP-AN trong tình hình mới* đã chỉ rõ: "Phải tăng cường công tác GDQP&AN cho toàn dân, trước hết là đối với cán bộ các cấp, các ngành của Đảng và Nhà nước và thế hệ trẻ học sinh, sinh viên". Nội dung GDQP&AN cho sinh viên rất phong phú, đa dạng, trong đó một trong những đặc trưng nổi bật đó là hoạt động dạy học thực hành GDQP&AN. Cùng với hoạt động giảng dạy lý thuyết, hoạt động dạy học thực hành GDQP&AN có ý nghĩa quan trọng nhằm giúp sinh viên thực hiện các động tác về kỹ thuật, chiến thuật có thể vận dụng khi có các tình huống quốc phòng xảy ra.

Cùng với công tác GDQP&AN, việc hình thành tính kỷ luật (HTTKL) của sinh viên là xuất phát từ yêu cầu của mục tiêu GDQP&AN đã được Đảng, Nhà nước xác định, góp phần đào tạo toàn diện, cả phẩm chất, năng lực. Nghị định số 116/NĐ-CP của Thủ tướng chính phủ về giáo dục quốc phòng-

an ninh ngày 01/05/2007 xác định: "Giáo dục quốc phòng- an ninh nhằm góp phần đào tạo con người phát triển toàn diện có đạo đức, có sức khỏe và kiến thức quốc phòng, kỹ năng quân sự cần thiết để tham gia vào xây dựng nền quốc phòng toàn dân, bảo vệ vững chắc Việt Nam xã hội chủ nghĩa". Như vậy, GDQP&AN cho học sinh, sinh viên là chủ trương lớn của Đảng, Nhà nước, vấn đề có ý nghĩa quan trọng trong chiến lược đào tạo con người mới XHCN. Do vậy, sinh viên không chỉ cần có kiến thức chuyên môn, mà quan tâm làm tốt công tác GDQP&AN, nhằm trang bị kiến thức quốc phòng, bảo vệ Tổ quốc, đồng thời HTTKL cho sinh viên.

Nhận thức rõ vấn đề này, trong những năm qua, Trung tâm GDQP&AN Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội (ĐHSPTDTTTHN) đã thường xuyên quan tâm lãnh đạo, chỉ đạo việc quán triệt, giáo dục nâng cao nhận thức trách nhiệm, nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên GDQP&AN, tăng cường đầu tư cơ sở vật chất, thao trường, bãi tập, đổi mới nội dung chương trình và phương pháp dạy học theo hướng HTTKL cho sinh viên. Chính vì vậy, kết quả dạy học thực hành GDQP&AN cho sinh viên của Trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTTHN đã thu được những kết quả tốt, đồng thời thông qua đó HTTKL của sinh viên. Nhiều sinh viên ra trường tham gia hoạt động ở nhiều lĩnh vực, trên các vùng, miền của Tổ quốc đã có những

đóng góp tích cực vào sự nghiệp củng cố QP-AN, bảo vệ Tổ quốc.

2. NỘI DUNG QUẢN LÝ DẠY HỌC THỰC HÀNH Ở TRUNG TÂM GDQP&AN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI THEO HƯỚNG HÌNH THÀNH TÍNH KỸ LUẬT CHO SINH VIÊN

2.1. Quản lý mục tiêu, chương trình dạy học thực hành theo hướng hình thành tính kỹ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Quản lý mục tiêu, chương trình dạy học thực hành theo hướng HTTKL cho sinh viên nhằm bảo đảm mục tiêu, chương trình dạy học thực hành ở Trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN được thực hiện theo kế hoạch xác định; đó là pháp lệnh của Nhà nước do Bộ Giáo dục & Đào tạo ban hành. Yêu cầu đối với Trung tâm GDQP&AN là phải nắm vững chương trình, tổ chức cho giáo viên tuân thủ một cách nghiêm túc, không được tùy tiện thay đổi, thêm bớt làm sai lệch chương trình dạy học (nếu có thay đổi, bổ sung phải theo hướng dẫn của Bộ Giáo dục & Đào tạo).

Quản lý mục tiêu, chương trình dạy học thực hành theo hướng HTTKL cho sinh viên ở trung tâm GDQP&AN tập trung vào:

- Bảo đảm dạy học được tiến hành hướng đến hình thành kỹ năng, kỹ xảo thực hành các môn GDQP&AN với phẩm chất tuân thủ kỷ luật quân sự

- Chỉ đạo cụ thể, chi tiết hóa mục tiêu, chương trình dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

- Yêu cầu cán bộ quản lý, giảng viên nắm vững mục tiêu, chương trình, nội dung dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

- Yêu cầu giảng viên lập kế hoạch dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của học kì, năm học và kiểm tra phê duyệt.

- Theo dõi việc thực hiện chương trình hàng tuần, hàng tháng của giảng viên.

- Thực hiện nhiều hình thức thanh tra, kiểm tra (thông qua sổ đầu bài, dự giờ, phiếu báo giảng, sổ dự giờ, lịch kiểm tra học tập) bảo đảm không bị cắt xén, dồn ép bài học, dạy học thực hành GDQP&AN.

Để việc quản lý thực hiện mục tiêu, chương trình dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL đạt kết quả, đảm bảo thời gian cho việc thực hiện chương trình dạy học, cần phải chú ý sử dụng kế hoạch giảng dạy của từng khóa như là công cụ để theo dõi, điều khiển và kiểm soát tiến độ thực hiện mục tiêu, chương trình dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL, để kịp thời có những chỉ đạo điều chỉnh hiệu quả.

2.2. Quản lý soạn bài và chuẩn bị lên lớp dạy học thực hành theo hướng hình thành tính kỹ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Soạn bài là khâu quan trọng nhất trong việc chuẩn bị của giáo viên cho giờ lên lớp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL, tuy nó chưa dự kiến hết các tình huống trong quá trình lên lớp nhưng soạn bài thực sự là lao động sáng tạo của từng giáo viên, nó thể hiện sự suy nghĩ, lựa chọn, quyết định của giáo viên về nội dung, phương pháp giảng dạy, hình thức lên lớp phù hợp với đối tượng học sinh và đúng với yêu cầu của chương trình. Quản lý việc soạn bài và chuẩn bị lên lớp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL phải đảm bảo những yêu cầu cần thiết đó là:

- Đề ra những quy định cụ thể về việc soạn bài và chuẩn bị tiết dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

- Bồi dưỡng năng lực soạn bài và chuẩn bị lên lớp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

- Chỉ đạo soạn bài đảm bảo tính tư tưởng, tính giáo dục của dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

- Chỉ đạo soạn bài phải đúng quy chế, soạn bài chu đáo trước khi lên lớp, chống việc soạn bài để đối phó với kiểm tra.

- Chỉ đạo không rập khuôn máy móc, đảm bảo và khuyến khích tính tích cực, tự giác và sáng tạo của giáo viên.

- Kết hợp nhiều hình thức kiểm tra giáo án của giảng viên đảm bảo dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Để soạn bài chuẩn bị lên lớp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của giáo viên có thể thực hiện theo một kế hoạch đồng bộ và có hiệu quả, trung tâm GDQP&AN cần phải phân công trách nhiệm cụ thể cho cán bộ giáo viên trong Trung tâm, tạo mọi điều kiện để họ thực hiện tốt việc soạn bài và chuẩn bị lên lớp, có kế hoạch thường xuyên kiểm tra, theo dõi để khuyến khích kịp thời, đồng thời điều chỉnh những sai lệch nhằm thực hiện đúng những quy định đề ra.

2.3. Quản lý đổi mới phương pháp dạy học thực hành theo hướng hình thành tính kỷ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Đổi mới phương pháp dạy học thực hành theo hướng HTTKL tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN là yêu cầu cấp thiết, quan trọng đối với việc nâng cao chất lượng môn học. Đặc biệt, đây lại là môn học mang tính đặc thù cao, nếu giáo viên, giảng viên không có phương pháp giảng dạy phù hợp, linh hoạt dễ dẫn tới sự “khô cứng”, nhàm chán. Tuy nhiên, việc đổi mới phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL phải dựa trên cơ sở bảo đảm đủ nội dung, chương trình, thời gian học tập và phải lấy chất lượng, hiệu quả dạy - học là mục tiêu hàng đầu. Chính vì vậy trong quá trình quản lý đổi mới phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL phải có những biện pháp tác động cụ thể, phong phú và linh hoạt để nâng cao chất lượng giờ lên lớp của giáo viên.

Quản lý đổi mới phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của giáo viên tập trung vào các nội dung:

Nâng cao nhận thức về nhiệm vụ đổi mới phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Xây dựng tiêu chí cụ thể về đánh giá phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Bồi dưỡng nâng cao năng lực phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL cho giáo viên.

Bồi dưỡng kỹ năng sử dụng phương tiện, kỹ thuật trong dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Thường xuyên theo dõi đánh giá giờ dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của giáo viên.

Tổ chức thao giảng về đổi mới phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Tổ chức đối thoại với học sinh, sinh viên về phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Tổ chức các bộ môn dự giờ, rút kinh nghiệm, đánh giá phương pháp dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL sau dự giờ.

Sử dụng kết quả trong đánh giá dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL, xếp loại thi đua của giáo viên.

Để đảm bảo được những yêu cầu quản lý giờ dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL, Trung tâm cần quy định rõ chế độ thực hiện và kiểm tra, kế hoạch giảng dạy, kiểm soát các giờ lên lớp, duy trì nề nếp dạy học, điều khiển nhịp điệu dạy học và tạo nên bầu không khí sư phạm trong Trung tâm.

2.4. Quản lý hoạt động học tập thực hành theo hướng hình thành tính kỷ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Quản lý học tập thực hành theo hướng HTTKL của sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN là một trong những nội dung trong công tác quản lý, giữ một vị trí vai trò quan trọng và mang tính đặc thù riêng đối với sinh viên học tập thực

hành GDQP&AN theo hướng HTTKL; đồng thời nó cũng đáp ứng với khoa học giáo dục ngày nay đó là đề nâng cao chất lượng học tập của người học, người dạy phải chuyển từ dạy học sang dạy tự học. Nội dung của công tác quản lý học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL đối với sinh viên được thể hiện từ việc quản lý tốt về thời gian lên xuống lớp, quá trình học tập cũng như tự học, tự nghiên cứu của sinh viên và học viên trong từng môn học, có kiểm tra đánh giá, rút kinh nghiệm đối với từng sinh viên và học viên trong quá trình học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL, tập trung vào những nội dung cơ bản:

Giáo dục ý thức động cơ và thái độ học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Bồi dưỡng phương pháp học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL cho sinh viên.

Xây dựng những quy định cụ thể về học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Xây dựng quy định về tự học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của sinh viên.

Chỉ đạo giáo viên chủ nhiệm giám sát nề nếp học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của sinh viên

Tổ chức trực ban theo dõi việc thực hiện ra vào lớp của sinh viên.

Kết hợp với đoàn TNCS, quản lý học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL của sinh viên.

2.5. Quản lý cơ sở vật chất, vũ khí trang thiết bị, phương tiện dạy học thực hành trên lớp theo hướng hình thành tính kỷ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Một trong những nội dung quản lý dạy học thực hành theo hướng HTTKL viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN là phải thực hiện quản lý cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành. Bởi lẽ, để HTTKL của sinh

viên trong quá trình dạy học thực hành GDQP&AN thì không chỉ yếu tố con người, mà còn bao gồm cả yếu tố cơ sở vật chất. Nghĩa là, cơ sở vật chất, thiết bị dạy học phải bảo đảm tốt, từ thao trường, bãi tập, vũ khí, quần áo.... phải đảm bảo chất lượng tốt. Nhất là thiết bị dạy học môn GDQP&AN có tính đặc thù riêng, do đó việc mua sắm trang thiết bị phục vụ dạy học cũng có những khó khăn nhất định, từ đó đòi hỏi Ban Chủ nhiệm khoa cần có sự chỉ đạo các bộ phận trong công tác bảo quản, cấp phát, sử dụng vật chất với hiệu quả cao nhất góp phần nâng cao hiệu quả chất lượng các giờ giảng, tạo điều kiện dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL.

Nội dung quản lý cơ sở vật chất, kỹ thuật phục vụ dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN bao gồm:

Thực hiện rà soát cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành theo quy định.

Xây dựng kế hoạch mua sắm, bảo quản, giữ gìn, sử dụng cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành

Xây dựng nội quy sử dụng cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành.

Bồi dưỡng cho CBQL, giảng viên trong việc nâng cao khả năng sử dụng cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành.

Xây dựng kế hoạch trang bị và sử dụng cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành.

Khen thưởng, động viên giảng viên sử dụng cơ sở vật chất, thiết bị, phương tiện phục vụ dạy học thực hành

2.6. Kiểm tra, đánh giá kết quả dạy học thực hành trên lớp theo hướng hình thành tính kỷ luật cho sinh viên tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN

Đây là hoạt động rất cần thiết trong công tác quản lý nói chung và công tác quản lý dạy học thực hành theo hướng HTTKL tại trung

tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN nói riêng, công tác kiểm tra dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL diễn ra được thể hiện ở cả việc kiểm tra giảng dạy của giáo viên và kiểm tra đánh giá kết quả học tập của sinh viên, học viên. Là hoạt động mang tính chất chỉ đạo, lãnh đạo của Ban Chủ nhiệm khoa trong việc chỉ đạo các bộ phận chuyên môn, cũng như các tổ bộ môn giảng dạy thực hiện nghiêm túc quy chế đánh giá kết quả dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL đối với mọi đối tượng cả người dạy và người học tại trường theo quy chế của Bộ GD&ĐT. Bảo đảm quá trình đánh giá khách quan, chính xác, kịp thời, phản ánh đúng kết quả dạy và học tại trường. Trên cơ sở đó có sự nghiên cứu, rút kinh nghiệm kịp thời trong quá trình dạy và học để có biện pháp chỉ đạo các bộ phận chuyên môn cũng như từng tổ bộ môn thực hiện việc dạy và học đạt được chất lượng và hiệu quả cao nhất.

Nội dung kiểm tra, đánh giá dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN tập trung:

Xây dựng tiêu chí, bộ đề thi kiểm tra, đánh giá dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN

Chỉ đạo thực hiện nghiêm quy chế kiểm tra, đánh giá dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN.

Xây dựng kế hoạch đổi mới hình thức kiểm tra, đánh giá dạy học thực hành

GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN.

Tổ chức giám sát thi, kiểm tra dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN.

Phân tích kết quả học tập thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL ở trung tâm GDQP&AN của sinh viên.

3. KẾT LUẬN

Như vậy, để quản lý hoạt động dạy học thực hành theo hướng HTTKL tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN có chất lượng và hiệu quả cũng như đạt được mục đích, yêu cầu đặt ra của môn học đòi hỏi các chủ thể quản lý cần có sự chỉ đạo chặt chẽ các bộ phận trong trường cũng như sự phối hợp của các bộ phận cơ quan, đơn vị trong Nhà trường và các đơn vị bạn, để cho hoạt động dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL tại trung tâm GDQP&AN Trường ĐHSPTDTTHN diễn ra đồng bộ, đúng kế hoạch với chất lượng và hiệu quả cao nhất. Các nội dung quản lý dạy học thực hành GDQP&AN theo hướng HTTKL có quan hệ chặt chẽ và thống nhất biện chứng với nhau, chính vì vậy quá trình quản lý phải tiến hành một cách đồng bộ, thống nhất trên tất cả các mặt nhằm từng bước nâng cao chất lượng dạy và học của khoa, cũng như là chất lượng giáo dục và đào tạo chung của Nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Chính trị (2007), *Chỉ thị 12/CT/TW của Bộ Chính trị ngày 03 tháng 5 năm 2007 về “Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác GDQP-AN trong tình hình mới”*.
2. Bộ Giáo dục và đào tạo (2017), *Thông tư Số: 03/2017/TT- -BGDDT ngày 13 tháng 01 năm 2017 về Ban hành Chương trình giáo dục quốc phòng và an ninh trong trường trung cấp sư phạm, cao đẳng sư phạm và cơ sở giáo dục đại học*.
3. Bộ Quốc phòng (2002), *Điều lệnh quản lý bộ đội Quân đội nhân dân Việt Nam*. Nxb Quân đội nhân dân, Hà Nội
4. Trung tâm Giáo dục quốc phòng và an ninh Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội (2019), *Báo cáo tổng kết công tác giáo dục và đào tạo năm học 2018 – 2019*, Hà Nội.

Ngày nhận bài: 11/03/2024; Ngày đánh giá: 20/04/2024; Ngày duyệt đăng: 06/12/2024

NGHIÊN CỨU MỞ RỘNG HÀNH VI DỰ ĐỊNH BẰNG TÍCH HỢP YẾU TỐ ĐỒNG CẢM NHẪM THU HÚT KHÁN GIẢ QUAN TÂM ĐẾN THỂ THAO NGƯỜI KHUYẾT TẬT TẠI VIỆT NAM

EXPANDING THE THEORY OF PLANNED BEHAVIOR BY INTEGRATING EMPATHY FACTORS TO ATTRACT AUDIENCES' INTEREST IN DISABILITY SPORTS IN VIETNAM

Nguyễn Ngọc Khánh Vân, Nguyễn Minh Quân, Trần Thị Thanh Thùy
Trường Đại học FPT

Tóm tắt: Nghiên cứu này xem xét các yếu tố ảnh hưởng đến sự quan tâm của khán giả đối với thể thao người khuyết tật tại Việt Nam, sử dụng mô hình Lý thuyết Hành vi Dự định mở rộng có tích hợp yếu tố đồng cảm. Phân tích dữ liệu từ người tham gia khảo sát thông qua PLS-SEM cho thấy chuẩn mực chủ quan, nhận thức kiểm soát hành vi, và sự đồng cảm có ảnh hưởng đáng kể đến ý định tham gia của khán giả, trong đó thái độ đóng vai trò trung gian cho tác động của sự đồng cảm. Kết quả nghiên cứu cung cấp những hiểu biết cho các bên liên quan trong thể thao người khuyết tật nhằm tăng cường sự tham gia thông qua ảnh hưởng xã hội, cải thiện khả năng tiếp cận, và xây dựng kết nối cảm xúc với vận động viên khuyết tật, góp phần tạo nên môi trường thể thao người khuyết tật toàn diện hơn tại Việt Nam.

Từ khóa: Hành vi Dự định; tích hợp yếu tố đồng cảm; thu hút khán giả quan tâm đến thể thao người khuyết tật tại Việt Nam

Abstract: This study examines the factors influencing audience interest in disability sports in Vietnam, using an Extended Theory of Planned Behavior model that integrates empathy. Data analysis from survey participants through PLS-SEM shows that subjective norms, perceived behavioral control, and empathy significantly affect audience participation intentions, with attitude serving as a mediating role for the impact of empathy. The research findings provide insights for stakeholders in disability sports to enhance participation through social influence, improve accessibility, and build emotional connections with disabled athletes, contributing to a more inclusive disability sports environment in Vietnam.

Keywords: Intended behavior; integrating empathy factors; attracting the audience's interest in disability sports in Vietnam.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Parasport hay còn được gọi là thể thao dành cho người khuyết tật, đã và đang nhận được sự quan tâm ngày càng tăng trên toàn cầu trong những năm gần đây. Tại Việt Nam, thể thao người khuyết tật đã có những bước tiến đáng kể trong thập kỷ qua, với việc quốc gia tham gia Paralympic Games từ năm 2000 và giành được 6 huy chương, trong đó có 1 huy chương vàng của VĐV Cử tạ Lê Văn Công (International Paralympic Committee, 2024). Chính phủ Việt Nam đã thực hiện nhiều chính sách để thúc đẩy sự tham gia và hòa nhập trong thể thao người khuyết tật. Tuy nhiên,

vẫn còn những thách thức về cơ sở hạ tầng, tài trợ và nhận thức của công chúng (Hội bảo trợ người khuyết tật và trẻ mồ côi Việt Nam, 2019).

Sự quan tâm của khán giả đóng vai trò quan trọng trong phát triển và duy trì thể thao người khuyết tật. Điều này có thể dẫn đến sự gia tăng về mức độ tham gia, đầu tư, hòa nhập xã hội và tạo động lực cho vận động viên (Cherney, 2013). Tại Việt Nam, việc thu hút sự quan tâm của khán giả đặc biệt quan trọng do vị thế mới nổi của quốc gia trong thể thao người khuyết tật toàn cầu. Sự tham gia của công chúng có thể nâng cao nhận thức về các

vấn đề khuyết tật, thúc đẩy hòa nhập xã hội, truyền cảm hứng cho các vận động viên tương lai, và thu hút tài trợ cũng như sự quan tâm của truyền thông (Ayomide Gbadamosi, 2024). Tuy nhiên, thể thao người khuyết tật thường gặp khó khăn trong việc thu hút sự quan tâm của khán giả như thể thao thông thường (Paradis, 2017a).

Mặc dù chính phủ đã nỗ lực, việc thiếu sự quan tâm của khán giả đối với thể thao người khuyết tật tại Việt Nam vẫn là một vấn đề lớn, cản trở sự phát triển và khả năng hiện diện của nó. Việc hiểu được những yếu tố thúc đẩy hoặc hạn chế sự quan tâm của khán giả là rất quan trọng để thúc đẩy thể thao người khuyết tật hiệu quả hơn và đảm bảo nó đạt được tiềm năng đầy đủ trong việc thúc đẩy hòa nhập và tạo ra các lợi ích xã hội và kinh tế (Misener & Darcy, 2014).

Mục tiêu chính của nghiên cứu này là tìm hiểu các yếu tố ảnh hưởng đến sự quan tâm của khán giả đối với thể thao người khuyết tật tại Việt Nam. Cụ thể, nghiên cứu nhằm xác định các yếu tố quyết định chính của sự tham gia của công chúng với thể thao người khuyết tật và đưa ra các khuyến nghị khả thi để tăng cường sự tham gia này. Nghiên cứu sẽ giải quyết hai câu hỏi chính:

- Những yếu tố chính ảnh hưởng đến sự quan tâm của khán giả đối với thể thao người khuyết tật tại Việt Nam?

- Làm thế nào các bên liên quan (tổ chức thể thao, nhà hoạch định chính sách, truyền thông) có thể tăng cường sự tham gia của công chúng với thể thao người khuyết tật trong nước?

Nghiên cứu này tập trung vào việc tìm hiểu các yếu tố cá nhân, xã hội và môi trường khác nhau góp phần hoặc cản trở sự tham gia của công chúng với thể thao người khuyết tật, dựa trên Lý thuyết Hành vi Dự định (TPB) (Ajzen, 1991) và yếu tố đồng cảm (Bartsch và c.s., 2016a). Ý nghĩa của nghiên cứu này nằm ở tiềm năng đóng góp vào sự phát triển và bền vững lâu dài của thể thao người khuyết tật tại Việt Nam. Bằng cách xác định và giải quyết các yếu tố ảnh hưởng đến sự quan tâm của khán giả, kết quả nghiên cứu có thể hướng dẫn các bên liên quan trong việc thúc đẩy thể thao người khuyết tật hiệu quả hơn (Cottingham, 2014). Sự quan tâm của công chúng có thể dẫn đến sự hòa nhập xã hội lớn hơn, truyền cảm hứng cho các thế hệ vận động viên tương lai, và thu hút đầu tư cũng như hỗ trợ cần thiết (Taks và c.s., 2018). Đặc biệt, nghiên cứu góp phần thúc đẩy môi trường toàn diện cho thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Về đặc điểm mẫu

Bảng 1. Thông tin nhân khẩu học của người tham gia khảo sát (n = 296)

Các biến nhân khẩu học	Danh mục	Tần số (n)	Tỷ lệ (%)
Tuổi	Dưới 18 tuổi	58	19.6
	18 - 30 tuổi	216	73.0
	Trên 30 tuổi	22	7.4
Giới tính	Nam	119	40.2
	Nữ	177	59.8
Thu nhập	< 3,000,000 VND	46	15.5
	3,000,000 - 10,000,000 VND	176	59.5
	> 10,000,000 VND	74	25.0
Vùng, miền	Nam	120	40.5
	Trung	30	10.1

	Bắc	146	49.3
Khu vực	Thành thị	256	86.5
	Nông thôn	40	13.5

Qua phân tích từ Bảng 1, các phản hồi được thu thập từ 296 người tham gia đã từng tiếp xúc với các sự kiện thể thao người khuyết tật tại Việt Nam. Đa số người trả lời (73%) có độ tuổi từ 18 đến 30 tuổi, tiếp theo là 19,6% dưới 18 tuổi, và 7,4% trên 30 tuổi. Về giới tính, mẫu bao gồm 59,8% nữ và 40,2% nam. Về thu nhập, đa số người trả lời (59,5%) báo cáo thu nhập hàng

tháng từ 3.000.000 – 10.000.000 VND, với 25% kiếm được trên 10.000.000 VND, và 15,5% kiếm được dưới 3.000.000 VND. Phân bố mẫu theo khu vực cho thấy 49,3% người trả lời đến từ khu vực miền Nam, 40,5% từ khu vực miền Bắc, và 10,1% từ khu vực miền Trung. Hơn nữa, 86,5% người tham gia sống ở khu vực thành thị, với 13,5% còn lại sống ở khu vực nông thôn.

3.2. Về đánh giá mô hình đo lường

Bảng 2. Đánh giá thang đo

Mục đo lường	Hệ số tải ngoài	Cronbach's Alpha
Chuẩn mực chủ quan (SJN) (CR = 0,944; AVE = 0.808) (điều chỉnh từ Chen và c.s. (2023))		
Hầu hết những người quan trọng đối với tôi sẽ ủng hộ sự quan tâm của tôi đến các sự kiện thể thao người khuyết tật.	0.964	0.92
Hầu hết những người quan trọng đối với tôi ủng hộ sự tham gia của tôi vào các hoạt động thể thao người khuyết tật.	0.88	
Hầu hết những người quan trọng đối với tôi hiểu sự quan tâm của tôi đến thể thao người khuyết tật.	0.875	
Hầu hết những người quan trọng đối với tôi sẽ khuyến tôi tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật.	0.873	
Đồng cảm (EMP) (CR = 0.951; AVE = 0.867) (điều chỉnh từ Duong (2023))		
Hầu hết những người quan trọng đối với tôi sẽ khuyến tôi tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật.	0.967	0.923
Nhìn thấy các vận động viên khuyết tật thi đấu tạo ra phản ứng cảm xúc trong tôi.	0.913	
Tôi cảm thấy thương cảm cho các vận động viên đối mặt với những thách thức về thể chất hoặc tinh thần.	0.912	
Nhận thức kiểm soát hành vi (PBC) (CR = 0.950; AVE = 0.825) (điều chỉnh từ Chen và c.s. (2023))		
Tôi tự tin rằng nếu muốn, tôi có thể tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.969	0.929
Tôi có khả năng tham gia các hoạt động thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.877	
Tôi có đủ nguồn lực (tiền) để tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.901	
Tôi có đủ thời gian để theo dõi các hoạt động thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.883	
Thái độ (ATT) (CR = 0.946; AVE = 0.780) (điều chỉnh từ Chen và c.s. (2023))		
Tôi sẵn sàng dành thời gian và tiền bạc để tham dự các sự kiện thể	0.968	0.929

thao người khuyết tật tại Việt Nam.		
Tôi nghĩ việc ủng hộ thể thao người khuyết tật tại Việt Nam là một hành vi tích cực.	0.848	
Tôi nghĩ việc tham gia thể thao người khuyết tật tại Việt Nam là một hành vi có giá trị.	0.869	
Tôi nghĩ việc tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật tại Việt Nam là một hành vi có ích.	0.865	
Tôi nghĩ việc quan tâm đến thể thao người khuyết tật tại Việt Nam là một hành vi cần thiết.	0.86	
Ý định hành vi (INT (CR = 0.922; AVE = 0.798) (điều chỉnh từ Chen và c.s. (2023))		
Tôi sẽ cố gắng tham dự các sự kiện thể thao người khuyết tật tại Việt Nam trong tương lai gần.	0.954	0.873
Tôi có ý định tham gia nhiều hơn với thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.875	
Tôi sẵn sàng theo dõi các hoạt động thể thao người khuyết tật tại Việt Nam.	0.849	

Bảng 3. Phân tích tiêu chuẩn Fornell-Larcker

	ATT	EMP	INT	PBC	SJN
ATT	0.883				
EMP	0.768	0.931			
INT	0.745	0.594	0.894		
PBC	0.531	0.432	0.755	0.908	
SJN	0.512	0.418	0.754	0.554	0.899

Bảng 4. Phân tích HTMT

	ATT	EMP	INT	PBC	SJN
ATT					
EMP	0.825				
INT	0.815	0.652			
PBC	0.568	0.462	0.827		
SJN	0.549	0.451	0.829	0.595	

Phân tích cho thấy các hệ số tải ngoài dao động từ 0.848 đến 0.969, vượt quá ngưỡng 0.7, và giá trị AVE từ 0.780 đến 0.867, cao hơn nhiều so với mức chuẩn 50%, xác nhận rằng tất cả các cấu trúc đều thể hiện tính giá trị hội tụ. Hơn nữa, các giá trị Cronbach's Alpha dao động từ 0.873 đến 0.929, vượt quá ngưỡng chấp nhận được là 0.7, trong khi hệ số rho_A nằm trong khoảng từ 0.906 đến 0.934, cho thấy tính nhất quán và độ tin cậy nội bộ mạnh mẽ giữa các cấu trúc.

Nghiên cứu cũng kiểm tra giá trị phân biệt bằng cách sử dụng căn bậc hai của AVE

và tương quan giữa các cấu trúc. Căn bậc hai của AVE, dao động từ 0.883 đến 0.931, liên tục vượt quá các hệ số tương quan tương ứng, củng cố giá trị phân biệt của các cấu trúc. Ngoài ra, tỷ lệ Heterotrait-Monotrait (HTMT) được đánh giá, với các giá trị từ 0.451 đến 0.829, tất cả đều dưới ngưỡng đề xuất là 0.85. Những kết quả này xác nhận rằng các cấu trúc khác biệt với nhau và đáp ứng các tiêu chí về giá trị phân biệt. Các phát hiện cho thấy mô hình đo lường vừa đáng tin cậy vừa có giá trị, đảm bảo sự phù hợp của nó cho việc phân tích mô hình cấu trúc tiếp theo.

3.3. Kết quả và thảo luận

Phân tích PLS-SEM đã cho thấy mối quan hệ đáng kể giữa các cấu trúc chính trong hành vi của khán giả thể thao người khuyết tật.

Chuẩn mực chủ quan và Ý định (H1) cho thấy mối quan hệ tích cực mạnh mẽ ($\beta = 0.369, p < 0.001$), xác nhận vai trò quan trọng của ảnh hưởng xã hội trong việc hình thành ý định xem thể thao người khuyết tật. Điều này phù hợp với cả Lý thuyết Hành vi Dự định (Ajzen, 1991) và các nghiên cứu gần đây về khán giả thể thao người khuyết tật (M. Kim và c.s., 2023; M. S. Kim & James, 2016).

Nhận thức kiểm soát hành vi (H2) thể hiện tác động tích cực đáng kể ($\beta = 0.356, p < 0.001$), nhấn mạnh tầm quan trọng của khả năng tiếp cận và các rào cản thực tế trong việc

tham gia thể thao người khuyết tật (Chiu và c.s., 2018; Cottingham, 2014; Kevin K. Byon, 2011).

Tác động trực tiếp của sự đồng cảm (H3) đã được xác nhận ($\beta = 0.286, p < 0.001$), ủng hộ các phát hiện trước đây về vai trò của kết nối cảm xúc trong việc xem thể thao người khuyết tật (Aaron Beacom, 2016; Bartsch, 2012).

Vai trò trung gian của Thái độ (H4) được thiết lập thông qua hệ số đường dẫn đáng kể giữa sự đồng cảm và thái độ ($\beta = 0.768, p < 0.001$) và giữa thái độ và ý định ($\beta = 0.361, p < 0.001$). Điều này mở rộng hiểu biết về vai trò của thái độ trong hành vi tiêu dùng thể thao (D. C. Funk và c.s., 2012).

Bảng 5. Hệ số đường dẫn (Tác động trực tiếp)

	β	Độ lệch chuẩn	Thống kê T	Giá trị P
ATT -> INT	0.361	0.048	7.545	0.000
EMP -> ATT	0.768	0.020	37.636	0.000
EMP -> INT	0.286	0.028	10.058	0.000
PBC -> INT	0.356	0.033	10.777	0.000
SJN -> INT	0.369	0.033	11.057	0.000

Bảng 6. Tổng tác động gián tiếp

	β	Độ lệch chuẩn	Thống kê T	Giá trị P
EMP -> INT	0.277	0.038	7.237	0.000

Bảng 7. Tác động gián tiếp cụ thể

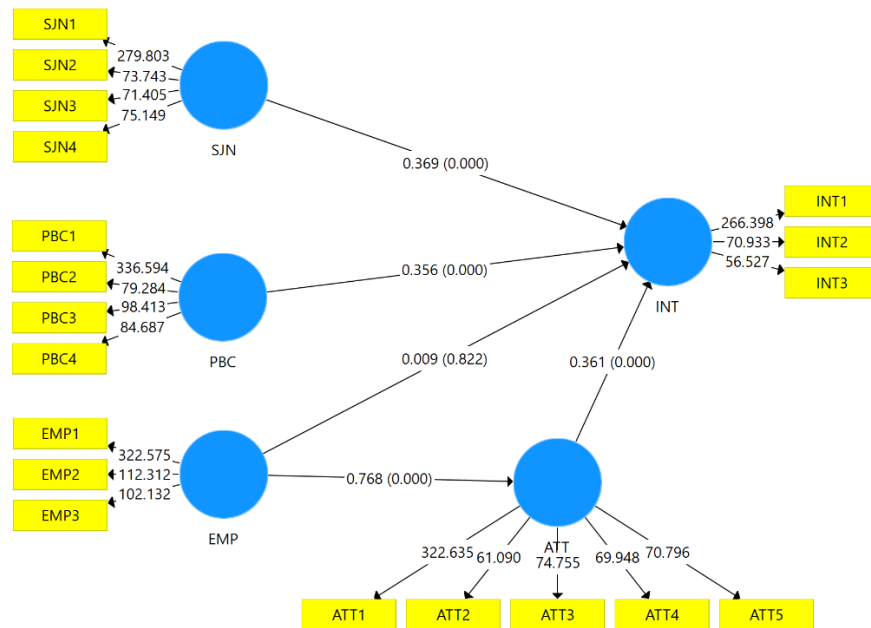
	β	Độ lệch chuẩn	Thống kê T	Giá trị P	Kết quả
EMP -> ATT -> INT	0.277	0.038	7.237	0.000	Trung gian một phần

Bảng 8. R Bình phương và R Bình phương điều chỉnh

	R Bình phương	R Bình phương điều chỉnh
ATT	0.590	0.588
INT	0.821	0.818

Những phát hiện này cho thấy sự tương tác phức tạp của các yếu tố cảm xúc, xã hội và kiểm soát trong hành vi của khán giả thể thao người khuyết tật (D. Funk và c.s., 2009; Laura Misener và c.s., 2018), mở rộng việc áp dụng

Lý thuyết Hành vi Dự định trong bối cảnh thể thao người khuyết tật (Lee & Cunningham, 2019) đồng thời cung cấp các ý nghĩa thực tiễn để tăng cường sự tham gia (Paramio-Salcines và c.s., 2018).



Hình 2. Mô hình Smart-PLS bao gồm Hệ số tải ngoài, Hệ số Beta (β) và giá trị p

4. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu mở rộng Lý thuyết Hành vi Dự định bằng tích hợp yếu tố đồng cảm nhằm thu hút khán giả quan tâm đến thể thao người khuyết tật tại Việt Nam nghiên cứu đã giúp:

- Phát hiện sự ảnh hưởng xã hội, hướng dẫn các bên liên quan trong việc tạo ra môi trường toàn diện cho thể thao người khuyết tật tại Việt Nam, thúc đẩy sự phát triển và tính bền vững của nó.

- Tạo chiến dịch truyền thông xã hội để nâng cao tầm nhìn của thể thao người khuyết tật.

- Cải thiện khả năng tiếp cận địa điểm, cung cấp thông tin sự kiện rõ ràng và phát triển các đối tác vận chuyển để tạo điều kiện thuận lợi cho người khuyết tật tham dự.

Kết nối cảm xúc của các vận động viên khuyết tật và tạo cơ hội tương tác trực tiếp với khán giả.

- Phát triển chính sách, phân bổ nguồn lực cho cơ sở hạ tầng, thực hiện các ưu đãi tài trợ và phát triển các chương trình thúc đẩy sự tham gia thể thao người khuyết tật./.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aaron Beacom, I. B. (2016). Public Diplomacy and the International Paralympic Committee: Reconciling the Roles of Disability Advocate and Sports Regulator. *Physical Culture and Sport Studies and Research*.
2. Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychology and Health*.
3. Antunovic, D. B. A. (2022). Media Coverage of the Paralympics: Recommendations for Sport.
4. Ayomide Gbadamosi. (2024, Tháng Tám 20). Why media coverage is important for the Paralympic.
5. Báo Nhân Dân. (2023, Tháng Sáu 11). Thể thao người khuyết tật Việt Nam khẳng định vị thế топ đầu.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích dẫn từ Khóa luận tốt nghiệp “*Tình yêu của thể thao người khuyết tật tại Việt Nam*” Khóa luận được bảo vệ tại Hội đồng khoa học Trường Đại học FPT tháng 12/2024.

Ngày nhận bài: 24/10/2024; Ngày đánh giá: 31/10/2024; Ngày duyệt đăng: 07/11/2024.

PHÂN TÍCH MỤC TIÊU CỦA TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG TRONG GIỜ HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT

ANALYZE THE GOALS OF MOVEMENT GAMES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

ThS. Đỗ Thị Huyền Trang

Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp

Tóm tắt: Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu tiến hành làm rõ mục tiêu của trò chơi vận động trong giờ học giáo dục thể chất. Qua nghiên cứu cho thấy, làm rõ mục tiêu của trò chơi vận động cho phép người chơi: 1) Hiểu các môn thể thao và trò chơi truyền thống dựa trên logic bên trong của chúng; 2) Phân loại các môn thể thao và trò chơi truyền thống dựa trên tiêu chí phân loại; 3) Hiểu sâu hơn về các trò chơi vận động thể thao và khả năng ứng dụng của chúng vào Giáo dục Thể chất trường học.

Từ khóa: Trò chơi vận động, mục tiêu tham gia, động lực tham gia, Giáo dục Thể chất.

Abstract: Based on theory and practice, the study clarifies the objectives of physical games in physical education lessons. Through the study, it is shown that clarifying the objectives of physical games allows players to: 1) Understand traditional sports and games based on their internal logic; 2) Classify traditional sports and games based on classification criteria; 3) Understand more deeply about physical games and their applicability in school Physical Education.

Keywords: Movement games, participation goals, participation motivation, Physical Education.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Việc áp dụng trò chơi vận động (TCVD) trong giờ học giáo dục thể chất (GDTC) tương đối phổ biến và có nhiều tác dụng. Tuy nhiên cũng tồn tại nhiều yếu tố về mặt lý thuyết và cơ sở cần được chú ý làm rõ. So với mô hình giảng dạy GDTC thì TCVD có hiệu quả cao hơn hẳn trong việc nâng cao hứng thú, trang bị kiến thức linh hoạt và sự gắn kết của đối tượng tham gia với nội dung hoạt động và học tập. Các TCVD trong giờ học GDTC thường được tổ chức theo nhiều hình thức, phổ biến trong đó là giải trí, phương pháp thực hành có mục tiêu, phương pháp tiếp cận dựa trên ràng buộc, phương pháp tiếp cận lấy TCVD làm trung tâm, cảm giác TCVD liên quan đến yếu tố cạnh tranh thi đấu thể thao. Nhằm đảm bảo giá trị ứng dụng và hiệu quả, TCVD trong các giờ học GDTC cần phải được hướng theo mục tiêu tham gia TCVD thể thao để hướng người học (học sinh - HS) vào giải quyết các vấn đề thể thao cụ thể.

Về bản chất TCVD được xác định là một quá trình học khám phá, trải nghiệm thể thao dựa trên các tình huống vận động giống mô hình TCVD. Đặc tính này xác định TCVD thuộc nhóm các phương pháp giảng dạy tích cực và định hướng lấy HS làm trung tâm. Về vấn đề nội dung thực hiện, TCVD có nhiều hình thức, điểm chung là các TCVD đều có liên quan nhất định đến các dạng vận động thể thao với các quy trình thiết kế và động lực hoạt động riêng nhưng tương đối thống nhất. Thông qua TCVD, các giáo viên có thể hình thành và phát triển nhận thức và khả năng ghi nhớ các cấu trúc cũng như nguyên tắc của từng loại hình cạnh tranh mô phỏng thể thao và sử dụng các quy tắc này trong các hoạt động thể thao.

Về cơ bản có nhiều cách phân loại TCVD, tuy nhiên để phát triển TCVD theo hướng hiểu và mô phỏng các mô hình hoạt động thể thao, TCVD thường được xác định theo 04 loại cơ bản gồm: TCVD loại mục tiêu

(ví dụ: Bắn cung, bóng ném,...), loại tấn công, đánh chặn (ví dụ: Đẩy gậy, đầu tăng), loại có lưới, tường (ví dụ: Cầu lông, bóng bàn,...) và loại phối hợp chiến thuật (ví dụ: Bóng đá, bóng chuyền). Theo bản chất, các loại TCVĐ này tương đối giống nhau về thiết kế và nguyên tắc chơi (tương tự chiến thuật thể thao).

Sự đa dạng của trải nghiệm học tập trong GDTC đảm bảo sự cải thiện các khả năng hoạt động vận động của HS liên quan đến mọi yếu tố như tình cảm, nhận thức, vận động và giao tiếp. Tuy nhiên, nếu HS dành nhiều giờ để học và thực hành cùng một loại trò chơi giống nhau, HS đó sẽ có ít cơ hội, thời gian để trải nghiệm những vấn đề lợi ích khác. Chính vì vậy, cần hướng sự quan tâm và kế hoạch đưa TCVĐ vào giờ học GDTC theo hướng trải nghiệm học tập để HS có được kỹ năng chiến thuật thể thao được coi là phù hợp với trạng thái phát triển về thể chất, trí tuệ và xã hội hiện tại. Việc học và thực hành các TCVĐ thuộc nhiều thể loại khác nhau đảm bảo tính đa dạng của trải nghiệm và ảnh hưởng do đó của nó trong các lĩnh vực của con người. Điều có ý nghĩa tăng tính đa dạng và hứng thú bền vững của HS.

Về khả năng ứng dụng, các kế hoạch giảng dạy GDTC có áp dụng TCVĐ cần có định lượng và sự lựa chọn kỹ càng theo các mục tiêu giảng dạy trong từng giai đoạn và phù hợp với nội dung giảng dạy của giai đoạn đó. Để hỗ trợ tốt nhất cho việc này, việc thống nhất về đặc điểm và phân nhóm TCVĐ là cần thiết. Ngoài ra, nhất thiết phải xác định rõ ràng đặc điểm của từng nhóm, từng loại hình TCVĐ, tuy nhiên việc phân loại TCVĐ hiện nay thiếu nhiều sự thống nhất chung từ các tiêu chí phân loại chuẩn.

Để tổ chức một hệ thống đồng nhất và đầy đủ các danh mục TCVĐ và TCVĐ thể thao, việc xác định những đặc điểm giúp phân biệt TCVĐ sẽ tồn tại nhiều thiếu sót. Điều cần thiết nữa là phải xác định xem các tiêu chuẩn phân loại có điểm gì chung với nhau, tức là cần có tiêu chí phân loại cụ thể. Nhưng hiện

nay TCVĐ thiếu tiêu chí phân loại để tổ chức và kết nối các loại đa dạng vốn có của nó. Một số quan điểm nghiên cứu nước ngoài đã xác định các tiêu chí phân loại liên quan đến phù hợp về tính logic nội hàm kỹ năng phù hợp với các kế hoạch GDTC. Vì nó đề cập đến việc hợp lý hóa TCVĐ theo hướng thay đổi cấu trúc bên trong của TCVĐ liên quan đến nội dung học tập và môn thể thao được giảng dạy. Theo đó, các yếu tố logic nội hàm kỹ năng được xác định gồm: Mục tiêu của trò chơi, không gian và thời gian tiến hành TCVĐ, giao tiếp vận động và tài liệu hỗ trợ. Trong số này, các hành vi, hoạt động vận động đã được sử dụng để phân loại TCVĐ theo hướng không gian và cách thức vận động, giao tiếp trong trò chơi.

Mục đích của nghiên cứu này là xem xét, đánh giá các góc nhìn ứng dụng của TCVĐ trong các kế hoạch GDTC trường học từ cách tiếp cận theo hướng mục tiêu của TCVĐ và đưa ra các luận giải về khả năng ứng dụng thực tiễn.

Nghiên cứu được thực hiện thông qua phương pháp nghiên cứu lý thuyết, cách tiếp cận vấn đề cơ bản là tổng hợp và phân tích lý luận. Thông qua đó hình thành các luận điểm khoa học của vấn đề nghiên cứu. Các tài liệu nghiên cứu được lựa chọn từ nhiều nguồn trong và ngoài nước. Các tài liệu trong nước được ưu tiên sử dụng từ hệ thống vjol.info.vn. Các tài liệu quốc tế được lấy từ hệ thống tìm kiếm google với các từ khóa chủ đạo gồm: “Movement games”, “participation goals”, “participation motivation”, “Physical Education”. Đặc điểm mục tiêu của TCVĐ sẽ được xác định bằng cách nghiên cứu hai khái niệm gần gũi là mục tiêu tiền thân (hình thức) và mục tiêu động cơ.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Mục tiêu của TCVĐ

Mục tiêu của TCVĐ là một thành phần bên trong của trò chơi và được xác định là trạng thái công việc cần đạt được (đạt được mục tiêu) khi tham gia TCVĐ. Về bản chất,

TCVĐ là những hoạt động hướng tới mục tiêu. Mỗi quá trình tham gia TCVĐ, cần xác định cơ bản có 02 mục tiêu là chiến thắng và/hoặc đạt được các mục tiêu. Theo đó, các lợi thế trong TCVĐ cũng được xác định là những công việc cụ thể mà người tham gia chơi đang cố gắng đạt được. Trong hoạt động thường nhật, TCVĐ là những hành vi vận động có thể

thực hiện nhưng thêm yếu tố và các điều kiện ganh đua giữa các cá nhân hoặc nhóm tham gia. Vậy mục tiêu hấp dẫn người tham gia trong điều kiện tổ chức là ganh đua để đạt được mục tiêu/chiến thắng.



Hình 1. Đặc điểm xác định mục tiêu của TCVĐ

Đối với hành vi vận động, mục tiêu vận động là một yếu tố thuộc logic bên trong của TCVĐ và TCVĐ thể thao và thuộc hoạt động thiết kế/tổ chức TCVĐ và liên quan đến các lý thuyết động lực, nhận thức, chú ý và sự hứng thú trong TCVĐ. Mục tiêu của TCVĐ là vấn đề mà người chơi phải giải quyết trong các điều kiện cạnh tranh công bằng và có tính chất vui vẻ hơn so với thể thao.

Tóm lại, mục tiêu của TCVĐ là những vấn đề cần giải quyết liên quan đến động cơ, tuân thủ các quy tắc/lưu luật chơi và diễn ra với các động lực thúc đẩy nội tại của người tham gia TCVĐ. Có thể lấy mục tiêu của TCVĐ làm tiêu chí phân loại các hình thức vận động theo môn thể thao và TCVĐ truyền thống được không? Việc xây dựng một phân loại cụ thể trong GDTC dựa trên tiêu chí mục tiêu đòi hỏi phải phân biệt rõ ràng các loại mục tiêu TCVĐ trong TCVĐ thể thao và TCVĐ truyền thống, đồng thời xác định các vấn đề về động cơ chính có thể tìm thấy trong luật thể thao và các TCVĐ truyền thống.

Theo Parlebas mục tiêu của TCVĐ truyền thống và các môn thể thao được gọi là TCVĐ thể thao và được xét thuộc loại không gian vận động. Theo quan điểm này, xác định các mục tiêu không gian là các cực mà các hành động của TCVĐ thu hút người tham gia. Mục tiêu của TCVĐ trong các TCVĐ thể thao được tổng hợp ở mức vượt qua không gian vận động.

Xem xét từ hành vi vận động, Mateu và Bortoleto đã đề xuất các hình thức vận động, trong đó nêu rõ mục đích của hành động vận động được định hướng bởi việc tạo ra ý nghĩa từ các đặc điểm hình thái động học. Điều này được sử dụng trong việc xác định các mục tiêu của TCVĐ thể thao và các TCVĐ truyền thống theo hướng biểu thị cảm xúc và các giá trị thẩm mỹ. Mục tiêu của TCVĐ đơn thuần biểu hiện vận động được tóm tắt đã thu hoạch/nhận được các lợi ích từ việc tham gia tích cực các hoạt động có ý định và được sắp đặt hướng tới

một mục tiêu thứ hai liên quan trực tiếp đến hình thức tổ chức đã/sẽ diễn ra của người chơi.

Các quan điểm nghiên cứu về thể thao theo tư duy đánh giá hình thức vận động cũng phân biệt TCVĐ thành hai loại lớn. Kretchmar cho rằng, TCVĐ được xác định là một hành vi hoạt động vận động có tổ chức để hướng tới các mục tiêu kép trên cơ sở động cơ kích thích

nội tại và các giá trị hứng thú, thẩm mỹ. Mục tiêu của TCVĐ cho phép phân biệt, đánh giá tổng thể về TCVĐ và hình thức vận động thể thao mà nó mô phỏng. Sự phân biệt các hình thái vận động theo hướng TCVĐ truyền thống và TCVĐ Thể thao được tổng hợp như trong bảng 1.

Bảng 1. Phân biệt theo mục tiêu của TCVĐ Thể thao và TCVĐ truyền thống

Nội dung		Thể loại	
		TCVĐ Thể thao	TCVĐ truyền thống và biểu cảm
Mục tiêu		Vượt qua yếu tố không gian và tăng cường hứng thú, động cơ hoạt động	Tăng cường khả năng vận động thông qua đa dạng hóa các hình thức và biểu cảm trong hành vi vận động
Ví dụ	TCVĐ truyền thống	TCVĐ Thể thao truyền thống: Người thừa thứ 3, bắt bóng, cướp cờ, bóng chuyền 6, tranh ghế ngồi,...	Các TCVĐ truyền thống biểu cảm: Nhảy dây, đấu tăng, con quay, pháo đất,...
	TCVĐ Thể thao	Bóng rổ, bóng đá, bóng chuyền, quần vợt, bóng né kumite (Karate-do),...	TCVĐ Thể thao hướng thẩm mỹ: Thể dục nghệ thuật, khiêu vũ thể thao, nhảy cầu, dance sport,...

2.2. Mục tiêu của TCVĐ làm sâu sắc thêm sự hiểu biết về Thể thao, TCVĐ truyền thống và TCVĐ thể thao trong GDTG

Theo Kretchmar các vấn đề mục tiêu của TCVĐ bao gồm hai thành phần: Quá trình vận dụng các phương tiện và mục đích theo hướng phù hợp và hướng vào giải quyết vấn đề đã đặt ra. Về mặt lý thuyết, các hạn chế liên quan đến biện pháp thực hiện nhằm đạt được tính phù hợp và hướng mục tiêu bằng cách loại trừ các can thiệp hỗ trợ từ bên ngoài quá trình thực hiện TCVĐ. Việc bổ sung các phương tiện và điều kiện để vượt qua yếu tố không gian vận động sẽ tạo ra những vấn đề mới, cụ thể hơn, tức là các mục tiêu cụ thể hơn của TCVĐ. Cần phân biệt rõ ràng trong TCVĐ thể thao giữa khoảng cách di chuyển và mục tiêu cần đạt được.

Sự kết hợp giữa giữa khoảng cách di chuyển và mục tiêu cần đạt được sẽ được phân loại thành các loại nhỏ hơn gồm: 1) Người tham gia vượt qua các yếu tố không gian, động

cơ để đạt được mục tiêu; 2) Người tham gia vượt qua không gian vận động giữa những người tham gia chơi; 3) Người tham gia vượt qua không gian chuyển động của các dụng cụ (tĩnh) để đến đạt được mục tiêu; 4) Người tham gia vượt qua không gian chuyển động của các dụng cụ (động) nhằm hướng đến mục tiêu.

Để hiểu sâu hơn về các TCVĐ và thể thao truyền thống cần phải suy ra mục tiêu của TCVĐ với mức độ cụ thể cao hơn. Vì mục đích này, nhiều điều kiện hơn sẽ được thêm vào bốn mục tiêu của TCVĐ. Cụ thể gồm: 1) Thay đổi yếu tố tĩnh hoặc động; 2) Liên hệ giá trị đích hướng đến về mặt thành tích ganh đua; 3) Đặt các giá trị giới hạn liên quan đến Luật chơi; 4) Mức độ tương tác giữa những người tham gia với nhau, dụng cụ với nhau, người và dụng cụ với nhau.

Theo hướng này, các TCVĐ được phân loại cụ thể như sau:

- Các TCVĐ vượt qua các yếu tố không gian và động cơ để đạt được mục tiêu gồm: 1) Các TCVĐ thi chạy (có sự ngăn cản); 2) Các TCVĐ vượt qua các mốc đánh dấu (Nhảy cao, xa,...); 3) Các TCVĐ chiếm đoạt không gian hoặc vị trí (Cướp cờ, lên núi hái củi,...).

- Các TCVĐ vượt qua không gian vận động giữa những người tham gia để đạt được mục tiêu gồm: 1) Các TCVĐ đánh/chạm vào người khác và ngăn cản đối phương làm điều đó (Quyền anh, đấu kiếm, Taekwondo), trò chơi đuổi bắt (Săn bắt cướp); 2) Các TCVĐ hạn chế đối phương và ngăn chặn đối thủ làm như vậy (Judo, đấu vật, thả đĩa ba ba,...); 3) Các TCVĐ loại trừ người khác khỏi một khoảng trống và ngăn cản đối thủ làm điều đó (Nhảy bước); 4) Các TCVĐ kết nhóm (có thể và/hoặc ngăn chặn đối thủ làm như vậy) (Người thừa thứ 3, tạo nhóm,...).

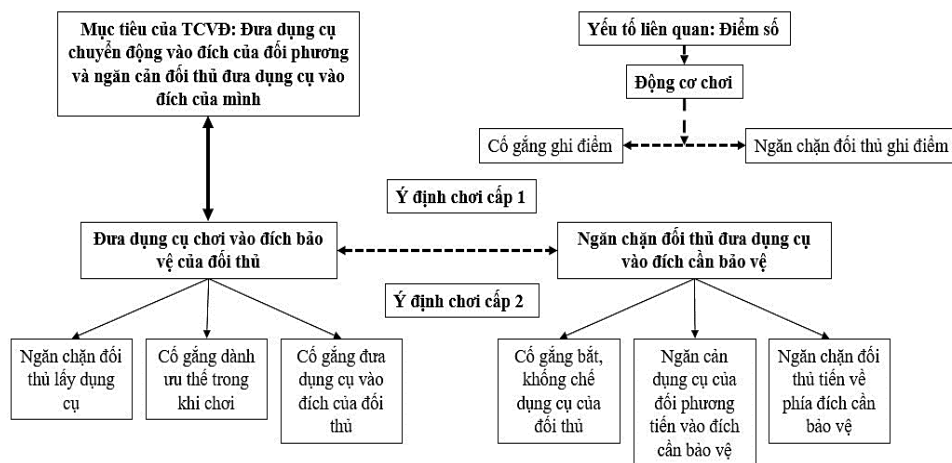
- Các TCVĐ vượt qua không gian và động cơ liên quan đến dụng cụ để đạt được mục tiêu gồm: 1) Các TCVĐ đặt, chuyển dụng cụ chuyển động vào đích hoặc ngăn chặn đối thủ làm điều đó (Bóng đá, bóng chuyền, công an bắt gián điệp); 2) Các TCVĐ ngăn chặn đối thủ lấy, chuyển tiếp vật thể đến đích (Cướp cờ, quần vợt); 3) Các TCVĐ ném, bắn hoặc đánh chính xác vật thể chuyển động về phía mục tiêu (Bắn bi, ném vòng); 4) Các TCVĐ ném, đánh vật chuyển động ở xa (Ném còn, đập niêu); 5) Các TCVĐ nâng hoặc kéo đồ vật (Kéo co, công bạn chạy).

Việc phân loại mục tiêu của các TCVĐ này có ba mức độ cụ thể, nhưng cũng có thể tăng mục tiêu của TCVĐ để mở rộng hiểu biết, kỹ năng. Ví dụ: Trò chơi Cướp cờ, khi bắt đầu có thể thay đổi và tăng tiến các yêu cầu số người tham gia (trong cả cướp cờ và ngăn chặn đối thủ tiến hành cướp cờ). Cũng có thể giới hạn/hoặc thay đổi các yếu tố yêu cầu như chỉ cướp/hoặc chỉ chặn đối với bên còn lại.

2.3. Ý nghĩa của việc xác định các mục tiêu của TCVĐ đối với GDTC

Mục tiêu của TCVĐ cho phép hiểu sâu hơn về các TCVĐ thể thao từ logic bên trong của chúng, nghĩa là từ logic của thiết kế (các quy tắc của TCVĐ) và từ logic của động lực của TCVĐ. Các tài liệu đã đào sâu logic thiết kế các môn Thể thao và TCVĐ truyền thống thông qua các mục tiêu của TCVĐ.

Theo quan điểm tiếp cận từ hành vi vận động, việc tham gia chơi một TCVĐ là cố gắng đạt được các mục tiêu của TCVĐ đó. Tuy nhiên, trong vai trò người học tập GDTC tham gia chơi TCVĐ, khẳng định có tồn tại các giá trị động lực thúc đẩy và các ý định tham gia chơi của HS. Cả hai yếu tố này có thể được thúc đẩy hoặc hình thành từ các mục tiêu của TCVĐ. Thêm vào đó, nhiệm vụ học tập gắn liền với từng mục đích vui, chơi. Các mức độ ý định chơi khác nhau cho phép chúng ta tạo ra các nhiệm vụ cho các cấp độ học tập khác nhau (hình 2).



Hình 2. Mô hình động cơ, ý định tham gia TCVĐ

Liên quan đến GDTC, sự tương đồng giữa mục đích chơi của hai/hoặc nhiều TCVD cho thấy quá trình giảng dạy có tính liên kết giữa các nội dung và tính kế thừa trong việc tổ chức các TCVD trong hoạt động giảng dạy thực tế. Sự khác biệt đáng chú ý giữa động cơ, ý định chơi của HS cho thấy cách dạy khác biệt về những trò chơi đó.

3. KẾT LUẬN

- Mục tiêu của TCVD là một khái niệm cho phép hiểu sâu hơn về Thể thao và các TCVD truyền thống nhưng trước đây nó chưa được áp dụng cho môn GDTC hoặc được áp

dụng nhưng chưa thỏa mãn các điều kiện khoa học trong việc phát triển các mục tiêu GDTC bền vững.

- Mục tiêu của TCVD cũng đã đề cập đến một vấn đề về động cơ chính và được xác định có liên quan mật thiết đến các quy định, luật hoạt động của các môn Thể thao được mô phỏng và các TCVD truyền thống. Quá trình chơi TCVD, những người tham gia được thu hút và cố gắng giải quyết mục tiêu thông qua sự tác động từ động lực của bản thân liên quan đến TCVD.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Xuân Điệp (2009), *Nghiên cứu ứng dụng TCVD nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động giảng dạy môn GDTC*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh-Việt Nam, Học viện TDTT Thượng Hải-Trung Quốc.
2. Huỳnh Trọng Khải (2022), *Giáo trình TCVD*, NXB ĐHQG TP.HCM.
3. O'Connor J, Alfrey L, Penney D (2022). Rethinking the classification of games and sports in physical education: a response to changes in sport and participation. *Phys Educ Sport Pedagogy*.
4. Kirk D, MacPhail A (2002). Teaching games for understanding and situated learning: rethinking the Bunker-Thorpe model. *J Teach Phys Educ*.
5. Kretchmar S (2019). A revised definition of games: an analysis of grasshopper errors, omissions, and ambiguities. *Sport Ethics Philos*.

Nguồn bài báo: Bài báo là một phần của cơ sở lý luận phát triển hoạt động GDTC trường học được trích dẫn từ đề tài Khoa học và Công nghệ cấp trường năm học 2022-2023: “*Nghiên cứu xây dựng hệ thống các bài tập thể dục thể thao nhằm hồi phục năng lực hoạt động thể lực cho sinh viên sau khi nhiễm virus corona*”, nghiệm thu tháng 6/2023; thành viên nghiên cứu: ThS. Đoàn Hùng Tráng, ThS. Đỗ Thị Huyền Trang, Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp.

Ngày nhận bài: 09/10/2024; Ngày đánh giá: 15/11/2024; Ngày duyệt đăng: 10/12/2024.

ẢNH HƯỞNG CỦA PHƯƠNG PHÁP GIẢNG DẠY TRONG MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐẾN ĐỘNG LỰC HỌC TẬP VÀ LỐI SỐNG LÀNH MẠNH CỦA SINH VIÊN: ỨNG DỤNG LÝ THUYẾT TỰ QUYẾT (SDT)

IMPACT OF TEACHING METHODS IN PHYSICAL EDUCATION ON STUDENTS' LEARNING MOTIVATION AND HEALTHY LIFESTYLES: APPLYING BY SELF-DETERMINATION THEORY (SDT)

TS. Đặng Đức Hoàn, ThS. Nguyễn Văn Quảng
Học viện Nông nghiệp Việt Nam

Tóm tắt: Nghiên cứu này tìm hiểu mối quan hệ giữa vai trò của giảng viên trong giảng dạy Giáo dục thể chất và các nhu cầu tâm lý cơ bản, cũng như động lực học tập, ảnh hưởng đến thói quen ăn uống và hoạt động thể chất. 127 sinh viên năm thứ 2 của Học viện Nông nghiệp Việt Nam đã được khảo sát qua bảng hỏi, sử dụng các thang đo như hỗ trợ tự chủ, giảng dạy kiểm soát, và sự hài lòng với lớp học. Mô hình phương trình cấu trúc (SEM) cho thấy phương pháp giảng dạy hỗ trợ tự chủ có tác động tích cực tới ba yếu tố cấu trúc, trong khi giảng dạy kiểm soát ảnh hưởng tiêu cực. Ba yếu tố này dự đoán sự hài lòng với nhu cầu tâm lý và cản trở nhu cầu. Động lực nội tại tích cực liên quan đến sự hài lòng và ảnh hưởng tích cực tới thói quen ăn uống lành mạnh cùng hoạt động thể chất, nhưng tiêu cực với thói quen ăn uống không lành mạnh. Kết quả hỗ trợ giảng viên và nhà chính sách thiết kế các chương trình Giáo dục thể chất nhằm nâng cao sức khỏe và khuyến khích thói quen lành mạnh cho sinh viên.

Từ khoá: Giáo dục thể chất, phương pháp giảng dạy, động lực học tập, lối sống lành mạnh.

Abstract: This study examines the relationship between the role of physical education instructors, basic psychological needs, learning motivation, and their influence on students' eating habits and physical activity. A survey of 127 second-year students at the Vietnam National University of Agriculture was conducted using questionnaires, incorporating scales such as autonomy support, controlling teaching, and course satisfaction. Structural Equation Modeling (SEM) analysis revealed that autonomy-supportive teaching methods positively impact the three structural factors, whereas controlling teaching methods exert a negative influence. These structural factors predict psychological need satisfaction and identify obstacles to need fulfillment. Intrinsic motivation, when positively influenced, is associated with greater satisfaction and promotes healthy eating habits and physical activity while reducing unhealthy eating habits. The findings offer valuable insights for instructors and policymakers to design physical education programs that improve health and encourage healthy behaviors among students.

Keywords: Physical Education, Teaching Method, Learning Motivation, Healthy Lifestyle.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tình trạng thừa cân và béo phì ở giới trẻ Việt Nam ngày càng gia tăng, chủ yếu do chế độ ăn uống không lành mạnh và sự thiếu hoạt động thể chất, đặc biệt ở sinh viên, nhóm đối tượng ít chịu sự giám sát từ gia đình (Bộ Y tế Việt Nam, 2022). Môn học Giáo dục thể chất

(GDTC) đóng vai trò quan trọng trong việc rèn luyện thói quen sống tích cực, giúp sinh viên duy trì sức khỏe và thể chất. Một trong những mục tiêu quan trọng của môn học GDTC là xây dựng thói quen sống lành mạnh, bao gồm chế độ ăn uống khoa học và tham gia các hoạt động thể chất thường xuyên (Bộ GD&ĐT

2021). Lý thuyết tự quyết, với trọng tâm là sự phát triển động lực nội tại và quyền tự chủ trong học tập, đã được chứng minh có ảnh hưởng đến hành vi và thói quen sống của sinh viên trong nhiều lĩnh vực, bao gồm giáo dục thể chất (Barbeau et al., 2009; Behzadnia et al., 2018). Tuy nhiên, việc áp dụng lý thuyết này vào giảng dạy trong các lớp học GDTC hiện nay vẫn còn hạn chế. Vì vậy, nghiên cứu này nhằm phân tích phương pháp giảng dạy tại các lớp học GDTC có thể góp phần củng cố những thói quen này đối với giới trẻ, đặc biệt là sinh viên tại trường đại học dựa theo Lý thuyết tự quyết (Self-Determination Theory - SDT).

Cho đến nay, các nghiên cứu hiện có trong lĩnh vực giáo dục thể chất chủ yếu tập trung vào điểm tích cực của Lý thuyết tự quyết (SDT), thông qua việc phân tích ảnh hưởng của việc hỗ trợ tự chủ đến sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý, động lực nội tại đối với các môn học giáo dục thể chất và ảnh hưởng của động lực đó đến việc hình thành thói quen lối sống lành mạnh (Yli-Piipari et al., 2009). Tuy nhiên, để có góc nhìn đa chiều về lý thuyết tự quyết, cần thiết nghiên cứu theo góc nhìn tiêu cực của SDT, ví dụ như giảng dạy theo phong cách kiểm soát có tác động tiêu cực đến sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý, động lực học tập, khả năng sáng tạo trong học tập; đồng thời có tác động tích cực đến việc nhận biết và giải quyết các cản trở về nhu cầu tâm lý (Thanh Tùng, 2023; Trigueros et al., 2019). Tuy nhiên, các nghiên cứu về góc nhìn tiêu cực của SDT còn khá hiếm, đặc biệt là khi kết hợp phân tích cả hai loại phương pháp giảng dạy (hỗ trợ tự chủ và phong cách kiểm soát). Mặc dù các nghiên cứu trước đây đã chỉ ra ảnh hưởng của môi trường học tập và giảng viên đối với sinh viên, hầu hết lại chỉ phân tích nhận thức của sinh viên về giảng viên, mà ít chú trọng đến cảm nhận của sinh viên về môi trường học tập GDTC của chính họ, ví dụ như sinh viên cảm thấy hài lòng về điều kiện cơ sở vật chất, thông qua cơ sở vật chất sẽ tác động đến hứng

thú đối với học phần GDTC (Đặng Đức Hoàn, 2020). Việc hiểu rõ môi trường học tập này là yếu tố quan trọng để xác định hành vi và kết quả học tập của sinh viên, đặc biệt trong việc xây dựng thói quen ăn uống và duy trì hoạt động thể chất.

Mục tiêu của nghiên cứu này là phân tích ảnh hưởng của phong cách giảng dạy của giảng viên đến môi trường lớp học GDTC, từ đó tác động đến nhu cầu tâm lý cơ bản và động lực học tập của sinh viên, qua đó quyết định hành vi liên quan đến thói quen ăn uống và tham gia hoạt động thể chất. Đây là nghiên cứu đầu tiên xem xét vai trò của giảng viên trong sự đối lập giữa phong cách giảng dạy hỗ trợ tự chủ và phong cách kiểm soát, và ảnh hưởng của các phong cách này đến sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý của sinh viên. Nghiên cứu cũng sẽ chỉ ra những hàm ý đối với việc thiết kế bài giảng và điều chỉnh phong cách giảng dạy cho giảng viên GDTC nhằm cải thiện động lực học tập và thói quen sống lành mạnh của sinh viên.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý thuyết và giả thuyết

nghiên cứu

Theo Lý thuyết tự quyết (SDT) của Ryan (2017), các cá nhân có thể bị ảnh hưởng bởi môi trường xã hội xung quanh thông qua hai phương thức hoàn toàn khác nhau: Kiểm soát và hỗ trợ tự chủ. Phương thức kiểm soát đề cập đến việc sử dụng áp lực bên ngoài, áp đặt, đe dọa hoặc hình phạt và được coi là nguồn gốc của các hành vi mà giới trẻ thể hiện, ảnh hưởng tiêu cực đến phản ứng cá nhân, sự tự nhận thức và nỗ lực. Ngược lại, hỗ trợ tự chủ liên quan đến sáng kiến cá nhân, tự điều chỉnh và sự phát triển về thể chất và tinh thần. Tuy nhiên, SDT không chỉ tập trung vào cách giao tiếp mà còn quan tâm đến đặc điểm của môi trường, do đó cần xác định các tác nhân xã hội tác động có điều kiện và hợp lý trong bối cảnh giáo dục. Đối với môn học Giáo dục thể chất, đặc điểm môi trường sẽ liên quan đến kế hoạch, tiến trình nội dung bài học, tổ chức lớp

học, cách các hoạt động diễn ra trong lớp, sự rõ ràng và hiệu quả của phản hồi từ giáo viên, và việc vận dụng các kỹ năng khác nhau phù hợp với thực tế lớp học. Do đó, nếu một môi trường giảng dạy được xây dựng tốt thì sinh viên sẽ tiếp thu được những khái niệm trong môn học, cải thiện kỹ năng vận động và sức khỏe, cũng như tạo ra những tương tác tích cực với bạn học (Thanh Tùng, 2023). Bởi vậy, trong quá trình giảng dạy, người dạy cần: (a) cung cấp những trải nghiệm tích cực, bao gồm việc thúc đẩy và cải thiện khả năng hoạt động thể chất; (b) thúc đẩy sự phát triển nhận thức của sinh viên thông qua việc phát triển và cải thiện các bài học về nhận thức; và (c) thực hiện giảng dạy có hiệu quả, điều này liên quan đến mức độ hài lòng của sinh viên đối với nội dung giảng dạy.

Ngoài ra, bối cảnh chung trong xã hội ảnh hưởng đến các nhu cầu tâm lý, được xác định là các yếu tố thiết yếu cho sự phát triển cá nhân. Ba nhu cầu tâm lý bẩm sinh và cơ bản đó là: nhu cầu tự chủ, nhu cầu về năng lực và nhu cầu kết nối (Ryan, 2017). Về cơ bản, giới trẻ cảm thấy tự chủ khi tự đưa ra quyết định, cảm thấy có năng lực khi khả năng của họ đáp ứng được thách thức, hòa nhập vào một nhóm xã hội nhất định, và được kích thích khi các hoạt động đa dạng và hấp dẫn. Trong những điều kiện này, họ sẽ cảm thấy nhu cầu tâm lý được thỏa mãn, từ đó cho phép họ trải nghiệm động lực nội tại tự chủ, liên quan đến việc tiếp thu các kỹ năng vận động và nội dung mới, học hỏi, cải thiện mối quan hệ với bạn học, cũng như điều chỉnh và tiếp thu các hành vi thích ứng tích cực. Ngược lại, nếu trong các lớp học Giáo dục thể chất, sinh viên cảm nhận được sự trì trệ, các bài tập quá khó hoặc quá dễ, thiếu quyền kiểm soát đối với các quyết định của mình và các hoạt động nhàm chán thì họ sẽ trải qua sự cản trở trong nhu cầu tâm lý. Từ đó, họ có xu hướng cảm nhận động lực bên ngoài hoặc thậm chí là mất động lực nội tại

trong học tập, điều này liên quan đến việc thiếu sự kiên trì, bỏ cuộc trong một hoạt động thể chất nào đó cũng như giảm sút mối quan hệ với bạn học, và xuất hiện các hành vi tiêu cực (Standage et al., 2005). Như vậy, môi trường lớp học và nhu cầu tâm lý đều có thể ảnh hưởng đáng kể đến động lực học tập của sinh viên đối với môn học Giáo dục thể chất. Theo Lý thuyết tự quyết (SDT), động lực có thể là động lực nội tại hoặc bên ngoài. Động lực bên ngoài liên quan đến việc tham gia vào các hoạt động do nghĩa vụ đã được giao hoặc từ áp lực bên ngoài. Ngược lại, động lực nội tại là các hành vi dựa trên sáng kiến và sự lựa chọn cá nhân. Loại động lực thứ hai này tạo điều kiện cho sự thích ứng của cá nhân vì nó dẫn đến việc tự điều chỉnh hành vi khi mọi người có xu hướng kiên trì do sự thỏa mãn cá nhân mà hoạt động mang lại. Trái lại, động lực bên ngoài thúc đẩy hành vi không thích ứng, và cá nhân có xu hướng tránh xa một hoạt động hay thực hiện hoạt động không có trách nhiệm (Ryan, 2017).

Từ đó, các giả thuyết nghiên cứu được xây dựng như sau và khái quát ở Hình 1:

H1. Hỗ trợ tự chủ từ giảng viên sẽ tác động tích cực chất lượng giảng dạy, sự phát triển nhận thức và trải nghiệm học tập.

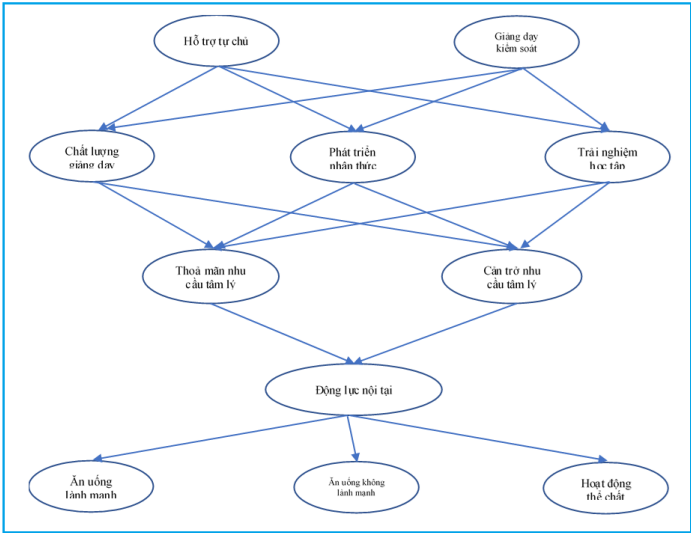
H2. Phong cách giảng dạy kiểm soát sẽ ảnh hưởng tiêu cực việc chất lượng giảng dạy, sự phát triển nhận thức và trải nghiệm học tập.

H3. Việc giảng dạy, sự phát triển nhận thức và trải nghiệm trong học tập sẽ tác động tích cực đến sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý và ảnh hưởng tiêu cực đến những cản trở nhu cầu tâm lý.

H4. Sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý sẽ ảnh hưởng tích cực động lực nội tại trong học tập.

H5. Sự cản trở nhu cầu tâm lý sẽ ảnh hưởng tiêu cực động lực nội tại.

H6. Động lực nội tại sẽ ảnh hưởng tích cực thói quen ăn uống lành mạnh và tham gia vào hoạt động thể chất.



Hình 1. Mô hình giả thuyết nghiên cứu

2.2. Phương pháp điều tra số liệu sơ cấp

Nghiên cứu tiến hành điều tra bằng bảng hỏi đối với 127 sinh viên tham gia các môn học GDTC trong năm học 2023-2024, trong đó có 63 nam và 64 nữ. Phương pháp lấy mẫu được sử dụng là lấy mẫu ngẫu nhiên không xác suất. Sử dụng thang đo Likert từ 1 đến 7 trong đó 1 là hoàn toàn không đồng ý; 7 là hoàn toàn đồng ý.

2.3. Phương pháp phân tích số liệu

Các phân tích được thực hiện trên thống kê mô tả và các mối tương quan đa biến, phân tích độ tin cậy bằng phương pháp phân tích thống kê SPSS 20. kết hợp cùng mô hình phương trình cấu trúc SEM trên ứng dụng AMOS 20. Mô hình được đánh giá, phân tích thông qua xem xét mức độ phù hợp với các chỉ số đo độ phù hợp của mô hình: χ^2 / df , chỉ số mức độ phù hợp (IFI), chỉ số phù hợp tương đối (CFI), trung bình số dư bình phương gốc

chuẩn hoá (SRMR) và trung bình sai số bình phương gốc xấp xỉ (RMSEA) cùng với khoảng tin cậy (CI) ở mức 90%. Cụ thể, χ^2 / df cần đạt giá trị nhỏ hơn 3, các giá trị cho CFI và IFI dao động từ 0 ->1 và có ý nghĩa khi đạt giá trị $\geq 90\%$ và các giá trị cho chỉ số SRMR và RMSEA nên $\leq 6\% \div 8\%$ thì mô hình được xác định là phù hợp (Bentler, 1990).

3. KẾT QUẢ VÀ BÀN LUẬN

3.1. Phân tích thống kê và độ tin cậy

Bảng 1 hiển thị các mối tương quan đa biến, độ trung bình và độ lệch tiêu chuẩn và kết quả phân tích độ tin cậy với hệ số Cronbach's alpha cho từng nhân tố khảo sát: hỗ trợ tự chủ (F1), giảng dạy kiểm soát (F2), chất lượng giảng dạy (F3), sự phát triển nhận thức (F4), trải nghiệm học tập (F5), sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý (F6), sự cản trở nhu cầu tâm lý (F7), động lực nội tại (F8), thói quen ăn uống lành mạnh (F9), thói quen ăn uống không lành mạnh (F10) và hoạt động thể chất (F11).

Bảng 1. Kết quả phân tích thống kê mô tả (N=127)

STT	Nhân tố	Mean	Độ lệch chuẩn (SD)	Hệ số Cronbach's Alpha
1	F1	4,17	0,57	0,594
2	F2	1,27	1,02	0,649
3	F3	5,65	1,08	0,493
4	F4	4,80	1,34	0,551
5	F5	5,37	1,86	0,560
6	F6	5,12	0,62	0,538

STT	Nhân tố	Mean	Độ lệch chuẩn (SD)	Hệ số Cronbach's Alpha
7	F7	1,85	1,56	0,520
8	F8	12,91	13,71	0,596
9	F9	2,67	0,75	0,549
10	F10	1,82	0,90	0,618
11	F11	3,76	1,13	0,620

Kết quả phân tích tương quan giữa các biến ở bảng 2 cho thấy mối tương quan thuận chiều giữa hỗ trợ tự chủ, chất lượng giảng dạy, sự phát triển nhận thức, trải nghiệm học tập, sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý, động lực nội tại, thói quen ăn uống lành mạnh và hoạt động thể chất. Đồng thời, các phân tích này thể hiện mối tác động ngược chiều với phương thức giảng dạy kiểm soát, sự cản trở nhu cầu tâm lý và thói

quen ăn uống không lành mạnh. Thêm vào đó, có một mối tương quan tích cực giữa phương thức giảng dạy kiểm soát, sự cản trở nhu cầu tâm lý và thói quen ăn uống không lành mạnh, trong khi có một mối tương quan tiêu cực với hỗ trợ tự chủ, chất lượng giảng dạy, sự phát triển nhận thức, trải nghiệm lớp học, sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý, động lực nội tại, thói quen ăn uống lành mạnh và hoạt động thể chất.

Bảng 2. Mối tương quan giữa các biến

Nhân tố	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
F1	-	-0,48***	0,56***	0,41***	0,38***	0,48***	-0,18**	0,32**	0,10*	-0,16*	0,23**
F2		-	-0,25**	-0,21**	-0,27**	-0,51**	0,57***	-0,46***	-0,28***	0,13**	-0,36***
F3			-	0,54***	0,68***	0,36**	-0,18***	0,60***	0,30**	-0,10*	0,21**
F4				-	0,21***	0,40***	-0,29**	0,57***	0,24**	-0,21**	0,42***
F5					-	0,27**	-0,30***	0,54**	0,31*	-0,18**	0,35**
F6						-	-0,56***	0,71***	0,38**	-0,12*	0,51***
F7							-	-0,34***	-0,18**	0,23***	-0,38**
F8								-	0,53***	-0,14**	0,71***
F9									-	-0,16**	0,65***
F10										-	-0,08*
F11											-

Note: *** $p < 0,001$; ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

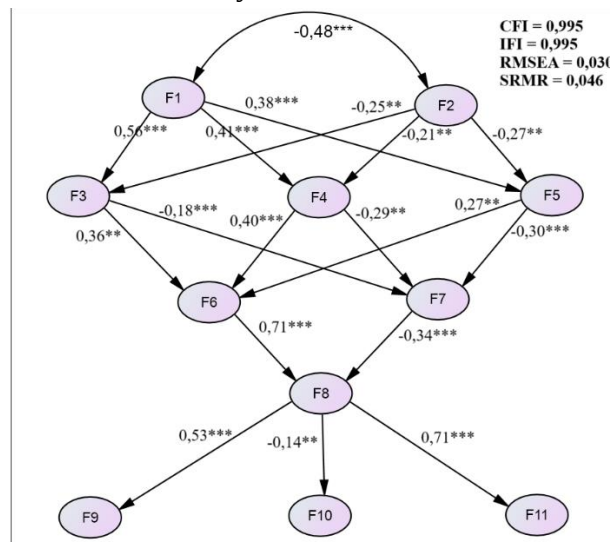
3.2. Phân tích mô hình phương trình cấu trúc (SEM)

Sau khi phân tích độ tin cậy để xác định các biến phù hợp với mô hình, nghiên cứu tiếp

tục thực hiện kiểm tra và phân tích mối quan hệ giữa các biến dựa vào mô hình phương trình cấu trúc (SEM). Mô hình phương trình cấu trúc (SEM) ở hình 2 đã thể hiện với các

chỉ số phù hợp sau: Chi bình phương χ^2 /df= 1,176; CFI = 0,995; IFI = 0,995; p < 0,001, RMSEA = 0,030; SRMR = 0,046. Như vậy,

mô hình giả thuyết có thể được coi là phù hợp vì các chỉ số có kết quả đạt các giá trị trong ngưỡng chấp nhận được (Hu & Bentler, 1999).



Hình 2. Tương quan giữa các biến theo mô hình SEM

3.3. Bàn luận

Vai trò kép của người dạy học và môi trường giảng dạy có cấu trúc rất quan trọng, nó có tác động đến sự phát triển cảm xúc, kết nối và tâm lý của sinh viên. Ngoài ra, mối liên hệ này rất quan trọng trong việc xác định cách sinh viên phát triển khả năng và kiến thức của họ dựa trên sự cân bằng giữa khám phá và kinh nghiệm trước đó, giúp họ đưa ra quyết định tốt hơn trong cuộc sống ở cả hiện tại và tương lai (Thanh Tùng, 2023). Cụ thể, nghiên cứu này phân tích ảnh hưởng của môn học GDTC đến cách sinh viên đưa ra quyết định liên quan đến lối sống của họ: Thói quen ăn uống và việc thực hành hoạt động thể chất thường xuyên. Trong bối cảnh này, môn học GDTC là một lĩnh vực lý tưởng để đảm bảo rằng sinh viên phát triển kiến thức và một tập hợp các khả năng cũng như thái độ ủng hộ việc áp dụng thói quen lối sống lành mạnh. Kết quả cho thấy hỗ trợ tự chủ có ảnh hưởng tích cực đến ba yếu tố cấu trúc của các môi trường lớp học GDTC (chất lượng giảng dạy, sự phát triển nhận thức và trải nghiệm học tập). Ngược lại, phương thức giảng dạy kiểm soát cho thấy tác động tiêu cực ba yếu tố cấu trúc này. Trong mô hình nghiên cứu đã được trình bày, các kết quả giữa vai trò kép của

giảng viên và môi trường lớp học GDTC gợi ý rằng khi giảng viên cung cấp các chỉ dẫn, quy tắc và phản hồi kịp thời để dẫn dắt hành vi của sinh viên, họ có xu hướng sử dụng phong cách hỗ trợ tự chủ. Hơn nữa, các giảng viên hỗ trợ tự chủ luôn cố gắng thúc đẩy sự tương tác, hỗ trợ, kiến thức về các khái niệm và kỹ năng vận động dựa trên các bài tập phù hợp. Phương thức giảng dạy kiểm soát sẽ ngược lại hoàn toàn vì khi đó giảng viên có xu hướng sử dụng các bài tập không gắn liền với thực tế, bối cảnh và không xem xét các phản ứng tiêu cực trong lớp học.

Kết quả nghiên cứu về mối quan hệ giữa cấu trúc môi trường học tập môn học GDTC và sự thỏa mãn cũng như sự cản trở nhu cầu tâm lý cho thấy những giảng viên kích thích việc tiếp cận các khái niệm, các nguyên tắc kỹ năng cơ bản của môn học GDTC, cũng như nâng cao kỹ năng vận động của sinh viên thông qua việc tích hợp và áp dụng các phương pháp đổi mới sẽ khiến sinh viên cảm thấy tự chủ, có năng lực và hứng thú hơn với môn học GDTC. Trên cơ sở đó, những sinh viên có nhiều kiến thức và kỹ năng vận động hơn và đã được tiếp xúc với các bài học phong phú sẽ cảm thấy mình đủ năng lực để thực hiện các hoạt động thể chất một cách hiệu quả.

Từ thái độ, cảm nhận này sẽ thúc đẩy họ đưa ra quyết định của bản thân và tham gia tích cực hơn vào quá trình học, từ đó nâng cao cảm nhận về sự tự chủ và kết nối với bạn học. Kết quả cũng cho thấy rằng sự cản trở nhu cầu tâm lý tác động tiêu cực tới động lực nội tại, trong khi sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý ảnh hưởng tích cực. Việc cảm thấy tự tin và có đủ năng lực với các bài tập trên lớp, cảm thấy được hòa nhập và có mối quan hệ tốt với bạn học cùng lớp và/hoặc với giảng viên, cảm thấy làm chủ những quyết định của chính mình và tham gia vào các hoạt động sáng tạo giúp sinh viên thấy động lực học tập đối với môn học GDTC. Tiếp theo đó, động lực nội tại sẽ có mối quan hệ tích cực đến thói quen ăn uống lành mạnh và việc thực hành hoạt động thể chất, đồng thời làm hạn chế các thói quen ăn uống không lành mạnh.

4. KẾT LUẬN

Kết quả thu được trong nghiên cứu phù hợp chặt chẽ với các giả thuyết của Lý thuyết tự quyết (SDT), nhấn mạnh tầm quan trọng

của môi trường học tập môn học GDTC trong việc thúc đẩy việc áp dụng thói quen lối sống lành mạnh.

Nghiên cứu đã làm nổi bật vai trò quan trọng của các phong cách giảng dạy hỗ trợ trong việc nâng cao động lực nội tại của sinh viên. Khi giảng viên tạo ra một môi trường ưu tiên hỗ trợ tự chủ, sinh viên có xu hướng cảm thấy tự tin, gắn kết và có động lực tham gia vào các hành vi lành mạnh.

Mối tương quan tích cực giữa hỗ trợ tự chủ và sự thỏa mãn nhu cầu tâm lý càng nhấn mạnh thêm mối quan hệ này, cho thấy rằng khi sinh viên cảm thấy được khuyến khích, họ có xu hướng áp dụng thói quen ăn uống lành mạnh hơn và duy trì lối sống năng động.

Từ đó, các giảng viên và nhà quản lý giáo dục nên xem xét thiết kế và triển khai các chương trình GDTC nhằm tạo ra một môi trường hỗ trợ tự chủ và có cấu trúc, bằng cách này, họ có thể nâng cao sức khỏe tổng thể của sinh viên và khuyến khích các thói quen lành mạnh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Barbeau, A., Sweet, S. N., & Fortier, M. (2009). A Path-Analytic Model of Self-Determination Theory in a Physical Activity Context. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 14(3), 103–118. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9861.2009.00043.x>
3. Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238–246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
4. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2021). Quy định về giáo dục thể chất trong chương trình giáo dục phổ thông.
5. Bộ Y tế Việt Nam. (2022). *Báo cáo về tình hình thừa cân và béo phì ở thanh thiếu niên tại Việt Nam*.
6. Đặng Đức Hoàn. (2020). *Một số yếu tố ảnh hưởng đến hứng thú học tập học phần GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam*, Tạp chí GD&XH tháng 1/2021, 149-154.

Nguồn bài báo: Báo cáo tại Hội thảo chuyên đề tại Trung tâm GDTC&TT, Học viện Nông nghiệp Việt Nam – Tháng 8.2024. Tác giả: TS. Đặng Đức Hoàn và ThS. Nguyễn Văn Quảng.

Ngày nhận bài: 10/11/2024; Ngày đánh giá: 25/11/2024; Ngày duyệt đăng: 10/12/2024.

ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP CƠ BẢN NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG ĐÀO TẠO TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

PROPOSING BASIC SOLUTIONS TO IMPROVE TRAINING QUALITY AT HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Lê Thị Thùy Chi

Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

Tóm tắt: Nâng cao chất lượng đào tạo ở trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội giai đoạn hiện nay là một việc làm rất quan trọng và cần thiết. Do vậy, chúng tôi đề xuất và khảo nghiệm tính khả thi, tính cần thiết của 03 nhóm giải pháp chủ yếu được xác định đó là: 1. Nhóm giải pháp nâng cao nhận thức; 2. Nhóm giải pháp về đổi mới nội dung, chương trình; 3. Nhóm giải pháp đổi mới phương pháp đào tạo để nâng cao chất lượng đào tạo tại trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh.

Từ khóa: Giải pháp, nâng cao chất lượng đào tạo, tư tưởng Hồ Chí Minh.

Abstract: Improving the quality of training at Hanoi University of Physical Education and Sports at present is a very important and necessary task. Therefore, we propose and test the feasibility and necessity of 03 main groups of solutions identified as: 1. group of solutions to raise awareness; 2. group of solutions on innovation of content and programs; 3. group of solutions to innovate training methods to improve the quality of training at Hanoi University of Physical Education and Sports at present according to Ho Chi Minh's thought.

Keywords: Solution, improve training quality, Ho Chi Minh's thought.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong lĩnh vực giáo dục, Chủ tịch Hồ Chí Minh không chỉ là nhà tư tưởng lớn mà luôn là người thầy mẫu mực rất quan tâm chăm sóc cho sự nghiệp trồng người của dân tộc. Ngay từ khi nước nhà độc lập, trên cương vị là Chủ tịch nước, Người đã rất chú trọng đề cao sự nghiệp giáo dục. Vì thế, Hồ Chí Minh được coi là một nhà giáo dục vĩ đại. Cùng với thời gian, dù có rất nhiều biến đổi ở trong nước cũng như thế giới, nhưng những chỉ dẫn về giáo dục của Người vẫn giữ nguyên tính khoa học, tính cách mạng, có ý nghĩa phương pháp luận lớn lao đối với sự nghiệp đổi mới và phát triển giáo dục nước ta.

Tư tưởng về thể dục thể thao của Hồ Chí Minh là một di sản quý báu, chiều sâu trong tư tưởng đó là triết lý nhân sinh sâu sắc, là tinh thần, phương pháp luận để giải quyết nhiều vấn đề trong phát triển con người. Đó là hệ

thống tư tưởng về tầm quan trọng của việc rèn luyện sức khỏe, về vai trò của thể dục thể thao, và các biện pháp nâng cao chất lượng đào tạo, hoạt động thể dục thể thao nhằm phát triển thể chất cho con người.

Trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội là nơi đào tạo nguồn nhân lực cho ngành thể dục thể thao nói chung và sư phạm giáo dục thể chất nói riêng. Trước những tác động của nhiều yếu tố khách quan và chủ quan, việc quán triệt và vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh về giáo dục vào việc nâng cao chất lượng đào tạo ở trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội giai đoạn hiện nay là một việc làm rất quan trọng và cần thiết. Nó là cơ sở để xây dựng con người Việt Nam phát triển toàn diện cả thể lực và trí lực, tạo ra nguồn nhân lực chất lượng cao trong ngành sư phạm thể dục thể thao nói riêng và thể dục thể thao nói chung.

Chúng tôi sử dụng chủ yếu các phương pháp luận của chủ nghĩa duy vật biện chứng và chủ nghĩa duy vật lịch sử, phương pháp lịch sử và logic, phương pháp phân tích tổng hợp, điều tra khảo sát thực tiễn trong giải quyết các vấn đề nghiên cứu của đề tài.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đề xuất một số giải pháp cơ bản nâng cao chất lượng đào tạo tại trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh

2.1.1. Nhóm giải pháp về nhận thức

Chủ tịch Hồ Chí Minh từng chỉ rõ: “Tư tưởng đúng thì hành động mới khỏi sai lạc và mới làm trọn nhiệm vụ cách mạng được” [37, tr.360]. Chỉ khi nào có nhận thức đúng đắn, được xây dựng trên cơ sở khoa học, mới phát huy cao độ trách nhiệm các tổ chức, các lực lượng toàn trường trong việc nâng cao chất lượng đào tạo:

Một là: Phối hợp với Đoàn thanh niên, các hoạt động thi đấu thể thao để tuyên truyền sâu rộng, nâng cao nhận thức của sinh viên về thể dục thể thao. Thông qua học tập động viên kịp thời các cá nhân, tập thể có thành tích và đóng góp cho hoạt động giáo dục đào tạo của trường, nhất là những gương sáng đạt thành tích xuất sắc trong học tập...

Hai là: Tổ chức các đợt tập huấn chuyên môn, nghiệp vụ, các buổi nói chuyện chuyên đề và hệ thống truyền thanh của Nhà trường. Thông qua đó để tạo khí thế thi đua sôi nổi trong các tổ chức, lực lượng toàn trường.

Ba là: Phát huy tính tích cực, chủ động của các tổ chức, các lực lượng trong học tập, nghiên cứu góp phần nâng cao chất lượng giáo dục - đào tạo.

Bốn là: Cần đề cao và phát huy trách nhiệm của các tổ chức, lực lượng trong Nhà trường. Thông qua đó nhằm tạo ra sức mạnh tổng hợp, bảo đảm quá trình đào tạo diễn ra đúng hướng, tạo sự chuyển biến mạnh mẽ về chất.

2.1.2. Nhóm giải pháp về đổi mới nội dung, chương trình đào tạo

Đề đổi mới nội dung, chương trình đào tạo của Nhà trường cần thực hiện tốt một số biện pháp cụ thể sau:

Một là: Chú trọng đảm bảo tính hiện đại, tính hệ thống, thống nhất, chuyên sâu.

Xác định từng khối kiến thức trong chương trình đào tạo phù hợp và thiết kế khung chương trình (kiến thức đại cương, cơ sở ngành và kiến thức chuyên ngành), nội dung, chương trình giảng dạy phải bảo đảm tính cơ bản, tính linh hoạt, tính hiện đại, đòi hỏi ít nhất là người đào tạo chuyên ngành nào phải tinh thông, hiểu biết sâu sắc chuyên ngành đó. Việc thiết kế nội dung chương trình như vậy đòi hỏi nội dung, chương trình đào tạo của Nhà trường phải là một chương trình mở và phát triển.

Đổi mới nội dung chương trình giáo dục của Nhà trường hiện nay cũng cần tập trung vào những kiến thức cơ bản, bảo đảm tính cân đối giữa các học phần, phù hợp giữa lý thuyết và thực hành để nâng cao nhận thức, bồi dưỡng năng lực và phẩm chất chính trị, đạo đức, lối sống cho sinh viên.

Hai là: Kết hợp dạy học chính khóa với ngoại khóa, chú trọng nâng cao năng lực thực hành cho sinh viên.

Nhà trường cần rà soát lại toàn bộ nội dung, chương trình các môn học, xác định rõ nội dung, kiến thức bắt buộc cần phải có của người giáo viên giáo dục thể chất. Nhà trường cần định kỳ từ 2 đến 3 năm một lần, rà soát lại nội dung, chương trình đào tạo, kiên quyết và kịp thời loại bỏ những nội dung xét thấy không thật sự cần thiết, bổ sung những nội dung, môn học mới xét thấy thật sự cần thiết đối với mục tiêu đào tạo của trường. Chương trình thực hành, thực tập sư phạm cần được xác định là nhiệm vụ chính thức nên cần đầu tư thời gian, bảo đảm vật chất, đội ngũ giáo viên có thâm niên, kinh nghiệm phụ trách.

Ngoài thời gian học tập chính khóa, sinh viên cần được tạo điều kiện tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa, cụ thể: Hoạt động tự rèn luyện và tập luyện các câu lạc bộ, tổ chức các giải thi đấu hàng năm. Bên cạnh kiến thức lý thuyết, nội dung ngoại khóa cần chú trọng bồi dưỡng cho sinh viên các năng lực chủ quan

như: Năng lực xây dựng kế hoạch, tiến trình giảng dạy và giáo án giảng dạy một cách hợp lý khoa học; giảng giải phân tích kỹ thuật; làm mẫu động tác; công tác tổ chức một giờ học; phát hiện sai sót và sửa chữa sai sót cho học sinh; kết hợp hài hòa giữa dạy kỹ thuật và phát triển thể lực; tổ chức điều hành các cuộc thi đấu; kết hợp giáo dục tư tưởng đạo đức với dạy chuyên môn.

2.1.3. Nhóm giải pháp đổi mới phương pháp đào tạo

Đổi mới nội dung, chương trình đào tạo phải gắn kết chặt chẽ với việc đổi mới phương pháp đào tạo của Nhà trường. Đây là khâu quan trọng, có ý nghĩa quyết định nâng cao chất lượng đào tạo ở trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Nói cách khác, hệ thống các phương pháp đào tạo là nhân tố cơ bản, chủ yếu để thực hiện mục tiêu, yêu cầu, nội dung, chương trình đào tạo.

Hiện nay, sự chuyển biến về phương pháp giảng dạy của Nhà trường chưa mạnh, chưa vững chắc, chưa thoát khỏi lối truyền thụ một chiều; chưa khai thác triệt để tác dụng của các phương tiện giảng dạy hiện đại; chưa phát huy được tính tích cực tự giác, sáng tạo của người học, làm cho người học còn thụ động trong học tập. Do đó, để nâng cao chất lượng đào tạo của Nhà trường phải đồng thời làm nhiều việc, trong đó “đột phá” vào đổi mới phương pháp giảng dạy, coi đây là vấn đề thiết thực và cấp bách.

Quán triệt quan điểm của Hồ Chí Minh “không phải cái gì cũ cũng bỏ hết, không phải cái gì cũng làm mới. Cái gì cũ mà xấu, thì phải bỏ... Cái gì cũ mà không xấu, nhưng phiền phức thì phải sửa đổi lại cho hợp lý. Cái gì cũ mà tốt, thì phải phát triển thêm. Cái gì mới mà hay, thì ta phải làm”[36, Tr.112], việc đổi mới phương pháp giảng dạy phải theo hướng “gạn đục, khơi trong”, tức là tận dụng những ưu điểm của phương pháp giảng dạy cũ, khắc phục mặt hạn chế của các phương pháp truyền thống, trên cơ sở tiếp thu ưu điểm của các

phương pháp khác, chú trọng tăng cường phương pháp giảng dạy tích cực.

Một là: Đổi mới phương pháp giảng dạy nhằm nâng cao và hướng dẫn việc tự học, tự nghiên cứu của sinh viên.

Phương hướng này nhằm tạo sự chuyển biến về chất trong đổi mới phương pháp giảng dạy, biến quá trình đào tạo thành quá trình tự đào tạo, trong đó xác định rõ giảng viên đóng vai trò là người hướng dẫn, điều khiển, người học giữ vai trò trung tâm với việc xác định hoạt động tự học, tự nghiên cứu của họ là chính. Nói cách khác, thực hiện phương hướng này nhằm chuyển trọng tâm của hoạt động giảng dạy từ trang bị kiến thức sang bồi dưỡng, rèn luyện phương pháp tư duy, phương pháp nắm bắt và giải quyết vấn đề, nâng cao năng lực sáng tạo, khả năng tự đào tạo, thích nghi với sự phát triển mới của xã hội và sự phong phú, đa dạng của đời sống thực tiễn. Theo đó, Nhà trường chỉ trang bị vốn tri thức cơ bản để trên cơ sở đó sinh viên lĩnh hội tri thức mới chủ động, sáng tạo.

Thực hiện phương pháp này sẽ góp phần khắc phục tình trạng dạy chay, học chay, nhồi nhét kiến thức, mang tính độc thoại “thầy giảng, trò ghi”. Nghĩa là phát huy khả năng suy nghĩ độc lập, khoa học và sáng tạo của sinh viên trong quá trình học tập, làm cho người học tự đào sâu suy nghĩ, nắm được thực chất vấn đề, thực hành mẫu. Qua đó, giúp người học biến những kiến thức đã học trở thành tri thức của bản thân, sử dụng một cách chủ động, xây dựng ở họ nền nếp suy nghĩ độc lập, khoa học và sáng tạo.

Bên cạnh đó, cần phải thấy rằng, việc hình thành phương pháp tư duy độc lập, khoa học và sáng tạo cho người học là một quá trình rèn luyện lâu dài, bền bỉ, bản thân họ phải đạt tới trình độ nhất định, có hiểu biết khá toàn diện về khoa học xã hội - tự nhiên, về lịch sử đất nước, về thế giới về khoa học thể dục thể thao... và ít nhiều có kinh nghiệm trong thực tiễn học tập. Đây là quá trình tác động hai chiều, giữa người học và người dạy. Do đó,

nếu không có sự hợp tác tích cực, chủ động, sáng tạo của người học thì mọi sự tác động sẽ không đem lại kết quả trên thực tế, thậm chí phản tác dụng.

Hai là: Đổi mới phương pháp giảng dạy gắn liền với nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên.

Chủ tịch Hồ Chí Minh đã chỉ rõ: “Nhiệm vụ giáo dục rất quan trọng và vẻ vang, vì nếu không có thầy giáo thì không có giáo dục” [39, tr.345]. Để nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên của Nhà trường, cần tập trung vào một số vấn đề sau:

- Tạo điều kiện thuận lợi cho số giảng viên lớn tuổi tham gia các lớp bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên ngành và nghiệp vụ chuyên môn ở các cơ sở đào tạo do Bộ Giáo dục và Đào tạo tổ chức, kể cả việc đi tham quan học tập, nghiên cứu kinh nghiệm thực tế ở nước ngoài, giúp đội ngũ này làm tốt vai trò nòng cốt trong giảng dạy, nghiên cứu khoa học, trở thành những chuyên gia trong lĩnh vực ngành, chuyên ngành được đảm nhiệm.

- Mạnh dạn giao việc cho những giảng viên trẻ, đưa họ vào thực tiễn giảng dạy nhằm thử thách, nâng cao trình độ, mặt khác cần có kế hoạch cử họ đi đào tạo ở trình độ cao hơn nhằm nâng cao trình độ chuyên môn. Song song với đó, cần có kế hoạch phân công giảng viên có kinh nghiệm kèm cặp, giúp đỡ giảng viên trẻ tạo sự liên thông, liên kết chặt chẽ giữa 3 thế hệ (giảng viên lâu năm – giảng viên trẻ - sinh viên), trong 2 đối tượng (Giảng viên – Sinh viên).

- Cần tăng cường phân công giảng viên đi thực tế, nhất là giảng viên trẻ với yêu cầu nội dung, thời gian cụ thể.

- Cần chú trọng công tác phát hiện, xây dựng kế hoạch tạo nguồn, quy hoạch, đào tạo từ những sinh viên đã tốt nghiệp đại học hoặc cao đẳng các chuyên ngành để bổ sung cho đội ngũ cán bộ, giảng viên của Nhà trường đủ về số lượng, đồng bộ về chuyên ngành đào tạo, chất lượng ngày càng được nâng cao.

Ngoài ra, Nhà trường cần có chế độ chính sách đãi ngộ phù hợp, lâu dài nhằm

khuyến khích động viên cán bộ, giáo viên Nhà trường yên tâm công tác cống hiến, tích cực tự học, tự nghiên cứu nâng cao trình độ.

Ba là: Đổi mới phương pháp giảng dạy gắn liền đổi mới và nâng cao chất lượng công tác quản lý sinh viên.

- Hàng năm cần chú trọng nâng cao chất lượng và tổ chức tuyển sinh đầu vào.

- Đẩy mạnh đổi mới các hình thức, nội dung Xêmina, ôn tập, kiểm tra, thi và đánh giá kết quả học tập, chất lượng sinh viên ra trường.

- Thực hiện đa dạng hoá các hình thức quản lý và biện pháp tác động tạo tính tích cực, tự giác học tập, rèn luyện của sinh viên.

Bốn là: Đổi mới phương pháp giảng dạy chú ý tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ nâng cao chất lượng đào tạo.

- Đẩy nhanh tiến độ xây dựng cơ bản để sớm hoàn thành các hạng mục công trình còn lại theo quy hoạch, xây dựng Nhà trường thật sự là một môi trường khang trang, hiện đại, xanh, sạch, đẹp.

- Tăng cường đầu tư trang thiết bị phục vụ đào tạo một cách đồng bộ và từng bước hiện đại hóa các phương tiện dạy học, vui chơi, giải trí, góp phần tích cực nâng cao chất lượng đào tạo toàn diện của trường, như: Máy chiếu, khu thể dục thể thao, nhất là cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy các môn chuyên ngành.

- Tăng cường, cải tiến hoạt động của thư viện, đảm bảo trang bị đủ sách, báo, tạp chí phục vụ cho giảng dạy và học tập, nhất là tài liệu, sách báo phục vụ cho giảng dạy học tập các môn chuyên ngành đang rất thiếu hiện nay.

- Nâng cao chất lượng khu ký túc xá sinh viên, trang bị đầy đủ những điều kiện cơ sở vật chất tối thiểu đảm bảo cho việc học tập và nghiên cứu của sinh viên, như bố trí hợp lý số sinh viên trong 01 phòng, đầy đủ giường, bàn ghế, ánh sáng, quạt v.v...

2.2. Khảo nghiệm tính cần thiết và khả thi của các giải pháp nâng cao chất lượng đào

tạo tại trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh.

Để xác định rõ tầm quan trọng về mức độ cần thiết và tính khả thi của các giải pháp, chúng tôi xác định các giá trị của câu trả lời theo các mức điểm trung bình tương ứng với các câu trả lời của người được phỏng vấn. Giá trị sử dụng của các giải pháp được xác định theo thang điểm từ 1 đến 5 (tính cần thiết được tính điểm như sau: 1: Rất không cần thiết - 2: Không cần thiết – 3: Bình thường - 4: Cần thiết - 5: Rất cần thiết; Tính khả thi được tính như sau: 1: Rất không khả thi - 2: Không khả thi – 3: Bình thường - 4: khả thi - 5: Rất khả thi). Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Kết quả sau 2 lần phỏng vấn về tính cần thiết và khả thi của các giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo tại trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh được trình bày tại bảng 1 cho thấy có 10 giải pháp ở 3 nhóm giải pháp có điểm trung bình của tính của hai tiêu chí trên 4.00 với $p<0.001$. Để nghiên cứu mối quan hệ giữa tính cần thiết và tính khả thi của các giải pháp trong mỗi lần phỏng vấn cũng như tính cần thiết và khả thi của cả 2 lần phỏng vấn, đề tài tiến hành tính hệ số tương quan giữa các cặp tính chất của các giải pháp với nhau.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn chuyên gia về tính khả thi và cần thiết của các giải pháp (n=30)

Các giải pháp	KẾT QUẢ PHỎNG VẤN							
	Lần 1 (n=30)		Lần 2 (n=30)		Tương quan giữa 2 lần phỏng vấn			
	Tính cần thiết	Tính khả thi	Tính cần thiết	Tính khả thi	Tính cần thiết		Tính khả thi	
					r	p	r	p
Nhóm giải pháp về nhận thức								
Phối hợp với Đoàn thanh niên, các hoạt động thi đấu thể thao để tuyên truyền sâu rộng, nâng cao nhận thức của SV về TDTT	4.83	4.88	4.82	4.77	0.86	<0.001	0.96	<0.001
Tổ chức các đợt tập huấn chuyên môn, nghiệp vụ, các buổi nói chuyện chuyên đề và hệ thống truyền thanh của Nhà trường	4.83	4.46	4.79	4.42				
Phát huy tính tích cực, chủ động của các tổ chức, các lực lượng trong học tập, nghiên cứu góp phần nâng cao chất lượng giáo dục và đào tạo	4.92	4.63	4.82	4.58				
Cần đề cao và phát huy trách nhiệm của các tổ chức, lực lượng trong Nhà trường	4.79	4.46	4.76	4.42				
Nhóm giải pháp về đổi mới nội dung, chương trình đào tạo								
Chú trọng đảm bảo tính hiện đại, tính hệ thống, thống nhất, chuyên sâu.	4.88	4.46	4.79	4.39				
Kết hợp dạy học chính khóa với ngoại khóa, chú trọng nâng cao năng lực thực hành cho sinh viên.	4.58	4.42	4.52	4.39				
Nhóm giải pháp đổi mới phương pháp đào tạo								
Đổi mới phương pháp giảng dạy nhằm nâng cao và hướng dẫn việc tự học, tự	5	4.96	4.99	4.93				

Các giải pháp	KẾT QUẢ PHỎNG VẤN							
	Lần 1 (n=30)		Lần 2 (n=30)		Tương quan giữa 2 lần phỏng vấn			
	Tính cần thiết	Tính khả thi	Tính cần thiết	Tính khả thi	Tính cần thiết		Tính khả thi	
					r	p	r	p
nghiên cứu của sinh viên.								
Đổi mới phương pháp giảng dạy gắn liền với nâng cao chất lượng đội ngũ GV	4.96	4.79	4.85	4.79				
Đổi mới phương pháp giảng dạy gắn liền đổi mới và nâng cao chất lượng công tác quản lý SV.	4.88	4.63	4.82	4.58				
Đổi mới phương pháp giảng dạy chú ý tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ nâng cao chất lượng đào tạo	4.71	4.54	4.64	4.5				

Qua bảng 1 ta thấy, hệ số tương quan giữa tính cần thiết và tính khả thi của 2 lần phỏng vấn đều có mối tương quan tương đối chặt chẽ khi $r_{tính} = 0.86 - 0.96 > r_{bảng} = 0.443$ với $p < 0.001$. Như vậy chúng ta có 10 giải pháp trên đều đủ điều kiện cần thiết và khả thi để sử dụng trong việc nâng cao chất lượng đào tạo tại trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh.

3. KẾT LUẬN

Đổi mới nhận thức; nội dung, chương trình và phương pháp đào tạo là những nhóm giải pháp cơ bản, đồng bộ, có tính khả thi cao. Kết quả nghiên cứu đã đề xuất và khảo nghiệm được tính cần thiết, tính khả thi ở 10 giải pháp của

03 nhóm giải pháp chủ yếu được xác định đó là: 1.Nhóm giải pháp nâng cao nhận thức: 04 giải pháp ; 2.Nhóm giải pháp về đổi mới nội dung, chương trình: 02 giải pháp; 3.Nhóm giải pháp đổi mới phương pháp đào tạo: 04 giải pháp. Đề tài đã tiến hành khảo nghiệm tính cần thiết và tính khả thi của các giải pháp đã được lựa chọn, kết quả cho thấy cả 2 lần phỏng vấn đều có mối tương quan tương đối chặt chẽ khi $r_{tính} = 0.86 - 0.96 > r_{bảng} = 0.443$ với $p < 0.001$. Như vậy cả 10 giải pháp ở 3 nhóm giải pháp trên đều đủ điều kiện cần thiết và khả thi để sử dụng trong việc nâng cao chất lượng đào tạo tại trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội hiện nay theo tư tưởng Hồ Chí Minh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hồ Chí Minh (2011), *Toàn tập*, tập 3-12, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.
2. Đảng Cộng sản Việt Nam (2011), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XI*, NXB CTQG, Hà Nội, tr.216.
3. Phan Ngọc Liên, Nguyễn An (2002), *Hồ Chí Minh với giáo dục đào tạo*, NXB Bách khoa.
4. Nghị quyết Đại hội Đảng bộ trường ĐHSP TDDT HN lần thứ X nhiệm kỳ 2015-2020.
5. Hoàng Diệu Thúy (2007), *Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh về Giáo dục – Đào tạo nhằm nâng cao chất lượng Giáo dục – Đào tạo trong các trường cao đẳng và trung học chuyên nghiệp ở tỉnh Ninh Bình hiện nay*, Luận văn thạc sĩ Hồ Chí Minh học, Hv CT – HCQGHCM, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Lê Thị Thùy Chi (2015), Bài báo được trích dẫn từ đề tài luận văn thạc sĩ bảo vệ tại Học viện Báo chí và Tuyên truyền: “*Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh về giáo dục vào việc nâng cao chất lượng đào tạo ở trường Đại học Sư phạm thể dục thể thao Hà Nội hiện nay*”.

Ngày nhận bài: 10/11/2024; Ngày đánh giá: 24/11/2024; Ngày duyệt đăng: 06/12/2024.

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ XẾP LOẠI THỂ LỰC CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ DỊCH VỌNG, CẦU GIẤY, HÀ NỘI

BUILDING STANDARDS FOR ASSESSMENT AND CLASSIFICATION OF PHYSICAL FITNESS FOR STUDENTS AT DỊCH VỌNG SECONDARY SCHOOL, CAU GIAY, HANOI

TS. Nguyễn Mạnh Toàn¹, ThS. Trần Ngọc An²

Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội¹, Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội²

Tóm tắt: Qua đánh giá thực trạng sự phù hợp, thực hiện tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh trường trung học cơ sở Dịch Vọng, tác giả đã lựa chọn được 6 test để sử dụng kiểm tra - đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu. Xây dựng được được bảng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm tổng hợp và tiêu chuẩn tổng hợp trong đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường trung học cơ sở Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội.

Từ khóa: Tiêu chí, tiêu chuẩn, xếp loại thể lực, nam học sinh, đánh giá.

Abstract: During the research process, the author selected 6 tests to use to test and evaluate the physical fitness of research subjects. Developed a classification standard table, a comprehensive score table and a comprehensive standard in assessing physical fitness for male students at Dich Vong Secondary School, Cau Giay, Hanoi.

Key words: Criteria, standard, physical rating, male student, evaluate.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực trạng công tác đánh giá, xếp loại thể lực của học sinh các Trường THCS nói chung và Trường THCS Dịch Vọng nói riêng vẫn còn khá nhiều tồn tại như: thực trạng việc thực hiện tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, các yếu tố và điều kiện đảm bảo cho công tác kiểm tra, đánh giá, sự phù hợp của tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực đối với học sinh trường THCS Dịch Vọng.

Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên được ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/9/2008 sử dụng trong đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên từ lứa tuổi 6 đến 20 tuổi với 6 test đánh giá thuộc 4 tố chất (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo - khéo léo) đã trải qua trên 15 năm sử dụng tiêu chuẩn đánh giá, hiện nay thang điểm và tiêu chuẩn ở một số test đánh giá không còn phù hợp với đối tượng học

sinh cần thiết phải xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội mới đáp ứng với công tác đánh giá phù hợp với thể lực của học sinh trong giai đoạn hiện nay.

Các phương pháp nghiên cứu đã được sử dụng gồm: Phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm; phương pháp Kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn và đề xuất tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Tiến hành lựa chọn các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm, phỏng vấn các chuyên gia, HLV. Kết quả trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội (n = 32)

TT	Các tiêu chí	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%
1	Test đi bộ/chạy 600m	4	12.50	10	31.25	18	56.25
2	Test đi bộ/chạy 800m	3	9.38	12	37.50	17	53.13
3	Test đi bộ/chạy 1km	28	87.50	4	12.50	-	0.00
4	Test đi bộ/chạy 1,6km	6	18.75	8	25.00	18	56.25
5	Test bước bục 3 phút	2	6.25	5	15.63	25	78.13
6	Co tay sau lưng (cm)	8	25.00	6	18.75	20	62.50
7	Test Đi bộ 6 phút (m)	7	21.88	9	28.13	16	50.00
8	Test đứng lên, ngồi xuống ghế 30s	5	15.63	7	21.88	20	62.50
9	Lực bóp tay thuận (kg)	9	28.13	7	21.88	16	50.00
10	Test Chống đẩy (lần/30 giây)	25	78.13	5	15.63	2	6.25
11	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	24	75.00	5	15.63	3	9.38
12	Chạy 30m XPC (s)	26	81.25	6	18.75	-	0.00
13	Ngồi và vói (cm)	10	31.25	3	9.38	19	59.38
14	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	23	71.88	5	15.63	4	12.50
15	Bật xa tại chỗ (cm)	27	84.38	4	12.50	1	3.13
16	Chạy tuỷ sức 5 phút (m)	12	37.50	2	6.25	18	56.25
17	Test chạy 12 phút	11	34.38	1	3.13	20	62.50

Từ kết quả bảng 1 cho thấy, có 6 tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu mà đề tài đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn từ trên 70% ý kiến xếp ở mức ưu tiên 1. Để xác định độ tin cậy cho khách thể nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra 2 lần trên 400 học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội. Kết quả trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Hệ số tin cậy của các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội (n=400)

TT	Test	Lần 1		Lần 2		r	p
		X	±δ	X	±δ		
Nam	Test đi bộ/chạy 1km(phút)	5.52	0.61	5.55	0.62	0.86	<0.05
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	16.07	3.86	16.67	3.88	0.87	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.77	3.66	17.46	3.55	0.85	<0.05
	Chạy 30m XPC (s)	5.48	0.94	5.49	0.96	0.84	<0.05
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	11.32	1.22	11.33	1.32	0.84	<0.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	177.38	17.94	178.63	17.93	0.83	<0.05
Nữ	Test đi bộ/chạy 1km (phút)	7.333	0.38	7.351	0.39	0.82	<0.05
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	15.2	5.13	15.33	5.21	0.87	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	12.67	3.38	12.87	3.48	0.81	<0.05
	Chạy 30m XPC (s)	6.03	0.33	6.06	0.34	0.82	<0.05
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	12.32	1.23	12.23	1.31	0.84	<0.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	159.32	18.36	159.86	18.62	0.86	<0.05

Số liệu tại bảng 2 cho thấy, tất cả các tiêu chí đánh giá thể lực đều có hệ số tin cậy $r > 0.8$ và $P < 0.05$. Vậy các tiêu chí trên có đủ độ tin cậy để đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Từ kết quả trên đề tài tiến hành phân loại từng tiêu chí, tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội thành 5 mức: Tốt, khá, Trung bình, yếu, kém theo quy tắc 2 xích ma.

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

Căn cứ vào các kết quả thống kê trong bảng 3, tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu, kết quả được trình bày ở bảng 4.

Từ kết quả thu được ở các bảng 3, qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém.

- Loại Tốt: Từ 9 đến 10 điểm.
- Loại Khá: Từ 7 đến < 9 điểm.

- Yếu: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} - 2\delta$.
- Kém: $< \bar{x} - 2\delta$

Với những tiêu chuẩn mà kết quả lập test với số đo càng nhỏ càng tốt thì 5 mức kể trên sẽ xếp theo hướng ngược lại. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.

Để có căn cứ đánh giá xếp loại thể lực của đối tượng nghiên cứu theo cùng 1 đơn vị đánh giá, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng tiêu chí, tiêu chuẩn đã lựa chọn. Trong thực tiễn đánh giá, do có những kết quả không nằm ở mức phân định, nên khi đánh giá cần thiết sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích một tiêu chí nào gần với mức điểm nào hơn thì lấy điểm đó. Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 4

- Loại Trung bình: Từ 5 đến < 7 điểm.
- Loại Yếu: Từ 3 đến < 5 điểm.
- Loại Kém: Từ 0 đến < 3 điểm.

Tổng các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội là 06 test, do đó tổng điểm tối đa là 60 điểm theo thang điểm 10 (thang độ C). Để xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh, căn cứ vào quy ước như trên, tiến hành xác định ranh giới trên, ranh giới dưới ở các mức phân loại đánh giá tổng hợp, thu được kết quả như trình bày ở bảng 5.

**Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại đánh giá xếp loại thể lực theo từng chỉ tiêu cho nam học sinh
Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội**

Lớp	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
Lớp 6	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>384.40	384.40-378.30	378.30-366.10	366.10-360.00	<360.00
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<11.13	11.13-13.20	13.20-17.34	17.34-19.41	>19.41
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<9.63	9.63-11.82	11.82-16.20	16.20-18.39	>18.39
	Chạy 30m XPC (s)	>6.70	6.70-6.36	6.36-5.68	5.68-5.34	<5.34
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.53	13.53-13.16	13.16-12.42	12.42-12.05	<12.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	<153.20	153.20-158.80	158.80-170.00	170.00-175.60	>175.60
Lớp 7	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>363.24	363.24-357.22	357.22-345.18	345.18-339.16	<339.16
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<12.43	12.43-14.45	14.45-18.49	18.49-20.51	>20.51
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<10.58	10.58-12.80	12.80-17.24	17.24-19.46	>19.46
	Chạy 30m XPC (s)	>6.58	6.58-6.24	6.24-5.56	5.56-5.22	<5.22
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.31	13.31-12.95	12.95-12.23	12.23-11.87	<11.87
	Bật xa tại chỗ (cm)	<163.50	163.50-169.05	169.05-180.15	180.15-185.70	>185.70
Lớp 8	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>344.20	344.20-338.20	338.20-326.20	326.20-320.20	<320.20
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<13.33	13.33-15.45	15.45-19.69	19.69-21.81	>21.81
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<11.62	11.62-13.87	13.87-18.37	18.37-20.62	>20.62
	Chạy 30m XPC (s)	>6.52	6.52-6.16	6.16-5.44	5.44-5.08	<5.08
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.09	13.09-12.74	12.74-12.04	12.04-11.69	<11.69
	Bật xa tại chỗ (cm)	<173.66	173.66-179.23	179.23-190.37	190.37-195.94	>195.94
Lớp 9	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>324.72	324.72-318.76	318.76-306.84	306.84-300.88	<300.88
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<14.35	14.35-16.51	16.51-20.83	20.83-22.99	>22.99
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<12.71	12.71-14.98	14.98-19.52	19.52-21.79	>21.79
	Chạy 30m XPC (s)	>6.42	6.42-6.06	6.06-5.34	5.34-4.98	<4.98
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>12.89	12.89-12.54	12.54-11.84	11.84-11.49	<11.49
	Bật xa tại chỗ (cm)	<183.52	183.52-189.09	189.09-200.23	200.23-205.80	>205.80

**Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá xếp loại thể lực theo từng chỉ tiêu cho nam học sinh
Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội**

Lớp	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Lớp 6	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	356.95	360.00	363.05	366.10	369.15	372.20	378.30	384.40	390.50	396.60
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	20.45	19.41	18.38	17.34	16.31	15.27	13.20	11.13	9.06	6.99
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19.49	18.39	17.30	16.20	15.11	14.01	11.82	9.63	7.44	5.25
	Chạy 30m XPC (s)	5.17	5.34	5.51	5.68	5.85	6.02	6.36	6.70	7.04	7.38
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.87	12.05	12.24	12.42	12.61	12.79	13.16	13.53	13.90	14.27
	Bật xa tại chỗ (cm)	178.40	175.60	172.80	170.00	167.20	164.40	158.80	153.20	147.60	142.00
Lớp 7	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	336.15	339.16	342.17	345.18	348.19	351.20	357.22	363.24	369.26	375.28
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	21.52	20.51	19.50	18.49	17.48	16.47	14.45	12.43	10.41	8.39
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20.57	19.46	18.35	17.24	16.13	15.02	12.80	10.58	8.36	6.14
	Chạy 30m XPC (s)	5.05	5.22	5.39	5.56	5.73	5.90	6.24	6.58	6.92	7.26
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.69	11.87	12.05	12.23	12.41	12.59	12.95	13.31	13.67	14.03
	Bật xa tại chỗ (cm)	188.48	185.70	182.93	180.15	177.38	174.60	169.05	163.50	157.95	152.40
Lớp 8	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	317.20	320.20	323.20	326.20	329.20	332.20	338.20	344.20	350.20	356.20
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	22.87	21.81	20.75	19.69	18.63	17.57	15.45	13.33	11.21	9.09
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	21.75	20.62	19.50	18.37	17.25	16.12	13.87	11.62	9.37	7.12
	Chạy 30m XPC (s)	4.90	5.08	5.26	5.44	5.62	5.80	6.16	6.52	6.88	7.24
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.52	11.69	11.87	12.04	12.22	12.39	12.74	13.09	13.44	13.79
	Bật xa tại chỗ (cm)	198.73	195.94	193.16	190.37	187.59	184.80	179.23	173.66	168.09	162.52
Lớp 9	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	297.90	300.88	303.86	306.84	309.82	312.80	318.76	324.72	330.68	336.64
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	24.07	22.99	21.91	20.83	19.75	18.67	16.51	14.35	12.19	10.03
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22.93	21.79	20.66	19.52	18.39	17.25	14.98	12.71	10.44	8.17
	Chạy 30m XPC (s)	4.80	4.98	5.16	5.34	5.52	5.70	6.06	6.42	6.78	7.14
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.32	11.49	11.67	11.84	12.02	12.19	12.54	12.89	13.24	13.59
	Bật xa tại chỗ (cm)	208.59	205.80	203.02	200.23	197.45	194.66	189.09	183.52	177.95	172.38

Bảng 5. Tiêu chuẩn tổng hợp điểm đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Xếp loại	Tổng điểm đánh giá xếp loại thể lực học sinh (tối đa 60 điểm)
Tốt	≥ 54.00
Khá	$42.00 \rightarrow < 54.00$
Trung bình	$30.00 \rightarrow < 42.00$
Yếu	$18.00 \rightarrow < 30.00$
Kém	≤ 18.00

Để đạt được tổng điểm của một mức phân loại nào, không nhất thiết phải đạt được số điểm của từng tiêu chí, từng test theo như mức phân loại của từng tiêu chuẩn loại đó, mà có thể lấy điểm số đạt cao của test này để bù cho điểm đạt thấp của test khác theo quy luật bù trừ, sao cho tổng điểm đạt được nằm trong khoảng xác định của bảng phân loại tổng hợp (bảng 5) với điều kiện không có hơn 3 nội dung ở mức độ yếu và kém.

3. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 6 test, cả 06 test này đều đảm bảo đủ tính thông báo và độ tin cậy thống kê cần thiết để sử dụng kiểm tra - đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu, xây dựng được 04 bảng tiêu chuẩn phân loại, 04 bảng điểm tổng hợp và 01 tiêu chuẩn tổng hợp trong đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
2. Hoàng Công Dân, Dương Nghiệp Chí (2008) *"Xây dựng tiêu chuẩn rèn luyện thân thể mới cho học sinh và sinh viên Việt Nam"*, Đề tài khoa học công nghệ cấp Bộ, Viện Khoa học TDTT.
3. Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp TDTT trong nhà trường*, NXB TDTT, Hà Nội.
4. Tạ Hồng Hải (2000), *Nghiên cứu nâng cao năng lực thể chất của học sinh phổ thông lứa tuổi 11 - 14*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT Hà Nội.
5. Viện Khoa học TDTT (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm năm 2001)*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: “*Nghiên cứu thực trạng và đề xuất tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội*”. Đề tài luận văn cao học, trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội, bảo vệ tháng 11/2023. Đề tài này là sản phẩm đào tạo của đề tài nghiên cứu khoa học cấp Bộ “*Nghiên cứu thực trạng và đề xuất tiêu chí quy định việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*”, mã số B2022-TDH-02.

Ngày nhận bài: 06/11/2024; Ngày đánh giá: 10/12/2024; Ngày duyệt đăng: 20/12/2024.

ỨNG DỤNG MỘT SỐ BÀI TẬP VŨ TRANG PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN KHÓA 49, KHOA GIÁO DỤC QUỐC PHÒNG, TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

APPLICATION OF SOME ARMED EXERCISES FOR PHYSICAL DEVELOPMENT OF 49TH- COURSE STUDENTS, FACULTY OF NATIONAL DEFENSE EDUCATION, HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF EDUCATION

Nguyễn Thị Phụng, TS. Nguyễn Kế Bình
Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP. Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong lĩnh vực giáo dục thể chất và thể dục thể thao để đánh giá hiệu quả một số bài tập vũ trang trong phát triển thể chất của sinh viên khóa 49 khoa Giáo dục quốc phòng (GDQP) trường Đại học Sư phạm (ĐHSP) Thành phố Hồ Chí Minh (TPHCM). Qua thời gian thực nghiệm, đề tài nhận thấy các bài tập vũ trang được chọn đạt hiệu quả và đã giúp nâng cao thể chất cho sinh viên khoa GDQP khóa 49 trường ĐHSP TPHCM. Điều này cho thấy sự phù hợp của các bài tập được lựa chọn và chương trình tập luyện được xây dựng khoa học, phù hợp với điều kiện thực tế.

Từ khóa: Bài tập vũ trang, phát triển thể chất, sinh viên khóa 49.

Abstract: The study used conventional research methods in the field of physical education and sports to evaluate the effectiveness of certain armed exercises in the physical development of students in the 49th course of the Department of National Defense Education, Ho Chi Minh City University of Education. Findings from the experimental period revealed that these selected armed exercises were highly effective, contributing significantly to improved fitness levels among the students. This demonstrates the suitability of both the chosen exercises and the scientifically designed training program, confirming its practical effectiveness and alignment with real-world real conditions.

Key words: Armed exercises, physical fitness development, 49th course students.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong suốt quá trình lãnh đạo, Đảng ta luôn coi trọng nhân tố con người, coi đó là yếu tố quyết định sự thành bại của cách mạng, đặt con người vào vị trí trung tâm của quá trình phát triển. Quan điểm, chủ trương trên cho thấy tầm quan trọng của giáo dục thể chất (GDTC) cho thế hệ trẻ. Bởi một dân tộc khỏe mạnh cần quan tâm tới dinh dưỡng, GDTC cho trẻ em từ nhỏ để tạo nguồn lực phát triển đất nước vững mạnh. Đào tạo giáo viên Giáo dục quốc phòng an ninh trình độ đại học có bản lĩnh chính trị vững vàng, có phẩm chất đạo đức, có sức khỏe, năng lực đáp ứng yêu cầu giảng dạy. Như vậy muốn giáo viên quốc phòng an ninh trong bối cảnh mới, vững

chuyên môn, rèn luyện qua thao trường thì cần có thể chất tối ưu việc rèn luyện và phát triển thể chất một cách hợp lý cũng là vấn đề đang được nhà trường quan tâm. Đây chính là nội dung chính đáp ứng mục tiêu đào tạo giáo viên chất lượng cao.

Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp tham khảo tài liệu, Phương pháp kiểm tra sư phạm, Phương pháp toán thống kê, Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp thực nghiệm sư phạm, Phương pháp nhân trắc học, Phương pháp kiểm tra y sinh.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá thực trạng về thể chất của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM

2.1.1. Xác định các chỉ số, test đánh giá sự phát triển thể chất cho sinh viên

Qua quá trình tìm hiểu, thu thập tổng hợp, phân tích tài liệu có liên quan. Chúng tôi

tiến hành phỏng vấn các giáo viên, giảng viên dạy GDQP trên địa bàn tỉnh Long An, TPHCM và một số tỉnh thành khác. Tiến hành phỏng vấn 2 lần bằng phiếu cùng 1 cách đánh giá, trên cùng các chỉ tiêu, test kiểm tra. Kết quả thu được ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lần 1, 2 về mức độ sử dụng các test đánh giá sự phát triển thể chất của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM

TT	Nội dung chỉ tiêu, test kiểm tra	Kết quả phỏng vấn								χ^2	P
		Lần 1 (n= 31)				Lần 2 (n= 31)					
		Đồng ý		Không đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý			
		n	%	n	%	n	%	n	%		
I. Hình thái											
1	Chiều cao đứng (cm)	31	100	00	00	30	96.77	01	3.23	1.02	>0.05
2	Cân nặng (kg)	29	93.55	02	6.45	29	93.55	02	6.45	0.00	>0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	20	64.52	11	35.48	20	64.52	11	35.48	0.00	>0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	30	96.77	01	3.23	30	96.77	01	3.23	0.00	>0.05
II. Chức năng											
5	Chỉ số công năng tim (Hw)	30	96.77	01	3.23	30	96.8	01	3.2	0.00	>0.05
6	TSMHH (lần/phút)	30	96.77	01	3.23	29	96.8	01	3.2	0.35	>0.05
7	Tần số thở (lần/phút)	17	54.84	14	45.16	17	54.8	14	45.1	0.00	>0.05
III. Thể lực											
8	Chạy 100 m XPT (s)	29	93.55	02	6.45	28	90.32	03	9.68	0.22	>0.05
9	Lực bóp tay thuận (kg)	19	61.29	12	38.71	19	61.29	12	38.71	0.00	>0.05
10	Nằm ngửa gập bụng lần/30s	29	93.55	02	6.45	29	93.55	02	6.45	0.00	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	20	64.52	11	35.48	22	70.97	09	29.03	1.02	>0.05
12	Chạy 30m XPC (s)	20	64.52	11	35.48	19	61.29	12	38.71	0.07	>0.05
13	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	22	70.97	09	29.03	22	70.97	09	29.03	0.00	>0.05
14	Nhảy xa (m)	30	96.77	01	3.23	30	96.77	01	3.23	0.00	>0.05
15	Bật 3 bước chụm chân (m)	25	80.65	06	19.35	25	80.65	06	19.35	0.00	>0.05
16	Chạy tùy sức 5 phút (m)	26	83.87	05	16.13	25	80.65	06	19.35	0.06	>0.05

Kết quả phỏng vấn tại bảng 1 cho thấy tất cả các chỉ số, test qua 2 lần phỏng vấn đều có $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}} = 3.84$, nên sự khác biệt giữa hai lần phỏng vấn không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$. Vậy kết quả giữa 2 lần phỏng vấn các chuyên gia, giảng viên có sự đồng nhất cao về ý kiến trả lời. Qua bảng 1 đề tài quy ước chỉ chọn những test có số phiếu đồng ý sử dụng ở đạt trên 75% trở lên. Đề tài đã xác định được 10 chỉ số, test phát triển thể chất.

2.1.2. Thực trạng thể chất của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM

Về hình thái, chức năng: Kết quả kiểm tra các chỉ số hình thái, chức năng của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM có các chỉ số Chiều cao (cm), Cân nặng (kg), Chỉ số BMI (kg/m²), TSMHH (lần/phút), Chỉ số công năng tim (Hw). Kết quả trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Tổng hợp thành tích các test đánh giá thể chất của sinh viên khóa 49 khoa GDQP&AN Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

STT	Tên test	Tham số							
		$\overline{X}$		σ		Cv%		ε	
		Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ
I. Hình thái									
1	Chiều cao đứng (cm)	170.40	157.67	5.28	4.67	3.1	2.96	0.001	0.016
2	Cân nặng (kg)	64.67	51.93	8.25	4.15	12.8	7.99	0.003	0.044
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	22.29	20.90	2.72	1.53	12.2	7.33	0.003	0.040
II. Chức năng									
4	Tần số mạch hô hấp (lần/phút)	17.13	18.00	1.36	1.36	7.9	7.57	0.002	0.042
5	Chỉ số công năng tim (Hw)	7.14	7.13	0.34	0.34	4.8	4.74	0.001	0.026
III. Thể lực									
6	Chạy 100 m XPT (s)	14.81	17.08	0.34	0.36	2.32	2.08	0.0005	0.011
7	Nằm ngửa gập bụng lần/30s	17.80	17.93	1.70	0.88	9.5	4.93	0.002	0.027
8	Nhảy xa (m)	4.29	4.19	0.10	0.08	2.39	2.01	0.013	0.011
9	Bật 3 bước chụm chân (m)	6.95	6.89	0.17	0.11	2.47	1.54	0.014	0.008
10	Chạy tùy sức 5 phút (m)	957.67	886.00	31.33	18.82	3.23	2.12	0.0001	0.012

Kết quả tại bảng cho thấy: ở nữ và Chiều cao (cm), TSMHH (lần/phút), Chỉ số công năng tim (Hw) ở nam đều thể hiện sự tập trung và tương đối đồng đều với hệ số biến thiên Cv < 10%. Tuy nhiên chỉ số Cân nặng (kg), Chỉ số BMI (kg/m²) ở nam có sự phân tán, không đồng đều thể hiện chỉ số Cv > 10%. Điều này cho thấy rằng tác giả đã tuân thủ tính khách quan và ngẫu nhiên trong việc chọn mẫu nghiên cứu.

Về các test thể lực: Kết quả kiểm tra cho thấy 05 test của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM đều thể hiện sự tập trung và tương đối đồng đều ở cả nam và nữ với hệ số biến thiên Cv < 10%.

2.2. Lựa chọn các bài tập vũ trang và xây dựng chương trình thực nghiệm nhằm phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM

2.2.1. Phỏng vấn chuyên gia để lựa chọn các bài tập vũ trang nhằm phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM

Đề tài đã tổng hợp và sàng lọc được 45 bài tập vũ trang phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM. Để đảm bảo tính khả thi, chúng tôi phỏng vấn một số đối tượng giáo viên, giảng viên đã và đang làm công tác giảng dạy GDQP nói chung trên địa bàn tỉnh Long An, TPHCM và một số nơi khác.

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn ý kiến sử dụng các bài tập vũ trang phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSPTHCM

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn					
		Hoàn toàn đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý	
		n	%	n	%	n	%
1	Khởi động kết hợp với các hình thức chạy (30 giây/3 lần)	23	74.1	07	22.5	01	3.2
2	Thể dục sáng (3 lần)	24	77.4	05	16.1	04	12.9
3	Chạy 100m (3 lần)	22	70.9	08	25.8	01	6.4
4	Bật nhảy hố cát không có vũ trang (1 phút x 3 tổ)	17	54.8	11	35.5	03	3.2
5	Nhảy xa qua hố cát có vũ trang (3 lần x 3 tổ)	22	70.9	07	22.5	02	6.4
6	Chống đẩy xà kép (15 lần x 3 tổ)	18	58.1	10	32.3	03	9.7
7	Chống đẩy xà kép (20 lần x 3 tổ)	13	41.9	15	48.4	03	9.7
8	Kéo tay xà đơn (10 lần x 3 tổ)	23	74.1	06	19.3	02	6.5
9	Kéo tay xà đơn (15 lần x 3 tổ)	19	61.3	10	32.3	02	6.5
10	Chống đẩy xà kép (10 lần x 3 tổ)	24	77.4	05	16.1	02	6.5
11	Chạy 50 m x 2 (3 lần)	26	83.8	02	6.5	03	9.7
12	Nâng tạ 25 kg (30 giây/3 lần)	23	74.1	06	19.3	02	6.5
13	Bật 3 bước chụm chân (30 giây/3 lần)	25	80.6	02	6.5	04	12.9
14	Chạy vũ trang vượt vật cản (nam 3000 m, nữ 1500m)	22	70.9	06	19.3	03	9.7
15	Chạy vũ trang vượt vật cản (1 lần x 3 tổ)	23	74.1	05	16.1	03	9.7
16	Bơi tự do (50m x 3 tổ)	16	51.6	08	25.8	07	22.6
17	Bơi tự do có vũ trang (20m x 3 tổ)	10	32.3	17	54.8	04	12.9
18	Bật nhảy hố cát có vũ trang (30 giây x 3 tổ)	14	45.2	10	32.3	07	22.6
19	Gập bụng trên thang gióng (10 lần x 3 tổ)	12	38.7	10	32.3	09	29
20	Gập bụng trên thang gióng (15 lần x 3 tổ)	12	38.7	14	45.2	05	16.1
21	Các bài tập trên bãi thể lực tổng hợp (30 giây/3 lần)	22	70.9	06	19.3	03	9.7
22	Trò chơi thể thao quân sự (1 lần)	27	87.1	03	9.7	01	3.2
23	Di chuyển qua địa hình thép gai có vũ trang (5 lần)	14	45.2	09	29	08	25.8
24	Di chuyển qua địa hình tường lửa (5 lần)	14	45.2	10	32.3	07	22.6
25	Leo dây (3 lần x 3 tổ)	15	48.4	08	25.8	08	25.8
26	Leo dây có vũ trang (3 lần x 3 tổ)	15	48.4	08	25.8	08	25.8
27	Tập bắn mục tiêu cố định, ẩn hiện ban ngày bằng súng trường CKC (3 lần x 3 tổ)	11	35.5	10	32.3	10	32.3
28	Tập bắn mục tiêu cố định, ẩn hiện ban ngày bằng súng tiểu liên AK (3 lần x 3 tổ)	15	48.4	10	32.3	06	19.3
29	Tập bắn mục tiêu cố định, ẩn hiện ban ngày bằng súng ngắn K54 (3 lần x 3 tổ)	10	25.8	13	41.9	08	25.8
30	Động tác bắn mục tiêu trên không (3 lần x 3	13	41.9	15	48.4	03	9.7

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn					
		Hoàn toàn đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý	
		n	%	n	%	n	%
	tổ)						
31	Kỹ thuật bắn súng bộ binh và ném lựu đạn (3 lần x 3 tổ)	17	54.8	12	38.7	02	6.5
32	Bài tập vượt vật cản không có súng (3 lần x 3 tổ)	23	74.1	05	16.1	03	9.7
33	Bài tập vượt vật cản có súng (3 lần x 3 tổ)	24	77.4	06	19.3	01	3.2
34	Các tư thế, động tác cơ bản vận động trên chiến trường (3 lần x 3 tổ)	26	83.8	03	9.6	02	6.5
35	Kỹ thuật gạt, đâm lê cơ bản (3 lần x 3 tổ)	10	32.3	13	41.9	08	25.8
36	Kỹ thuật đánh báng súng (3 lần x 3 tổ)	10	32.3	14	45.2	07	22.6
37	Tổ chức thi đấu, giao hữu, hoạt động ngoại khóa các môn thể thao	23	74.1	05	16.1	03	9.7
38	Bài tập tình huống chiến đấu (3 lần x 3 tổ)	17	54.8	12	38.7	02	6.5
39	Bài tập phòng ngự (3 lần x 3 tổ)	10	32.3	13	41.9	08	25.8
40	Bài tập võ Bài 2 (3 lần x 3 tổ)	12	38.7	14	45.2	05	16.1
41	Bài tập võ Bài 1 (3 lần x 3 tổ)	16	51.6	12	38.7	03	9.7
42	Đội ngũ từng người có súng (3 lần)	22	70.9	05	16.1	04	12.9
43	Đội ngũ từng người không có súng (3 lần)	25	80.6	04	12.9	02	6.4
44	8 thế đứng cơ bản của võ (3 lần x 3 tổ)	15	8.4	12	38.7	04	12.9
45	Bài tập tấn công, phòng ngự trong võ thuật (3 lần x 3 tổ)	15	48.4	13	41.9	03	9.7

Qua kết quả phỏng vấn từ bảng 3, theo nguyên tắc trên đề tài tổng hợp được 20 bài tập vũ trang phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSPTPHCM.

2.3. Đánh giá hiệu quả một số bài tập vũ trang trong phát triển thể chất của sinh

viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSPTPHCM

2.3.1. Đánh giá sự tăng trưởng thể chất của nam sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSPTPHCM sau 06 tháng tập luyện các bài tập vũ trang

Bảng 4. Sự tăng trưởng thể chất của nam sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSPTPHCM trước và sau 06 tháng thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu	$\bar{X}_1$	S_1	$\bar{X}_2$	S_2	d	$t_{tính}$	W%	P
1	Chiều cao đứng (cm)	170.4	5.28	170.47	5.22	0.1	1.0	0.04	>0.05
2	Cân nặng (kg)	64.67	8.25	66.07	7.00	1.4	3.04	2.14	<0.05
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	22.29	2.72	22.75	2.32	0.5	3.02	2.07	<0.05
4	TSMHH (lần/phút)	17.13	1.36	16.40	1.24	-0.7	3.97	4.37	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (Hw)	7.14	0.34	6.76	0.29	-0.4	7.03	5.40	<0.05
6	Chạy 100 m XPT (s)	14.81	0.34	14.46	0.40	-0.4	7.90	-2.40	<0.05
7	Nằm ngửa gập bụng lần/30s	17.80	1.70	18.93	1.83	1.1	6.64	6.17	<0.05
8	Nhảy xa (m)	4.33	0.12	4.50	0.13	0.2	9.81	3.89	<0.05
9	Bật 3 bước chụm chân (m)	7.02	0.13	7.25	0.13	0.2	10.61	3.24	<0.05
10	Chạy tùy sức 5 phút (m)	957.6	31.33	974.7	41.34	17	2.95	1.76	<0.05

Qua kết quả so sánh ở bảng 4 ta thấy:

Về các chỉ số hình thái - chức năng: Khi so sánh sự khác biệt về các chỉ số hình thái giữa đối tượng nam sinh viên khóa 49 khoa GDQP trước và sau thực nghiệm cho thấy, các chỉ số Cân nặng (kg), BMI (kg/m^2), TSMHH (lần/phút), Chỉ số công năng tim (Hw) đều có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ với $P < 0.05$). Tuy nhiên chỉ số Chiều cao đứng (cm) của nam sinh viên khóa 49 khoa GDQP trước và sau thực nghiệm cho thấy không có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $P > 0.05$).

Về các test thể lực: Từ kết quả kiểm tra các test đánh giá tố chất thể lực của nam sinh viên khóa 49 khoa GDQP cho thấy, ở tất cả các test đánh giá thể lực đều có sự khác biệt rõ rệt thể hiện với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất thống kê $P < 0.05$.

2.3.2. Đánh giá sự tăng trưởng thể chất của nữ sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM sau 06 tháng tập luyện các bài tập võ trang

Bảng 5. Sự tăng trưởng thể chất của nữ sinh viên khóa 49 khoa GDQP Trường ĐHSP TPHCM trước và sau 06 tháng thực nghiệm

TT	Chỉ tiêu	$\bar{X}_1$	S_1	$\bar{X}_2$	S_2	d	$t_{\text{tính}}$	W%	P
1	Chiều cao đứng (cm)	157.7	4.67	157.73	4.74	0.07	1.0	0.04	>0.05
2	Cân nặng (kg)	51.93	4.15	52.53	4.60	0.6	1.1	1.15	>0.05
3	Chỉ số BMI (kg/m^2)	20.90	1.53	21.11	1.61	0.22	1.0	1.03	>0.05
4	TSMHH (lần/phút)	18.00	1.36	17.2	1.26	-0.8	5.39	4.55	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (Hw)	7.13	0.34	7.03	0.28	-0.1	2.3	1.45	<0.05
6	Chạy 100 m XPT (s)	17.08	0.36	16.81	0.37	-0.27	10.81	-1.62	<0.05
7	Nằm ngửa gấp bụng lần/30s	17.93	3.84	19.07	1.10	1.13	6.64	6.13	<0.05
8	Nhảy xa (m)	4.20	0.07	4.38	0.11	0.18	10.11	4.19	<0.05
9	Bật 3 bước chụm chân (m)	6.91	0.09	7.05	0.11	0.14	10.92	2.03	<0.05
10	Chạy tùy sức 5 phút (m)	886.0	18.82	905.33	20.66	19.3	5.96	2.16	<0.05

Qua kết quả so sánh ở bảng 5 cho thấy:

Về các chỉ số hình thái - chức năng: Khi so sánh sự khác biệt về các chỉ số hình thái giữa đối tượng nữ sinh viên khóa 49 khoa GDQP trước và sau thực nghiệm cho thấy, các chỉ số TSMHH (lần/phút), Chỉ số công năng tim (Hw) đều có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ với $P < 0.05$). Tuy nhiên chỉ số Chiều cao đứng (cm), Cân nặng (kg), Chỉ số BMI (kg/m^2) của nữ sinh viên khóa 49 khoa GDQP trước và sau thực nghiệm cho thấy không có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $P > 0.05$).

Về các test thể lực: Từ kết quả kiểm tra các test đánh giá tố chất thể lực của sinh viên nam, nữ sinh viên khóa 49 khoa GDQP cho thấy, ở tất cả các test đánh giá thể lực của sinh viên khóa 49 khoa GDQP đều có sự khác biệt rõ rệt thể hiện với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất thống kê $P < 0.05$.

3. KẾT LUẬN

- Đề tài đã lựa chọn được 10 test, chỉ số đánh giá thể chất cho sinh viên khóa 49, khoa GDQP, trường ĐHSP TPHCM. Qua kiểm tra, đánh giá cho thấy, thể chất của sinh viên khóa 49 khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM có tập trung và tương đối đồng đều ở cả nam và nữ với hệ số biến thiên $C_v < 10\%$.

- Đề tài đã lựa chọn được 20 bài tập để ứng dụng vào thực tiễn nhằm phát triển thể chất và xây dựng chương trình thực nghiệm cho sinh viên khóa 49, khoa GDQP trường ĐHSP TPHCM.

- Sau thời gian thực nghiệm các bài tập mà đề tài lựa chọn và ứng dụng đã mang lại hiệu quả cao trong việc phát triển thể chất cho sinh viên khóa 49, khoa GDQP, trường ĐHSP TPHCM. Kết quả kiểm tra, đánh giá qua các test thể lực và các chỉ số hình thái, chức năng đều có

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

sự tăng trưởng rõ rệt và có ý nghĩa thống kê ở của các chỉ tiêu đánh giá giao động từ 0.04 % - ngưỡng xác suất $P < 0.05$, nhịp độ tăng trưởng 6.17 %.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐBGDDT ngày 18/9/2008 Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HSSV.
2. Nguyễn Thuận Thành (2022), Luận văn Thạc sỹ: “Lựa chọn và ứng dụng một số chỉ số, test đánh giá thực trạng năng lực thể chất cho sinh viên năm thứ nhất học môn yoga trường Đại học quốc tế Hồng Bàng”.
3. Nguyễn Toán & Nguyễn Danh Tồn (2000), “*Lý luận và phương pháp TDTT*”, NXB TDTT Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Thuận (2013), “*Tổ chức tập thể dục sáng_chiều*”, NXB Quân đội nhân dân Việt Nam.
5. Đỗ Vĩnh và cộng sự (2016), *Lý thuyết phương pháp nghiên cứu trong thể dục thể thao*, NXB Đại học quốc gia TP HCM.

Ngày nhận bài: 25/10/2024; Ngày đánh giá: 06/11/2024; Ngày duyệt đăng: 18/11/2024.

THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG CAO ĐẲNG SƯ PHẠM TRUNG ƯƠNG

CURRENT STATUS OF EXTRACURRICULAR SPORTS ACTIVITIES OF STUDENTS OF CENTRAL COLLEGE OF PEDAGOGY

ThS. Hoàng Đức Anh

Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương

Tóm tắt: Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Nhà trường. Kết quả cho thấy, đa số sinh viên trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương có nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa với động cơ đúng đắn. Tuy nhiên, nội dung và hình thức tập luyện chưa phù hợp, nhiều sinh viên năm thứ nhất của trường chưa đạt yêu cầu theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Từ khóa: Sinh viên, thể dục thể thao ngoại khóa, thực trạng; Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương.

Abstract: Based on theory and practice, the study evaluated the current status of extracurricular sports activities of school students. The results showed that the majority of students at the National College for Education need have to practice extracurricular sports with the right motivation. However, the content and form of exercise are not appropriate and many first-year students of the school do not meet the requirements according to the physical training standards of the Ministry of Education and Training.

Keywords: Student, extracurricular sports and physical education, current situation, National College for Education.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa là hình thức tập luyện tự nguyện nhằm củng cố và tăng cường sức khỏe, duy trì và nâng cao khả năng hoạt động thể lực, rèn luyện cơ thể và phòng chống bệnh tật, giáo dục các tố chất thể lực và ý chí. Hình thức buổi tập này đòi hỏi phát huy được tính tự giác tích cực của cá nhân người tập. Nội dung tập luyện không quy định chặt chẽ mà phù hợp với sở thích, nhu cầu và hứng thú của mỗi người. Hoạt động TDTT ngoại khóa bao gồm các giờ tự học của học sinh, sinh viên (HS,SV), các buổi tập luyện đội tuyển để tham gia các giải thi đấu. Hoạt động TDTT ngoại khóa là phương tiện để hợp lý hóa chế độ hoạt động, nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao năng lực hoạt động, học tập của HS,SV trong suốt thời kì học tập trong nhà trường, cũng như đảm bảo chuẩn bị thể lực chung và chuyên

môn. Tuy nhiên, việc tổ chức hướng dẫn HS,SV tập luyện ngoại khóa để hoàn thiện các nội dung học tập chính khóa hiện nay còn nhiều hạn chế, chưa phát động được phong trào tự giác tập luyện của HS,SV. Việc tổ chức các hoạt động thể thao chưa được coi trọng, số lượng HS,SV tham gia còn hạn chế. Do đó, việc tăng cường tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa cho HS,SV có ý nghĩa đặc biệt quan trọng.

Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương (CĐSPTW) là một Trường trọng điểm của cả nước. Nhà trường luôn mở rộng và cải tiến chương trình đào tạo để đáp ứng nhu cầu nhân lực không ngừng gia tăng của thị trường lao động. Mặc dù công tác giáo dục thể chất (GDTTC) đã được lãnh đạo nhà trường hết sức quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới, nâng cao trang thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và đội ngũ giảng viên. Nhưng thực

tế công tác GDTC và thể thao trong Nhà trường còn bộc lộ nhiều hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu mục tiêu giáo dục - đào tạo đã đề ra.

Trên cơ sở ý nghĩa và tầm quan trọng của vấn đề đặt ra, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: “Đánh giá thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên trường CĐSPTW”.

Quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn,

phương pháp điều tra xã hội học, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Khảo sát nhu cầu tham gia các hoạt động TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW

Đề tài tiến hành khảo sát về nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa đối với 200 SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW bằng phiếu hỏi. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả khảo sát về nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW (n= 200)

TT	Nhu cầu	Tham gia TDTT ngoại khóa					
		Nam SV n = 40		Nữ SV n = 160		Tổng số	
		n	%	n	%	n	%
1	Rất có nhu cầu	4	10.0	16	10.0	20	10.0
2	Có nhu cầu	24	60.0	80	50.0	104	52.0
3	Lưỡng lự	8	20.0	40	25.0	48	24.0
4	Không có nhu cầu	4	10.0	16	10.0	20	10.0
5	Rất không có nhu cầu	0	0.0	8	5.0	8	4.0

Khảo sát về nhu cầu tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW cho thấy: Số SV rất có nhu cầu tập luyện là 20 SV chiếm tỷ lệ 10.0%, số SV có nhu cầu tập luyện là 104 SV chiếm tỷ lệ 52.0%, số SV còn đang lưỡng lự là 48 SV chiếm tỷ lệ 24.0%, số SV không có nhu cầu tập luyện là 20 SV chiếm tỷ lệ 10%, số SV rất không có nhu cầu tập luyện là 8 SV chiếm tỷ lệ 4.0%. Như vậy, đa số SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp

trường CĐSPTW có và rất có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa với tổng số SV chiếm tỷ lệ 62.0%.

2.2. Khảo sát động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW

Đề tài tiến hành khảo sát về động cơ cầu tập luyện TDTT ngoại khóa đối với 200 SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW bằng phiếu hỏi. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Kết quả khảo sát về động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW (n= 200)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Bạn có thích tập luyện TDTT ngoại khóa không?		
	- Thích tập	160	80.0
	- Không thích tập	40	20.0
2	Bạn có tập luyện TDTT thường xuyên không?		
	- Thường xuyên	100	50.0
	- Không thường xuyên	60	30.0

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
	- Không tập	40	20.0
3	Bạn tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa vì? (n=160)		
	- Yêu thích tập luyện thể thao	100	62.5
	- Để nâng cao thành tích thi đấu thể thao	10	6.25
	- Giao lưu với bạn bè	20	12.5
	- Để thư giãn nghỉ ngơi tích cực	30	18.75

Qua bảng 2 cho thấy, phần lớn SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa (80%) thích tập môn thể thao tự chọn và hiểu biết về tầm quan trọng của TDTT và GDTC đối với sức khỏe và phát triển thể lực. Nhưng tỷ lệ SV tham gia tập luyện thường xuyên lại chỉ chiếm 50% số SV được phỏng vấn. Vấn đề trên cho thấy sự mâu thuẫn, tuy nhiên hoàn toàn hiểu được là SV yêu thích thể thao là do sự hấp dẫn của hoạt động thể thao mang lại, sự hâm mộ đối với từng môn thể thao.

Kết quả khảo sát về động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa cho thấy, 62.5% số SV được hỏi tập luyện TDTT ngoại khóa vì yêu thích tập luyện thể thao, 6.25% nhằm đạt mục đích nâng cao thành tích thi đấu thể thao,

12.5% số SV tập luyện TDTT ngoại khóa để giao lưu với bạn bè và 18.755% số SV tập luyện TDTT ngoại khóa để thư giãn, nghỉ ngơi tích cực sau những giờ học tập căng thẳng và mệt mỏi. Như vậy, động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW là đúng đắn và chủ yếu là do yêu thích tập luyện thể thao.

2.3. Khảo sát về hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW

Đề tài tiến hành phỏng vấn 160 em SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW (thường xuyên và không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa) về hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Kết quả khảo sát về hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CĐSPTW (n = 160)

TT	Nội dung		Tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa			
			Thường xuyên		Không thường xuyên	
			n	%	n	%
1	Hình thức tập luyện	Đội tuyển	2	2.0	0	0
		Nhóm, lớp	28	28.0	24	40.0
		Câu lạc bộ	12	12.0	0	0.0
		Tự tập	58	58.0	36	60.0
		Tổng	100	100.0	60	100.0
2	Hình thức tổ chức tập luyện	Có người hướng dẫn	6	6.0	3	5.0
		Không có người hướng dẫn	94	94.0	57	95.0
		Cả hai	0	0.0	0	0.0
		Tổng	100	100.0	60	100.0
3	Thời gian	Dưới 30 phút	0	0.0	4	6.7

TT	Nội dung		Tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa			
			Thường xuyên		Không thường xuyên	
			n	%	n	%
	tập luyện	30 – 60 phút	35	35.0	30	50.0
		60 – 120 phút	61	61.0	24	40.0
		Trên 120 phút	4	4.0	2	3.3
		Tổng	100	100.0	60	100.0
	Thời điểm tập luyện	Buổi sáng	46	46.0	10	16.7
		Buổi trưa	4	4.0	2	3.3
		Buổi chiều	48	48.0	42	70.0
		Mọi lúc khi rảnh	2	2.0	6	10.0
		Tổng	100	100.0	60	100.0

Qua bảng 3 cho thấy:

- Về hình thức tập luyện: Tự tập luyện là hình thức chiếm tỷ lệ cao nhất với 58% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 60% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa, tập luyện theo nhóm, lớp chiếm tỷ lệ lần lượt là 28.0% và 40% đối với 2 nhóm SV, có 12% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tham gia các câu lạc bộ, thấp nhất là hình thức tập luyện đội tuyển với 2% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa. Như vậy, tự tập luyện là hình thức tập luyện chủ yếu của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW.

- Về hình thức tổ chức tập luyện: Hình thức có người hướng dẫn chiếm tỷ lệ 6.0% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 5.0% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa, tập luyện không có người hướng dẫn chiếm tỷ lệ 94.0% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 95.0% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa, không có SV tham gia cùng lúc cả 2 hình thức tổ chức tập luyện trên. Như vậy, hình thức tổ chức tập luyện chủ yếu của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW là tập luyện không có người hướng dẫn.

- Về thời gian tập luyện: Có 6.7% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện dưới 30 phút/buổi, 35% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 30% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện từ 30-60 phút/buổi, 61% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 40% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện từ 60-120 phút/buổi, 4.0% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 3.3% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện trên 120 phút/buổi. Như vậy, thời gian tập luyện chủ yếu của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW là từ 60 - 120 phút/buổi.

- Về thời điểm tập luyện: 46.0% số SV thường xuyên và 16.7% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện vào buổi sáng, 4.0% số SV thường xuyên và 3.3% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện vào buổi trưa. 48.0% số SV thường xuyên và 70.0% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện vào buổi chiều, 2.0% số SV thường xuyên và 10.0% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa tập luyện mọi lúc khi rảnh. Như vậy, thời điểm tập luyện chủ yếu của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW là buổi chiều.

2.4. Khảo sát về nội dung tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CDSPTW

Đề tài tiến hành phỏng vấn 160 em SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CDSPTW thường xuyên và không thường xuyên về hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa. Kết quả phỏng vấn được thể hiện trong bảng 4.

Bảng 4. Kết quả khảo sát về nội dung tập luyện TDTT ngoại khóa của SV trường CDSPTW (n = 200)

TT	Môn thể thao	Kết quả			
		Thường xuyên		Không thường xuyên	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Bóng đá mi ni	12	12.0	3	5.0
2	Bóng rổ	15	15.0	6	10.0
3	Bóng chuyền	9	9.0	3	5.0
4	Bóng bàn	3	3.0	2	3.3
5	Cầu lông	10	10.0	8	13.3
6	Võ thuật	5	5.0	2	3.3
7	Đi hoặc chạy bộ	30	30.0	20	33.3
8	Thể dục Aerobic	7	7.0	2	3.3
9	Bơi lội	4	4.0	1	1.67
10	Môn thể thao khác	5	5.0	13	21.7

Qua bảng 4 cho thấy: Môn thể thao được SV lựa chọn nhiều nhất là đi hoặc chạy bộ với 30.0% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 33.3% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa lựa chọn, tiếp theo là môn bóng rổ với 15.0% và 10.0% số SV lựa chọn..., thấp nhất là môn Bơi lội với 4.0% số SV thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và 1.67% số SV không thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa lựa chọn. Như vậy, những môn thể thao được sinh viên SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CDSPTW yêu thích và lựa chọn tập

luyện là: Đi hoặc chạy bộ, Bóng rổ, Cầu lông, Bóng đá.

2.5. Thực trạng trình độ thể lực của SV trường CDSPTW

Để đánh giá trình độ thể lực của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CDSPTW, đề tài sử dụng 04 test đánh giá về thể lực theo tiêu chuẩn RLTT của HS,SV được quy định tại quyết định 53/2008/QĐ-BGDDT với các tiêu chí kiểm tra sau: Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (s); Chạy tùy sức 5 phút (m); Chạy con thoi 4 x 10m (s). Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Kết quả phân loại trình độ thể lực của SV năm thứ nhất Trường Cao đẳng sư phạm Trung ương

TT	Nội dung kiểm tra	$\overline{X} \pm \delta$	Kết quả					
			Tốt		Đạt		K. đạt	
			n	%	n	%	n	%
Nam SV (n=40)								
1	Chạy 30m xuất phát cao (s)	4.70±0.43	8	20.0	26	65.0	6	15.0
2	Bật xa tại chỗ (cm)	227.8±9.4	7	17.5	27	67.5	6	15.0

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

3	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	10.26±0.65	9	22.5	26	65.0	5	12.5
4	Chạy 5 phút (m)	984.9±65.8	4	10.0	25	62.5	11	27.5
Nữ SV (n=160)								
1	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.88±0.49	31	19.4	64.4	65.0	26	16.2
2	Bật xa tại chỗ (cm)	167.7±10.5	27	16.9	108	67.5	25	15.6
3	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.93±0.75	36	22.5	100	62.5	24	15.0
4	Chạy 5 phút (m)	761.9±75.5	17	10.6	95	59.4	48	30.0

Từ kết quả của bảng 5 cho thấy, các chỉ số thể lực trên của cả 4 chỉ tiêu kiểm tra của các SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW đều phân bố chưa đồng đều, tính đồng nhất không cao. Đồng thời, căn cứ vào tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của HSSV theo quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ở lứa tuổi 19 ta thấy, thể lực của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW chưa tốt. Biểu hiện, có nhiều SV chưa đạt theo tiêu chuẩn RLTT của Bộ GD&ĐT đề ra. Số SV có trình độ thể lực ở các test đạt loại tốt chiếm tỷ lệ từ 10.0 – 22.5%, đây là số SV thường xuyên tham gia và đội tuyển các môn thể thao của nhà trường, số SV có kết quả đạt yêu cầu chiếm tỷ lệ từ 59.4 – 67.5%, tuy nhiên số SV không đạt qua các test còn chiếm tỷ lệ cao từ 12.5 – 30.0%.

3. KẾT LUẬN

- Đa số SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW có và rất có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa, chiếm tỷ lệ 62.0% trên tổng số SV.

- Động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW là đúng đắn và chủ yếu là do yêu thích tập luyện thể thao, 80% SV có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa.

- SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW chủ yếu tự tập luyện, không có người hướng dẫn, thời gian tập luyện từ 60 – 120 phút, thời điểm tập luyện chủ yếu là buổi chiều.

- Những môn thể thao được sinh viên SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW yêu thích và lựa chọn tập luyện là: Đi hoặc chạy bộ, bóng rổ, Cầu lông, Bóng đá.

- Thể lực của SV năm thứ nhất khoa Giáo dục nghề nghiệp trường CĐSPTW chưa tốt, có nhiều SV chưa đạt theo tiêu chuẩn RLTT của Bộ GD&ĐT đề ra, số SV không đạt qua các test còn chiếm tỷ lệ cao từ 12.5 – 30.0%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 01/11/2008 “Ban hành Quy định về tiêu chuẩn đánh giá chất lượng giáo dục đại học”.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 “Ban hành Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên”.
3. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2011), Thông tư số Số: 18/2011/TT-BVHTTDL ngày 02/12/2011 “Ban hành Quy định mẫu tổ chức và hoạt động câu lạc bộ thể dục thể thao cơ sở”.
4. Nguyễn Quốc Huy (2010) "Nghiên cứu một số biện pháp tổ chức hoạt động Thể dục Thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực chung cho sinh viên trường Đại học Ngoại Ngữ - Đại học Quốc gia Hà Nội", luận văn thạc sỹ Giáo dục học, trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh.

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

5. Nguyễn Đức Thành (2013), "*Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa của SV một số trường đại học ở thành phố Hồ Chí Minh*", Luận án tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện khoa học TDTT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài viết được trích dẫn từ đề tài nghiên cứu khoa học và công nghệ cấp cơ sở: "*Xây dựng hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa nhằm phát triển thể lực cho sinh viên trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương*". Đề tài được nghiệm thu tháng 12/2024.

Ngày nhận bài: 06/10/2024; Ngày đánh giá: 22/10/2024; Ngày duyệt đăng: 10/11/2024.

MỘT SỐ GIẢI PHÁP NHẪM NÂNG CAO NĂNG LỰC TỰ HỌC, TỰ RÈN LUYỆN CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC TIỀN GIANG ĐỐI VỚI MÔN HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT

SOME SOLUTIONS TO IMPROVE SELF-STUDY AND SELF-TRAINING CAPACITY OF STUDENTS AT TIEN GIANG UNIVERSITY IN PHYSICAL EDUCATION COURSE

ThS. Trần Thanh Phong
Trường Đại học Tiền Giang

Tóm tắt: Việc tự học, tự rèn luyện nhằm phát triển thể chất đáp ứng yêu cầu phát triển con người toàn diện không chỉ về trí tuệ, trong sáng về đạo đức mà còn cường tráng về thể chất là vô cùng cần thiết đối với sinh viên Trường Đại học Tiền Giang (ĐHTG) nói riêng và toàn thể sinh viên trên toàn quốc nói chung.

Thông qua việc sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp toán thống kê, bài viết nêu lên được thực trạng công tác giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên Trường ĐHTG. Đồng thời đề xuất các giải pháp nhằm nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên đối với môn học GDTC.

Từ khóa: Giáo dục thể chất, giải pháp, năng lực tự học, năng lực tự rèn luyện.

Abstract: The ability to self-study and self-train in order to develop physical fitness, meeting the comprehensive human development requirements - not only intellectually and morally but also physically - is extremely necessary for students of Tien Giang University (TGU) in particular and for students nationwide in general.

Through the use of analysis and synthesis of documents, interview methods, and statistical mathematics, this paper highlights the current situation of physical education (PE) for students at TGU. It also proposes solution to enhance the self-study and self-training capacity of students in the PE course.

Keywords: Physical education, solutions, self-study capacity, self-training capacity.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất được giảng dạy trong hệ thống nhà trường từ Mầm non đến Đại học nhằm góp phần đào tạo ra những con người phát triển toàn diện: “Phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức”.

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 có viết: “Đối với giáo dục đại học, tập trung đào tạo nhân lực trình độ cao, bồi dưỡng nhân tài, phát triển phẩm chất và

năng lực tự học, tự làm giàu tri thức, sáng tạo của người học” [1].

Hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ GDTC, hoạt động thể thao trường học năm học 2024-2025 của Bộ giáo dục và Đào tạo có đoạn: “Tổ chức các hoạt động thể thao gắn liền với nội dung môn GDTC, đa dạng hóa nội dung và các hình thức vận động, khuyến khích học sinh, sinh viên tích cực, chủ động tham gia rèn luyện nâng cao sức khỏe, phát triển thể chất [2].

Do vậy, sinh viên phải phát triển hài hòa về trí tuệ, thể chất, tinh thần, đáp ứng yêu cầu học tập chuyên môn nghề nghiệp, chuẩn bị khả năng tiếp cận với thực tiễn lao động sản xuất trong xu thế phát triển xã hội, hội nhập quốc tế. Để nâng cao thể chất một cách tích cực và

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

toàn diện cho sinh viên ngoài vai trò của giảng viên thì vai trò của sinh viên là then chốt. Trong đó việc nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của mỗi sinh viên là vô cùng quan trọng.

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu:” *Một số giải pháp nhằm nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường Đại học Tiền Giang đối với môn học giáo dục thể chất*”.

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng những phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng công tác GDTC cho sinh viên Trường ĐHTG

2.1.1. Chương trình giảng dạy GDTC

Chương trình môn học GDTC (Ban hành theo quyết định số 272/QĐ-ĐHTG ngày 12/4/2016 của Hiệu trưởng Trường ĐHTG) được biên soạn dựa trên Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 của Bộ giáo dục và Đào tạo. Tổng thể chương trình gồm 03 tín chỉ với 90 tiết thực hành: Môn bắt buộc (01 tín chỉ với 30 tiết thực hành): Thể dục và Điền kinh; Môn thể thao tự chọn 1 (01 tín chỉ với 30 tiết thực hành), sinh viên tự chọn một trong các môn: Cầu lông 1, Bóng chuyền 1, Bóng rổ 1, Đá cầu 1, Võ Vovinam 1 và Võ Taekwondo 1; Môn thể thao tự chọn 2 (01 tín chỉ với 30 tiết thực hành), sinh viên chọn môn tự chọn 1 nào thì chọn môn tự chọn 2 tương ứng. Mỗi học phần được đưa vào giảng dạy ở mỗi học kỳ (Học kỳ I học Thể dục và Điền kinh; Học kỳ II học môn thể thao tự chọn 1; Học kỳ III học môn thể thao tự chọn 2).

2.1.2. Đội ngũ giảng viên

Bảng 1. Đội ngũ giảng viên giảng dạy môn GDTC

Trình độ			Thâm niên công tác			Chính trị		Tập huấn chuyên môn	Được nhận xét GVDG
TS	ThS	CN	<10 năm	10-20 năm	>20 năm	Đảng viên	Đoàn viên		
0	7	0	0	5	2	3	4	7	7
0%	100%	0%	0%	71.4%	28.6%	42.85%	57.15%	100%	100%

Bảng 1 cho thấy, Bộ môn GDTC Trường ĐHTG hiện có 07 viên chức (02 nữ) trình độ thạc sĩ (02 giảng viên chính). Tất cả giảng viên có thâm niên công tác trên 10 năm. Hàng năm, các giảng viên được tập huấn chuyên môn và được đồng nghiệp nhận xét giảng viên dạy giỏi.

Căn cứ Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng chính phủ về

việc phê duyệt “*Quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030*” [3] thì tỉ lệ giảng viên GDTC tại Trường ĐHTG là 1/571. Do đó, Trường ĐHTG còn thiếu khoảng 2-3 giảng viên GDTC. Bên cạnh đó, đội ngũ giảng viên GDTC cần phải tiếp tục học tập nâng lên trình độ tiến sĩ.

2.1.3. Sân bãi, cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy GDTC

Bảng 2. Sân bãi dụng cụ phục vụ giảng dạy GDTC

TT	Sân bãi dụng cụ	Số lượng	Diện tích (m ²)	Danh mục trang thiết bị chính hỗ trợ công tác giảng dạy		
				Tên thiết bị	Số lượng	Phục vụ môn học
1	Sân cầu lông	12	980	Trụ, lưới	24, 12	Cầu lông
2	Sân bóng chuyền	04	648	bóng	30	Bóng chuyền
3	Sân đá cầu	04	289	Trụ, lưới	8, 4	Đá cầu

TT	Sân bãi dụng cụ	Số lượng	Diện tích (m ²)	Danh mục trang thiết bị chính hỗ trợ công tác giảng dạy		
				Tên thiết bị	Số lượng	Phục vụ môn học
4	Sân bóng rổ	02	840	Trụ	4	Bóng rổ
5	Khoảng sân trống	8	1600			TDĐK
6	Sân bóng đá mi ni (sân cát)	01	800	Khung thành	1 bộ	Ngoại khoá
7	Nệm nhảy cao	4		Xà nhảy cao	4	Nhảy cao
8	Dây nhảy	300				TDĐK
9	Thảm thể dục	02 bộ	2 x 64			TDĐK
Tổng diện tích sân bãi tập luyện			5285 m ²			
Tổng số sinh viên chính quy của trường			4000			
Tỉ lệ m ² /SV Trường ĐHTG			1,32 m ² /SV			

Bảng 2 cho thấy sân bãi dụng cụ tại 11/11/2013 của Thủ tướng chính phủ) [3]. Trường ĐHTG về cơ bản đáp ứng cho dạy và học môn GDTC. Tuy nhiên, với tổng diện tích 5285 m² thì Trường ĐHTG còn thiếu diện tích dành cho việc luyện tập TDDT (chỉ đạt 1,10 m²/SV theo Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày

Mặc khác, Trường chưa có nhà thi đấu đa năng, sân vận động, hồ bơi... nên đã ảnh hưởng rất lớn đến công tác GDTC nói chung của nhà trường.

2.1.4. Thực trạng việc tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường Đại học Tiền Giang

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn việc tự học, tự rèn luyện TDDT của sinh viên khóa 23 Trường Đại học Tiền Giang (n=400)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn			
1	Động cơ tham gia luyện tập TDDT	Ham thích TDDT		Không ham thích	
		SL	TL	SL	TL
		356	89%	44	11%
2	Chương trình và phân phối chương trình môn học GDTC	Hợp lý		Chưa hợp lý	
		SL	TL	SL	TL
		385	96.25%	15	3.75%
3	Hình thức tập luyện	Cá nhân tự tập		Nhóm	
		SL	TL	SL	TL
		297	74.25%	103	25.75%
4	Nhu cầu tham gia CLB TDDT do Trường tổ chức	Có nhu cầu		Không có nhu cầu	
		SL	TL	SL	TL
	Cầu lông	189	47.25%	63	15.75%
	Bóng chuyền	81	20.25%		
	Bóng đá	45	11.25%		
	Điền kinh và các môn khác	22	5.5%		

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn					
5	Tham gia luyện tập TDDT ngoại khoá	Thường xuyên		Thỉnh thoảng		Không	
		SL	TL	SL	TL	SL	TL
		328	82%	31	7.75%	41	10.25%
6	Thời gian dành cho tập luyện TDDT ngoại khoá trong ngày	30 phút đến < 60 phút		60 phút đến 75 phút		>90 phút	
		SL	TL	SL	TL	SL	TL
		328	82%	60	15%	12	3%

Kết quả ở bảng 3 cho thấy có 89% sinh viên được phỏng vấn ham thích tập TDDT; 96.25% sinh viên nhận xét chương trình và phân phối chương trình môn học GDTC của Trường ĐHTG là hợp lý; 82% sinh viên tự luyện tập ngoại khoá; 74.25% sinh viên chọn hình thức cá nhân tự tập TDDT; 82% sinh viên dành từ 30 phút đến 60 phút trong ngày để

luyện tập; 84.25% sinh viên mong muốn tham gia các CLB TDDT do Trường tổ chức. Tuy nhiên, vẫn còn 44 sinh viên (chiếm tỉ lệ 11%) không ham thích luyện tập TDDT. Có thể các sinh viên này chưa nhận thức đúng tầm quan trọng của việc luyện tập TDDT.

2.1.5. Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên Khoa 23 Trường ĐHTG

Bảng 4. Kết quả học tập của sinh viên Khoa 23 Trường Đại học Tiền Giang (n Nam = 200; n Nữ =200)

Số lượng	Xếp loại							
	Giỏi		Khá		Trung bình		Không đạt	
	Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ
n	22	19	76	72	102	109	0	0
TL%	11%	9.5%	38%	36%	51%	54.5%	0%	0%

Kết quả ở bảng 4 nhận thấy số lượng sinh viên đạt điểm trung bình môn học GDTC chiếm hơn 50%, có thể do nhiều nguyên nhân khác nhau như tình trạng sức khoẻ, động cơ tham gia tập luyện TDDT chưa đúng đắn...

2.2. Giải pháp nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường ĐHTG đối với môn GDTC

2.2.1. Lựa chọn giải pháp

Để lựa chọn giải pháp, chúng tôi tiến hành điều tra 25 cán bộ quản lý, giảng viên GDTC và chuyên gia giáo dục tại Trường ĐHTG. Phiếu phỏng vấn được đánh giá ở ba cấp độ đó là: Mức 1 (Giải pháp rất cần thiết); Mức 2 (Giải pháp cần thiết); Mức 3 (Giải pháp không cần thiết). Kết quả thể hiện ở Bảng 5.

Bảng 5. Giải pháp nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện cho sinh viên Trường Đại học Tiền Giang đối với môn học GDTC (n=25)

Giải pháp	Mức 1		Mức 2		Mức 3	
	SL	TL	SL	TL	SL	TL
1. Nâng cao ý thức, trách nhiệm của bản thân về vị trí, vai trò, tác dụng của TDDT.	24	96%	1	4%	0	0
2. Tăng cường mua sắm, khai thác tối đa cơ sở vật chất.	23	92%	2	8%	0	0
3. Tăng cường hoạt động ngoại khoá, xây dựng các câu lạc bộ.	22	88%	3	12%	0	0
4. Đổi mới phương pháp giảng dạy và kiểm tra đánh giá.	22	88%	3	12%	0	0
5. Nâng cao trình độ chuyên môn cho cán bộ, giảng viên; tổ chức hợp lý và có hiệu quả công tác TDDT.	20	80%	5	20%	0	0

Qua bảng 5 chúng ta nhận thấy tất cả các giải pháp mà đề tài đề xuất đã được chọn lựa mức “Rất cần thiết” khá cao (80% - 96 %.)

2.2.2. Xây dựng nội dung các giải pháp nhằm nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường ĐHTG đối với môn học GDTC

2.2.2.1. Giải pháp tuyên truyền, giáo dục nâng cao ý thức, trách nhiệm của bản thân về vị trí, vai trò và tác dụng của TDDT.

+ Mục đích: **Nhằm giúp sinh viên nhận thức vị trí và vai trò của rèn luyện nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh.**

+ Nội dung và tổ chức thực hiện:

- **Tổ chức, triển khai đa dạng các hình thức tuyên truyền thông qua các phương tiện thông tin đại chúng.**

- Giảng giải cho sinh viên hiểu biết về vai trò, tác dụng của TDDT trong cuộc sống cũng như trong công tác sau này; Kích thích nhu cầu, khơi gợi hứng thú tập luyện TDDT; Quan tâm phát hiện và giúp đỡ sinh viên hình thành động cơ, thái độ yêu thích TDDT.

- Phối hợp với Đoàn thanh niên, Hội sinh viên thực hiện cuộc thi tìm hiểu về TDDT nhân ngày 27/3 và các hoạt động thi đấu TDDT nhân kỷ niệm các ngày lễ lớn như 26/3; 20/11...

- Tuyên truyền sâu rộng, nâng cao nhận thức của sinh viên về TDDT bằng các hoạt động thi đấu giữa các Khoa, các giải thể thao của trường.

- Động viên kịp thời các cá nhân, tập thể có thành tích và đóng góp cho hoạt động phong trào TDDT của trường.

- Phối hợp với Trung tâm Thông tin-Thư viện kịp thời cập nhật những thông tin, hình ảnh hoạt động TDDT trong và ngoài trường lên bản tin nhà trường.

+ **Cách đánh giá:** Dựa trên số lượng các nội dung, hình thức tuyên truyền được thực hiện và sự thay đổi nhận thức sinh viên về vai trò và tầm quan trọng của GDTC trong việc nâng cao sức khỏe.

2.2.2.2. Giải pháp tăng cường mua sắm, khai thác tối đa cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC.

+ Mục đích: **Tăng cường hiệu quả đầu tư mua sắm và sử dụng cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ TDDT phục vụ cho công tác giảng dạy GDTC.**

+ Nội dung và tổ chức thực hiện:

- **Kiểm tra, rà soát, đề xuất sửa chữa, xây dựng, bổ sung mới cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ TDDT.**

- Tham mưu các cấp lãnh đạo trong việc quy hoạch mở rộng sân bãi tập luyện TDDT (Nhà thi đấu đa năng, hồ bơi, sân vận động...); Bổ sung thêm nguồn kinh phí cho hoạt động phong trào TDDT.

- **Kiểm tra, rà soát, sửa chữa, bổ sung mới cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ TDDT.**

- Tận dụng tối đa cơ sở vật chất đã có sẵn phục vụ cho học tập và phong trào TDDT.

+ **Cách đánh giá:** Số lượng các sân bãi, CSVC được mua mới, sửa chữa, bảo dưỡng.

2.2.2.3. Giải pháp tăng cường các hoạt động ngoại khóa, xây dựng các câu lạc bộ TDDT.

+ Mục đích: **Nhằm trang bị những kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập môn thể thao yêu thích.**

+ Nội dung và tổ chức thực hiện:

- **Rà soát, điều chỉnh, thành lập mới các câu lạc bộ TDDT theo mục tiêu của nhà trường, phù hợp với thực trạng, đáp ứng nhu cầu của sinh viên và đúng theo quy định.**

- Đoàn thanh niên, Hội sinh viên thường xuyên tổ chức các giải thi đấu TDDT trong trường và giao lưu với các đơn vị bạn nhân các sự kiện quan trọng.

- Có chế độ động viên, khuyến khích, khen thưởng kịp thời đối với những sinh viên tham gia câu lạc bộ TDDT, những sinh viên đạt giải cao.

+ **Cách đánh giá kết quả:** Số lượng câu lạc bộ; Số lượng sinh viên tham gia các

hoạt động TDTT ngoại khóa; Số lượng các giải thi đấu TDTT được tổ chức.

2.2.2.4. Giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy và kiểm tra đánh giá.

+ **Mục đích:** Nhằm tạo động cơ học tập đúng đắn, tăng cường tính tự giác, tích cực, phát triển tính chủ động, sáng tạo của sinh viên trong giờ học GDTC.

+ Nội dung và tổ chức thực hiện:

- Nghiên cứu, cải tiến phương pháp giảng dạy hiệu quả nhất. Đặc biệt, khi giảng dạy giảng viên phải lấy người học làm trung tâm.

- Cải tiến việc kiểm tra đánh giá chất lượng GDTC theo 3 mặt sau: Lý thuyết- Thực hành - Trình độ thể lực. Trong đó đặc biệt chú trọng kỹ năng thực hành các môn TDTT.

- Tạo điều kiện để mỗi sinh viên tham gia kiểm tra và tự kiểm tra trong quá trình học, kiểm tra và thi kết thúc học phần.

- Hướng dẫn cho sinh viên cách chuẩn bị sân bãi và dụng cụ trước khi học tập. Từ đó sẽ tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên trong quá trình tự học, tự luyện tập.

- Đề ra những yêu cầu cụ thể ở từng nội dung để sinh viên phấn đấu. Đây sẽ là động lực để thúc đẩy sinh viên tự học, tự rèn luyện TDTT.

+ **Cách đánh giá kết quả:** Dựa trên đổi mới về phương pháp tổ chức triển khai giờ dạy GDTC của giảng viên; Sự linh hoạt, đa dạng trong sử dụng các hình thức tổ chức tập luyện.

2.2.2.5. Giải pháp nâng cao trình độ chuyên môn cho cán bộ, giảng viên TDTT, tổ chức hợp lý và có hiệu quả công tác quản lý TDTT.

+ **Mục đích:** **Chuẩn hóa đội ngũ giảng viên GDTC đảm bảo đủ về số lượng, đồng bộ về cơ cấu và trình độ theo đúng qui định.**

+ Nội dung và tổ chức thực hiện:

- **Tuyển dụng, qui hoạch, đào tạo, bồi dưỡng cán bộ quản lý, giảng dạy GDTC đạt chuẩn theo qui định.**

- Đề xuất Ban Giám hiệu cử giảng viên GDTC tham dự các lớp bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ và đi học nghiên cứu sinh.

- Thường xuyên tổ chức các buổi sinh hoạt học thuật trong Bộ môn, tổ chức tập huấn các chuyên ngành GDTC.

- Tăng cường dự giờ đồng nghiệp để trao đổi và học tập kinh nghiệm lẫn nhau.

- Thường xuyên cập nhật vào bài giảng những thông tin kỹ thuật thể thao mới. Giới thiệu được những tài liệu tham khảo quan trọng cho sinh viên tự học, tự rèn luyện.

- Tổ chức hợp lý và có hiệu quả khâu quản lý phong trào TDTT để phát huy mọi sức mạnh trong công tác GDTC.

+ **Cách đánh giá kết quả:** Số lượng giảng viên GDTC được bồi dưỡng, nâng cao trình độ; Số buổi sinh hoạt học thuật trong Bộ môn.

3. KẾT LUẬN

Việc nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường ĐHTG nói chung và đối với môn học GDTC nói riêng là một việc làm rất cần thiết góp phần nâng cao chất lượng đào tạo của nhà trường.

Thông qua việc đánh giá chương trình GDTC; đội ngũ giảng viên; điều kiện cơ sở vật chất; điều tra những yếu tố có liên quan đến việc tự học, tự rèn luyện của sinh viên; kết quả xếp loại học tập môn GDTC, đề tài đã nêu lên được thực trạng công tác GDTC Trường ĐHTG. Đồng thời đề tài nghiên cứu lựa chọn 5 nhóm giải pháp và xây dựng nội dung, tổ chức thực hiện và cách đánh giá nhằm nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên đối với môn học GDTC ở Trường Đại học Tiền Giang.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban chấp hành Trung ương Đảng cộng sản Việt Nam, 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*

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

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, 2024, *Hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục thể chất, hoạt động thể thao trường học năm học 2024-2025.*

3. Thủ tướng Chính phủ, 2013, *Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt “Quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030”.*

4. Trịnh Trung Hiếu, 2001, *Lý luận và phương pháp giáo dục thể dục thể thao trong nhà trường*, NXB thể dục thể thao Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài viết được trích dẫn từ đề tài NCKH cấp trường: “*Một số giải pháp nhằm nâng cao năng lực tự học, tự rèn luyện của sinh viên Trường Đại học Tiền Giang đối với môn học giáo dục thể chất*”. Chủ nhiệm đề tài ThS. Trần Thanh Phong. Dự kiến nghiệm thu đề tài tháng 4/2025.

Ngày nhận bài: 10/10/2024; Ngày đánh giá: 07/11/2024; Ngày duyệt đăng: 21/11/2024.

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA SINH VIÊN CHUYÊN SÂU BÓNG CHUYỀN NAM KHÓA ĐẠI HỌC 15 TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

EVALUATION OF THE STATUS OF PROFESSIONAL PHYSICAL QUALIFICATIONS OF STUDENTS PROFESSIONAL IN MEN'S VOLLEYBALL IN UNIVERSITY COURSES OF 15 SCHOOLS HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF SPORTS PEDAGOGY

ThS. Đỗ Thành Quang
Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP. Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Nghiên cứu này nhằm đánh giá thể lực chuyên môn của sinh viên nam chuyên sâu bóng chuyền khóa Đại học 15 tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP. HCM, từ đó cung cấp cơ sở dữ liệu phục vụ cải tiến chương trình giảng dạy và huấn luyện. Phương pháp nghiên cứu sử dụng các bài test thể lực phổ biến trong bóng chuyền, bao gồm bật cao có đà, chạy 20m xuất phát cao, chạy dây thông 72m, dẻo gập thân, chạy 12 phút và bật lên xuống bục cao 40cm trong 1 phút. Kết quả phân tích cho thấy sự đồng đều giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng, với chỉ số t-student hai mẫu liên quan < 2.201 . Nghiên cứu cung cấp cơ sở khoa học và thực tiễn để xây dựng các bài tập chuyên biệt, nhằm nâng cao hiệu quả đào tạo thể lực chuyên môn trong bóng chuyền.

Từ khóa: Thể lực chuyên môn, Bóng chuyền nam, sinh viên chuyên sâu, khóa Đại học 15, đánh giá thể lực

Abstract: This study aimed to evaluate the specialized physical fitness of male volleyball students in Course 15 at Ho Chi Minh City University of Physical Education and Sports. The findings serve as a database to improve teaching and training programs. The research utilized common volleyball fitness tests, including approach jump, 20m sprint with a standing start, 72m shuttle run, sit-and-reach flexibility, 12-minute run, and step-ups on a 40cm bench for 1 minute. The analysis results revealed uniformity between the experimental and control groups, with a two-sample t-test value < 2.201 . This study provides scientific and practical foundations for designing specialized exercises to enhance the effectiveness of volleyball-specific fitness training.

Key word: Specialized physical fitness, male volleyball, specialized students, course 15, fitness assessment.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong môi trường đào tạo thể thao chuyên sâu, thể lực chuyên môn đóng vai trò quyết định trong việc nâng cao hiệu suất thi đấu và phát triển kỹ năng toàn diện cho vận động viên. Đối với môn bóng chuyền, yêu cầu thể lực không chỉ dừng lại ở sức mạnh, sự dẻo dai hay tốc độ phản xạ mà còn phải đảm bảo sự phối hợp nhịp nhàng giữa các yếu tố này để

vận động viên có thể xử lý tốt những tình huống phức tạp trong thi đấu.

Tuy nhiên, thực trạng hiện nay cho thấy sinh viên chuyên sâu bóng chuyền tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP.HCM, đặc biệt là khóa 15, vẫn chưa đạt được nền tảng thể lực chuyên môn đủ mạnh để đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của thi đấu bóng chuyền hiện đại. Nhiều sinh viên còn gặp hạn chế trong sức bật, sức bền, khả năng linh hoạt

và phản xạ nhanh, điều này làm giảm hiệu quả học tập và thi đấu. Bên cạnh đó, việc thiếu các nghiên cứu đánh giá cụ thể về thể lực chuyên môn đã dẫn đến khó khăn trong việc xây dựng các chương trình huấn luyện phù hợp, gây ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng đào tạo.

Do đó, việc tiến hành nghiên cứu “Đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam khóa đại học 15 Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP.HCM” là rất cần thiết. Kết quả nghiên cứu sẽ cung cấp cơ sở khoa học và thực tiễn giúp điều chỉnh, thiết kế các chương trình huấn luyện phù hợp, từ đó nâng cao hiệu quả giảng dạy và phát triển toàn diện thể lực chuyên môn cho sinh viên.

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu thương quy như: Phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp thống kê toán.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn các Test đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam khóa Đại học 15 Trường ĐHSP TDTT TP. HCM

TT	Test	Mức độ sử dụng			Điểm quy đổi	Tỷ lệ %
		Thường xuyên	Ít	Không		
Sức mạnh chuyên môn						
1	Bật cao có đà (cm)	21	6	3	78	86.67
2	Bật cao tại chỗ (cm)	17	6	7	70	77.78
3	Bật xa tại chỗ (cm)	18	5	7	71	78.89
4	Ném bóng rổ bằng hai tay từ sau đầu ra trước (m)	20	4	6	74	82.22
Sức nhanh chuyên môn						
5	Chạy 30m xuất phát cao (s)	17	5	8	69	76.67
6	Chạy 20m xuất phát cao (s).	21	7	2	79	87.78
Mềm dẻo và khéo léo						
7	Chạy con thoi 5x6m (s)	17	6	7	70	77.78
8	Chạy cây thông 72m (s)	19	5	6	73	81.11
9	Chạy 9 – 3 – 6 – 3 – 9 (s)	16	9	5	71	78.89
11	Đeo gập thân (cm)	19	4	7	72	80
Sức bền chuyên môn						

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Tổng hợp các Test đánh giá thể lực chuyên môn

Nghiên cứu đã chọn lọc các bài kiểm tra thể lực chuyên môn từ nhiều tài liệu trong và ngoài nước, như chạy 30m, bật cao, và ném bóng. Các bài kiểm tra này được chọn dựa trên tính chính xác, khả thi, liên quan đến bóng chuyền và phù hợp với điều kiện thực tế tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP.HCM.

2.2. Phỏng vấn chuyên gia để lựa chọn các Test

Nghiên cứu phỏng vấn 30 chuyên gia, huấn luyện viên, và giảng viên về các bài kiểm tra thể lực trong bóng chuyền. Dựa trên tần suất sử dụng, các bài kiểm tra được đánh giá và xếp hạng, từ đó xác định những bài kiểm tra phù hợp nhất với sinh viên chuyên sâu bóng chuyền.

TT	Test	Mức độ sử dụng			Điểm quy đổi	Tỷ lệ %
		Thường xuyên	Ít	Không		
10	Chạy 12 phút (m)	21	3	6	75	83.33
12	Bật lên xuống bậc cao 40cm liên tục trong 1 phút (lần)	17	11	2	75	83.33

Qua kết quả phỏng vấn tại bảng 1. Đề tài đã chọn ra được 7 Test có sự đồng ý từ 80% trở lên dùng để đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền khóa Đại học 15 Trường Đại học Sư phạm TĐTT TP. HCM. Cụ thể Test 1: Bật cao có đà (cm), Test 2: Ném bóng rõ bằng hai tay từ sau đầu ra trước (m), Test 3: Chạy 20m xuất phát cao (s), Test 4: Chạy cây thông 72m (s), Test 5: Dẻo gập thân (cm), Test 6: Chạy 12 phút (m), Test 7: Bật lên xuống bậc cao 40cm liên tục trong 1 phút (lần).

2.3. Kiểm nghiệm độ tin cậy các Test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên

Bảng 2. Hệ số tin cậy của các Test đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam Khóa ĐH 15 Trường ĐHSPTĐTT TP. HCM

NHÓM	Test	Kết quả kiểm tra		
		Lần 1	Lần 2	r
		$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	
NHÓM THỰC NGHIỆM	Test 1	0.69 ± 0.05	0.74 ± 0.10	0.83
	Test 2	17.36 ± 1.13	18.15 ± 1.46	0.84
	Test 3	2.90 ± 0.19	2.93 ± 0.15	0.87
	Test 4	25.72 ± 1.37	25.41 ± 1.34	0.91
	Test 5	6.06 ± 0.44	6.16 ± 0.45	0.84
	Test 6	1824.71 ± 158.828	1838.82 ± 135.252	0.97
	Test 7	48.71 ± 4.73	50.06 ± 4.64	0.86
NHÓM ĐỐI CHỨNG	Test 1	0.65 ± 0.11	0.68 ± 0.13	0.90
	Test 2	16.42 ± 2.36	16.93 ± 2.06	0.82
	Test 3	2.94 ± 0.21	2.89 ± 0.21	0.94
	Test 4	26.02 ± 1.52	25.60 ± 1.69	0.92
	Test 5	8.72 ± 6.89	10.16 ± 7.75	0.98
	Test 6	1792.00 ± 138.922	1800.00 ± 130.98	0.95
	Test 7	48.57 ± 9.04	49.70 ± 8.09	0.95

Kết quả từ bảng 2 cho thấy hệ số tương quan (r) của các chỉ tiêu dao động từ 0.80 đến 1.00, chứng minh độ tin cậy cao của các bài Test. Từ đó, nghiên cứu đã xác định được 7 bài kiểm tra đáng tin cậy để đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên sâu bóng

chuyên sâu bóng chuyền Khóa Đại học 15 Trường Đại học Sư phạm TĐTT TP. HCM.

Để xác định độ tin cậy của các bài kiểm tra thể lực, nghiên cứu áp dụng phương pháp lặp lại (Test-Retest) trên 48 sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam Khóa Đại học 15, Trường ĐH Sư phạm TĐTT TP.HCM. Hai lần kiểm tra được thực hiện trong cùng điều kiện với khoảng nghỉ 7 ngày, sau đó phân tích mức độ tương quan giữa kết quả của hai lần kiểm tra bằng phương pháp Pearson. Điều này giúp đảm bảo các Test đánh giá tính ổn định và phù hợp qua nhiều lần thực hiện.

chuyên nam Khóa ĐH 15 Trường ĐHSPTĐTT TP.HCM.

2.4. Ứng dụng các Test đã lựa chọn để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng chuyền

nam Khóa Đại học 15 Trường ĐHSP TDTT TP HCM

Nghiên cứu đã sử dụng 7 bài Test để kiểm tra trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam Khóa ĐH 15 Trường ĐHSP TDTT TP.HCM. Sau khi thực hiện các bài test, các chỉ số như giá trị

trung bình ($\bar{X}$), độ lệch chuẩn (S), hệ số biến thiên (Cv%), và phương sai (ϵ) được tính toán. Các chỉ số này giúp xác định mức độ thể lực, đo lường sự đồng đều, đánh giá độ ổn định, và phân tích sự khác biệt giữa các sinh viên trong từng bài test.

Bảng 3. Thực trạng trình độ thể lực chuyên môn sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam Khóa ĐH 15 Trường ĐHSP TDTT TP. HCM

ĐỐI TƯỢNG	Test	GIÁ TRỊ			
		$\bar{X}$	S	Cv%	ϵ
NHÓM THỰC NGHIỆM	Test 1	0.69	0.05	7.20	0.04
	Test 2	17.36	1.13	6.48	0.03
	Test 3	2.90	0.19	6.66	0.03
	Test 4	25.72	1.37	5.34	0.03
	Test 5	6.06	0.44	7.30	0.04
	Test 6	1824.71	158.82	8.70	0.04
	Test 7	48.71	4.73	9.71	0.05
NHÓM ĐỐI CHỨNG	Test 1	0.65	0.11	17.02	0.06
	Test 2	16.42	2.36	14.39	0.05
	Test 3	2.94	0.21	7.29	0.03
	Test 4	26.02	1.52	5.84	0.02
	Test 5	8.72	6.89	79.04	0.29
	Test 6	1792.00	18.92	7.75	0.03
	Test 7	48.57	9.04	18.60	0.07

Kết quả nghiên cứu ở bảng 3 thể hiện đầy đủ các chỉ tiêu số liệu thống kê cơ bản, cho thấy.

Test 1: Bật cao có đà (cm): Kết quả bật cao có đà của sinh viên hai nhóm thực nghiệm và đối chứng cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN}$ = 0.69 và $\bar{X}_{ĐC}$ = 0.65, độ lệch chuẩn S_{TN} = 0.05, $S_{ĐC}$ = 0.11, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN}$ = 7.20, $Cv\%_{ĐC}$ = 17.02, sai số tương đối ϵ_{TN} = 0.05, $\epsilon_{ĐC}$ = 0.06.

Test 2: Ném bóng rổ bằng hai tay từ sau đầu ra trước (m): Thành tích ném bóng rổ bằng hai tay từ sau đầu ra trước của sinh viên hai nhóm cũng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Các chỉ số Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN}$ = 17.36, $\bar{X}_{ĐC}$ = 16.42, độ lệch chuẩn S_{TN} = 1.13, $S_{ĐC}$ = 2.36, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN}$

= 6.48, $Cv\%_{ĐC}$ = 14.39, sai số tương đối ϵ_{TN} = 0.03, $\epsilon_{ĐC}$ = 0.05.

Test 3: Chạy 20m xuất phát cao (s): Kết quả chạy 20m xuất phát cao của sinh viên hai nhóm thực nghiệm và đối chứng cũng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN}$ = 2.90, $\bar{X}_{ĐC}$ = 2.94, độ lệch chuẩn S_{TN} = 0.19, $S_{ĐC}$ = 0.21, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN}$ = 6.66, $Cv\%_{ĐC}$ = 7.29, sai số tương đối ϵ_{TN} = 0.03, $\epsilon_{ĐC}$ = 0.03.

Test 4: Chạy cây thông 72m (s): Thành tích chạy cây thông của sinh viên hai nhóm cũng cho thấy sự tương đồng. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN}$ = 25.72, $\bar{X}_{ĐC}$ = 26.02, độ lệch chuẩn S_{TN} = 1.37, $S_{ĐC}$ = 1.52, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN}$ = 5.34, $Cv\%_{ĐC}$ = 5.84, sai số tương đối ϵ_{TN} = 0.003, $\epsilon_{ĐC}$ = 0.02.

Test 5: Chạy 12 phút (m): Thành tích chạy 12 phút của sinh viên hai nhóm cũng

không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN} = 1824.71$, $\bar{X}_{ĐC} = 1792.00$, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 158.82$, $S_{ĐC} = 138.92$, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN} = 8.70$, $Cv\%_{ĐC} = 7.75$, sai số tương đối $\varepsilon_{TN} = 0.04$, $\varepsilon_{ĐC} = 0.03$.

Test 6: Dẻo gập thân (cm): Thành tích dẻo gập thân của sinh viên hai nhóm thực nghiệm và đối chứng cũng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN} = 6.06$, $\bar{X}_{ĐC} = 72$, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 0.44$, $S_{ĐC} = 6.89$, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN} = 7.30$, $Cv\%_{ĐC} = 79.04$, sai số tương đối $\varepsilon_{TN} = 0.04$, $\varepsilon_{ĐC} = 0.29$.

Test 7: Bật lên xuống bục cao 40cm liên tục trong 1 phút (lần): Thành tích bật lên xuống bục cao 40cm trong 1 phút của sinh viên hai nhóm cũng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Giá trị trung bình $\bar{X}_{TN} = 48.71$, $\bar{X}_{ĐC} = 45.07$, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 4.73$, $S_{ĐC} = 9.04$, với hệ số biến thiên $Cv\%_{TN} = 9.71$, $Cv\%_{ĐC} = 18.60$, sai số tương đối $\varepsilon_{TN} = 0.05$, $\varepsilon_{ĐC} = 0.07$.

3. KẾT LUẬN

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã tổng hợp được 11 Test đánh giá trình độ thể

lực chuyên môn thường được sử dụng trong giảng dạy và huấn luyện bóng chuyền, đảm bảo phù hợp với đặc điểm của sinh viên bóng chuyền nam tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP. Hồ Chí Minh.

Thông qua phỏng vấn 30 chuyên gia, giảng viên, và huấn luyện viên bóng chuyền, đã lựa chọn được 7 Test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn có tính thực tiễn cao, phù hợp với yêu cầu đánh giá các tố chất thể lực chuyên môn của sinh viên.

Nghiên cứu đã sử dụng phương pháp Retest để đánh giá hệ số tương quan giữa hai lần kiểm tra và dựa vào kết quả phân tích hệ số tương quan giữa hai lần kiểm tra, đã xác định được 7 bài kiểm tra có độ tin cậy cao (hệ số tương quan $r > 0.85$), phản ánh chính xác năng lực thực tế của sinh viên.

Nghiên cứu đã ứng dụng 7 Test đã lựa chọn đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng chuyền nam Khóa ĐH 15 tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP.HCM, phản ánh các tố chất thể lực cần thiết như sức mạnh, tốc độ, sức bền, sự khéo léo và độ mềm dẻo.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đỗ Vĩnh, & Trịnh Hữu Lộc (2010), *Đo lường thể thao*, NXB TĐTT, TP. Hồ Chí Minh.
2. Phạm Hồng Minh, & Trần Đức Phấn (2004). *Hệ thống các bài tập huấn luyện bóng chuyền*, NXB TĐTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Thành Lâm (1998), *Nghiên cứu các tố chất thể lực đặc trưng của VĐV bóng chuyền 15 – 18 tuổi*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Hà Nội.
4. Trịnh Hữu Lộc, & Huỳnh Đức Tiến (2014). *Giáo trình bóng chuyền*, NXB Đại học Quốc Gia Thành phố HCM.
5. Borai, Hanife, & Dağlıoğlu, Önder. (2020), *Effect of Core Strength Training Program on Anaerobic Power, Speed, and Static Balance in Volleyball Players*. European Journal of Physical Education and Sport. Retrieved from.
6. Jastrzebski, Z., Wnorowski, K., Mikolajewski, R., & Jaskulska, E. (2014). *The effect of a 6-week plyometric training on explosive power in volleyball players*. Baltic Journal of Health and Physical Activity, 6(2), 79-89. DOI: 10.2478/bjha-2014-0008.

Nguồn bài báo: Đỗ Thành Quang (2024), Bài báo được trích dẫn từ đề tài khoa học cấp trường “*Ứng dụng một số bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền khóa Đại học 15 Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh*”.

Ngày nhận bài: 13/11/2024; Ngày đánh giá: 02/12/2024; Ngày duyệt đăng: 20/12/2024.

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT HỌC VIỆN NÔNG NGHIỆP VIỆT NAM

CURRENT STATUS OF PHYSICAL QUALIFICATIONS OF FIRST YEAR STUDENTS AT VIETNAM NATIONAL UNIVERSITY OF AGRICULTURE

ThS. Phan Thị Điều¹, ThS. Nguyễn Thị Đào²

Học viện Nông nghiệp Việt Nam¹, Trung tâm GDTC&TT, ĐH Quốc gia Hà Nội²

Tóm tắt: Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất Học viện Nông nghiệp Việt Nam. Kết quả cho thấy, thể lực của đối tượng nghiên cứu còn hạn chế, tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn còn chiếm tỷ lệ cao. Cần có các biện pháp phù hợp để nâng cao kết quả học tập môn Giáo dục thể chất và thể lực cho sinh viên năm thứ nhất của Học viện.

Từ khóa: Thực trạng, trình độ thể lực, sinh viên năm thứ nhất, Học viện Nông nghiệp Việt Nam.

Abstract: Based on theory and practice, the study evaluated the current physical fitness level of first-year students at the Vietnam National University of Agriculture. The results showed that the physical fitness of the research subjects was still limited, and the proportion of students with standardized physical fitness assessment results was still high. Appropriate measures were needed to improve the learning outcomes of Physical Education and Fitness for first-year students at the University.

Keywords: Reality, physical level, 1st year student, Vietnam National University of Agriculture.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong trường học các cấp là thực hiện mục tiêu phát triển thể chất cho học sinh, góp phần vào việc đào tạo con người phát triển toàn diện, đào tạo họ thành những người chủ tương lai của đất nước. Thế hệ trẻ Việt Nam ngày nay đang được sống và học tập dưới một chế độ ưu việt - chế độ xã hội chủ nghĩa, được thừa hưởng những thành quả vĩ đại của ông cha ta để lại trong sự nghiệp chiến đấu xây dựng và bảo vệ Tổ quốc được Đảng và Nhà nước hết sức quan tâm, chăm sóc.

Học viện Nông nghiệp Việt Nam (HVN NVN) được thành lập năm 1956. Học viện là đại học tự chủ, đa ngành, đa phân hiệu theo mô hình của đại học nghiên cứu tiên tiến trong khu vực; trung tâm xuất sắc của quốc gia, khu vực về đổi mới sáng tạo trong đào tạo nguồn nhân lực, nghiên cứu khoa học, ứng dụng tri thức và phát triển công nghệ trong lĩnh vực nông

nghiệp và phát triển nông thôn. Gần bảy mươi năm qua là một chặng đường quan trọng trong lịch sử phát triển của một Trường trọng điểm của cả nước. Công tác đào tạo luôn được Nhà trường xác định là nhiệm vụ trọng tâm và mọi hoạt động trong công tác đào tạo luôn được thực hiện nghiêm túc, đúng quy chế. Nhà trường luôn mở rộng và cải tiến chương trình đào tạo để đáp ứng nhu cầu nhân lực không ngừng gia tăng của thị trường lao động.

Mặc dù công tác GDTC đã được lãnh đạo nhà trường hết sức quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới, nâng cao trang thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và đội ngũ giảng viên. Nhà trường đã đầu tư cải tạo, xây dựng nhiều công trình thể dục thể thao (TDTT) mới đã và đang phục vụ tốt cho công tác giảng dạy nội khóa, hoạt động ngoại khóa, phong trào hoạt động thể thao quần chúng và các giải thi đấu thể thao của sinh viên... Nhưng thực tế công tác GDTC và thể thao trường học

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

còn bộc lộ nhiều hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu mục tiêu giáo dục - đào tạo đã đề ra.

Từ những phân tích trên, tôi tiến hành nghiên cứu: *“Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất trường Học viện Nông nghiệp Việt Nam”*.

Phương pháp nghiên cứu

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 kiểm tra sư phạm; phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng công tác GDTC của HVNNVN

2.1.1. Thực trạng về công tác quản lý

Bộ môn GDTC dưới sự chỉ đạo của Ban Giám đốc Học viện chịu trách nhiệm tiến hành công tác GDTC cho sinh viên.

- Cơ cấu tổ chức quản lý: Bộ môn GDTC mới chỉ làm việc phân công, trách nhiệm mà trưởng bộ môn giao nhiệm vụ trực tiếp với các giảng viên về công tác giảng dạy. Chưa hình thành các tổ nhóm chức năng về: Cơ sở vật chất, nhóm chuyên môn, phong trào,

chưa phân công giảng viên phụ trách hướng dẫn các câu lạc bộ thể thao cho sinh viên;

- Bộ môn GDTC giảng dạy nội khóa cho sinh viên theo chương trình quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT).

- Nhà trường chưa chỉ đạo tổ GDTC tổ chức hoạt động ngoại khóa cho sinh viên trong toàn Học viện;

- Chưa có sự phối hợp để đạt được hiệu quả giữa Bộ môn GDTC với các bộ phận chức năng liên quan như công đoàn, đoàn thanh niên... để tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao nội bộ, giao lưu và các hoạt động thể thao ngoại khóa cho sinh viên.

2.1.2. Thực trạng chương trình môn học GDTC của HVNNVN

Môn học GDTC của HVNNVN, bao gồm 135 tiết, được chia thành 03 học phần, mỗi học phần 45 tiết, mỗi tiết 45 phút và được thực hiện trong ba học kỳ, mỗi học kỳ 45 tiết, giảng dạy theo phân công chuyên môn và thời khóa biểu của Trường. Nội dung chương trình môn học GDTC của HVNNVN được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Nội dung, chương trình môn GDTC của HVNNVN

TT	Nội dung giảng dạy (chương/bài)	Thời gian (tiết học)			
		Tổng số	Lý thuyết	Thực hành	Kiểm tra
I	Học phần 1 (bắt buộc)				
	GDTC đại cương	45	3	40	2
II	Học phần 2 (tự chọn ¼ môn)				
	Điền kinh Cầu lông Cờ vua Thể dục Aerobic	45	1	42	2
III	Học phần 3 (tự chọn ¼ môn)				
	Bóng đá Bóng chuyền Bóng rổ Khiêu vũ thể thao	45	1	42	2
Tổng cộng		135	5	124	6

Qua bảng 1 cho thấy: Phân phối nội dung, chương trình môn học GDTC của HVNNVN đã được thực hiện theo đúng thông

tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ GD&ĐT quy định về “Chương trình môn học GDTC thuộc các

chương trình đào tạo trình độ đại học”. Tuy nhiên, nội dung, chương trình môn học GDTC của Nhà trường vẫn còn một số vấn đề bất cập, nội dung lý thuyết chỉ có 5 tiết (3.7%), thời lượng này là quá ít không đảm bảo thời gian cho việc truyền thụ kiến thức của giảng viên và tiếp thu những tri thức cơ bản, kỹ thuật TDDT của sinh viên. số tiết kiểm tra quá ít, mỗi nội dung chỉ có 1-2 tiết để tiến hành kiểm

tra, mà mỗi lớp lại có trên dưới 50 sinh viên, do đó khó có thể thực hiện theo chuẩn yêu cầu của môn học đặc thù.

2.1.3. Thực trạng về cơ sở vật chất.

Đề tài tiến hành khảo sát thực trạng CSVC, trang thiết bị kỹ thuật phục vụ công tác GDTC của HVNNVN. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng CSVC, trang thiết bị phục vụ công tác GDTC của HVNNVN

TT	Loại hình CSVC	Năm học 2023-2024			
		Số lượng	Chất lượng		
			Tốt	Khá	TB
1	Sân thể dục	2		X	
2	Sân điền kinh (đường chạy 400m)	1		X	
3	Sân bóng chuyền	4			X
4	Bàn bóng bàn	10			X
5	Sân bóng đá 11 người	1		X	
6	Sân bóng đá 7 người	4		X	
7	Sân cầu lông	8		X	
8	Sân bóng rổ	2			X
9	Bảng rổ	4	X		
10	Hố nhảy xa	2			X
11	Nhà tập đa năng	1		X	
11	Vợt cầu lông (chiếc)	100			X
12	Bóng rổ (quả)	50			X
13	Bóng chuyền (quả)	40			X
14	Dây nhảy (chiếc)	200			X
15	Đệm nhảy cao (chiếc)	2			X
16	Bóng bàn (quả)	200		X	
17	Cầu lông (quả)	200		X	

Qua bảng 2 cho thấy: Thực trạng CSVC phục vụ cho công tác GDTC của HVNNVN cơ bản đáp ứng yêu cầu công tác GDTC của nhà trường. Tuy nhiên, Nhà trường cần phải có kế hoạch đầu tư cải tiến và nâng cấp và xây dựng mới CSVC, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện...

để nâng cao chất lượng đào tạo nói chung và của môn GDTC nói riêng.

2.1.4. Thực trạng về đội ngũ giảng viên

Để đánh giá thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC của HVNNVN, chúng tôi tiến hành khảo sát số lượng, trình độ của các giảng viên làm công tác giảng dạy môn GDTC cho SV Học viện. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC tại HVNNVN

Năm học	Số lượng	Giới tính		Tỷ lệ SV/GV	Thâm niên công tác		Trình độ chuyên môn		
		Nam	Nữ		Dưới 15 năm	Trên 15 năm	Tiến sỹ	Thạc sỹ	Đại học
2023	18	14	4	600/1	8	10	1	17	0
2024	(100%)	(77.8%)	(22.2%)		(44.4%)	(55.6%)	(5.6%)	(94.4%)	(0.0%)

Qua bảng 3 cho thấy: 100% GV GDTC của trường có trình độ sau đại học, trong đó có 01 giảng viên có trình độ tiến sỹ, đa số giảng viên có thâm niên công tác trên 15 năm, các giảng viên đều được đào tạo ở các cơ sở đầu ngành về lĩnh vực GDTC và TDTT nên có nhiều kinh nghiệm trong công tác nên hiểu rất rõ về đặc điểm của SV trong Học viện. Đây là một lợi thế trong công tác GDTC của HVNNVN. Tuy nhiên, tỷ lệ sinh viên/giảng viên còn cao (600/1) nên các giảng viên phải giảng dạy nhiều (khoảng 600 tiết/năm học), điều này cũng ảnh hưởng không nhỏ đến chất lượng, hiệu quả trong quá trình triển khai công tác GDTC tại HVNNVN.

2.2. Thực trạng kết quả học tập môn GDTC và trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN

2.2.1. Thực trạng kết quả học tập môn GDTC

Để đánh giá kết quả học tập GDTC của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN, đề tài tiến hành khảo sát và thống kê kết quả học tập năm học 2022-2023 và năm học 2023-2024. Kết quả trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN

Năm học	Số lượng	Kết quả							
		Giỏi		Khá		Trung bình		Không đạt	
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
2022 – 2023	5623	571	10.15	1969	35.02	2621	46.61	462	8.22
2023 – 2024	5876	588	10.00	2115	35.99	2703	46.01	470	8.00

Qua bảng 4 nhận thấy sinh viên có kết quả học tập đạt giỏi chiếm tỷ lệ còn ít, năm học 2022 - 2023, tỷ lệ đạt giỏi chỉ có 10.15%, tỷ lệ đạt khá là 35.02%, số sinh viên đạt điểm trung bình chiếm 46.61% và tỷ lệ không đạt chiếm tỷ lệ 8.22%. Đến năm học 2023 - 2024 tỷ lệ sinh viên có kết quả học tập loại giỏi chiếm tỷ lệ 10.00%, loại khá chiếm tỷ lệ 35.99%, loại trung bình chiếm tỷ lệ 46.01%, loại không đạt chiếm tỷ lệ 8.00%. Như vậy, kết quả học tập môn GDTC của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN trong 2 năm vừa qua là tương đương nhau. Số lượng sinh viên có kết quả không đạt vẫn chiếm tỷ lệ cao (khoảng 8.0%). Có nhiều nguyên nhân khách quan và chủ quan khác nhau dẫn đến tình trạng này như: tình hình sức khỏe, động cơ tham gia tập luyện TDTT, nhận thức về công tác GDTC và TDTT, ý thức trong quá trình học tập chính khoá và tập luyện ngoại khoá chưa cao...

2.2.2. Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN

Để đánh giá trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN, đề tài sử dụng 04 chỉ tiêu đánh giá về thể lực theo tiêu chuẩn RLTT của học sinh, sinh viên được quy định tại quyết định 53/2008/QĐ-BGDDT (phạm vi chỉ 4/6 chỉ tiêu trong đó có 02 chỉ tiêu bắt buộc là bật xa tại chỗ và chạy 5 phút tùy sức) với các tiêu chí kiểm tra sau:

- Chạy 30m xuất phát cao (s).
- Bật xa tại chỗ (cm).
- Chạy con thoi 4x10m (s).

- Chạy tùy sức 5 phút (m).

Đề tài tiến hành kiểm tra thể lực của 1000 sinh viên năm thứ nhất HVNNVN (500 sinh viên nam và 500 sinh viên nữ) theo tiêu chuẩn RLTT ở từng chỉ tiêu cụ thể của từng cá nhân. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN

Giới tính	Nội dung	Chỉ tiêu	Đạt	Tỷ lệ %	Không đạt	Tỷ lệ %
Nam n=500	Chạy 30m XPC (s)	5.10	465	93.0	35	7.0
	Bật xa tại chỗ (cm)	220.0	452	90.4	48	9.60
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.50	455	91.0	45	9.0
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	860.0	430	86.0	70	14.0
Nữ n=500	Chạy 30m XPC (s)	5.80	457	91.4	43	8.6
	Bật xa tại chỗ (cm)	167.0	449	89.8	51	10.1
	Chạy con thoi 4x10m (s)	14.10	453	90.6	47	9.4
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	780.0	420	84.0	80	16.0

Từ kết quả ở bảng 5 cho thấy: Thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN còn nhiều hạn chế, tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra, đánh giá theo từng nội dung ở mức không đạt còn khá cao, ở nam sinh viên chiếm tỷ lệ từ 7.0% đến 14.0%, ở nữ sinh viên có tỷ lệ từ 8.6% đến 16.0%. Kết quả này cũng tương ứng với thành tích học tập môn GDTC trong 2 năm qua của sinh viên năm thứ nhất Học viện.

Sau khi có kết quả tổng hợp của 4 chỉ tiêu, đề tài tiến hành phân loại thể lực chung cho

sinh viên năm thứ nhất HVNNVN được chia làm theo 3 mức tốt, đạt, chưa đạt, đó là:

1. Loại Tốt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có ba chỉ tiêu tốt và một chỉ tiêu đạt trở lên.
2. Loại đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu từ mức đạt trở lên.
3. Loại chưa đạt: Kết quả kiểm tra có 01 chỉ tiêu dưới mức đạt.

Kết quả xếp loại thể lực của đối tượng nghiên cứu được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Kết quả tổng hợp xếp loại thể lực năm thứ nhất HVNNVN

Giới tính	Tốt		Đạt		Không đạt	
	n	%	n	%	n	%
Nam (n=500)	133	26.6	311	62.2	56	11.2
Nữ (n=500)	126	25.2	303	60.6	71	14.2

Từ kết quả ở bảng 6 cho thấy: Số sinh viên có kết quả xếp loại thể lực mức tốt đạt 26.6% nam sinh viên và 25.2% nữ sinh viên, mức đạt chiếm tỷ lệ lần lượt là 62.2% và 60.6% ở đối tượng nam và nữ sinh viên. Số lượng sinh viên không đạt tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực chiếm tỷ lệ 11.2% ở nam sinh viên và 14.2% ở nữ sinh viên, tỷ lệ này là cao hơn so với những năm học trước đây. Như vậy, thể lực của sinh viên năm thứ nhất

HVNNVN còn hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu của công tác GDTC của Nhà trường trong giai đoạn hiện nay.

3. KẾT LUẬN

- Chương trình môn học GDTC của HVNNVN đã được thực hiện theo đúng quy định của Bộ GD&ĐT. Đội ngũ giảng viên về cơ bản đã đáp ứng được yêu cầu của công tác giảng dạy môn GDTC và triển khai hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên trong Học

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

viện. Tuy nhiên, nhiều cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC của nhà trường đã xuống cấp, cần tăng cường, bổ sung thêm sân bãi, dụng cụ học tập để đảm bảo cho việc học tập của sinh viên cũng như phục vụ các hoạt động TDTT ngoại khoá của sinh viên.

- Thể lực của sinh viên năm thứ nhất HVNNVN còn hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu của công tác GDTC trong giai đoạn hiện nay. Tỷ lệ sinh viên không đạt tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực theo quy định chiếm từ 11.2% nam sinh viên và 14.2% nữ sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD-ĐT (2001), *Quy chế giáo dục thể chất và thể thao trường học*.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008, “Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên”*.
3. Bộ GD-ĐT (2008), *“Quy định tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên”*. Ban hành kèm theo Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 của Bộ trưởng Bộ GD-ĐT.
4. Bộ GD-ĐT (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 của Bộ GD&ĐT quy định về “Chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học”*.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ kết quả điều tra, khảo sát dữ liệu thứ cấp về kết quả kiểm tra, đánh giá trình độ thể lực và kết quả học tập môn GDTC của sinh viên năm thứ nhất Học viện Nông nghiệp Việt Nam.

Ngày nhận bài: 19/11/2024; Ngày đánh giá: 28/11/2024; Ngày duyệt đăng: 10/12/2024.

THỰC TRẠNG CHẤT LƯỢNG ĐỘI NGŨ GIÁO VIÊN GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở CÁC TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ HUYỆN BA VÌ, THÀNH PHỐ HÀ NỘI

THE REALITY OF THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN SECONDARY SCHOOLS IN BA VI DISTRICT, HANOI

TS. Phạm Anh Tuấn¹, Đỗ Thị Thâm²

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội¹, Trường THCS Phú Châu, Ba Vì, Hà Nội²

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong lĩnh vực thể dục thể thao, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng chất lượng đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất ở các trường trung học cơ sở huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội. Trên cơ sở đó, xây dựng và đề xuất triển khai các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất ở các trường trung học cơ sở huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội đáp ứng yêu cầu của chương trình phổ thông mới năm 2018.

Từ khóa: Thực trạng, chất lượng, giáo viên giáo dục thể chất, trung học cơ sở.

Abstract: Using conventional scientific research methods in the field of physical education and sports, the study evaluates the reality of the quality of physical education teachers in secondary schools in Ba Vi district, Hanoi. On that basis, the study develops and proposes solutions to improve the quality of physical education teachers in secondary schools in Ba Vi district, Hanoi in order to meet the requirements of the new 2018 national curriculum.

Keywords: Reality, quality; physical education teacher, secondary school.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường phổ thông là môn học bắt buộc, được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12. Môn GDTC góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh, trọng tâm là: Trang bị cho học sinh kiến thức và kỹ năng chăm sóc sức khỏe; kiến thức và kỹ năng vận động; hình thành thói quen tập luyện, khả năng lựa chọn môn thể thao phù hợp để luyện tập nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực và tố chất vận động; trên cơ sở đó giúp học sinh có ý thức, trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, thích ứng với các điều kiện sống, sống vui vẻ, hoà đồng với mọi người.

Giáo viên là chủ thể của giáo dục, chất lượng giáo viên GDTC là tiền đề quan trọng để thực hiện nâng cao chất lượng giáo dục nói chung và GDTC nói riêng. Những đặc điểm phẩm chất mà giáo viên GDTC cần có chủ yếu bao gồm bốn khía cạnh: Triết lý giáo dục, cấu

trúc kiến thức, kỹ năng giáo dục và tình cảm nghề nghiệp. Chất lượng của giáo viên GDTC là tổng hợp những phẩm chất tâm lý mà giáo viên thể hiện trong quá trình giảng dạy, chất lượng giáo viên quyết định đến hiệu quả của việc giáo dục và giảng dạy, có tác động trực tiếp và đáng kể đến sự phát triển thể chất và tinh thần của học sinh.

Trong các lĩnh vực hoạt động của đời sống xã hội, chất lượng nguồn nhân lực là yếu tố quyết định chất lượng và hiệu quả hoạt động. GDTC và hoạt động thể thao trường học với tính chất là giảng dạy động tác và phát triển các tố chất vận động, có nhiệm vụ nâng cao tầm vóc, thể lực cho học sinh, thì chất lượng nguồn nhân lực là yếu tố quyết định hiệu lực, hiệu quả và làm cho công tác GDTC và hoạt động thể thao trường học đạt được mục tiêu đề ra. Vì vậy, việc xây dựng các giải pháp để bồi dưỡng nâng cao chất lượng cán bộ, giáo viên GDTC trong các trường học đáp ứng yêu cầu của chương trình phổ thông mới

là một việc làm cấp bách và vô cùng cần thiết trong giai đoạn hiện nay.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, dựa vào các phân tích về ý nghĩa và tầm quan trọng của vấn đề cần nghiên cứu, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: “ *Thực trạng chất lượng đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất ở các trường THCS cơ sở huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội*”.

Phương pháp nghiên cứu: Quá trình nghiên cứu, chúng tôi 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 về số lượng, giới tính đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội*

Thực trạng đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội năm học 2023 – 2024 được tổng hợp và thống kê tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội năm học 2023 – 2024

Tổng số xã	Tổng số trường	Tổng số giáo viên	Giới tính				Trình độ đào tạo					
			Nam		Nữ		Sau đại học		Đại học		Cao đẳng	
			n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
35	35	62	40	64.5	22	35.5	0	0	60	96.8	2	3.2

Qua bảng 1 cho thấy:

- Về số lượng và giới tính của giáo viên: Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội có 35 xã trực thuộc với 35 trường THCS, toàn huyện có 62 giáo viên GDTC, trung bình có 1.77 giáo viên /trường. Như vậy, số lượng giáo viên GDTC ở các trường THCS của Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội là còn thiếu. Tỷ lệ giáo viên nữ chiếm 35.5%, ít hơn hơn tỷ lệ nam giáo viên với 64.5%. Trong thời gian tới với sự phát triển về kinh tế, xã hội của khu vực, đặc biệt là gia tăng dân số thì số lượng học sinh bậc THCS sẽ tăng lên, các trường THCS sẽ có nhu cầu tăng thêm số lượng lớp học và thành lập các trường học mới. Vì vậy, việc nghiên cứu để tăng cường, bổ sung thêm đội ngũ giáo viên GDTC trong thời gian tới là việc làm cần thiết trong giai đoạn hiện nay. Việc thiếu giáo viên là một trong những khó khăn trong việc triển khai thực hiện công tác GDTC ở Huyện Ba Vì,

đặc biệt là bậc THCS.

- Về trình độ của đội ngũ giáo viên: Trong tổng số 62 giáo viên giảng dạy môn GDTC bậc THCS có 96.8% giáo viên đã đạt chuẩn theo quy định của bộ GD&ĐT. Tuy nhiên, vẫn còn 02 giáo viên có trình độ cao đẳng chiếm tỷ lệ 3.2%. Vì vậy, trong thời gian tới cần quan tâm đến việc đào tạo, bồi dưỡng để hoàn thiện và nâng cao trình độ cho đội ngũ giáo viên GDTC của Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội.

2.2. *Thực trạng về những kỹ năng cơ bản của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội*

Đề tài tiến hành phỏng vấn 70 cán bộ quản lý, giáo viên GDTC của các trường THCS thuộc Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội về những kỹ năng cơ bản của giáo viên GDTC. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng về những kỹ năng cơ bản của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội (n=70)

TT	Kỹ năng sư phạm	Kết quả phỏng vấn			
		Đảm bảo		Chưa đảm bảo	
		n	%	n	%
1	Kỹ năng tổ chức và quản lý giờ học	66	94.3	4	5.7
2	Kỹ năng làm mẫu (thí phạm) động tác	64	91.4	6	8.6
3	Kỹ năng phát hiện những sai lầm thường mắc và đưa ra biện pháp sửa chữa	63	90.0	7	10.0
4	Kỹ năng biên soạn kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy	60	85.7	10	14.3
5	Kỹ năng sử dụng phương pháp dạy học	65	92.9	5	7.1
6	Kỹ năng sử dụng phương tiện dạy học	64	91.4	6	8.6
7	Kỹ năng giảng giải, phân tích kỹ thuật động tác	62	88.6	8	11.4
8	Kỹ năng tổ chức thi đấu, trọng tài các môn thể thao	69	98.6	1	1.4
9	Kỹ năng kiểm tra, đánh giá kết quả học tập của học sinh	62	88.6	8	11.4

Qua bảng 2 cho thấy, về cơ bản đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS thuộc Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội đều đảm bảo những kỹ năng sư phạm cần thiết của giáo viên theo các tiêu chuẩn chung về đặc điểm nghề nghiệp, các kỹ năng này được đánh giá ở mức 85% trở lên.

2.3. Thực trạng việc sử dụng phương pháp dạy học của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội

Nhằm xác định thực trạng việc sử dụng các phương pháp dạy học của đội ngũ giáo viên

GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội, đề tài tiến hành phỏng vấn 62 giáo viên GDTC ở các trường THCS thuộc Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội. Theo các mức độ:

- Mức 1: Rất thường xuyên.
- Mức 2: Thường xuyên.
- Mức 3: Bình thường.
- Mức 4: Không thường xuyên.
- Mức 5: Rất không thường xuyên.

Kết quả phỏng vấn được trình bày ở

bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng sử dụng phương pháp dạy học của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội (n=62)

TT	Các phương pháp dạy học		Kết quả phỏng vấn				
			Mức độ				
			1	2	3	4	5
1	Phương pháp tập luyện sử dụng dụng cụ vận động có định mức	n	14	34	12	2	0
		%	22.58	54.83	19.35	3.22	0
2	Phương pháp trò chơi	n	10	36	12	4	0
		%	16.13	58.06	19.35	6.45	0
3	Phương pháp thi đấu	n	10	35	11	3	3
		%	16.13	56.45	17.74	4.83	4.83

TT	Các phương pháp dạy học		Kết quả phỏng vấn				
			Mức độ				
			1	2	3	4	5
4	Phương pháp sử dụng lời nói	n	16	40	6	0	0
		%	25.80	64.52	9.68	0	0
5	Phương pháp trực quan	n	17	36	6	3	0
		%	27.42	58.06	9.68	4.83	0
6	Phương pháp giảng dạy phân chia	n	12	35	11	4	0
		%	19.35	56.45	17.74	6.45	0
7	Phương pháp giảng dạy hoàn chỉnh	n	14	34	10	4	0
		%	22.58	54.83	16.13	6.45	0
8	Phương pháp phát hiện và sửa chữa sai lầm trong tập luyện TDTT	n	10	38	6	6	2
		%	16.13	61.29	9.68	9.68	3.22
9	Kết hợp giáo dục đạo đức, tư tưởng và yêu cầu cơ bản về phát triển nhân cách trong dạy học môn GDTC	n	18	39	3	2	0
		%	29.04	69.90	4.84	3.22	0
10	Các phương pháp dạy học khác	n	11	40	8	3	0
		%	17.74	64.52	12.90	4.84	0

Qua bảng 3 cho thấy, đa số giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội đã sử dụng đa dạng các phương pháp dạy học môn GDTC ở mức rất thường xuyên và thường xuyên. Tuy nhiên, một số giáo viên vẫn sử dụng các phương pháp dạy học ở mức bình thường và không thường xuyên, thậm chí phương pháp thi đấu và phương pháp phát hiện và sửa chữa sai lầm trong tập luyện TDTT còn có giáo viên sử dụng ở mức độ rất không thường xuyên. Như vậy, các phương pháp giảng dạy cơ bản đã đảm bảo cho hoạt

động giảng dạy môn GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội.

2.4. Thực trạng việc sử dụng các hình thức tổ chức dạy học của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội

Để xác định thực trạng việc sử dụng các hình thức tổ chức dạy học của giáo viên GDTC, đề tài tiến hành phỏng vấn 62 giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Thực trạng sử dụng các hình thức tổ chức dạy học của giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội (n=62)

TT	Các hình thức		Kết quả phỏng vấn				
			Mức độ				
			1	2	3	4	5
1	Dạy học trên lớp	n	13	34	12	3	0
		%	20.96	54.84	19.35	4.83	0
2	Tổ chức hoạt động trải nghiệm	n	8	28	22	4	0
		%	12.90	45.16	35.48	6.45	0
3	Dạy học theo nhóm	n	13	36	10	3	0
		%	20.96	58.06	16.13	4.83	0
4	Đối xử cá biệt	n	8	35	16	3	0
		%	12.91	56.45	25.81	4.83	0
5	Giao bài tập	n	10	38	11	3	0

		%	16.13	61.29	17.74	4.83	0
6	Hình thức khác	n	10	31	15	6	0
		%	16.13	50.00	21.19	9.68	0

Qua bảng 4 cho thấy, các giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội đã sử dụng đa dạng các hình thức trong dạy học môn GDTC cho học sinh với mức lựa chọn chủ yếu là rất thường xuyên và thường xuyên. Tuy nhiên, vẫn còn một số giáo viên chưa áp dụng đa dạng các hình thức tổ chức dạy học trong các giờ lên lớp của bản thân ở mức không thường xuyên.

2.5. Xác định nguyên nhân hạn chế của đội ngũ GV GDTC trong các trường trung học cơ sở Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội.

Qua nghiên cứu thực trạng chất lượng đội ngũ GV GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội, đề tài đã xác định được

một số hạn chế của đối tượng nghiên cứu theo định hướng của chương trình phổ thông mới. Nhằm đánh giá khách quan và chính xác hơn về các nguyên nhân đã tổng hợp được, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn để xác định mức độ ảnh hưởng của các nguyên nhân đến hạn chế và mức độ chính xác của các nguyên nhân đối với thực tế hiện nay, đối tượng gồm 02 nhóm:

Nhóm 1 gồm: 45 chuyên gia, cán bộ, giảng viên của cơ sở đào tạo về Giáo viên GDTC.

Nhóm 2 gồm: 35 CBQL (hiệu trưởng, phó hiệu trưởng) tại 35 trường THCS trên địa bàn Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội.

Kết quả được trình bày tại bảng 5.

Bảng 5. Phỏng vấn xác định nguyên nhân ảnh hưởng tới chất lượng đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội

TT	Hạn chế còn tồn tại	Nhóm 1 n = 45		Nhóm 2 n = 35		Tổng	
		Điểm TB	Đánh giá	Điểm TB	Đánh giá	Điểm TB	Đánh giá
1	Do chiến lược quy hoạch, phát triển đội ngũ giáo viên	3.66	CX	3.44	CX	3.55	CX
2	Do quá trình đào tạo và bồi dưỡng nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên chưa đồng bộ	3.41	CX	3.65	CX	3.53	CX
3	Do nhận thức về vị trí, vai trò, trách nhiệm của đội ngũ giáo viên trước yêu cầu của chương trình phổ thông mới	3.62	CX	3.50	CX	3.56	CX
4	Sử dụng chưa hợp lý đội ngũ GV	4.46	CX	4.58	CX	4.52	RCX
5	Công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ còn hạn chế	3.97	CX	3.99	CX	3.98	CX
6	Cơ sở vật chất, thiết bị, đồ dùng dạy học chưa đảm bảo	3.61	CX	3.65	CX	3.63	CX

Qua kết quả ở bảng 5, đề tài đã xác định được 06 nguyên nhân hạn chế của đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội khi triển khai thực hiện chương trình phổ thông mới đó là: Do chiến

lược quy hoạch, phát triển đội ngũ giáo viên; Do quá trình đào tạo và bồi dưỡng nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên; Do nhận thức về vị trí, vai trò, trách nhiệm của mình trước yêu cầu của chương trình phổ thông mới; Do sử

dụng chưa hợp lý đội ngũ giáo viên; Do công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ còn hạn chế; Do cơ sở vật chất, thiết bị, đồ dùng dạy học chưa đảm bảo.

3. KẾT LUẬN

- Đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội còn thiếu về số lượng, vẫn còn 3.2% giáo viên chưa đạt chuẩn theo quy định của bộ GD&ĐT. Cần quan tâm đến việc bổ sung, đào tạo, bồi dưỡng để hoàn thiện và nâng cao trình độ cho đội ngũ giáo viên GDTC để đáp ứng yêu cầu của chương trình phổ thông mới.

- Đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS thuộc Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội đều đảm bảo những kỹ năng sư phạm cần thiết của người giáo viên theo các tiêu chuẩn chung về đặc điểm nghề nghiệp.

- Đa số giáo viên GDTC ở các trường THCS thuộc Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội đã sử dụng đa dạng các phương pháp dạy học môn GDTC ở mức rất thường xuyên và thường xuyên, về cơ bản đã đảm bảo cho hoạt động giảng dạy môn GDTC.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành TW Đảng (2013), *Nghị quyết số 29-NQ/TW*, ngày 4 tháng 11 năm 2013 về Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hoá, hiện đại hoá 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 (2018), *Thông tư 32/2018/TT-BGDĐT*, ngày 26/12/2018 Ban hành chương trình giáo dục phổ thông.

3. Chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP*, ngày 31/1/2015 Quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường.

4. Trần Bá Hoàn (2002), *“Những đặc trưng của phương pháp dạy học tích cực”*, Tạp chí Giáo dục.

5. Lê Ngọc Lợi (2012), *“Một số giải pháp nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên ở trung tâm dạy nghề huyện Nông Cống, tỉnh Thanh Hóa”*, Luận văn Thạc sỹ khoa học giáo dục.

Nguồn bài báo: Đỗ Thị Thêm (2024), Bài báo được trích dẫn từ luận văn thạc sỹ Giáo dục học: *“Giải pháp nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, Thành phố Hà Nội đáp ứng yêu cầu của chương trình phổ thông mới”*.

Ngày nhận bài: 06/8/2024; Ngày đánh giá: 20/8/2024; Ngày duyệt đăng: 15/9/2024.

- Các giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội đã sử dụng đa dạng các hình thức trong dạy học môn GDTC cho học sinh với mức lựa chọn chủ yếu là rất thường xuyên và thường xuyên. Tuy nhiên, vẫn còn một số giáo viên chưa áp dụng đa dạng các hình thức tổ chức dạy học trong các giờ lên lớp của bản thân ở mức không thường xuyên..

- Nguyên nhân hạn chế của đội ngũ giáo viên GDTC ở các trường THCS Huyện Ba Vì, thành phố Hà Nội khi triển khai thực hiện chương trình phổ thông mới đó là: Do chiến lược quy hoạch, phát triển đội ngũ giáo viên; Do quá trình đào tạo và bồi dưỡng nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên; Do nhận thức về vị trí, vai trò, trách nhiệm của mình trước yêu cầu của chương trình phổ thông mới; Do sử dụng chưa hợp lý đội ngũ giáo viên; Do công tác kiểm tra, đánh giá chuyên môn, nghiệp vụ còn hạn chế; Do cơ sở vật chất, thiết bị, đồ dùng dạy học chưa đảm bảo.

XÂY DỰNG NỘI DUNG GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG CÂU LẠC BỘ THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP

BUILDING CONTENT SOLUTIONS TO IMPROVE THE EFFICIENCY OF ACTIVITIES OF EXTRACURRICULAR FITNESS AND SPORTS CLUB FOR STUDENTS OF THE UNIVERSITY OF INDUSTRIAL FINE ARTS

ThS. Bùi Duy Hiếu, ThS. Hồ Minh Đồng, ThS. Đỗ Thị Liên Phương
Trường Đại học Mỹ Thuật Công nghiệp

Tóm tắt: Quá trình nghiên cứu bước đầu đã xây dựng được mô hình Câu lạc bộ Thể dục thể thao (CLB TDTT) ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp. Trên cơ sở kết quả điều tra khảo sát và phương pháp chuyên gia, nghiên cứu đã xây dựng được các giải pháp phù hợp, đảm bảo đủ cơ sở khoa học để nâng cao hiệu quả hoạt động của CLB TDTT ngoại khóa cho sinh viên. Nội dung bài viết giới thiệu nội dung các giải pháp đã xây dựng.

Từ khóa: Giải pháp, hiệu quả hoạt động, Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa, sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp.

Abstract: The initial research process has built a model of an extracurricular sports club for students at the University of Industrial Fine Arts. Based on the results of the survey and using expert methods, the research has built appropriate solutions, ensuring sufficient scientific basis to improve the effectiveness of extracurricular sports clubs for students. The content of the article introduces the content of the built solutions.

Key words: Solution, operational efficiency, Extracurricular sports club; students of the University of Industrial Fine Arts.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên do nhiều yếu tố khách quan và điều kiện chủ quan chi phối, đặc biệt là phụ thuộc vào mức độ nhận thức của cán bộ quản lý các cấp, giảng viên và sinh viên, ngoài ra còn phụ thuộc và điều kiện sân bãi dụng cụ và trình độ giảng viên hướng dẫn, kinh phí phục vụ tập luyện cũng như thi đấu... Điều đó cho thấy, để phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa, cần phải có các giải pháp tác động vào các nhóm yếu tố nêu trên, từ đó góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường một cách có hiệu quả và bền vững. Xuất phát từ yêu cầu đó, nhà trường có triển khai tổ chức cho sinh tập luyện ngoại khóa dưới hình thức các đội tuyển thể thao để tham gia thi đấu và mô hình câu lạc bộ TDTT ngoại khóa tại trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp

đã được xây dựng và mới đi vào hoạt động nhưng chưa đạt được hiệu quả như mong muốn. Để duy trì và nâng cao hiệu quả hoạt động của mô hình câu lạc bộ này thì cần có các giải pháp phù hợp để áp dụng trong thực tiễn. Nội dung bài viết giới thiệu kết quả xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao hiệu quả mô hình câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên, góp phần nâng cao chất lượng, hiệu quả công tác GDTC tại trường Đại học Mỹ thuật công nghiệp.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp chuyên gia, phương pháp phỏng vấn tọa đàm, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Khái quát về thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Mỹ thuật công nghiệp

Nghiên cứu đã tiến hành phỏng vấn 860 sinh viên về thực trạng hoạt động tập luyện

TDTT ngoại khóa thông qua phương pháp điều tra - khảo sát về tần suất, thời gian, hình thức tham tập luyện ngoại khoá TDTT. Kết quả được trình bày ở bảng 1 và 2.

Bảng 1. Tần suất tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao trong tuần và thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao (n = 860)

TT	Nội dung	Kết quả điều tra	
		n	Tỷ lệ %
1	Số buổi tập/1 tuần:		
	1 buổi	90	10.47
	Từ 2 - 3 buổi	571	66.40
	4 buổi.	148	17.21
	Trên 4 buổi	90	10.47
2	Thâm niên tập luyện ngoại khóa:		
	< 1 năm	98	11.40
	Từ 1 - 2 năm.	254	29.53
	Từ > 2 năm - 3 năm.	298	34.65
	> 3 năm.	210	24.42

Về kết quả ở bảng 1 cho thấy: Về tần suất tập luyện: Chiếm tỷ lệ cao nhất là từ 2 - 3 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 66.40%), tiếp đến là 4 buổi/1 tuần (17.21%); số sinh viên tập 1 buổi/1 tuần và trên 4 buổi/1 tuần chiếm tỷ lệ thấp nhất (10.47%); Về thâm niên tập luyện: Số sinh viên có thâm niên tập luyện từ trên 2 năm đến 3 năm chiếm tỷ lệ cao nhất (34.65%), tiếp đến là từ 1 đến 2 năm (29.53%), trên 3 năm (24.42%); thấp nhất là dưới 1 năm (11.40%).

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn về nhu cầu và hình thức tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao (n = 860)

TT	Nội dung	Kết quả điều tra	
		n	%
1	Môn tập luyện ngoại khóa:		
	Bóng đá	381	44.30
	Bóng bàn	581	67.56
	Cờ vua	258	30.00
	Đá cầu	341	39.65
	Cầu lông	502	58.37
	Bóng chuyền	262	30.47
	Bơi lội	381	44.30
	Điền kinh	261	30.35
	Bóng rổ	181	21.05
	Các môn thể thao khác	37	4.30
2	Hình thức tập luyện ngoại khóa:		
	Tự tập	362	42.09
	Theo nhóm	436	50.70
	Lớp năng khiếu	0	0.00
	Đội tuyển	62	7.21
	Câu lạc bộ thể thao	0	0.00

TT	Nội dung	Kết quả điều tra	
		n	%
3	Nhu cầu tập luyện theo mô hình Câu lạc bộ		
	Rất có nhu cầu	647	75.23
	Có nhu cầu ở mức bình thường	181	21.05
	Không có nhu cầu	32	3.72

Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2 cho thấy: Về các môn thể thao yêu thích tập luyện (với yêu cầu có thể lựa chọn nhiều môn - nhiều phương án), kết quả cho thấy các môn bóng bàn, cầu lông được sinh viên lựa chọn cao nhất (từ 58.37% đến 67.56%); tiếp đến là các môn bơi lội, bóng đá, đá cầu (từ 39.65% đến 44.30%); tiếp đến là các môn điền kinh, bóng rổ, cờ vua (chiếm tỷ lệ từ 21.05% đến 30.05%); về hình thức tập luyện ngoại khóa: đa số sinh viên lựa chọn hình thức tự tập theo nhóm (50.70%), tiếp đến là hình thức tự tập (42.09%) và tập luyện theo đội tuyển (7.21%); về nhu cầu tập luyện theo Câu lạc bộ TDTT: chiếm tỷ lệ đến 75.23% số sinh viên thể hiện rất có nhu cầu; 21.05% ý kiến trả lời có nhu cầu; còn lại chỉ có 3.72% ý kiến thể hiện không có nhu cầu.

2.2. Lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp

Việc đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cần phải căn cứ vào các yếu tố sau: 1) Các quan điểm của Đảng và Nhà nước đối với công tác GDTC và Thể thao trường học; 2) Căn cứ vào mục tiêu đào tạo chung của nhà trường; 3) Căn cứ vào Chỉ thị, kế hoạch hoạt động TDTT và RLTL hàng năm của nhà trường; 4) Căn cứ vào nội dung chương trình môn học GDTC chính khóa, ngoại khóa; 5) Căn cứ vào điều kiện cơ sở vật chất sân bãi dụng cụ của nhà trường; 6) Căn cứ vào nhu cầu tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên. Các giải pháp được lựa chọn và ứng dụng trong thực tiễn phải tuân thủ theo các yêu cầu và nguyên tắc sau: 1) Tính toàn diện; 2) Tính thực tiễn; 3) Tính khả thi; 4) Tính hợp lý; 5) Tính đa dạng và đồng bộ.

Thông qua cơ sở lý luận và thực tiễn, nghiên cứu đã xác định được 6 giải pháp (bảng 3). Trên cơ sở đó nghiên cứu đã tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia. Kết quả thu được trình bày tại bảng 3 cho thấy:

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Kỹ thuật Công nghiệp (n = 30)

TT	Các giải pháp	Kết quả phỏng vấn theo mức độ					
		Rất cần		Bình thường		Không cần	
		n	%	n	%	n	%
1	Tăng cường công tác tuyên truyền, giáo dục sinh viên về vai trò tác dụng của tập luyện TDTT ngoại khóa	25	83.33	3	10.00	2	6.67
2	Tăng cường công tác xã hội hóa; nâng cao chất lượng hoạt động của các câu lạc bộ	23	76.67	4	13.33	3	10.00
3	Tăng cường cơ sở vật chất kỹ thuật cho câu lạc bộ.	22	73.33	5	16.67	3	10.00
4	Đảm bảo cơ chế, chính sách phù hợp cho cán bộ, giảng viên và sinh viên.	24	80.00	5	16.67	1	3.33

5	Tăng cường các hoạt động thi đấu, giao lưu thể thao.	25	83.33	3	10.00	2	6.67
6	Tăng cường công tác cán bộ, đảm bảo nguồn nhân lực.	24	80.00	5	16.67	1	3.33

Tất cả các giải pháp mà nghiên cứu đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn với trên 70.00% ý kiến xếp ở mức độ rất cần thiết. Đồng thời, qua tọa đàm trực tiếp với các đối tượng phỏng vấn cho thấy, hầu hết các ý kiến trả lời đều cho rằng, để nâng cao hiệu quả hoạt động của Câu lạc bộ TDDT ngoại khóa cho sinh viên, cần thiết phải áp dụng đồng thời tất cả các giải pháp trên vào thực tiễn quá trình tổ chức, quản lý phong trào tập luyện TDDT ngoại khóa tại nhà trường. Như vậy, từ những kết quả nghiên cứu trên, đã lựa chọn 6 giải pháp cụ thể nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động của Câu lạc bộ TDDT ngoại khóa, góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp.

2.3. Xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động câu lạc bộ TDDT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp

Giải pháp 1: Tăng cường công tác tuyên truyền, giáo dục sinh viên về vai trò tác dụng của tập luyện TDDT ngoại khóa.

Mục đích: Giáo dục, tuyên truyền nhằm nâng cao nhận thức cho sinh viên, hội viên Câu lạc bộ về vai trò, tác dụng của tập luyện TDDT.

Nội dung giải pháp: Tiếp tục đẩy mạnh công tác thông tin, tuyên truyền, giáo dục cho sinh viên trên các phương tiện truyền thông, mạng xã hội, trong các giờ GDTC chính khóa; Trong các hoạt động chuyên môn của CLB, cần tăng cường, quan tâm, đẩy mạnh công tác truyền thông để thu hút, lôi kéo sinh viên quan tâm, đăng ký tham gia CLB.

Tổ chức thực hiện: Ban Giám hiệu phê duyệt kế hoạch, chỉ đạo triển khai thực hiện; Các đơn vị chức năng, các Ban/Tiểu ban thuộc CLB chịu trách nhiệm thực hiện.

Giải pháp 2: Tăng cường công tác xã hội hóa; nâng cao chất lượng hoạt động của các câu lạc bộ.

Mục đích: Đảm bảo nguồn kinh phí, cơ sở vật chất, nâng cao chất lượng, hiệu quả hoạt động cho câu lạc bộ.

Nội dung giải pháp: Tăng cường sự quan tâm, chỉ đạo của Đảng ủy, Ban Giám hiệu; Tích cực trong công tác vận động tài trợ của các cá nhân, đơn vị, doanh nghiệp; Tăng cường hợp tác trong đầu tư xây dựng, khai thác cơ sở hạ tầng phục vụ tập luyện thể thao; Xây dựng kế hoạch hoạt động, nội dung chương trình tập luyện, thi đấu thể thao của câu lạc bộ; Tăng cường công tác kiểm tra, giám sát; Tăng cường công tác bồi dưỡng, sinh hoạt chuyên môn, chuyên đề cho các Hội viên Câu lạc bộ; Đa dạng hóa các hoạt động văn hóa, thể thao; Tăng cường giao lưu, trao đổi, thi đấu thể thao...

Tổ chức thực hiện: Ban Giám hiệu, Chủ nhiệm Câu lạc bộ cấp trường chỉ đạo thực hiện; Các Ban/Tiểu ban chuyên môn, cơ sở vật chất, tuyên truyền vận động tài trợ thực hiện; Ban chuyên môn, các giảng viên GDTC triển khai thực hiện công tác chuyên môn theo kế hoạch.

Giải pháp 3: Tăng cường cơ sở vật chất kỹ thuật cho câu lạc bộ.

Mục đích: Đảm bảo đáp ứng cơ sở vật chất, hạ tầng kỹ thuật phục vụ hoạt động của câu lạc bộ.

Nội dung giải pháp: Tăng cường, nâng cao trách nhiệm trong công tác quản lý, khai thác cơ sở hạ tầng phục vụ tập luyện; Duy tu, bảo trì, bảo dưỡng các công trình, trang thiết bị dụng cụ phục vụ tập luyện; Ban hành các quy định, quy chế trong khai thác, sử dụng hạ tầng kỹ thuật, công trình thể thao; Tạo điều kiện cho các Hội viên được mượn dụng cụ tập luyện.

Tổ chức thực hiện: Phòng quản trị, Ban cơ sở vật chất chỉ đạo thực hiện; Ban chuyên môn/Tiểu ban cơ sở vật chất, chuyên môn thực hiện.

Giải pháp 4: Đảm bảo cơ chế, chính sách phù hợp cho cán bộ, giảng viên, sinh viên.

Mục đích: Đảm bảo cơ chế, chính sách cho các đối tượng tham gia quản lý, điều hành, sinh hoạt tại câu lạc bộ.

Nội dung giải pháp: Xây dựng và ban hành các văn bản pháp lý về chế độ, chính sách cho các cán bộ, giảng viên, sinh viên tham gia sinh hoạt tại CLB; Xây dựng các quy chế, quy định tạo cơ chế hoạt động phù hợp cho CLB; Có cơ chế động viên, khen thưởng, kỷ luật kịp thời cho các cán bộ, giảng viên, sinh viên tích cực, đạt thành tích cao trong tập luyện và thi đấu; các sinh viên vi phạm quy chế...; Có quy định phù hợp cho sinh viên là thành viên câu lạc bộ có thành tích cao trong kiểm tra, đánh giá môn học GDTC.

Tổ chức thực hiện: Ban Giám hiệu chỉ đạo, các phòng ban liên quan phê duyệt, chỉ đạo; Ban chuyên môn/Tiểu ban chuyên môn các CLB, Bộ môn GDTC triển khai thực hiện.

Giải pháp 5: Tăng cường các hoạt động thi đấu, giao lưu thể thao.

Mục đích: Nâng cao chất lượng chuyên môn của câu lạc bộ.

Nội dung giải pháp: Duy trì và tổ chức tốt các giải thi đấu thể thao cấp trường; Xây dựng kế hoạch tham gia các giải thi đấu thể thao ở trong và ngoài trường; Tích cực tham gia hệ thống giải thi đấu thể thao của Ngành, địa phương hàng năm.

Tổ chức thực hiện: Ban Giám hiệu chỉ đạo, các phòng ban liên quan phê duyệt, chỉ đạo; Ban chuyên môn/Tiểu ban chuyên môn các CLB, Bộ môn GDTC triển khai thực hiện.

Giải pháp 6: Tăng cường công tác cán bộ, đảm bảo nguồn nhân lực.

Mục đích: Nâng cao trình độ chuyên môn, chất lượng nguồn nhân lực phục vụ hoạt động của câu lạc bộ, và công tác GDTC và Thể thao trường học.

Nội dung giải pháp: Quan tâm đến công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, giảng viên

GDTC; Có kế hoạch tuyển dụng bổ sung nguồn nhân lực chất lượng cao; Rà soát, xây dựng cơ cấu tổ chức bộ môn GDTC, câu lạc bộ cho phù hợp, hiệu quả trong công tác quản lý, điều hành và công tác chuyên môn.

Tổ chức thực hiện: Ban Giám hiệu chỉ đạo; Phòng Tổ chức cán bộ chủ trì; Các đơn vị chức năng, bộ môn GDTC triển khai thực hiện.

2.4. Khảo nghiệm ý kiến chuyên gia về mức độ phù hợp của các giải pháp

Nghiên cứu tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi và tọa đàm trực tiếp với 30 chuyên gia. Quá trình phỏng vấn và hội thảo được tiến hành như sau: Hội thảo với các chuyên gia vào thời điểm tháng 10/2024; phỏng vấn các chuyên gia bằng phiếu hỏi vào thời điểm tháng 11/2024. Nội dung phỏng vấn và hội thảo (ở cả 2 lần) tập trung vào việc thu thập các ý kiến đánh giá về mức độ phù hợp của các giải pháp nghiên cứu. Trên cơ sở kết quả phỏng vấn, hội thảo, nghiên cứu tiến hành so sánh nhằm xác định mức độ đồng nhất về ý kiến đánh giá của các chuyên gia thông qua kết quả phỏng vấn và hội thảo của 2 lần bằng chỉ số khi bình phương (χ^2). Nghiên cứu đã sử dụng thang đo Likert. Thang điểm này sẽ là cơ sở để đánh giá mức độ đồng nhất của các ý kiến. Khi xem xét đến mức độ phù hợp của các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động CLB TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật công nghiệp trong điều kiện thực tiễn của nhà trường, thì đại đa số các ý kiến đều xếp ở mức độ khá phù hợp cho đến rất phù hợp (chiếm tỷ lệ từ 93.33% đến 100.00% ở lần phỏng vấn thứ nhất; 96.67% đến 100.00% ở lần phỏng vấn thứ hai) trong các điều kiện chung của nhà trường và các điều kiện áp dụng trong thực tiễn. Trên cơ sở đó, nhằm mục đích xác định mức độ đồng nhất và mức độ tin cậy giữa kết quả 2 lần phỏng vấn về nội dung các giải pháp đã xây dựng, nghiên cứu tiến hành so sánh kết quả giữa 2 lần phỏng vấn/hội thảo chuyên gia về mức độ phù hợp của các giải pháp lựa chọn. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4 cho thấy:

Bảng 4. So sánh kết quả qua 2 lần phỏng vấn xác định mức độ phù hợp các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động CLB TDTT ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp (n = 30)

TT	Giải pháp	Điểm trung bình		So sánh		P
		Lần 1	Lần 2	$\chi^2_{\text{tính}}$	$\chi^2_{\text{bảng}}$	
1	Giải pháp 1	5.00	5.00	0.000	7.815	>0.05
2	Giải pháp 2	4.63	4.70	3.487		>0.05
3	Giải pháp 3	4.77	4.80	5.813		>0.05
4	Giải pháp 4	4.83	4.87	3.488		>0.05
5	Giải pháp 5	5.00	5.00	0.000		>0.05
6	Giải pháp 6	4.73	4.70	3.490		>0.05

Không có sự khác biệt rõ rệt giữa kết quả phỏng vấn lần thứ nhất và lần thứ hai về mức độ phù hợp của 06 giải pháp đã xây dựng. Điểm trung bình ở lần phỏng vấn thứ nhất (theo thang đi Likert) từ 4.63 đến 5.00 điểm; tương tự như vậy, ở lần phỏng vấn thứ hai điểm trung bình đạt từ 4.67 đến 5.00 điểm. Kết quả so sánh $\chi^2_{\text{tính}}$ đều < $\chi^2_{\text{bảng}}$ với $P > 0.05$.

Như vậy, kết quả giữa 2 lần phỏng vấn các chuyên gia, các cán bộ quản lý, các giảng viên GDTC đều có sự đồng nhất về ý kiến trả lời trong việc xác định mức độ phù hợp của 06 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật công nghiệp đã lựa chọn và xây dựng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2011), *Thông tư số 18/2011/TT-BVHTTDL ngày 02 tháng 12 năm 2011 quy định mẫu về tổ chức và hoạt động của câu lạc bộ thể dục thể thao cơ sở*.
2. Trần Kim Cương (2010), *Nghiên cứu những giải pháp phát triển các loại hình câu lạc bộ TDTT cơ sở trong điều kiện phát triển kinh tế - xã hội ở tỉnh Ninh Bình*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội
3. Lê Văn Cường (2005), “Xây dựng mô hình và thiết chế hoạt động TDTT cấp cơ sở”, *Tạp chí thể thao*, (số 17), tr.26 - 27.
4. Lê Văn Lâm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình thể dục thể thao trường học*, NXB TDTT, Hà Nội.
5. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2006), *Lý luận phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài: “*Xây dựng mô hình câu lạc bộ thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp*” - Đề tài khoa học và công nghệ cấp cơ sở Trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp năm 2024.

Ngày nhận bài: 25/11/2024; Ngày đánh giá: 10/12/2024; Ngày duyệt đăng: 20/12/2024.

3. KẾT LUẬN

1. Kết quả nghiên cứu của đề tài đã chỉ ra được đa số sinh viên đều nhận thức rõ được vai trò, tác dụng của tập luyện TDTT ngoại khóa, thể hiện qua động cơ, nhu cầu mong muốn được tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa theo mô hình Câu lạc bộ.
2. Qua các bước nghiên cứu chặt chẽ, đã lựa chọn và xây dựng được 06 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Mỹ thuật Công nghiệp. Các giải pháp nghiên cứu đều được sự thừa nhận của các chuyên gia. Qua khảo nghiệm đã xác định được mức độ phù hợp trong điều kiện áp dụng tại nhà trường của 06 giải pháp đã xây dựng (với $P < 0.05$).

LỰA CHỌN CÁC BÀI TẬP BƠI LỢI NHẪM PHÁT TRIỂN CHIỀU CAO CHO NỮ LỨA TUỔI 12-14 TẠI CÂU LẠC BỘ BƠI LỢI TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO ĐÀ NẴNG

CHOOSE SWIMMING EXERCISES TO DEVELOP HEIGHT FOR GIRLS AGED 12-14 AT THE SWIMMING CLUB OF DA NANG UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

ThS. Nguyễn Nhất Hùng

BM. Thể thao dưới nước - Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng

Tóm tắt: Hiện chiều cao trung bình của Nam thanh niên Việt Nam thấp hơn nhiều so với chiều cao của Thế giới. Bơi lội là môn thể thao phát triển chiều cao có hiệu quả nhất, chính vì vậy, cần bắt đầu bơi khi trẻ đang trong thời gian dậy thì (độ tuổi 12, 14 tuổi cần bơi lội thường xuyên). Ngoài ra, cho trẻ bơi sớm, thì càng có lợi ích cho sức khỏe khác nhau như: Tăng cường sức đề kháng, tăng cường sức khỏe, hỗ trợ duy trì cân nặng, giảm thiểu tình trạng béo phì hay thừa cân, tạo đà để phát triển chiều cao khi bắt đầu dậy thì.

Từ khóa: Chiều cao, tập luyện, Bơi lội.

Abstract: Currently, the average height of young VietNameese men is much lower than the world's height. Swimming is the most effective height development sport, therefore, it is necessary to start swimming when children are in puberty (age 12, 14 years old need to swim regularly). In addition, letting children swim early has many health benefits such as: strengthening resistance, improving health, supporting weight maintenance, reducing obesity or overweight, creating momentum to grow taller at the onset of puberty.

Keywords: Average height, practice, swimming.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện và lựa chọn môn thể thao như thế nào để mang lại sức khỏe và phát triển chiều cao cho lứa tuổi thanh, thiếu niên là vấn đề rất quan trọng và cần thiết. Hiện chiều cao trung bình của Nam thanh niên Việt Nam chỉ đạt 163,7cm, thấp hơn so với chuẩn của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) 13,1cm; của nữ là 153cm, thấp hơn chuẩn 10,7cm. Trong 35 năm qua, người Việt dù cao thêm 4 cm song hiện vẫn thuộc tốp thấp nhất khu vực châu Á. Với chiều cao này, thanh niên Việt Nam cao ngang với Indonesia, Philippines nhưng thấp hơn Singapore, Nhật, Thái Lan, Malaysia, Trung Quốc và thấp hơn Hàn Quốc 9,4cm. Theo TS. Trương Hồng Sơn - Phó Tổng thư ký Tổng hội Y học Việt Nam, Viện trưởng Viện Y học ứng dụng Việt Nam, các nghiên cứu trong hơn 30 năm qua cho thấy mức tăng trưởng về chiều

cao của người Việt Nam vẫn rất thấp. Chiều cao trung bình của nam giới Việt Nam chỉ tăng thêm 4,4cm (từ 1,6m lên 164,4m), chiều cao trung bình của nữ giới tăng 3,4cm (từ 1,5m lên 153,4m).

Thông tin từ Ủy Ban Dân số - Gia đình và trẻ em cho thấy chiều cao và thể lực của người Việt Nam còn hạn chế, chiều cao trung bình, cân nặng và sức bền còn thấp so với chuẩn quốc tế. Thấp bé không chỉ gây ra tâm lý tự ti mà còn khiến bạn đánh mất rất nhiều cơ hội tốt trong công việc cũng như cuộc sống. Do đó, không ít các bạn trẻ đã bước qua giai đoạn tuổi dậy thì nhưng vẫn không hài lòng với chiều cao hiện tại của mình. Vậy làm thế nào để có thể cao hơn?

Tăng cường các hoạt động thể dục, thể thao là cách hiệu quả nhất để xương, cơ và các chi được kéo dài. Bạn nên ưu tiên những bộ

môn có tác dụng tăng chiều cao toàn diện như: Bơi lội, nhảy dây, bóng rổ, bóng chuyền... Để đạt được kết quả tốt nhất, nên thực hiện các môn thể thao trên một cách đều đặn, ít nhất 30 phút mỗi ngày với tâm trạng thoải mái, dễ chịu.

Bơi lội là môn thể thao mà có thể kết hợp được rất nhiều các bộ môn thể dục khác nhau. Khi bơi, toàn bộ cơ thể bắt buộc phải vận động, chuyển động như các môn thể thao khác. Chính vì vậy, bơi lội giúp tất cả các cơ bắp làm việc, giúp cơ bắp săn chắc, khí huyết được lưu thông, giúp ích cho hệ tiêu hóa, hệ thống thần kinh được cải thiện, tác dụng lớn với sự tăng trưởng và phát triển chiều cao, tập luyện bơi lội để có thể phát triển chiều cao tối ưu. Bơi lội là môn thể thao phát triển chiều cao hiệu quả nhất, chính vì vậy, cần bắt đầu bơi khi trẻ đang trong thời gian dậy thì (độ tuổi 12, 14 tuổi cần bơi lội thường xuyên). Ngoài ra, cho trẻ bơi sớm, thì càng có lợi ích cho sức khỏe khác nhau như: Tăng cường sức đề kháng, tăng cường sức khỏe, hỗ trợ duy trì cân nặng, giảm thiểu tình trạng béo phì hay thừa cân, tạo đà để phát triển chiều cao khi bắt đầu dậy thì. Trước đây cũng có một vài tác giả

“Nghiên cứu về thực trạng chiều cao và cân nặng người Việt Nam lứa tuổi 18” của tác giả Trần Tuấn Hiếu; Tác giả Nguyễn Hồng Dương. Đề tài: “Khảo sát các yếu tố ảnh hưởng đến chiều cao của trẻ mẫu giáo lứa tuổi 0-5”, của Tác giả Phạm Thị Hàn Chiên. Chưa có ai nghiên cứu về tập luyện Bơi lội đối với sự phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14.

Xuất phát từ thực trạng và những vấn đề nêu trên chúng tôi đi sâu vào nghiên cứu đề tài: “*Lựa chọn các bài tập bơi lội nhằm phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ bơi lội trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng*”.

Để giải quyết các nhiệm vụ trên, đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu 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 thực nghiệm sư phạm, phương pháp toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng chiều cao của nữ lứa tuổi 12-14 tại CLB Trường Đại học TĐTT Đà Nẵng

Bảng 1. Thực trạng chiều cao của nữ lứa tuổi 12-14 tại CLB Trường Đại học TĐTT Đà Nẵng

TT	Tuổi	Chiều cao trung bình nữ CLB bơi (cm)	Chiều cao trung bình nữ VN (cm)	Chênh lệch
1	12	150.8	153.6	±2,8
2	13	157.3	158.0	±0,8
3	14	158.2	159.1	±0,9

Qua bảng 1 cho thấy chiều cao trung bình của nữ lứa tuổi 12-14 CLB Trường Đại học TĐTT Đà Nẵng, đều thấp hơn chiều cao chuẩn của nữ Việt nam ở cả ba lứa tuổi.

Bảng 2. Thực trạng việc sử dụng các bài tập để phát triển chiều cao cho nữ 12-14 tuổi tại Câu lạc bộ Bơi trường Đại học TĐTT Đà Nẵng (n=10)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=10)					
		Sử dụng nhiều		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%
Bài tập trên cạn							
1	Treo người trên xà	1	10	8	80	1	10
2	Nhảy dây	0	0	2	20	8	80
3	Bài tập với dây cao su	0	0	2	20	8	80

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=10)					
		Sử dụng nhiều		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%
4	Bật xa	2	20	2	20	6	60
5	Mô phỏng kỹ thuật bơi trên cạn	8	80	1	10	1	10
Bài tập dưới nước							
1	6x50 chân trườn sấp	1	10	8	80	1	10
2	6x50 tay trườn sấp	2	20	6	60	2	20
3	10x50 phối hợp trườn sấp	1	10	0	0	9	90
4	8x25 chân ếch	1	10	8	80	1	10
5	6x50 tay ếch	0	0	2	20	8	80
7	6x50 phối hợp ếch	0	0	1	10	9	90

Kết quả phỏng vấn ở bảng 2 cho thấy các bài tập như: treo người trên xà đơn, bài tập với dây cao su, bật xa tại chỗ (trên cạn). Các bài tập phối hợp ở các cự ly dài liên tục ở 2 kiểu bơi (dưới nước) còn ít sử dụng, trong quá trình tập luyện cho nữ lứa tuổi 12-14. Những bài tập đều có ý nghĩa quan trọng trong việc phát triển chiều cao ở lứa tuổi này.

2.2. Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14.

2.2.1. Cơ sở lý luận để bài tập phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14.

Để lựa chọn được bài tập phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14, trước hết chúng ta phải xác định được nguyên tắc lựa chọn. Chúng tôi đã dựa vào nguyên tắc tập luyện: Nguyên tắc

phù hợp với đặc điểm sinh lý lứa tuổi; Nguyên tắc tăng dần lượng vận động; Nguyên tắc tập luyện kết hợp với vệ sinh dinh dưỡng và trình độ thực tế về phát triển chiều cao của nữ lứa tuổi 12-14, để đưa vào chương trình tập luyện của Câu lạc bộ.

Để đảm bảo tính khách quan đề tài tiến hành phỏng vấn gián tiếp (thông qua phiếu phỏng vấn) 10 giáo viên, huấn luyện viên. Những người được hỏi chọn 1 trong 3 phương án sử dụng nhiều, ít sử dụng, không sử dụng. Qua kết quả phỏng vấn, tiến hành để lựa chọn các bài tập phát triển chiều cao trên cạn, phát triển chiều cao dưới nước cho nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các bài tập để phát triển chiều cao cho nữ 12-14 tuổi tại Câu lạc bộ Bơi trường Đại học TDTT Đà Nẵng (n=10)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=10)					
		Sử dụng nhiều		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%
Bài tập trên cạn							
1	Treo người trên xà	8	80	1	10	1	10
2	Đứng gập người	5	50	2	20	3	30
3	Nhảy dây	8	80	2	20	0	0
4	Bài tập với dây cao su	8	80	2	20	0	0
5	Bật xa	6	60	2	20	2	20
6	Bật cao tại chỗ	9	90	0	0	1	10
7	Mô phỏng kỹ thuật bơi trên cạn	8	80	1	10	1	10
Bài tập dưới nước							
1	6x50 chân trườn sấp	8	80	1	10	1	10

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=10)					
		Sử dụng nhiều		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%
2	6x50 tay trườn sấp	8	80	2	20	0	0
3	10x50 phối hợp trườn sấp	9	90	1	10	0	0
4	8x50 tay ngửa	6	60	2	20	2	20
5	8x25 chân ếch	8	80	1	10	1	10
6	6x50 tay ếch	8	80	2	20	0	0
7	6x50 phối hợp ếch	9	90	1	10	0	0
8	8x50 phối hợp (25ngửa/25ếch)	6	60	2	20	2	20

Qua kết quả phỏng vấn, chúng tôi đã chọn được 5 bài tập thể dục trên cạn và 6 bài tập dưới nước được các chuyên gia lựa chọn bài tập để tập luyện đạt từ 80% trở lên nhằm

Các bài tập trên cạn

- 1. Treo người trên xà đơn
- 2. Nhảy dây
- 3. Bài tập với dây cao su
- 4. Bật cao tại chỗ
- 5. Mô phỏng kỹ thuật bơi trên cạn

Các bài tập dưới nước:

- 1. 6x50 chân trườn sấp
- 2. 6x50 tay trườn sấp
- 3. 10x50 phối hợp trườn sấp
- 4. 8x25 chân ếch
- 5. 6x50 tay ếch
- 6. 6x50 phối hợp ếch

2.2.2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả của bài tập phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14

Để có thể đánh giá hiệu quả được các bài tập được lựa chọn chúng tôi tiến hành kiểm tra trên 30 học sinh lứa tuổi nữ 12-14 (mỗi lứa

phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

tuổi 10 em) của Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng, Vì chiều cao ban đầu của 30 em là tương đương nhau chúng tôi đánh giá chiều cao ban đầu của 2 nhóm dựa trên cách đo đạt. Kết quả kiểm tra trước ứng dụng được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra trước khi ứng dụng bài tập của nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tuổi	Chiều cao		T	P
	Nhóm đối chứng $\bar{X} \pm \delta$	Nhóm thực nghiệm $\bar{X} \pm \delta$		
12	151.0±0.012	150.8±0.014	0,625	>0.05
13	157.7±0.015	157.4±0.01	0,718	>0.05
14	159.8±0.013	159.2±0.012	0,685	>0.05

Qua bảng 4 ta thấy chỉ số chiều cao của 2 nhóm trước khi đưa vào ứng dụng tập luyện có tính > tbảng ở ngưỡng xác suất P>0.05. Kết quả cho thấy chiều cao ban đầu của 2 nhóm không chênh lệch nhiều.

Để có được kết quả ứng dụng về phát triển chiều cao cho lứa tuổi nữ 12-14 tại Câu

lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng, chúng tôi cho cả 2 nhóm tập luyện, nhóm đối chứng tập luyện bình thường theo chương trình của câu lạc bộ, nhóm tập luyện thực hiện theo các bài tập đã được chúng tôi lựa chọn, tập luyện trong 24 tuần, 3 buổi/tuần.

Bảng 5. Sự phát triển chiều cao chiều cao sau 6 tháng ứng dụng bài tập cho nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tuổi	Chiều cao		W%	T	P
	Nhóm đối chứng $\bar{X} \pm \delta$	Nhóm thực nghiệm $\bar{X} \pm \delta$			
12	152.5±0.013	153.0±0.014	15.37	2.35	<0.05
13	158.0±0.02	159.2±0.02	31.10	2.086	<0.05
14	160.2±0.022	162.0±0.013	37.50	2,018	<0.05

Qua bảng 5 ta có thể nhận thấy kết quả của sự phát triển chiều cao trong 3 tháng ứng dụng các bài tập của nhóm thực nghiệm đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Từ đó ta có thể thấy hiệu quả của các bài tập phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi (12-14) tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng cao hơn hẳn so với các bài tập thông thường. Sự tăng trưởng chiều cao trung bình ở lứa tuổi này đạt w%: 12 tuổi (15.37), 13 tuổi (31,10), 14 tuổi (37.50).

3. KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

3.1. Kết luận

Từ những kết quả nghiên cứu, đi đến một số kết luận như sau:

1. Thực trạng việc sử dụng các các tập trong việc phát chiều cao của nữ học sinh ở lứa tuổi 12-14. tại Câu lạc bộ Bơi lội Trường Đại học TDTT Đà Nẵng còn ít, thậm chí chưa được quan tâm một cách có khoa học. Chiều cao của học sinh nữ lứa tuổi này còn thấp hơn so với

chiều cao trung bình nữ lứa 12-14 của Việt Nam.

2. Qua quá trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn ra được 11 bài tập phát triển chiều cao (5 bài tập trên cạn và 6 bài tập dưới nước), cho thấy hiệu quả về phát triển chiều cao cho lứa tuổi nữ 12-14 tại Câu lạc bộ bơi lội trường Đại học TDTT Đà Nẵng đã được cải thiện đáng kể. Chiều cao trung bình của lứa tuổi này đạt mức tăng trưởng từ 15,37% đến 37,59%.

3.2. Kiến nghị

1. Các câu lạc bộ bơi lội có thể sử dụng kết quả nghiên cứu của chúng tôi như tài liệu tham khảo nhằm phục vụ cho công tác học tập cũng như tập luyện để phát triển chiều cao cho học sinh.

2. Cần tiếp tục mở rộng nghiên cứu này trên những đối tượng khác nhau, trình độ khác nhau nhằm nâng cao hiệu quả của các bài tập bơi lội đối với sự phát triển chiều cao cho lứa tuổi học đường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Các Chỉ thị về công tác thể dục thể thao trong tình hình mới (sách văn kiện của Đảng và Nhà nước về thể dục thể thao).
2. Đồng Quang Triều, Lê Anh Thơ (2000), “*Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*”, NXB Hà Nội.
3. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1996), “*Kiểm tra chức năng thể chất và thể thao*”, NXB TDTT thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), “*Sinh lý học thể dục thể thao*”, NXB TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Thuận, Nguyễn Văn Trạch (2000), “*Phương pháp dạy bơi cho trẻ thơ*”, NXB Thể dục Thể thao.

Nguồn bài báo: Nguyễn Nhất Hùng (2024), Bài báo trích từ đề tài nghiên cứu cấp cơ sở năm 2024: “*Lựa chọn các bài tập Bơi lội nhằm phát triển chiều cao cho nữ lứa tuổi 12-14 tại Câu lạc bộ Bơi lội trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng*”.

Ngày nhận bài: 28/11/2024; Ngày đánh giá: 02/12/2024; Ngày duyệt đăng: 15/12/2024.

ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ BIỆN PHÁP NÂNG CAO THỂ LỰC CHUNG CHO HỌC SINH KHỐI 10 TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG CHƯƠNG MỸ B - HÀ NỘI

EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF MEASURES TO IMPROVE GENERAL PHYSICAL FITNESS FOR STUDENTS OF GRADE 10 OF CHUONG MY B HIGH SCHOOL – HA NOI

ThS. Mai Thiện Chí

Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

Tóm tắt: Trên cơ sở đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất tại trường Trung học phổ thông Chương Mỹ B - Hà Nội. Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong lĩnh vực thể dục thể thao, đề tài tiến hành đánh giá hiệu quả một số biện pháp nâng cao thể lực cho học sinh khối 10 nhà trường. Sau quá trình thực nghiệm cho thấy, các biện pháp mà đề tài đã lựa chọn và ứng dụng vào thực tiễn bước đầu đã mang lại những hiệu quả nhất định trong việc phát triển thể lực chung cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Hiệu quả, công tác giáo dục thể chất, thể lực chung, học sinh khối 10, trường trung học phổ thông Chương Mỹ B – Hà Nội.

Abstract: Based on the assessment of the current status of physical education at Chuong My B High School - Hanoi. Using routine research methods in the field of physical education and sports, the project evaluates the effectiveness of a number of measures to improve physical fitness for grade 10 school students. After the experimental process, it was shown that the measures selected and applied in practice by the project initially brought certain effectiveness in developing general physical fitness for the research subjects.

Key word: Effective, physical education work, general fitness, grade 10 students; Chuong My B High School – Hanoi.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) và thể thao trường học là một phần quan trọng trong mục tiêu giáo dục toàn diện của ngành Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT), nhằm trang bị kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản và hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao (TDTT) thường xuyên cho trẻ em, học sinh, sinh viên; gắn GDTC, thể thao trong trường học với giáo dục ý chí, đạo đức, lối sống, kỹ năng sống; đáp ứng nhu cầu vui chơi giải trí lành mạnh cho trẻ em, học sinh, sinh viên, đồng thời, góp phần phát hiện, đào tạo năng khiếu và tài năng thể thao cho đất nước.

Công tác GDTC trong trường trung học phổ thông (THPT) Chương Mỹ B – Hà Nội được thực hiện một cách nghiêm túc theo sự chỉ đạo và hướng dẫn của Sở GD&ĐT TP Hà

Nội. Các giờ học GDTC bao gồm các giờ học bắt buộc và những hoạt động TDTT ngoài giờ của học sinh. Phong trào tập luyện TDTT cũng như công tác GDTC cho học sinh do nhiều yếu tố khách quan và điều kiện chi phối, đặc biệt là phụ thuộc vào mức độ nhận thức của cán bộ quản lý các cấp, giáo viên và phụ huynh học sinh, ngoài ra còn phụ thuộc và điều kiện sân bãi dụng cụ và trình độ giáo viên hướng dẫn, kinh phí phục vụ tập luyện ngoài khóa cũng như thi đấu... để đẩy mạnh phong trào tập luyện TDTT, góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường nói chung và tăng cường thể chất cho học sinh các trường TDTT nói riêng một cách có hiệu quả.

Vấn đề nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC và phát triển thể lực cho học sinh, sinh viên trong trường các cấp đã được nhiều tác giả quan tâm

nghiên cứu như: Nguyễn Hồng Minh (2002), Nguyễn Duy Linh (2005), Bùi Thị Thuý (2009), Lê Tiến Dũng (2015)... Những công trình trên có ý nghĩa to lớn trong việc nâng cao chất lượng rèn luyện của học sinh, sinh viên. Nhận thức được điều đó, xuất phát từ yêu cầu nâng cao thể lực cho học sinh nhà trường, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: “*Đánh giá hiệu quả một số biện pháp nâng cao thể lực cho học sinh khối 10 Trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội*”.

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 sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn biện pháp nhằm nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội

Qua phân tích thực trạng công tác tổ chức, quản lý công tác GDTC cho học sinh

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu (n = 30)

TT	Các biện pháp	Rất cần Thiết		Cần Thiết		Không cần Thiết	
		n	%	n	%	n	%
1	<i>Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền, giáo dục về vai trò, ý nghĩa của công tác GDTC</i>	22	73.3	5	10.00	3	6.7
2	<i>Cải tạo, mua sắm, sử dụng hợp lý, tận dụng triệt để và bảo quản tốt các trang thiết bị dụng cụ phục vụ công tác GDTC của trường</i>	26	86.7	4	13.3	0	0
3	<i>Cải tiến phương pháp, phương tiện giảng dạy môn học GDTC phù hợp với điều kiện của nhà trường và đặc điểm học sinh</i>	23	76.7	6	20	1	0
4	<i>Tăng cường tổ chức, nâng cao chất lượng hoạt động của các lớp năng khiếu, các đội tuyển thể thao có giáo viên hướng dẫn</i>	24	80.0	5	16.7	1	3.3
5	<i>Thành lập, đưa vào hoạt động các câu lạc bộ thể thao cho các đối tượng là cán bộ, giáo viên, học sinh các khối</i>	27	90.0	3	10.0	0	0
6	<i>Tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng cho đội ngũ cán bộ, giáo viên, học sinh tham gia sinh hoạt tại các câu lạc bộ, lớp năng khiếu.</i>	15	50.0	7	23.3	8	26.7
7	<i>Tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu giao lưu, các giải thi đấu thể thao toàn trường các môn thể thao.</i>	24	80.0	4	13.3	2	6.7
8	<i>Tăng cường lực lượng giáo viên</i>	12	40.0	10	33.3	8	26.7

khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội, qua tham khảo các tài liệu, các công trình nghiên cứu của các tác giả đã công bố có liên quan, đề tài đã tiến hành lựa chọn và đề xuất các biện pháp nhằm nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội.

Đề tài tiến hành phỏng vấn 30 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy tại các trường THPT trên địa bàn Hà Nội, các trường Đại học TDTT như: Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, khoa GDTC trường Đại học Sư phạm Hà Nội... Nội dung phỏng vấn của đề tài là lựa chọn các biện pháp đã xác định, đồng thời xác định mức độ ưu tiên của các biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC mà đề tài đưa ra ở 3 mức ưu tiên sau đây: Mức ưu tiên 1: Biện pháp rất cần thiết; mức ưu tiên 2: Biện pháp cần thiết; mức ưu tiên 3: Biện pháp không cần thiết. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Có 6/8 biện pháp mà đề tài đưa ra được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn với trên 70.00% ý kiến xếp ở mức độ rất cần thiết. Đồng thời, qua tọa đàm trực tiếp với các đối tượng phỏng vấn cho thấy, các ý kiến trả lời đều cho rằng, để nâng cao hiệu quả của công tác GDTC qua đó nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội, cần thiết phải áp dụng đồng thời tất cả các biện pháp trên vào thực tiễn quá trình tổ chức, quản lý phong trào tập luyện TDTT tại nhà trường.

2.2. Đánh giá hiệu quả của các biện pháp nhằm nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội

2.2.1. Tổ chức thực nghiệm

Thời gian tổ chức thực nghiệm sư phạm được tiến hành từ tháng 07/2021 đến tháng 05/2022 ứng với 01 năm học). Đây là thời điểm bắt đầu học kỳ đầu của năm học mới mà các đối tượng nghiên cứu đang tham gia học tập tại trường, cụ thể là học sinh khối 10 bắt đầu vào học kỳ I năm học 2021 - 2022.

Khi xác định hiệu quả của các biện pháp nâng cao thể lực đã lựa chọn, đề tài căn cứ vào các tiêu chí sau:

- Kết quả học tập trong chương trình môn GDTC.

- Kiểm tra đánh giá theo nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Trước khi tiến hành thực nghiệm sư phạm, đề tài tiến hành kiểm tra, đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành tại quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 19 tháng 8 năm 2008, từ đó làm căn cứ để so sánh kết quả kiểm tra đánh giá sau thực nghiệm.

Các đối tượng thực nghiệm này đều được áp dụng các biện pháp nâng cao thể lực mà quá trình nghiên cứu của đề tài đã xây dựng. Đồng thời được tham gia các lớp năng khiếu, các đội tuyển thể thao với các biện pháp, hình thức tổ chức, quản lý một cách chặt chẽ với có sự phối

hợp đồng bộ của các đơn vị có liên quan trong nhà trường.

2.2.2. Kết quả thực nghiệm sư phạm

Do điều kiện về thời gian và phạm vi nghiên cứu, tác động của cá nhân, nên trong quá trình thực nghiệm đề tài không thực hiện biện pháp 2 “*Cải tạo, mua sắm, Sử dụng hợp lý, tận dụng triệt để và bảo quản tốt các trang thiết bị dụng cụ phục vụ công tác GDTC của trường*” vì liên quan đến nguồn ngân sách và phải trải qua các quá trình phức tạp để có thể đáp ứng được nên chỉ có thể tiến hành ứng dụng trong thực tiễn 05 biện pháp sau:

*** Biện pháp 1. Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa của công tác GDTC**

Tiến hành đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa của công tác GDTC theo đúng nội dung và cách làm đã xây dựng của đề tài. Kết quả thu được:

- Phối hợp với các Đoàn Thanh niên Nhà trường và các phòng chức năng quán triệt các chỉ thị Nghị quyết của Đảng và nhà nước về công tác TDTT trong trường học. Cụ thể đã tổ chức được 05 buổi tuyên truyền, hội thi và chiếu phim tuyên truyền và quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDTT.

- Tuyên truyền bằng hệ thống hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng của TDTT với sức khỏe. Cụ thể toàn trường đều có các khẩu hiệu như: “Khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc”; “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương chủ tịch Hồ Chí Minh”; “Hình ảnh Bác Hồ tập tạ”...

- Tổ GDTC đưa ra quy định: Giáo viên giảng dạy TDTT phải có nhiệm vụ thông qua bài giảng liên hệ với thực tế giúp học sinh hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của TDTT. 100% giáo viên GDTC có mục liên hệ với thực tế giúp học sinh hiểu được lợi ích, tác dụng của TDTT.

- Khuyến khích học sinh theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng hàng

ngày, đọc thêm sách báo... để tìm hiểu các thông tin TDTT của nước ta và thế giới.

*** Biện pháp 3. Cải tiến phương pháp, phương tiện giảng dạy môn GDTC phù hợp với điều kiện của nhà trường và đặc điểm học sinh.**

- Tổ môn đã sắp xếp, phân bổ lại nội dung chương trình môn học cho phù hợp, cân đối giữa học lý thuyết và học thực hành. Cụ thể, thời gian giảng dạy lý thuyết được phân đều ra các học kỳ và được đưa vào giữa mỗi học kỳ, gần khoảng thời gian kiểm tra 1 tiết của môn GDTC. Như vậy, thời gian học tập của sinh viên không bị cắt giảm, đồng thời học sinh vẫn đủ kiến thức các lý thuyết và thực hành để hoàn thành tốt bài thi của mình.

- Tiến hành xây dựng mới và hoàn thiện hồ sơ môn học như chương trình môn học, kế hoạch năm học, giáo án giảng dạy, hệ thống giáo trình và tài liệu tham khảo phục vụ môn học, hệ thống tiêu chuẩn kiểm tra, đánh giá... Cụ thể: Tổ môn đã có hệ thống chương trình môn học, kế hoạch năm học, giáo án giảng dạy đầy đủ, hệ thống sách giáo khoa và tài liệu tham khảo phục vụ môn học đang được đầu tư xây dựng.

- 100% giáo viên tổ GDTC sử dụng phương pháp dạy học theo hướng tích cực hóa người học bằng cách: Đưa thêm các tiết học lý thuyết vào giảng dạy để học sinh hiểu rõ mục đích ý nghĩa của việc tập luyện TDTT, tận dụng tối đa thời gian giành cho học sinh tập luyện, tăng cường sử dụng phương pháp trò chơi và thi đấu, tạo tình huống để học sinh tham gia hoạt động tích cực. Chú ý việc phát triển thể lực là chính trong mỗi giờ học. Khi kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh đã nghiêm túc khách quan và công bằng, có người giám sát quá trình thực hiện.

*** Biện pháp 4. Tăng cường tổ chức, nâng cao chất lượng hoạt động của các lớp năng khiếu, các đội tuyển thể thao có giáo viên hướng dẫn.**

- Tổ chức tập luyện các đội tuyển Điền kinh, Bóng đá, cầu lông, bóng bàn và cờ vua

tập luyện đều đặn vào các buổi chiều thứ 3, thứ 5 và thứ 5 có giáo viên đảm nhận theo chương trình cụ thể của từng giáo án huấn luyện.

- Các đội tuyển tham gia các giải thi đấu tại Hội khỏe phù Đổng và các giải hội thao của huyện, thành phố đạt được những thành tích đáng khích lệ.

***Biện pháp 5. Thành lập, đưa vào hoạt động các câu lạc bộ thể thao cho các đối tượng là cán bộ, giáo viên, học sinh các khối theo hình thức xã hội hoá.**

- Tiến hành điều tra thực trạng nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên để tổ chức hoạt động ngoại khóa các môn thể thao có đông sinh viên yêu thích và có nhu cầu tập luyện. Kết quả, môn thể thao được đông đảo sinh viên nhà trường yêu thích và có nhu cầu tập luyện gồm: Bóng đá, cầu lông, bóng rổ, thể dục thẩm mỹ và điền kinh. Trên cơ sở đó, tổ GDTC đã cử giáo viên tổ chức tập luyện ngoại khóa các môn học, đồng thời đào tạo hướng dẫn viên phụ giúp trong từng môn.

- Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa quanh năm đồng thời cử 01 giáo viên đứng ra tổ chức và kiểm tra việc tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên trong mỗi buổi tập luyện.

- Đào tạo được 09 hướng dẫn viên 05 môn thể thao được bộ môn đứng ra tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa. Đây vừa là lực lượng hướng dẫn sinh viên tham gia tập luyện, vừa là lực lượng quản lý sân bãi, dụng cụ, tình hình tập luyện và quân số sinh viên tham gia tập luyện để phản ánh lại với tổ GDTC của Nhà trường.

- Đã tiến hành phát động phong trào tập luyện TDTT trên toàn trường thông qua giáo viên tổ GDTC và thông qua đoàn Thanh niên nhà trường.

- Xây dựng chế độ khuyến khích sinh viên tham gia các hoạt động TDTT ngoại khóa như: Cộng điểm rèn luyện, cộng điểm học tập môn GDTC hoặc cử giáo viên tham gia tổ chức và giám sát các hoạt động TDTT ngoại khóa.

*** Biện pháp 6. Tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu giao lưu, các giải thi đấu thể thao toàn trường các môn thể thao.**

- Tổ chức các giải thi đấu thể thao trong phạm vi toàn trường. Kết quả, năm học 2021 - 2022 đã tổ chức được 02 giải thi đấu bóng đá và 03 giải thi đấu cầu lông, thu hút tổng số hơn 200 lượt học sinh tham gia thi đấu.

- Tổ chức giao lưu thi đấu thể thao giữa các đơn vị trong và ngoài trường. Cụ thể đã tổ chức được 5 buổi thi đấu giao hữu bóng đá,

bóng chuyền và cầu lông với các đơn vị trong và ngoài trường.

2.2.3. Đánh giá sự phát triển về trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu

Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Đề tài sử dụng 4/6 tiêu chí đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực trước thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu (n_{nam} = 248; n_{nữ} = 202)

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Số người đạt yêu cầu	Tỷ lệ %
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	≥ 198	197.68 $\pm$ 9.65	162	65.3
		Nữ	≥ 149	148.62 $\pm$ 9.03	103	51
2	Chạy 30m XPC (s)	Nam	≤ 5.90	6.18 $\pm$ 0.58	157	63.3
		Nữ	≤ 6.90	6.98 $\pm$ 0.68	102	50.5
3	Chạy con thoi 4 $\times$ 10m (s)	Nam	≤ 12.60	12.85 $\pm$ 1.08	148	59.7
		Nữ	≤ 13.20	14.52 $\pm$ 1.11	94	46.5
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	≥ 930	925.84 $\pm$ 51.99	113	45.6
		Nữ	≥ 830	826.08 $\pm$ 49.40	86	42.6

Qua bảng 2 cho thấy: Số học sinh có trình độ thể lực ở mức đạt yêu cầu so với nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể ở các nội dung kiểm tra còn thấp (thấp nhất là nội dung đánh giá sức bền - chạy 5 phút chiếm tỷ 45.6% số học sinh đạt yêu cầu đối với nam và 42.6% đối với nữ; cao nhất là nội dung đánh giá sức mạnh chi dưới - bật xa tại chỗ nam chiếm tỷ lệ 65.3% đối với nam và 51% đối với nữ).

So sánh trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu sau thực nghiệm

Sau khi kết thúc quá trình thực nghiệm (09 tháng ứng với 1 năm học), các đối tượng nghiên cứu đã được trang bị về kỹ năng thực

hiện động tác, thể lực chung và chuyên môn trong chương trình môn học GDTC, đồng thời được tham gia tập luyện tại các lớp năng khiếu, các câu lạc bộ thể thao tự chọn cũng như các hình thức tập luyện khác do quá trình nghiên cứu của đề tài đã đề xuất và xây dựng. Để đánh giá hiệu quả các biện pháp nâng cao thể lực đã xây dựng, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực theo nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể và kết quả học tập môn GDTC. Qua đó so sánh với kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. So sánh trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu sau thực nghiệm
($n_{\text{nam}} = 248$; $n_{\text{nữ}} = 202$)

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		Sự khác biệt		Trước TN		Sau TN		W%
				Trước TN	Sau TN	t	P	Số học sinh đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	Số học sinh đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	≥ 198	197.7 $\pm$ 9.6	199.8 $\pm$ 9.3	3.698	<0.05	162	65.3	214	86.3	27.7
		Nữ	≥ 149	148.6 $\pm$ 9.0	155.4 $\pm$ 8.7	3.785	<0.05	103	51	145	71.8	33.9
2	Chạy 30m XPC (s)	Nam	≤ 5.90	6.18 $\pm$ 0.58	5.72 $\pm$ 0.46	2.689	<0.05	157	63.3	202	81.5	25.1
		Nữ	≤ 6.90	6.98 $\pm$ 0.68	6.75 $\pm$ 0.58	2.654	<0.05	102	50.5	142	70.3	32.8
3	Chạy con thoi 4 $\times$ 10m (s)	Nam	≤ 12.60	12.85 $\pm$ 1.08	12.48 $\pm$ 1.06	2.587	<0.05	148	59.7	189	76.2	24.3
		Nữ	≤ 13.20	14.52 $\pm$ 1.11	13.18 $\pm$ 1.12	2.452	<0.05	94	46.5	126	62.4	29.2
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	≥ 930	925.8 $\pm$ 51.9	938.8 $\pm$ 50.7	3.658	<0.05	113	45.6	169	68.1	39.6
		Nữ	≥ 830	826.1 $\pm$ 49.4	842.0 $\pm$ 48.3	3.485	<0.05	86	42.6	121	59.9	33.8
	$\bar{W}$	Nam	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25.2
		Nữ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	33.6

Qua bảng 3 cho thấy: Sau thực nghiệm, trình độ thể lực (theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể) của cả nam, nữ đối tượng thực nghiệm đã có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$). Diễn biến thành tích đạt được ở cả 04 test đánh giá trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của đối tượng nghiên cứu (ở cả nam và nữ) sau thực nghiệm tăng lên lớn hơn so với thời điểm trước thực nghiệm, đồng thời tỷ lệ số học sinh đạt yêu cầu ở các nội dung kiểm tra cũng cao hơn so với trước thực nghiệm, nhịp tăng trưởng trung bình của nam trung bình đạt 25.2% và của nữ trung bình đạt 33.6%.

3. KẾT LUẬN

- Qua quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 06 biện pháp nhằm nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội.

- Sau quá trình thực nghiệm, các biện pháp đề tài lựa chọn và ứng dụng vào thực tiễn đã mang lại những hiệu quả nhất định trong việc nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội.

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 - BGĐT ngày 18/9/2008).
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Thông tư 32/2018/TT-BGDĐT*, ngày 26/12/2018 Ban hành chương trình giáo dục phổ thông.
3. Chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP*, ngày 31/1/2015 *Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường*.
4. 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*.

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

5. Nguyễn Duy Quyết (2020), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài viết được trích dẫn từ luận văn Thạc sỹ giáo dục học (2022): “*Nghiên cứu lựa chọn và ứng dụng một số biện pháp nhằm nâng cao thể lực chung cho học sinh khối 10 Trường THPT Chương Mỹ B – Hà Nội*”. Đề tài đã bảo vệ và được thông qua trước hội đồng khoa học trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Ngày nhận bài: 10/11/2024; Ngày đánh giá: 24/11/2024; Ngày duyệt đăng: 09/12/2024.