

LỜI MỞ ĐẦU

Cách đây 57 năm Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội chính thức được thành lập với tên gọi, Trường Trung cấp Thể dục. Là trường đầu tiên của cả nước đào tạo giáo viên Giáo dục Thể chất, trải qua hơn nửa thế kỷ xây dựng và phát triển, Trường đã khẳng định uy tín vị thế của mình trong sự nghiệp đào tạo Giáo dục Thể chất, đáp ứng yêu cầu của đất nước và xu thế hội nhập quốc tế.

Đặc biệt trước ngưỡng cửa cuộc cách mạng công nghệ 4.0, Trường đã đẩy mạnh truyền thông trong lĩnh vực hoạt động của mình và được cơ quan chức năng cấp giấy phép Bản tin Giáo dục Thể chất theo Quyết định số 5720/GP-GPXB-STTTT ngày 18/12/2017. Đây là ấn phẩm báo chí đầu tiên, với tư cách là tiếng nói của Nhà trường, là diễn đàn của cán bộ, viên chức, người lao động và người học có tôn chỉ mục đích được xác định rõ ràng. Bản tin tập trung và ưu tiên đăng những bài báo khoa học theo định hướng tinh thần cởi mở, sáng tạo, nhanh chóng vươn lên trở thành tạp chí khoa học lĩnh vực Giáo dục thể chất hàng đầu trong cả nước. Nội dung chính của Bản tin bao gồm, các bài nghiên cứu, các công trình khoa học, được trình bày theo cấu trúc và chuẩn mực của một tạp chí khoa học.

Bản tin số 1 được xuất bản đúng vào dịp kỷ niệm 57 năm thành lập Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội (27/2/1961-27/2/2018) và kỷ niệm 72 năm ngày truyền thống ngành Thể thao Việt Nam (27/3/1946-27/3/2018), đánh dấu sự kiện quan trọng đối với Nhà trường, trở thành cầu nối giữa Nhà trường với các trường đại học chuyên ngành về TDTT, các viện nghiên cứu, các Trung tâm huấn luyện TDTT, các trường phổ thông trong cả nước.

Nhân dịp này Ban biên tập xin gửi lời cảm ơn đến các tác giả đã gửi bài, các nhà khoa học đã nhận xét, phản biện. Chúng tôi mong muốn tiếp tục nhận được sự tham gia của các nhà khoa học, nhà giáo, cán bộ, viên chức, người học trong và ngoài trường, để Bản tin từng bước xây dựng quy trình xuất bản theo chuẩn, sớm trở thành một tạp chí trong tương lai và được công nhận chỉ số ISSN.

Do đây là số đầu tiên, nên không tránh khỏi những thiếu sót, Ban biên tập rất mong nhận được ý kiến đóng góp của quý vị độc giả.

Trân trọng giới thiệu Bản tin Giáo dục thể chất và Thể thao trường học với các đồng nghiệp trong và ngoài nước.

TỔNG BIÊN TẬP
TS. Nguyễn Duy Quyết

MỤC LỤC

LÝ LUẬN DẠY VÀ HỌC

Nguyễn Duy Quyết

Vận dụng quan điểm tư tưởng Hồ Chí Minh vào công tác giáo dục, đào tạo TDTT trong nhà trường hiện nay. 3

Nguyễn Văn Thời

Dự án bóng đá cộng đồng Việt Nam - Mô hình xã hội hóa hoạt động thể thao trẻ em. 8

Phùng Xuân Dũng

Năng lực và năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên Thể dục. 11

THÔNG TIN NGHIÊN CỨU KHOA HỌC

Nguyễn Mạnh Toàn, Kiều Quang Thuyết

Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên Trường Đại học Bách khoa Hà Nội. 18

Đỗ Mạnh Hưng, Trần Đình Phòng

Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. 23

Phạm Anh Tuấn, Vũ Thị Huệ

Đánh giá thực trạng thể lực chung của nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thăng Long. 30

Phạm Thị Hương

Nghiên cứu các chỉ số ban đầu về hình thái và chức năng của nam vận động viên Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18 - 20 trong bài tập sức bền chuyên môn. 35

Tô Tiến Thành

Phân tích kỹ - chiến thuật của vận động viên bóng bàn ưu tú Việt Nam. 40

Phùng Mạnh Cường

Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập nhằm phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. 46

DIỄN ĐÀN - TRAO ĐỔI

Hướng Xuân Nguyên, Nguyễn Minh Tư

Công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ hướng tới mục tiêu trường nâng cao chất lượng đào tạo giáo viên Giáo dục Thể chất ở Việt Nam. 52

VẬN DỤNG QUAN ĐIỂM TƯ TƯỞNG HỒ CHÍ MINH VÀO CÔNG TÁC GIÁO DỤC, ĐÀO TẠO TDTT TRONG NHÀ TRƯỜNG HIỆN NAY

TS. Nguyễn Duy Quyết

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Trong suốt cuộc đời hoạt động, Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn khẳng định thể dục thể thao (TDTT) giữ một vị trí hết sức quan trọng trong sự nghiệp xây dựng và kiến thiết nước nhà. Bác không chỉ khai sinh ra nền TDTT cách mạng mà còn để lại tư tưởng về TDTT có ý nghĩa lý luận sâu sắc. Phạm vi của vấn đề TDTT của tư tưởng Hồ Chí Minh rất rộng, trong nội dung bài viết này xin nêu một số điểm cơ bản về tư tưởng của Bác và sự vận dụng vào việc giáo dục, đào tạo TDTT trong nhà trường hiện nay.

Từ khóa: Quan điểm, thể dục, nhà trường, giáo dục, tư tưởng, Hồ Chí Minh

Summary: *Throughout his life, President Ho Chi Minh always affirmed the important role of sports and physical training in the construction of our country. Ho Chi Minh both established the foundation and the ideology for the revolutionary sports. The scope of Ho Chi Minh's ideology in sports and physical training ideology is very broad, but within the scope of this study, the author will mention some basic points about Ho Chi Minh's ideology and their application on school sports and physical education nowadays.*

Keywords: *Gymnasium, school, education, thought, Ho Chi Minh*

1. Chiến lược của người thầy TDTT

Với tầm nhìn chiến lược, Chủ tịch Hồ Chí Minh đã sớm nhìn thấy vai trò ý nghĩa quan trọng của TDTT. Vào những năm 1910-1911, khi dạy học tại trường Dục Thanh - Phan Thiết, Thầy giáo Nguyễn Tất Thành (Hồ Chí Minh) đã có nhận quan mới về giáo dục để phát triển hài hoà các mặt đạo đức, tri thức và thể chất cho học sinh, mà trước đó chưa có nhà giáo nào đề cập. Bên cạnh việc dạy Hán văn và Quốc ngữ, thầy Nguyễn Tất Thành còn dạy thể dục cho học sinh toàn trường. Thầy luôn nhắc nhở học sinh “Cái

quý nhất của con người là sức khỏe. Các em chịu khó tập thể dục là giữ gìn cái quý báu nhất của con người”. Vì thế, mỗi buổi sáng thầy Nguyễn Tất Thành hướng dẫn học sinh tập thể dục, nhảy cao, nhảy xa, kéo xà đơn, chơi bóng rổ, rồi thì luyện đôi chân bằng cách đi bộ ra bãi biển Thương Chánh để tập bơi....Có thể nói, đó là việc làm, là hành động đang trong bối cảnh đất nước bị thực dân đô hộ, đời sống nhân dân vô cùng cực khổ mang tính chiến lược và giàu tính nhân văn sâu sắc. Chính từ tâm niệm, lòng ham muốn: “Ham muốn tốt bậc” là sự ham muốn

thiết tha nhất, duy nhất đã chiếm lĩnh toàn bộ trái tim, toàn bộ tâm hồn Bác, không có một ham muốn nào khác, đam mê nào khác có thể chen vào trái tim, chen vào tâm hồn Bác ngoài ham muốn “Nước ta được hoàn toàn độc lập, dân ta được hoàn toàn tự do, đồng bào ai cũng có cơm ăn, áo mặc, ai cũng được học hành”, đã tạo nên tình yêu nước, thương dân không bờ bến của Bác.

Năm 1941, sau khi ra đi tìm đường cứu nước trở về, một trong những vấn đề quan tâm hàng đầu của Bác là vấn đề giáo dục thể hệ trẻ. Trong 10 chính sách lớn của Mặt trận Việt Minh, đã đề cập đến việc xây dựng nền giáo dục quốc dân mới, trong đó có giáo dục thể chất “khuyến khích nền giáo dục quốc dân làm cho nòi giống ngày càng thêm mạnh” và “Nhi đồng được chính phủ săn sóc đặc biệt về thể dục và trí dục”. Và cũng chưa đầy 4 tháng, sau khi đọc bản Tuyên ngôn độc lập, mặc dù trong hoàn cảnh nước ta phải đương đầu quyết liệt với 3 loại giặc: “giặc đói, giặc dốt, giặc ngoại xâm”; thù trong giặc ngoài cấu kết lẫn lộn thực hiện âm mưu đen tối, xảo quyệt, trắng trợn hòng lật đổ chính quyền nhân dân đầu tiên trong lịch sử Việt Nam còn rất non trẻ, trong thế “ngàn cân treo sợi tóc”, biết bao công việc cấp bách, nóng bỏng, đối nội, đối ngoại phải đặt ra để xử lý hàng ngày, nhưng ngày 30/01/1946, Bác đã ký Sắc lệnh số 14-SL thành lập Nha Thể dục Trung ương với nhiệm vụ nghiên cứu phương pháp và thực hành thể dục trong toàn quốc. Sau Tổng tuyển cử, ngày

06/01/1946, khi Chính phủ Liên hiệp kháng chiến được thành lập, Bác đã thay mặt Chính phủ mới ký sắc lệnh số 38 ngày 27/3/1946, về việc thành lập Nha Thanh niên và Thể dục, gồm Phòng Thanh niên Trung ương và Phòng Thể dục Trung ương. Cùng với thời điểm công bố sắc lệnh số 38, thành lập Nha Thanh niên và Thể dục thuộc Bộ Quốc gia Giáo dục, Bác đã viết bài “Sức khỏe và thể dục” đăng trên báo Cứu quốc số 119 ra ngày 27/3/1946, nhằm triển khai công tác giáo dục thể chất trong học sinh, thanh thiếu niên cả nước. Đây được xem là những dấu mốc quan trọng trong sự hình thành và phát triển của nền thể dục thể thao cách mạng.

2. Quan điểm, tư tưởng của Bác về đào tạo TDTT trong trường học

Có thể nói trong những quan điểm rõ nhất của Chủ tịch Hồ Chí Minh về công tác TDTT là mục tiêu “Dân cường thì nước thịnh”- đó là hai mục tiêu cao quý của chế độ mới. Bác chỉ rõ rằng: “Dưới chế độ dân chủ, Thể thao và Thể dục phải trở thành hoạt động chung của quần chúng, nhằm mục đích làm tăng cường sức khỏe của nhân dân. Nhân dân có sức khỏe thì mọi công việc đều làm được tốt.” Bác khuyến khích “Vậy nên luyện tập Thể dục, bồi bổ sức khỏe là bổn phận của mỗi một người dân yêu nước”.

Từ đó, Hồ Chí Minh chủ trương “Chúng ta nên phát triển phong trào TDTT rộng khắp”. Nhất là đối với thế hệ trẻ là một bộ phận rất đông đảo của quần chúng nhân dân. Giáo dục thể chất và thể

thao là một thành phần rất cơ bản, nền tảng của TDTT quần chúng. Chính vì thế, Bác không những cho rằng, giáo dục thể chất là một mặt cần thiết, quan trọng như các mặt giáo dục khác, mà còn được đưa lên hàng đầu đối với tất cả các mặt khác, bởi nó đem lại cho tuổi trẻ sức khỏe - vốn quý báu nhất của con người. Theo Bác, TDTT là một bộ phận quan trọng của nền giáo dục quốc dân của nước Việt Nam độc lập và dân chủ: “Một nền giáo dục sẽ đào tạo các em nên những người công dân hữu ích cho nước Việt Nam, một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em”.

Cũng từ quan điểm đó, nên mặc dù Bác rất coi trọng các tài năng thể thao, nhưng không bao giờ Người tuyệt đối hóa công tác này, nhất là với đội ngũ những người làm công tác đào tạo TDTT. Trong bài nói chuyện với sinh viên trường Trung cấp TDTT Trung ương (nay là Trường Đại học TDTT Bắc Ninh), ngày 14/2/1961, Bác đã căn dặn: “Các cháu học TDTT không phải trở thành ông kiện tướng này, bà kiện tướng nọ, mà học tập cho tốt để trở thành người cán bộ phục vụ đắc lực cho nhân dân, đem hiểu biết của mình ra hướng dẫn mọi người cùng tập luyện để nâng cao sức khỏe, đẩy lùi bệnh tật”.

Bác cũng chỉ rõ, giáo dục thể chất cho tuổi trẻ trong nhà trường phải gắn liền với việc rèn luyện thể chất, còn được thực hiện ngoài trường học, bằng các động tác, bài tập, hoặc những môn thể thao phù hợp. Hai hình thức đó rất cần thiết đối với

giáo dục và rèn luyện tuổi trẻ, đều cùng mục tiêu là phát triển thể chất cân đối, nâng cao thể lực. Trong hai hình thức đó, Bác nhấn mạnh, giáo dục thể chất trong nhà trường là cơ bản, vì nó gắn liền với các mặt giáo dục trí dục, đức dục, cho độ tuổi thiếu nhi và thanh niên; đồng thời giáo dục và rèn luyện thể chất gắn cùng với biện pháp giữ gìn vệ sinh phòng bệnh, có tác dụng thiết thực đến việc bảo vệ sức khỏe, tăng cường thể lực, nâng cao tầm vóc cho tuổi trẻ học đường.

Từ quan điểm đó, sau này Hồ Chí Minh đã chỉ ra một cách cụ thể về giáo dục nói chung và giáo dục thể chất nói riêng, giáo dục toàn diện đó là “Thể dục kết hợp với gìn giữ vệ sinh chung và riêng, trí dục, mỹ dục, đức dục.” Bốn mặt giáo dục đó có quan hệ mật thiết với nhau, trong đó Thể dục là tiền đề đầu tiên để phát triển các mặt giáo dục khác. Kể cả học viên trong nhà trường quân đội cũng vậy, Hồ Chí Minh đã đề cập giáo dục thể chất lên trước hết: “Các cháu phải ra sức thi đua: Luyện tập thân thể cho mạnh mẽ, nghiên cứu kỹ thuật cho thông thạo, trau dồi tinh thần cho vững chắc, hun đúc đạo đức của người quân nhân cách mạng cho vững vàng”.

Và tất nhiên, để làm được những việc đó, Bác cũng cho rằng: Đối với những người làm công tác huấn luyện, giảng dạy TDTT phải có chuyên môn nghiệp vụ vững vàng. Người cán bộ thể thao chỉ có thể đem lại kết quả cao trong công tác, khi nắm vững chuyên môn nghiệp vụ và thường xuyên trau dồi chuyên môn

nghiệp vụ. Mỗi cán bộ đều có chuyên môn cụ thể, như cán bộ bắn súng, cán bộ thể dục dụng cụ, cán bộ cầu lông, bóng bàn, bóng rổ... phải thường xuyên trau dồi để thành thạo trong công việc. Đồng thời, Bác cũng chỉ ra người cán bộ thể thao phải thường xuyên trau dồi đạo đức cách mạng để khi gặp khó khăn, gian khổ, thất bại cũng không sợ sệt, rụt rè, lùi bước, khi gặp thuận lợi và thành công cũng vẫn giữ được tinh thần. Bác cũng đòi hỏi mỗi cán bộ TDTT phải lấy việc học suốt đời trở thành tấm gương sáng, thành kiểu mẫu cho các em noi theo”, “phải là kiểu mẫu về mọi mặt, tư tưởng, đạo đức, lối làm việc”...

Có thể nói, với tầm nhìn của một nhà lãnh đạo thiên tài, Bác không chỉ đã khai sinh ra nền TDTT cách mạng - mà bằng kinh nghiệm thực tiễn của người thầy TDTT, Bác đã chỉ rõ: Sự nghiệp TDTT chính là sự nghiệp cách mạng - sự nghiệp vì mục tiêu “Dân cường thì nước thịnh” được quy tụ và hiện hữu trong tư tưởng Hồ Chí Minh về TDTT đã và đang tạo tỏa ánh hào quang cho con đường phát triển TDTT nước nhà nói chung, cho công tác đào tạo TDTT Việt Nam nói riêng.

3. Lời kết

Thấm nhuần những tư tưởng của Chủ tịch Hồ Chí Minh về công tác TDTT, những năm qua, dưới sự lãnh đạo của Đảng, Nhà nước, toàn ngành TDTT nước ta đã đẩy mạnh các nhiệm vụ phát triển TDTT đạt được những thành tựu có quan trọng trong việc nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực và bồi dưỡng nhân tài, phục vụ

cho sự nghiệp xây dựng và bảo vệ đất nước. Dù Bác đã đi xa, song những lời dạy của Bác về TDTT vẫn là linh hồn, là ngọn đuốc sáng soi rọi, chỉ lối dẫn đường cho nhiệm vụ TDTT cách mạng hôm nay và mãi về sau.

Rất tiếc đến nay, chúng ta chưa sưu tầm, tìm được đầy đủ việc tập luyện lúc còn trẻ của Bác: khi học tại Huế, thời gian dạy học tại Phan Thiết, hoặc suốt 30 năm trời kiếm sống ở 28 quốc gia khắp năm châu bốn biển tìm đường cứu nước. Năm 1941, Bác về Cao Bằng gây dựng, lãnh đạo phong trào cách mạng giải phóng dân tộc, Bác Hồ tập các môn gì, tập luyện như thế nào trong điều kiện ăn ở thiếu thốn, chống lại cái rét buốt mùa đông miền biên ải, hay quãng thời gian khẩn trương tiến hành khởi nghĩa cướp chính quyền tháng 8 năm 1945, ở Hà Nội, Bác tập luyện vào lúc nào trong ngày.

Trong 9 năm kháng chiến chống thực dân Pháp (1946 - 1954) cùng 15 năm tiếp sau đó Bác lãnh đạo cả nước vừa lao động xây dựng miền Bắc xã hội chủ nghĩa, vừa chống đế quốc Mỹ xâm lược, đấu tranh thống nhất đất nước. Tháng 9 năm 1969 Bác Hồ vĩnh biệt chúng ta. Người đã để lại muôn vàn tình thương yêu cũng như những lời dạy về công tác TDTT. Bác đã để lại kho báu vô giá, là những văn kiện, tư liệu hiện như: Các Sắc lệnh 14, 38 ban hành quý 1-1946; Lời hô hào toàn dân tập thể dục của Bác ngày 27/3/1946; Thư gửi Hội nghị Cán bộ TDTT toàn miền Bắc tháng 3 năm 1960; Bài nói chuyện với cán bộ, giáo viên

Trường Trung cấp TDTT Trung ương ngày 14/12/1961; các bài thơ Học đánh cờ, Tây Phong Lĩnh trong tập Nhật ký trong tù; Những lời căn dặn của Bác với công nhân, nông dân, cán bộ giảng dạy, giáo viên, học sinh, sinh viên... Những bài nói chuyện của Bác, các cuộc tiếp đón các đoàn thể thao nước ngoài, các lần gặp gỡ nhân dân, công nhân, bộ đội, công an, học sinh...

Đặc biệt những tác phẩm viết về Chủ tịch Hồ Chí Minh, các hồi ký của các đồng chí lão thành cách mạng, các cán bộ được làm việc gần, hoặc phục vụ Bác; những thước phim tư liệu, ảnh của các nhà báo trong nước và quốc tế ghi lại cảnh luyện tập thể dục, đánh võ, đi bộ, cưỡi ngựa, chơi thể thao, tắm sông

suối.... của Bác Hồ hồi thập niên 40, 50, 60 của thế kỷ 20 ở chiến khu Việt Bắc, tại Thủ đô Hà Nội, các chuyến công du nước ngoài...là một kho báu đồ sộ của Người dành cho Ngành TDTT, là tình cảm yêu thương bao la của Bác với cán bộ, huấn luyện, đào tạo TDTT...

Đây là di sản vô cùng quý báu, niềm vinh dự và tự hào của nền TDTT cách mạng. Nhất là đối với các trường đào tạo giáo viên TDTT, chúng ta có nhiệm vụ nghiên cứu, tìm hiểu một cách nghiêm túc thấu đáo, để từ đây không ngừng quán triệt, học tập làm theo lời dạy của Người, quyết tâm thực hiện những lời dạy của Bác, ra sức xây dựng thành công nền TDTT, vì sự nghiệp cao cả Bác đã chỉ rõ “Dân cường thì quốc thịnh”.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hồ Chí Minh: Toàn tập , Nxb. Chính trị quốc gia, Hà Nội, 2015.
2. Hồ Chí Minh - Biên niên tiểu sử , Nxb. Chính trị quốc gia, Hà Nội, 1992-1996
3. Những mẫu chuyện về đời hoạt động của Hồ Chủ tịch , Nxb. Chính trị quốc gia, Hà Nội, 1975
4. Thời thanh niên của Bác , Nxb. Thanh niên, Hà Nội, 1976
5. Hồ Chí Minh toàn tập, Nxb. Chính trị Quốc gia, 2002

DỰ ÁN BÓNG ĐÁ CỘNG ĐỒNG VIỆT NAM - MÔ HÌNH XÃ HỘI HÓA HOẠT ĐỘNG THỂ THAO TRẺ EM

TS. Nguyễn Văn Thời

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Dự án “Bóng đá Cộng đồng tại Việt Nam” là dự án phát triển hoạt động bóng đá phong trào, không cạnh tranh dành cho trẻ em từ 6 đến 15 tuổi, với sự chú trọng đặc biệt đến nhóm trẻ thiệt thòi và thúc đẩy sự phát triển của bóng đá nữ. Dự án thông qua hoạt động bóng đá vui để lồng ghép giáo dục kỹ năng sống cho trẻ em, tạo ra một sân chơi bổ ích giúp các em cân bằng trong học tập và vui chơi, nhằm phát triển toàn diện cả thể chất và tinh thần cho trẻ.

Từ khoá: Bóng đá cộng đồng, dự án, Việt Nam

Summary: The “Community Football in Vietnam” project is a non-competitive football development project for children aged 6 to 15 with special attention to the disadvantaged children group and motivation to the development of women's football. The project, through fun football activities, aims to integrate life-skills education into children, creating a useful playground for children to balance their learning and play, to develop both physical and mental well-being for children.

Keywords: Community football, project, Vietnam

ĐẶT VẤN ĐỀ

FFAV (Football for All in Vietnam), là một Dự án “Bóng đá Cộng đồng tại Việt Nam”, được Liên đoàn bóng đá Na Uy (NFF) khởi xướng và hiện đang hợp tác chặt chẽ với Liên đoàn bóng đá Việt Nam (VFF), Bộ Giáo dục và Đào tạo, Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch Thừa Thiên Huế và các đơn vị khác, trong việc xây dựng mô hình bóng đá phong trào trên địa bàn tỉnh Thừa Thiên Huế, nhằm phục vụ cho việc nhân rộng mô hình ra toàn quốc; Đồng thời, FFAV kết hợp với các cơ quan, tổ chức, chính phủ trong và ngoài nước để tiếp tục phát triển và nâng cao chất lượng hoạt động tại các trường học, thông qua các câu lạc bộ bóng đá, áp

dụng các phương pháp, giá trị và nguyên tắc của FFAV.

NỘI DUNG DỰ ÁN

Dự án “Bóng đá Cộng đồng tại Việt Nam” là dự án phát triển hoạt động bóng đá phong trào, không cạnh tranh dành cho trẻ em từ 6 đến 15 tuổi, với sự chú trọng đặc biệt đến nhóm trẻ thiệt thòi và thúc đẩy sự phát triển của bóng đá nữ. Dự án thông qua hoạt động bóng đá vui để lồng ghép giáo dục kỹ năng sống cho trẻ em, tạo ra một sân chơi bổ ích, giúp các em cân bằng trong học tập và vui chơi, nhằm phát triển toàn diện cả thể chất và tinh thần cho trẻ. Tinh thần hành động của FFAV là đề cao bóng đá cao thượng, lồng ghép kỹ năng sống, chống kỳ thị, phân

biệt đối xử với trẻ em bị thiệt thòi và tạo môi trường an toàn, thân thiện cho mọi trẻ em, với mục đích là sẽ đào tạo nhân sự và hỗ trợ thành lập các CLB bóng đá không cạnh tranh cho trẻ em và thanh thiếu niên.

FFAV được triển khai từ năm 2001, Quy mô dự án được mở rộng ra nhiều địa phương, thu hút số lượng lớn trẻ em và thanh thiếu niên cùng đội ngũ tình nguyện viên đông đảo, số lượng CLB cũng tăng theo từng năm. Đến thời điểm hiện tại, FFAV đã thành lập được 147 CLB bóng đá, 1470 đội bóng với sự tham gia của 15.876 cầu thủ (tỉ lệ 50% nam, 50% nữ) và đã tổ chức được trung bình hơn 300 giải bóng đá mỗi năm với các mô hình sau:

Mô hình “Ngày hội bóng đá vui”: một trong những hoạt động bóng đá nổi bật của FFAV dành cho trẻ em, được giới thiệu lần đầu năm 2012 và đã có hơn 30 “Ngày hội bóng đá vui” được tổ chức tại các huyện, thành phố, thị xã trên địa bàn tỉnh Thừa Thiên Huế, Hải Phòng (Đồ Sơn) và TP. Hồ Chí Minh với hơn 21.000 em tham dự (cả nam, nữ và các em khuyết tật). “Ngày hội bóng đá vui” chỉ diễn ra trong một ngày, là nơi mà tất cả các em đều có cơ hội “cháy hết mình” với trái bóng, không kể thắng thua, không có vòng loại, không chung kết; một ngày hội trọn niềm vui với trái bóng tròn.

Đến với ngày hội, các em được tham dự một hoạt động văn hóa hấp dẫn, một sân chơi lớn trong không gian hoành tráng, dưới sự hướng dẫn giúp đỡ của

hàng trăm tình nguyện viên. Ngày hội giúp các em trải qua những trận bóng vui và hào hứng, gặp gỡ những người bạn mới, thể hiện sự quan tâm lẫn nhau, tạo cơ hội học hỏi và giao lưu những kỹ năng sống quan trọng.

“Ngày hội Bóng đá vui” không có các trận đấu loại trực tiếp, hay chung kết. Mục đích của ngày hội là tạo ra sân chơi bổ ích để tất cả các em cùng nhau vui vẻ và tham gia càng nhiều trận đấu càng tốt chứ không phải chọn người chiến thắng. Không ai là người thua cuộc và tất cả chúng ta đều là người chiến thắng.

Mô hình “Trường học bóng đá” của FFAV tại Trường tiểu học số 2 Hương Toàn, Thừa thiên Huế, năm 2016 có hơn 400 em học sinh của các lớp, Ban chủ nhiệm CLB, phụ huynh học sinh, tình nguyện viên và săn sóc viên đã tham gia.

Ban chủ nhiệm đã chia các em thành 4 nhóm: nhóm kỹ thuật cá nhân, nhóm đồng đội, nhóm đối kháng và nhóm thi đấu. Bên cạnh đó, CLB còn lồng ghép một số kỹ năng, kiến thức và biện pháp đề phòng cần thiết phục vụ cho cuộc sống về bệnh Zika, sốt xuất huyết, HIV, an toàn giao thông ... cho học sinh. Bằng những câu hỏi đơn giản, gợi mở, các em vui vẻ, phấn khởi chia sẻ trả lời nhiệt tình. Mỗi học sinh trả lời câu hỏi đều nhận được một tràng pháo tay biểu dương, hay nhận một phần quà nhỏ từ Ban tổ chức.

Ngoài ra, các em còn đá bóng và nhảy các điệu múa dân gian. Những khuôn mặt rạng rỡ cùng những nụ cười của các em, làm cho Ban tổ chức cảm thấy thật hạnh phúc.

Trường học bóng đá là nơi các em được giao lưu, thể hiện những kỹ thuật cá nhân của mình, học được cách chuyền bóng, sút bóng, học về kỷ luật và tính đồng đội, kiến tạo những đường bóng cho đồng đội đá vào lưới bạn.

Từ ngày được tham gia vào ngôi nhà chung của Bóng đá cộng đồng tại Việt Nam, các em vui vẻ, đoàn kết, biết thương yêu, chia sẻ niềm vui nỗi buồn hơn, không phân biệt nam nữ, những bạn bị thiệt thòi. Các em vừa chơi bóng vừa rèn luyện sức khỏe cho việc học tập, chất lượng của nhà trường ngày được nâng lên. Trong năm học, có 6 em đạt giải học sinh giỏi cấp tỉnh và 36 em đạt giải cấp thị xã. Đây cũng chính là món quà mà các em dành cho câu lạc bộ.

Trong quá trình hoạt động, FFAV đã có những đóng góp không nhỏ vào việc phát triển cấu trúc nền bóng đá bền vững tại Việt Nam, bằng cách xây dựng mạng lưới CLB bóng đá phong trào cấp cơ sở. Cùng với hoạt động bóng đá cộng đồng, FFAV mang lại thêm nhiều niềm vui và sân chơi bổ ích trong các trường học trên

cả nước, qua đó thúc đẩy phong trào tham gia rèn luyện, thi đấu bóng đá cho các trẻ em và thanh thiếu niên Việt Nam.

Với những thành công sau hơn 10 năm triển khai dự án tại tỉnh Thừa Thiên Huế, mô hình “Bóng đá Cộng đồng tại Việt Nam” đã được Liên đoàn bóng đá Việt Nam (VFF) lựa chọn để nhân rộng đến 15-20 tỉnh thành tại Việt Nam và đã có văn bản thỏa thuận với Bộ Giáo dục và Đào tạo để thực hiện nhân rộng mô hình này trong các trường học trên cả nước

KẾT LUẬN

Đây là tiền đề quan trọng để hướng bóng đá Việt Nam phát triển một cách bền vững. Với sự chung tay của Liên đoàn bóng đá NaUy (NFF); Liên đoàn bóng đá Việt Nam (VFF); Bộ Giáo dục và Đào tạo cùng với các Bộ, ban ngành, các tổ chức xã hội bóng đá cộng đồng sẽ từng bước tháo gỡ những khó khăn còn vướng mắc như kinh phí, điều kiện cơ sở vật chất, sân bãi, nguồn nhân lực, cơ chế, hành lang cho các hoạt động, từ đó sẽ đạt được những bước tiến mới trong thời gian tới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Mai Thị Thu Hà (2011), “Mô hình CLB thể thao ngoài giờ cho HS các trường tiểu học thành phố Hải Dương”, *Tạp chí Khoa học thể thao số 5, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội*, tr 76 - 79.
2. Vũ Thái Hồng, Lương Kim Chung, Dương Nghiệp Chí (2009), *Xã hội học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.449.
3. Đỗ Huy (1996), “Một số vấn đề về xã hội hoá TDTT trong thời kỳ đổi mới ở Việt Nam”, *Kỷ yếu Hội nghị chuyên đề xã hội hoá*, Nxb TDTT, tr.45 – 47.
4. Litvitneko C.H. (2005), “Thể thao quần chúng như một phương tiện giáo dục phát triển”, *Tạp chí Khoa học Thể thao*, (4), tr 8-14.5. Và www.ffav.com.vn/blog/women-in-football.

NĂNG LỰC VÀ NĂNG LỰC NGHỀ NGHIỆP ĐẶC THÙ GIÁO VIÊN THỂ DỤC

TS. Phùng Xuân Dũng

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Bài viết này trình bày một số vấn đề về năng lực và năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên Thể dục. Nội dung chính bao gồm các vấn đề về nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện, và sự chuyển biến về chất lượng đào tạo nhân lực; năng lực và các cấu phần của năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên Thể dục.

Summary: This article outlines some of the issues about specific professional competencies to Physical Education teachers. The main contents include the issues of improving the quality of comprehensive education and the change in the quality of human resources training; competence and components of professional competence for Physical Education teachers.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Nâng cao chất lượng và hiệu quả giáo dục nói chung và đào tạo nhân lực nói riêng đã và đang là yêu cầu cấp bách. Nghị quyết Đại hội Đảng CSVN lần thứ XI (2011) đã chỉ rõ: “nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện...năng lực sáng tạo, kỹ năng thực hành, tác phong công nghiệp, ý thức trách nhiệm xã hội”. Việc nghiên cứu năng lực nói chung và năng lực nghề nghiệp giáo viên môn Thể dục nói riêng, nhằm đổi mới căn bản và toàn diện trong công tác đào tạo, đáp ứng yêu cầu chương trình giáo dục phổ thông mới, đã và đang là vấn đề cấp bách hiện nay.

1. Sự chuyển biến về chất lượng công tác đào tạo theo xu thế phát triển của xã hội

Trong xã hội hiện đại-xã hội thông tin, tri thức với “Thế giới phẳng” theo quan điểm của Thomas L. Friedman có công thức sau: $CQ + PQ > IQ$, trong đó chỉ số hiếu học CQ (Curiosity quotient)

cộng với chỉ số đam mê PQ (passion quotient), có giá trị quan trọng hơn chỉ số thông minh IQ (intelligent quotient). Khả năng thích ứng, phát triển, không chỉ dựa trên chỉ số IQ, mà quan trọng hơn là các chỉ số trí tuệ cảm xúc, cảm thức (EQ). Chính các yếu tố này tạo ra khả năng, năng lực sáng tạo đặc biệt của các cá nhân trong từng lĩnh vực nhất định và có vai trò quan trọng trong quá trình rèn luyện, phát triển và nâng cao các năng lực cá nhân, tạo ra chất lượng mới của sản phẩm đầu ra, đặc biệt là đội ngũ nhân lực có trình độ cao ở bậc đại học và phổ thông. Hoạt động giáo dục và đào tạo cần chú ý cả hai mặt này (lý trí và xúc cảm), thì mới tạo ra chất lượng nguồn nhân lực thực sự trong kỷ nguyên mới - kỷ nguyên kinh tế tri thức, kỷ nguyên sáng tạo. Trong kỷ nguyên sáng tạo, không phải chỉ có đơn thuần tri thức, mà còn cần phải có cảm thức, mới mang lại các giá trị gia tăng của sức lao động ở mỗi cá nhân – cơ

sở để hình thành chất lượng cao của đội ngũ nhân lực lao động trí tuệ và thể chất ở môi trường giáo dục đặc thù.

Nếu như trong xã hội truyền thống với nền văn minh nông nghiệp lạc hậu, sản xuất theo kinh nghiệm thì nhân tố thể lực, sức khỏe có vai trò quyết định trong chất lượng đội ngũ nhân lực lao động giản đơn, thì sang xã hội công nghiệp, xã hội thông tin cùng với thể lực là yếu tố trí lực, năng lực chuyên môn, nghề nghiệp có vị trí hàng đầu trong chất lượng nhân lực qua đào tạo. Kỹ năng mềm (tư duy, sáng tạo, giao tiếp, phán đoán, thích ứng, linh hoạt) trở thành những kỹ năng cốt lõi trong hệ thống năng lực nghề nghiệp đặc thù của giáo viên Thể dục.

2. Khái niệm năng lực và các cấu phần của năng lực

Có rất nhiều quan niệm, định nghĩa khái niệm về năng lực như:

1/ Khả năng, điều kiện chủ quan hoặc tự nhiên sẵn có để thực hiện một hoạt động nào đó.

2/ Phẩm chất tâm lý và sinh lý, tạo cho con người khả năng hoàn thành một hoạt động nào đó với chất lượng cao (Hoàng Phê, Từ điển Tiếng Việt, NXB Đà Nẵng, 2000 trang 660-661)

Khả năng được hình thành và phát triển, cho phép con người đạt được thành công trong một hoạt động thể lực, trí lực hoặc nghề nghiệp. Năng lực được thể hiện vào khả năng thi hành một hoạt động, thực hiện một nhiệm vụ (Từ điển Giáo dục học, NXB Từ điển Bách khoa, 2000).

“Năng lực là đặc điểm của cá nhân, thể hiện mức độ thông thạo - tức là có thể thực hiện một cách thuần thục và chắc chắn - một hay một số dạng hoạt động nào đó. Năng lực gắn liền với những phẩm chất về trí nhớ, tính nhạy cảm, trí tuệ. Tính cách của cá nhân. (Từ điển Bách khoa Việt Nam, Tập III)

“Năng lực là khả năng vận dụng những kiến thức, kinh nghiệm, kỹ năng, thái độ và hứng thú để hành động một cách phù hợp và có hiệu quả trong các tình huống phong phú của cuộc sống” (Québec - Ministère de l'Éducation, 2004).

“Năng lực thể hiện như một hệ thống khả năng, sự thành thạo hoặc những kỹ năng thiết yếu, có thể giúp con người đủ điều kiện vươn tới một mục đích cụ thể” (F.E Weinert, OECD, 2001).

“Năng lực là tập hợp các hoạt động dựa trên sự huy động và sử dụng có hiệu quả kiến thức từ nhiều nguồn kiến thức, kỹ năng khác nhau để giải quyết vấn đề, hoặc có cách ứng xử phù hợp với bối cảnh phức tạp của cuộc sống “Có thể nói, năng lực có thể được xem như là khả năng tiếp nhận và vận dụng tổng hợp, có hiệu quả mọi tiềm năng của con người (tri thức, kỹ năng, thái độ, thể lực, niềm tin..), để thực hiện có chất lượng công việc, hoặc xử lý với một tình huống, trạng thái nào đó trong cuộc sống và lao động nghề nghiệp.

Có nhiều cách phân loại năng lực khác nhau, trong đó có các cách phân loại chủ yếu sau:

2.1. Năng lực chung (General Competency): Là những năng lực cơ bản, thiết yếu hoặc cốt lõi ... làm nền tảng cho mọi hoạt động của con người trong cuộc sống và lao động nghề nghiệp như năng lực nhận thức, năng lực trí tuệ, năng lực về ngôn ngữ và tính toán; năng lực giao tiếp, năng lực vận động.....Các năng lực này được hình thành và phát triển, dựa trên bản năng di truyền của con người, quá trình giáo dục và trải nghiệm trong cuộc sống.

2.2. Năng lực chuyên biệt (đặc thù): Là những năng lực riêng được hình thành và phát triển trên cơ sở các năng lực chung, theo định hướng chuyên sâu, riêng biệt trong các loại hình hoạt động, công việc hoặc tình huống, môi trường đặc thù. Ví dụ, như năng lực nhận dạng nhanh được hình thành trên cơ sở các năng lực về thị giác, phán đoán, so sánh... và các phẩm chất, năng khiếu chuyên biệt về TDDT, hội họa...

Năng lực cũng có thể được phân loại thành các năng lực thành phần, như năng lực xã hội, năng lực cá nhân, năng lực về phương pháp và năng lực nghề nghiệp, hoặc trong quá trình lao động nghề nghiệp có thể phân ra các loại năng lực về ý tưởng - thiết kế, thi công - vận hành; giám sát và đánh giá..

Năng lực được hình thành và phát triển trên cơ sở tổ hợp các kiến thức, kỹ năng và thái độ. Glenn M., Mary Jo Blahna (2005), cho rằng bối cảnh thời đại mới, xu thế phát triển giáo dục và cuộc cách mạng KH - CN đã tác động và làm

biến đổi nhanh chóng, sâu sắc đến tất cả các lĩnh vực của xã hội, trong đó có giáo dục và việc làm. Sự biến đổi đó được thể hiện trước hết ở quan niệm mới về hình mẫu nhân cách người lao động trong xã hội công nghiệp văn minh hiện đại. Mô hình nhân cách của người lao động được xây dựng dựa trên năng lực (Human Resources Competency), bao gồm 03 thành tố cấu trúc cơ bản: Kiến thức (Knowledge), Kỹ năng (Skills) và Thái độ (Traits).

Kiến thức (Knowledge): có kiến thức nền tảng cơ bản để học tập và tiếp thu công nghệ, kiến thức chuyên môn nghề nghiệp ở mức độ tinh thông, làm việc có kế hoạch, am hiểu pháp luật, tiếp thu nhanh, kiến thức xã hội...

Kỹ năng (Skills): kỹ năng cơ bản: đọc, viết, tính toán, nói, nghe; kỹ năng nghề nghiệp: thực hiện thành thạo công việc, có khả năng xử lý các tình huống trong hoạt động nghề nghiệp, có năng lực thích ứng với sự thay đổi theo yêu cầu sản xuất/dịch vụ; có kỹ năng quản lý thời gian, về hiệu quả của nhóm; kỹ năng phát triển: xác định mục tiêu, kỹ năng hoạch định sự nghiệp, tự hoàn thiện và phát triển bản thân...

Phẩm chất/Thái độ (Traits): có sức khỏe tốt, có tác phong công nghiệp (khẩn trương, đúng giờ giấc..), có ý thức kỷ luật lao động cao, có niềm say mê nghề nghiệp, tự tin, dũng cảm, tính liêm chính và trung thực, chịu trách nhiệm cá nhân, tôn trọng các ý kiến của người khác, có

tinh thần yêu nước, yêu dân tộc, sống có trách nhiệm với cộng đồng và xã hội...

3. Các cấp độ về nhận thức và kỹ năng, thái độ

B. S. Bloom (1948) đã đề xuất một hệ thống phân loại các mục tiêu của quá trình giáo dục như sau:

- Lĩnh vực nhận thức: thể hiện ở khả năng suy nghĩ, lập luận. Nó bao gồm việc thu thập các sự kiện, giải thích, lập luận theo kiểu diễn dịch, quy nạp và sự đánh giá có phê phán.

- Lĩnh vực tâm vận động: liên quan đến những kỹ năng, đòi hỏi sự khéo léo về chân tay, sự phối hợp các cơ bắp từ đơn giản đến phức tạp.

- Lĩnh vực cảm xúc: liên quan đến những đáp ứng về mặt thái độ, tình cảm, bao hàm cả những mối quan hệ như yêu ghét, thái độ nhiệt tình thờ ơ, cũng như sự cam kết với một nguyên tắc và sự tiếp thu các lý tưởng, các giá trị... Các lĩnh vực nêu trên không hoàn toàn tách biệt, hoặc loại trừ lẫn nhau. Phần lớn việc phát triển tâm lý và quá trình nhận thức, quá trình học tập đều bao hàm cả 3 lĩnh vực nói trên. trong đó lĩnh vực nhận thức được chia thành các mức độ hành vi từ đơn giản nhất đến phức tạp nhất với các mức cơ bản sau: **Nhớ - Hiểu - Áp dụng - Phân tích - Tổng hợp - Đánh giá.**

Ngoài cách phân loại của B. Loom được áp dụng khá phổ biến trong thực tiễn thiết kế chương trình và giảng dạy còn có một số tác giả khác như: Phân loại mục tiêu giảng dạy của Miller,

Williams và Haladya (1978) có các bậc nhận thức sau:

1. Nói lại hoặc làm lại
2. Tổng kết hoặc tóm tắt
3. Làm rõ ý hoặc minh họa
4. Dự đoán
5. Đánh giá
6. Áp dụng

Hoặc theo phân cấp phát triển trí tuệ và đạo đức của T. Dary Erwin bao gồm các mức nhận thức và thái độ sau:

1. Nhận thức cặp đôi: Tốt/xấu, Đúng/sai.
2. Quan hệ tương hỗ: Nhân - quả; tác động, chi phối...
3. Nhận thức bền vững: Chắc chắn, rõ ràng, có hệ thống, có khả năng phán xét, lựa chọn...
4. Thấu cảm: Tin tưởng, làm chủ tri thức; thấu cảm, chia sẻ..

Các cách phân loại trên có thể được vận dụng trong xác định hệ mục tiêu và lựa chọn, tổ chức hệ thống tri thức để xây dựng nội dung, chương trình đào tạo, thiết kế bài giảng cụ thể theo phương thức tín chỉ với các môn học, mô đun đào tạo, bảo đảm tính liên thông cả về mục tiêu và hệ thống tri thức, kỹ năng ở các bậc trình độ đào tạo khác nhau.

Trong những năm gần đây, đã có nhiều tác giả nghiên cứu và phát triển các thang bậc nhận thức trên cơ sở phân mức của B.S.Loom như Kratwohl và Anderson (2001) đã đưa ra 6 mức, từ nhớ - hiểu, vận dụng đến phân tích, đánh giá và sáng tạo. Dave (1975), đã đưa ra các mức độ hình thành tâm vận động

(Psycho-Motor) và phát triển kỹ năng (skill) từ bắt chước, phỏng các động tác cơ bản, bước đầu đến thực hiện các thao tác theo chuẩn mực, thực hiện chuẩn xác đến thành thục và biến hoá, tự động hoá (kỹ xảo) v.v.

Tác giả G.Rex Meyer trong cuốn “Các modun từ thiết kế đến thi công” (Modules from design to implementation), đã phân mục đích học tập và phân chia thành 3 lĩnh vực: Lĩnh vực nhận thức (mục tiêu liên quan đến tri thức), lĩnh vực thái độ (mục tiêu liên quan đến sở thích, thái độ và giá trị) và lĩnh vực tâm vận (mục tiêu liên quan đến kỹ năng thực hành).

Mục tiêu liên quan đến kỹ năng thực hành, được tác giả đề cập đến 5 mức độ của lĩnh vực tâm lý, từ 1 đơn giản nhất cho đến 5 phức tạp nhất:

1. Sự bắt chước: Sao chép một hành động đã được quan sát, song thường thiếu sự phối hợp thần kinh.

2. Sự thao tác: Sự sao chép một hành động được quan sát thường sau khi ra lệnh, thể hiện một số sự phối hợp thần kinh.

3. Sự chính xác hóa: Thực hiện bằng hành động cơ bắp với độ chính xác cao.

4. Sự phối hợp: Thực hiện toàn diện với hành động cơ bắp có liên quan và phối hợp đến hàng loạt các hành động khác.

5. Sự tự nhiên hóa: Sự thường xuyên của các hành động cơ bắp, làm cho chúng trở nên tự phát, tự nhiên và (cuối cùng) là sự phản hồi có ý thức.

* **Lĩnh vực nhận thức** tác giả chia ra 8 mức độ, từ 1 đơn giản nhất, đến 8

phức tạp nhất (biết, hiểu, ứng dụng, phân tích, tổng hợp, đánh giá, chuyển giao, sáng tạo); tuy nhiên, những nghiên cứu gần đây đã đưa ra 8 cấp độ:

1. Biết: Ghi nhớ các sự kiện, thuật ngữ, nguyên lý dưới hình thức mà sinh viên đã được học.

2. Hiểu: Hiểu các tư liệu đã được học, người học phải có khả năng diễn giải, mô tả tóm tắt thông tin thu thập được.

3. Ứng dụng: Ứng dụng được các thông tin, kiến thức vào tình huống khác với tình huống đã học.

4. Phân tích: Biết tách từ tổng thể thành bộ phận và biết rõ sự liên hệ giữa các thành phần đó với nhau cùng với cấu trúc của chúng.

5. Tổng hợp: Biết kết hợp các bộ phận thành một tổng thể mới từ tổng thể ban đầu.

6. Đánh giá: Biết so sánh, phê phán, chọn lọc, quyết định và đánh giá trên cơ sở tiêu chí xác định.

7. Chuyển giao: Có khả năng diễn giải, thuyết phục và truyền thụ các kiến thức đã tiếp thu được cho đối tượng khác.

8. Sáng tạo: Sáng tạo ra những giá trị mới, trên cơ sở các kiến thức đã tiếp thu được.

* **Năng lực tư duy:** Năng lực tư duy có thể chia thành 4 cấp độ khác nhau:

- Tư duy cụ thể: Chỉ có thể suy luận trên cơ sở những thông tin cụ thể này đến thông tin cụ thể khác.

- Tư duy logic: Suy luận theo một chuỗi các tuần tự, có khoa học, phê phán, nhận xét.

- Tư duy hệ thống: Suy luận, tiếp cận một cách hệ thống các thông tin hoặc các vấn đề, nhờ đó có cách nhìn bao quát hơn.

- Tư duy trừu tượng: Suy luận các vấn đề một cách sáng tạo và ngoài các khuôn khổ định sẵn.

* **Về phẩm chất nhân văn:** Có 3 cấp độ như sau:

- Khả năng hợp tác
- Khả năng thuyết phục
- Khả năng quản lý

Theo Daniel Goleman (1955), cần quan tâm đến trí tuệ cảm xúc (emotional intelligence) với 7 thành tố: giận, buồn, sợ, yêu thương, chán ghét, thích thú, ngạc nhiên và xấu hổ.

Các mức độ nhận thức trên vừa là các chuẩn mực để xác định mục tiêu dạy học vừa là cơ sở để xây dựng các công cụ đánh giá học tập có hiệu quả. Qua việc xác định được kết quả học tập mọi cấp độ nói trên, để đưa ra một nhận định chính xác về năng lực của người được đánh giá về một lĩnh vực chuyên môn nào đó. Các mức từ phân tích trở lên, thường được đòi hỏi ở trình độ đào tạo cao (tư duy bậc cao).

Về lĩnh vực hành vi, thái độ hình thành một nhân cách trong quá trình giáo dục cũng được đánh giá thông qua các hoạt động của người học ở trường, lớp cũng như trong các buổi tập luyện, cuộc thi đấu thể thao. Việc xác định mục tiêu, tự chọn nội dung và mức độ đánh giá

cũng có thể phân loại theo các mức độ về nhân cách, thái độ.

4. Năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên thể dục

Năng lực nghề nghiệp rất phong phú và đa dạng với nhiều loại hình lao động và cấp trình độ chuyên môn khác nhau. Tuy nhiên, có thể định hình hệ thống năng lực theo các năng lực chung và các năng lực chuyên biệt hoặc theo hệ thống các năng lực cốt lõi.

Theo quan điểm đào tạo, đặc biệt là đào tạo nghề nghiệp ở trình độ cao đẳng/đại học hướng tới đáp ứng nhu cầu xã hội, việc định hướng đào tạo hình thành các năng lực then chốt có ý nghĩa quan trọng. Các nhà chuyên môn về đào tạo chuyên ngành GDTC đã đưa ra các tiêu chuẩn và tiêu chí về năng lực nghề nghiệp đặc thù, ngoài những năng lực mà người giáo viên phải có thì đối với giáo viên Thể dục phải có các năng lực sau:

1. Tiêu chuẩn: Kiến thức chuyên môn

+ **Tiêu chí: Năng lực phát triển thể chất và kỹ năng vận động:** Trong đó được thể hiện qua năng lực phát triển thể chất cho học sinh cũng như nắm và thực hiện được các nội dung cơ bản trong chương trình GDTC của cấp đang đảm nhiệm (thông qua 6 yếu tố cơ bản sau)

1. Có kiến thức về lý luận GDTC.
2. Có năng lực thực hành TDTT.
3. Có kiến thức và năng lực thực hành phòng tránh chấn thương, bệnh lý trong hoạt động, học tập TDTT.
4. Có kiến thức về dinh dưỡng trong tập luyện TDTT.

5. Có thể lực và thể hình

6. Có kiến thức về đặc điểm hình thái học, tâm - sinh lý học của học sinh trong hoạt động TDDT.

2. Tiêu chuẩn: Nghiệp vụ sư phạm

+ Tiêu chí: Năng lực tổ chức điều hành các hoạt động TDDT (thông qua 5 yếu tố cơ bản sau)

- Có năng lực xây dựng kế hoạch hoạt động ngoại khóa, CLB, đội tuyển và phát triển chương trình môn Thể dục.

- Có năng lực tổ chức điều hành giờ học Thể dục.

- Có năng lực tổ chức hoạt động TDDT.

- Có năng lực xây dựng môi trường, phong trào TDDT.

- Có năng lực kiểm tra, đánh giá kết quả học tập môn Thể dục của học sinh.

KẾT LUẬN

Nghiên cứu năng lực và năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên môn Thể dục là một vấn đề mới và là đòi hỏi khách quan, cấp bách trong quá trình đổi mới, nâng cao chất lượng giáo dục và đào tạo. Do còn có nhiều góc nhìn và quan niệm khác nhau về năng lực và năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên môn Thể dục, nên cần có những nghiên cứu sâu sắc và toàn diện về vấn đề trên để ứng dụng phù hợp với các yêu cầu phát triển các mô hình đào tạo, đào tạo lại, bồi dưỡng nói chung và đáp ứng yêu cầu đổi mới của chương trình phổ thông tổng thể hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. ĐCSVN. Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XI. NXB Chính trị quốc gia. Hà Nội 2011
2. Trần Khánh Đức. Giáo dục và phát triển nguồn nhân lực trong thế kỷ XXI. Nhà xuất bản giáo dục Việt Nam. Hà Nội 2010
3. Rudolf Tippelt, *Competency based Training*. Ludwig Maximilian University, Antonio Amorós M.A., International Cooperation Office (BIZ), 2003
4. Edward. F. Crawley. *Cải cách và xây dựng chương trình đào tạo kỹ thuật theo cách tiếp cận CIDO*. NXB ĐHQG TP HCM 2010 (Hồ Tấn Nhựt và Đoàn thị Minh Trinh dịch)
5. Thomans L Friedman. *Thế giới phẳng*. Nhà xuất bản trẻ 2005
6. Glenn M., Mary Jo Blahna (2005), *A competency-based model for developing human resource professionals*
7. Viện ngôn ngữ học(1998), *Từ điển Tiếng Việt*, Trung tâm từ điển học, NXB Đà Nẵng
8. Lê Văn Hồng (1972), “Một số vấn đề về năng lực sư phạm của người giáo viên XHCN“, *Hội đồng tâm lý giáo dục, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội*.
9. Nôvicôp, Matvêep (1980), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*, Nxb TDDT, Hà Nội.
10. Phạm Xuân Hậu (2009), *Xây dựng chuẩn kiến thức và kỹ năng nghiệp vụ sư phạm tại trường Đại học sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, Đề tài khoa học và công nghệ trọng điểm cấp bộ, mã số B: 2007.19.35.TĐ*, Trường Đại học sư phạm thành phố Hồ Chí Minh.

THỰC TRẠNG NĂNG LỰC THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC BÁCH KHOA HÀ NỘI

TS. Nguyễn Mạnh Toàn

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

ThS. Kiều Quang Thuyết

Trường Đại học Bách khoa Hà Nội

Tóm tắt: Bài viết này trình bày một số vấn đề về năng lực và năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên Thể dục. Nội dung chính bao gồm các vấn đề về nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện và sự chuyển biến về chất lượng đào tạo nhân lực; năng lực và các cấu phần của năng lực nghề nghiệp đặc thù giáo viên Thể dục.

Từ khóa: Năng lực thể chất, tổ chức thể lực chung

Summary: Research to build and apply some measures to improve physical strength for male students of Hanoi University of Science and Technology is an urgent issue in the current practical conditions of the university. In order to achieve that goal, the research carried out to assess the current state and weaknesses in the academic results and practicing general physical strength of students of Hanoi University of Science Technology in the past few years.

Key words: Physical capacity, general physical strength

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội là một trong những Trường đại học đầu ngành về đào tạo kỹ sư và công nghệ thông tin, có uy tín trong việc đào tạo các cán bộ khoa học trên nhiều lĩnh vực cho đất nước. Song song với việc nâng cao chất lượng đào tạo chuyên môn, nhà trường luôn luôn chú trọng đến phong trào thể dục thể thao (TDTT) và công tác giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên (SV).

Trong những năm qua, công tác GDTC của nhà trường đã được Ban Giám hiệu quan tâm về mọi mặt, các phong trào hoạt động TDTT ngoại khóa cũng đã phát triển mạnh. Tuy vậy, phong trào hoạt động TDTT ngoại khóa phát triển một cách tự phát, ở một số nhỏ SV ở một số môn thể thao nhất định và phong trào phát triển không thường xuyên liên tục. Do vậy việc đẩy mạnh phong trào hoạt động TDTT

ngoại khóa phát triển sâu rộng trong SV để rèn luyện thân thể nâng cao thể lực và thành tích thi đấu là việc làm hết sức cần thiết. Để có căn cứ đề xuất một số biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho nam SV, bài viết tập trung đánh giá khái quát thực trạng năng lực thể chất SV Trường Đại học Bách khoa Hà Nội.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau:

- Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu;
- Phương pháp kiểm tra sư phạm;
- Phương pháp toán học thống kê.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Thực trạng kết quả học tập các môn học trong chương trình GDTC và môn học Cầu lông của SV Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội.

Điểm lý thuyết và thực hành được kiểm tra nằm trong chương trình giảng

day nội dung chính khoá của khoa có thang điểm, quy định và quy cách đánh giá kết quả học tập. Điểm học tập lý thuyết và thực hành của SV từ năm học 2014-2015, là điểm trung bình trung của

các nội dung lý thuyết và thực hành ở các học phần tương ứng với năm học thứ nhất, năm học thứ hai và năm học thứ ba, kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.1.

Bảng 3.1. Kết quả học tập lý thuyết và thực hành môn GDTC của SV Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội năm học 2014-2015 (n=2230)

Môn	Nội dung	Năm thứ nhất (n=743)			Năm thứ hai (n=746)			Năm thứ ba (n=741)		
		Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)	Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)	Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)
GDTC	Lý thuyết	3.17	41.05	55.78	6.13	51.18	42.69	7.31	52.49	40.20
	Thực hành	13.24	61.12	25.64	14.28	64.12	21.60	15.37	67.41	17.22

Từ kết quả thu được ở bảng 3.1. cho thấy:

- Về điểm lý thuyết đạt khá và giỏi rất thấp (chiếm tỷ lệ từ 3.17% đến 7.31%), điểm lý thuyết không đạt chiếm tỷ lệ khá cao ở năm học thứ nhất (55.78%) và có giảm xuống ở năm học thứ ba (40.20%). Số không đạt điểm lý thuyết năm học thứ nhất khá cao (57.31%) và có giảm xuống ở năm học thứ ba (42.63%). Điểm lý thuyết đạt khá và giỏi rất thấp (chiếm tỷ lệ từ 2.12% đến 6.63%).

- Về điểm thực hành, số không đạt giảm không đáng kể, từ năm học thứ nhất đến năm học thứ ba, số không đạt điểm thực hành năm học thứ nhất còn khá cao (chiếm tỷ lệ 25.64%), năm học thứ hai giảm xuống còn 21.60% và năm học thứ ba là 17.22%. Mặc dù, tỷ lệ đạt điểm thực hành là 61.12% ở năm học thứ nhất, 67.41% ở năm học thứ ba, nhưng số đạt điểm khá giỏi đạt không cao (chiếm tỷ lệ từ 13.24% đến 15.37%).

Như vậy, có thể nói rằng: Nhận thức và hiểu biết của SV và ý thức học tập chưa cao. SV chưa được nắm bắt đầy đủ những kỹ năng thực hành cần thiết và điều đó thể hiện phương pháp tổ chức quá

trình giảng dạy nội khóa chưa thu hút sự ham thích và hứng thú tập luyện của SV.

3.2. Thực trạng về năng lực thể chất của SV Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội.

Để có những cứ liệu cần thiết làm cơ sở để lựa chọn các biện pháp hoạt động TDTT ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực chung cho SV Trường Đại học Bách khoa Hà Nội, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực của SV theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 18/09/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo. Các nội dung đánh giá bao gồm 6 test: Lực bóp tay thuận (kg) ; Nằm ngửa gập bụng (lần/30s); Chạy 30m xuất phát cao (giây); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy con thoi 4 x 10m (giây); Chạy tùy sức 5 phút (m).

- Đối tượng kiểm tra khảo sát bao gồm: 743 nam SV năm thứ nhất, 746 SV năm thứ hai, 741 SV năm thứ 3. Kết quả kiểm tra và xếp loại, được trình bày ở bảng 3.2 và 3.3.

Bảng 3.2: Kết quả đánh giá thực trạng năng lực thể chất thông qua nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của nam SV Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội năm 2012 – 2015 (n=2230)

TT	Nội dung kiểm tra	Năm thứ nhất (743)				Năm thứ hai (746)				Năm thứ ba (741)			
		Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Số người đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Số người đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Số người đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %
1.	Lực bóp tay thuận (kg).	≥ 40.70	41.63 ± 4.52	511	68.78	≥ 41.40	41.98 ± 4.35	468	62.73	≥ 42.00	42.93 ± 4.27	502	67.75
2.	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s).	≥ 16	16.09 ± 2.68	401	53.97	≥ 17	16.85 ± 2.54	410	54.96	≥ 18	17.89 ± 2.59	521	70.31
3.	Bật xa tại chỗ (cm).	≥ 205	211.64 ± 25.87	529	71.20	≥ 207	216.81 ± 26.37	535	71.72	≥ 209	219.35 ± 24.91	581	78.41
4.	Chạy 30m XPC (s).	≤ 5.80	5.83 ± 0.68	337	45.36	≤ 5.70	5.75 ± 0.69	342	45.84	≤ 5.60	5.61 ± 0.67	436	58.84
5.	Chạy con thoi 4 × 10m (s).	≤ 12.50	12.60 ± 1.42	349	46.97	≤ 12.40	12.53 ± 1.51	356	47.72	≤ 12.30	12.40 ± 1.32	475	64.10
6.	Chạy tùy sức 5 phút (m).	≥ 940	929.79 ± 102.28	295	39.70	≥ 950	941.68 ± 106.03	299	40.08	≥ 960	949.68 ± 102.08	344	46.42

Bảng 3.3. Tổng hợp kết quả nam SV đạt các chỉ tiêu của tiêu chuẩn rèn luyện thân thể.

TT	Nội dung	Sinh viên nam(n = 2230)	
		Số đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %
1.	Lực bóp tay thuận (kg).	1481	66.41
2.	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s).	1332	59.73
3.	Bật xa tại chỗ (cm).	1645	73.77
4.	Chạy 30m XPC (s).	1115	50.00
5.	Chạy con thoi 4 × 10m (s).	1180	52.91
6.	Chạy tùy sức 5 phút (m).	938	42.06

Từ kết quả thu được ở bảng 3.2 và 3.3 cho thấy: Trình độ thể lực chung của nam SV Trường Đại học Bách khoa Hà Nội năm thứ nhất, thứ 2 và thứ 3 còn rất yếu, tỷ lệ SV không đạt tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực chung ở các nội dung kiểm tra chiếm tỉ lệ cao, trong khi đó, số SV đạt tiêu chuẩn nhưng cũng chỉ ở mức trung bình. Tỷ lệ nam SV đạt các tiêu chuẩn cao nhất là ở chỉ tiêu bật xa tại chỗ: 73.77%; lực bóp tay thuận: 66.41% và đạt các tiêu chuẩn thấp nhất là chỉ tiêu chạy tùy sức 5 phút: 42.06 %

Nguyên nhân của thực trạng này được đánh giá là công tác giảng dạy nội khóa hiện nay của khoa đang tiến hành, nhưng chưa đáp ứng được để giải quyết

nhiệm vụ nâng cao nhận thức và phát triển thể lực chung của học sinh SV. Đồng thời, cũng chứng tỏ SV không tập luyện TDTT thường xuyên và không tập luyện theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, cũng như chưa nhận thức về vị trí môn học và vị trí công tác GDTC đối với sức khỏe. Đồng thời, các điều kiện đảm bảo về TDTT của nhà trường chưa động viên và đáp ứng nhu cầu tập luyện của SV, thiếu chế độ chính sách và tổ chức hướng dẫn SV tập luyện.

IV. KẾT LUẬN

1. Nhận thức và hiểu biết và kết quả học tập của SV Trường Đại học Bách khoa Hà Nội chưa cao. Sinh viên chưa được nắm bắt đầy đủ những kiến thức lý luận và kỹ năng thực hành cần thiết ở các môn thể thao trong chương trình GDTC,

và điều đó phần nào đã phản ánh thực trạng phương pháp tổ chức quá trình giảng dạy nội khóa chưa thu hút sự ham thích và hứng thú tập luyện của SV.

2. Trình độ thể lực chung của SV Trường Đại học Bách khoa Hà Nội còn thấp, mặc dù có sự phát triển về trình độ

thể lực chung qua các năm học, tuy nhiên sự phát triển đó còn chậm. Phần lớn số SV có sự phát triển về sức mạnh, nhưng các tố chất sức nhanh và tố chất sức bền thì số lượng SV đạt yêu cầu tương đối thấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT, thành phố Hồ Chí Minh.
 2. Daxioroxki V.M (1978), *Các tố chất thể lực của VĐV*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 3. Diatrocop V. (1963), *Rèn luyện thể lực của vận động viên*, Dịch: Nguyễn Trình, Nxb TDTT, Hà Nội.
 4. Goikhoman. P.N (1978), *Các tố chất thể lực của VĐV*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, Nxb TDTT, Hà Nội.
 5. Nguyễn Thanh Hùng (2006), “Nghiên cứu ứng dụng các biện pháp phát triển phong trào Bóng chuyền nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Đại học Quy Nhơn”, *Luận văn thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh*.
 6. Phạm Khánh Linh (2001) - *Nghiên cứu cải tiến và tổ chức quản lý các hoạt động TDTT ngoại khoá để nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Đại học Mỏ - Địa chất*-*Luận văn Thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh*.
 7. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- Bài báo được trích từ một phần kết quả nghiên cứu đề tài luận văn Thạc sĩ Khoa học giáo dục năm 2016: “Nghiên cứu một số biện pháp phát triển phong trào tập luyện ngoại khoá môn cầu lông nhằm nâng cao thể lực cho nam sinh viên Trường Đại học Bách khoa Hà Nội”. Luận văn đã được báo cáo nghiệm thu tháng 10/2016.

NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG NÉM TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

TS. Đỗ Mạnh Hưng, ThS. Trần Đình Phòng

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đã lựa chọn được các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Summary: *By the methods of routine scientific research, the subject has chosen the exercises about enhancing intensive speed for male students in the Handball team of Hanoi University of Physical Education and Sports.*

1. PHẦN MỞ ĐẦU

Trong tập luyện và thi đấu bóng ném luôn phải sử dụng sức mạnh tốc độ trong mọi tình huống và liên tục trong thời gian tương đối dài với lượng vận động lớn nên dẫn đến sự mệt mỏi của cơ bắp cùng với sự căng thẳng của thần kinh và ức chế tâm lý. Qua quan sát các buổi tập luyện và thi đấu của nam sinh viên đội tuyển Bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, chúng tôi nhận thấy sức mạnh tốc độ của các em còn hạn chế thể hiện ở hiệu quả thi đấu, những đường chuyền phản công, tấn công nhanh còn yếu và dễ bị cản phá, tốc độ phát lực chậm và yếu...Do vậy, việc lựa chọn các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho người học là điều cần thiết và vô cùng quan trọng.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Các phương pháp nghiên cứu khoa học chủ yếu sau: Phương pháp phân tích

và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Lựa chọn bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Bằng phương pháp tổng hợp và tham khảo các nguồn tài liệu chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước, đề tài thu thập được 38 bài tập phát triển SMTĐ đã và đang được sử dụng trong thực tế, thuộc các nhóm bài tập không bóng, bài tập có bóng và bài tập thi đấu.

Để đảm bảo tính khoa học, khách quan và chính xác, đề tài tiến hành phỏng vấn các chuyên gia để lựa chọn ra được những bài tập đặc trưng tiêu biểu cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày ở bảng 3.1.

Bảng 3.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội (n=25)

TT	Nội dung bài tập	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm	%
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
I	Các bài tập không bóng								
1	Gập, duỗi cổ tay với tạ đòn	8	24	6	12	11	11	46	61,3
2	Gánh tạ 20kg đứng lên ngồi xuống	16	48	7	14	2	2	64	85,3
3	Kéo dây chun	8	24	6	12	11	11	47	62,6
4	Lò cò trên cát	7	21	7	14	11	11	46	61,3
5	Co tay xà đơn	5	15	8	16	12	12	43	57,3
6	Bật cóc	14	42	10	20	1	1	63	84
7	Chống tay trên xà kép	6	18	7	14	12	12	44	58,6
8	Nằm sấp chống đẩy	15	45	10	20	0	0	65	86,6
9	Nằm sấp tập cơ lưng	4	12	8	16	13	13	41	54,6
10	Nằm ngửa tập cơ bụng	3	9	7	14	15	15	38	50,6
11	Nhảy dây biến tốc	5	15	7	14	13	13	42	56
12	Bật xa tại chỗ	6	18	5	10	14	14	42	56
13	Bật cao với tay bằng 1 chân	5	15	6	12	14	14	41	54,6
14	Bật bực đổi chân	4	12	8	16	13	13	41	54,6
15	Bật nhảy 3 bước	17	51	8	16	0	0	67	89,3
16	Chạy 30m TĐC	25	75	0	0	0	0	75	100
17	Chạy 60m TĐC	20	60	5	10	0	0	70	93,3
18	Chạy zíc zắc 30 m	5	15	8	16	12	12	43	57,3
19	Ke bụng trên thang dóng	15	45	8	16	2	2	63	84
II	Các bài tập có bóng								
20	Ném bóng nhồi 1kg	25	75	0	0	0	0	75	100
21	Ném bóng xa có đà	22	66	3	6	0	0	72	96
22	Ném bóng vào ô trên tường liên tục 30 giây	25	75	0	0	0	0	75	100
23	Dẫn bóng tốc độ 30m	18	54	7	14	0	0	68	90,6
24	Dẫn bóng 30m qua 8 cọc	5	15	7	14	13	13	42	56

25	Bật nhảy ném bóng vào gôn	3	9	9	18	13	13	40	53,3
26	Ba bước đà nhảy ném bóng vào gôn	24	72	1	2	0	0	74	98,6
27	Ném bóng vào gôn từ góc giữa sân	4	12	8	16	13	13	41	54,6
28	Đột phá qua người phòng thủ ném bóng	22	66	3	6	0	0	72	96
29	Bật nhảy quay người ném bóng	20	60	5	10	0	0	70	93,3
30	Quay người bật nhảy ngã ném bóng	7	21	7	14	11	11	46	61,3
31	Phản công nhanh 1:0	25	75	0	0	0	0	75	100
32	Phản công nhanh 2:1	25	75	0	0	0	0	75	100
33	Phản công nhanh 3:2	8	24	5	10	12	12	46	61,3
34	Hai nhịp 3 bước nhảy ném bóng	18	54	6	12	1	1	67	89,3
III	Bài tập thi đấu								
35	Thi đấu 3 x 3 nửa sân	25	75	0	0	0	0	75	100
36	Thi đấu 4 x 4 nửa sân	23	69	2	4	0	0	73	97,3
37	Thi đấu 5 x 5 cả sân	8	24	6	12	11	11	47	62,6
38	Thi đấu 6 x 6 cả sân	25	75	0	0	0	0	75	100

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 3.1, đề tài đã lựa chọn được 20 bài tập có mức độ ưu tiên sử dụng từ 75% trở lên để phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội trong thực tế huấn luyện hiện nay, đó là nhóm các bài tập không bóng, nhóm các bài tập có bóng và nhóm các bài tập thi đấu.

3.2. Đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

3.2.1. Tổ chức thực nghiệm.

* Kế hoạch thực nghiệm được thực hiện trong 9 tháng, thời gian tập mỗi tuần 2 buổi (thứ 3, thứ 5 hàng tuần), trong mỗi buổi tập, những phần giảng dạy kỹ thuật và thể lực chúng tôi đều tiến hành theo nội dung. Riêng phần tập thể lực chuyên môn trong thời gian 30-35 phút ở mỗi buổi tập, chúng tôi đã sử dụng thời gian đó để sắp xếp các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ, mà chúng tôi lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Nội dung thực nghiệm là 20 bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu đã được lựa chọn. Các bài tập này được sắp xếp theo tổ hợp hai nhóm

các bài gồm các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ không bóng và các bài tập phát triển sức mạnh có bóng. Bên cạnh đó, còn có 3 bài tập thi đấu được coi là bài tập tổng hợp nên không xếp thành tổ hợp mà được tổ chức theo chương trình kế hoạch chung, nhưng chỉ cho nhóm thực nghiệm.

* Đối tượng thực nghiệm gồm 18 nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, được chia thành hai nhóm một cách ngẫu nhiên.

- Nhóm thực nghiệm: Gồm 9 VĐV được tập luyện theo các nội dung huấn luyện chung và các bài tập phát triển SMTĐ mà chúng tôi đã lựa chọn.

- Nhóm đối chứng: Gồm 9 VĐV được tập theo các nội dung bài tập do ban huấn luyện Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội đưa ra.

* Thời gian thực nghiệm từ tháng 9/2015 đến tháng 5/2016

3.2.2. Đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Trước thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra năng lực SMTĐ của nhóm TN và nhóm ĐC thông qua so sánh kết quả kiểm tra các test đã chọn. Kết quả so sánh được trình bày ở bảng 3.2.

Bảng 3.2. Kết quả kiểm tra SMTĐ của 2 nhóm trước thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		t _{tính}	t _{bảng}	p
		TN (n = 9)	ĐC (n = 9)			
1	Dẫn bóng 30m tốc độ (s)	4.61±0.22	4.59±0.26	0.67	2.201	>0.05
2	Ném bóng vào ô trên tường 30s (lần)	19±2.18	19.11±2.09	0.56	2.201	>0.05
3	Ném bóng xa có đà (m)	37.82±1.89	37.78±1.92	0.59	2.201	>0.05
4	Bật cao với bảng bằng 1 chân (cm)	65.46±4.72	65.69±4.66	0.65	2.201	>0.05
5	Ném bóng đặc 1 kg (m)	23.66±1.47	23.72±1.94	0.62	2.201	>0.05

Qua bảng 3.2: kết quả kiểm tra các test đánh giá SMTĐ giữa nhóm TN và nhóm ĐC không có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$. Nói cách khác ở thời điểm trước thực nghiệm, SMTĐ của 2 nhóm tương đương nhau.

Sau 9 tháng thực nghiệm, đề tài tiếp tục tiến hành kiểm tra các test nhằm so sánh sự khác biệt về kết quả kiểm tra giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng. Kết quả được trình bày ở bảng 3.3.

Bảng 3.3. Kết quả kiểm tra SMTĐ của 2 nhóm sau 9 tháng thực nghiệm

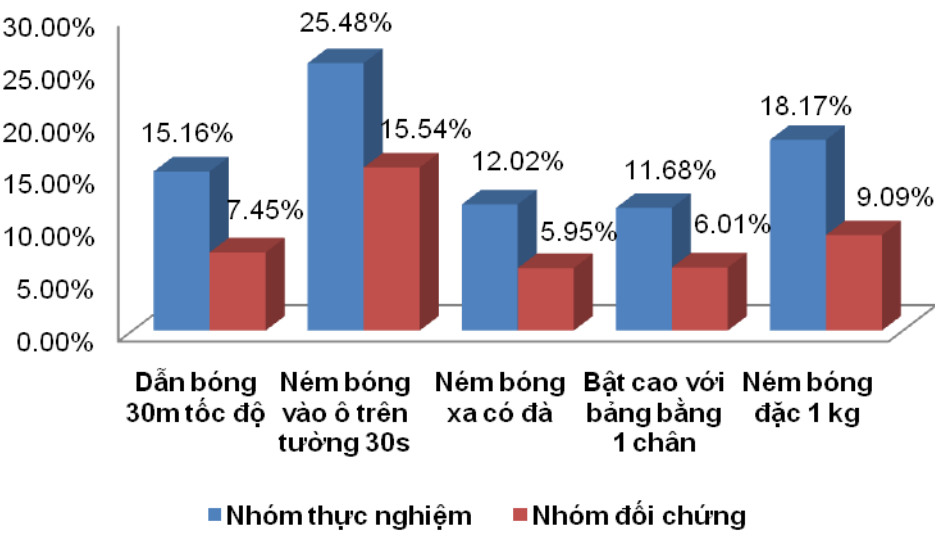
TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		$t_{\text{tính}}$	$t_{\text{bảng}}$	p
		TN (n = 9)	ĐC (n = 9)			
1	Dẫn bóng 30m tốc độ (s)	3.96±0.20	4.26±0.19	3.98	2.201	<0.05
2	Ném bóng vào ô trên tường 30s (lần)	24.55±1.68	22.33±1.82	3.57	2.201	<0.05
3	Ném bóng xa có đà (m)	42.66±1.62	40.08±1.78	3.62	2.201	<0.05
4	Bật cao với bảng bằng 1 chân (cm)	73.58±3.98	69.76±4.38	4.16	2.201	<0.05
5	Ném bóng đặc 1 kg (m)	28.39±1.50	25.98±1.62	4.68	2.201	<0.05

Qua bảng 3.3 cho thấy, kết quả kiểm tra các test đánh giá SMTĐ đã có sự phát triển mạnh mẽ, giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng có sự khác biệt rõ rệt ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Tiếp theo

đề tài tiến hành tính nhịp tăng trưởng thông qua kết quả các test đánh giá SMTĐ của nhóm thực nghiệm và đối chứng. Kết quả được trình bày ở bảng 3.4 và biểu đồ 3.1.

Bảng 3.4. Nhịp độ tăng trưởng của 2 nhóm sau 9 tháng thực nghiệm

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)			W
		Nhóm	Trước TN	Sau TN	
1	Dẫn bóng 30m tốc độ (s)	TN	4.61±0.22	3.96±0.20	15,16%
		ĐC	4.59±0.26	4.26±0.19	7,45%
2	Ném bóng vào ô trên tường 30s (lần)	TN	19±2.18	24.55±1.68	25,48%
		ĐC	19.11±2.09	22.33±1.82	15,54%
3	Ném bóng xa có đà (m)	TN	37.82±1.89	42.66±1.62	12,02%
		ĐC	37.78±1.92	40.08±1.78	5,95%
4	Bật cao với bảng bằng một chân (cm)	TN	65.46±4.72	73.58±3.98	11,68%
		ĐC	65.69±4.66	69.76±4.38	6,01%
5	Ném bóng đặc 1 kg (m)	TN	23.66±1.47	28.39±1.50	18,17%
		ĐC	23.72±1.94	25.98±1.62	9,09%



Biểu đồ 3.1. Nhịp độ tăng trưởng của 2 nhóm sau thực nghiệm

Qua kết quả ở các bảng 3.4 và biểu đồ 3.1 cho thấy rằng, tất cả 5 test đánh giá SMTĐ của 2 nhóm đều có sự tăng trưởng so với trước thực nghiệm, tuy nhiên mức độ tăng trưởng của nhóm TN

tốt hơn so với nhóm ĐC. Sau khi kết thúc thực nghiệm, đề tài tiến hành so sánh kết quả xếp loại tổng hợp sức mạnh tốc độ giữa nhóm đối chứng và thực nghiệm. Kết quả được trình bày ở bảng 3.5.

Bảng 3.5. So sánh kết quả xếp loại tổng hợp sức mạnh tốc độ của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng sau 9 tháng thực nghiệm.

Xếp loại	Nhóm đối tượng nghiên cứu		Tổng
	Nhóm TN (n = 9)	Nhóm ĐC (n = 9)	
Tốt	6	1	7
	3.500	3.500	
Khá	3	5	8
	4.000	4.000	
Trung bình	0	3	3
	1.500	1.500	
Tổng	9	9	18
So sánh	$\chi^2_{\text{tính}} = 7.071 > \chi^2_{0.05} = 5.991$ với $P < 0.05$		

Từ kết quả thu được ở bảng 3.21 cho thấy, khi so sánh kết quả kiểm tra đánh giá sức mạnh tốc độ của hai nhóm đối tượng nghiên cứu giữa nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm có sự khác biệt rõ rệt với $\chi^2_{\text{tính}} = 7.995 > \chi^2_{\text{bảng}} = 5.991$ với $p < 0.05$. Điều đó, một lần nữa lại khẳng định rõ hiệu quả của bài tập đã lựa chọn môn ứng dụng huấn luyện phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội.

4. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 20 bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển bóng ném Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, trong đó có 7 bài tập không bóng, 10 bài tập có bóng và 3 bài tập thi đấu. Qua thời gian 9 tháng thực nghiệm, đề tài đã xác định được hiệu quả các bài tập đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic.I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, (Phạm Ngọc Trâm dịch), NXB TĐTT, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
3. Harre.D(1996), *Học thuyết huấn luyện*, NXB TĐTT, Hà Nội, Dịch Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển.
4. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên(2003) *Sinh lý học TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội
5. Nguyễn Hùng Quân(2000), *Huấn luyện bóng ném*, NXBTĐTT, Hà Nội.
6. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tốn (2000), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội.
7. Nguyễn Thiệt Tình(1993), *Bóng Ném*, NXB TĐTT Hà Nội

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA NỮ SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THĂNG LONG

Vũ Thị Huệ

Trường Đại học Thăng Long

TS. Phạm Anh Tuấn

Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

Tóm tắt: Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong thể dục thể thao (TĐTT) để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Thăng Long, làm cơ sở lựa chọn bài tập phù hợp phát triển thể lực chung cho sinh viên.

Từ khóa: Năng lực thể chất, tố chất thể lực chung, sinh viên đại học

Summary: The paper uses routine scientific research methods in sports to assess the current state of general physical fitness of students of Thang Long University, as a basis for the selection of appropriate exercises for general physical development of the students.

Key words: Physical capacity, general physical qualities, college student

ĐẶT VẤN ĐỀ

Mục tiêu giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường đại học gắn liền và góp phần thực hiện mục tiêu của giáo dục và đào tạo, giữ vị trí quan trọng và then chốt trong chiến lược phát triển sự nghiệp TĐTT. Báo cáo chính trị Đại hội Đảng lần thứ VIII đã nêu rõ: “Công tác TĐTT cần coi trọng, nâng cao chất lượng GDTC trong các trường đại học và trung học chuyên nghiệp”. [7]

Do đó, đánh giá đúng trình độ thể lực chung của sinh viên là việc làm rất quan trọng và cần thiết. Mặt khác, nhờ có những thông tin chính xác về trình độ thể lực của sinh viên mà các giảng viên mới điều chỉnh kế hoạch giảng dạy, huấn luyện, điều chỉnh lượng vận động một cách hợp lý, lựa chọn bài tập nâng cao thể

lực cho sinh viên. Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong TĐTT để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Thăng Long làm cơ sở lựa chọn bài tập phù hợp phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên năm thứ nhất.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU.

Các phương pháp được sử dụng bao gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp nhân trắc; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long

Để tiến hành đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long, đề tài tiến hành phỏng vấn sinh

viên của trường về thực trạng công tác GDTC của nhà trường. Nội dung phỏng vấn chúng tôi chủ yếu căn cứ trên các mặt như: Tầm quan trọng của luyện tập TDDT, tự đánh giá sức khỏe và thể lực chung của bản thân, tự đánh giá công tác GDTC của trường, nguyên nhân của công

tác GDTC chưa tốt, nguyện vọng của sinh viên với tập luyện TDDT, môn tập mình yêu thích. Số lượng phiếu phát ra là 150 phiếu, số phiếu thu về là 145 phiếu, đạt tỷ lệ 96,7%. Trong phiếu hỏi, bao gồm 5 câu hỏi chính.

Kết quả thu được trình bày ở bảng 1

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học Thăng Long (n = 145)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		Ý kiến Đồng ý	Tỷ lệ %
1	Tầm quan trọng của luyện tập TDDT		
	Rất cần thiết	103	71.03
	Cần thiết	33	22.76
	Bình thường	8	5.52
	Không cần thiết	0	0.00
2	Tự đánh giá sức khỏe và thể lực chung của bản thân		
	Rất khỏe mạnh	8	5.52
	Khỏe mạnh	18	12.41
	Trung bình	106	73.10
	Kém	13	8.97
	Rất kém	0	0.00
3	Tự đánh giá công tác giáo dục thể chất của trường		
	Rất tốt	5	3.45
	Tốt	24	16.55
	Trung bình	114	78.62
	Kém	2	1.38
2	Nguyên nhân của công tác GDTC chưa tốt		
	Quan tâm của lãnh đạo nhà trường	6	4.14
	Thiếu sân bãi, nhà tập	96	66.21
	Thiếu dụng cụ tập luyện TDDT	97	66.90
	Thiếu giáo viên - HLV giỏi	11	7.59
	Thiếu thời gian tập luyện ngoại khóa	92	63.45
	Thiếu tài liệu giảng dạy và sách hướng dẫn thể dục	83	57.24
	Công tác tuyên truyền giáo dục còn yếu	69	47.59
	Sinh viên không yêu thích môn học thể dục	9	6.21

	Chương trình tập luyện TDTT nội khóa còn nghèo nàn	118	81.38
	Thiếu bài tập phát triển thể lực	79	54.48
5	Nguyên vọng của sinh viên với tập luyện TDTT		
	Có sân bãi tập luyện, dụng cụ tập luyện đầy đủ	134	92.41
	Có thời gian luyện ngoại khóa	118	81.38
	Đưa thêm nội dung vào giờ TD nội khóa	135	93.10
	Kiểm tra đánh giá môn học thể dục nghiêm túc	114	78.62
6	Môn tập sinh viên yêu thích		
	<i>Các môn thể dục</i>		
	Thể dục dụng cụ	19	13.10
	Thể dục nhịp điệu	85	58.62
	Thể dục thực dụng - trò chơi vận động	122	84.14
	Thể dục cơ bản	111	76.55
	Thể dục nhào lộn	26	17.93
	<i>Các môn thể thao khác</i>		
	Các môn bóng	120	82.76
	Bơi lội	12	8.28
	Cầu lông	92	63.45

Từ kết quả thu được ở bảng 1, cho thấy: Đa số sinh viên nhận thức được ý nghĩa tầm quan trọng của môn học này đối với việc nâng cao sức khỏe và tổ chất thể lực chung. Đa số các em sau 1 năm học môn thể dục tự cho rằng, công tác GDTC nơi mình học chỉ đạt trung bình (78.62%). Nguyên nhân GDTC chưa tốt, vì nội dung chương trình TDTT nội khóa còn nghèo nàn (81.38%), thiếu bài tập phát triển thể lực (54.48%).

Về nguyên vọng của sinh viên trong việc tập luyện TDTT, đa số sinh viên mong muốn giờ học TDTT nội khóa cần phải phong phú và sinh động về nội dung (93.10%). Nguyên vọng có sân bãi, nhà

tập, dụng cụ TDTT đầy đủ được 92.41% số sinh viên tán thành và mong muốn có thời gian tập luyện ngoại khóa nhiều hơn được 118 ý kiến đề xuất, chiếm tỷ lệ 81.38%.

2. Đánh giá trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Thăng Long.

Số lượng sinh viên được lựa chọn để đánh giá là 150 sinh viên nữ năm thứ nhất. Trong nghiên cứu đã đánh giá trình độ thể lực chung trong 1 khóa học của sinh viên được tập theo chương trình GDTC do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định. Do thời gian học môn GDTC của sinh viên là 1 năm nên đề tài đã đánh giá

phát triển thể lực chung nữ sinh viên ở 2 thời điểm: Đầu học kỳ I, cuối học kỳ I.

Để đánh giá trình độ thể lực chung của sinh viên Đại học Thăng Long, đề tài tiến hành đánh giá ở 2 mặt chính, đó là: Tổ chất thể lực và hình thái cơ thể.

- Về các tổ chất thể lực:

+ Nằm ngửa gập bụng (lần);

+ Bật xa tại chỗ (cm)

+ Chạy 30m XPC (s)

+ Chạy con thoi 4 x 10m (s)

+ Chạy tùy sức 5 phút (m)

+ Dẻo gập thân (cm)

- Về hình thái:

Chiều cao đứng (cm)

Cân nặng (kg)

Chỉ số Quetelet (g/cm).

Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Đánh giá trình độ thể lực chung của nữ sinh viên Trường Đại học Thăng Long (n=150)

Lần kiểm tra	Hình thái			Tổ chất thể lực chung					
	Chiều cao đứng (cm)	Cân nặng (kg)	Chỉ số Quetelet (g/cm)	Nằm ngửa gập bụng (lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (s)	Chạy Tùy sức 5 phút (s)	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	Dẻo gập thân (cm)
Lần 1	156.76±4.25	42.25±4.13	268.33±20.72	6.21±0.93	150.37±14.62	6.50±0.60	865.9±20.17	13.32±0.48	13.60±4.42
Lần 2	156.96±4.2	43.52±4.43	278.17±21.88	6.62±0.81	153.58±13.21	6.31±0.59	866.1±21.92	12.77±0.49	18.09±4.57
Độ tin cậy thống kê	T ₁₋₂	0.171	2.201	1.161	0.801	1.981	0.181	0.841	0.332
	P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	> 0.05	> 0.05

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy: Về hình thái có biến đổi ở các chỉ số được nghiên cứu. Rõ nhất là cân nặng, chiều cao ít thay đổi, nhưng cân nặng thay đổi lớn hơn, ảnh hưởng tới chỉ số Quetelet, nếu ở lần 1, khi sinh viên mới nhập học chỉ số Quetelet là 269.32g/cm xếp loại gầy, thì ở lần đo 2 và 3, các chỉ số này tăng lên 277.16g/cm và 283.40g/cm (mức trung bình).

Về tổ chất thể lực chung, có phát triển thể lực chung thông qua biến đổi chỉ số giữa các lần đo ở 6 bài thử của 5 tổ chất thể lực cơ bản, tuy nhiên chỉ nhận thấy sự tăng rõ ở hai chỉ số sức mạnh chân (bật xa tại chỗ) và gập thân với sâu (tổ chất mềm dẻo), sự khác biệt các lần đo đạt độ tin cậy thống kê cần thiết ở mức $P < 0.05$.

Như vậy, thay đổi ở nữ sinh viên về mặt hình thái chủ yếu là do tăng trọng lượng cơ thể. Các tổ chất thể lực được

phát triển chủ yếu là sức mạnh chân và độ dẻo. Sự khác biệt của các chỉ số hình thái khác chiều cao và 4 tổ chất thể lực còn lại (sức mạnh tay, sức nhanh, sức bền, nhanh khéo) đều ở mức thấp chưa đạt độ tin cậy thống kê cần thiết.

KẾT LUẬN

Trên cơ sở kết quả nghiên cứu đánh giá trình độ thể lực chung của nữ sinh viên Trường Đại học Thăng Long, rút ra các nhận xét chung như sau:

Về hình thái: Sau 1 năm tập luyện, có biến đổi về hình thái, song trọng lượng cơ thể không có sự tăng trưởng đáng kể, chỉ số Quetelet của sinh viên chuyển từ mức gầy sang mức trung bình (trên 270g/cm).

Về tổ chất thể lực chung: Sau 1 năm học chỉ có 2/6 có khác biệt rõ là sức mạnh

nhẹ và độ dẻo cột sống. Các trường hợp còn lại có mức tăng không đáng kể. Kết quả nghiên cứu trên đây là sự phản ánh trung thực công tác GDTC hiện tại, trong Trường Đại học Thăng Long. Có nghĩa nếu chỉ sử dụng chương trình GDTC hiện hành thì trình độ thể lực chung của nam và nữ sinh viên bị hạn chế về sự phát triển, nhất là các tổ chất thể lực chung. Điều đó, đòi hỏi nhà trường nói chung và bộ môn GDTC nói riêng cần có những biện pháp nhằm đổi mới phương pháp GDTC cho sinh viên nhằm nâng cao hiệu quả trình độ thể lực của sinh viên, đáp ứng được mục đích yêu cầu đào tạo trong thời gian học tập ở Trường Đại học Thăng Long.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
 2. Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch (2011), Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030, Hà Nội.
 3. Trần Hồng Quân (2000), Một số vấn đề đổi mới trong việc giáo dục đào tạo, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
 4. Nguyễn Đức Văn (2001), Phương pháp thống kê trong TDTT, Nxb 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.
- Bài báo được trích từ đề tài Luận văn Thạc sĩ khoa học giáo dục: “Lựa chọn bài tập phát triển thể lực cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thăng Long”. Đề tài chưa được công bố trên tạp chí khoa học trong nước và quốc tế.

NGHIÊN CỨU CÁC CHỈ SỐ BAN ĐẦU VỀ HÌNH THÁI VÀ CHỨC NĂNG CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN PENCASILAT TRẺ QUỐC GIA LỨA TUỔI 18 - 20 TRONG BÀI TẬP SỨC BỀN CHUYÊN MÔN

TS. Phạm Thị Hương

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp truyền thống và phương pháp kiểm tra y học bằng thiết bị chuyên dụng với phần mềm Cortex Metamax3B để xác định các chỉ tiêu ban đầu về hình thái, các chức năng hô hấp, chức năng tim mạch và chức năng chuyển hóa năng lượng của đối tượng nghiên cứu trong bài tập sức bền chuyên môn.

Từ khóa: Chỉ số, hình thái, chức năng, Pencaksilat, vận động viên, sức bền chuyên môn.

Summary: Using the traditional method and method of medical examination with dedicated devices with the software of Cortex Metamax3B in order to identify initial targets of morphology, respiratory function, cardiovascular function and energy metabolism function of the object of the look at in the specialist endurance exercises.

Keywords: Index, Morphology, Function, Pencaksilat, Athlete, Professional strength.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể dục thể thao (TDTT) đặc biệt là thể thao thành tích cao là một lĩnh vực luôn phát triển không ngừng. Để nâng cao được thành tích thể thao cần phải tuân theo những quy luật sinh học và quy luật giáo dục thể chất (GDTC) trong quá trình huấn luyện thể thao, mọi sự tác động của bài tập lên cơ thể vận động viên (VĐV) đều dẫn đến những biến đổi về mặt hình thái, chức năng. Vì vậy, để thành tích thể thao ngày càng phát triển cao hơn nữa, cần phải đi sâu tìm hiểu mức độ biến đổi các chỉ số hình thái, chức năng của cơ thể đó như thế nào khi sử dụng LVĐ của các bài tập sức bền chuyên môn, từ đó tìm ra được các bài tập chuyên môn có tác động tích cực tới

quá trình tập luyện và thi đấu của VĐV. Nhưng muốn biết được các chỉ số đó biến đổi như thế nào thì việc nghiên cứu các chỉ số ban đầu là rất quan trọng. Tuy nhiên, vấn đề này trên thực tế lại chưa được quan tâm nghiên cứu. Chính vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu các chỉ số ban đầu về hình thái, chức năng của nam VĐV Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18 – 20, trong bài tập sức bền chuyên môn.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp đọc phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp toán học thống kê, phương pháp kiểm tra y - sinh học

bằng thiết bị chuyên dụng với phần mềm Cortex Metamax3B.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Lựa chọn các chỉ số đánh giá hình thái, chức năng cơ thể cho nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20.

Trên cơ sở lý luận và thực tiễn nghiên cứu để lựa chọn các chỉ số đánh giá về hình thái và chức năng của nam

VĐV Pencak Silat, đề tài tiến hành phỏng vấn 20 nhà khoa học, Giáo viên, HLV về các chỉ số hình thái, chức năng từ đó chọn ra các các chỉ số phù hợp để làm cơ sở cho việc đánh giá ảnh hưởng của bài tập sức bền chuyên môn lên cơ thể VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20 và mức độ phát triển của các em.

Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn các chỉ số kiểm tra hình thái và chức năng của cơ thể nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20 (n = 20)

TT	Các chỉ số	Số phiếu			Tỷ lệ (%)
		Phát ra	Thu về	Tán thành	
1	Số đo đánh giá mức độ phát triển cơ thể:				
	- Chiều cao đứng (cm)	20	20	20	100%
	- Chiều cao ngồi (cm)	20	20	10	50%
	- Cân nặng (kg)	20	20	20	100%
2	Số đo chi trên:				
	- Dài chi trên (cm)	20	20	8	40%
	- Dài bàn tay (cm)	20	20	6	30%
	- Rộng bàn tay (cm)	20	20	9	45%
	- Dài xấp tay (cm)	20	20	2	10%
	- Vòng cánh tay co (cm)	20	20	20	100%
	- Vòng cánh tay duỗi (cm)	20	20	7	35%
3	Số đo chi dưới:				
	- Dài chi dưới (cm)	20	20	12	60%
	- Vòng đùi (cm)	20	20	20	100%
	- Vòng cẳng chân (cm)	20	20	8	40%
	- Vòng chân Aclxin (cm)	20	20	5	25%
4	Các chỉ số chiều rộng và vòng:				
	- Rộng vai (cm)	20	20	7	35%
	- Rộng hông (cm)	20	20	5	25%
	- Rộng ngực (cm)	20	20	8	40%
	- Vòng ngực max (cm)	20	20	20	100%
	- Vòng ngực min (cm)	20	20	17	85%
	- Vòng ngực trung bình (cm)	20	20	18	90%

5	Các chỉ số chức năng tim mạch				
	- Tần số nhịp tim	20	20	20	100%
	- Thể tích oxy cung cấp trong một mạch đập	20	20	18	90%
	- Thể tích tâm thu	20	20	12	60%
	- Tần số tim hồi phục	20	20	10	50%
6	Các thông số hô hấp				
	- Thể tích khí thở ra trong một phút	20	20	20	100%
	- Tần số thở	20	20	20	100%
	- Dung tích sống	20	20	18	90%
	- Thể tích khí lưu thông qua 1 nhịp thở	20	20	14	70%
	- Thương số hô hấp tĩnh	20	20	8	40%
	- Thương số hô hấp động	20	20	10	50%
7	Các chỉ số chức năng chuyển hóa năng lượng:				
	- Thể tích oxy tiêu thụ tối đa (VCO_2 ml/phút).	20	20	7	35%
	- Thể tích oxy nợ (nợ dưỡng).	20	20	12	60%
	- Định lượng trao đổi chất (METS).	20	20	18	90%
	- Năng lượng tiêu thụ tính theo đơn vị Kcal/ph.	20	20	14	70%
	- Thể tích oxy tương đối trên trọng lượng cơ thể (VO_2/Kg ml/ph/kg).	20	20	17	85%
	- Thông số hô hấp VCO_2/VO_2 (RER).	20	20	18	90%

Qua kết quả ở bảng 1 cho thấy, các tỷ lệ có lựa chọn trên 80% số phiếu tán thành được đề tài sử dụng trong quá trình nghiên cứu là: Để đánh giá về hình thái có 7 chỉ số gồm: Chiều cao (cm), cân nặng (kg), vòng ngực hít vào (cm), vòng ngực thở ra (cm), vòng ngực trung bình (cm), vòng cánh stay co (cm), vòng đùi (cm). Để đánh giá chức năng hô hấp có 3 chỉ số gồm: Thể tích khí thở ra trong một phút; tần số thở; dung tích sống. Để đánh giá chức năng tim mạch, đề tài chọn được 2 chỉ số gồm: Tần số nhịp tim; thể tích oxy cung cấp trong một mạch đập. Để đánh giá chức năng chuyển hóa năng lượng, đề

tài chọn được 3 chỉ số gồm: Đường lượng trao đổi chất (METS); thể tích oxy tương đối trên trọng lượng cơ thể (VO_2 /Kg ml/ph/kg); thông số hô hấp VCO_2/VO_2 (RER).

3.2. Các chỉ số ban đầu về hình thái của nam VĐV Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18-20.

Để nghiên cứu các chỉ số ban đầu về hình thái của nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20, Đề tài tiến hành phối hợp với Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Đội tuyển Pencak Silat trẻ Quốc gia để tiến hành kiểm tra về hình thái của 21 nam VĐV Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18- 20.

Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Các chỉ số ban đầu về hình thái của nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20 (n=21)

TT	Các chỉ số hình thái	$\bar{x} \pm \delta$	Hàng số người Việt Nam
1	Chiều cao (cm)	173.9 \pm 6.80	163.44
2	Cân nặng (kg)	69.61 \pm 8.98	56.10
3	Vòng cánh tay co (cm)	31.5 \pm 1.80	26.53
4	Vòng đùi (cm)	52.99 \pm 2.49	46.10
5	Vòng ngực hít vào (cm)	91.3 \pm 3.97	80.91
6	Vòng ngực thở ra (cm)	83.9 \pm 4.13	75.09
7	Vòng ngực trung bình (cm)	87.4 \pm 3.99	77.38

Bảng 3. Các chỉ số chức năng của nam VĐV Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18 - 20 trong bài tập sức bền chuyên môn.

T T	Bài tập	Hệ số	Chức năng hô hấp			Chức năng tim mạch		Chuyển hóa cung cấp năng lượng			r (CS HT-CS CN)
			Rf (lít/p)	VT (lít/p)	VE (lít/p)	HR (lít/ph)	VO ₂ HR (ml/mđ)	VO ₂ /kg ml/ph/kg	METS	RER	
1	Chuyên môn tay	\bar{x}	60.98	1.70	1.79	174.6	19.45	49.65	13.6	1.22	0.87
		δ	7.12	0.32	0.28	8.95	2.67	3.62	0.65	0.13	
2	Chuyên môn chân	\bar{x}	65.04	1.77	1.63	180.65	19.39	50.04	13.9	1.25	0.86
		δ	8.45	0.30	0.29	10.7	2.57	4.39	0.93	0.13	
3	Chuyên môn hỗn hợp	\bar{x}	60.67	1.63	1.73	175.83	19.54	48.4	13.2	1.04	0.83
		δ	5.62	0.35	0.33	10.82	2.21	4.02	0.85	0.13	

Qua số liệu thống kê ở bảng 2 cho thấy hầu hết các chỉ số ban đầu về hình thái của nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20 cao hơn nhiều so với người Việt Nam bình thường cùng lứa tuổi và giới tính (theo tiêu chuẩn đánh giá phát triển thể chất người Việt Nam lứa tuổi 20 của thế kỉ XIX và theo tiêu chuẩn đánh giá phát triển thể

chất người Việt Nam lứa tuổi 20 năm 2001. Điều này, phù hợp với thực tế vì các VĐV đã được tuyển chọn qua các giải thi đấu và các đợt kiểm tra định kỳ.

3.3. Các chỉ số ban đầu về chức năng cơ thể của nam VĐV Pencak Silat trẻ quốc gia lứa tuổi 18 - 20 trong bài tập sức bền chuyên môn.

Các chỉ số chức năng của cơ thể dưới tác động của bài tập sức bền chuyên môn, đề tài sử dụng thiết bị chuyên dụng Cortex Metamax3b để đo lường các chỉ số đó. Kết quả đo được của các chỉ số chức năng sau khi VĐV thực hiện các bài tập sức bền chuyên môn được trình bày ở bảng 3. Từ kết quả thu được ở bảng 3, cho thấy: Các chỉ số chức năng của nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia lứa tuổi 18 - 20 ở cả 3 bài tập chuyên môn đều có chỉ số cao. Các chỉ số diễn ra không đồng đều ở các bài tập và bài tập chuyên môn chân các chỉ số cao hơn so với bài tập chuyên môn tay và hỗn hợp như ở bài tập chuyên môn tay. Tần số hô hấp (Rf) trung bình là 60,98 l/ph, còn ở bài tập chuyên môn chân tần số hô hấp trung

bình là 65,04 l/ph. Ở bài tập chuyên môn hỗn hợp đương lượng trao đổi chất (METS) trung bình 13,2, còn ở bài tập chuyên môn chân là 13,9. Nhưng, vẫn có một số chỉ số các bài tập chuyên môn chân thấp hơn so với bài tập chuyên môn hỗn hợp và chuyên môn tay như, chỉ số thể tích oxy cung cấp trong một mạch đập (VO₂HR).

4. KẾT LUẬN

Các chỉ số ban đầu về hình thái, chức năng hô hấp, tim mạch, chuyển hóa năng lượng của nam VĐV Pencak Silat trẻ Quốc gia trong bài tập sức bền chuyên môn đều tốt, điều này phù hợp với việc các VĐV này đều được tuyển chọn qua các giải thi đấu trong nước và quốc tế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao* (Phạm Ngọc Trâm dịch), NXB TDTT Hà Nội.
2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT Thành phố HCM.
3. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
4. Bùi Thị Hiếu (1982), “Nghiên cứu đặc điểm hình thái và chức năng sinh lý của VĐV một số môn thể thao”, *Bản tin khoa học TDTT* (5), tr.4 - 10.
5. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2006), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.

PHÂN TÍCH KỸ - CHIẾN THUẬT CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN BÓNG BÀN ƯU TÚ VIỆT NAM

TS. Tô Tiến Thành

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt : Nghiên cứu này thống kê và phân tích kết quả 200 trận đấu, 1009 ván đấu của 10 vận động viên (VĐV) nam và 10 vận động viên nữ có thành tích nổi bật của Việt Nam, nhằm cung cấp một số lý thuyết khoa học và tài liệu tham khảo cho sự phát triển của bóng bàn Việt Nam. Nghiên cứu sử dụng kỹ thuật mã hóa có hệ thống và khách quan, cùng một số phương pháp thống kê để phân tích kỹ chiến thuật của VĐV bóng bàn ưu tú Việt nam. Xuất phát từ thực tế của kết quả thi đấu, trên cơ sở đó nghiên cứu này chỉ ra các ưu, nhược điểm của từng VĐV, cung cấp dữ liệu về kỹ chiến thuật của VĐV để đào tạo, huấn luyện các kỹ - chiến thuật tốt hơn, phù hợp hơn cho quá trình thi đấu. Nghiên cứu này cũng có thể sử dụng trong việc chuẩn đoán và thăm dò đối thủ trước, trong và sau giải đấu - một dạng gián điệp thể thao. Nghiên cứu này phân tích dữ liệu về kỹ - chiến thuật của các VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam, giúp ích cho việc nâng cao kỹ thuật và chiến thuật môn bóng bàn ở Việt Nam.

Summary: The research statistizes and analyzes the result of 200 matches, 1009 rounds of 10 male and female athletes whose outstanding performances in Vietnam, aiming to provide some scientific theories and reference materials for the development of Vietnamese table tennis. The research applied code technique systematically and objectively, accompanied with some statistic methods to analyze strategies and techniques of Vietnamese outstanding altheles in table tennis. From the reality of the research result, the research has shown advantages and disadvantages of each athlete, has provided data on strategies of the athletes to train, educate better ones, more suitable for competition process. The research will likely be used to dianogise and understand more about the competitors before, in and after the competitions – a kind of a sport spy. The research analyzes figures about strategies of Vietnamese outstanding altheles in table tennis to enhance strategies of table tennis in Vietnam.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng bàn ra đời năm 1880 ở nước Anh, trải qua quá trình phát triển đến nay Hiệp hội bóng bàn thế giới đã có hơn hơn 200 quốc gia và vùng lãnh thổ. Giải vô

địch Bóng bàn Thế giới lần thứ I được tổ chức vào năm 1926. Cho đến nay, các VĐV bóng bàn Trung Quốc giành được hơn 180 huy chương các loại, điều đó chứng minh rằng Trung Quốc là cường

quốc thống trị bóng bàn thế giới. Bóng bàn Việt Nam cũng đạt được những kết quả khá khả quan trong các cuộc thi quốc tế. Trong một số giải đấu của các nước Đông Nam Á, các tay vợt bóng bàn Việt Nam đã có kết quả tốt. Cụ thể, năm 1938 VĐV Lý Ngọc Sơn giành chức vô địch đơn nam tại giải bóng bàn vô địch Đông Dương tổ chức ở Campuchia, Lý Ngọc Sơn và Mai Duy Dương giành danh hiệu Vô địch đôi nam. Những năm 1950-1960, bóng bàn Việt Nam cũng giành được nhiều huy chương trong các cuộc thi đấu quốc tế...

Các kỹ thuật và chiến thuật của môn bóng bàn là rất phức tạp và có thể thay đổi theo từng trận đấu, từng đối thủ khác nhau. Làm thế nào để cung cấp cho VĐV những dữ liệu tốt nhất về ưu nhược điểm của mình và của đối thủ? Làm thế nào để có thể kiểm soát được đối phương dành lợi thế về mình? Làm thế nào để huấn luyện viên có thể phân tích chính xác và hướng dẫn VĐV của mình dành chiến thắng trong trận đấu? Phân tích kỹ - chiến thuật của các VĐV bóng bàn có thể đưa ra các dữ liệu quan trọng đó. Vì vậy, việc phân tích kỹ - chiến thuật của các VĐV bóng bàn trong đào tạo, huấn luyện, trước, trong và sau giải đấu là rất quan trọng. Thông qua khai thác dữ liệu, chúng tôi tìm ra các yếu tố ảnh hưởng đến khả năng chiến thắng của một số VĐV Bóng bàn ưu tú Việt Nam, kết hợp lý thuyết với thực tiễn, nghiên cứu này giúp nâng cao kỹ thuật và chiến thuật bóng bàn ở Việt Nam.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Phương pháp đọc, phân tích và tổng hợp tài liệu

2. Phương pháp quan sát sự phạm.

3. Phương pháp toán học thống kê.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Cấu trúc và quy luật giành điểm trong các giai đoạn của các VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Dựa trên nguyên lý 3 giai đoạn trong thi đấu bóng bàn bao gồm: giao bóng tấn công (lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3), đỡ giao bóng tấn công (lần đánh bóng thứ 2 và thứ 2) và giai đoạn giằng co (từ lần đánh bóng thứ 5 đến hết pha bóng đó). Nghiên cứu cho thấy, các nam VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam giành điểm nhiều nhất ở giai đoạn sau lần đánh bóng thứ 4 chiếm tỷ lệ 16,56%, mất điểm ở giai đoạn này là 16,05%. Tiếp theo là giành điểm ở lần đánh bóng thứ 3 chiếm tỷ lệ 13,67%, mất điểm ở giai đoạn này là 9,47%, giành điểm ở lần đánh bóng thứ 4 chiếm tỷ lệ 8,32%, mất điểm ở giai đoạn này là 13,427%, giành điểm ở lần đánh bóng thứ 2 chiếm tỷ lệ 6,1%, mất điểm ở giai đoạn này là 8,39%, giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 chiếm tỷ lệ 5,86%, mất điểm ở giai đoạn này là 2,14%.

Qua phân tích và nghiên cứu cho thấy, các nữ VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam giành điểm nhiều nhất ở giai đoạn lần đánh bóng thứ 3 chiếm tỷ lệ 14,64%, mất điểm ở giai đoạn này là 10,70%. Tiếp theo là giành điểm ở sau lần đánh bóng thứ 4 chiếm tỷ lệ 14,52%, mất điểm ở

giai đoạn này là 14,34%, giành điểm ở lần đánh bóng thứ 4 chiếm tỷ lệ 8,97%, mất điểm ở giai đoạn này là 12,56%, giành điểm ở lần chạm bóng thứ 2 chiếm tỷ lệ 6,36%, mất điểm ở giai đoạn này là 8,63%, giành điểm ở lần chạm bóng thứ 1 chiếm tỷ lệ 6,45%, mất điểm ở giai đoạn này là 2,48%.

3.2 Xây dựng chỉ tiêu đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật của VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam.

Thông qua phân tích và nghiên cứu đề tài xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ kỹ - chiến thuật của VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam như sau:

Đối với nam VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Hạng mục	Giai đoạn	Xuất sắc	Tốt	Phù hợp	Không phù hợp
Tỷ lệ dành điểm (%)	Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 68.29	68.29 - 62.50	62.50 - 56.57	< 56.57
	Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 45.45	45.45 - 39.53	39.53 - 33.33	< 33.33
	Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 54.25	54.25 - 49.47	49.47 - 45.53	< 45.53
Cách sử dụng (%)	Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 32.88	32.88 - 30.83	30.83 - 28.97	< 28.97
	Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 38.59	38.59 - 36.43	36.43 - 34.38	< 34.38
	Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 35.89	35.89 - 32.78	32.78 - 29.33	< 29.33

Đối với nữ VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Hạng mục	Giai đoạn	Xuất sắc	Tốt	Phù hợp	Không phù hợp
Tỷ lệ dành điểm (%)	Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 66.67	66.67 - 59.62	59.62 - 52.63	< 52.63
	Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 48.15	48.15 - 41.18	41.18 - 33.33	< 33.33
	Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 55.44	55.44 - 50.00	50.00 - 43.33	< 43.33
Cách sử dụng (%)	Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 35.95	35.95 - 34.87	34.87 - 32.46	< 32.46
	Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 38.46	38.46 - 36.66	36.66 - 35.16	< 35.16
	Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 30.43	30.43 - 28.57	28.57 - 26.73	< 26.73

3.3. Các tiêu chí đánh giá về kỹ chiến thuật của VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Qua phân tích và nghiên cứu chúng tôi xây dựng các tiêu chí đánh giá về hiệu suất giành điểm trong thi đấu (TE) của VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam như sau:

Đối với nam VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Lần đánh bóng	Xuất sắc	Tốt	Phù hợp	Không phù hợp
Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 0.574	0.574 > TE ≥ 0.552	0.552 > TE ≥ 0.527	< 0.527
Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 0.478	0.478 > TE ≥ 0.450	0.450 > TE ≥ 0.432	< 0.432
Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 0.517	0.517 > TE ≥ 0.498	0.498 > TE ≥ 0.478	< 0.478

Đối với Nữ VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Lần đánh bóng	Xuất sắc	Tốt	Phù hợp	Không phù hợp
Lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3	≥ 0.583	$0.583 > TE \geq 0.549$	$0.549 > TE \geq 0.514$	< 0.514
Lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4	≥ 0.498	$0.498 > TE \geq 0.463$	$0.463 > TE \geq 0.428$	< 0.428
Sau lần đánh bóng thứ 4	≥ 0.522	$0.522 > TE \geq 0.506$	$0.506 > TE \geq 0.481$	< 0.481

3.4. Phân tích kỹ - chiến thuật của VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam

Thông qua phân tích các dữ liệu của các VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam, kết quả như sau:

Đối với nam VĐV: Vận động viên Đinh Quang Linh giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là xuất sắc so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là xuất sắc, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 56,76%. VĐV Đoàn Kiến Quốc giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là xuất sắc so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 53,83%. VĐV Trần Tuấn Quỳnh giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là xuất sắc, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 53,15%. VĐV Tô Đức Hoàng giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là xuất sắc so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 54,06%. VĐV Nguyễn Văn Ngọc giành điểm ở lần

đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 52,75%. VĐV Đào Duy Hoàng giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là không phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là không phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 41,59%. VĐV Nguyễn Hoàng Chung giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là không phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là không phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 40,69%. VĐV Dương Văn Nam giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 52,31%. VĐV Nguyễn Thành Luân giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là không phù hợp.

Quy luật giành chiến thắng là 46,05%. VĐV Phan Huy Hoàng giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 48.23%.

Đối với nữ vận động viên: VĐV Mai Hoàng Mỹ Trang giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là xuất sắc so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là xuất sắc, sau lần đánh bóng thứ 4 là xuất sắc. Quy luật giành chiến thắng là 60,93%. VĐV Lương Thị Tám giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 55,74%. VĐV Mai Xuân Hằng giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là xuất sắc, sau lần đánh bóng thứ 4 là xuất sắc. Quy luật giành chiến thắng là 58,67%. VĐV Vũ Thị Thu Hà giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 54,58%. VĐV Phạm Thiên Kim giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là xuất sắc so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là tốt, sau lần đánh bóng thứ 4 là tốt. Quy luật giành chiến thắng là 56,35%. VĐV Phạm Thị Minh giành điểm

ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là tốt so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 47,10%. VĐV Lê Ngân Giang giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 45,48%. VĐV Trần Minh Tâm giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là không phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là không phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 41,33%. VĐV Lê Tường Giang giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 là phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 45,38%. VĐV Nguyễn Phương Dung giành điểm ở lần đánh bóng thứ 1 và thứ 3 là không phù hợp so với tiêu chuẩn mà đề tài đã xây dựng, lần đánh bóng thứ 2 và thứ 4 phù hợp, sau lần đánh bóng thứ 4 là phù hợp. Quy luật giành chiến thắng là 45,38%.

IV. KẾT LUẬN

Vận động viên bóng bàn Việt nam giành điểm chủ yếu ở lần đánh bóng thứ 3 và sau lần đánh bóng thứ 4.

Việc sử dụng phương pháp đánh giá 3 giai đoạn để phân tích kỹ chiến thuật của

VĐV bóng bàn ưu tú Việt Nam có tác dụng rất lớn trong việc chuẩn đoán và đánh giá năng lực kỹ chiến thuật của các VĐV.

Thông qua phân tích và nghiên cứu kết quả thi đấu của các VĐV đề tài xếp hạng các nam VĐV theo thứ tự như sau: 1 - Đinh Quang Linh, 2 - Tô Đức Hoàng, 3 - Đoàn Kiến Quốc, 4 - Trần Tuấn Quỳnh, 5 - Nguyễn Văn Ngọc, 6 - Dương Văn Nam, 7 - Phan Huy Hoàng, 8 - Nguyễn Thành

Luân, 9 - Đào Duy Hoàng, 10 - Nguyễn Hoàng Chung.

Xếp hạng các nữ VĐV theo thứ tự như sau: 1 - Mai Hoàng Mỹ Trang, 2 - Mai Xuân Hằng, 3 - Phạm Thiên Kim, 4 - Lương Thị Tám, 5 - Vũ Thị Thu Hà, 6 - Phạm Thị Minh, 7 - Lê Ngân Giang, 8 - Nguyễn Phương Dung, 9 - Lê Tường Giang, 10 - Trần Minh Tâm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Li, J., Yang, H., & Zhao, X. (2004). *Technical analysis of main opponents of Chinese men's national table tennis team. Journal of Beijing Sport University*, 4, 830–833.
2. Li, Z. (1997). *Deng Yaping's technical development and comparison with main opponents preparing for the 26th Olympic Games. Journal of Tianjin Institute of Physical Education*, 3, 70–72.
3. Li, Z., & Li, H. (2008). *The technical and tactical analysis of Chinese table tennis team in the 29th Beijing Olympic Games. Journal of TUS*, 5, 428–429.
4. Li, Z., Shan, Y., Li, H., & Sun, L. (2009). *A re-study on the evaluation criteria of table tennis technique. Journal of Beijing Sport University*, 10, 26–28.
5. Li, Z., & Wang, J. (1991). *Diagnosis of main factors of competitive ability of Chen Jing, Li Hui Feng and Jiao Zhimin. Journal of Beijing Institute of Physical Education*, 2, 95–103.
6. Li, Z., & Wu, H. (1989). *The scientific diagnosis of techniques and tactics about Olympian women's double players in Chinese table tennis team. China Sports Science and Technology*, 3, 15–18.
7. Meng, X., & Ling, P. (2009). *Research on table tennis data mining based on improved ant colony algorithm. Computer Engineering and Applications*, 36, 8–11.
8. Meng, X., & Ling, P. (2010). *Data mining of table tennis based on artificial fish swarm algorithm. Computer Engineering*, 5, 28–31.
9. Wang, H. (2010). *The Analysis of Table Tennis Player Zhang Yining, Guo Yue and Li Xiaoxia's Technique and Tactics under Organic Glue and Inorganic Glue. Master's thesis, Beijing Sport University.*

Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: “Phân tích kỹ chiến thuật của vận động viên bóng bàn ưu tú Việt Nam”. Luận án tiến sĩ giáo dục thể chất và huấn luyện thể thao, Học viện TDTT Thượng Hải, Trung Quốc. Đề tài đã hoàn thành và bảo vệ được thông qua vào tháng 4/2015.

NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN MỘT SỐ BÀI TẬP NHẪM PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC MỀM DẪO CHO NỮ SINH VIÊN CHUYÊN SÂU THỂ DỤC NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

TS. Phùng Mạnh Cường

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Thông qua nghiên cứu đề tài này, tác giả đã lựa chọn được các test đánh giá mức độ phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội và lựa chọn được hệ thống các bài tập nhằm phát triển năng lực mềm dẻo cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: bài tập, mềm dẻo, thể dục, sư phạm, sinh viên.

Summary: Through this research, the author has selected the tests to assess the level of flexible development for female students in intensive training first year of Hanoi University of Pedagogy and Sport and selected the system. The exercises aim to develop the flexibility of the subject.

1.ĐẶT VẤN ĐỀ

Ở nước ta,từ lâu Thể dục đã trở thành môn khoa học giáo dục bởi vì nó được hình thành trên cơ sở các nguyên lý giáo dục của chủ nghĩa Mác - Lênin và tư tưởng Hồ Chí Minh. Chủ tịch Hồ Chí Minh đã dạy: “*Con người là vốn quý nhất của xã hội,bảo vệ và tăng cường sức khỏe cho con người là nhiệm vụ trọng tâm,nhiệm vụ hàng đầu của ngành Thể dục thể thao.*”

Nội dung thi đấu của thể dục rất phong phú và đa dạng, như thể dục dụng cụ, thể dục nhào lộn, thể dục nghệ thuật, thể dục thể hình v.v.. Trong đó, thể dục dụng cụ là một trong những môn thi đấu chiếm nhiều bộ huy chương nhất, bao gồm các môn thi đấu của nam và nữ và sự đa dạng của các cuộc thi đấu toàn năng , đơn môn, quy định, tự chọn v.v..

Để có thể học và hoàn thiện các kỹ năng, kỹ xảo vận động phức tạp ở môn

thể dục dụng cụ đòi hỏi VĐV thể dục cần phải được phát triển ở một trình độ tương ứng các tổ chất sức mạnh, mềm dẻo, năng lực phối hợp vận động, sức bền và năng lực làm việc của hệ tim mạch, hô hấp... Tất nhiên, các năng lực này chỉ có thể phát triển được thông qua quá trình tập luyện có mục đích.

Mềm dẻo là năng lực thực hiện các động tác với biên độ lớn, biên độ động tác tối đa là thước đo tổ chất mềm dẻo. Đối với VĐV thể dục dụng cụ tổ chất này không chỉ mang ý nghĩa tiền đề, mà còn là một trong những yếu tố trực tiếp quyết định đến thành tích thi đấu của VĐV. Mềm dẻo là một điều kiện cơ bản để thực hiện động tác với số lượng và chất lượng tốt.

Ở sinh viên chuyên sâu thể dục, năng lực này càng phải cần được hoàn thiện hơn. Bởi sinh viên chuyên sâu thể dục khi mới vào trường đã ở lứa tuổi cao 17-18

tuổi. Về đặc điểm giải phẫu của các khớp đây là giai đoạn phát triển mềm dẻo rất khó khăn, bởi hầu hết các em sinh viên chuyên sâu đều không xuất phát là VĐV.

Xuất phát từ yêu cầu thực tiễn và tầm quan trọng của vấn đề, để góp phần vào việc nâng cao trình độ tập luyện, đem lại hiệu quả trong học tập chuyên sâu môn thể dục, tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: **“Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập nhằm phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội”**.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài tác giả sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau:

Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, Phương pháp phỏng vấn toạ đàm, Phương pháp quan sát sư phạm, Phương pháp kiểm tra sư phạm, Phương pháp thực nghiệm sư phạm, Phương pháp toán học thống kê.

Địa điểm nghiên cứu: Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

Khách thể nghiên cứu : Sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Nghiên cứu lựa chọn các Test đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

3.1.1. Thực trạng sử dụng các Test đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Nhằm mục đích lựa chọn các Test ứng dụng trong đánh giá khả năng mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Bảng 3.1: Kết quả phỏng vấn về thực trạng sử dụng các Test đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (n=14).

TT	Các test	Kết quả trả lời	
		Số người	Tỷ lệ %
1	Xoạc 3 tư thế (điểm)	10	74%
2	Uốn cầu(cm)	3	21%
3	Dẻo vai (cm)	8	57%
4	Dẻo cổ tay (độ)	8	57%
5	Dẻo cổ chân (độ)	2	14%
6	Đứng gập thân về trước (cm)	5	36%
7	Khống chế chân trước, chân bên (giây)	7	50%
8	Khống chế sau không thuận (giây)	4	29%

Qua bảng 3.1 cho thấy Số lượng các test được sử dụng không nhiều và được sử dụng không đồng đều.

3.1.2 Nghiên cứu lựa chọn các Test đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Sau quá trình thu thập và tham khảo một số tài liệu, cũng như tổng hợp ý kiến của một số nhà chuyên môn, các giáo viên lâu năm. Đề tài lựa chọn 5 Test sau để đánh giá khả năng mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Bảng 3.2: Kết quả phỏng vấn lựa chọn các Test nhằm đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (n=14).

TT	Các test	Kết quả trả lời	
		Số người	Tỷ lệ %
1	Xoạc 3 tư thế (điểm)	14	100
2	Uốn cầu(cm)	13	93
3	Dẻo vai (cm)	12	86
4	Dẻo cổ tay (độ)	4	29
5	Dẻo cổ chân (độ)	2	14
6	Đứng gập thân về trước (cm)	13	93
7	Khống chế chân trước, chân bên (giây)	10	74
8	Khống chế chân sau (giây)	2	14

3.1.3 Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập nhằm phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Với mục đích lựa chọn được những bài tập nhằm phát triển khả năng mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, đề tài đã tiến hành phỏng

vấn bằng cách gửi phiếu hỏi in sẵn cho các chuyên gia và giáo viên trực tiếp tham gia công tác giảng dạy chuyên sâu Thể dục.

Bảng 3.3: Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập nhằm phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội (n=14).

TT	Các bài tập	Kết quả trả lời			Tổng điểm
		Ưu tiên 1	Ưu tiên 2	Ưu tiên 3	
	Các dạng ép dẻo				
1	Gác một chân vuông góc 2 tay cao ép dẻo trước	14	0	0	70
2	Gác một chân vuông góc 2 tay ép dẻo ngang	14	0	0	70
3	Gác một chân sau vuông góc 1 tay cao ép dẻo sau	4	1	9	32
4	Gác một chân cao hai tay vịn thang giống ép dẻo trước	13	1	0	68
5	Gác một chân cao hai tay vịn thang giống ép dẻo ngang	14	0	0	70
6	Hai tay cao vịn thang giống ép dẻo vai,lưng trước	3	2	9	30
7	Hai tay bắt chéo ép dẻo vai,lưng sau	11	3	0	64
8	Đứng sát tường 2 tay vịn sát hông uốn người ra sau liên tục	2	2	10	26
9	Đứng gập người về trước	14	0	0	70
10	1 tay cao, 1 tay vịn thang giống hất uốn lưng liên tục	12	1	1	64
11	Hai tay cao hất uốn cầu liên tục	3	1	10	28
12	Nằm ngửa trên thảm dùng tay kéo chân trước sát mặt	11	2	1	62
13	Nằm ngửa trên thảm dùng tay kéo chân ngang sát mặt	1	3	10	24
14	Nằm sấp trên thảm dùng tay kéo chân sau sát đầu	12	2	0	66
15	Xoạc dọc 1 chân gác lên đệm cao thân trên gập trước và uốn ngả sau	14	0	0	70
16	Xoạc ngang 1 chân gác lên đệm cao thân trên gập trước	14	0	0	70
	Các dạng không chế chân				
17	Không chế chân trước vuông góc 8 nhịp	3	1	10	28
18	Không chế chân trước cao 8 nhịp	10	4	0	62
19	Không chế chân ngang vuông góc 8 nhịp	2	2	10	26
20	Không chế chân ngang cao 8 nhịp	11	3	0	64
21	Không chế chân sau cao 8 nhịp	0	3	11	20
	Các dạng đá lăng chân				
22	2 tay ngang đá chân trước cao	14	0	0	70
23	2 tay trước đá chân ngang cao	14	0	0	70
24	2 tay vịn thang giống đá chân sau cao	13	1	0	68
	Các dạng công cơ bản ở thang giống				
25	Bài tập công cơ bản với 6 thể chân	10	2	2	58

Như vậy trong 25 bài tập mà đề tài đưa ra phỏng vấn, đề tài đã lựa chọn được 17 bài tập có sự tán đồng cao, với số phiếu và điểm từ 58 đến 70 điểm.

3.1.4 Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các bài tập nhằm phát triển năng

lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

Bảng 3.4: So sánh kết quả kiểm tra 5 bài Test đánh giá năng lực mềm dẻo của hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chiếu trước thực nghiệm (n=18).

TT	Các Test	Nhóm đối chiếu (n=9)	Nhóm thực nghiệm (n=9)	So sánh	
				t	p
1	Xoạc 3 tư thế (điểm)	9.04 ± 0.13	9.00 ± 0.23	0.17	> 0.05
2	Uốn cầu(cm)	31.36 ± 1.68	32,43 ± 1.96	0.92	> 0.05
3	Dẻo vai (cm)	42.6 ± 0.38	42.7 ± 0.35	0.50	> 0.05
4	Đứng gập thân về trước (cm)	24.22 ± 0.31	24.07 ± 0.16	0.92	> 0.05
5	Khống chế chân trước, chân bên (giây)	21.5 ± 1.68	21.4 ± 1.76	1.67	> 0.05

Ghi chú: $t_{bang} = 2,12$

Nhận xét: Qua kết quả kiểm tra trước thực nghiệm ở bảng 4.6 cho thấy, tất cả các chỉ tiêu giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chiếu tương đương. Sự

khác biệt ở các chỉ số này đều không có ý nghĩa thống kê ($p > 0.05$), chứng tỏ sự phân nhóm trước thực nghiệm giữa 2 nhóm là ngẫu nhiên và khách quan.

Bảng 3.5: So sánh kết quả kiểm tra 5 bài Test đánh giá năng lực mềm dẻo của hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chiếu sau thực nghiệm (n=18).

TT	Các Test	Nhóm đối chiếu (n=9)	Nhóm thực nghiệm (n=9)	So sánh	
				t	p
1	Xoạc 3 tư thế (điểm)	9.95 ± 1.15	12.14 ± 1.33	2.78	< 0.05
2	Uốn cầu(cm)	25.44 ± 1.28	22.38 ± 1.31	3.75	< 0.01
3	Dẻo vai (cm)	36.07 ± 2.01	32.22 ± 2.01	3.01	< 0.01
4	Đứng gập thân về trước (cm)	27.45 ± 1.57	32.42 ± 2.25	4.00	< 0.01
5	Không chế chân trước, chân bên (giây)	30.6 ± 3.12	34.8 ± 3.23	3.67	< 0.01

Qua bảng 4.7 cho thấy: sau 4 tháng thực nghiệm, kết quả kiểm tra của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt đáng kể tất cả các Test thể hiện ở $t_{\text{tinh}} > t_{\text{bang}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$ đến $p < 0.01$. Điều này chứng tỏ các bài tập phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất trường đại học sư phạm TDDT Hà Nội được đề tài lựa chọn đã phát huy hiệu quả hơn hẳn so với các bài tập đang ứng dụng.

4. KẾT LUẬN

Đã lựa chọn 5 Test để đánh giá năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên

chuyên sâu Thể dục năm thứ nhất Trường đại học sư phạm TDDT Hà Nội.

- Đã lựa chọn được 17 bài tập để phát triển năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu Thể dục.

- Thực nghiệm sư phạm đã chứng minh các bài tập do tác giả lựa chọn có khả năng nâng cao năng lực mềm dẻo cho nữ sinh viên chuyên sâu thể dục năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội, sự khác biệt sau thực nghiệm đều đạt độ tin cậy thống kê cần thiết, với $p < 0.05$ đến $p < 0.01$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), kiểm tra năng lực, thể chất và thể thao, NXB TDDT, Thành phố Hồ Chí Minh.
2. Dương Nghiệp Chí (1987), Phương pháp lập test đánh giá khả năng tập luyện trong thể thao, Bản tin KHK TDDT.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (1993), Lý luận và phương pháp TDDT, NXB TDDT, Hà Nội.
4. Nguyễn Kim Xuân (1997), Một số vấn đề đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV TDDC, Thông tin KHK TDDT.
5. Nguyễn Kim Xuân, Lê Văn Lãm (2000), Vai trò các yếu tố đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV thể dục 6-8 tuổi trong giai đoạn huấn luyện ban đầu, Thông tin KHK TDDT.
6. Aulic I.V (1982), Đánh giá trình độ tập luyện thể thao, NXB TDDT Hà Nội.

CÔNG TÁC ĐÀO TẠO, BỒI DƯỠNG CÁN BỘ TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TDTT HÀ NỘI HƯỚNG TỚI MỤC TIÊU NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG ĐÀO TẠO GIÁO VIÊN GDTC Ở VIỆT NAM

TS. Hường Xuân Nguyên và Nguyễn Minh Tư

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ là nhiệm vụ thường xuyên, có ý nghĩa quan trọng, góp phần tích cực trong việc nâng cao trình độ chuyên môn, năng lực công tác, chất lượng và hiệu quả làm việc của cán bộ, công chức, viên chức; hướng tới mục tiêu là tạo được sự thay đổi trong công tác đào tạo, bồi dưỡng giáo viên giáo dục thể chất (GDTC) của Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

Summary: *Training and retraining of cadres is a regular and important task contributing positively to raising the professional qualifications, working capacity, quality and efficiency of cadres, Public servants; Towards the goal is to create a qualitative change in the training and fostering of Physical Education teachers of Hanoi University of Physical Education and Sports.*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, là nhiệm vụ thường xuyên, có ý nghĩa quan trọng, góp phần tích cực trong việc nâng cao trình độ chuyên môn, năng lực công tác, chất lượng và hiệu quả làm việc của cán bộ, công chức, viên chức; hướng tới mục tiêu là tạo được sự thay đổi về chất trong thực thi nhiệm vụ chuyên môn. Đào tạo, bồi dưỡng tập trung trang bị những kiến thức, kỹ năng, thái độ thực hiện công việc cho cán bộ, công chức, viên chức; trong đó, cung cấp và bổ sung những kiến thức, lý luận cơ bản, trang bị kỹ năng, cách thức hoạt động thực thi công việc, giáo dục thái độ thực hiện công việc thể hiện sự nhiệt tình, tinh thần trách nhiệm của người cán bộ, công chức, viên chức của trường sư phạm TDTT đặc thù.

Thực hiện lời dạy của Chủ tịch Hồ Chí Minh: “Cán bộ là gốc của mọi công việc”, “công việc thành công hay thất bại đều do cán bộ tốt hay kém”. Muốn có đội ngũ cán bộ tốt, thì cần phải quan tâm chất lượng đào tạo, bồi dưỡng cán bộ toàn diện cả về kiến thức lý luận và kỹ năng thực hành, như vậy mới đáp ứng được yêu cầu đòi hỏi của thực tiễn đặt ra. Suốt chặng đường hơn 55 năm qua, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội luôn đặc biệt quan tâm tới công tác này và đạt được nhiều thành tựu quan trọng. Nhất là trong những năm gần đây, công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức, viên chức của Trường có nhiều chuyển biến tích cực, bước đầu đạt được những kết quả quan trọng. Chỉ tính riêng trong 5 năm gần đây (giai đoạn 2011-2016), công tác đào tạo, bồi dưỡng tiếp tục có sự bứt

phá mới không chỉ tạo đà cho sự phát triển của nhà trường, mà nhìn chung, đội ngũ cán bộ, công chức (nhất là cán bộ chủ chốt) ở các đơn vị có bản lĩnh chính trị vững vàng, có trình độ chuyên môn, nghiệp vụ, năng động và sáng tạo; tích cực thực hiện đường lối, chủ trương, chính sách của Đảng, Nhà nước và của ngành. Từ thực tiễn của những năm đổi mới và kết quả đạt được, bài viết đề cập một vài giải pháp và phương hướng cho công tác cán bộ, để góp phần vào mục tiêu của trường đào tạo đầu ngành về đào tạo giáo viên GDTC.

II. TÌNH HÌNH ĐÀO TẠO, BỒI DƯỠNG CÁN BỘ Ở TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TĐTT HÀ NỘI (GIAI ĐOẠN 2011 - 2016)

1. Quán triệt chủ trương, chính sách của Đảng, Nhà nước và triển khai nghị quyết của Đảng ủy trường về công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ.

Quán triệt chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước về công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ là nhiệm vụ thường xuyên, có ý nghĩa quan trọng, góp phần tích cực trong việc nâng cao trình độ chuyên môn, năng lực công tác, chất lượng và hiệu quả làm việc của cán bộ, công chức, viên chức; hướng tới mục tiêu là tạo được sự thay đổi về chất trong thực thi nhiệm vụ chuyên môn. Nhất là để đáp ứng nhiệm vụ trong thời kỳ đổi mới, hội nhập quán triệt và thực hiện nghị quyết của Đảng bộ trường, tiếp tục triển khai các đề án, kế hoạch liên quan đến công tác đào

tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức của ngành Giáo dục, Đào tạo; trong đó, tập trung một số nội dung thực hiện Kết luận số 57/KL-TW ngày 08/3/2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khoá XI về tiếp tục đẩy mạnh công tác bồi dưỡng lý luận chính trị cho cán bộ lãnh đạo, quản lý các cấp. Nhiều năm qua thực hiện chức năng, nhiệm vụ là đơn vị tham mưu cho Ban Giám hiệu, Phòng Tổ chức cán bộ đã thường xuyên chú trọng đẩy mạnh triển khai các văn bản chỉ đạo của Đảng và Nhà nước về công tác đào tạo, bồi dưỡng cán bộ. Trong đó đã tham mưu cho Ban Giám hiệu xác định đúng mục tiêu, yêu cầu, nhiệm vụ về đào tạo, bồi dưỡng lý luận chính trị trong thời kỳ mới; Triển khai Quyết định số 1374/QĐ-TTg ngày 12/8/2011 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức giai đoạn 2011-2015; Quy định số 164/QĐ-TW ngày 01/02/2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khoá XI về chế độ bồi dưỡng, cập nhật kiến thức đối với cán bộ lãnh đạo, quản lý các cấp. Nghị định số 18/2010/NĐ-CP ngày 05/3/2010 của Chính phủ về đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức.

Đặc biệt là cụ thể hóa đề án phát triển Nhà trường đến năm 2020, đã được Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt đề ra nhiều chủ trương, chính sách cán bộ nhằm xây dựng đội ngũ có trình độ, năng lực và phẩm chất đáp ứng yêu cầu tình hình và nhiệm vụ mới. Hàng năm xây

dựng và tổ chức kế hoạch cử cán bộ, viên chức đi học tập nâng cao trình độ tiến sĩ, thạc sĩ, bồi dưỡng về chuyên môn, nghiệp vụ ở trong nước và nước ngoài để đáp ứng yêu cầu về trình độ đào tạo của đội ngũ cán bộ, viên giảng viên đảm bảo yêu cầu theo tiêu chuẩn chức vụ lãnh đạo, quản lý; tiêu chuẩn ngạch công chức, tiêu chuẩn chức danh nghề nghiệp viên chức; tiêu chuẩn chuyên ngành và bồi dưỡng cập nhật theo vị trí việc làm đúng theo quy định.

2. Chương trình, nội dung của các loại hình đào tạo, bồi dưỡng

Do xác định đào tạo, bồi dưỡng gắn liền với quy hoạch cán bộ, gắn với nhu cầu xây dựng, phát triển nguồn nhân lực cho sự phát triển của Nhà trường, bảo đảm trang bị đủ kiến thức, kỹ năng nghiệp vụ theo yêu cầu công vụ, quy định theo tiêu chuẩn cho công chức lãnh đạo, quản lý và công chức các ngạch hành chính, kiến thức văn hoá công sở, trách nhiệm và đạo đức công chức, nên hàng năm đã cử cán bộ viên chức tham gia các chương trình đào tạo đều đúng đối tượng. Trong đó, việc cử đi đào tạo trong nước được thực hiện theo hình thức không tập trung và chú trọng vào các chương trình, nội dung đào tạo ở trình độ tiến sĩ, thạc sĩ vào các chuyên ngành: Chuyên ngành lý luận TĐTT, Y học TĐTT, tâm lý giáo dục TĐTT...

Đối với việc cử đi đào tạo ở ngoài nước được thực hiện theo hình thức tập trung và được thực hiện chủ yếu thông qua các chương trình Đề án 322, 599, (nay là Đề án 911) và diện Hiệp định và tập trung

vào các chuyên ngành: GDTC, HLTĐTT, Y học TĐTT...

Việc cử đi bồi dưỡng được đơn vị tham mưu cho nhà trường thực hiện cho hầu hết các đối tượng, đảm bảo đáp ứng đủ các tiêu chuẩn chức danh nghề nghiệp. Như cử cán bộ giảng viên đi đào tạo, bồi dưỡng về Phương pháp và lý luận giảng dạy đại học và các chương trình về nghiệp vụ; cử chuyên viên đi đào tạo, bồi dưỡng về nội dung chương trình quản lý nhà nước chuyên viên; cử cán bộ lãnh đạo phòng, khoa tham gia đào tạo, bồi dưỡng về quản lý phòng khoa, các lớp chương trình đào tạo về lý luận chính trị, về quốc phòng, an ninh đối tượng 2, 3, 4,...

3. Công tác tổ chức, quản lý và phối hợp thực hiện công tác đào tạo, bồi dưỡng

Đối với các lớp, các khóa được thực hiện tại trường được thực hiện thông qua hệ thống quản lý giáo dục của nhà trường và các cơ sở kiểm định chất lượng độc lập. Hệ thống quản lý đào tạo của Nhà trường được thực hiện, chủ yếu thông qua giảng viên, đội ngũ cán bộ phục vụ và hệ thống thông tin của trường. Đối với các cán bộ, viên chức đi học trong nước và ngoài nước, nhà trường đều có quy định cụ thể về chế độ báo cáo hàng năm, hàng kỳ về tiến độ, chất lượng học tập thông qua bảng điểm và đánh giá, nhận xét của cơ sở đào tạo, các cán bộ viên chức nhà trường được cử đi đào tạo đều thực hiện tốt các quy định chung.

Nhận thức công tác đào tạo, bồi dưỡng không chỉ trong khuôn khổ giới

hạn là công việc của Trường, nên đã có sự phối hợp chặt chẽ với cơ sở đào tạo, bồi dưỡng trong việc quản lý các cán bộ được cử đi đào tạo, bồi dưỡng. Để tạo điều kiện cho cán bộ, viên chức nhà trường có thông tin về các chương trình đào tạo, Nhà trường đều công khai các thông báo của các cơ sở đào tạo gửi về trường. Ngoài ra, từ năm 2011 đến nay, Nhà trường còn ký kết với một số cơ sở đào tạo tại Trung Quốc tổ chức đào tạo cho 04 viên chức, giảng viên của trường, góp phần nâng cao trình độ chuyên môn cho viên chức, đồng thời mở rộng quan hệ hợp tác trong đào tạo, nghiên cứu khoa học.

4. Chế độ, chính sách đối với cán bộ

Được đơn vị tham mưu cho Nhà trường thực hiện đúng theo chế độ trả lương đối với cán bộ, công chức, viên chức được cử đi học nước ngoài áp dụng quy định tại khoản 4, Điều 8 Nghị định 204/NĐ-CP ngày 14/12/2004 của Chính phủ về chế độ tiền lương đối với cán bộ, công chức, viên chức và lực lượng vũ trang. Ngoài ra, để khích lệ, động viên tinh thần học tập, nhà trường còn có chế độ, chính sách hỗ trợ tích cực đối với người được cử đi học. Như hỗ trợ 100% học phí cho cán bộ, viên chức có thời gian công tác từ 10 năm trở lên; hỗ trợ 50% học phí đối với cán bộ, viên chức có thời gian công tác dưới 10 năm. Ngoài ra, cán bộ, viên chức khi hoàn thành tiến sĩ được thưởng 10 triệu đồng. Chính vì thế, đã tạo ra nhiều động lực cho cán bộ viên chức,

người lao động tích cực tham gia học tập, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn.

III. ĐÁNH GIÁ CHUNG CÔNG TÁC ĐÀO TẠO, BỒI DƯỠNG GIAI ĐOẠN 2011 - 2016

1. Thành tựu

Công tác đào tạo, bồi dưỡng của Nhà trường giai đoạn 2011 - 2016 đã có những kết quả đáng kể. Nhìn chung, đội ngũ cán bộ, viên chức, nhất là cán bộ chủ chốt của Nhà trường có bản lĩnh chính trị vững vàng, có trình độ chuyên môn, nghiệp vụ, năng động và sáng tạo; tích cực thực hiện đường lối, chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước. Trình độ, kiến thức và năng lực hoạt động thực tiễn của đội ngũ cán bộ, công chức ngày càng được nâng cao, thích nghi với cơ chế kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế, nhất là đã thay đổi về tư duy trong nhận thức để tiến hành đổi mới căn bản và toàn diện giáo dục và đào tạo của nhà trường theo tinh thần của Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 4/11/2013, Hội nghị Trung ương 8 khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo. Chính vì vậy, chất lượng của Nhà trường ngày càng được nâng lên, khẳng định vị trí, vai trò là trường trọng điểm của cả nước trong đào tạo đội ngũ giáo viên GDTC và quốc phòng, an ninh.

2. Kết quả đào tạo, bồi dưỡng

- Kết quả đào tạo theo các loại hình từ năm 2011 đến 2016 gồm:

+ Đào tạo chuyên môn (đại học, thạc sĩ, tiến sĩ, chuyên ngành): Tổng số công chức, viên chức được cử đi đào tạo trong nước: 50 người. Đào tạo tại nước ngoài: 23 người

- Kết quả bồi dưỡng theo các loại hình:

+ Bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ trong và ngoài nước: 236 lượt người.

+ Bồi dưỡng chức danh gồm: chuyên viên, chuyên viên chính, chuyên viên cao cấp: 20 người.

+ Bồi dưỡng cán bộ nguồn: 18 người.

+ Bồi dưỡng quốc phòng và an ninh: 02 người.

+ Bồi dưỡng lý luận chính trị cao cấp: 03 người.

Công tác đào tạo, bồi dưỡng đã góp phần quan trọng xây dựng đội ngũ cán bộ phát triển cả về số lượng, chất lượng và cơ cấu đội ngũ. Cán bộ lãnh đạo, quản lý hệ thống chính trị từ Ban Giám hiệu tới các đơn vị, có tuổi đời trẻ và có trình độ cao hơn.

Hiện nay, tổng số cán bộ viên chức, người lao động toàn trường tính đến tháng 8 năm 2016, có 283 người. Trong đó chức danh giảng viên có 158 người, gồm 01 GS và 01 PGS; 14 tiến sĩ; 84 ThS; 58 đại học. Chức danh khối hành chính 99 người, gồm 06 thạc sĩ; 54 đại học, cao đẳng, trung cấp 13 người; trình độ khác là 21 người; sĩ quan Trung tâm GDQP-AN 27 người, gồm: 05 thạc sĩ; 22 đại học. So với các trường TDTT, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội còn ít cán bộ có học hàm và học vị. Hầu hết đội ngũ cán bộ trẻ được

đào tạo cơ bản, có kiến thức, trình độ, năng lực và khả năng hội nhập quốc tế, vươn lên đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ mới.

2. Đánh giá, bố trí, sử dụng cán bộ sau đào tạo, bồi dưỡng

Công tác đào tạo, bồi dưỡng đã góp phần quan trọng trong việc nâng cao mặt bằng chung về trình độ và năng lực của đội ngũ cán bộ; từng bước tiêu chuẩn hoá ngạch, bậc theo qui định của Nhà nước; đảm bảo cho công tác quy hoạch và gắn liền với nhu cầu sử dụng, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp đổi mới của Nhà trường, của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Đội ngũ cán bộ, viên chức, sau khi được đào tạo có nhận thức chính trị vững vàng hơn, hiệu quả công tác được nâng lên rõ rệt và đều phát huy được trình độ chuyên môn nghiệp vụ. Từ năm 2011 đến nay, trường đã bổ nhiệm hơn 10 viên chức sau khi hoàn thành khóa học. Trong đó, bổ nhiệm 04 viên chức học xong trình độ tiến sĩ giữ chức vụ trưởng phòng; bổ nhiệm 01 viên chức học xong trình độ tiến sĩ giữ chức vụ trưởng khoa; bổ nhiệm 02 viên chức học xong trình thạc sĩ giữ chức vụ Phó trưởng phòng.

Tuy nhiên, bên cạnh những kết quả đạt được vẫn còn hạn chế đó là: Nguồn kinh phí để đảm bảo hỗ trợ cho cán bộ, viên chức đi học còn ít, nên ảnh hưởng đến việc số lượng được cử đi đào tạo, bồi dưỡng. Cán bộ, viên chức chủ yếu vừa học vừa làm nên còn để công việc chi phối quá trình học tập, thời gian dành trọn vẹn cho việc học tập không nhiều. Chất

lượng đào tạo, bồi dưỡng của một số ít cán bộ, viên chức được cử đi đào tạo chưa được cải thiện rõ rệt so với yêu cầu.

IV. DỰ KIẾN KẾ HOẠCH, NHU CẦU ĐÀO TẠO, BỒI DƯỠNG CÁN BỘ (2016 - 2020)

1. Về đào tạo cán bộ

Căn cứ vào đề án xây dựng và phát triển đào tạo của trường đến năm 2020 đã được Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt và yêu cầu thực tế của sự phát triển Nhà trường trong giai đoạn tới, nhất là để thực hiện theo tinh thần của Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 Hội nghị Trung ương 8 khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, các nghị quyết của Đảng ủy, Ban giám hiệu đơn vị tiếp tục tham mưu cho Nhà trường dự kiến cử giảng viên đi đào tạo như sau:

- Đào tạo ở trình độ tiến sĩ chuyên ngành về GDTC, HLTT, Y học TDDT

Năm 2016: 14 người, trong đó đào tạo trong nước 08, ngoài nước là 06.

Năm 2017: 16 người, trong đó đào tạo trong nước 08, ngoài nước là 08.

Năm 2018: 18 người, trong đó đào tạo trong nước 10, ngoài nước là 08.

Năm 2019: 20 người, trong đó đào tạo trong nước 15, ngoài nước là 05.

Năm 2020: 22 người, trong đó đào tạo trong nước 20, ngoài nước là 02.

- Đào tạo ở trình độ thạc sĩ chuyên ngành GDTC, HLTTDTT, Y học TDDT
 Năm 2016: 25 người, trong đó đào tạo trong nước 20, ngoài nước là 05.

Năm 2017: 20 người, trong đó đào tạo trong nước 18, ngoài nước là 02.

Năm 2018: 20 người, trong đó đào tạo trong nước 18, ngoài nước là 02.

Năm 2019: 12 người, trong đó đào tạo trong nước 09, ngoài nước là 03.

Năm 2020: 07 người, trong đó đào tạo trong nước 07, ngoài nước là 02.

Ngoài ra, căn cứ vào thực tế mỗi năm nhà trường sẽ cử cán bộ, giảng viên một số chuyên ngành khác đi đào tạo để đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ mới.

2. Về bồi dưỡng cán bộ

Để đáp ứng theo yêu cầu nhiệm vụ mới và thực hiện Đề án đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức, viên chức giai đoạn 2016 - 2025 của Thủ tướng Chính phủ tại Quyết định 163/QĐ-TTg, phê duyệt đề án đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức, viên chức giai đoạn 2016 - 2025. Đơn vị tiếp tục tham mưu cho Nhà trường dự kiến tập trung vào công tác bồi dưỡng về công tác cán bộ vào các nội dung sau: Lý luận cao cấp và trung cấp: 10-16 người; Kiến thức quản lý nhà nước: 20 đ/c; Bồi dưỡng kiến thức quốc phòng - an ninh theo chương trình, quy trình quy định: 100% ở các đối tượng; Cập nhật, nâng cao kiến thức hội nhập quốc tế: 100%; Bồi dưỡng kiến thức tin học, ngoại ngữ theo tiêu chuẩn quy định: 100%.

V. PHƯƠNG HƯỚNG, NHIỆM VỤ CỤ THỂ CÔNG TÁC ĐÀO TẠO, BỒI DƯỠNG CÁN BỘ CỦA TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TDDT HÀ NỘI (2016 - 2020)

1. Mục tiêu

Đào tạo, bồi dưỡng cán bộ của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội với mục tiêu cập nhật kiến thức, bồi dưỡng, nâng cao kỹ năng và phương pháp thực hiện nhiệm vụ được giao.

Đào tạo góp phần xây dựng đội ngũ viên chức có đạo đức nghề nghiệp, có đủ trình độ và năng lực chuyên môn đảm bảo chất lượng của giáo dục và đào tạo cử nhân GDTC của Nhà trường.

Nâng cao trình độ, năng lực giảng dạy, năng lực quản lý, nghiên cứu khoa học và các hoạt động khác của giáo viên trên cơ sở đáp ứng các yêu cầu về trình độ tiêu chuẩn của chức danh theo cấp, bậc học. Cụ thể là:

- Phân đầu 100% cán bộ quản lý từ phòng, ban, khoa bộ môn được trang bị: Lý luận chính trị; Kiến thức quản lý nhà nước; Bồi dưỡng kiến thức quốc phòng - an ninh... theo chương trình, quy trình quy định; Cập nhật, nâng cao kiến thức hội nhập quốc tế; Bồi dưỡng kiến thức tin học, ngoại ngữ theo tiêu chuẩn quy định.

- Phân đầu 100% đội ngũ giảng viên đảm bảo chuẩn theo thông tư quy định nghề nghiệp giảng viên sư phạm, theo quy định tại Luật Giáo dục đại học và Điều lệ trường đại học hiện hành.

- Phân đầu 100% đội ngũ chuyên viên, cán sự được đào tạo, bồi dưỡng về các chương trình quản lý nhà nước theo đúng chức danh nghề nghiệp.

2. Phương hướng, nhiệm vụ

Đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ viên chức của nhà trường phải căn cứ vào vị trí việc làm, tiêu chuẩn chức danh nghề nghiệp và nhu cầu phát triển nguồn nhân lực của trường trong giai đoạn tới.

Đảm bảo tính tự chủ của Nhà trường trong hoạt động đào tạo, bồi dưỡng. Khuyến khích viên chức học tập, nâng cao trình độ đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ đó là những nguyên tắc đào tạo, bồi dưỡng cán bộ của Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội hiện nay và trong những giai đoạn tiếp theo.

Tiếp tục triển khai thực hiện Nghị định số 18/2010/NĐ-CP ngày 05/3/2010 của Chính phủ về đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức, Nhà trường tập trung vào hoàn thiện công tác quy hoạch cán bộ lãnh đạo, quản lý thời kỳ đẩy mạnh công nghiệp hóa, hiện đại hóa, giai đoạn 2010 -2020.

Tăng cường quản lý việc cử cán bộ, trong đào tạo, bồi dưỡng cán bộ phải gắn với việc bố trí, sử dụng; tránh tình trạng cử đi đào tạo không đúng chuyên ngành, chuyên môn nghiệp vụ để tránh lãng phí kinh phí và thời gian trong đào tạo, bồi dưỡng cán bộ trong Nhà trường.

Xác định rõ trách nhiệm của người đứng từng đơn vị trong việc phối hợp và thực hiện quy hoạch đào tạo, bồi dưỡng và sử dụng cán bộ.

3. Giải pháp

- Tiếp tục tăng cường quán triệt chủ chương của Đảng, chính sách pháp luật của nhà nước, nhà trường về công tác đào

tạo cán bộ, viên chức. Không ngừng nâng cao nhận thức về vai trò, nhiệm vụ của hoạt động đào tạo, bồi dưỡng trong đội ngũ cán bộ, viên chức.

- Rà soát, đánh giá đội ngũ cán bộ, công chức và công tác đào tạo, bồi dưỡng hằng năm, qua đó, xác định nhu cầu đào tạo, xây dựng kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng cụ thể theo từng năm đối với mỗi đơn vị trong nhà trường. Trên cơ sở quy hoạch cán bộ và nhu cầu thực tiễn của đơn vị, để xây dựng kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng cán bộ cụ thể, phù hợp với từng chức danh, ngạch, bậc; quan tâm đào tạo cán bộ nguồn, cán bộ trẻ, cán bộ nữ; chú trọng đào tạo theo hướng chuyên sâu, chuyên ngành cụ thể, dần đáp ứng với xu thế hội nhập với khu vực và quốc tế.

- Phải gắn quyền lợi và trách nhiệm của cán bộ, viên chức được Nhà trường cử đi đào tạo, bồi dưỡng, đồng thời xây dựng cơ chế, chính sách phù hợp đồng thời tuyển chọn đội ngũ cán bộ giảng viên đi học tập, bồi dưỡng.

- Duy trì và mở rộng việc ký kết, hợp tác với các sở sở đào tạo uy tín trong và ngoài nước để đào tạo, bồi dưỡng đội ngũ cán bộ, viên chức của Nhà trường có kiến

thức sâu rộng, có nhiều kinh nghiệm trong thực tế; cung cấp cho người học những thông tin, kiến thức thiết thực để áp dụng vào thực tiễn công việc.

Nâng cao trách nhiệm của các trường đơn vị quản lý và sử dụng cán bộ, viên chức trong việc bảo đảm chất lượng, hiệu quả đào tạo, bồi dưỡng trong công việc của nhà trường. Trong đó, giải pháp quan trọng hàng đầu góp phần xây dựng đội ngũ cán bộ, viên chức chuyên nghiệp phải đáp ứng yêu cầu công việc, phù hợp với điều kiện thực tiễn của trường đồng thời qua đó thực hiện chính sách tinh giản biên chế của Đảng, Nhà nước là không ngừng nâng cao năng lực thực hiện nhiệm vụ, công vụ của đội ngũ cán bộ, công chức, viên chức.

- Tiếp tục hoàn thiện quy chế đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, công chức; các chế độ, chính sách khuyến khích, hỗ trợ cán bộ, công chức học tập, nâng cao trình độ... bảo đảm hoàn thành hai mục tiêu: Đào tạo, bồi dưỡng để đáp ứng tiêu chuẩn quy định về ngạch công chức, viên chức và để đáp ứng yêu cầu công việc theo chức vụ lãnh đạo, quản lý và vị trí việc làm của cán bộ, viên chức.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. *Nghị định số 18/2010/NĐ-CP ngày 05/3/2010 của Chính phủ*
2. *Kết luận số 57/KL-TW ngày 08/3/2013 của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa XI*
3. *Nghị định 204/NĐ-CP ngày 14/12/2004 của Chính phủ*
4. *Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 4/11/2013, Hội nghị Trung ương 8 khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo.*
5. *Đề án phát triển đội ngũ Nhà trường đến năm 2020, tầm nhìn 2030.*

THẺ LỆ GỬI BÀI

1. Bản tin Giáo dục Thể chất và Thể thao trường học công bố và đăng tải những kết quả nghiên cứu khoa học dưới dạng các bài tổng quan, các bài của các công trình nghiên cứu khoa học và các bài thông tin, thông báo khoa học của các tác giả trong và ngoài nước. Nội dung của các bài báo liên quan đến chuyên ngành đào tạo, nghiên cứu tại Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội và các ngành khác thuộc lĩnh vực TĐTT.

2. Quy định về hình thức trình bày một bài báo gửi đăng trên Bản tin

- Bài báo phải được trình bày theo thứ tự sau: tên bài báo (chữ in hoa, cỡ chữ 14), tên tác giả, tên cơ quan tác giả công tác, tóm tắt, từ khóa, đặt vấn đề, phương pháp nghiên cứu, kết quả nghiên cứu, kết luận, tài liệu tham khảo. Tác giả bài báo phải có địa chỉ cá nhân và địa chỉ cơ quan rõ ràng, e-mail, số điện thoại và số fax (nếu có) trên trang nhất của bản thảo.

- Bài báo khoa học không quá 6 trang, khổ A4, bài báo viết bằng tiếng Việt và tiếng Anh, soạn trên máy vi tính, dòng đơn (line spacing: single), sử dụng font chữ Times New Roman, cỡ chữ (size) 12. Định dạng trang (page setup): lề trên 2 cm; lề dưới 2 cm; lề trái 3 cm và lề phải 2 cm.

- Tất cả các bài báo phải có không quá 5 từ khóa và phần tóm tắt dài không quá 200 từ, các bài báo viết bằng tiếng

Việt phải có tóm tắt, từ khóa và tên bài báo bằng cả tiếng Anh và tiếng Việt.

- Tài liệu tham khảo được căn cứ vào chữ cái đầu của tên (với tác giả Việt) và họ (với tác giả nước ngoài). Trường hợp trùng tên phải căn cứ vào các chữ tiếp theo, nếu cùng một tác giả thì căn cứ vào năm xuất bản (xuất bản trước sắp trước)

3. Bài đăng trên Bản tin phải chưa từng được đăng trên các sách, báo, tạp chí khác. Bản tin không trả lại bản thảo nếu bài không được đăng và sẽ phản hồi qua thư điện tử lý do nếu bài không được đăng.

4. Tác giả chịu trách nhiệm về nội dung bài viết, bản quyền tác giả và các nội dung trích dẫn trong bài viết của mình. Người chịu trách nhiệm chính của bài viết sẽ được ghi thứ tự đầu tiên trên danh sách các tác giả, và tác giả chính vui lòng cung cấp cho Bản tin đầy đủ số điện thoại, email, địa chỉ gửi thư, và số tài khoản ngân hàng (nếu có) để tiện liên hệ.

Mọi giao dịch đề nghị xin liên lạc theo địa chỉ: Ban Biên tập Bản tin Giáo dục Thể chất và Thể thao trường học, Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, (Phụng Châu - Chương Mỹ - Hà Nội, Email: bttwebsite.tdh@moet.edu.vn, hoặc mtu.tdh@moet.edu.vn).

Bản tin Giáo dục Thể chất và Thể thao trường học được in thành 200 cuốn, tại Nhà in Báo Nhân Dân. Nộp lưu chiếu Quý 1 năm 2018.