

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO BỘ VĂN HÓA, THỂ THAO VÀ DU LỊCH
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH**

PHẠM THANH LƯƠNG

**NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG
THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO HỌC SINH
TRUNG HỌC PHỔ THÔNG, TỈNH QUẢNG NGÃI**

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

BẮC NINH – 2020

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO BỘ VĂN HÓA, THỂ THAO VÀ DU LỊCH
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH**

PHẠM THANH LƯƠNG

**NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG
THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO HỌC SINH
TRUNG HỌC PHỔ THÔNG, TỈNH QUẢNG NGÃI**

**Ngành : Giáo dục học
Mã số : 9140101**

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

CÁN BỘ HƯỚNG DẪN KHOA HỌC:

1. PGS.TS. NGUYỄN THANH TÙNG

2. TS. LÊ HỒNG SƠN

BẮC NINH – 2020

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan, đây là công trình nghiên cứu của riêng tôi. Các số liệu, kết quả nghiên cứu nêu trong luận án là trung thực và chưa từng được ai công bố trong bất kỳ công trình nào.

Tác giả luận án

Phạm Thanh Lương

DANH MỤC CÁC KÝ HIỆU, CÁC CHỮ VIẾT TẮT

BGD-ĐT	: Bộ Giáo dục và Đào tạo
CLB	: Câu lạc bộ
Cm	: centimet
CNH-HĐH	: Công nghiệp hóa, hiện đại hóa
CP	: Chính phủ
CSVC	: Cơ sở vật chất
CT	: Chỉ thị
GD	: Giáo dục
GDTC	: Giáo dục thể chất
GD-ĐT	: Giáo dục.đào tạo
GV	: Giáo viên
HS	: Học sinh
m	: mét
m_i	: Tần suất lặp lại
NĐ	: Nghị định
NQ	: Nghị quyết
QĐ	: Quyết định
s	: giây
TDTT	: Thể dục thể thao
THPT	: Trung học phổ thông
Tp.	: Thành phố
TS	: Tiến sĩ
TW	: Trung ương

MỤC LỤC

Lời cam đoan	
Danh mục các ký hiệu, các chữ viết tắt	
Mục lục	
Danh mục bảng, sơ đồ, biểu đồ	
PHẦN MỞ ĐẦU	1
Mục đích nghiên cứu	4
Nhiệm vụ nghiên cứu	4
Giả thuyết khoa học	4
Ý nghĩa khoa học và thực tiễn của luận án	4
CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU	5
1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa	5
1.2. Những khái niệm có liên quan	8
1.3. Khái quát về hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa trong trường học	12
1.4. Đặc điểm tâm, sinh lý học sinh trung học phổ thông	27
1.5. Các công trình nghiên cứu có liên quan	38
Nhận xét chương 1:	45
CHƯƠNG 2. PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU	46
2.1. Phương pháp nghiên cứu	46
2.1.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu	46
2.1.2. Phương pháp phỏng vấn	46
2.1.3. Phương pháp quan sát sự phạm	48
2.1.4. Phương pháp kiểm tra sự phạm	49
2.1.5. Phương pháp phân tích SWOT	51
2.1.6. Phương pháp thực nghiệm sự phạm	52
2.1.7. Phương pháp toán học thống kê	53
2.2. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu	54
2.2.1. Đối tượng nghiên cứu	54
2.2.2. Phạm vi nghiên cứu	54
2.2.3. Địa điểm nghiên cứu	55

2.2.4. Cơ quan phối hợp nghiên cứu	55
2.2.5. Kế hoạch và thời gian nghiên cứu	55
CHƯƠNG 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN	57
<i>3.1. Nghiên cứu thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi</i>	57
3.1.1. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	57
3.1.2. Đánh giá thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	74
3.1.3. Đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	79
3.1.4. Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	82
3.1.5. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 1	87
<i>3.2. Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi</i>	99
3.2.1. Cơ sở khoa học lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	100
3.2.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	103
3.2.3. Xây dựng nội dung biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi	106
3.2.4. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 2	116
<i>3.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi</i>	125
3.3.1. Tổ chức thực nghiệm	125
3.3.2. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm	128

3.3.3. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 3	142
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	146
A. Kết luận	146
B. Kiến nghị	147
Danh mục các công trình nghiên cứu đã công bố có liên quan đến luận án	148
DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO	
PHỤ LỤC	

DANH MỤC BẢNG, SƠ ĐỒ, BIỂU ĐỒ

Thể loại	Số TT	Nội dung	Trang
Bảng	3.1	Kết quả phỏng vấn xác định yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi (n=35)	59
	3.2	Kết quả khảo sát nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2847)	62
	3.3	Thực trạng thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2574)	63
	3.4	Thực trạng nhu cầu hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)	Sau Tr.63
	3.5	Thực trạng động cơ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)	65
	3.6	Kết quả khảo sát sự quan tâm của lãnh đạo các trường về công tác TDTT NK (n=158)	66
	3.7	Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10)	68
	3.8	Thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10 trường)	70
	3.9	Thực trạng nội dung tập luyện TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)	71
	3.10	Thực trạng hình thức tập luyện và hình thức tổ chức tập luyện TDTT NK cho học sinh các trường THPT Tỉnh Quảng Ngãi (n=1354)	73
	3.11	Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=35)	75
	3.12	Thực trạng tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)	76
	3.13	Thực trạng công tác tổ chức hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10 trường)	77
	3.14	Thực trạng phong trào thi đấu thể thao tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (năm học 2017-2018) (n=10)	79

Bảng		trường)	
	3.15	Thực trạng trình độ thể lực của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=1500)	83
	3.16	Kết quả phân loại trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=1500)	84
	3.17	So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 10 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)	Sau Tr.85
	3.18	So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 11 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)	Sau Tr.85
	3.19	So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 12 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)	Sau Tr.85
	3.20	Kết quả so sánh phân loại trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT (n=1500)	86
	3.21	Kết quả phỏng vấn xác định nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=33)	102
	3.22	Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=33)	106
	3.23	Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=35)	118
	3.24	Phân bố đối tượng học sinh theo dõi thực nghiệm (n=734)	127
	3.25	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=243)	130
	3.26	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=288)	Sau Tr.130
	3.27	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm	Sau Tr.130

		(n=203)	
	3.28	Kết quả so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=734)	131
	3.29	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=243)	132
	3.30	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=288)	Sau Tr.132
	3.31	Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=203)	Sau Tr.132
	3.32	Nhịp tăng trưởng thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	Sau Tr.133
	3.33	Kết quả so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=734)	135
	3.34	So sánh mục tiêu giáo dục thể chất của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n=734)	136
	3.35	So sánh mục tiêu giáo dục thể chất của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=734)	137
	3.36	Kết quả khảo sát việc phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n=10 trường)	139
	3.37	Kết quả khảo sát việc phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau 01 năm học thực nghiệm (n=10 trường)	140
	3.38	Đánh giá hiệu quả thực hiện các biện pháp với mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (n=10 trường)	142
Sơ đồ	3.1	Các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi	60
B	3.1	Tỷ lệ thành phần đối tượng phỏng vấn xác định yếu tố ảnh	58

	hường tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi (n=35)	
3.2	Phân bố giới tính học sinh tham gia tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi	72
3.3	Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện các môn thể thao ngoại khóa tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi	72
3.4	Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	133
3.5	Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	Sau Tr.133
3.6	Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	Sau Tr.133
3.7	Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	Sau Tr.133
3.8	Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	134
3.9	Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm	134
3.10	So sánh sự khác biệt nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDTT TK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm	138
3.11	So sánh sự khác biệt nhận thức về tác dụng của tập luyện TDTT TK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm	138
3.12	So sánh sự khác biệt ý thức tập luyện TDTT NK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm	138
3.13	So sánh mức độ phát triển phong trào TDTT NK của nhóm trường khối thực nghiệm và đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm	141

PHẦN MỞ ĐẦU

Ngày nay thế hệ trẻ được sống và học tập trong một chế độ xã hội chủ nghĩa, được thừa hưởng những thành quả vĩ đại của cha ông ta để lại. Trong sự nghiệp đấu tranh để bảo vệ tổ quốc và xây dựng đất nước, thế hệ trẻ được Đảng, Nhà nước đặc biệt quan tâm, chăm sóc. Họ là những chủ nhân tương lai của đất nước nắm trong tay vận mệnh của dân tộc. Trong di chúc của Chủ tịch Hồ Chí Minh, Người đã căn dặn: *“Bồi dưỡng thế hệ cách mạng cho đời sau một việc làm rất quan trọng và cần thiết...”* thấm nhuần lời dạy của Người, các thế hệ trẻ Việt Nam trong đó có lực lượng sinh viên đã, đang và sẽ là lực lượng quyết định tới tương lai của nước nhà.

Trải qua các thời kỳ cách mạng của đất nước, Đảng và Nhà nước ta luôn coi trọng công tác GDTC trong nhà trường các cấp. Trong Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 4/11/2013 Hội nghị Trung ương 8 khóa XI nêu rõ về mục tiêu đổi mới giáo dục là *“Đối với giáo dục phổ thông, tập trung phát triển trí tuệ, thể chất, hình thành phẩm chất, năng lực công dân, phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu, định hướng nghề nghiệp cho học sinh”*.

Thể dục thể thao trường học (TDTT trường học) bao gồm hoạt động giáo dục thể chất bắt buộc và hoạt động TDTT tự nguyện của học sinh, sinh viên trong trường học các cấp thuộc hệ thống giáo dục quốc dân, là bộ phận cơ bản và quan trọng của nền TDTT nước ta. Phát triển TDTT trường học có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm nâng cao sức khỏe, thể lực, bồi dưỡng các phẩm chất đạo đức nhân cách và lối sống tích cực, lành mạnh cho học sinh, sinh viên, góp phần tích cực chuẩn bị nguồn nhân lực có chất lượng cao, mặt khác nhằm góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu, phát triển tài năng thể thao cho đất nước.

Những năm qua, Bộ Giáo dục và Đào tạo đặc biệt quan tâm đến công tác giáo dục thể chất trong trường học, đặc biệt các hoạt động ngoại khóa được xem như một hình thức tích cực giúp các em rèn luyện thể lực, nâng cao kỹ năng sống... Ngoài ra cũng thường xuyên tổ chức các giải thể thao phong trào cho học sinh với nội dung thi đấu đa dạng và phong phú đã động viên khích lệ học sinh tham gia nhiệt tình. Ngoài chương trình đào tạo chính khóa, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành quy định tổ chức hoạt động TDTT NK cho học sinh, sinh viên. Nhằm động viên khuyến khích học sinh, sinh viên tự giác tham gia luyện tập thể thao hình thành thói quen rèn luyện thân thể thường xuyên cho học sinh, sinh viên.

Ngày 26 tháng 12 năm 2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã công bố chương trình giáo dục phổ thông mới bao gồm Chương trình tổng thể và 27 Chương trình môn học, hoạt động giáo dục (trong đó có chương trình giáo dục phổ thông môn GDTC) kèm theo Thông tư số 32 /2018/TT-BGDĐT. Trong chương trình GDTC mới, GDTC là môn học bắt buộc, được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12. Môn học này góp phần thực hiện mục tiêu GD phát triển phẩm chất và năng lực của HS, trọng tâm là: Trang bị cho HS kiến thức và kỹ năng chăm sóc sức khỏe; kiến thức và kỹ năng vận động; hình thành thói quen tập luyện TDTT, khả năng lựa chọn môn thể thao phù hợp để luyện tập nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực và tố chất vận động; trên cơ sở đó giúp HS có ý thức, trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, thích ứng với các điều kiện sống, sống vui vẻ, hoà đồng với mọi người. Mục tiêu chung của môn học GDTC là giúp HS hình thành, phát triển kỹ năng chăm sóc sức khỏe, kỹ năng vận động, thói quen tập luyện TDTT và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tầm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao. Nội dung GDTC được phân chia theo hai giai đoạn: Giai đoạn GD cơ bản và giai đoạn GD định hướng nghề nghiệp (Môn GDTC được thực hiện thông qua hình thức CLB TDTT). Chương trình GDTC mới được tăng về thời lượng giảng dạy, đa dạng hóa nội dung giảng dạy và đổi mới cách đánh giá kết quả học tập. Như vậy, công tác GDTC cho học sinh trong trường học các cấp đã được Đảng, Nhà nước, các bộ, ban, ngành quan tâm chú ý. [17]

Việc đổi mới hình thức tổ chức, quản lý, đổi mới phương pháp dạy và học các môn học nói chung và môn học GDTC nói riêng đã đạt được những kết quả đáng khích lệ. Tuy nhiên, căn cứ vào điều kiện thực tiễn của nhà trường về yếu tố cơ sở vật chất, nguồn nhân lực... và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả của các giờ học ngoại khóa đối với môn học GDTC nói chung vẫn còn nhiều hạn chế. Ngay cả môn Thể dục chính khóa từ lâu đã trở thành môn học chính thức, bắt buộc trong chương trình ở mọi cấp học, ngành học, nhưng thực tế vẫn còn bị xem nhẹ, giờ giảng dạy thể dục còn mang nặng tính hình thức, do đó mà các hoạt động ngoại khóa thể thao cũng chưa được quan tâm đúng mức và ngược lại. Chương trình môn học chưa thực sự hợp lý, chưa phù hợp và đáp ứng được yêu cầu của tuổi trẻ học đường, cơ sở vật chất, dụng cụ và sân bãi còn nghèo nàn và thiếu thốn, đội ngũ cán bộ GV có nơi vẫn còn thiếu về số lượng và yếu về chất lượng.

Trong các trường Trung học phổ thông (THPT) tại tỉnh Quảng Ngãi, công tác GDTC cũng nằm trong tình trạng chung đó. Các hoạt động TDDT NK vẫn còn mang tính hình thức, việc đầu tư cơ sở vật chất chưa tạo được điều kiện thuận lợi cho việc nâng cao chất lượng dạy học, hoạt động. Quy trình quản lý, chỉ đạo, tổ chức các hình thức luyện tập, hoạt động chưa thực sự hợp lý, đơn điệu thiếu sinh động chưa gây hứng thú học tập cho HS. Mặc dù học sinh rất thích chơi thể thao nhưng lại thường không thích học môn học Thể dục, điều đó phần nhiều là các em không được chơi những môn thể thao mình thích, mà chỉ bó buộc trong chương trình mà Bộ GD&ĐT ban hành, do đó không kích thích được hứng thú của các em; để giải quyết điều này thì hoạt động TDDT NK được xem là phương pháp rất hữu ích.

Về công tác GDTC trường học cả về chính khóa và ngoại khóa đã có nhiều tác giả nghiên cứu như: Nguyễn Gắng (2000) [44], Trần Kim Cương (2006) [26], Mai Thị Thu Hà (2014) [35], Nguyễn Đức Thành (2004) [72], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56].... Các tác giả đã đề cập tới những khía cạnh khác nhau của tập luyện TDDT NK, nhưng nhìn chung Chưa có tác giả nào quan tâm tới việc phát triển phong trào TDDT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, một tỉnh còn nhiều khó khăn về kinh tế, cũng như cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC.

Đối với công tác GDTC tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi thì chưa có đề tài nào đề cập, nghiên cứu hoặc chỉ có một số đề tài nghiên cứu tại một số trường cụ thể. Hoặc chỉ mới dừng lại ở một số sáng kiến kinh nghiệm của các giáo viên Thể dục, đây cũng là một hạn chế lớn; việc phát triển công tác GDTC thông qua các hoạt động ngoại khóa cần phải được nhìn nhận một cách nghiêm túc và khoa học hơn, cần có những nghiên cứu sâu phát triển.

Với công tác hiện nay tại Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Quảng Ngãi, tôi nhận thấy các hoạt động TDDT NK cho HS còn nhiều hạn chế như về phương pháp tổ chức, dụng cụ, trang thiết bị chưa tốt; thể lực chung của các em HS chưa đáp ứng được với yêu cầu về khối lượng học tập của các em tại Nhà trường; hoạt động TDDT NK chưa được các em HS, phụ huynh và ngay cả Nhà trường xem xét đúng mức... Xuất phát từ những lý do trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài:

"Nghiên cứu biện pháp nâng cao hiệu quả các hoạt động TDDT NK cho học sinh trung học phổ thông, tỉnh Quảng Ngãi".

Mục đích nghiên cứu:

Thông qua nghiên cứu lý luận và thực tiễn, tiến hành đánh giá thực trạng hoạt động TĐTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi. Trên cơ sở đó, lựa chọn các biện pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho đối tượng nghiên cứu, góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Mục tiêu nghiên cứu:

Để đạt được mục đích nghiên cứu, đề tài đã đề ra các mục tiêu sau:

Mục tiêu 1: Nghiên cứu thực trạng hoạt động TĐTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Mục tiêu 2: Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Mục tiêu 3: Ứng dụng và đánh giá hiệu quả biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Giả thuyết khoa học:

Khảo sát thực tiễn cho thấy hoạt động TĐTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi phát triển chưa tương xứng với các điều kiện tự nhiên và xã hội sẵn có. Nguyên nhân chính là chưa đánh giá được đúng thực trạng hiệu quả hoạt động TĐTT NK tại các Trường, từ đó đề ra các biện pháp phù hợp để nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh. Nếu đánh giá đúng thực trạng, từ đó lựa chọn được các biện pháp phù hợp, tổ chức ứng dụng một cách khoa học, chặt chẽ và đồng bộ sẽ giúp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Ý nghĩa lý luận:

Hệ thống hóa, bổ sung và hoàn thiện các kiến thức lý luận về các vấn đề về quan điểm của Đảng, Nhà nước và các vấn đề liên quan tới công tác GDTC và hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT, các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TĐTT NK trong các trường THPT cũng như đặc điểm tâm, sinh lý lứa tuổi học sinh THPT... làm căn cứ xác định biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Ý nghĩa thực tiễn:

Đánh giá được thực trạng hoạt động TĐTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, trên cơ sở đó, lựa chọn được 08 biện pháp phù hợp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa

Đảng và Nhà nước Việt Nam luôn thể hiện quan điểm nhất quán, coi trọng phát triển TDTT trong trường học các cấp, trong đó có hoạt động TDTT NK. Có thể thấy rõ điều này trong xuyên suốt các văn bản chỉ đạo về công tác TDTT của Đảng, Nhà nước Việt Nam.

Nhằm tăng cường và mở rộng các hoạt động TDTT và trực tiếp chỉ đạo công tác GDTC cho thể hệ trẻ, ngày 31/01/1946 Chủ tịch Hồ Chí Minh ký Sắc lệnh số 14, lập ra Nha Thể dục trung ương thuộc Bộ Thanh niên với nhiệm vụ: “Liên lạc mật thiết với bộ Y tế và Bộ Giáo dục để nghiên cứu phương pháp và thực hành thể dục trong toàn quốc”, nhằm “Tăng bổ sức khoẻ quốc dân và cải tạo nòi giống Việt nam”. [23] Tiếp ngay sau đó, ngày 27/3/1946 Chủ tịch Hồ Chí Minh ban hành Sắc lệnh số 33 thành lập Nha Thanh niên và Thể dục thuộc Bộ Quốc gia Giáo dục. [24]

Tháng 3 năm 1946, Chủ tịch Hồ Chí Minh đã viết bài báo Sức khoẻ và Thể dục đăng trên báo Cứu quốc số 199, ngày 27 tháng 3 năm 1946 nhằm động viên toàn dân tập thể dục để nâng cao sức khoẻ. Lời kêu gọi này cũng là phương châm, là ánh sáng soi đường chỉ lối cho công tác TDTT cách mạng trong thời kỳ sơ khai [41]

Năm 1975, khi miền Nam vừa được giải phóng Đảng ta đã kịp thời ra Chỉ thị 221 CT/TW (6/1975) về công tác giáo dục ở miền Nam sau ngày giải phóng. Chỉ thị này nêu rõ: “Nội dung giáo dục phổ thông phải toàn diện, bao gồm giáo dục chính trị và đạo đức cách mạng, giáo dục văn hoá khoa học, giáo dục kỹ thuật, giáo dục lao động và giáo dục thể chất”. [1]

Năm 1992, khi Hiến pháp Nước Cộng hòa XHCN Việt Nam được ban hành, Điều 41 đã quy định: "Nhà nước và xã hội phát triển nền thể dục, thể thao dân tộc, khoa học và nhân dân. Nhà nước thống nhất quản lý sự nghiệp phát triển thể dục, thể thao; quy định chế độ GDTC bắt buộc trong trường học; khuyến khích và giúp đỡ phát triển các hình thức tổ chức thể dục, thể thao tự nguyện của nhân dân, tạo các điều kiện cần thiết để không ngừng mở rộng các hoạt động thể dục, thể thao quần chúng, chú trọng hoạt động thể thao chuyên nghiệp, bồi dưỡng các tài năng thể thao". [62]; Trong Hiến pháp Nước Cộng hòa XHCN Việt Nam sửa đổi năm 2013 tại Điều 37 đã quy định: "Thanh niên được Nhà nước, gia đình và xã hội tạo điều kiện học tập, lao động, giải trí, phát triển thể lực, trí tuệ, bồi dưỡng đạo đức,

truyền thống dân tộc, ý thức công dân; đi đầu trong công cuộc lao động sáng tạo và bảo vệ Tổ quốc". [65]

Trong chỉ thị số 36/CT/TW ngày 24-03-1994 của Ban Bí thư Trung ương Đảng (khóa VII), Ban bí thư TW Đảng đã giao trách nhiệm cho Bộ GD-ĐT và Tổng cục TDTT thường xuyên phối hợp chỉ đạo tổng kết công tác GDTC, cải tiến chương trình giảng dạy, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, đào tạo GV TDTT cho trường học các cấp, tạo những điều kiện cần thiết về CSVC để thực hiện chế độ GDTC bắt buộc ở tất cả các trường học, làm cho việc tập luyện TDTT trở thành nếp sống hàng ngày của hầu hết HS, SV, qua đó phát hiện và tuyển chọn được nhiều tài năng thể thao cho quốc gia. Chỉ thị đã thể hiện rất rõ quan điểm của Đảng ta, đưa việc tập luyện TDTT thành nếp sống hàng ngày của HS, SV trong trường học các cấp. [2]

Năm 2000, khi hoạt động TDTT lần đầu tiên được luật hóa thông qua, Pháp lệnh TDTT được ban hành [63] đã dành 1 chương với 6 điều quy định về hoạt động thể dục, thể thao trường học, trong đó quy định rõ “Nhà nước khuyến khích hoạt động thể dục, thể thao ngoại khoá trong nhà trường” (điều 14, mục 3). Sau một thời gian dài chuẩn bị, năm 2006 Luật TDTT được Quốc hội thông qua, ghi dấu ấn mới cho sự phát triển TDTT của nước nhà. Luật TDTT đã dành riêng một mục gồm 6 điều để quy định về công tác GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường, trong đó quy định trách nhiệm của nhà trường là “Tổ chức cho người học tham gia các hoạt động thể thao ngoại khoá” (điều 22, mục 3). Đây là cơ sở pháp lý để tăng cường trách nhiệm đối với công tác TDTT nói chung, công tác TDTT trong trường học nói riêng [64].

Không chỉ lãnh đạo TDTT và GD&ĐT bằng đường lối, chính sách, mà Nhà nước còn đề ra những giải pháp chỉ đạo thực hiện hiệu quả. Một trong những giải pháp là đẩy mạnh công tác xã hội hóa (XHH) GD và TDTT. Với quan điểm GD và TDTT là sự nghiệp của toàn dân, Chính phủ đã ban hành Nghị quyết số 05/NQ-CP về việc đẩy mạnh XHH các lĩnh vực GD và TDTT (2005) về chính sách XHH đối với các hoạt động trong lĩnh vực GD, dạy nghề, văn hóa, thể thao nhằm huy động nguồn lực của toàn xã hội cho sự nghiệp GD và TDTT. Các văn bản này đã tạo cơ sở pháp lý để các ngành đẩy mạnh công tác XHH, làm cho mọi thành phần trong xã hội đổi mới quan điểm, nhận thức và giải pháp thực hiện XHH, tạo điều kiện để toàn xã hội tham gia HD và đầu tư các nguồn lực để phát triển công tác GDTC và

phong trào thể thao cho mọi người, nâng cao thành tích thể thao đỉnh cao và hội nhập quốc tế [77].

Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 của Thủ tướng Chính phủ “Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường”: “GDTC trong nhà trường là nội dung giáo dục, môn học bắt buộc, thuộc chương trình giáo dục của các cấp học và trình độ đào tạo, nhằm trang bị cho trẻ em, HS, SV các kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập thể dục, thể thao để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện”. [82]

Chiến lược phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020 đã dành riêng một phần quan trọng cho GDTC và hoạt động thể thao trường học. Đề cập đến những yếu kém, tồn tại của công tác GDTC, Chiến lược đã nêu: “Công tác GDTC trong nhà trường và các hoạt động TDTT NK của HS, SV chưa được coi trọng, chưa đáp ứng yêu cầu duy trì và nâng cao sức khỏe cho HS, là một trong số các nguyên nhân khiến cho thể lực và tầm vóc người Việt Nam thua kém rõ rệt so với một số nước trong khu vực... Chương trình chính khóa cũng như nội dung hoạt động ngoại khóa còn nghèo nàn, chưa hợp lý, không hấp dẫn HS tham gia các hoạt động TDTT NK” [78, tr.5]. Trong đó đã nêu ra các chỉ tiêu đến năm 2015 có 100% số trường phổ thông thực hiện đầy đủ chương trình GDTC nội khóa, 45% số trường phổ thông có CLB TDTT, có CSVC đủ phục vụ cho hoạt động TDTT, có đủ GV và hướng dẫn viên TDTT, thực hiện tốt hoạt động TDTT NK, 75% số HS được đánh giá và phân loại thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể [78].

Nhằm phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam để nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, phục vụ sự nghiệp CNH-HĐH, Thủ tướng đã phê duyệt Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030; trong đó có chương trình phát triển thể lực, tầm vóc bằng giải pháp tăng cường GDTC. Một trong những nội dung chủ yếu của chương trình này là: “Đảm bảo chất lượng dạy và học TD chính khóa, các hoạt động TDTT NK cho HS, xây dựng chương trình GDTC hợp lý...” và “Tận dụng các công trình TDTT trên địa bàn để phục vụ cho hoạt động GDTC trong trường học” [79, tr.162].

Nghị quyết số 08-NQ/TW của Bộ Chính trị ngày 01 tháng 12 năm 2011 về việc tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020: “Mục tiêu của Nghị Quyết này là nhằm tiếp tục hoàn thiện bộ máy tổ chức, đổi mới quản lý, nâng cao chất lượng đội ngũ cán bộ thể dục, thể thao; tăng

cường CSVN, đẩy mạnh nghiên cứu khoa học, công nghệ làm nền tảng phát triển mạnh mẽ và vững chắc sự nghiệp TDTT; đến năm 2020” [6]; Chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị Ban Chấp hành Trung ương Đảng khoá XI về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020 (Ban hành kèm theo Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14/01/2013 của Chính phủ) [80] đã khẳng định: “Đổi mới chương trình và phương pháp GDTC, gắn GDTC với giáo dục ý chí, đạo đức, giáo dục quốc phòng, giáo dục sức khỏe và kỹ năng sống của HS, SV. Mở rộng và nâng cao chất lượng hoạt động TDTT quần chúng: Nâng cao chất lượng phong trào “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”, vận động và thu hút đông đảo nhân dân tham gia tập luyện thể dục, thể thao...; Các cấp uỷ Đảng, chính quyền, mặt trận Tổ quốc và các tổ chức chính trị.xã hội cần quán triệt sâu sắc các quan điểm của Đảng về công tác thể dục, thể thao” [80].

Ngày 26 tháng 12 năm 2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Thông tư số: 32/2018/TT-BGDĐT ban hành chương trình giáo dục phổ thông, trong đó ban hành về chương trình giáo dục phổ thông tổng thể và các chương trình môn học và hoạt động giáo dục của cấp tiểu học, cấp trung học cơ sở và cấp trung học phổ thông. Trong đó, giáo dục thể chất là một trong trong 8 năng lực chủ yếu, có tầm quan trọng đặc biệt góp phần phát triển toàn diện cho học sinh và GDTC đã trở thành môn học bắt buộc được thực hiện từ lớp 1 tới lớp 12 trong trường giáo dục phổ thông. [17]

Như vậy, có thể dễ dàng nhận thấy, Đảng và Nhà nước đã coi trọng công tác GDTC và hoạt động TDTT NK, coi việc tăng cường sức khỏe cho HS, SV trong trường học các cấp là vấn đề cơ bản, quan trọng trong việc giáo dục toàn diện cho HS.

1.2. Những khái niệm có liên quan

1.2.1. Thể dục thể thao ngoại khóa

TDTT NK (còn gọi là thể thao ngoại khóa) là khái niệm được sử dụng trong các văn bản chính thống của Đảng, Nhà nước, Ngành Giáo dục và Đào tạo, Ngành Văn hóa, Thể thao và Du lịch quy định về hoạt động tập luyện TDTT tự nguyện của học sinh trong trường học các cấp. Có thể hiểu rõ khái niệm này qua các văn bản sau:

Trong Pháp lệnh Thể dục, Thể thao, văn bản được luật hóa đầu tiên trong lĩnh vực Thể dục thể thao đã quy định: “Thể dục, thể thao trường học bao gồm GDTC

và hoạt động thể dục, thể thao ngoại khoá cho người học”. Trong văn bản này, hoạt động thể dục, TDTT NK đã được chính thức công nhận sử dụng trong giáo dục con người phát triển toàn diện. [63]

Trong Luật Thể dục, Thể thao của Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam ban hành năm 2006, “Hoạt động thể thao trong nhà trường là hoạt động tự nguyện của người học được tổ chức theo phương thức ngoại khoá phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khoẻ nhằm tạo điều kiện cho người học thực hiện quyền vui chơi, giải trí, phát triển năng khiếu thể thao”. [64]

Năm 2008, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành quyết định số: 72/2008/QĐ-BGDĐT ban hành quy định tổ chức hoạt động TDTT NK cho học sinh, sinh viên. [13]

Theo Nghị định Số: 11/2015/NĐ-CP quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường: “Hoạt động thể thao trong nhà trường là hoạt động tự nguyện của học sinh, sinh viên, được tổ chức theo phương thức ngoại khoá, câu lạc bộ thể dục, thể thao, nhóm, cá nhân phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khoẻ, nhằm hoàn thiện các kỹ năng vận động, hỗ trợ thực hiện mục tiêu GDTC thông qua các hình thức luyện tập, thi đấu thể thao, tạo điều kiện cho học sinh, sinh viên thực hiện quyền vui chơi, giải trí, phát triển năng khiếu thể thao; phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu, tài năng thể thao”. [82]

Trong Luật Thể dục, Thể thao được Văn phòng Quốc hội ban hành ngày 29 tháng 6 năm 2018 [95], Giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường học vẫn được quy định tách rời thành hai phần, tương tự như trong Luật Thể dục, Thể thao của Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam ban hành năm 2016.

Như vậy, có thể hiểu hoạt động TDTT NK, còn gọi là TDTT NK là hoạt động tập luyện TDTT tự nguyện của người học được tổ chức theo phương thức ngoại khoá phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khoẻ nhằm tạo điều kiện cho người học thực hiện quyền vui chơi, giải trí, phát triển năng khiếu thể thao.

1.2.2. Hiệu quả và hiệu quả giáo dục

1.2.2.1. Hiệu quả

Có rất nhiều quan điểm khác nhau về chất lượng được các nhà nghiên cứu đưa ra trên cơ sở nghiên cứu ở các góc độ khác nhau.

Theo Philip. B. Groby: “Hiệu quả là sự phù hợp với những yêu cầu hay đặc tính nhất định”.

J. Jujan lại cho rằng: “Hiệu quả sự phù hợp với các mục đích và việc sử dụng”

Các khái niệm trên được nhìn nhận một cách linh hoạt và gắn liền nhu cầu, mục đích sử dụng của người tiêu dùng.

Theo từ điển Tiếng Việt thông dụng [101]: “Hiệu quả là khả năng tạo ra kết quả mong muốn hoặc khả năng sản xuất ra sản lượng mong muốn. Khi cái gì đó được coi là có hiệu quả, nó có nghĩa là nó có một kết quả mong muốn hoặc mong đợi, hoặc tạo ra một ấn tượng sâu sắc, sinh động”.

Các khái niệm trên cho thấy, dù được tiếp cận dưới góc độ nào, hiệu quả đều phải đảm bảo hai đặc trưng chủ yếu:

Hiệu quả luôn gắn liền với thực thể vật chất nhất định, không có hiệu quả nào tách biệt khỏi thực tế. Thực thể được hiểu theo nghĩa rộng, không chỉ là sản phẩm mà còn bao hàm cả các hoạt động, quá trình, tổ chức hay con người.

Hiệu quả được đo bằng sự thỏa mãn nhu cầu. Nhu cầu bao gồm cả những nhu cầu đã nêu ra và những nhu cầu tiềm ẩn được phát hiện trong quá trình sử dụng.

Dưới góc độ nghiên cứu luận án, chúng tôi tiếp cận khái niệm: hiệu quả được đo bởi sự thỏa mãn nhu cầu, không gian, điều kiện sử dụng.

1.2.2.2. Hiệu quả giáo dục

Hiệu quả giáo dục là một vấn đề luôn được xã hội quan tâm vì tầm quan trọng của nó với sự nghiệp phát triển đất nước nói chung, sự nghiệp giáo dục nói riêng. Mọi hoạt động giáo dục được thực hiện đều hướng tới mục đích góp phần đảm bảo, nâng cao chất lượng giáo dục và một nền giáo dục ở bất kì quốc gia nào cũng phải là một nền giáo dục chất lượng. Vậy chất lượng giáo dục là gì?

Theo Trần Văn Đám (2005) quan niệm: Hiệu quả giáo dục là sự phù hợp với mục tiêu giáo dục [32]; Theo Hà Thế Ngữ: Hiệu quả giáo dục là chất lượng của nhân cách được đào tạo và cũng là chất lượng của quá trình đào tạo nhân cách. Để có được hiệu quả giáo dục; một mặt, phải tổ chức tốt quá trình sư phạm trong và ngoài nhà trường; mặt khác, phải phát huy tác dụng của nguồn lực xã hội, cải biến các quá trình xã hội, để biến chúng thành quá trình xã hội.sư phạm thống nhất [57].

Theo PGS.TS. Nguyễn Văn Đản (Trường đại học Sư phạm Hà Nội), hiệu quả giáo dục là những lợi ích, giá trị mà kết quả học tập đem lại cho cá nhân và xã hội, trước mắt và lâu dài. Khái niệm trên được đúc kết từ nhiều góc độ khác nhau. Dưới góc độ quản lý hiệu quả, thì hiệu quả giáo dục là học sinh vừa cần phải nắm được các kiến thức kỹ năng, phương pháp chuẩn mực thái độ sau một quá trình học; đáp

ứng được các yêu cầu khi lên lớp, chuyển cấp, vào học nghề hay đi vào cuộc sống lao động...

Dưới góc độ giáo dục học thì chất hiệu quả giáo dục được giới hạn trong phạm vi đánh giá sự phát triển của cá nhân sau quá trình học tập và sự phát triển xã hội khi họ tham gia vào các lĩnh vực hoạt động kinh tế sản xuất, chính trị.xã hội, văn hóa, thể thao.

Nhìn từ mục tiêu giáo dục thì hiệu quả giáo dục được quy về chất lượng hoạt động của người học. Chất lượng đó phải đáp ứng được các yêu cầu về mục tiêu của cá nhân và yêu cầu xã hội đặt ra cho giáo dục...

TS. Tô Bá Trọng (Viện chiến lược và Chương trình giáo dục) thì cho rằng, hiệu quả giáo dục là hiệu quả con người được đào tạo từ các hoạt động giáo dục. Hiệu quả ở đây phải được hiểu theo hai mặt của một vấn đề: Cái phẩm chất của con người gắn liền với người đó, còn giá trị của con người thì phải gắn liền với đòi hỏi của xã hội. Theo quan niệm hiện đại, hiệu quả giáo dục phải bảo đảm hai thuộc tính cơ bản: tính toàn diện và tính phát triển.

Từ việc dẫn ra nhiều định nghĩa khác nhau về hiệu quả giáo dục, PGS.TSKH Bùi Mạnh Nhị (Trường đại học Sư phạm TP Hồ Chí Minh) cho rằng, cách hiểu phổ biến hiện nay về hiệu quả giáo dục là sự đáp ứng mục tiêu đề ra của giáo dục.

1.2.3. Hiệu quả giáo dục thể chất

Hiệu quả GDTC là kết quả tổng hợp của quá trình GDTC, phản ánh trong các phẩm chất và năng lực, đặc biệt là năng lực thể chất của người học, phù hợp với mục tiêu GDTC cho từng cấp học, bậc học và ngành nghề đào tạo.

Đánh giá hiệu quả GDTC cho học sinh trong trường học các cấp về cơ bản là quá trình xác định thực hiện các mục tiêu trên thực tế của việc dạy học môn học GDTC trong nhà trường; là quá trình dựa vào mục tiêu để đánh giá sự phát triển, sự tiến bộ của học sinh, thành quả và giá trị của việc thực hiện kế hoạch giáo dục.

Theo tác giả Vũ Đức Văn: Mục tiêu cuối cùng đánh giá hiệu quả GDTC phải trả lời các câu hỏi chất lượng dạy học "tăng lên", "đứng yên" hay "tụt xuống", "phù hợp" hay "chưa phù hợp", nguyên nhân và mức độ của chúng [97].

Trong thực tiễn, người ta có thể đánh giá hiệu quả GDTC một cách trực tiếp chất lượng sản phẩm giáo dục (người học) hoặc đánh giá gián tiếp, thông qua việc đánh giá chất lượng các điều kiện bảo đảm chất lượng giáo dục và có thể kết hợp cả hai cách đánh giá nêu trên

Đánh giá trực tiếp hiệu quả sản phẩm GDTC ở trường học: là đánh giá sự đáp ứng các yêu cầu (mục tiêu) của sản phẩm giáo dục về các mặt kiến thức, kĩ năng (đặc biệt là các kỹ năng vận động và các năng lực thể chất) và thái độ của học sinh với các hoạt động GDTC.

1.2.4. Biện pháp

Có nhiều khái niệm khác nhau về “biện pháp” do tiếp cận từ nhiều góc độ khác nhau. Có thể kể tới một số khái niệm sau:

Tiếp cận từ nghĩa gốc của từ: Biện có nghĩa là cách làm; pháp có nghĩa là phép. Biện pháp có thể được hiểu là cách thức giải quyết một vấn đề cụ thể, đây cũng là một trong những cách hiểu phổ biến được nhiều người sử dụng.

Theo quan điểm của từ điển tiếng Việt (1996): “Biện pháp” được hiểu là phương pháp giải quyết một vấn đề cụ thể nào đó. Tìm biện pháp tốt nhất. Dùng biện pháp thương lượng để chấm dứt xung đột. Biện pháp chính trị. Biện pháp tình thế. Cách hiểu này tương đương cách tiếp cận từ nghĩa gốc của từ. [59]

Theo từ điển tiếng Việt thông dụng: Biện pháp được hiểu theo nghĩa gốc của từ, là cách thức giải quyết một vấn đề khó khăn. [104]

Trong phạm vi nghiên cứu của luận án, chúng tôi tiếp cận ý nghĩa của từ “biện pháp” dưới góc độ là cách thức giải quyết một vấn đề cụ thể.

1.2.5. Học sinh trung học phổ thông

Trung học phổ thông là một bậc trong hệ thống giáo dục ở Việt Nam hiện nay, cao hơn tiểu học, trung học cơ sở và thấp hơn cao đẳng hoặc đại học. Trung học phổ thông kéo dài 3 năm (từ lớp 10 đến lớp 12). Để tốt nghiệp bậc học này, học sinh phải vượt qua Kỳ thi trung học phổ thông quốc gia.

Học sinh Trung học phổ thông là thuật ngữ để chỉ nhóm học sinh lứa tuổi thanh niên (từ 15, 16 tới 17, 18 tuổi).

1.3. Khái quát về hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa trong trường học

1.3.1. Vai trò và nguyên tắc tổ chức hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa

Hoạt động TDTT NK có vị trí quan trọng trong giáo dục và TDTT trường học. Các hoạt động ngoại khóa kết hợp cùng các hoạt động dạy học cấu thành một cấu trúc giáo dục trường học hoàn chỉnh, góp phần hoàn thành mục tiêu, nhiệm vụ giáo dục. TDTT NK cùng với GDTC nội khóa là một thể thống nhất của TDTT trường học và song song tồn tại, hỗ trợ, bổ sung cho nhau không thể thiếu mặt nào.

Trong quá trình tổ chức tập luyện thể thao còn có thể giải quyết có hiệu quả các nhiệm vụ: Tăng cường sức khỏe, phát triển toàn diện và hài hòa; giáo dục tố chất thể lực và hình thành các kỹ năng, kỹ xảo vận động cần thiết trong sinh hoạt và lao động; trang bị những tri thức cần thiết để thực hành TDTT trong lao động và đời sống hàng ngày; hình thành thế giới quan duy vật về sự giác ngộ chính trị, giáo dục chủ nghĩa yêu nước, ý thức tập thể... phát hiện và tuyển chọn năng khiếu thể thao.

Vì vậy, hoạt động TDTT NK là một bộ phận cấu thành quan trọng của TDTT trường học, là con đường trọng yếu để thực hiện mục đích, nhiệm vụ của TDTT trường học. Mặt khác, các buổi tập TDTT NK có cấu trúc đơn giản, nội dung hẹp hơn so với giờ học chính khóa, đòi hỏi ý thức tự tập luyện, tinh thần độc lập, sáng tạo cao. Nhiệm vụ cụ thể và nội dung buổi tập ngoại khóa phụ thuộc vào sở thích và hứng thú cá nhân, của những học sinh có nhu cầu, ham thích tập luyện TDTT trong thời gian nhàn rỗi, thông qua vận động tập luyện giúp phát triển thể chất, nâng cao thành tích thể thao cho học sinh. Giờ học TDTT NK có thể sử dụng nhằm củng cố, hoàn thiện các bài học nội khóa, được tiến hành vào giờ tự học của học sinh, dưới sự hướng dẫn của giáo viên thể dục hoặc tự tập luyện tự do. Ngoài ra, các hoạt động TDTT NK của học sinh trong trường học các cấp còn có: Luyện tập trong các CLB, các đội tuyển từng môn thể thao; Các bài tập thể dục vệ sinh chống mệt mỏi hàng ngày; TDTT buổi sáng; Giờ tự tập luyện; phong trào rèn luyện thân thể... Như buổi tập nội khóa, buổi tập ngoại khóa phải đảm bảo cơ thể dần dần bước vào hoạt động, tạo điều kiện tốt nhất để thực hiện phần cơ bản và phần kết thúc của buổi tập. [58], [75]

Do nội dung buổi tập ngoại khóa có sự khác biệt nên cách tổ chức tập luyện cũng có những đặc trưng riêng. Hoạt động TDTT ngoại khóa với sự năng động giúp thu hút đông đảo các cá nhân tham gia tập luyện các môn thể thao yêu thích, rèn luyện thân thể, tham gia cổ vũ phong trào...

Giữa hình thức tập luyện TDTT nội khóa và ngoại khóa có mối liên hệ mật thiết lẫn nhau. Tập luyện TDTT NK giữ vai trò quan trọng, vị trí bổ sung và củng cố hiệu quả công tác GDTC nội khóa trong nhà trường và góp phần tạo nếp sống vận động và rèn luyện thân thể lành mạnh, sôi nổi, phong phú vui tươi, lạc quan... phòng tránh các tệ nạn xã hội. Việc kết hợp tốt giữa tập luyện Thể dục nội khóa với TDTT NK giúp học sinh tăng cường thời gian vận động, có sức khỏe tốt, thân hình đẹp và tạo điều kiện nâng cao kết quả học tập môn học Thể dục nói riêng và thành tích học tập của học sinh nói chung. [90]

Trong công trình nghiên cứu của mình, tác giả Trịnh Trung Hiếu đã đưa ra 3 nguyên tắc chung của giáo dục TDTT là: Kết hợp giáo dục TDTT với thực tiễn lao động và chiến đấu; phát triển con người toàn diện và nâng cao sức khỏe [46]

Theo Nôvicốp A. D, Mátvêép L. P, việc tổ chức GDTC ngoài trường học được thực hiện trên các cơ sở luận điểm: Phù hợp với các mục tiêu, nhiệm vụ và nguyên tắc GDTC; Có sự liên hệ, phối hợp chặt chẽ của tất cả các ngành, cơ quan, tổ chức quan tâm trực tiếp đến hoạt động này cũng như của gia đình và xã hội Kế thừa kết quả GDTC trong trường học, giúp cho học sinh được tăng cường vận động, nâng cao và mở rộng kiến thức, kỹ năng, kỹ xảo TDTT, tổ chức nghỉ ngơi lành mạnh cho học sinh; Sử dụng các hình thức hoạt động đa dạng, phù hợp với sự ham thích, đặc điểm lứa tuổi và trình độ thể lực của người tập; Thường xuyên dựa trên kỷ luật tự giác, ham thích và lợi ích đối tượng tập luyện; Bảo đảm sự chỉ đạo về phương pháp và việc kiểm tra y học có chất lượng đối với tất cả các hình thức cơ bản về tập luyện TDTT ngoài trường học [58]

Như vậy, trong khâu tổ chức, hướng dẫn tập luyện TDTT NK cần nắm rõ đặc điểm phát triển tâm sinh lý của từng lứa tuổi học sinh, nhu cầu, sở thích tập luyện... các điều kiện cần và đủ để thực hiện công tác này. Ngoài ra cần chú ý một số nguyên tắc cơ bản sau:

Phù hợp với xu hướng phát triển chung và đạt hiệu quả thực tiễn

Đáp ứng nhu cầu, sở thích của đối tượng

Tự nguyện, tự giác

Có chương trình, kế hoạch cụ thể và có thể lồng ghép khoa học giữa tập luyện và thi đấu phong trào

Xã hội hóa công tác TDTT NK, đảm bảo tính phổ thông đại chúng.

1.3.2. Mục đích tổ chức hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa

Tổ chức TDTT NK cho học sinh là việc làm thiết thực và được thể hiện với các mục đích sau:

1.3.2.1. Thỏa mãn nhu cầu vận động của học sinh

Trong suốt những năm học phổ thông, học sinh chỉ được học Thể dục nội khóa tương đương 2 tiết/ tuần và 35 tuần/ năm học, trong khi đó thời gian tập luyện TDTT NK nhiều gấp bội. Vận động là nhu cầu cơ bản nhất của học sinh trong trường học các cấp, trong đó có học sinh. Vì thế, phải có đủ sân bãi, phòng tập TDTT là điều kiện không thể thiếu để thành lập một trường học đủ chuẩn. Thỏa mãn nhu cầu vận động cũng là một trong những tiêu chí tiên quyết khi phụ huynh

lựa chọn trường học cho con em họ. Theo Tổ chức y tế thế giới (WHO) ước tính: Khoảng 1.900.000 ca tử vong trên toàn cầu là do không hoạt động thể chất. Nguyên nhân này cũng chiếm khoảng 10-16% trong các trường hợp ung thư vú, ruột kết và trực tràng, bệnh tiểu đường, khoảng 22% bệnh tim thiếu máu cục bộ. Nguy cơ mắc bệnh tim mạch tăng lên đến 1,5 lần ở những người không tuân theo tối thiểu các hoạt động thể chất như khuyến nghị [107]. Tổ chức y tế thế giới cũng cảnh báo: “Giảm hoạt động thể chất và chương trình GDTC trong trường học là một xu hướng đáng báo động trên toàn thế giới” [107]. Do đó, tổ chức thêm hoạt động TDDT NK để thỏa mãn nhu cầu này là điều rất cần thiết.

1.3.2.2. Hình thành chế độ học tập - nghỉ ngơi hợp lý

Theo A.D.Nôvicôp - L.P.Matvêep: Sự phát triển của khoa học kỹ thuật và lượng thông tin mới ngày càng nhiều làm cho lao động học tập của học sinh trong trường học các cấp ngày càng trở nên nặng nhọc, căng thẳng. TDDT là phương tiện để hợp lý để giảm tải áp lực học tập, tạo chế độ hoạt động, nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao năng lực hoạt động trong tất cả các thời kỳ học tập ở trường [58]

1.3.2.3. Tạo môi trường vận động, vui chơi, giải trí lành mạnh, hướng học sinh vào các hoạt động tích cực, tránh xa các tệ nạn xã hội

Bước vào thời kỳ hội nhập toàn cầu, kinh tế xã hội phát triển, đời sống xã hội nói chung và học sinh phổ thông nói riêng càng cao và các điều kiện để thỏa mãn các loại nhu cầu này càng đa dạng. Thực chất họ có những nhu cầu rất lành mạnh và chính đáng như: Nhu cầu được vận động, tập luyện TDDT, vui chơi giải trí...nhưng hiện nay, do các trường còn nhiều khó khăn về sân bãi, cơ sở vật chất nên chưa thỏa mãn đầy đủ các yêu cầu này. Trong khi đó, môi trường xã hội bên ngoài thì phức tạp và luôn cám dỗ giới trẻ đi chệch hướng. Theo tác giả Lê Châu: “Tình trạng thanh thiếu niên, HS, SV phạm tội có chiều hướng gia tăng. Trong số 24.608 đối tượng phạm tội có 2.333 là đối tượng HS, SV chiếm 9,48%, 2.904 đối tượng phạm tội dưới 18 tuổi, chiếm 11,8%...” [19] Số liệu thống kê của Ủy ban Quốc gia Phòng chống AIDS, phòng chống ma túy và mại dâm cũng chỉ ra, từ năm 2001 - 2007, số lượng HS, SV nghiện ma túy mỗi năm vào khoảng trên dưới 1.000 em. Ma túy đã gây ảnh hưởng xấu đến việc học tập, rèn luyện của những chủ nhân tương lai của đất nước. [19] Qua đó, dễ nhận thấy việc tạo môi trường TDDT NK lành mạnh, hướng SV vào các hoạt động tích cực, tránh xa các tệ nạn xã hội là rất quan trọng và vô cùng cấp thiết.

1.3.3. Đặc điểm hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa

Đặc điểm hoạt động TDTT NK trong các trường phổ thông có đầy đủ các đặc điểm của hoạt động TDTT NK nói chung và được tiếp cận dưới nhiều góc độ:

Theo quan điểm của tác giả Nguyễn Toán và Phạm Danh Tồn, các buổi tập TDTT NK thường có cấu trúc đơn giản và nội dung hẹp hơn so với buổi tập nội khóa (còn gọi là chính khóa). Hình thức tập luyện này đòi hỏi ý thức kỷ luật, tinh thần độc lập và sáng tạo cao. Nhiệm vụ cụ thể và nội dung buổi tập ngoại khóa chủ yếu phụ thuộc vào sở thích và hứng thú cá nhân. [85]

Tác giả Lê Văn Lãm và Phạm Xuân Thành [53] lại có quan điểm cho rằng: Khi tổ chức hoạt động TDTT NK cần lưu ý đến các mặt: Tính chất hoạt động mềm hóa giữa bắt buộc và tự nguyện; Nội dung phong phú, linh hoạt không bị hạn chế; Không gian địa điểm tiến hành rộng lớn (trong trường hoặc ngoài trường); Hình thức đa dạng có thể tiến hành theo cá nhân, nhóm, khóa, trường; Thời gian hoạt động có thể tiến hành bất kỳ lúc nào trong ngày tùy theo điều kiện thời gian của học sinh; Cán bộ, giáo viên đóng vai trò hướng dẫn, tư vấn, định hướng; còn học sinh phát huy vai trò chủ thể, tích cực chủ động phát huy lòng đam mê, hứng thú TDTT năng khiếu, năng lực sáng tạo của mình; Quy mô hoạt động TDTT NK thể hiện qua số lượng học sinh, cán bộ - giáo viên, cán bộ Đoàn, Công đoàn, phụ huynh học sinh cùng tham gia. Số môn thể thao tổ chức được cho học sinh tập luyện, số giải thi đấu tham gia các cấp trong năm...

Với đa số học sinh trong các trường phổ thông, tập luyện TDTT NK có tính phổ cập, chủ yếu biết chơi một môn thể thao nào đó để rèn luyện sức khỏe là đã tốt rồi. Nhưng trong số hàng ngàn đến hàng vạn học sinh, sẽ có những em có năng khiếu đặc biệt nổi trội thì đây chính là những nhân tố tích cực để hình thành nên các đội tuyển, đội tiêu biểu thể thao của trường. Đối tượng này cần có chế độ tập luyện chuyên biệt để nâng cao trình độ chuyên môn, sẵn sàng tham gia thi đấu các giải ngoài trường. Đây cũng là lực lượng hướng dẫn viên tích cực mà giáo viên GDTC cần phải chú tâm lựa chọn, đào tạo để hỗ trợ hướng dẫn cho nhóm học sinh ở trình độ phổ cập.

TDTT ngoại khóa vừa bổ sung kiến thức thực hành cho giờ nội khóa nhưng nó cũng có những đặc thù riêng mà GDTC nội khóa không có được. TDTT NK cùng với GDTC nội khóa hình thành nên một thể thống nhất của TDTT trường học.

1.3.4. Nội dung tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa

Cấu trúc của giờ tập luyện ngoại khóa thường đơn giản hơn so với giờ học chính khóa, đòi hỏi ý thức tự tập luyện, tinh thần độc lập sáng tạo cao.

Nhiệm vụ cụ thể và nội dung buổi tập phụ thuộc vào hứng thú, sở thích của cá nhân, nội dung hoạt động TDTT NK đa dạng và phong phú, không bị quy định của chương trình GDTC.

Ở Việt Nam, hiện nay có hơn 100 môn thể thao được đưa vào tập luyện và thi đấu chính thức trong các đại hội thể dục thể thao toàn quốc và Seagems... trong đó có rất nhiều môn thể thao để lựa chọn tập luyện theo sở thích của sinh viên như: điền kinh, võ, bơi, cầu lông, bóng đá, bóng bàn, khiêu vũ thể thao, bóng chày, đá cầu...

Do nội dung buổi tập ngoại khóa có khác biệt nên cách tổ chức tập luyện có đặc trưng riêng. Hoạt động ngoại khóa với chức năng động viên hấp dẫn nhiều người hơn tham gia tập luyện các môn thể thao yêu thích, rèn luyện thân thể, tham gia cổ vũ phong trào tự tập luyện rèn thân thể. Những buổi tập ngoại khóa có nội dung khác nhau giúp cho học sinh, sinh viên nắm được nội dung chương trình học tập về TDTT, chuẩn bị cho họ thi đạt chuẩn tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, ngoài ra giúp họ hoàn thiện các nội dung thể thao tự chọn. Việc kết hợp tốt giữa tập luyện thể dục thể thao nội khóa với ngoại khóa, giúp cho con người vận động có sức khỏe phát triển, có thân hình đẹp và tạo điều kiện nâng cao thành tích học tập của học sinh, sinh viên [107].

1.3.5. Hình thức tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa

Hình thức tập luyện TDTT NK: Là các phương thức rèn luyện ngoài giờ của cá nhân, tập thể hay theo nhóm nhằm mục đích duy trì và phát triển thể chất. Hình thức hoạt động TDTT ngoại khóa trong nhà trường rất đa dạng, phương pháp linh hoạt, có thể tiến hành nhiều cấp độ, quy mô toàn trường, toàn khóa, ngành, lớp hoặc đội tuyển, nhóm và cá nhân nên thỏa mãn nhu cầu khác nhau của sinh viên và được phân thành các hình thức hoạt động TDTT ngoại khóa khác nhau.

Tự tập luyện: Sinh viên tự tập luyện Thể dục thể thao theo nhu cầu cá nhân để nâng cao chất lượng nội khóa của bản thân hoặc tự chơi một số môn thể thao yêu thích. Với loại hình này có cấu trúc khá phức tạp bao gồm người tập có thể tập thể lực chung, thể lực chuyên môn, thể lực cho môn thể thao, thể lực thực dụng. Loại hình này đòi hỏi khá cao ý chí của người tập, cùng sự am hiểu tối thiểu về nguyên tắc, phương pháp tập luyện, tính hệ thống chặt chẽ trong việc xác định nhiệm vụ và lựa chọn bài tập, đòi hỏi nhiều thời gian, tuân thủ chế độ dinh dưỡng

cũng như lối sống đặc biệt, với hình thức này thì số sinh viên tập luyện khá đông nhưng không thường xuyên, lâu dài và tập luyện không được khoa học, khó có sự đảm bảo an toàn do đó khó có hiệu quả cao.

Hình thức tập luyện đội tuyển: Áp dụng trong giảng dạy, huấn luyện có năng khiếu về một môn thể thao lựa chọn: Điền kinh, thể dục, bóng rổ... với mục đích phát triển các tố chất thể lực, trang bị những tri thức kỹ năng, kỹ xảo vận động, rèn luyện phẩm chất ý chí, tính nhẫn nại tinh thần đồng đội. Các giờ loại này được tiến hành theo phương pháp riêng, đặc biệt chú ý đến định mức lượng vận động và phòng ngừa chấn thương.

Hình thức tập luyện buổi sáng: nhằm giúp cho cơ thể thúc đẩy nhanh việc chuyển cơ thể từ trạng thái ể oải vừa ngủ dậy sang trạng thái tỉnh táo, giúp cho cơ thể thích nghi với một ngày làm việc mới, tạo lên cảm giác sảng khoái, với bầu không khí trong lành, thoáng đãng, đây là hình thức tập luyện rất có lợi cho sức khỏe và dễ tập, ai cũng có thể tham gia. Lợi ích rõ nhất của hình thức này là không khí tập luyện trong lành, môi trường thân thiện, không phân biệt lứa tuổi, giới tính, địa vị xã hội. Địa điểm tập luyện rất đơn giản có thể tận dụng mọi địa hình như sân tập, công viên, sân ký túc xá, đường phố,..

Hình thức tập luyện giữa giờ: Đây là hình thức tập luyện thường tiến hành vào giữa giờ giải lao nhằm giảm mệt mỏi cho người lao động, cho học sinh và sinh viên sau các giờ học căng thẳng, các bài tập thể dục giữa giờ thường là các bài thể dục tay không, thể dục nhịp điệu, Aerobic có thể sử dụng kết hợp với nhạc, các bài tập này thường có kết cấu đơn giản và trong thời gian ngắn.

Hình thức tập luyện câu lạc bộ: Đây là hình thức tập luyện Thể dục thể thao mang tính xã hội, tự nguyện, nhằm thu hút người ham thích TDTT để tập luyện đạt đến mục tiêu của TDTT được thành lập theo trình tự quy định, có cơ sở vật chất hoặc sân bãi tương đối ổn định, được tổ chức hướng dẫn theo kế hoạch.

Bản chất của CLB TDTT xét một cách toàn diện được thành lập xuất phát từ nhu cầu, nguyện vọng của những nhóm người để phát huy và hưởng thụ những lợi ích của TDTT, từ đó mục đích của từng người, nhóm người được thỏa mãn, với mục đích của người tập hay nhóm người tập là nâng cao sức khỏe hoặc giải trí, thì hoạt động CLB TDTT phải đảm bảo theo nguyên tắc tự nguyện, tự giác và tích cực.

Hình thức tập luyện theo nhóm, lớp: Học sinh được chia thành các nhóm nhỏ với các nhiệm vụ khác biệt phù hợp cho mỗi nhóm. Tập luyện theo nhóm tổ chức thường là các cuộc thi đấu thể thao, các buổi tập nâng cao sức khỏe, các ngày

hội TDTT. Chức năng của cuộc thi đấu thể thao rất phong phú. Thi đấu thể thao được tổ chức vì nhiều mục đích khác nhau: tuyên truyền trao đổi kinh nghiệm, củng cố tính đoàn kết, mở rộng quan hệ giao lưu. Đồng thời, còn là phương pháp giáo dục thể chất độc đáo.

Như vậy tập luyện TDTT NK có rất nhiều hình thức khác nhau và được tổ chức vào những khoảng thời gian rảnh rỗi của các em học sinh, sinh viên nó góp phần tạo lên nếp sống mới, lành mạnh, sôi nổi, phong phú, tươi vui, lạc quan loại bỏ được cuộc sống trống rỗng vô vị, lêu lổng của học sinh, sinh viên trong các giờ rảnh rỗi. Việc lựa chọn được hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa phù hợp với điều kiện của mỗi học sinh, sinh viên sẽ giúp con người có sức khỏe vững chắc, có thân hình đẹp và tạo điều kiện nâng cao thành tích học tập. [46], [58], [75], [85], [89]

1.3.6. Những yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa trong các trường trung học phổ thông

Hoạt động TDTT NK có ý nghĩa rất quan trọng đối với việc rèn luyện sức khỏe thể chất và sức khỏe tinh thần cho học sinh sau những giờ học tập căng thẳng. Bên cạnh đó, những hoạt động này còn tạo cho học sinh có một đời sống tinh thần lành mạnh, tạo hứng thú và niềm đam mê trong học tập nghiên cứu. Việc phát triển phong trào tập luyện TDTT NK trong các trường THPT chịu ảnh hưởng của nhiều yếu tố khác nhau, tuy nhiên, có thể quan tâm tới một số yếu tố cơ bản như:

1.3.6.1. Yếu tố cơ chế chính sách

Theo Lê Đức Luận: “Xu thế của giáo dục thế kỷ 21: Đối với các nước phát triển là xuất khẩu giáo dục, đối với các nước chậm phát triển sẽ phải nhập khẩu giáo dục. Theo tôi nghĩ, chúng ta nên có chính sách cụ thể khuyến khích các trường đại học tăng cường hợp tác quốc tế. Coi đó như một tiêu chí, thước đo về chất lượng, thương hiệu của trường đại học. Việc đánh giá dựa vào: 1) Số lượng chương trình hợp tác, liên kết đào tạo có hiệu quả với các trường đối tác nước ngoài, 2) Số lượng sinh viên nước ngoài đang theo học ở tại trường” [54].

Trong tình hình hiện nay để phát triển TDTT trường học nhà nước cần có chính sách cụ thể và tăng cường ngân sách để đào tạo, bồi dưỡng giáo viên, hướng dẫn viên TDTT; đầu tư cơ sở vật chất, sân bãi và dụng cụ tập luyện cho hoạt động giáo dục thể chất trong các trường học từ cấp học mầm non trở lên. Thực hiện mỗi trường đều có giáo viên TDTT và có sân bãi, dụng cụ tập luyện. Nhà nước cần xây dựng và thực hiện các chế độ, chính sách khuyến khích về giáo dục thể chất đối với

trường học cũng như đối với giáo viên, học sinh. Có thể coi đây là khâu đột phá để phát triển thể thao trường học.

Trước hết cần tạo sự chuyển biến mạnh mẽ trong nhận thức của các cấp uỷ đảng, chính quyền các cấp về tầm quan trọng của nhiệm vụ bảo vệ, chăm sóc sức khoẻ thể chất cho trẻ em, nhằm đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng và bảo vệ tổ quốc. Chăm sóc sức khoẻ thể chất cho trẻ em phải được toàn xã hội quan tâm và tham gia một cách tự giác, tích cực. Cần có sự phối hợp thống nhất và đồng bộ giữa các ngành, các cấp, các tổ chức xã hội trong thực hiện chiến lược chăm sóc sức khoẻ trẻ em [18].

Theo Lê Quý Phương: Trong mối quan hệ với đời sống kinh tế xã hội, phát triển TDTT là một yêu cầu khách quan, một mặt quan trọng của chính sách xã hội nhằm chăm lo cho con người, phục vụ đắc lực cho những nhiệm vụ phát triển đất nước về mọi mặt: kinh tế, xã hội, văn hoá, quốc phòng. TDTT là phương tiện có hiệu quả và có khả năng thực thi để ngăn chặn tình trạng sa sút về sức khoẻ của nhân dân, đặc biệt là của thế hệ trẻ, từng bước nâng cao thể lực của con người Việt Nam, đáp ứng yêu cầu lao động trong những điều kiện mới và sẵn sàng bảo vệ tổ quốc. Với ý nghĩa đó, phát triển TDTT được coi là nội dung quan trọng của chính sách xã hội. Cương lĩnh của Đảng đã khẳng định: “Chính sách xã hội đúng đắn vì hạnh phúc con người là động lực to lớn phát huy mọi tiềm năng sáng tạo của nhân dân trong sự nghiệp xây dựng chủ nghĩa xã hội”, đồng thời nêu rõ một trong những nội dung quan trọng của chính sách xã hội là “bảo đảm và không ngừng nâng cao đời sống vật chất của mọi thành viên trong xã hội về ăn, ở, đi lại, học tập, nghỉ ngơi, chữa bệnh và nâng cao thể chất” [60].

Theo Trương Anh Tuấn: Thể dục thể thao trường học (TDTT) là bộ phận cơ bản của nền TDTT nước ta. Quan tâm lãnh đạo công tác TDTT trường học có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm thúc đẩy giáo dục thể chất, nâng cao sức khoẻ, thể lực, đời sống văn hóa tinh thần của học sinh để chủ động chuẩn bị nguồn nhân lực, mặt khác nhằm góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu, phát triển tài năng thể thao cho đất nước. [86]

Một trong những biện pháp để TDTT trường học có thể vượt qua những khó khăn, thách thức là: Nhà nước cần có chính sách phát triển TDTT trường học. Sức khoẻ thể chất là cơ sở quan trọng của sức khoẻ tâm thần và trí tuệ con người. Vì vậy phát triển TDTT trường học để nâng cao sức khoẻ thể chất của trẻ em là một

trong những nhiệm vụ ưu tiên của công tác chăm sóc và bồi dưỡng nguồn nhân lực nhằm phát triển bền vững đất nước và bảo vệ tổ quốc.

Trong tình hình hiện nay, để giải quyết những khó khăn yếu kém kéo dài của TDTT trường học, Nhà nước cần có một chương trình quốc gia về phát triển TDTT trường học với những mục tiêu cụ thể và thiết thực nhằm tạo ra khâu đột phá để phát triển TDTT trường học trong tương lai [86]

1.3.6.2. Yếu tố con người

Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn khẳng định: Cán bộ có vị trí và vai trò hết sức quan trọng trong sự nghiệp cách mạng, quyết định đến sự thành bại của cách mạng “Cán bộ là cái gốc của mọi công việc”.

Để TDTT làm tròn vai trò và nhiệm vụ của mình là phục vụ sức khỏe nhân dân, phục vụ sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc, Chủ tịch Hồ Chí Minh rất quan tâm đến đội ngũ cán bộ thể dục thể thao. Người cho rằng, để có phong trào thể dục thể thao cần phải có đội ngũ cán bộ TDTT, đội ngũ này phải có trình độ chính trị, chuyên môn, nghiệp vụ vững vàng; có phẩm chất đạo đức cách mạng trong sáng, có năng lực công tác tốt. Muốn vậy, cần phải đào tạo, huấn luyện, bồi dưỡng, bởi Người cho rằng, phẩm chất và năng lực của người cán bộ không thể bỗng dưng mà có, mà phải qua huấn luyện, rèn luyện mà nên. “Huấn luyện cán bộ là công việc gốc của Đảng”. Thông qua đào tạo, huấn luyện, bồi dưỡng sẽ giúp cho người cán bộ TDTT nâng cao được trình độ chính trị, chuyên môn và năng lực công tác

Trong hoạt động TDTT NK tại các trường THPT, cán bộ ở đây không chỉ được hiểu là người thầy, mà còn là các cán bộ quản lý, hướng dẫn viên, trọng tài thể thao, học sinh...

Chủ tịch Hồ Chí Minh đã khẳng định: “Người thầy giáo tốt – thầy giáo xứng đáng là thầy giáo – là người vẻ vang nhất. Dù tên tuổi không đăng trên báo, không được thưởng huân chương, song những người thầy giáo tốt là những anh hùng vô danh” [42].

Yếu tố đầu tiên ảnh hưởng đến chất lượng giáo dục là người thầy. Dân gian nói “Không thầy đố mày làm nên” vẫn nguyên giá trị. Chất lượng người thầy quyết định chất lượng giáo dục.

Nhu cầu hoạt động thực tiễn TDTT nước ta hiện nay đòi hỏi phải đạt được hiệu quả tích cực, hoàn thành tốt các mục tiêu đề ra. Muốn vậy, phải có nguồn nhân lực chuyên ngành chủ yếu, đó là nguồn lực cán bộ TDTT đảm bảo chất lượng [28]

Theo quan điểm của tác giả Lê Đức Luận: “Yếu tố con người luôn là yếu tố quyết định hàng đầu, chi phối trực tiếp vào quá trình đào tạo trong trường học các cấp. Yếu tố con người không chỉ nói đến đội ngũ thầy cô giáo mà bao gồm cả đội ngũ cán bộ quản lý. Khi đã có thầy giỏi, giáo trình, phương tiện học tập đầy đủ, trò ham học là những điều kiện tốt để đảm bảo chất lượng, thì vai trò của người quản lý sẽ là yếu tố quyết định thành công. Người quản lý giỏi sẽ giải quyết tốt mối quan hệ sư phạm cần thiết và quan trọng này. Do vậy, bài toán chất lượng rất cần người quản lý có đủ trình độ, năng lực để thể hiện trách nhiệm quản lý trong giai đoạn hiện nay”. [54, tr.52]

Theo tác giả Ngô Thị Thanh Quý: “... để có được chất lượng và sự đổi mới trong mỗi giờ lên lớp, đòi hỏi ý thức trách nhiệm, lòng nhiệt tình và sự say mê tâm huyết của mỗi giáo viên. Nhân tố người thầy là yếu tố hàng đầu để nâng cao chất lượng giáo dục trong thực tế hiện nay. Người giáo viên giỏi không phải là người truyền thụ cho học sinh tất cả những gì mình biết. Không ai có thể dạy cho các em được hết các kiến thức trong cuộc đời này mà cái chính là biết khơi dậy trong các em tình yêu đối với bộ môn, khơi dậy ngọn lửa của lòng đam mê đọc sách, khao khát tìm hiểu, để từ đó các em có thể tự tìm đọc và tự học” [67, tr.52].

Trước đây, khi khoa học chưa phát triển, lượng và kênh thông tin khoa học hạn chế thì thế hệ trước truyền thụ tri thức, kinh nghiệm cho thế hệ sau chủ yếu bằng truyền khẩu hay thuyết trình, độc thoại. Hoạt động dạy chủ yếu là cung cấp thông tin, được học sinh đáp lại bằng ghi nhớ. Giáo viên trở thành người cung cấp tri thức chủ yếu nên người học phụ thuộc chủ yếu vào người dạy. Ngày nay, hình thành ở học sinh năng lực tự học là mục tiêu cơ bản của quá trình dạy học. Nếu như trước đây nội dung hướng vào cung cấp một khối lượng kiến thức nhất định thì ngày nay hướng vào dạy cách học, phương pháp tư duy. Dạy học hiện đại là dạy công cụ tìm kiếm kiến thức được hiểu theo nghĩa đó. Dạy cách học là hình thành kỹ năng thu thập, xử lý thông tin để phát hiện, giải quyết vấn đề. Công việc đó không ai khác ngoài giáo viên và chỉ có giáo viên mới đảm nhận được. Cho dù ngày nay lượng thông tin khoa học bùng nổ, cùng với nó là sự bùng nổ công nghệ máy tính, truyền thông học sinh có thể thu nhận kiến thức từ nhiều kênh, nhiều nguồn, mọi nơi, mọi lúc thì giáo viên vẫn có vai trò quyết định. Cung cấp thông tin không còn là chức năng chính của hoạt động dạy, thay vào đó là tạo lập tình huống, nhiệm vụ, bài toán nhận thức được giáo viên giao sư phạm một cách công phu. Giao công

sư phạm là một quá trình tuân thủ các quy luật tâm lý. Cho nên không công cụ nào làm thay giáo viên được [18], [76]

1.3.6.3. Yếu tố cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện

Cơ sở vật chất, trang thiết bị là phương tiện lao động sư phạm của nhà giáo dục và học sinh. Đây là một hệ thống bao gồm trường, cơ sở, thiết bị chung, thiết bị dạy học theo các môn học và các thiết bị phục vụ các hoạt động giáo dục khác như giáo dục lao động, giáo dục thẩm mỹ, giáo dục thể chất... Cơ sở vật chất, trang thiết bị đóng vai trò rất quan trọng trong việc đổi mới phương pháp dạy học xem người học là trung tâm của quá trình nhận thức. Theo hướng đổi mới tích cực này, phương pháp dạy học thể hiện qua một số thay đổi cơ bản sau:

Người học chủ động tham gia tích cực vào quá trình học tập.

Người học trực tiếp tham gia vào khâu tổ chức học tập, được thực hành và làm việc nhiều hơn trong quá trình học tập.

Muốn thỏa mãn các thay đổi trên bắt buộc phải có sự tham gia của Cơ sở vật chất, trang thiết bị với việc trang bị đầy đủ và đa dạng các loại phương tiện dạy học, các phòng thí nghiệm, phòng bộ môn, thư viện, sách nghiên cứu, các đồ dùng dạy học và các phương tiện hỗ trợ khác.

Cơ sở vật chất, trang thiết bị cũng đóng góp thiết thực vào việc đa dạng hóa các hình thức dạy học. Cơ sở vật chất, trang thiết bị cũng giúp cho việc nâng cao chất lượng dạy và học, giúp cho người học hiểu sâu hơn, rõ hơn nội dung dạy học... Cơ sở vật chất, trang thiết bị hiện đại góp phần rất nhiều vào việc nâng cao khả năng sư phạm. Hiện nay, với sự phát triển vượt bậc của khoa học kỹ thuật, ngành Công nghệ thông tin đã đóng góp rất nhiều các phương tiện kỹ thuật hiện đại trực tiếp hỗ trợ cho các nhà quản lý giáo dục, thầy giáo và người học về lượng thông tin, cách thức sắp xếp trình bày kiến thức khoa học rõ ràng, chính xác. Việc sử dụng công nghệ thông tin trong nhà trường hiện nay đã tạo điều kiện cho thầy và trò có được một môi liên hệ gắn bó, người học thật sự hứng thú tham gia vào giờ học, rèn luyện khả năng tự học, tự chiếm lĩnh tri thức.

Theo Lê Đức Luận: “Chương trình đào tạo tốt phải có cơ sở vật chất đi kèm, trang thiết bị, hạ tầng cơ sở, giảng đường. Các điều kiện phục vụ cho lên lớp hoàn thiện là yêu cầu quan trọng để nâng cao chất lượng giáo dục đại học” [54, tr.22].

Hiện nay, qua khảo sát tôi nhận thấy, nhiều cơ sở đào tạo, trường học có điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị còn chưa đầy đủ để thực hiện nhiệm vụ Giáo dục thể chất. Từ năm 1995, Nhà nước ta cũng đã có sự quan tâm, sâu sát đến điều kiện

cơ sở vật chất phục vụ cho các hoạt động TDTT (thể dục thể thao) trên toàn quốc, nó được thể hiện rõ trong Chỉ thị 133 của Thủ tướng Chính phủ, ký ngày 07 tháng 3 năm 1995 về việc xây dựng, quy hoạch phát triển ngành thể dục thể thao. Từ đó, ta thấy các đơn vị cần tiến hành tu sửa nâng cấp, xây dựng thêm sân bãi, đảm bảo tương đối đầy đủ về dụng cụ và trang thiết bị tập luyện nhằm đa dạng hóa nội dung môn học, đáp ứng nhu cầu học tập và rèn luyện cho sinh viên” [76]

1.3.7. Đánh giá hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa

1.3.7.1. Đánh giá hiệu quả giáo dục thể chất

Đánh giá gián tiếp hiệu quả GDTC: do khó đánh giá trực tiếp sản phẩm giáo dục nói chung và hiệu quả GDTC nói riêng, nên trong thực tế, ta thường đánh giá chúng một cách gián tiếp thông qua đánh giá các yếu tố đảm bảo hiệu quả và chất lượng giáo dục, đánh giá quá trình dạy học hoặc kết hợp với đánh giá một số mặt trong sản phẩm giáo dục.

Đánh giá trực tiếp hiệu quả GDTC: mục tiêu đánh giá hiệu quả GDTC ở trường học các cấp suy cho cùng là đánh giá sự đáp ứng các yêu cầu (mục tiêu) của sản phẩm giáo dục về các mặt kiến thức, kỹ năng (đặc biệt là các kỹ năng vận động và các năng lực thể chất) và thái độ của học sinh với các hoạt động GDTC, trước hết là trong giờ học thể dục nội khoá. Có thể đánh giá hiệu quả GDTC cho học sinh thông qua sự phát triển các tố chất thể lực và kỹ năng vận động; qua thái độ của học sinh trong giờ học nội khoá và hoạt động thể thao ngoại khoá; qua kết quả học tập môn thể dục.

Trong quá trình giáo dục, người học được đánh giá thường xuyên và phối hợp với đánh giá định kì. Tất cả các môn học đều được đánh giá. Mỗi giai đoạn dạy học lại có loại hình đánh giá tương ứng như: kiểm tra miệng, kiểm tra 15 phút, kiểm tra viết 1 tiết, kiểm tra học kì, thi học sinh giỏi các cấp. Tùy thuộc vào mục tiêu của cấp học, môn học mà có trọng điểm đánh giá về mặt này hay mặt khác. Nguyên tắc hệ số cao hay thấp được sử dụng khi đánh giá các mặt, các môn học, các loại hình đánh giá khác nhau. Trong đánh giá ở nhà trường phổ thông, người ta luôn áp dụng nhiều phương pháp như: quan sát, nghiên cứu sản phẩm hoạt động, phát vấn, thực nghiệm, test, thống kê...

Hiện nay, quy định tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại học sinh phổ thông về hạnh kiểm và học lực được thực hiện theo Quyết định 40/2006/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Quy chế đánh giá, xếp loại học sinh trung

học cơ sở và học sinh trung học phổ thông ban hành ngày 05 tháng 10 năm 2006 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT [11].

Đánh giá, xếp loại hạnh kiểm: theo Quy chế, hạnh kiểm của học sinh được xếp thành loại tốt, loại khá, loại trung bình và yếu. Mỗi loại có các yêu cầu cụ thể kèm theo.

Đánh giá về học lực: về học lực, việc đánh giá, xếp loại dựa trên cơ sở kết quả đạt được đối với từng môn học của học sinh theo kế hoạch dạy học bằng cách tính điểm trung bình hoặc xếp loại. Kết quả học tập của học sinh được xếp thành 5 loại: Giỏi, khá, trung bình, yếu, kém.

Kiểm tra cho điểm môn thể dục: các hình thức kiểm tra, đánh giá kết quả GDTC gồm kiểm tra ban đầu; kiểm tra thường xuyên; kiểm tra đột xuất.

Nội dung kiểm tra gồm: kiểm tra mức độ hoàn thành kỹ thuật bài tập của học sinh, có thể được thực hiện hàng ngày trong các giờ học để lấy điểm theo quy định... Có thể căn cứ vào các tiêu chuẩn dưới đây để đánh giá, cho điểm về kiến thức, kỹ năng TDTT của học sinh:

- Điểm 9, 10: Học sinh nắm vững kiến thức, thực hiện thành thạo động tác.
- Điểm 7, 8: Học sinh nắm vững kiến thức, thực hiện được nhưng chưa thành thạo.
- Điểm 5, 6: Học sinh nắm vững kiến thức, thực hiện đúng nhưng còn sai sót.
- Điểm 3, 4: Học sinh chưa thuộc bài, thực hiện còn nhiều sai sót.
- Điểm 1, 2: Học sinh không hiểu bài, không thực hiện được bài tập.

Đồng thời, còn tiến hành kiểm tra thành tích vận động của học sinh. Có thể căn cứ vào tiêu chuẩn quy định trong chương trình môn học, tiêu chuẩn rèn luyện học sinh.

Đánh giá thái độ học tập: hiện nay, việc đánh giá thái độ tích cực hay tính tích cực trong học tập của học sinh đang được giáo viên hết sức quan tâm, nhất là khi vai trò chủ thể của người học ngày càng được coi trọng. Tuy nhiên, hiện nay các quy định về việc đánh giá, xếp loại thái độ học sinh thường chỉ là các đề mục ngắn gọn và dường như không thể trình bày chi tiết hơn được. Mặt khác, vấn đề này thuộc loại “ai cũng biết rồi”, vì thế nó dễ bị bỏ qua và được chấp nhận một cách rất tương đối.

Thái độ là: “1. Mặt biểu hiện bề ngoài của ý nghĩ, tình cảm đối với ai hay việc gì, thông qua nét mặt cử chỉ, lời nói, hành động (thái độ niềm nở, thái độ chân

tình, thái độ nghiêm khắc). 2. Ý thức, cách nhìn nhận, đánh giá và hoạt động theo một hướng nào trước sự việc, vấn đề gì (thái độ học tập đúng đắn...)"

Không giống với kỹ năng, sự kiện và khái niệm, ta chỉ có thể biết được thái độ từ hành vi của một người. Trong dạy học, việc đánh giá đầy đủ và chính xác thái độ tích cực hay tính tích cực trong học tập của học sinh là vấn đề rất phức tạp, phải trả lời được các câu hỏi: học sinh có tích cực không? Học sinh tích cực đến mức nào? Tại sao học sinh lại tích cực như vậy?

Theo Hoàng Đức Nhuận và Lê Đức Phúc [55, tr.130], để trả lời các câu hỏi trên, có thể căn cứ vào các hệ chuẩn sau:

- *Nhóm 1*, giúp giáo viên phát hiện xem học sinh có tích cực hay không. Nhóm này bao gồm các chỉ số cơ bản: chú ý; hăng hái tham gia vào mọi hình thức của hoạt động học tập; hoàn thành mọi nhiệm vụ học tập được giao; đọc thêm, học thêm, tập luyện thêm; khả năng vận dụng hay chuyển tải những gì đã học vào thực tiễn; hình thành và phát triển các quan hệ với thầy, với bạn nhằm học tập tốt hơn và cuối cùng là kết quả học tập.

- *Nhóm 2*, giúp giáo viên xác định mức độ tích cực của học sinh, bao gồm các chỉ số: tự giác hay bắt buộc; thực hiện yêu cầu ở mức tối thiểu hay tối đa; tích cực nhất thời hay thường xuyên; xu hướng tích cực ngày càng tăng hay giảm, ở nhiều hoạt động hay một hoạt động; sự kiên trì, ngại khó hay ngược lại.

Để trả lời câu hỏi vì sao học sinh tích cực hay không tích cực như vậy, người ta phải tìm hiểu hứng thú, nhu cầu và động cơ của chúng.

Như đã trình bày, việc đánh giá thái độ rất phức tạp nên nhiều chuyên gia cho rằng tùy từng trường hợp mà áp dụng cách đánh giá sau đây [55, tr.135]:

- Thứ nhất, tự đánh giá ý kiến, tình cảm và phương thức hành vi.
- Thứ hai, đo hành vi bộc lộ ra bên ngoài (có thể bằng quan sát sự phạm).
- Thứ ba, đo các phản ứng đối với sự vật, hiện tượng, nhân vật nào đó.
- Thứ tư, đo kết quả thực hiện các nhiệm vụ khách quan có thể từ đó quy về thái độ.
- Thứ năm, đo năng lực hoạt động của hệ thống chức năng cơ thể, đặc biệt là hoạt động của tuần hoàn và hô hấp.

Trong đó, hình thức phổ biến nhất là sử dụng phiếu phát vấn, phỏng vấn, quan sát cùng với thảo luận nhóm.

Như vậy, đánh giá hiệu quả GDTC cho học sinh phổ thông cần đánh giá về chất lượng học tập (bao gồm nội khoá và ngoại khoá) của cá nhân trên các mặt phẩm chất – năng lực, thái độ và thể lực.

1.3.7.2. Đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK

Hoạt động TDTT NK được tổ chức với mục đích thỏa mãn nhu cầu vận động của học sinh; hình thành chế độ học tập – nghỉ ngơi hợp lý; tạo môi trường vận động, vui chơi, giải trí lành mạnh, hướng học sinh vào các hoạt động tích cực tránh xa các tệ nạn xã hội; giáo dục đạo đức, ý chí cho sinh viên; phát hiện và tuyển chọn năng khiếu thể thao cho các đội tuyển thể thao, hay nói cách khác, mục đích của hoạt động TDTT NK là giáo dục thể chất, giáo dưỡng thể chất và phát hiện, tuyển chọn tài năng thể thao. Chính vì vậy, khi đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK phải đánh giá cả việc giáo dục thể chất, giáo dưỡng thể chất, phát triển phong trào TDTT và phát hiện, bồi dưỡng tài năng thể thao. Cụ thể:

Đánh giá mục tiêu phát triển thể chất: Bao gồm phát triển hình thái (chiều cao, cân nặng, chỉ số BMI...); chức năng cơ thể (chức năng tâm lý, sinh lý...); khả năng hoạt động vận động (các kỹ năng vận động cơ bản như đi, chạy, nhảy, và kỹ năng giải quyết các nhiệm vụ vận động...); trình độ thể lực (các tổ chất thể lực như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng phối hợp vận động, mềm dẻo)...

Đánh giá mục tiêu giáo dưỡng thể chất: Đánh giá việc giáo dục kiến thức lý thuyết về GDTC, giáo dục đạo đức, ý chí, khả năng vượt khó, vượt khổ, kiên trì mục tiêu, ý thức của học sinh khi tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa...

Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT: Bao gồm việc đánh giá về số lượng học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên, số lượng các môn TDTT NK được tổ chức, số giải thi đấu thể thao được tổ chức, số giải thi đấu thể thao đã tham gia, số lượng các buổi thi đấu, giao lưu thể thao...

Đánh giá về việc phát hiện, bồi dưỡng tài năng thể thao: Đánh giá số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện và bồi dưỡng; số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao...

Trong thực tiễn, có thể đánh giá hiệu quả giáo dục nói chung và hiệu quả TDTT NK nói riêng một cách trực tiếp đối với sản phẩm giáo dục (người học) hoặc đánh giá gián tiếp, thông qua việc đánh giá hiệu quả các điều kiện bảo đảm chất lượng giáo dục và có thể kết hợp cả hai cách đánh giá nêu trên.

1.4. Đặc điểm tâm, sinh lý học sinh trung học phổ thông

“Học sinh THPT” là thuật ngữ để chỉ nhóm học sinh đầu tuổi thanh niên (từ 15, 16 tuổi đến 17, 18 tuổi). Theo tâm lý học lứa tuổi, tuổi thanh niên là giai đoạn phát triển bắt đầu từ lúc dậy thì và kết thúc khi bước vào tuổi mới lớn. Tuổi thanh niên là thời kỳ từ 14, 15 tuổi đến 25 tuổi, trong đó chia ra làm 2 thời kỳ.

Từ 14, 15 tuổi đến 17, 18 tuổi: giai đoạn đầu tuổi thanh niên (giai đoạn học sinh THPT).

Từ 17, 18 tuổi đến 25 tuổi: giai đoạn hai của tuổi thanh niên (giai đoạn thanh niên.sinh viên) [47], [48], [49]

Khi xem xét nhiều yếu tố tác động hình thành các đặc điểm phát triển ở lứa tuổi này, xuất phát từ những quan niệm, những trường phái khác nhau, có nhiều lý luận khác nhau về lứa tuổi thanh niên.

Các lý luận tâm lý học tập trung xem xét những quy luật tiến hóa của tâm lý là cái cơ bản quyết định sự phát triển; Các nhà phân tâm học quan tâm nhiều đến sự phát triển của tính dục và sự chi phối của nó đối với sự phát triển của lứa tuổi này.

Các nhà xã hội học lại chú ý trước hết đến tính xã hội hoá của giai đoạn phát triển này và coi mức độ xã hội hoá của mỗi cá thể là tiêu chí chủ yếu quyết định sự phát triển này. Nhiều nhà tâm lý học hiện đại cho rằng cần nghiên cứu lứa tuổi này một cách kỹ lưỡng, các yếu tố sinh học, phân tâm học và xã hội học đều được xem xét và xác định rõ vai trò vị trí của nó để tìm ra những quy luật hoạt động bên trong cũng như môi tác động qua lại của chúng.

1.4.1. Đặc điểm tâm lý của học sinh trung học phổ thông

1.4.1.1. Hoạt động học tập và sự phát triển trí tuệ.

Hoạt động học tập của học sinh THPT đòi hỏi cao về tính năng động, tính độc lập, gắn liền với xu hướng học tập lên cao hay chọn nghề, vào đời..., đồng thời cũng đòi hỏi muốn nắm được chương trình học một cách sâu sắc thì cần phải phát triển tư duy lý luận, khả năng trừu tượng, khái quát, nhận thức, phát triển...

Học sinh ở tuổi này trưởng thành hơn, sở hữu nhiều kinh nghiệm sống hơn, các em ý thức được vị trí, vai trò của mình. Do vậy, thái độ có ý thức của các em trong hoạt động học tập ngày càng được phát triển.

Thái độ của các em đối với các môn học trở nên có chọn lựa hơn, tính phân hoá trong hoạt động học tập thể hiện rõ hơn, cao hơn, do xu hướng chọn nghề, vào đời chi phối. Ở các em đã hình thành những hứng thú học tập gắn liền với khuynh hướng nghề nghiệp.

Tuy vậy, thái độ học tập ở nhiều em còn có nhược điểm là một mặt, các em rất tích cực học một số môn mà các em cho là quan trọng đối với nghề mình đã chọn, mặt khác các em lại xao nhãng các môn học khác hoặc chỉ học để đạt được điểm trung bình (học lệch). Do đó, giáo viên cần giúp các em đó hiểu được ý nghĩa và chức năng giáo dục cơ bản, toàn diện, tạo nền tảng vững chắc hình thành nhân sinh quan, thế giới quan khoa học của con người cho các em trong bậc học phổ thông.

Ở thanh niên mới lớn, tính chủ động được phát triển mạnh ở tất cả các quá trình nhận thức.

Khả năng quan sát của các em trở nên có mục đích, có hệ thống và toàn diện hơn. Quá trình quan sát đã chịu sự điều khiển của hệ thống tín hiệu thứ hai nhiều hơn và không tách khỏi tư duy ngôn ngữ. Tuy vậy, quan sát của các em cũng khó có hiệu quả nếu thiếu sự chỉ đạo, định hướng của giáo viên. Giáo viên cần quan tâm để định hướng quan sát của các em và một nhiệm vụ nhất định, không vội vàng kết luận khi chưa tích lũy đầy đủ các sự kiện... [91], [98].

Ở tuổi này, ghi nhớ có chủ định giữ vai trò chủ đạo trong hoạt động trí tuệ, đồng thời vai trò của ghi nhớ logic trừu tượng, ghi nhớ ý nghĩa ngày một tăng rõ rệt (các em sử dụng tốt hơn các phương pháp ghi nhớ, tóm tắt ý chính, so sánh, đối chiếu...). Đặc biệt, các em tạo được tâm thế phân hoá trong ghi nhớ. Các em phân biệt tài liệu nào cần nhớ từng chữ, cái gì hiểu mà không cần nhớ... Bên cạnh đó, một số em còn ghi nhớ kiểu đại khái, chung chung, hoặc chủ quan vào trí nhớ của mình mà đánh giá thấp việc ôn tập tài liệu...

Sự phát triển mạnh của tư duy lý luận liên quan chặt chẽ đến tư duy sáng tạo. Nhờ khả năng khái quát, thanh niên có thể tự mình phát hiện ra những cái mới. Với các em, điều quan trọng là cách thức giải quyết các vấn đề được đặt ra chứ không phải là loại vấn đề nào được giải quyết.

Tính phê phán của tư duy cũng phát triển mạnh ở lứa tuổi này. Các em có khả năng đánh giá và tự đánh giá nhiều mối quan hệ, sự vật, hiện tượng xung quanh theo những thang giá trị đã được xác lập. Tuy vậy, hiện nay số học sinh THPT đạt tới mức tư duy đặc trưng cho lứa tuổi như trên còn chưa nhiều [50].

Như vậy, ở tuổi học sinh THPT, những đặc điểm của con người về mặt trí tuệ thông thường đã được hình thành và chúng vẫn còn được tiếp tục hoàn thiện.

1.4.1.2. Hoạt động giao tiếp, đời sống tính cảm và sự phát triển tâm lý

Giao tiếp là quá trình tiếp xúc tâm lý giữa con người và con người nhằm mục đích trao đổi tình cảm, vốn sống, kinh nghiệm, kỹ năng, kỹ xảo nghề nghiệp, hoàn thiện năng lực bản thân.

Giao tiếp là phương thức tồn tại của con người, là phương tiện cơ bản để hình thành nhân cách trẻ. [33], [45]

Giao tiếp nhóm bạn

Ở tuổi thanh niên, đời sống giao tiếp, tình cảm của các em phát triển rất phong phú và đóng vai trò quan trọng. Giao tiếp nhóm là loại giao tiếp rất phổ biến và có ý nghĩa quan trọng đối với việc hình thành nhân cách và phát triển tâm lý các em.

Tuổi thanh niên mới lớn là lứa tuổi mang tính chất tập thể nhất. Điều quan trọng đối với các em là được sinh hoạt với các bạn cùng lứa tuổi, là cảm thấy mình cần cho nhóm, có uy tín, có vị trí nhất định trong nhóm, có uy vị trí nhất định trong nhóm.

Ở lứa tuổi này, quan hệ với bạn bè chiếm vị trí lớn hơn hẳn so với quan hệ với người lớn tuổi hoặc người ít tuổi hơn. Điều này do lòng khao khát muốn có vị trí bình đẳng trong cuộc sống chi phối.

.Sự cảm nhận về bạn bè: Theo kết quả thu được từ khảo sát thực tiễn, người chưa thành niên phạm tội đánh giá rất cao vai trò của bạn bè đối với họ trong cuộc sống. Điều này được thể hiện ở chỗ, có tới 46% số người chưa thành niên phạm tội được hỏi cho rằng bạn bè là quan trọng nhất; 54% có thể làm tất cả mọi cái vì bạn bè và 43% nhận định rằng quan hệ bạn bè là quan trọng hơn các quan hệ khác. [45], [91], [98]

Giao tiếp trong gia đình

Trong mối quan hệ gia đình, cùng với sự trưởng thành nhiều mặt, quan hệ dựa dẫm, phụ thuộc vào cha mẹ của các em dần dần được thay thế bằng quan hệ bình đẳng, tự lập.

Một đặc điểm phổ biến của tuổi này là tâm lý muốn mình làm người lớn, coi mình là người lớn. Các em không còn thích làm nũng, không quấn quýt, đòi được thức khuya, ăn mặc sinh hoạt theo ý thích. Đôi lúc chúng cảm thấy thất vọng, ảm ức vì cho rằng cha mẹ chưa nhận thấy chúng đã lớn, vẫn coi chúng là trẻ con, chúng thấy cha mẹ không cho chúng thể hiện được những suy nghĩ, tâm tư tình cảm của mình. Do đó, chúng không còn tâm sự với cha mẹ nhiều như hồi còn bé. [45], [91], [98]

Đời sống tình cảm

Đời sống tình cảm của học sinh THPT rất phong phú. Đặc biệt nó được thể hiện rõ nhất trong tình bạn của các em, vì đây là lứa tuổi mà những hình thức đối xử có lựa chọn đối với mọi người đã trở nên sâu sắc và mặn nồng.

Ở lứa tuổi này nhu cầu về tình bạn, tâm tình cá nhân được tăng lên rõ rệt. Tình bạn sâu sắc đã được thể hiện bắt đầu từ tuổi thiếu niên, nhưng sang tuổi này tình bạn của các em trở nên sâu sắc hơn nhiều. Các em có yêu cầu cao hơn đối với tình bạn: yêu cầu sự chân thật, lòng vị tha, sự tin tưởng, tôn trọng lẫn nhau, sẵn sàng giúp đỡ lẫn nhau, hiểu biết lẫn nhau. Trong quan hệ với bạn, các em cũng nhạy cảm hơn: không chỉ có khả năng xúc cảm chân tình, mà còn phải có khả năng đáp ứng lại xúc cảm của người khác (đồng cảm).

Tình bạn lứa tuổi này rất bền vững. Tình bạn ở lứa tuổi này có thể vượt qua mọi thử thách và có thể kéo dài suốt cuộc đời.

Ở lứa tuổi 15, 16 nam nữ thanh niên đều coi tình bạn là những mối quan hệ quan trọng nhất của con người.

Ở thanh niên mới lớn, sự khác biệt giữa các cá nhân trong tình bạn rất rõ. Quan niệm của thanh niên về tình bạn và mức độ thân tình trong tình bạn có sự khác nhau. Nguyên nhân kết bạn cũng rất phong phú (vì phẩm chất tốt ở bạn, vì tính tình tương phản, vì có hứng thú, sở thích chung...).

Một điều cần chú ý nữa là ở thanh niên mới lớn, quan hệ giữa thanh niên nam nữ tích cực hoá một cách rõ rệt. Phạm vi quan hệ bạn bè được mở rộng. Bên cạnh các nhóm thuần nhất, có khá nhiều nhóm pha trộn (cả nam và nữ). Do vậy, nhu cầu về tình bạn với các bạn khác giới được tăng cường.

Bên cạnh đó, ở học sinh THPT cũng bắt đầu lộ rõ hơn nhiều tình cảm đạo đức như khâm phục, kính trọng những con người dũng cảm, kiên cường, coi trọng những giá trị đạo đức cũng như lương tâm. [45], [91], [98]

1.4.1.3. Hoạt động lao động, chọn nghề

Bên cạnh hoạt động học tập ở học sinh đầu tuổi thanh niên xuất hiện những nhu cầu, nguyện vọng, những đòi hỏi trực tiếp của một hoạt động mới. Đó là những hoạt động liên quan đến việc chọn nghề. Các em đang đứng trước một sự thúc bách đối với việc chọn cho mình một nghề cụ thể, một chuyên ngành nhất định cho tương lai gần sau khi tốt nghiệp THPT. Đời sống tâm lý của học sinh THPT bị sự chi phối không nhỏ của hoạt động này.

Tuy vậy, hiện nay thanh niên học sinh còn định hướng một cách phiến diện vào việc học tập ở đại học. Đại đa số các em đều hướng vào các trường đại học hơn là học nghề. Tâm thế chuẩn bị bước vào đại học như thế sẽ dễ có ảnh hưởng tiêu cực đối với các em, nếu dự định của các em không thực hiện được.

Hoạt động lao động tập thể có vai trò to lớn trong sự hình thành nhân cách thanh niên mới lớn. Hoạt động lao động được tổ chức đúng đắn sẽ giúp các em hình thành tinh thần tập thể, lòng yêu lao động, tôn trọng lao động, người lao động và thành quả lao động, đặc biệt là có được nhu cầu và nguyện vọng lao động [45], [91], [99]

1.4.1.4. Những đặc điểm nhân cách chủ yếu

Do sự phát triển về thể lực, sự hoàn thiện về trí tuệ, cũng như tính xã hội hoá ngày càng cao, nhân cách học sinh lứa tuổi THPT có những nét phát triển mới, khác về chất so với trước. Sau đây là một số đặc điểm nhân cách nổi bật của lứa tuổi này. [45], [91], [98]

Sự phát triển của tự ý thức, sự tự đánh giá bản thân

Khả năng tự ý thức phát triển khá sớm ở con người và được hoàn thiện từng bước, đến 15-16 tuổi thì phát triển mạnh, trở thành một đặc điểm nổi bật trong sự phát triển của thanh niên mới lớn, có ý nghĩa to lớn đối với sự phát triển tâm lý lứa tuổi này.

Tự ý thức có liên quan mật thiết đến sự đánh giá bản thân. Sự tự đánh giá bản thân có thể hiểu là cá nhân đánh giá chính mình về các mặt như: “cái tôi trường học” (năng lực nhận thức, năng lực học tập), “cái tôi xã hội” (năng lực giao tiếp, năng lực thích ứng xã hội), “cái tôi thể chất” (sức khoẻ, hình dạng), “cái tôi cảm xúc” (sự hài lòng về bản thân mình)...

Học sinh THPT có khả năng tự ý thức khá cao, do có trình độ học vấn, khối lượng tri thức, kinh nghiệm sống ở mức tương đối cao.

Quá trình tự ý thức rất phong phú, phức tạp và toàn diện nhưng ở lứa tuổi này nổi lên một số đặc điểm cơ bản sau:

Hơn bất cứ lứa tuổi nào, học sinh THPT có ý thức về hình ảnh cơ thể bản thân rất tỉ mỉ, nghiêm khắc (hay soi gương, chú ý sửa tư thế, quần áo,...).

Sự hình thành tự ý thức ở tuổi học sinh THPT là một quá trình lâu dài, trải qua những mức độ khác nhau. Ở tuổi này, quá trình phát triển tự ý thức diễn ra mạnh mẽ, sôi nổi và có tính đặc thù riêng: thanh niên mới lớn có nhu cầu tìm hiểu và đánh giá những đặc điểm tâm lý của mình theo quan điểm về mục đích cuộc

sống và hoài bão của mình. Chính điều này khiến các em quan tâm sâu sắc đến đời sống tâm lý, phẩm chất nhân cách và năng lực riêng của bản thân.

Đặc điểm quan trọng của tự ý thức ở thanh niên mới lớn là nó xuất phát từ yêu cầu của cuộc sống và hoạt động, vai trò mới trong tập thể, những mối quan hệ mới với thế giới xung quanh..., từ đó buộc các em phải ý thức được những đặc điểm nhân cách của chính mình.

Nội dung của tự ý thức khá phức tạp. Các em không chỉ nhận thức về cái tôi của mình trong hiện tại như thiếu niên mà còn nhận thức về vị trí của mình trong xã hội, trong tương lai, về các mối quan hệ của mình với những người xung quanh (Mình cần trở thành người như thế nào? Mọi người có yêu quý, chấp nhận mình không? Cần làm gì để tốt hơn?...) [45], [91], [98]

Để khẳng định và tự đánh giá mình, các em có xu hướng hành động theo một trong những cách sau:

Tự nguyện nhận những nhiệm vụ khó khăn, cố gắng hoàn thành nó.

Ngầm so sánh với những người xung quanh, đối chiếu ý kiến của mình với ý kiến của những người lớn, nhất là những người các em ngưỡng mộ, lắng nghe ý kiến của những người xung quanh nói về mình...

Đôi khi, thanh niên tự quan sát, tự xem xét bản thân mình, tự phản tỉnh về bản thân. Điều này thể hiện rõ trong việc ghi nhật kí của các em. Nội dung những nhật kí của các em cho thấy nhiều khi chúng rất nghiêm khắc, khắt khe với bản thân, tự hối hận, tự xỉ vả mình về một ý nghĩ hay hành vi nào đó mà các em cho là sai trái hoặc không được chấp nhận.

Thế giới nội tâm của lứa tuổi này thường rất phong phú, phức tạp. Sự tự ý thức và đánh giá về cái tôi cũng vậy.

Nhìn chung, đa số học sinh THPT nếu được giáo dục trong bầu không khí đạo đức lành mạnh, trong tổ chức Đoàn, nơi có những hoạt động tập thể học sinh thân ái thì sự phát triển của các em cũng thường tích cực, tốt đẹp. Ngược lại, nếu các em bị lôi kéo vào những nhóm tự phát không lành mạnh, các em dễ bị hư hỏng, lôi kéo làm điều sai trái, vì tâm lý chung của lứa tuổi là ham thích cái mới lạ trong khi khả năng kiểm chế, kiểm soát hành vi chưa cao, hơn nữa kinh nghiệm sống còn hạn chế nên có thể vẫn chưa phân biệt rạch ròi cái đúng.sai, dễ bị lôi kéo, lợi dụng... [45], [91], [98]

Sự phát triển mạnh của tính tự trọng

Tự trọng là khả năng tự đánh giá có tính khái quát, thể hiện sự chấp nhận hay không chấp nhận bản thân với tư cách là một nhân cách [45].

Tính tự trọng ở học sinh THPT phát triển mạnh. Các em thường không chịu được sự xúc phạm của người khác với mình.

Trong xu hướng phát triển, tính tự trọng có hai chiều hướng:

+ Tính tự trọng cao: thể hiện ở chỗ đánh giá mình không thấp hơn người khác, có thái độ tích cực, đúng mực đối với bản thân và biết bảo vệ nhân cách của mình một cách phù hợp trong mọi hoàn cảnh.

+ Tính tự trọng thấp: luôn luôn không hài lòng, tự xem thường mình, không tin vào sức lực, khả năng của bản thân.

Lòng tự trọng được thanh niên thể hiện trong cả hành động thường ngày, trong cư xử, trong thực hiện các hành vi giao tiếp xã hội, và đặc biệt trong nhật kí, nơi các em thể hiện rất rõ suy nghĩ, tình cảm của mình. [45], [91], [98]

Tính tích cực xã hội của học sinh THPT

+ Quan tâm nhiều hơn đến tình hình kinh tế, chính trị, xã hội trong nước và trên thế giới, trao đổi với nhau và tỏ thái độ của mình về vấn đề đó.

+ Sẵn sàng tham gia hoạt động xã hội phù hợp với hứng thú sở trường của mình như thi học sinh giỏi, học sinh thanh lịch, thi văn nghệ, thể dục, thể thao, tham gia các hoạt động từ thiện, bảo vệ môi trường... [45], [91], [98]

Sự hình thành thế giới quan

Thế giới quan là cái nhìn hệ thống, hỗn hợp, tổng quát, khái quát về thế giới (tự nhiên và xã hội) của con người. Nó có ý nghĩa chỉ đạo với hoạt động, hành động, cách ứng xử của cá nhân trong những hoàn cảnh, điều kiện cụ thể [91].

Tuổi thanh niên mới lớn là lứa tuổi quyết định của sự hình thành thế giới quan.

Một khía cạnh quan trọng của quá trình hình thành thế giới quan ở lứa tuổi này là trình độ phát triển ý thức đạo đức. Các nghiên cứu tâm lý học cho thấy, thế giới quan về lĩnh vực đạo đức cũng bắt đầu được hình thành từ tuổi thiếu niên và phát triển dần tới tuổi trưởng thành [98].

Một điểm cần lưu ý nữa là: tuy cách nhìn nhận về tự nhiên, xã hội, con người của thanh niên giúp họ có những lý giải đối với các hiện tượng trong cuộc sống cũng như bản thân mình, song rõ ràng là còn khá nhiều câu hỏi trong thực tế vượt quá khả năng của các em. Do đó, vai trò của những người lớn tuổi trong xã hội nhằm định hướng, giúp đỡ các em là rất cần thiết.

Khát vọng thành đạt

Khát vọng được xem như mong muốn một cách bền bỉ và ở mức độ cao của con người nhằm đạt đến mục đích đã lựa chọn và xác định. Khát vọng được thể hiện như là động cơ hoạt động của con người, gắn liền với những nỗ lực của ý chí để đạt được mục đích. Ở bình diện cá nhân, khát vọng là trạng thái tâm lý ổn định, là một phẩm chất của nhân cách, xác định xu hướng của nhân cách [45], [91], [98].

Trên cơ sở khát vọng, con người có mục đích để phấn đấu, vươn lên, luôn vận động nỗ lực và ý chí để đạt được mục đích. Do đó, khát vọng thành đạt là điều kiện tất yếu để giúp con người thành công.

Đối với lứa tuổi học sinh THPT, khát vọng thành đạt của các em không chỉ dừng lại ở việc cố gắng nỗ lực để đạt kết quả cao trong học tập mà còn biểu hiện ở định hướng nghề nghiệp, mơ ước về sự thành công trong sự nghiệp tương lai,... Do đó khát vọng thành đạt đóng vai trò quan trọng hơn trong hệ thống động cơ học tập và rèn luyện của các em. [45], [91], [98]

1.4.2. Đặc điểm sinh lý của học sinh trung học phổ thông

Từ 15, 16, 17 đến 18 tuổi là thời kỳ mà sự phát triển thể chất của con người đang đi vào giai đoạn hoàn chỉnh, tuy nhiên sự phát triển này còn kém so với sự phát triển cơ thể của người lớn. Giai đoạn này bắt đầu thời kỳ phát triển tương đối “êm ả” về mặt sinh lý. Cụ thể:

1.4.2.1. Hệ thần kinh

Sự phát triển của hệ thần kinh có những thay đổi quan trọng do cấu trúc bên trong của não phức tạp và các chức năng não phát triển. Cấu trúc của tế bào bán cầu đại não của các em về cơ bản như cấu trúc tế bào não của người lớn. Số lượng dây thần kinh liên hợp tăng lên, liên kết các phần khác nhau của vỏ đại não lại. Điều đó tạo tiền đề cần thiết cho sự phức tạp hoá hoạt động phân tích, tổng hợp... của vỏ bán cầu đại não trong quá trình học tập.

Hệ thần kinh phát triển đi tới hoàn thiện dẫn tới khả năng tư duy, khả năng phân tích, tổng hợp và trừu tượng hóa được phát triển tạo thuận lợi cho việc hình thành nhanh chóng phản xạ có điều kiện. Đây là điều kiện thuận lợi để các em nhanh chóng tiếp thu và hoàn thiện kỹ thuật động tác. Tuy nhiên, với những bài tập mang tính chất đơn điệu, không hấp dẫn dễ làm cho các em chóng mệt mỏi. Cần thay đổi hình thức tập luyện một cách phong phú, đặc biệt tăng cường các hình thức tập luyện bằng trò chơi và thi đấu để gây hứng thú và tạo điều kiện hoàn thành tốt các bài tập chính, nhất là các bài tập sức bền.

Ngoài ra, do hoạt động mạnh của tuyến giáp, tuyến sinh dục, tuyến yên làm cho tính hưng phấn của hệ thần kinh chiếm ưu thế, giữa hưng phấn và ức chế không cân bằng đã ảnh hưởng đến hoạt động thể lực. Đặc biệt ở các em nữ, tính nhịp điệu giảm sút nhanh chóng, khả năng chịu đựng lượng vận động yếu. Vì vậy, giáo viên cần sử dụng các bài tập thích hợp và thường xuyên quan sát phản ứng cơ thể của nữ học sinh để có biện pháp giải quyết kịp thời [45], [91], [98]

1.4.2.2. Hệ vận động

Hệ xương bắt đầu giảm tốc độ phát triển. Mỗi năm nữ cao thêm từ 0.5 tới 1cm, nam cao thêm từ 1-3cm. Tập luyện thể dục thể thao một cách thường xuyên, liên tục làm xương chắc khỏe hơn.

Ở lứa tuổi học sinh phổ thông trung học, các xương nhỏ như xương cổ tay, bàn tay hầu như đã hoàn thiện nên các em có thể tập luyện một số động tác treo, chống, mang vác nặng mà không làm tổn hại hoặc không làm phát triển lệch lạc cơ thể.

Cột sống đã ổn định hình dáng nhưng vẫn chưa được hoàn thiện, vẫn có thể bị cong vẹo, nên việc tiếp tục bồi dưỡng tư thế chính xác thông qua hệ thống bài tập như đi, chạy, nhảy, thể dục nhịp điệu, thể dục cơ bản... cho các em là cần thiết và không thể xem nhẹ.

Ở lứa tuổi này, xương của các em nữ xốp hơn các em nam, tủy sống rộng hơn, chiều dài ngắn hơn, bắp thịt nhỏ hơn và yếu hơn nên xương của nữ không khỏe bằng nam. Đặc biệt là xương chậu của nữ to hơn và yếu. Vì vậy trong quá trình giáo dục thể chất không thể sử dụng các bài tập có khối lượng vận động và cường độ vận động như nam và phải phù hợp với đặc điểm giới tính.

Nhịp độ tăng trưởng về chiều cao đã chậm lại, các em gái đạt được sự tăng trưởng của mình trung bình vào khoảng tuổi 16, 17 (± 13 tháng), các em trai khoảng tuổi 17, 18 (± 10 tháng). Điều này giúp hình thành một cơ thể cân đối, đẹp, khỏe của thanh niên.

Hệ cơ: Các tổ chức cơ phát triển muộn hơn xương nên sức cơ cơ vẫn còn tương đối yếu, các bắp cơ lớn như: Cơ đùi, cơ cánh tay... phát triển tương đối nhanh còn các cơ nhỏ như: Cơ bàn tay, ngón tay... phát triển chậm hơn, các cơ cơ phát triển sớm hơn các cơ duỗi, các cơ duỗi của nữ lại càng yếu.

Từ lứa tuổi 16, các tổ chức mỡ dưới da của nữ phát triển mạnh, ảnh hưởng tới sự phát triển sức mạnh của cơ thể. Nói chung, đầu thời kỳ học sinh trung học cơ sở là thời kỳ cơ bắp phát triển nhanh nhất.

Trọng lượng cơ thể phát triển nhanh, cân nặng của thanh niên 16, 17 tuổi có thể gấp đôi cân thiếu niên. Các tổ chất thể lực như sức mạnh, sức bền, sự dẻo dai được tăng cường.

Cơ bắp, sức lực phát triển mạnh để đạt những thành tích trong thể thao [45], [91], [98]

1.6.2.3. Hệ tuần hoàn

Hệ tuần hoàn của học sinh phổ thông trung học đang phát triển và đi tới hoàn thiện.

Buồng tim phát triển tương đối hoàn chỉnh.

Mạch của nam từ 70-80 lần/phút và của nữ từ 75-85 lần/ phút

Hệ thống điều hòa vận mạch tương đối hoàn chỉnh

Phản ứng của hệ tuần hoàn trong lượng vận động tương đối rõ rệt, nhưng sau vận động, mạch đập và huyết áp hồi phục tương đối nhanh chóng [45], [91].

1.4.2.4. Hệ hô hấp

Hệ hô hấp của học sinh phổ thông trung học đã phát triển và tương đối hoàn thiện.

Vòng ngực trung bình của nam từ 67-72cm, của nữ từ 69-74cm.

Diện tích tiếp xúc của phổi hoẵng 100-120cm³, gần bằng tuổi trưởng thành.

Dung lượng phổi tăng lên nhanh chóng từ lúc 15 tuổi là 2-2.5lít đến 16-18 tuổi đạt khoảng 3-4 lít.

Tần số hô hấp gần giống người lớn, dao động từ 10-20 lần/phút.

Tuy nhiên, các cơ hô hấp còn yếu nên sự co giãn của lồng ngực nhỏ, chủ yếu là co giãn cơ hoành. Trong tập luyện cần thở sâu và tập trung chú ý thở bằng ngực. Các bài tập bơi, chạy cự ly trung bình, chạy việt dã có tác dụng tốt đến sự phát triển của hệ hô hấp. [45], [91], [98]

1.4.2.5. Hệ nội tiết

Lứa tuổi học sinh phổ thông trung học là thời kỳ trưởng thành về giới tính. Đa số các em đã vượt qua thời kỳ phát dục, những khủng hoảng tuổi dậy thì chấm dứt để chuyển sang thời kỳ ổn định hơn, cân bằng hơn, xét cả trên các mặt hoạt động hưng phấn, ức chế của hệ thần kinh cũng như các mặt phát triển khác của cơ thể về thể chất.

Nguyên nhân của những thay đổi về sinh lý học trên chính là hoạt động của các nội tiết tố, đặc biệt là vai trò của nội tiết tố sinh trưởng và nội tiết tố giới tính.

Nội tiết tố sinh trưởng được sản xuất và duy trì từ lúc con người sinh ra cho đến lúc chết. Mức sản xuất nội tiết tố này tăng trưởng đột ngột vào lúc tuổi dậy thì bắt đầu và duy trì ở mức độ ổn định khi cơ thể đã đạt được sự tăng trưởng của xương, của tất cả các cơ quan và hệ thống khác làm cơ thể phát triển hài hoà. Song tuổi thanh niên, việc sản xuất nội tiết tố sẽ giảm xuống mức để duy trì và sửa chữa các tế bào, các mô, các cơ quan và hoàn thiện cơ thể.

Nội tiết tố giới tính có nhiệm vụ tạo vóc dáng của cơ thể cho phù hợp với sự phát triển sinh dục và sinh sản của người đàn ông hay phụ nữ. Các nội tiết tố này, đã bị ngừng sản xuất sau khi thai nhi đã phát triển trong tử cung, được tái sản xuất vào lúc bắt đầu tuổi dậy thì. Theo mệnh lệnh của vùng dưới đồi, FSH (hormon của tuyến yên tác động lên noãn bào của buồng trứng) và LH (hormon tạo thể vàng) được sản sinh, kích thích các cơ quan sinh sản ra các nội tiết tố tại chỗ của riêng chúng: các tinh hoàn sản sinh các testosterone và buồng trứng sản sinh ra estrogen và progesteron. Các nội tiết tố nam và nữ tác động đến sự phát triển của các đặc điểm giới tính bẩm sinh, và các đặc điểm giới tính thứ phát, tức là tạo ra tất cả những khác biệt về thể chất giữa cơ thể nam và nữ. [45], [91]

Tóm lại, phân tích đặc điểm tâm, sinh lý học sinh THPT cho thấy:

Lứa tuổi học sinh. là giai đoạn phát triển khá ổn định về thể chất và tâm lý, không có những khủng hoảng nghiêm trọng như ở giai đoạn trước đó. Tuy nhiên, ở giai đoạn này nhiều nét tâm lý mới được hình thành và phát triển mạnh mẽ, ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển nhân cách nói chung của các em: tình yêu nam nữ, sự chín muồi trong phát dục, vị trí mới trong gia đình và xã hội, tính tích cực, năng động trong hoạt động xã hội, tự ý thức phát triển mạnh, tâm thế coi mình là người lớn, muốn tự khẳng định mình, thế giới quan ngày càng hoàn thiện, khát vọng thành đạt kéo theo ý thức về việc chọn lựa nghề nghiệp tương lai và khả năng tập trung, nỗ lực phấn đấu để đạt được mục tiêu,...

Về đặc điểm sinh lý: Lứa tuổi học sinh THPT là thời kỳ mà sự phát triển thể chất của con người đang đi vào giai đoạn hoàn chỉnh, tuy nhiên sự phát triển này còn kém so với sự phát triển cơ thể của người lớn. Giai đoạn này bắt đầu thời kỳ phát triển tương đối “êm ả” về mặt sinh lý.

1.5. Các công trình nghiên cứu có liên quan

1.5.1. Một số công trình nghiên cứu có liên quan trên thế giới

Việc nghiên cứu về công tác TDTT NK đã được rất nhiều chuyên gia, giảng viên, giáo viên GDTC và các nhà khoa học quan tâm và được rất nhiều trường đang

đưa vào triển khai thực hiện, tuy nhiên việc nghiên cứu các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK ở các THPT thì cũng chưa có nhiều tác giả đề cập đến. Có thể khái một số công trình nghiên cứu ngoài nước liên quan gần với vấn đề nghiên cứu của luận án gồm:

Trong công trình rất nổi tiếng “Xây dựng chương trình học” của tác giả Kimiko Fujita đã phân tích một cách toàn diện về mục đích của giáo dục, mối quan hệ giữa dạy và học, trong đó đặc biệt đề cao vai trò của việc tự học, sự tác động của hoạt động ngoại khóa đến hoạt động chính khóa [52]. Có thể nói, tác giả đã tiếp cận gần nhất và khẳng định vai trò của tự học, của hoạt động ngoại khóa với kết quả học tập.

Trong tài liệu “Vai trò của hoạt động TDDT ngoại khóa” của Riman. Demond, tác giả đã trình bày và phân tích về vai trò tích cực của hoạt động TDDT ngoại khóa đối với mặt thể chất và tinh thần của người tập, đặc biệt tác giả đã đưa ra được một số biện pháp nhằm thu hút người tập, phát huy được tính tự giác tích cực và chủ động của của người tập, từ đó nâng cao hiệu quả trong công tác GDTC [68]

Với nghiên cứu “Nghiên cứu các biện pháp tổ chức các hoạt động TDDT ngoại khóa để giảm béo phì cho học sinh THPT khu vực nội thành Thượng Hải” tác giả: Vi Tường Hoan, Lý Hải Bạch (1998) đã tổ chức đa dạng CLB TDDT ngoại khóa cho học sinh THPT, từ đó giúp giảm béo phì và nâng cao được thể chất cho học sinh, đó là cần xã hội hóa TDDT và tổ chức các môn thể thao tự chọn theo nhu cầu của người tập.

Với nghiên cứu: “Xây dựng nhóm giải pháp thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa” (2001), Максименко А.М (Nga) đi đến kết luận: Số sinh viên tham gia vào hoạt động TDDT ngoại khóa tăng gấp 3 lần, cùng với nó là tỷ lệ sinh viên mắc vào các tệ nạn xã hội giảm 10% và thông qua hoạt động ngoại khóa giúp các em có thêm nhiều kỹ năng sống, nâng cao được sức khỏe, tinh thần thoải mái và học tập đạt kết quả cao hơn [108].

Năm 1998, trong đề tài nghiên cứu: “Thúc đẩy lối sống năng động trong trường học” WHO đã nhận định: Tham gia các hoạt động thể chất sớm là cần thiết cho việc đạt được sự sẵn sàng, các kỹ năng cần thiết và các kinh nghiệm thuận lợi để duy trì một thói quen tập thể dục thường xuyên trong suốt cuộc đời hoặc để áp dụng nó trong cuộc sống sau đó. Hơn nữa, việc tham gia này giúp duy trì vốn sức

khỏe đạt được thông qua những năm tháng trưởng thành và góp phần lão hóa lành mạnh. [105].

Năm 2007, qua “Loạt thông tin của Tổ chức y tế thế giới về sức khỏe học đường”. Tài liệu này đã hướng đến hai vấn đề chính yếu: Thứ nhất, xác định tầm quan trọng của hoạt động thể chất đối với trẻ em và thanh thiếu niên ngày nay - phát triển tính linh hoạt, độ bền, sức mạnh và sự phối hợp cũng như kỹ năng vận động; Thứ hai, nó minh họa cách mà các trường học cùng với gia đình và cộng đồng có thể hỗ trợ cho học sinh, sinh viên được hoạt động theo nhiều phương thức để phát triển kỹ năng và sự ham thích mà qua đó sẽ giúp họ vận động cơ thể trong suốt cuộc đời. [106].

Năm 2008, tác giả Amy M.Tenhouse trong đề tài nghiên cứu “Các hoạt động ngoại khóa trong trường đại học - Tác động đến sinh viên” đã đưa ra các loại hình hoạt động ngoại khóa phổ biến và hiệu quả trong các trường đại học ở Mỹ như: Tổ chức sinh viên - Các tổ chức TDĐT - Các tổ chức học tập và nghề nghiệp - Các hoạt động tình nguyện và dịch vụ liên quan - Các hoạt động đa văn hóa - Hoạt động nghệ thuật và Các hoạt động khác... Thông qua sự tham gia ngoại khóa, sinh viên thường xuyên tương tác với các bạn bè cùng sở thích, đưa hội nhập xã hội vào môi trường đại học. Kết quả là những sinh viên này xem những năm tháng học tập của họ như là một trải nghiệm tích cực và cảm thấy mình là một phần quan trọng của trường đại học và duy trì gắn bó lâu dài hơn với nhà trường ...

Năm 2009, với đề tài “Sự tham gia của SV vào các hoạt động thể thao”, các tác giả Don J. Webber và Andrew Mearman ở đại học West of England đã đi đến kết luận: Các trường đại học nên có nhiều chính sách để khuyến khích sinh viên tham gia TDĐT. Các chính sách này bao gồm việc tổ chức nhiều hơn các hoạt động thể thao và cố gắng thay đổi nhận thức của sinh viên về TDĐT, đặc biệt nên tập trung vào việc cung cấp các môn thể thao mang tính xã hội, tranh đua và được tổ chức chặt chẽ. [31]

1.5.2. Một số công trình nghiên cứu có liên quan tại Việt Nam

Công tác GDTC nói chung và hoạt động TDĐT NK đã được nhiều tác giả tại Việt Nam quan tâm nghiên cứu dưới nhiều góc độ tiếp cận khác nhau. Có thể kể tới một số công trình nghiên cứu sau:

Năm 2000, tác giả Nguyễn Găng [44] đã nghiên cứu hiệu quả của hoạt động ngoại khóa theo loại hình CLB TDĐT hoàn thiện đối với sự phát triển thể chất các trường đại học TP.Huế. Nghiên cứu đã tiến hành thực nghiệm trên 3 nhóm SV

(nam, nữ): nhóm thực nghiệm 1 (tập luyện TDTT NK theo hình thức CLB TDTT đơn thuần), nhóm thực nghiệm 2 (tập luyện năng khiếu theo hình thức CLB TDTT hoàn thiện), nhóm đối chứng (tập luyện năng khiếu theo hình thức tự phát) và đã đưa ra kết luận: Hình thức tập luyện năng khiếu trong các CLB TDTT hoàn thiện cho hiệu quả cao nhất đối với sự phát triển thể chất của sinh viên..

Năm 2006, tác giả Lê Hồng Cương đã tiến hành nghiên cứu biện pháp phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho các trường cao đẳng Tỉnh Nam Định. Trong công trình nghiên cứu của mình, trên cơ sở phân tích các điều kiện thực trạng công tác GDTC cho các trường cao đẳng trên địa bàn tỉnh, tác giả đã đề xuất được 7 giải pháp phù hợp, có hiệu quả trong việc nâng cao hiệu quả GDTC cho đối tượng nghiên cứu. [25]

Năm 2007, trong công trình nghiên cứu về “Thể thao trường học ở Việt Nam và một số quốc gia trên thế giới”, tác giả Dương Nghiệp Chí [22] đã điếm qua các kế hoạch, chương trình phát triển TDTT trường học ở các nước trên thế giới như: Nhật, Mỹ, Canada, Úc, Anh, Hà Lan, Đức, Trung Quốc...và sau cùng là thực trạng chung GDTC ở Việt Nam. Tác giả đã đánh giá: Chất lượng GDTC ở nước ta nói chung (giảng dạy nội khóa và hoạt động ngoại khóa) còn thấp do những nguyên nhân hạn chế về tổ chức, giáo viên và cơ sở vật chất. Về hoạt động TDTT NK, tác giả nhận định: Đây là hình thức giáo dục quan trọng góp phần nâng cao chất lượng GDTC. Tuy nhiên, việc thực hiện trong nhà trường còn chưa thật sự nề nếp, còn tùy tiện, mục đích và yêu cầu giáo dục còn chưa được đề cao.

Năm 2011, với mục đích xác định chính xác tác động của tập luyện TDTT với sự biến đổi tập vóc và thể lực của học sinh, Tác giả Nguyễn Ngọc Việt đã tiến hành nghiên cứu sự biến đổi tầm vóc và thể lực dưới tác động của tập luyện TDTT nội khóa và ngoại khóa đối với học sinh tiểu học từ 6-9 tuổi ở Bắc miền Trung. Trong quá trình nghiên cứu, tác giả đã nghiên cứu thực trạng công tác giáo dục thể chất cho học sinh Tiểu học Bắc miền Trung, trên cơ sở đó, xây dựng nội dung chương trình và các hình thức tổ chức thực hiện chế độ vận động tích cực cho học sinh Tiểu học Bắc miền Trung. [100]

Năm 2012, tác giả Nguyễn Đức Thành đã nghiên cứu xây dựng nội dung và hình thức hoạt động thể dục, TDTT NK của sinh viên một số trường đại học ở thành phố Hồ Chí Minh. Với mục tiêu nghiên cứu lựa chọn nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa của Sinh viên; đánh giá hiệu quả các nội dung và hình thức tổ chức đã lựa chọn trong thực tiễn tập luyện TDTT ngoại khóa, Đề tài

đã nhận được sự đánh giá cao của Hội đồng chấm Luận án Tiến sĩ cũng như các đại biểu tham dự buổi bảo vệ về tính thực tiễn và khoa học. Tác giả Nguyễn Đức Thành đã lựa chọn được nội dung tập luyện TDTT ngoại khoá (gồm 5 môn: Bóng đá, Bóng chuyền, Bóng rổ, Cầu lông và Võ thuật) cũng như các hình thức tập luyện (3 hình thức: CLB, nhóm - lớp và đội tuyển). Các nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khoá đã được đưa vào thực nghiệm với 185 sinh viên (110 nam, 75 nữ) của Trường đại học Tôn Đức Thắng trong 1 năm học và kết quả thu được tốt, cụ thể có tác động tích cực đến thể chất và tinh thần của sinh viên. [74]

Năm 2014, tác giả Võ Văn Vũ [101] đã bảo vệ thành công luận án tiến sĩ: “Đánh giá thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường Trung học phổ thông ở Đà Nẵng”. Kết quả nghiên cứu luận án đã lựa chọn được 05 giải pháp ưu tiên nâng cao hiệu quả GDTC và hoạt động thể thao ở trường THPT ở Đà Nẵng.

Cũng trong năm 2014, tác giả Mai Thị Thu Hà [35] cũng đã bảo vệ thành công luận án tiến sĩ của mình với tên: “Nghiên cứu hiệu quả tập luyện và thi đấu thể dục Aerobic trong hoạt động ngoại khóa đối với học sinh tiểu học”. Trong công trình nghiên cứu của mình, tác giả đã xác định được nội dung tập luyện ngoại khóa môn Aerobic cho học sinh tiểu học, gồm 14 bài tập từ cơ bản đến nâng cao và bài tập thi đấu. Sau 8 tháng áp dụng chương trình ngoại khóa thể dục Aerobic đã khẳng định được tính hiệu quả tác động của bài tập đến sự phát triển thể chất học sinh tiểu học 8 – 10 tuổi. Trong năm 2011, tác giả Mai Thị Thu Hà cũng đã công bố bài viết liên quan tới mô hình CLB thể thao ngoài giờ cho học sinh các trường tiểu học thành phố Hải Dương trên Tạp chí Khoa học Thể thao Số 5. [34].

Cũng trong năm 2014, tác giả Trần Hữu Hùng đã tiến hành nghiên cứu cải tiến hình thức và nội dung tập luyện TDTT cho học sinh THCS khu vực cao nguyên Gia Lai – Kon Tum. Qua quá trình nghiên cứu, Luận án đã đánh giá được thực trạng hình thức và nội dung tập luyện TDTT của học sinh THCS khu vực cao nguyên Gia Lai – Kon Tum. Đặc biệt, đề xuất được các giải pháp cải tiến về hình thức và nội dung tập luyện TDTT của học sinh THCS khu vực cao nguyên Gia Lai – Kon Tum theo hướng kế thừa chương trình hiện đại, tiếp thu yêu cầu của thực tiễn trong giảng dạy thể dục nội khóa và các hình thức TDTT NK. Đồng thời, đề tài đã ứng dụng chương trình cải tiến vào giảng dạy thực nghiệm cho học sinh từ lớp 6 đến lớp 9 ở 3 trường THCS thuộc địa bàn thành thị, nông thôn và vùng sâu khu vực cao nguyên Gia Lai – Kon Tum cho kết quả tốt. [43]

Năm 2016, với mục đích đổi mới hoạt động TDTT NK bằng hình thức CLB để phát triển thể chất cho học sinh THPT tỉnh Sơn La, NCS Nguyễn Bá Điệp đã xây dựng mô hình CLB TDTT trong các trường THPT tỉnh Sơn La, đồng thời xây dựng mô hình tổ chức, quản lý và nội dung HĐ của CLB. Đề tài đã tiến hành thực nghiệm mô hình CLB TDTT đã xây dựng ở 03 trường THPT tỉnh Sơn La trong năm học 2014-2015, kết quả bước đầu cho thấy các CLB hoạt động tốt và có hiệu quả thể hiện qua số lượng CLB tăng lên; HĐ thi đấu và giao lưu TT giữa các cụm trường tổ chức quy mô và nhiều hơn; ý thức học tập môn TD cũng như thể chất học sinh có sự tăng trưởng tốt. Kết quả nghiên cứu của luận án có tác động tích cực trong việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh [33]

Năm 2017, tiếp cận từ góc độ cung cấp chương trình tập luyện ngoại khóa phù hợp cho học sinh trong trường học các cấp, tác giả Mai Thị Bích Ngọc đã tiến hành nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karatedo cho học sinh trung học cơ sở thành phố Hà Nội. Quá trình nghiên cứu cũng đã lựa chọn được 18 tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karatedo thuộc 5 tiêu chuẩn, trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karatedo theo đại đẳng. Trên cơ sở phân tích cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn luận án đã xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karatedo cho học sinh THCS Tp. Hà Nội theo hướng đáp ứng mục tiêu TDTT trường học và nhu cầu xã hội, luận án đã xây dựng chương trình tập luyện chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karatedo cho học sinh THCS Tp. Hà Nội trong 4 năm học gồm 10 chương trình nhỏ, tương ứng 10 chương trình môn học (10 Kyu - từ đai trắng Kyu 10 tới đai đen nhất đẳng). [56]

Cũng trong năm 2017, tác giả Phùng Xuân Dũng cũng đã hoàn thành công trình nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội. Trong công trình nghiên cứu của mình, tác giả Phùng Xuân Dũng đã lựa chọn được 03 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho sinh viên, đồng thời đã ứng dụng 03 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội, vào thực tiễn bước đầu đã đem lại kết quả rõ rệt về phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa, nâng cao thể lực và kết quả học tập các môn thực hành cũng như kết quả thi đẳng cấp của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn so với nhóm đối chiếu, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Điều đó cho thấy, 3 giải pháp mà đề tài

ứng dụng đã đảm bảo tính khoa học, độ tin cậy trong việc nâng cao chất lượng đào tạo nói chung của nhà trường và công tác TDDT ngoại khóa nói riêng. [30]

Năm 2017, xuất phát từ mong muốn nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh các trường tiểu học tỉnh Thanh Hóa, NCS Lê Đông Dương đã tiến hành khảo sát và đánh giá thực trạng công tác GDTC trong 40 trường tiểu học thuộc 3 vùng miền Tỉnh Thanh Hóa, trong đó có 11 trường khu vực miền núi, 20 trường khu vực Đồng bằng và 9 trường khu vực Thành phố. Trên cơ sở đó, tác giả đã lựa chọn được 12 giải pháp thuộc 03 nhóm nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh các trường tiểu học thành phố Thanh Hóa. Các nhóm giải pháp lựa chọn của luận án đã bước đầu có hiệu quả trong việc phát triển hình thái của HSTH tỉnh Thanh Hóa, có tác dụng tốt trong việc phát triển chức năng cơ thể của học sinh và đặc biệt trong việc phát triển thể lực học sinh, nâng cao kết quả học tập môn Thể dục và phát triển phong trào TDDT ngoại khóa tại các trường tiểu học thuộc nhóm thực nghiệm. Như vậy, dễ dàng nhận thấy, việc phát triển phong trào TDDT NK rất quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả GDTC cho học sinh trong trường học các cấp. [31]

Nhận thấy GDTC trong các trường Đại học, Cao đẳng là bộ phận hữu cơ của TDDT trường học nhằm thực hiện mục tiêu giáo dục và đào tạo, đồng thời là một mặt giáo dục toàn diện cho thế hệ trẻ. Đồng thời nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên không phải chỉ dựa vào GDTC nội khóa mà có thể thành công, năm 2018, tác giả Lê Thanh Hà đã hoàn thành công trình nghiên cứu mô hình CLB Cầu lông phù hợp với nhu cầu tập luyện của SV và điều kiện của một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội. Luận án đã lựa chọn được 10 tiêu chí và 21 nội dung cần thiết khi xây dựng mô hình CLB Cầu lông trong các trường đại học tại Hà Nội, đồng thời lựa chọn được hai mô hình hoạt động CLB Cầu lông trong các trường đại học tại Hà Nội thông qua các cấp quản lý (mô hình CLB Cầu lông do nhà trường quản lý (với hai hình thức hoạt động là đội tuyển thể thao và CLB Cầu lông đại trà cho sinh viên) và mô hình CLB Cầu lông do nhà trường và tư nhân kết hợp quản lý (với 2 hình thức là CLB Cầu lông có thu phí, có người hướng dẫn và CLB Cầu lông có thu phí, không có người hướng dẫn). [34]

Năm 2019, tiếp cận từ góc độ Tỉnh Bắc Ninh là tỉnh có nhiều điều kiện thuận lợi về tự nhiên, xã hội để phát triển thể chất nói chung và thể lực nói riêng cho học sinh. Tuy nhiên, trên thực tế, trình độ thể lực của học sinh THCS Tỉnh Bắc Ninh lại phát triển còn nhiều hạn chế. NCS Lê Thị Thanh Thủy đã tiến hành nghiên cứu giải pháp phát triển thể lực cho học sinh THCS Tỉnh Bắc Ninh, trong đó 04 giải pháp

tung cường hoạt động TDTT NK phát triển thể lực cho học sinh gồm: Đa dạng hóa các hình thức hoạt động Thể thao ngoại khóa cho học sinh; Tổ chức hoạt động ngoại khóa thường xuyên, liên tục, tập trung vào các môn thể thao được học sinh yêu thích; Tăng cường các giải thi đấu thể thao nội bộ, giao hữu thể thao nội bộ và với các trường trong tỉnh và Thành lập các CLB thể thao. Như vậy, có thể thấy việc hoạt động TDTT NK có tác động rất tích cực tới việc phát triển thể lực cho học sinh cũng như nâng cao hiệu quả GDTC nói chung. [84]

Phân tích các công trình nghiên cứu có liên quan cho thấy, mặc dù các tác giả trong và ngoài nước đã rất quan tâm tới việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng, những chưa có tác giả nào quan tâm tới việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT và đặc biệt là học sinh THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi, nơi có đặc điểm kinh tế, xã hội tương đối đặc thù. Chính vì vậy, nghiên cứu biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT trên địa bàn tỉnh là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

Nhận xét chương 1:

1. Các văn bản, chỉ thị của Đảng và Nhà nước đã thể hiện tư tưởng nhất quán: coi trọng và đề cao vai trò của TDTT trong xã hội, trong đó có TDTT trong trường học các cấp, trong đó, TDTT trường học bao gồm hoạt động GDTC bắt buộc và hoạt động TDTT tự nguyện của HS, SV trong trường học các cấp thuộc hệ thống giáo dục quốc dân, là bộ phận cơ bản và quan trọng của nền TDTT nước ta.

2. TDTT NK có ý nghĩa tích cực góp phần phát triển thể chất và tinh thần cho thế hệ trẻ. Nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK rất đa dạng, phong phú, thu hút đông đảo HS, SV trong trường học các cấp tham gia. Trong đánh giá chất lượng hoạt động TDTT NK cho học sinh cần chú ý đánh giá cả mục tiêu GDTC, giáo dục thể chất, đánh giá việc phát triển phong trào TDTT cũng như về việc phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao...

3. Quá trình nghiên cứu chương 1 của luận án cũng đã làm rõ các khái niệm có liên quan trong quá trình nghiên cứu; quan tâm phân tích các yếu tố ảnh hưởng tới tổ chức hoạt động TDTT NK cho học sinh; đặc điểm tâm, sinh lý lứa tuổi học sinh THPT cũng như phân tích các công trình nghiên cứu có liên quan. Đây là những căn cứ lý luận cần thiết để tiến hành các bước nghiên cứu tiếp theo của luận án.

CHƯƠNG 2. PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu luận án, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau:

2.1.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu

Được sử dụng trong quá trình hệ thống hoá các kiến thức có liên quan đến lĩnh vực nghiên cứu, hình thành cơ sở lý luận, quan điểm về nâng cao chất lượng công tác GDTC nói chung và nâng cao chất lượng thể thao trường học nói riêng, đề xuất giả thuyết khoa học, xác định mục đích và nhiệm vụ nghiên cứu... Đồng thời, việc sử dụng phương pháp nghiên cứu này còn cho phép thu thập thêm các số liệu để kiểm chứng và so sánh với những số liệu đã thu thập được trong quá trình nghiên cứu.

Các tài liệu tham khảo chủ yếu được thu thập từ Thư viện trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Thư viện Tỉnh Quảng Ngãi, Thư viện Quốc gia Việt Nam và các tư liệu riêng của cá nhân, bao gồm 108 tài liệu tham khảo, trong đó có 104 tài liệu bằng tiếng Việt, 03 tài liệu bằng tiếng Anh, 01 tài liệu bằng tiếng Nga.

Trong quá trình nghiên cứu luận án có sử dụng các tài liệu thuộc các lĩnh vực:

- Các tài liệu gồm có: Các chỉ thị, văn bản, quyết định của Đảng và Nhà nước về TDTT trong giai đoạn mới, định hướng công tác GDTC và TDTT NK trong trường học các cấp...

- Các sách gồm có: Sách lý luận, tâm lý, sinh lý học, y học, các sách về quản lý TDTT, phát triển phong trào TDTT.....

- Các đề tài nghiên cứu về lĩnh vực TDTT trường học, về phát triển phong trào tập luyện TDTT NK trong trường học các cấp...

Các tài liệu được trình bày ở phần “Danh mục các tài liệu tham khảo”.

2.1.2. Phương pháp phỏng vấn

Được sử dụng trong quá trình phỏng vấn thu thập thông tin giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu luận án. Quá trình nghiên cứu luận án sử dụng phương pháp phỏng vấn trực tiếp, gián tiếp và điều tra xã hội học.

Phỏng vấn trực tiếp:

Sử dụng trong phỏng vấn sâu 8 chuyên gia GDTC và 38 GV thể dục thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi và xin ý kiến về các nội dung:

Phòng vấn trao đổi trực tiếp về các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDDT NK

Đánh giá thực trạng cơ sở vật chất và mức độ đáp ứng của cơ sở vật chất trong hoạt động TDDT NK

Khảo sát thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDDT

Khảo sát tiêu chí đánh giá phong trào TDDT NK

Lựa chọn các nguyên tắc xây dựng biện pháp

Lựa chọn biện pháp

Lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả phong trào TDDT NK.

Phòng vấn gián tiếp:

Phương pháp phỏng vấn: Phỏng vấn được tiến hành bằng thang độ liket 5 mức tương ứng:

5 điểm: Rất hiệu quả / Rất tốt / Rất ảnh hưởng

4 điểm: Hiệu quả / Tốt / Ảnh hưởng

3 điểm: Bình thường/Trung bình

2 điểm: Không hiệu quả / Không tốt / Không ảnh hưởng

1 điểm: Rất không hiệu quả/ Rất không tốt / Rất không ảnh hưởng

Tương ứng phân loại theo số điểm đạt được:

1.00 – 1.80: Rất không hiệu quả/ Rất không tốt / Rất không ảnh hưởng

1.81 – 2.60: Không hiệu quả / Không tốt / Không ảnh hưởng

2.61 – 3.40: Bình thường/Trung bình

3.41 – 4.20: Hiệu quả / Tốt / Ảnh hưởng

4.21 – 5.00: Rất hiệu quả / Rất tốt / Rất ảnh hưởng

Sử dụng phiếu hỏi để tìm hiểu sâu về các vấn đề:

Phòng vấn 8 chuyên gia GDTC, 6 cán bộ quản lý TDDT và 38 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi để xác định các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Phòng vấn 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT, 153 phụ huynh học sinh, 26 cán bộ quản lý (Hiệu trưởng, hiệu phó các trường) và 132 giáo viên (trong đó có 38 giáo viên Thể dục và 94 giáo viên các môn khác) về thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Phòng vấn 9 chuyên gia GDTC, 5 cán bộ quản lý TDDT và 19 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi trong xác định các nguyên tắc và lựa

chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Điều tra xã hội học

Điều tra xã hội học là điều tra quan điểm, thái độ của quần chúng về một sự kiện chính trị, xã hội, hiện tượng văn hóa, thị hiếu, một vấn đề. Điều tra xã hội học thực chất là trưng cầu ý kiến quần chúng, được tiến hành bằng cách phỏng vấn trực tiếp, thảo luận hay bằng hệ thống ankét (đóng, mở)... Trong phạm vi nghiên cứu của luận án, chúng tôi sử dụng điều tra xã hội học bằng phương pháp sử dụng phiếu hỏi để nắm bắt dư luận xã hội trong vấn đề điều tra xác định nhu cầu, động cơ, thuận lợi, khó khăn... trong tập luyện TDDT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ đề xuất các biện pháp phù hợp nâng cao chất lượng hoạt động TDDT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh. Cụ thể được tiến hành theo các bước:

Chuẩn bị điều tra gồm các thao tác: Chọn mẫu, chọn địa bàn khảo sát, lựa chọn thời gian khảo sát, thiết kế phiếu hỏi và khảo sát định tính..

Tiến hành điều tra: Điều tra viên được tập huấn để quán triệt mục đích, yêu cầu điều tra, thống nhất các biện pháp phù hợp với từng nhóm mẫu và từng địa bàn điều tra. Quá trình điều tra đảm bảo tuân thủ những yêu cầu đã được đề ra. Các cộng tác viên được giám sát để đảm bảo mục đích thu được các thông tin một cách khách quan, tin cậy.

Xử lý kết quả điều tra: Được tiến hành bằng phương pháp nghiên cứu lý thuyết: Phân tích tư liệu, tổng hợp và phân loại tư liệu và tiến hành xử lý số liệu bằng phương pháp thống kê, phân tích, so sánh... theo những biến số độc lập để rút ra những thuộc tính chung của các tập hợp mẫu nhằm hình thành luận cứ cho các giả thuyết nghiên cứu.

Quá trình nghiên cứu luận án sử dụng điều tra xã hội học trong:

Điều tra 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT về nhận thức, nhu cầu, động cơ... tập luyện TDDT NK.

2.1.3. Phương pháp quan sát sự phạm

Được sử dụng trong quá trình quan sát hoạt động TDDT NK tại các Trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi để tìm hiểu về các vấn đề:

Nhận biết vấn đề và đưa ra định hướng nghiên cứu

Tìm giả thuyết nghiên cứu

Đánh giá thực trạng công tác TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh

Nghiên cứu tìm hiểu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới phát triển phong trào tập luyện TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh... Đồng thời thu thập các thông tin giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu đề tài.

Phương pháp quan sát sự phạm được sử dụng đồng thời với các phương pháp khác như phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp thực nghiệm sự phạm... và là phương pháp hỗ trợ đắc lực cho các phương pháp nghiên cứu trên.

2.1.4. Phương pháp kiểm tra sự phạm

Sử dụng trong quá trình đánh giá trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi trong đánh giá thực trạng thể lực, đánh giá trình độ thể lực của học sinh nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và nhóm thực nghiệm tại thời điểm trước và sau thực nghiệm. Trong quá trình nghiên cứu luận án, chúng tôi sử dụng 06 test đánh giá trình độ thể lực cho học sinh theo tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực ban hành theo quyết định Số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kiểm tra sự phạm được tiến hành thông qua lực lượng công tác viên là GV Thể dục tại các trường nghiên cứu.

Việc phân loại tổng hợp trình độ thể lực của học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo sử dụng 04 tiêu chí: Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) (đánh giá sức mạnh bền cơ bụng), Bật xa tại chỗ (cm) (đánh giá sức mạnh bột phát cơ chân), Chạy con thoi 1x400m (s) (đánh giá khả năng phối hợp vận động) và chạy tùy sức 5 phút (m) (đánh giá sức bền chung).

Các test được sử dụng trong quá trình nghiên cứu gồm:

Test 1. Lực bóp tay thuận (kg)

1. Yêu cầu dụng cụ: Lực kế (GRIP-D TKK-5401 do Nhật Bản sản xuất)
2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra đứng hai chân bằng vai, tay thuận cầm lực kế hướng vào lòng bàn tay. Bóp tay với lực tối đa, không bóp giật cục. Thực hiện hai lần, nghỉ 15 giây giữa hai lần thực hiện.
3. Cách tính thành tích: Lấy kết quả lần cao nhất, chính xác đến 0,1kg.

Test 2. Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)

1. Yêu cầu dụng cụ: Đệm cao su hoặc ghế băng, chiếu cói, trên cỏ bằng phẳng, sạch sẽ.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra ngồi chân co 90° ở đầu gối, hai bàn chân áp sát sàn. Một học sinh, sinh viên khác hỗ trợ bằng cách hai tay giữ phần dưới cẳng chân, nhằm không cho bàn chân người được kiểm tra tách ra khỏi sàn.

3. Cách tính thành tích: Mỗi lần ngã người, co bụng được tính một lần. Tính số lần đạt được trong 30 giây.

Test 3. Bật xa tại chỗ (cm)

1. Yêu cầu dụng cụ: Thảm cao su giảm chấn, kích thước 1 x 3 m (nếu không có thảm có thể thực hiện trên nền đất, cát mềm). Đặt một thước đo dài làm bằng thanh hợp kim hoặc bằng gỗ kích thước 3 x 0,3m trên mặt phẳng nằm ngang và ghim chặt xuống thảm (nền đất, cát mềm), tránh xô dịch trong quá trình kiểm tra.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra đứng hai chân mở rộng tự nhiên, ngón chân đặt sát mép vạch giới hạn; khi bật nhảy và khi tiếp đất, hai chân tiến hành cùng lúc. Thực hiện hai lần nhảy.

3. Cách tính thành tích: Kết quả đo được tính bằng độ dài từ vạch xuất phát đến vệt cuối cùng của gót bàn chân (vạch dấu chân trên thảm). Lấy kết quả lần cao nhất. Đơn vị tính là cm.

Test 4. Chạy 30m xuất phát cao (s)

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đồng hồ bấm giây; đường chạy thẳng có chiều dài ít nhất 40m, chiều rộng ít nhất 2m. Kẻ vạch xuất phát và vạch đích, đặt cọc tiêu bằng nhựa hoặc bằng cờ hiệu ở hai đầu đường chạy. Sau đích có khoảng trống ít nhất 10m để giảm tốc độ sau khi về đích.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao. Thực hiện một lần

3. Cách tính thành tích: Thành tích chạy được xác định là giây và số lẻ từng 1/100giây.

Test 5. Chạy con thoi 4 x 10m (s)

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy có kích thước 10 x 1,2m bằng phẳng, không trơn, bốn góc có vật chuẩn để quay đầu, hai đầu đường chạy có khoảng trống ít nhất là 2m. Dụng cụ gồm đồng hồ bấm giây, thước đo dài, bốn vật chuẩn đánh dấu bốn góc đường chạy.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao. Khi chạy đến vạch 10m, chỉ cần một chân chạm vạch, nhanh chóng quay 180 độ chạy trở về vạch xuất phát và sau khi chân lại chạm vạch xuất phát thì lại quay trở

lại. Thực hiện lặp lại cho đến hết quãng đường, tổng số bốn lần 10m với ba lần quay. Quay theo chiều trái hay phải là do thói quen của từng người. Thực hiện một lần.

3. Cách tính thành tích: Thành tích chạy được xác định là giây và số lẻ từng 1/100 giây.

Test 6. Chạy tùy sức 5 phút (m)

1. Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy dài ít nhất 52m, rộng ít nhất 2m, hai đầu kẻ hai đường giới hạn, phía ngoài hai đầu giới hạn có khoảng trống ít nhất 1m để chạy quay vòng. Giữa hai đầu đường chạy (tim đường) đặt vật chuẩn để quay vòng. Trên đoạn 50m đánh dấu từng đoạn 5m để xác định phần lẻ quãng đường ($\pm 5m$) sau khi hết thời gian chạy. Thiết bị đo gồm có đồng hồ bấm dây, số đeo và tích - kê ghi số ứng với mỗi số đeo.

2. Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao (tay cầm một tích – kê tương ứng với số đeo ở ngực). Khi chạy hết đoạn đường 50m, vòng (bên trái) qua vật chuẩn và chạy lặp lại trong thời gian 5 phút. Khi hết giờ, người được kiểm tra lập tức thả tích - kê của mình xuống ngay nơi chân tiếp đất. Thực hiện một lần.

3. Cách tính thành tích: đơn vị đo quãng đường chạy được là mét.

2.1.5. Phương pháp phân tích SWOT

Được sử dụng trong quá trình phân tích kết quả thực trạng chất lượng hoạt động TDDT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi để tìm ra những điểm yếu, điểm mạnh, thời cơ và thách thức trong hoạt động TDDT NK cho học sinh, làm cơ sở đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng hoạt động TDDT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi trong quá trình nghiên cứu luận án.

Mô hình SWOT, viết tắt theo chữ đầu tiếng Anh: Strength (điểm mạnh), Weakness (điểm yếu), Opportunity (thời cơ), Threat (thách thức). SWOT là phương pháp nghiên cứu nửa định tính nửa định lượng, giúp đưa ra từng cặp một cách ăn ý hoặc sự liên kết giữa 4 yếu tố nhằm khai thác tốt nhất các cơ hội có được từ bên ngoài, giảm bớt hoặc né tránh các đe dọa, trên cơ sở phát huy những mặt mạnh và khắc phục những yếu kém. Mỗi liên hệ trong phân tích SWOT được thể hiện theo ma trận TOWS phải trải qua 8 bước như sau: (1) Liệt kê các cơ hội bên ngoài; (2) Liệt kê các mối đe dọa quan trọng bên ngoài; (3) Liệt kê các điểm mạnh chủ yếu bên trong; (4) Liệt kê những điểm yếu bên trong; (5) Kết hợp điểm mạnh bên trong với cơ hội bên ngoài của chiến lược SO; (6) Kết hợp điểm mạnh bên

trong với mối đe dọa bên ngoài của chiến lược WO; (7) Kết hợp điểm mạnh bên trong với mối đe dọa bên ngoài của chiến lược WT; (8) Kết hợp điểm yếu bên trong với nguy cơ bên ngoài ghi kết quả WT. Biểu đồ ma trận TOWS có 4 ô chứa đựng các yếu tố quan trọng, 4 ô chiến lược được là SO, WO, ST và WT. Chi tiết được trình bày qua bảng:

Ô này luôn để trống	Điểm mạnh - S	Điểm yếu - W
Cơ hội - O	Hướng chiến lược S-O	Hướng chiến lược W-O
Thách thức - T	Hướng chiến lược S-T	Hướng các chiến lược W-T

2.1.6. Phương pháp thực nghiệm sư phạm

Sử dụng trong quá trình ứng dụng các biện pháp đã xây dựng của luận án trong nâng cao chất lượng hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Phương pháp thực nghiệm: Luận án sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song.

Đối tượng thực nghiệm: Thực nghiệm được tiến hành tại thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ). Các trường được chia thành 2 nhóm:

Nhóm các trường thực nghiệm gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn).

Nhóm các trường đối chứng gồm: Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

Theo dõi thực nghiệm được tiến hành trên 734 học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thuộc 10 trường.

Thời gian thực nghiệm: Được tiến hành trong năm học 2018-2019 (Từ tháng 9/2018 tới tháng 5/2019).

Công tác kiểm tra, đánh giá: Được tiến hành trên các nội dung:

Đánh giá trình độ thể lực của học sinh: được tiến hành tại thời điểm trước thực nghiệm: Tháng 9/2018 và sau thực nghiệm: Tháng 5/2019. Nội dung kiểm tra, đánh giá gồm 06 test được ban hành kèm theo quyết định Số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Phân loại thể lực tổng hợp sử dụng theo 4 test quy định trong phần 2.1.4 của luận án.

Đánh giá sự phát triển phong trào tập luyện TDTT NK tại các trường.

Đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp.

2.1.7. Phương pháp toán học thống kê

Phương pháp toán học thống kê được sử dụng trong việc phân tích và xử lý các số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của đề tài. Các tham số đặc trưng mà quá trình nghiên cứu quan tâm là: \bar{x} , t , δ , χ^2 , C_v được tính theo các công thức sau:

1. Số trung bình cộng:

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

2. Phương sai:

$$\delta^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n} \quad (n > 30)$$

3. Độ lệch chuẩn:

$$\delta = \sqrt{\delta^2}$$

4. Hệ số biến sai:

$$C_v = \frac{\delta_x}{\bar{x}} \times 100\%$$

5. Công thức so sánh 2 số trung bình quan sát:

$$t = \frac{\bar{x}_A - \bar{x}_B}{\sqrt{\frac{\delta^2_A}{n_A} + \frac{\delta^2_B}{n_B}}} \quad (n \geq 30)$$

6. Tính khi bình phương (χ^2):

$$\chi^2 = \frac{\sum (Q_i - L_i)^2}{L_i}$$

Trong đó: Q_i : Tần số quan sát.
 L_i : Tần số lý thuyết.

7. Tính nhịp độ tăng trưởng (W%) theo công thức của S.Brody (1927).

$$W = \frac{100 \times (V_2 - V_1)}{0,5 \times (V_1 + V_2)}$$

2.2. Đối tượng và phạm vi nghiên cứu

2.2.1. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu của luận án là: Biện pháp nâng cao hiệu quả các hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT, tỉnh Quảng Ngãi

Đối tượng quan trắc:

Đối tượng khảo sát thực trạng: 10 Trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

Đối tượng học sinh khảo sát thực trạng:

Đối tượng điều tra thực trạng phong trào tập luyện thể thao ngoại khóa: 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 1317 nam và 1219 nữ

Đối tượng khảo sát thực trạng thể lực: 1500 học sinh THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 500 học sinh khối 10 (250 nam và 250 nữ); 500 học sinh khối 11 (250 nam và 250 nữ) và 500 học sinh khối 12 (250 nam và 250 nữ).

Đối tượng học sinh theo dõi thực nghiệm: 734 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. (Chi tiết các trường được trình bày tại phương pháp thực nghiệm sư phạm).

Đối tượng phỏng vấn được trình bày chi tiết trong phần 2.1.3 của luận án.

2.2.2. Phạm vi nghiên cứu

Đối tượng khảo sát:

Phạm vi nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào tập luyện thể thao ngoại khóa cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi: Chỉ tiến hành nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng trực tiếp tới hoạt động Thể thao ngoại khóa của học sinh trong các trường như: Cơ sở vật chất, đội ngũ giáo viên, thực trạng phong trào, động cơ, mục đích tập luyện, nhận thức của cán bộ, giáo viên và học sinh...

Thực trạng trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Phạm vi nghiên cứu thực trạng và thực nghiệm: tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi (chiếm hơn 1/4 tổng số trường) gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

2.2.3. Địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành tại Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, Sở Giáo dục và Đào tạo Quảng Ngãi, 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

2.2.4. Cơ quan phối hợp nghiên cứu

Các cơ quan phối hợp nghiên cứu gồm:

Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh: Cung cấp tài liệu, học liệu, máy móc phục vụ thu thập các số liệu nghiên cứu

Sở Giáo dục và Đào tạo: Cung cấp các số liệu thống kê để so sánh, đối chiếu và sử dụng trong quá trình nghiên cứu

10 Trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi: Phối hợp nghiên cứu thực trạng, thu thập số liệu nghiên cứu, thực nghiệm...

2.2.5. Kế hoạch và thời gian nghiên cứu

Thời gian nghiên cứu: Luận án tiến hành nghiên cứu trong 4 năm từ tháng 12 năm 2015 đến tháng 12 năm 2019. Được chia thành 3 giai đoạn:

Giai đoạn chuẩn bị: Từ tháng 9/2015 tới tháng 3/2016

Lựa chọn vấn đề nghiên cứu, tham khảo ý kiến các chuyên gia, mời GV hướng dẫn, xây dựng đề cương nghiên cứu, bảo vệ đề cương nghiên cứu trước hội đồng khoa học, chỉnh sửa và hoàn thiện đề cương nghiên cứu

Giai đoạn cơ bản: Từ tháng 4/2016 tới tháng 6/2019

Thu thập các tài liệu tham khảo có liên quan, viết tổng quan cơ sở lý luận của luận án

Nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào tập luyện TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Nghiên cứu thực trạng phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Lựa chọn và xây dựng nội dung các biện pháp nâng cao hiệu quả các hoạt động TDTTNK cho học sinh THPT, tỉnh Quảng Ngãi

Xây dựng kế hoạch, ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả.

Viết và bảo vệ 3 chuyên đề luận án

Hoàn thành báo cáo khoa học tổng quan của luận án

Đăng tải các bài báo khoa học công bố từng phần kết quả nghiên cứu luận án

Thu thập, xử lý số liệu và viết từng phần kết quả nghiên cứu luận án.

Giai đoạn kết thúc: Từ tháng 6/2019 tới tháng 12/2019

Xử lý các số liệu nghiên cứu

Viết, chỉnh sửa và hoàn thiện luận án

Xin ý kiến các chuyên gia về kết quả nghiên cứu luận án

Hoàn thiện thủ tục bảo vệ và bảo vệ luận án cấp cơ sở.

CHƯƠNG 3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Nghiên cứu thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.1.1. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.1.1.1. Xác định các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

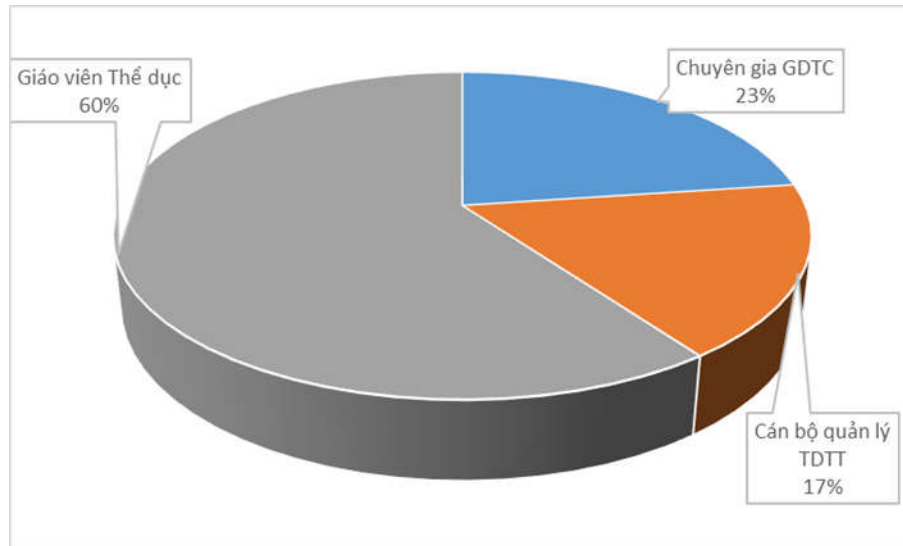
Tiến hành xác định các yếu tố ảnh hưởng tới phong trào tập luyện TDTT NK trong các THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên Thể dục trên địa bàn tỉnh và các chuyên gia GDTC. Kết quả cho thấy: Các yếu tố ảnh hưởng tới việc tập luyện TDTT NK của học sinh THPT chịu ảnh hưởng của rất nhiều yếu tố, bao gồm cả yếu tố chủ quan và khách quan. Cụ thể:

Nhóm các yếu tố khách quan: Những yếu tố khách quan ảnh hưởng lớn đến hoạt động TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK; Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK; Kinh phí cho hoạt động TDTT NK; Đội ngũ giáo viên hướng dẫn hoạt động TDTT NK; Công tác tuyên truyền hoạt động TDTT NK; Nội dung tập luyện TDTT NK; Hình thức tập luyện TDTT NK; Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK...

Nhóm các yếu tố chủ quan: Những yếu tố chủ quan có ảnh hưởng lớn nhất đến hoạt động TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Nhu cầu tập luyện TDTT NK, thái độ tập luyện TDTT NK, động cơ tập luyện TDTT NK và nhận thức của đối với hoạt động TDTT NK.

Để xác định được chính xác, khách quan các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động luyện TDTT NK trong các THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án tiến hành phỏng vấn các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDTT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT. Số phiếu phát ra là 38, thu về là 35, trong đó có 8 chuyên gia GDTC, 6 cán bộ quản lý TDTT và 21 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng

Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 1). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11. Tỷ lệ thành phần đối tượng phỏng vấn được trình bày tại biểu đồ 3.1.



Biểu đồ 3.1. Tỷ lệ thành phần đối tượng phỏng vấn xác định yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi (n=35)

Cách trả lời cụ thể theo thang độ liket 5 mức tương ứng: Ảnh hưởng rất lớn tới rất không ảnh hưởng.

Chúng tôi sẽ lựa chọn những yếu tố đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức ảnh hưởng và rất ảnh hưởng) để đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.1.

Qua bảng 3.1 cho thấy, theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, chúng tôi lựa chọn được 4 yếu tố chủ quan và 6 yếu tố khách quan ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức ảnh hưởng và rất ảnh hưởng). Cụ thể gồm:

Bảng 3.1. Kết quả phỏng vấn xác định yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi (n=35)

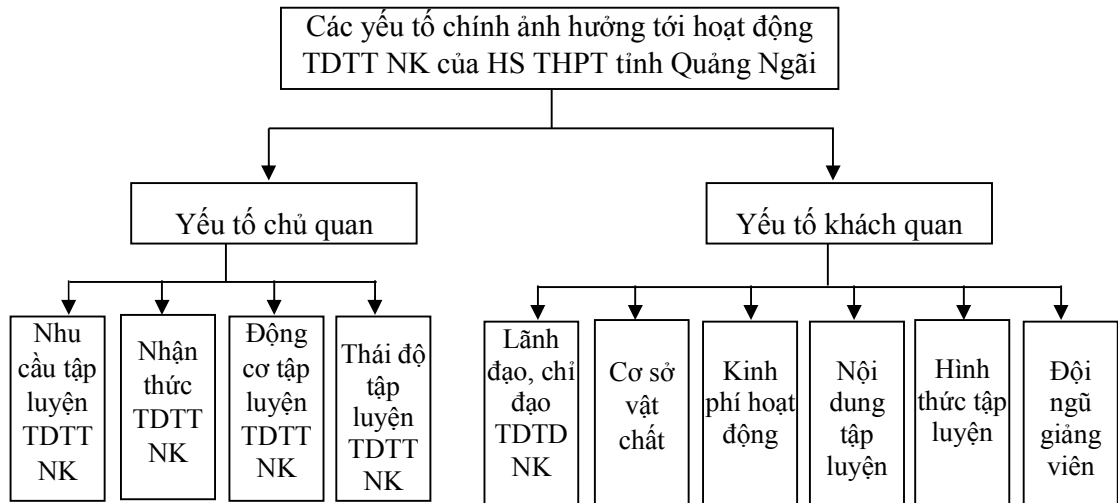
TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
Yếu tố chủ quan								
1	Nhu cầu tập luyện TDTT NK	21	11	2	1	0	157	4.49
2	Thái độ tập luyện TDTT NK	19	9	5	2	0	150	4.29
3	Động cơ tập luyện TDTT NK	20	11	3	1	0	155	4.43
4	Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK	18	10	5	2	0	149	4.26
Yếu tố khách quan								
5	Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK	21	11	2	1	0	157	4.49
6	Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK	18	11	4	2	0	150	4.29
7	Kinh phí hoạt động TDTT NK	19	9	4	3	0	149	4.26
8	Đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK	21	12	2	0	0	159	4.54
9	Công tác tuyên truyền hoạt động TDTT NK	6	7	7	15	0	109	3.11
10	Nội dung tập luyện TDTT NK	19	11	4	1	0	153	4.37
11	Hình thức tập luyện TDTT NK	19	10	3	3	0	150	4.29
12	Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK	5	7	11	8	4	106	3.03
13	Phong trào thi đấu các giải thể thao	7	8	8	8	4	111	3.17

Nhóm yếu tố chủ quan gồm: Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK ; Thái độ tập luyện TDTT NK; Động cơ tập luyện TDTT NK và Nhu cầu tập luyện TDTT NK.

Nhóm các yếu tố khách quan gồm: Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK; Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK; Kinh phí hoạt động TDTT NK; Đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK; Nội dung tập luyện TDTT NK và Hình thức tập luyện TDTT NK.

Các yếu tố còn lại vì có điểm trung bình nhỏ hơn 3.41 nên bị loại theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra.

Có thể khái quát các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi qua sơ đồ 3.1.



Sơ đồ 3.1. Các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Sơ đồ 3.1 đã thể hiện chi tiết các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Trong quá trình nghiên cứu, luận án sẽ đánh giá chi tiết thực trạng các yếu tố ảnh hưởng, xác định những điểm mạnh, điểm yếu trong những yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ thực tiễn đề xuất các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK trong các trường THPT trên địa bàn nghiên cứu.

3.1.1.2. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

a. Thực trạng các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thực trạng các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua khảo sát 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 1317 nam và 1219 nữ. Phỏng vấn được tiến hành bằng phiếu hỏi thông qua lực lượng công tác viên là giáo viên thể dục tại các Trường. Đối tượng tiến hành phỏng vấn được tiến hành tập huấn kỹ trước khi triển khai các nội dung.

Danh sách các trường gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1

Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ)

Thời điểm khảo sát: Kết thúc học kỳ I, năm học 2017-2018

Cách xác định mức độ tập luyện TDDT NK của học sinh:

Đối tượng tập luyện TDDT ngoại khóa thường xuyên: Từ 3 buổi/tuần trở lên, mỗi buổi từ 30 phút trở lên, liên tục trong 6 tháng trở lên.

Đối tượng tập luyện TDDT ngoại khóa không thường xuyên: Từ 4 buổi/tháng tới dưới tập luyện TDDT thường xuyên.

Đối tượng không tập luyện TDDT NK: Ít hơn tập luyện TDDT NK không thường xuyên.

(1) Thực trạng nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDDT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Khảo sát thực trạng nhận thức về tầm quan trọng của TDDT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua phỏng vấn 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 2), 153 phụ huynh học sinh (phụ lục 4), 26 cán bộ quản lý (Hiệu trưởng, hiệu phó các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi) (phụ lục 5) và 132 giáo viên (trong đó có 38 giáo viên Thể dục và 94 giáo viên các môn khác) (phụ lục 3), đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả phỏng vấn giữa các đối tượng. Kết quả được trình bày tại bảng 3.2.

Bảng 3.2. Kết quả khảo sát nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2847)

Nội dung	Học sinh (n=2536)		Phụ huynh (n=153)		Cán bộ quản lý (n=26)		Giáo viên (n=132)		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ^2	P
Nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK										
Rất quan trọng	768	30.28	35	22.88	16	61.54	58	43.94	21.78	<0.05
Quan trọng	1135	44.76	67	43.79	8	30.77	52	39.39		
Không quan trọng	633	24.96	51	33.33	2	7.69	22	16.67		
Nhận thức về tác dụng của tập luyện TDTT NK										
Tác dụng rất tốt	67	2.64	18	11.76	11	42.31	41	31.06	336.31	<0.05
Tác dụng tốt	765	30.17	23	15.03	8	30.77	23	17.42		
Bình thường	986	38.88	66	43.14	6	23.08	51	38.64		
Tác dụng ít	341	13.45	21	13.73	1	3.85	15	11.36		
Không có tác dụng	377	14.87	25	16.34	0	0.00	2	1.52		

Qua bảng 3.2 cho thấy: Nhận thức của các nhóm đối tượng học sinh, phụ huynh học sinh, cán bộ quản lý và giáo viên về vai trò, tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK là không đồng nhất ($\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.05$) ở cả 2 nội dung phỏng vấn. Nếu như đội ngũ cán bộ quản lý nhận thức đúng về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK thì còn tới 24,96% số học sinh được hỏi, 33.33% số phụ huynh học sinh và 16.67% số giáo viên được hỏi cho rằng tập luyện TDTT NK không quan trọng; gần 30% số học sinh và phụ huynh học sinh và gần 15% số giáo viên cho rằng tập luyện TDTT NK có tác dụng ít và không có tác dụng. Chính những đối tượng này đã làm ảnh hưởng tiêu cực tới sự phát triển phong trào TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi và cần có các biện pháp tích cực, có hiệu quả tác động nhằm nâng cao nhận thức của nhóm đối tượng này về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK với học sinh.

(2) Thực trạng thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua phỏng vấn 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 2) và 38 giáo viên thể dục (phụ lục 3), đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả phỏng vấn của 2 nhóm đối tượng. Kết quả được trình bày tại bảng 3.3.

Bảng 3.3. Thực trạng thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2574)

Nội dung	Học sinh (n=2536)		Giáo viên (n=38)		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	χ^2	P
Yêu thích và nhiệt tình tập luyện	897	35.37	11	28.95	2.76	>0.05
Bình thường	1025	40.42	19	50.00		
Chán nản, không thích tập luyện	452	17.82	5	13.16		
Tập luyện chống đối, không tập luyện	162	6.39	3	7.89		

Qua bảng 3.3 cho thấy: Đối tượng giáo viên và học sinh có ý kiến đánh giá tương đối đồng nhất về thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P > 0.05$ khi so sánh kết quả phỏng vấn của 2 nhóm đối tượng. Cả học sinh và giáo viên đều đánh giá, còn xấp xỉ 20% số học sinh có thái độ chưa tốt về việc tập luyện TDTT NK, chán nản, không thích tập luyện, thậm chí tập luyện chống đối hoặc không tập luyện... Cần có các biện pháp giúp cải thiện thái độ của học sinh với việc tập luyện TDTT NK, khiến cho học sinh yêu thích và tự nguyện tham gia tập luyện.

(3) Thực trạng nhu cầu tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát nhu cầu tập luyện TDTT NK của 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi. Kết quả được trình bày tại bảng 3.4.

Bảng 3.4. Thực trạng nhu cầu hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)

Nội dung		Tổng số		Giới tính				χ^2	P
		m _i	%	HS nam (n=1317)		HS nữ (n=1219)			
				m _i	%	m _i	%		
Nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK	Có nhu cầu	1832	72.24	963	73.12	869	71.29	44.712	<0.05
	Không có nhu cầu	527	20.78	227	17.24	300	24.61		
	Không rõ ràng	177	6.98	127	9.64	50	4.10		
Nhu cầu tham gia các môn thể thao ngoại khóa (n=1832)	Bóng đá	563	30.73	489	50.78	74	8.52	537.26	<0.05
	Bóng chuyền (và bóng chuyền hơi)	622	33.95	368	38.21	254	29.23		
	Bơi lội	366	19.98	197	20.46	169	19.45		
	Đá cầu	632	34.50	381	39.56	251	28.88		
	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	323	17.63	246	25.55	77	8.86		
	Thể dục	334	18.23	162	16.82	172	19.79		
	Bóng bàn	456	24.89	243	25.23	213	24.51		
	Bóng rổ	326	17.79	182	18.90	144	16.57		
	Cầu lông	518	28.28	262	27.21	256	29.46		
	Điền kinh	481	26.26	237	24.61	244	28.08		
	Võ thuật	563	30.73	327	33.96	236	27.16		
	Kéo co	332	18.12	153	15.89	179	20.60		
	Đẩy gậy	326	17.79	147	15.26	179	20.60		
	Cà kheo	368	20.09	171	17.76	197	22.67		
	Đua thuyền	322	17.58	276	28.66	46	5.29		
Lắc thúng	338	18.45	275	28.56	63	7.25			
Các môn thể thao khác	127	6.93	98	10.18	29	3.34			
Nhu cầu tham gia CLB TT NK	Có	2019	79.61	1038	78.82	981	80.48	2.667	>0.05
	không	517	20.39	279	21.18	238	19.52		

Qua bảng 3.4 cho thấy:

Về nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK: Có tới 72.24% số học sinh được hỏi có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK, nghĩa là số lượng cao hơn rất nhiều so với số lượng học sinh thực tế tham gia tập luyện TDTT NK tại các trường (23.19% - Kết quả khảo sát của luận án). Đây là điều kiện thuận lợi trong phát triển phong trào TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Khi so sánh tỷ lệ nhu cầu tập luyện TDTT NK ở học sinh nam và nữ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$.

Về nhu cầu tham gia các môn thể thao ngoại khóa: Học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK cao ở cả các môn thể thao hiện đại và các môn thể thao truyền thống như: Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo... Khi so sánh nhu cầu tập luyện các môn TDTT NK giữa học sinh nam và nữ cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$.

Về nhu cầu tham gia CLB thể thao NK: Có tới gần 80% học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK, chứng tỏ việc phát triển hình thức CLB thể thao NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi là nhu cầu tất yếu. Câu trả lời của học sinh nam và nữ không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê.

(4) Thực trạng động cơ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát động cơ tập luyện TDTT NK của 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi. Kết quả được trình bày tại bảng 3.5.

**Bảng 3.5. Thực trạng động cơ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT
Tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)**

Nội dung		Giới tính				Tổng số		Thứ tự
		HS nam (n=1317)		HS nữ (n=1219)				
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	
Mức độ tập luyện (n=2536)	Tập luyện TDTT NK thường xuyên	315	23.92	273	22.40	588	23.19	3
	Tập luyện TDTT NK không thường xuyên	397	30.14	369	30.27	766	30.21	2
	Không tập luyện TDTT NK	605	45.94	577	47.33	1182	46.61	1
		n=712		n=642		n=1354		
Động cơ tập luyện (n=1354) (Câu hỏi nhiều đáp án)	Yêu thích TDTT	451	63.34	426	66.36	877	64.77	1
	Nhận thức được tác dụng của TDTT NK với sức khỏe	398	55.90	402	62.62	800	59.08	2
	Củng cố và tăng cường sức khỏe	256	35.96	261	40.65	517	38.18	5
	Để có cơ thể cân đối, hài hòa	228	32.02	435	67.76	663	48.97	3
	Để chữa bệnh	93	13.06	88	13.71	181	13.37	6
	Để giao lưu với bạn bè	258	36.24	332	51.71	590	43.57	4
	Bạn bè lôi kéo	35	4.92	54	8.41	89	6.57	7
	Bắt buộc phải học môn Thể dục	22	3.09	31	4.83	53	3.91	8

Qua bảng 3.5 cho thấy:

Có hơn 50% số học sinh được hỏi có tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa trong đó có 23.19% tổng số sinh viên được hỏi tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên. Điều này chứng tỏ học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi rất yêu thích và tích cực tham gia tập luyện TDTT NK.

Khảo sát về động cơ tham gia tập luyện TDTT NK của học sinh cho thấy đa số học sinh tham gia tập luyện TDTT NK với những động cơ tập luyện bền vững như do yêu thích TDTT ; Nhận thức được tác dụng của TDTT NK với sức khỏe; Để có cơ thể cân đối, hài hòa (đặc biệt với các bạn nữ); Để giao lưu với bạn bè và củng cố và tăng cường sức khỏe. Điều này giải thích lý do học sinh tham gia tập luyện TDTT NK đều đặn cao. Các động cơ tập luyện khác không bền vững như: Tập luyện do bạn bè lôi kéo hoặc do bắt buộc phải học môn thể dục... chiếm tỷ lệ rất ít.

Như vậy, có thể thấy học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi tập luyện TDTT NK với các động cơ tích cực. Đây là ưu thế trong quá trình phát triển và nâng cao chất lượng tập luyện TDTT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

b. Thực trạng các yếu tố khách quan ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

(1) Thực trạng công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát 26 cán bộ quản lý (Hiệu trưởng, hiệu phó các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi) (phụ lục 5) và 132 giáo viên (trong đó có 38 giáo viên Thể dục và 94 giáo viên các môn khác) (phụ lục 3) thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11) về sự quan tâm của lãnh đạo các trường tới công tác GDTC và hoạt động TDTT NK bằng hình thức phỏng vấn, đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả phỏng vấn giữa các nhóm bằng χ^2 . Kết quả được trình bày tại bảng 3.6.

Bảng 3.6. Kết quả khảo sát sự quan tâm của lãnh đạo các trường về công tác TDTT NK (n=158)

Nội dung	Cán bộ quản lý (n=26)		Giáo viên Thể dục (n=38)		Giáo viên khác (n=94)		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ^2	P
Sự quan tâm của lãnh đạo Trường về công tác TDTT NK								
Rất quan tâm	22	84.62	6	15.79	23	24.47	34.45	<0.05
Quan tâm	4	15.38	21	55.26	49	52.13		
Ít quan tâm	0	0.00	11	28.95	22	23.40		
Sự chỉ đạo của lãnh đạo Trường về công tác TDTT NK								
Rất kịp thời	21	80.77	8	21.05	18	19.15	34.33	<0.05
Kịp thời	5	19.23	19	50.00	55	58.51		
Chưa kịp thời	0	0.00	11	28.95	21	22.34		

Qua bảng 3.6 cho thấy: Kết quả trả lời phỏng vấn của các nhóm đối tượng là không đồng nhất, thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.05$ ở cả kết quả trả lời về

sự quan tâm của lãnh đạo Trường tới hoạt động TĐTT NK và ở sự chỉ đạo của lãnh đạo Trường tới hoạt động TĐTT NK. Cụ thể:

Nếu như đối tượng là cán bộ quản lý trả lời là lãnh đạo Trường đã rất quan tâm tới hoạt động TĐTT NK và đã có sự chỉ đạo rất kịp thời tới hoạt động TĐTT NK (chiếm tới hơn 80% ở cả 2 nội dung phỏng vấn) thì ở đối tượng giáo viên thể dục đánh giá ở mức rất quan tâm và chỉ đạo rất kịp thời chỉ ở mức 15.79% và 21.05%. Kết quả đánh giá ở mức rất quan tâm và rất kịp thời ở nhóm đối tượng giáo viên các môn khác là 24.47% và 19.15%.

Nếu như ở đối tượng cán bộ quản lý không có ý kiến nào đánh giá lãnh đạo các trường ít quan tâm tới hoạt động TĐTT NK của học sinh và sự chỉ đạo, lãnh đạo chưa kịp thời thì câu trả lời ở nhóm đối tượng giáo viên thể dục là gần 30% ở cả 2 nội dung và ở nhóm đối tượng giáo viên các môn khác, con số này là hơn 20%.

Như vậy, ở góc độ đánh giá của các giáo viên Thể dục và giáo viên các môn học khác, ban giám hiệu các trường cần quan tâm hơn và có các hoạt động chỉ đạo, lãnh đạo kịp thời và hiệu quả hơn trong lĩnh vực chỉ đạo hoạt động TĐTT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

2) Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Thống kê thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TĐTT NK của 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11), đồng thời tiến hành quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên Thể dục của các trường về chất lượng và mức độ đáp ứng của các cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TĐTT NK tại các Trường. Kết quả được trình bày tại bảng 3.7.

Bảng 3.7. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10)

Loại hình sân bãi – dụng cụ	Kết quả thống kê				Mức độ đáp ứng
	Số lượng	Tốt	Trung bình	Kém	
Bóng đá (các loại)	8	5	3	-	Thấp
Bóng chuyền	12	6	6	-	Thấp
Bóng rổ (các loại)	7	3	4	-	Thấp
Rổ ném bóng	18	6	12	-	Thấp
Đá cầu	13	8	5	-	Thấp
Bóng bàn	8	5	3	-	Thấp
Cầu lông	18	11	7	-	Thấp
Sân tập thể dục	10	2	8	-	Thấp
Bể bơi	0	0	0	-	Thấp
Bàn cờ vua	21	13	8	-	Thấp
Bàn cờ tướng	18	15	3	-	Thấp
Cà kheo	22	18	4	-	Thấp
Nhà tập đa năng	6	6	-	-	Thấp

Qua bảng 3.7 cho thấy:

Mặc dù được Ban giám hiệu các trường quan tâm đầu tư nhưng thực trạng cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động TDTT NK của các THPT tỉnh Quảng Ngãi còn nhiều hạn chế. Cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TDTT NK của các trường còn thiếu cả về số lượng và chất lượng so với yêu cầu tập luyện của học sinh. Nếu so sánh số lượng sân tập tại các trường (tính cả sân trường) với tỷ lệ quy định của Bộ Giáo dục & Đào tạo với tất cả các trường đều phải có sân tập đảm bảo từ 2m²/1 học sinh thì mức độ đáp ứng ở hầu hết các trường đều ở mức độ thấp. Hơn nữa, các cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện này được sử dụng trong cả công tác GDTC nội khóa (bắt buộc với học sinh toàn trường, 2 tiết/tuần) và hoạt động TDTT NK nên càng không đảm bảo so với yêu cầu quy định.

Như vậy, có thể nhận thấy, cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện TDTT NK của các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi còn thiếu cả về số lượng và chất lượng, đáp ứng nhu cầu tập luyện của học sinh ở mức độ thấp. Để nâng cao chất lượng hoạt

động TDTT NK, cần có các biện pháp hiệu quả giúp khắc phục các vấn đề này tại các Trường.

(3) Thực trạng kinh phí hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thực trạng kinh phí cho hoạt động TDTT NK của các trường THPT Tỉnh Quảng Ngãi cho thấy: Kinh phí dành cho hoạt động GDTC nói chung và hoạt động TDTT NK hàng năm của các trường học được Bộ Giáo dục và Đào tạo chỉ đạo rất cụ thể: “Hàng năm, nhà trường dành khoản kinh phí từ nguồn ngân sách được cấp, học phí và các nguồn thu hợp pháp khác để chi cho việc thực hiện các nhiệm vụ của công tác tổ chức các hoạt động học tập, tập luyện và thi đấu thể thao cho học sinh, sinh viên”.

Kinh phí chi cho việc thực hiện các hoạt động tập luyện và thi đấu thể thao được thực hiện theo quy định tại Thông tư số 23/2007/TT-BTC ngày 21/03/2007 của Bộ Tài chính, Thông tư liên tịch số 106/2006/TTLT-BTC-UBTDTT ngày 17/11/2006 của Bộ Tài chính và Ủy ban TDTT (nay là Tổng cục TDTT, trực thuộc Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch), Quyết định số 234/2006/QĐ-TTg ngày 18/10/2006 của Thủ tướng Chính phủ và các quy định khác hiện hành. Ngoài ra, kinh phí cho các hoạt động nói trên được trích từ các nguồn sau: “Ngân sách nhà nước theo quy định; Các khoản tài trợ, hỗ trợ của tổ chức, cá nhân trong và ngoài nước theo quy định của pháp luật; Các nguồn thu hợp pháp khác của nhà trường; Các nguồn thu do tự nguyện đóng góp của thành viên hội thể thao, CLB thể thao và người tham gia”...

Các nguồn huy động kinh phí cho hoạt động TDTT NK của học sinh trước hết là từ Nhà trường, ngoài ra, có thể thu hút kinh phí từ các nguồn như: Phí tham gia các CLB thể thao của học sinh, phí sân bãi, bồi dưỡng cán bộ hướng dẫn... hay thu hút tài trợ từ các doanh nghiệp, các nhà tài trợ thông qua các giải thi đấu thể thao tổ chức hàng năm... Tuy nhiên, kinh phí thu được từ tất cả các nguồn trên đều chưa đủ đáp ứng nhu cầu hoạt động TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Nguồn kinh phí các trường chi cho hoạt động TDTT NK cho học sinh còn rất hạn chế.

(4) Thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Thống kê đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK tại 10 Trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi (Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11)

theo số liệu thống kê của Sở GD&ĐT Quảng Ngãi và khảo sát trực tiếp tại các Trường. Kết quả được trình bày tại bảng 3.8.

Bảng 3.8. Thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDDT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10 trường)

Trường	Tổng số	Giới tính		Học vị			Thâm niên công tác		Tập huấn nâng cao trình độ *
		nữ	nam	tiến sĩ	thạc sĩ	cử nhân	>10 năm	<10 năm	
Tổng số giáo viên	54	5	49	0	1	53	22	31	0
Tỷ lệ %	100.00	9.26	90.74	0.00	1.85	98.15	40.74	57.41	0
Tỷ lệ trung bình/trường	5.40	0.50	4.90	0.00	0.10	5.30	2.20	3.10	0.00

(* Tương đương thống kê từ năm 2015 tới 2018)

Qua bảng 3.8 cho thấy:

Về tổng số giảng viên: Trong 10 trường khảo sát có tổng số 164 giáo viên hướng dẫn TDDT NK, trong đó có 05 nữ (chiếm 9.26%). Tỷ lệ giáo viên hướng dẫn tập luyện TDDT NK trung bình của mỗi trường đạt 5.4 người/ trường. Như vậy, đa số giáo viên hướng dẫn TDDT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi là nam. Đây là một lợi thế trong quá trình phát triển phong trào TDDT vì các giáo viên nam thường có nhiều thời gian hơn trong hoạt động TDDT NK. Tuy nhiên, với tổng số trung bình 5.4 giáo viên hướng dẫn TDDT NK/ trường, hướng dẫn tất cả các môn theo nhu cầu của học sinh và tất cả các học sinh thì còn thiếu rất nhiều về số lượng.

Về học vị: có 1/54 giáo viên có trình độ thạc sĩ (chiếm 1.85%), còn lại 53 giáo viên có trình độ cử nhân (chiếm 98.15% tổng số giáo viên). Không có giáo viên trình độ dưới đại học.

Về thâm niên công tác: Có hơn 40% số giáo viên có thâm niên công tác trên 10 năm. Đây là những giáo viên có kinh nghiệm giảng dạy, lại được học tập nâng cao trình độ chuyên môn nên rất phù hợp để hướng dẫn TDDT NK cho học sinh.

Các giáo viên trong diện khảo sát của luận án đều không được tham gia tập huấn nâng cao trình độ chuyên môn.

Như vậy, có thể thấy lực lượng giáo viên hướng dẫn TDDT NK cho học sinh tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi còn thiếu về số lượng so với nhu cầu thực tế.

(5) Thực trạng nội dung tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Khảo sát thực trạng mức độ và nội dung tập luyện TDTT NK của 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 11). Kết quả được trình bày tại bảng 3.9.

Qua bảng 3.9 cho thấy:

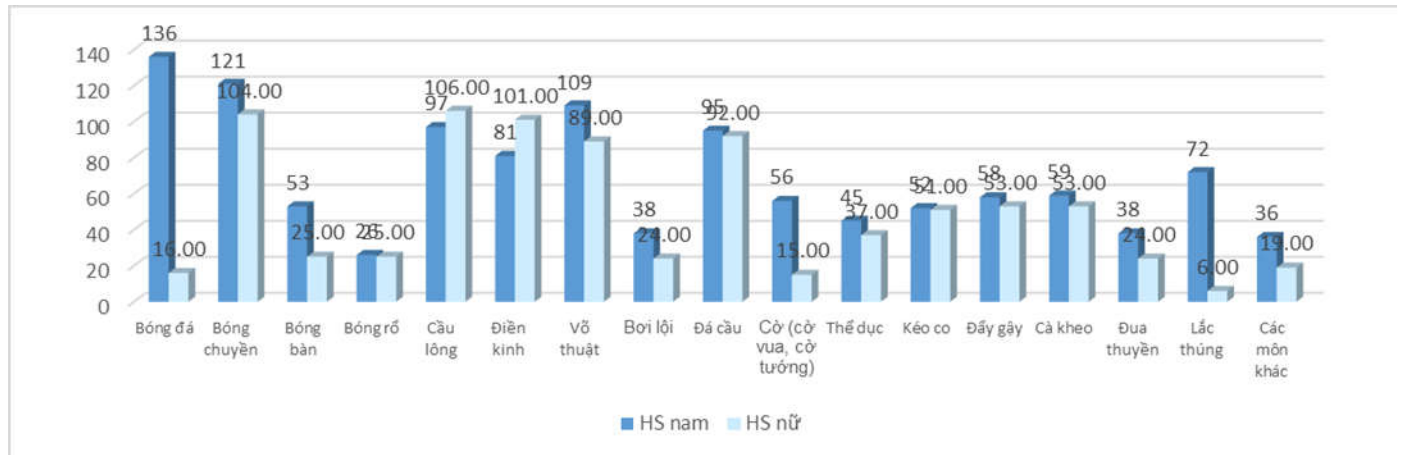
Bảng 3.9. Thực trạng nội dung tập luyện TDTT NK của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)

Nội dung		Giới tính				Tổng số		Thứ tự
		HS nam		HS nữ		m _i	%	
		m _i	%	m _i	%			
Nội dung tập luyện (n=1354) (Câu hỏi trả lời nhiều đáp án)	Điền kinh	81	11.60	101	15.40	182	13.44	5
	Võ thuật	109	15.62	89	13.57	198	14.62	3
	Bơi lội	38	5.44	24	3.66	62	4.58	14
	Đá cầu	95	13.61	92	14.02	187	13.81	4
	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	56	8.02	15	2.29	71	5.24	13
	Thể dục	45	6.45	37	5.64	82	6.06	10
	Bóng đá	136	19.48	16	2.44	152	11.23	6
	Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi)	121	17.34	104	15.85	225	16.62	1
	Bóng bàn	53	7.59	25	3.81	78	5.76	11
	Bóng rổ	26	3.72	25	3.81	51	3.77	17
	Cầu lông	97	13.90	106	16.16	203	14.99	2
	Kéo co	52	7.45	51	7.77	103	7.61	9
	Đẩy gậy	58	8.31	53	8.08	111	8.20	8
	Cà kheo	59	8.45	53	8.08	112	8.27	7
	Đua thuyền	38	5.44	24	3.66	62	4.58	14
	Lắc thúng	72	10.32	6	0.91	78	5.76	12
Các môn thể thao khác	36	5.16	19	2.90	55	4.06	16	

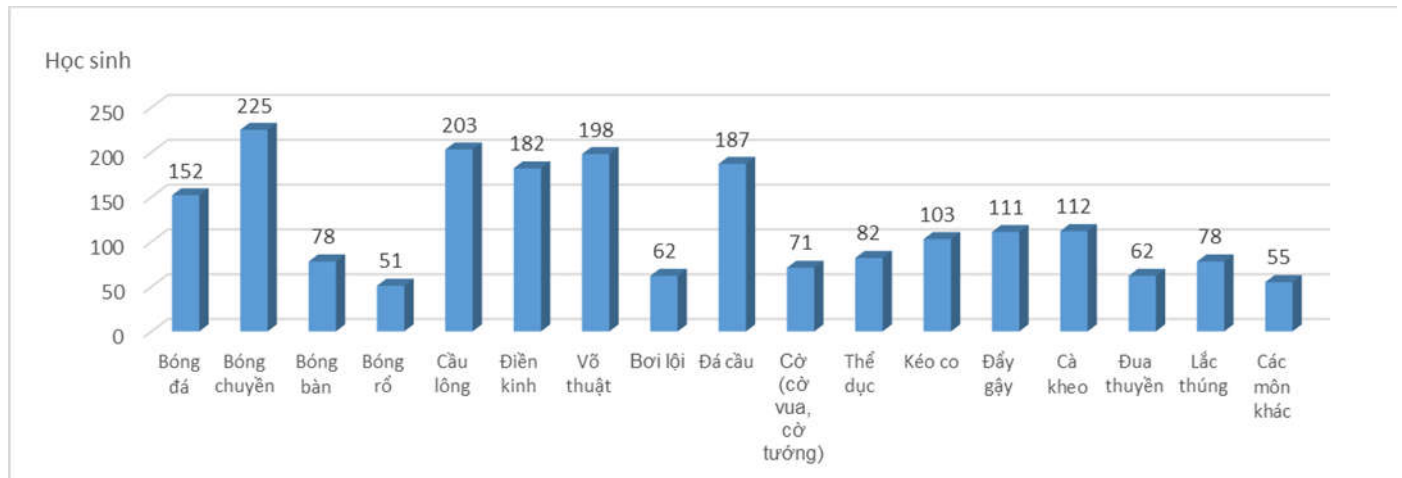
Về nội dung tập luyện: Các môn thể thao được đông đảo học sinh yêu thích tập luyện là Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo... Có một số môn mặc dù được đông đảo học sinh tập luyện nhưng vì chỉ theo khu vực nhất định nên tính

tổng thể vẫn chưa có thứ hạng yêu thích cao như môn bóng rổ (được học sinh khu vực thành thị yêu thích tập luyện), môn Đua thuyền, lắc thúng, kéo co, đẩy gậy... được học sinh khu vực miền núi yêu thích tập luyện....

Có thể thấy rõ điều này qua biểu đồ 3.2 (tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK theo giới tính) và biểu đồ 3.3 (tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK theo môn thể thao).



Biểu đồ 3.2. Phân bố giới tính học sinh tham gia tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi



Biểu đồ 3.3. Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện các môn thể thao ngoại khóa tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Qua biểu đồ 3.2 và 3.3 nhận thấy: Tỷ lệ học sinh tập luyện ngoại khóa các môn thể thao phân tán ở cả nam và nữ, trong đó, ở nam mức độ phân tán cao hơn. Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ở nam và nữ có sự khác biệt ở một số môn nhất định như Bóng đá, cờ (cờ vua và cờ tướng), đua thuyền, lắc thúng... có tỷ

lệ học sinh nam tập luyện cao hơn hẳn nữa. Các môn thể thao được cả học sinh nam và nữ yêu thích tập luyện gồm Đá cầu, Võ thuật, Điền kinh, Cầu lông, Bóng chuyền, kéo co, đẩy gậy, cà kheo..., các môn như Bơi lội, đua thuyền, bóng rổ, bóng bàn... có số lượng học sinh tham gia tập luyện thấp hơn

(6) Thực trạng hình thức tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát hình thức tổ chức tập luyện và hình thức tập luyện của 1354 học sinh có tham gia tập luyện TDTT thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Kết quả được trình bày tại bảng 3.10.

Bảng 3.10. Thực trạng hình thức tập luyện và hình thức tổ chức tập luyện TDTT NK cho học sinh các trường THPT Tỉnh Quảng Ngãi (n=1354)

TT	Nội dung		Tổng số		HS nam (n=698)		HS nữ (n=656)	
			m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Hình thức tập luyện	Thể dục buổi sáng	125	9.23	45	6.45	80	12.20
2		Thể dục giữa giờ	0	0.00	0	0.00	0	0.00
3		Đội tuyển	82	6.06	56	8.02	26	3.96
4		Nhóm, lớp	237	17.50	108	15.47	129	19.66
5		Câu lạc bộ thể thao	105	7.75	46	6.59	59	8.99
6		Tự tập	987	72.90	503	72.06	484	73.78
7	Hình thức tổ chức tập luyện	Không có hướng dẫn	995	73.49	501	71.78	494	75.30
8		Có hướng dẫn	127	9.38	53	7.59	74	11.28
9		Kết hợp	232	17.13	98	14.04	134	20.43

Qua bảng 3.10 cho thấy:

Về hình thức tập luyện: Phần lớn học sinh tập luyện TDTT NK theo hình thức tự tập luyện (chiếm tới 72.90% số học sinh), các hình thức tập luyện khác chiếm tỷ lệ ít hơn. Tỷ lệ học sinh nam và nữ tham gia các hình thức tập luyện TDTT NK gần tương đương nhau.

Về hình thức tổ chức tập luyện: Tương ứng với các hình thức tập luyện, hình thức tổ chức tập luyện chủ yếu với học sinh là không có người hướng dẫn (chiếm

tới hơn 70%). Chỉ có dưới 10% học sinh tập luyện TDTT NK có người hướng dẫn và gần 20% số học sinh tập luyện TDTT NK kết hợp có và không có người hướng dẫn.

3.1.2. Đánh giá thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.1.2.1. Xác định tiêu chí đánh giá phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành xác định tiêu chí đánh giá phong trào tập TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên Thể dục trên địa bàn tỉnh và các chuyên gia GDTC. Kết quả cho thấy, để đánh giá phong trào TDTT NK của học sinh các trường cần sử dụng các tiêu chí: Số lượng học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên, số lượng các môn thể thao được tổ chức ngoại khóa, số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức, số lượng các giải thi đấu thể thao đã tham gia, Số lượng học sinh tham gia thi đấu các giải, Số lượng các buổi thi đấu, giao hữu thể thao.

Để xác định được chính xác, khách quan các yếu tố đánh giá phong trào TDTT NK trong các THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án tiến hành phỏng vấn các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDTT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT. Số phiếu phát ra là 38, thu về là 35, trong đó có 8 chuyên gia GDTC, 6 cán bộ quản lý TDTT và 21 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 6). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11.

Cách trả lời cụ thể theo thang độ liket 5 mức tương ứng: rất cần thiết tới rất không cần thiết.

Chúng tôi sẽ lựa chọn những tiêu chí đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức cần thiết và rất cần thiết) để đánh giá phong trào TDTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.11.

Bảng 3.11. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=35)

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
1	Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên	25	6	3	1	0	160	4.57
2	Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK	23	6	3	3	0	154	4.40
3	Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK	24	7	2	2	0	158	4.51
4	Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức	25	5	3	2	0	158	4.51
5	Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia	23	6	4	2	0	155	4.43
6	Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT	23	6	3	3	0	154	4.40
7	Số lượng các buổi thi đấu giao hữu TT được tổ chức	7	5	7	16	0	108	3.09

Qua bảng 3.11 cho thấy, theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, luận án lựa chọn được 6 tiêu chí đánh giá phong trào TDTT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi đạt điểm phỏng vấn trung bình từ 3.41 điểm trở lên, tương ứng với mức cần thiết và rất cần thiết. Cụ thể gồm:

- 1 Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên
- 2 Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK
- 3 Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK
- 4 Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức
- 5 Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia
- 6 Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT

Riêng tiêu chí đánh giá Số lượng các buổi thi đấu giao hữu thể thao được tổ chức có tổng điểm phỏng vấn ở mức trung bình nên bị loại.

Như vậy, qua phỏng vấn, đề tài lựa chọn được 6 tiêu chí đánh giá phong trào TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

3.1.2.2. Đánh giá thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Trên cơ sở 6 tiêu chí đã lựa chọn, luận án tiến hành đánh giá thực trạng phong trào TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi trên cơ sở khảo sát tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh. Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11. Kết quả đánh giá chi tiết:

(1) Thực trạng tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thực trạng số người tham gia tập luyện TĐTT NK của 2536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi. Kết quả được trình bày tại bảng 3.12.

Bảng 3.12. Thực trạng tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=2536)

Nội dung		Giới tính				Tổng số		Thứ tự
		HS nam		HS nữ		m _i	%	
		m _i	%	m _i	%			
Mức độ	Tập luyện TĐTT NK thường xuyên	315	23.92	273	22.40	588	23.19	3
	Tập luyện TĐTT NK không thường xuyên	397	30.14	369	30.27	766	30.21	2
	Không tập luyện TĐTT NK	605	45.94	577	47.33	1182	46.61	1

Qua bảng 3.12 cho thấy: Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK thường xuyên tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi là 23.19%, trong đó tỷ lệ nam cao hơn nữ khoảng 1%. Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK không thường xuyên là 30.21% và còn tới gần 50% cả học sinh nam và học sinh nữ không tham gia tập luyện TĐTT NK.

(2) Thực trạng công tác tổ chức hoạt động TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thực trạng công tác tổ chức hoạt động TĐTT NK tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 7). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11. Kết quả được trình bày tại bảng 3.13.

Bảng 3.13. Thực trạng công tác tổ chức hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=10 trường)

TT	Nội dung	m _i	%
I	Hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK		
1	Hoạt động TDTT NK thường xuyên có giáo viên hướng dẫn	5	50.00
2	Hoạt động TDTT NK thường xuyên không có giáo viên hướng dẫn	7	70.00
3	Đội tuyển thể thao	10	100.00
4	Câu lạc bộ thể thao	5	50.00
5	Không tổ chức hoạt động TDTT NK	0	0.00
II	Các môn thể thao ngoại khóa		
1	Điền kinh	2	20.00
2	Võ thuật	4	40.00
3	Bơi lội	0	0.00
4	Đá cầu	10	100.00
5	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	6	60.00
6	Thể dục	4	40.00
7	Bóng đá	8	80.00
8	Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi)	5	50.00
9	Bóng bàn	3	30.00
10	Bóng rổ	6	60.00
11	Cầu lông	8	80.00
12	Kéo co	5	50.00
13	Đẩy gậy	4	40.00
14	Cà kheo	4	40.00
15	Đua thuyền	0	0.00
16	Lắc thúng	0	0.00
17	Các môn thể thao khác	3	30.00

Qua bảng 3.13 cho thấy:

Về hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK: 100% số trường được khảo sát có tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa theo hình thức đội tuyển thể thao và CLB thể thao. Số trường có tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa thường xuyên có người hướng dẫn đạt 50% (số này thường rơi vào các trường có tổ chức hoạt động TDTT NK theo hình thức CLB thể thao) và số trường tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa thường xuyên, có 70% số trường được khảo sát có tổ chức hoạt động TDTT NK thường xuyên không có người hướng dẫn. Như vậy, hầu hết các trường nếu tổ chức

hoạt động TDTT ngoại khóa sẽ bố trí giáo viên hướng dẫn cho sinh viên (trừ tập luyện TDTT ngoại khóa tự phát).

Về các môn thể thao tổ chức ngoại khóa: Những môn thể thao được đông đảo các trường tổ chức hoạt động ngoại khóa cho học sinh gồm: Đá cầu (100% số trường khảo sát), Bóng đá và cầu lông (80% số trường khảo sát), sau đó tới bóng rổ, bóng chuyền, các môn cờ... Các môn này trùng với các môn thể thao được đông đảo học sinh có nhu cầu tập luyện. Như vậy, có thể thấy các Trường đã rất quan tâm tới sở thích và nhu cầu của học sinh trong tổ chức hoạt động TDTT NK. Các môn thể thao khác chiếm tỷ lệ ít hơn.

(3) Thực trạng phong trào thi đấu các giải thể thao tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Khảo sát thực trạng phong trào thi đấu các giải thể thao tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 7). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11. Kết quả được trình bày tại bảng 3.14.

Qua bảng 3.14 cho thấy:

Năm học 2017-2018, trong số 10 trường khảo sát có 18 giải thể thao nội bộ và 10 giải thể thao các môn ngoài trường với tổng số 1392 lượt học sinh tham gia thi đấu. Các môn thể thao được tổ chức giải thi đấu nhiều nhất gồm đá bóng, cầu lông, đá cầu... đây cũng là những môn thể thao thu hút được đông đảo học sinh tham gia mỗi giải.

Tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao không chỉ tạo môi trường thuận lợi cho học sinh tham gia thi đấu mà còn tạo không khí phấn khởi cho những người cổ vũ thi đấu, giúp học sinh thấy được những điểm tích cực của môn thể thao, từ đó tham gia tập luyện TDTT NK.

Bảng 3.14. Thực trạng phong trào thi đấu thể thao tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (năm học 2017-2018) (n=10 trường)

TT	Tên môn	Giải nội bộ		Giải ngoài trường		Tổng số	
		Số giải	Số người tham gia	Số giải	Số người tham gia	Giải	Người tham gia
1	Bóng đá	3	256	1	142	4	398
2	Bóng chuyền (các loại)	1	42	1	87	2	129
3	Bóng bàn	1	21	1	25	2	46
4	Bóng rổ	1	38	1	33	2	71
5	Cầu lông	3	52	1	56	4	108
6	Điền kinh	1	58	1	68	2	126
7	Võ thuật	2	33	1	52	3	85
8	Đá cầu	3	65	1	59	4	124
9	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	1	35	0	0	1	35
10	Hội thao các môn	2	87	2	183	4	270
Tổng số		18	687	10	705	28	1392

Song song với các giải thi đấu thể thao chính thống được tổ chức, nhà trường và các trường cần có các giải pháp, biện pháp tích cực giúp tăng cường các giải thể thao nội bộ, các buổi giao hữu thể thao để thúc đẩy học sinh tham gia tập luyện TDTT NK.

3.1.3. Đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua phân tích các tài liệu, văn bản, nghị quyết của Tỉnh Quảng Ngãi về công tác GTDC trong trường học và khảo sát thông qua phỏng vấn các giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 10).

Kết quả phân tích các văn bản có liên quan cho thấy:

Trong quy hoạch phát triển TDTT tỉnh Quảng Ngãi đến năm 2020 ban hành kèm theo quyết định số 17/QĐ-UBND ngày 17/1/2014 của UBND tỉnh Quảng Ngãi [93], việc phát triển giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường được quy định cụ thể: Việc thực hiện Luật thể dục, thể thao đánh dấu bước phát

triển mới của TDTT nước ta nói chung và tỉnh Quảng Ngãi nói riêng, qua đó mọi cấp, mọi ngành nghiêm chỉnh chấp hành, tăng cường quản lý và chỉ đạo đối với công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường.

a) Phát triển giáo dục thể chất và hoạt động thể thao.

b) Phát triển cơ sở vật chất trong trường học.

c) Chỉ tiêu về tỷ lệ học sinh trên giáo viên TDTT.

d) Định hướng công tác đào tạo vận động viên năng khiếu các môn thể thao trong trường học.

Trong các giải pháp chi tiết để thực hiện quy hoạch có giải pháp số 1: Đẩy mạnh công tác tuyên truyền, nâng cao nhận thức cho các ngành, các cấp, các tầng lớp nhân dân về chủ trương, chính sách của Đảng và Nhà nước đối với công tác TDTT, về giá trị của hoạt động TDTT đối với sức khỏe con người nhằm phát huy tiềm năng, trí tuệ, vật chất trong nhân dân huy động toàn xã hội tham gia nguồn lực và thực hiện các hoạt động TDTT phục vụ nhân dân và số 3 thực hiện hiệu quả Chương trình Giáo dục thể chất trong các trường học các cấp theo đúng quy định mà Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành là có liên quan trực tiếp tới công tác GDTC trong trường học các cấp. Tuy nhiên các giải pháp này mới chỉ mang tính chất định hướng, chưa cụ thể về công tác GDTC trong trường học nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng.

Thực hiện chỉ đạo của Bộ GD&ĐT, Sở GD&ĐT tỉnh Quảng Ngãi hàng năm đều có chỉ đạo, hướng dẫn các trường phổ thông triển khai trọng tâm công tác GDTC, thể thao trường học hàng năm với các chỉ đạo, hướng dẫn các trường phổ thông triển khai tập thể dục buổi sáng, thể dục giữa giờ, bài võ cổ truyền, hô các khẩu ngữ sau khi tập thể dục tập thể theo hướng dẫn chung của Bộ GD&ĐT; Công tác phòng chống đuối nước cho học sinh được đặc biệt chú trọng. Trong đó có việc tăng cường công tác tuyên truyền; tổ chức, tham gia các lớp tập huấn phương pháp dạy bơi, cứu đuối, công tác phòng, tránh tai nạn đuối nước cho học sinh từ trung ương đến cơ sở... Tuy nhiên, mới dừng lại ở việc hướng dẫn, chỉ đạo theo tầm vĩ mô, còn những giải pháp, biện pháp triển khai tới từng trường thi chưa được chú ý hợp lý.

Đặc biệt, ngày 07 tháng 12 năm 2017, Ủy ban nhân dân tỉnh Quảng Ngãi đã ban hành kế hoạch số: 7582/KH-UBND về việc thực hiện “đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi giai đoạn 2017 – 2020 định hướng đến 2025 [94]. Kế hoạch triển khai thực hiện quyết định số 1076/QĐ-

TTg ngày 17/6/2016 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2025 (sau đây gọi tắt Đề án 1076); Quyết định số 1611/QĐ-BGDĐT ngày 10/5/2017 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo phê duyệt Kế hoạch triển khai Đề án 1076 của ngành Giáo dục. Kế hoạch đã đặt ra các mục tiêu tổng quát và mục tiêu chi tiết cần đạt được trong hoạt động GDTC và thể thao trường học trên địa bàn tỉnh giai đoạn 2017-2020 và định hướng đến năm 2025. Các giải pháp thực hiện cụ thể gồm:

1. Đẩy mạnh tuyên truyền, phổ biến kế hoạch thực hiện Đề án
2. Đổi mới mục tiêu, nội dung, phương pháp dạy và học, kiểm tra và đánh giá chất lượng giáo dục thể chất. Lồng ghép Kế hoạch thực hiện Đề án này với quá trình triển khai Đề án đổi mới chương trình và sách giáo khoa giáo dục phổ thông
3. Phát triển hoạt động thể thao trường học
4. Tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ phục vụ giáo dục thể chất và thể thao trường học
5. Xây dựng đội ngũ giáo viên, giảng viên dạy môn thể dục bảo đảm đủ về số lượng và đạt tiêu chuẩn quy định
6. Xây dựng cơ chế, chính sách; đẩy mạnh xã hội hóa

Các giải pháp đề ra tương đối toàn diện, tuy nhiên cũng chỉ dừng lại ở việc chỉ đạo chung và chỉ đạo vĩ mô, chưa quan tâm sâu tới điều kiện của từng trường và thực trạng công tác GDTC và hoạt động TDTT NK để có những giải pháp, biện pháp phù hợp.

Kết quả khảo sát thông qua phỏng vấn các giáo viên Thể dục tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh cho thấy:

Chưa có đánh giá toàn diện việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh để tìm hiểu thực trạng, điểm mạnh, điểm yếu, thời cơ và thách thức trong việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh, làm căn cứ tác động các biện pháp, giải pháp phù hợp.

Chưa có các biện pháp, giải pháp tác động đồng bộ nhằm nâng cao hiệu quả GDTC nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh các trường THPT trên địa bàn tỉnh đã được Ban giám hiệu các trường và các giáo viên Thể dục rất quan tâm, tuy nhiên, các biện pháp, giải pháp được sử dụng trong phát triển phong trào TDTT

NK cho học sinh mới chỉ dừng lại ở việc khắc phục các vấn đề mang tính chất tình huống, thời điểm.

Việc đề xuất các giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh chưa được tiến hành trên cơ sở nghiên cứu, đánh giá thực trạng hoạt động TDTT NK cho học sinh mà mới chỉ được tiến hành trên cơ sở một hoặc một vài biểu hiện phát sinh trong quá tổ chức hoạt động TDTT NK tại các Trường.

Việc đề xuất các giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh mới chỉ được tiến hành riêng lẻ trong phạm vi từng trường chứ chưa được tiến hành đồng bộ trên nhiều trường để giải quyết các vấn đề chung cũng như hỗ trợ nhau trong quá trình tổ chức các hoạt động TDTT NK cho học sinh.

Các giải pháp, biện pháp sau khi được áp dụng chưa được triển khai đồng bộ, chưa có nghiên cứu xác định hiệu quả tác động của các giải pháp tới phong trào TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh.

Để có những giải pháp, biện pháp đồng bộ, có hiệu quả để phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi cần có những phân tích sâu về thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh, trên căn cứ áp dụng các cơ sở khoa học lý luận và thực tiễn, nghiên cứu đề xuất các giải pháp, biện pháp giải quyết đồng bộ các vấn đề phát sinh trên cơ sở phát huy tối đa các ưu điểm, tiềm năng sẵn có để phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh.

3.1.4. Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Khảo sát được tiến hành kiểm tra trên 1500 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 750 nam và 750 nữ. Mỗi khối học (khối 10, khối 11 và khối 12 có 500 học sinh, trong đó có 250 học sinh nam và 250 học sinh nữ). Kiểm tra được tiến hành thông qua lực lượng công tác viên là giáo viên thể dục tại các Trường.

Thời điểm khảo sát: Kết thúc học kỳ I, năm học 2017-2018.

Danh sách các trường được trình bày chi tiết tại phụ lục 11.

3.1.4.1. Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của 1500 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua 06 test theo quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Kết quả được trình bày tại bảng 3.15.

Bảng 3.15. Thực trạng trình độ thể lực của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=1500)

TT	Test	Nam (n=750)		Cv	Nữ (n=750)		Cv
		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ	
Khối 10		Nam (n=250)			Nữ (n=250)		
1	Lực bóp tay thuận (kG)	36.23	2.35	6.49	27.01	2.03	7.52
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.17	1.27	7.40	13.46	1.18	8.77
3	Bật xa tại chỗ (cm)	199.27	15.61	7.83	152.8	14.71	9.63
4	Chạy 30m XPC (s)	6.05	0.33	5.45	6.83	0.37	5.42
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.68	0.56	4.42	13.11	0.72	5.49
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	965.3	59.12	6.12	821.2	56.8	6.92
Khối 11		Nam (n=250)			Nữ (n=250)		
1	Lực bóp tay thuận (kG)	37.81	2.61	6.89	28.41	2.00	7.03
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.99	1.19	6.63	14.30	1.12	7.86
3	Bật xa tại chỗ (cm)	205.31	16.22	7.90	155.54	13.50	8.68
4	Chạy 30m XPC (s)	6.08	0.38	6.25	6.51	0.38	5.89
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.40	0.61	4.89	12.73	0.73	5.74
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	991.50	62.28	6.28	859.74	62.33	7.25
Khối 12		Nam (n=250)			Nữ (n=250)		
1	Lực bóp tay thuận (kG)	40.97	2.34	5.71	29.07	2.08	7.16
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.71	1.23	6.56	15.45	1.22	7.87
3	Bật xa tại chỗ (cm)	209.75	17.13	8.17	158.75	14.44	9.09
4	Chạy 30m XPC (s)	5.52	0.43	7.85	6.35	0.41	6.45
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.28	0.68	5.54	12.41	0.66	5.35
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1008.08	68.03	6.75	897.10	68.12	7.59

Qua bảng 3.15 cho thấy: Trình độ thể lực của học sinh thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi từ khối 10 tới khối 12, ở tất cả các tiêu chí thu được đều cao hơn mức trung bình theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại trình độ thể lực theo quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời kết quả này cũng cao hơn nhiều so với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001, nhỉnh hơn một chút so với kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh THPT miền Bắc Việt Nam theo kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự năm (2014) [12], [29].

Để thấy rõ hơn trình độ thể lực của học sinh khối 10 tới khối 12 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, chúng tôi tiến hành phân loại trình độ thể lực của học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Quá trình phân loại sử dụng các tiêu chí: Lực bóp tay thuận (kG), Bước xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 1x400m (s) và chạy tùy sức 5 phút (m), đồng thời so sánh sự khác biệt tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của nam và nữ. Kết quả phân loại được trình bày tại bảng 3.16.

Bảng 3.16. Kết quả phân loại trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=1500)

Phân loại	Tổng số (n=1500)		Nam (n=750)		Nữ (n=750)	
	m_i	%	m_i	%	m_i	%
Khối 10	n=500		n=250		n=250	
Tốt	128	25.60	73	29.20	55	22.00
Đạt	276	55.20	135	54.00	141	56.40
Không đạt	96	19.20	42	16.80	54	21.60
So sánh		χ^2	4.162			
		P	P=0.125>0.05			
Khối 11	n=500		n=250		n=250	
Tốt	130	26.00	73	29.20	57	22.80
Đạt	281	56.20	132	52.80	149	59.60
Không đạt	89	17.80	45	18.00	44	17.60
So sánh		χ^2	3.009			
		P	P=0.125>0.05			
Khối 12	n=500		n=250		n=250	
Tốt	128	25.60	68	27.20	60	24.00
Đạt	284	56.80	139	55.60	145	58.00
Không đạt	88	17.60	43	17.20	45	18.00
So sánh		χ^2	0.672			
		P	P=0.125>0.05			

Qua bảng 3.16 cho thấy: Khi phân loại trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi theo tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đa số học sinh có trình độ thể lực mức đạt (trên 50%); tỷ lệ học sinh có trình độ

thể lực đạt tốt đạt hơn 20%. Tuy nhiên, vẫn còn tới 16.80% số học sinh nam và 21.60% số học sinh nữ trong diện khảo sát có trình độ thể lực ở mức không đạt. Chính vì vậy, phát triển thể lực cho học sinh là vấn đề cần thiết.

3.1.4.2. So sánh trình độ thể lực của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDDT Ngoại khóa

Song song với việc kiểm tra trình độ thể lực của học sinh các trường, chúng tôi tiến hành phân nhóm đối tượng và so sánh trình độ thể lực của nhóm học sinh tập luyện TDDT NK thường xuyên, tập luyện TDDT NK không thường xuyên và không tập luyện TDDT NK. Kết quả được trình bày tại bảng 3.17 với học sinh khối 10, bảng 3.18 với học sinh khối 11 và bảng 3.19 với học sinh khối 12.

Qua bảng 3.17 tới 3.19 cho thấy: Khi so sánh trình độ thể lực của học sinh tập luyện TDDT NK thường xuyên, tập luyện TDDT NK không thường xuyên và không tập luyện TDDT NK, xu hướng chung là kết quả kiểm tra thể lực của học sinh có tập luyện TDDT NK tốt hơn so với học sinh không tập luyện. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê khi so sánh giữa nhóm tập luyện TDDT NK thường xuyên và không tập luyện TDDT NK ở tất cả các test kiểm tra. Ở nhóm tập luyện TDDT NK không thường xuyên và không tập luyện TDDT NK, tuy trình độ thể lực của nhóm tập luyện TDDT NK không thường xuyên có xu hướng cao hơn, nhưng sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở hầu hết các test kiểm tra. Khi so sánh kết quả kiểm tra của nhóm tập luyện TDDT NK thường xuyên và tập luyện TDDT NK không thường xuyên cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$) ở 3/6 test kiểm tra. Như vậy, có thể thấy tập luyện TDDT NK có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho học sinh.

Bảng 3.17. So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 10 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)

TT	Test	Tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=116)		Cv	Tập luyện TDTT NK không thường xuyên (n=151)		Cv	Không tập luyện TDTT NK (n=233)		Cv	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ				
Học sinh nam		n=65			n=78			n=107					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	37.21	2.36	6.34	36.42	2.34	6.43	35.06	2.35	6.70	1.23	1.45	2.25*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.96	1.27	7.07	17.33	1.27	7.33	16.22	1.27	7.83	1.36	1.51	2.18*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	202.23	15.67	7.75	200.27	15.57	7.77	195.31	15.61	7.99	1.37	1.58	2.33*
4	Chạy 30m XPC (s)	5.89	0.33	5.60	6.05	0.33	5.45	6.21	0.33	5.31	1.41	1.36	2.29*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.47	0.56	4.49	12.66	0.56	4.42	12.91	0.56	4.34	1.28	1.42	2.17*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	996.30	59.34	5.96	973.30	58.96	6.06	926.30	59.12	6.38	1.53	1.54	2.32*
Học sinh nữ		n=51			n=73			n=126					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	28.23	2.04	7.23	27.05	2.02	7.47	25.75	2.03	7.88	1.51	1.33	2.36*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14.01	1.18	8.42	13.36	1.18	8.83	13.01	1.18	9.07	1.26	1.37	2.29*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	153.72	14.67	9.54	152.86	14.77	9.66	151.82	14.71	9.69	1.33	1.46	2.41*
4	Chạy 30m XPC (s)	6.61	0.37	5.60	6.85	0.37	5.40	7.03	0.37	5.26	1.38	1.28	2.36*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.86	0.72	5.60	13.14	0.72	5.48	13.33	0.72	5.40	1.42	1.52	2.33*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	863.80	57.02	6.60	818.70	56.65	6.92	781.10	56.8	7.27	1.49	1.66	2.47*

Ghi chú: * tương đương P<0.05

Bảng 3.18. So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 11 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)

TT	Test	Tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=116)		Cv	Tập luyện TDTT NK không thường xuyên (n=151)		Cv	Không tập luyện TDTT NK (n=233)		Cv	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ				
Học sinh nam		n=71			n=89			n=90					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	39.25	2.34	5.96	37.86	2.21	5.84	36.33	3.27	9.00	1.36	1.53	2.34*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.31	1.24	6.77	18.02	1.16	6.44	17.65	1.18	6.69	1.31	1.66	2.27*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	207.33	16.12	7.78	205.23	16.22	7.90	203.37	16.33	8.03	1.33	1.48	2.21*
4	Chạy 30m XPC (s)	5.43	0.37	6.81	5.84	0.39	6.68	6.96	0.38	5.46	1.39	1.61	2.31*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.18	0.55	4.52	12.47	0.65	5.21	12.55	0.62	4.94	1.33	1.47	2.25*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1017.12	61.27	6.02	988.55	62.27	6.30	968.83	63.31	6.53	1.59	1.33	2.27*
Học sinh nữ		n=62			n=75			n=112					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	29.13	1.92	6.59	28.26	1.98	7.01	27.85	2.09	7.50	1.58	1.39	2.31*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14.67	1.07	7.29	14.22	1.07	7.52	14.01	1.23	8.78	1.42	1.26	2.32*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	157.33	13.44	8.54	155.27	13.36	8.60	154.03	13.69	8.89	1.55	1.51	2.49*
4	Chạy 30m XPC (s)	6.42	0.45	7.01	6.51	0.34	5.22	6.61	0.36	5.45	1.29	1.32	2.42*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.58	0.73	5.80	12.75	0.71	5.57	12.85	0.75	5.84	1.58	1.59	2.28*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.45	63.38	7.26	863.39	62.22	7.21	843.39	61.39	7.28	1.61	1.63	2.23*

Ghi chú: * tương đương P<0.05

Bảng 3.19. So sánh trình độ thể lực của học sinh lớp 12 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=500)

TT	Test	Tập luyện TDTT NK thường xuyên (n=116)		Cv	Tập luyện TDTT NK không thường xuyên (n=151)		Cv	Không tập luyện TDTT NK (n=233)		Cv	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ				
Học sinh nam		n=63			n=75			n=112					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	42.25	2.26	5.35	41.33	2.09	5.06	39.33	2.67	6.79	1.42	1.56	2.22*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19.37	1.25	6.45	18.76	1.18	6.29	18.01	1.25	6.94	1.28	1.68	2.36*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	212.29	18.33	8.63	209.85	17.55	8.36	207.12	15.51	7.49	1.25	1.73	2.27*
4	Chạy 30m XPC (s)	5.33	0.41	7.69	5.47	0.46	8.41	5.76	0.43	7.47	1.31	1.68	2.30*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.09	0.57	4.71	12.32	0.71	5.76	12.43	0.76	6.11	1.46	1.39	2.24*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1032.47	68.45	6.63	1002.11	70.25	7.01	989.66	65.39	6.61	1.52	1.31	2.21*
Học sinh nữ		n=51			n=61			n=138					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	29.85	2.05	6.87	29.03	2.01	6.92	28.32	2.18	7.70	1.58	1.39	2.36*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.33	1.19	7.29	15.27	1.13	7.40	14.76	1.33	9.01	1.42	1.26	2.34*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	160.37	14.03	8.75	158.43	15.21	9.60	157.45	14.07	8.94	1.55	1.51	2.38*
4	Chạy 30m XPC (s)	6.21	0.39	6.28	6.34	0.43	6.78	6.51	0.41	6.30	1.29	1.32	2.32*
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.24	0.63	5.15	12.47	0.71	5.69	12.52	0.65	5.19	1.58	1.59	2.24*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	903.35	70.27	7.78	898.52	67.82	7.55	889.43	66.28	7.45	1.61	1.63	2.28*

Ghi chú: * tương đương P<0.05

Để thấy rõ hơn sự khác biệt về trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (từ khối 10 tới khối 12) theo mức độ tập luyện TDTT NK, chúng tôi tiến hành so sánh tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn thể lực của từng nhóm đối tượng theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả chi tiết được trình bày tại bảng 3.20.

Bảng 3.20. Kết quả so sánh phân loại trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT (n=1500)

Phân loại	Tập luyện TDTT NK thường xuyên		Tập luyện TDTT NK không thường xuyên		Không tập luyện TDTT NK		So sánh		
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ^2_{1-2}	χ^2_{2-3}	χ^2_{1-3}
Khối 10	(n=116)		(n=151)		(n=233)				
Tốt	48	41.38	47	31.13	33	14.16	10.49*	16.12*	41.15*
Đạt	61	52.59	75	49.67	140	60.09			
Không đạt	7	6.03	29	19.21	60	25.75			
Khối 11	(n=133)		(n=177)		(n=190)				
Tốt	52	39.10	53	29.94	25	13.16	9.88*	15.51*	34.92
Đạt	71	53.38	89	50.28	121	63.68			
Không đạt	10	7.52	35	19.77	44	23.16			
Khối 12	(n=114)		(n=136)		(n=250)				
Tốt	52	45.61	40	29.41	36	14.40	7.02*	29.77*	52.64*
Đạt	56	49.12	86	63.24	142	56.80			
Không đạt	6	5.26	10	7.35	72	28.80			

Ghi chú: * tương đương $P < 0.05$

Qua bảng 3.20 cho thấy: Khi phân loại trình độ thể lực của học sinh thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi theo mức độ tập luyện TDTT NK cho thấy: Tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn thể lực của các nhóm có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$) khi so sánh phân loại theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Sự khác biệt theo hướng học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên hơn sẽ có trình độ thể lực tốt hơn. Như vậy, tập luyện TDTT NK có tác dụng tốt trong phát triển thể lực cho học sinh.

3.1.5. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 1

3.1.5.1. Bàn luận về các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Trong quá trình nghiên cứu, luận án đã xác định được 04 yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới phong trào TDTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi gồm: Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK; Thái độ tập luyện TDTT NK; Động cơ tập luyện TDTT NK và Nhu cầu tập luyện TDTT NK. Phân tích các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới phong trào TDTT NK của học sinh cho thấy:

Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK:

Yếu tố chủ quan đầu tiên ảnh hưởng tới việc tập luyện TDTT NK của học sinh là nhận thức của học sinh về tầm quan trọng của TDTT NK. Nhận thức là gốc của mọi vấn đề. Chỉ khi học sinh nhận thức đúng về tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT nói chung và tập luyện TDTT NK nói riêng thì mới có động lực đúng đắn cho việc tập luyện, từ đó yêu thích hay có nhu cầu tập luyện. Nếu như các tác giả trong các công trình nghiên cứu trước đây như: Mai Thị Thu Hà (2001) [34], Trần Hữu Hùng (2014) [43], Nguyễn Đức Thành (2004) [72]... chỉ tiến hành xác định nhận thức của đối tượng học sinh về tầm quan trọng của tập luyện TDTT thì trong quá trình nghiên cứu luận án, chúng tôi đã khảo sát cả nhận thức của các đối tượng khác có liên quan như phụ huynh học sinh, những người sẽ động viên con tập luyện TDTT để nâng cao sức khỏe, thoải mái tinh thần hay sẽ khuyên con dành thời gian cho việc học văn hóa thay cho việc chơi thể thao vì chưa nhận thức đúng tầm quan trọng của TDTT với sức khỏe con em mình; của nhóm đối tượng cán bộ quản lý, những người sẽ chỉ đạo các hoạt động phát triển phong trào TDTT NK trong các trường và đối tượng giáo viên, những người có tác động nhiều nhất tới học sinh trong quá trình học tập. Kết quả khảo sát thu được tương tự như kết quả nghiên cứu của một số tác giả có liên quan về công tác GDTC và TDTT trường học, khi khảo sát nhận thức của các nhóm đối tượng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]... đa số các nhóm đối tượng phỏng vấn đã nhận thức đúng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK, đây là thuận lợi trong quá trình phát triển TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi. Tuy nhiên, vẫn còn 24,96% số học sinh được hỏi, 33.33% số phụ huynh học sinh và 16.67% số giáo viên được

hỏi cho rằng tập luyện TDTT NK không quan trọng; gần 30% số học sinh và phụ huynh học sinh và gần 15% số giáo viên cho rằng tập luyện TDTT NK có tác dụng ít và không có tác dụng. Số lượng này tuy chiếm tỷ lệ ít nhưng sẽ là đối tượng có thể gây ảnh hưởng xấu tới những học sinh có nhận thức chưa chắc chắn, động cơ tập luyện TDTT NK chưa bền vững. Chính vì vậy, cần có các giải pháp tác động nhằm nâng cao nhận thức của nhóm đối tượng này về vị trí, vai trò của tập luyện TDTT NK tới sức khỏe.

Về thái độ của học sinh khi tập luyện TDTT NK:

Khảo sát thực trạng thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh thông qua tự đánh giá của học sinh và đánh giá của các giáo viên thể dục. Kết quả cho thấy, đánh giá của giáo viên và học sinh là tương đối đồng nhất. Cả học sinh và giáo viên đều đánh giá, còn xấp xỉ 20% số học sinh có thái độ chưa tốt về việc tập luyện TDTT NK, chán nản, không thích tập luyện, thậm chí tập luyện chống đối hoặc không tập luyện... Cần có các biện pháp giúp cải thiện thái độ của học sinh với việc tập luyện TDTT NK, khiến cho học sinh yêu thích và tự nguyện tham gia tập luyện. Nếu so sánh thực trạng tỷ lệ học sinh có thái độ tập luyện không tốt với tỷ lệ học sinh có nhận thức chưa chính xác về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK, dễ dàng nhận thấy có sự tương đương. Như vậy, có thể thấy những học sinh nhận thức không đúng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK sẽ có thái độ tập luyện không tích cực (chán nản, không thích tập luyện hoặc tập luyện chống đối, không tập luyện). Thái độ tập luyện sẽ quyết định kết quả tập luyện. Học sinh tập luyện tích cực, nhiệt tình là tiền đề để có kết quả tập luyện tốt nhất. Ngược lại, nếu tập luyện với thái độ chán nản, chống đối rất khó có thể có hiệu quả cao. Tuy nhiên, khi tham khảo các công trình nghiên cứu có liên quan trong lĩnh vực TDTT NK như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]..., vấn đề khảo sát thái độ tập luyện TDTT NK của đối tượng nghiên cứu lại chưa được chú ý.

Về nhu cầu tập luyện TDTT NK của học sinh:

Về nhu cầu tập luyện TDTT NK: Khi nghiên cứu về công tác GDTC và TDTT trường học, hầu như tất cả các tác giả đều nghiên cứu về nhu cầu tập luyện của học sinh, đây là một trong những yếu tố có ảnh hưởng rất lớn tới việc phát triển phong trào TDTT NK. Nếu học sinh có nhu cầu tập luyện TDTT NK lớn sẽ là điều kiện tốt để phát triển phong trào và ngược lại. Dưới góc độ tâm lý học, tác giả

Phạm Ngọc Viễn và cộng sự cho rằng, nhu cầu của sinh viên rất đa dạng, phong phú, trong đó nhu cầu hoạt động TDDT ngoại khóa mang tính tổng hợp, bao gồm cả vật chất, tinh thần và xã hội, trong đó việc thỏa mãn nhu cầu vận động có ý nghĩa to lớn đối với sự phát triển về thể chất, thông qua tập luyện TDDT ngoại khóa, sẽ giúp sinh viên sử dụng quỹ thời gian hợp lý, sinh hoạt trong môi trường lành mạnh, tránh xa tệ nạn xã hội và thỏa mãn nhu cầu giao lưu, giao tiếp của sinh viên [98]. Khi so sánh với nghiên cứu của một số tác giả có liên quan như: tác giả Nguyễn Đức Thành (2012) [74] đưa ra số liệu là có tới 69.07% sinh viên một số trường Đại học TP HCM có nhu cầu tập luyện TDDT ngoại khóa. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của tác giả Nguyễn Văn Tuấn khi khảo sát nhu cầu tập luyện TDDT NK của sinh viên Trường ĐH Hải Phòng; hay tác giả Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56] khi nghiên cứu về nhu cầu tập luyện TDDT NK của học sinh THCS thành phố Hà Nội với kết quả là 76.28%; tác giả Phùng Xuân Dũng [30] khi nghiên cứu về nhu cầu tập luyện TDDT NK của sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội với 94.24% sinh viên có nhu cầu tập luyện TDDT NK thì kết quả khảo sát của luận án với 72.24% học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi có nhu cầu tập luyện TDDT NK mới chỉ dừng lại ở mức độ trung bình.

Khi khảo sát chi tiết về nhu cầu tham gia các môn thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy: Nhu cầu của học sinh tập trung cao cả ở các môn thể thao hiện đại như: Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật và cả ở các môn thể thao truyền thống như: đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo... Trong số các môn thể thao trên, nhiều môn thể thao yêu cầu đơn giản về cơ sở vật chất tập luyện nhưng lại có hiệu quả cao trong việc phát triển thể chất cho học sinh như: Điền kinh, võ uật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy... Nếu khai thác tốt, có thể tổ chức rất đa dạng các hoạt động TDDT NK cho học sinh.

Khi khảo sát về nhu cầu tham gia tập luyện TDDT NK dưới hình thức CLB thể thao, có tới gần 80% học sinh có nhu cầu. Như vậy, phát triển TDDT NK dưới hình thức các CLB là xu hướng tất yếu trong phát triển phong trào tập luyện TDDT NK cho học sinh. Kết quả này cũng tương đồng với nhiều công trình nghiên cứu có liên quan như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]...

Như chúng ta đã biết, nhu cầu là sự tất yếu khách quan của mỗi con người trong cuộc sống và cần xem xét nhu cầu như nguyên nhân đầu tiên của tính tích cực và hành vi. Như vậy, nhu cầu trở thành động lực quan trọng và việc tác động, thỏa mãn nhu cầu cá nhân, từ đó sẽ thay đổi được hành vi của đối tượng.

Về động cơ tập luyện TDTT NK của học sinh:

Quá trình nghiên cứu luận án đã cho thấy động cơ tập luyện TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi phần lớn là những động cơ tập luyện bền vững như: do yêu thích TDTT ; Nhận thức được tác dụng của TDTT NK với sức khỏe; Để có cơ thể cân đối, hài hòa (đặc biệt với các bạn nữ); Để giao lưu với bạn bè và củng cố và tăng cường sức khỏe. Kết quả này tương đương với kết quả khảo sát với phần lớn học sinh có nhận thức đúng về tầm quan trọng và ý nghĩa của việc tập luyện TDTT NK. Học sinh nhận thức đúng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK sẽ có động cơ tập luyện tích cực, bền vững. Động cơ tập luyện tích cực, bền vững sẽ giúp học sinh tham gia tập luyện TDTT NK đều đặn hơn. Đây là ưu thế trong việc phát triển phong trào tập luyện TDTT NK cho học sinh Nhà trường.

Bên cạnh số học sinh có động cơ tập luyện bền vững vẫn những học sinh tập luyện TDTT NK với các động cơ kém bền vững như: Tập luyện do bạn bè lôi kéo hoặc do bắt buộc phải học môn thể dục... Số lượng này tuy chiếm tỷ lệ ít, nhưng cũng có những ảnh hưởng tiêu cực tới việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh.

3.1.5.2. Bàn luận về các yếu tố khách quan ảnh hưởng tới phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Nếu như kết quả nghiên cứu luận án xác định được 4 yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thì có tới 6 yếu tố khách quan ảnh hưởng tới phong trào TDTT NK của học sinh. Có thể kể tới các yếu tố sau:

Về công tác tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK

“Thủ trưởng nào, phong trào đấy”! Nếu như đội ngũ cán bộ quản lý quan tâm tới hoạt động TDTT trường học và có những chỉ đạo sát sao cho hoạt động TDTT thì phong trào TDTT ở đơn vị sẽ phát triển. Quá trình nghiên cứu luận án đã khảo sát sự quan tâm và sự chỉ đạo của lãnh đạo Trường về công tác TDTT NK dưới góc độ tự nhận xét của các cán bộ quản lý, của các giáo viên Thể dục và của các giáo viên khác, đồng thời so sánh kết quả trả lời phỏng vấn của 3 nhóm đối tượng. Kết

quả cho thấy, kết quả đánh giá của 3 nhóm đối tượng về vấn đề là rất khác nhau. Nếu như các cán bộ quản lý tự đánh giá là đã rất quan tâm và quan tâm tới hoạt động TDTT NK đồng thời có những chỉ đạo kịp thời để phát triển phong trào thì ở đối tượng giáo viên thể dục còn tới gần 30% số người được phỏng vấn đánh giá là ít quan tâm và có chỉ đạo chưa kịp thời. Kết quả đánh giá của nhóm đối tượng giáo viên khác về vấn đề này còn hơn 20% đánh giá ở mức ít quan tâm và chỉ đạo chưa kịp thời.

Trên thực tế, ở nhiều trường học các cấp, môn Thể dục nội khóa nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng vẫn bị coi là môn học phụ các các hoạt động mất thời gian, gây mệt mỏi và ảnh hưởng không tốt tới kết quả học tập các môn học khác. Cá biệt, ở một số trường còn có hiện tượng dành thời gian giảng dạy môn Thể dục cho các môn học văn hóa khác được coi là quan trọng hơn như Toán, Văn, Ngoại ngữ... Ở những nơi như thế này, hoạt động TDTT NK còn bị coi nhẹ rất nhiều. Tuy nhiên, các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi trong diện khảo sát của luận án, Lãnh đạo các trường đã đảm bảo đúng và đủ nội dung GDTC nội khóa và có những chỉ đạo phát triển hoạt động TDTT NK trên địa bàn Trường. Đây là một lợi thế trong phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT trên địa bàn Tỉnh.

Về thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK:

Căn cứ vào quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển Thể dục, Thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030" thì diện tích sân tập dành cho giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường ở các cấp học, bậc học (m^2 /học sinh, sinh viên) thì ở bậc THCS và THPT cần đảm bảo: Đạt 1,5 m^2 vào năm 2015, đạt 02 m^2 vào năm 2020 và đạt 2,5 m^2 vào năm 2030 [81]. Căn cứ vào quyết định trên và số lượng học sinh tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi và số lượng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC nội khóa và TDTT NK tại các trường, diện tích đất và cơ sở vật chất dành cho tập luyện TDTT nội khóa và ngoại khóa của học sinh còn thiếu rất nhiều. Đây là thực trạng chung trong việc đáp ứng cơ sở vật chất hoạt động TDTT trên toàn quốc. Kết quả nghiên cứu luận án cũng tương đồng với kết quả đánh giá thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT của các tác giả: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]...

Như chúng ta đã biết, điều kiện cơ sở vật chất, sân bãi đảm bảo cho yêu cầu giảng dạy, tập luyện rất quan trọng trong việc nâng cao chất lượng môn học, đặc

biệt là môn học GDTC. Nó giúp cho người học sớm hình thành và củng cố kỹ năng vận động; mặt khác điều kiện sân bãi, trang thiết bị dụng cụ đáp ứng tốt yêu cầu của giáo án giảng dạy sẽ giúp cho mật độ vận động trong giờ học GDTC cao hơn, qua đó giúp SV rèn luyện tốt các kỹ thuật động tác và nâng cao sức khỏe. Với điều kiện cơ sở vật chất chật hẹp, thiếu thốn, việc phát triển phong trào tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi sẽ gặp những khó khăn nhất định.

Mặt khác, do thiếu sân bãi nên các hoạt động TDTT NK diễn ra ngoài giờ học chủ yếu tập trung cho các đội tuyển tham gia tập luyện, học sinh ít có điều kiện tham gia hoặc tham gia tập luyện TDTT NK tại trường hoặc bị hạn chế về thời gian tập. Thực trạng trên dẫn đến dẫn tới hoạt động TDTT NK không phát triển, không thu hút đông đảo học sinh tham gia tập luyện.

Trên cơ sở phân tích thực trạng, cần phải có kế hoạch xây bổ sung cơ sở vật chất hoặc tận dụng, bảo quản, sáng tạo các cơ sở vật chất tập luyện để hoạt động TDTT NK đạt hiệu quả cao nhất.

Về thực trạng kinh phí hoạt động TDTT NK:

Kinh phí hoạt động TDTT là vấn đề đang được Đảng, Nhà nước và Ngành TDTT rất quan tâm. Đảm bảo kinh phí hoạt động là vấn đề cần thiết để tổ chức các hoạt động TDTT NK có hiệu quả. Mặc dù Bộ Tài chính, Bộ Giáo dục và Đào tạo, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch đều đã quan tâm và ban hành các văn bản pháp quy quy định về chế độ, chính sách cho hoạt động TDTT NK và những người tham gia tổ chức, hoạt động TDTT NK nhưng trên thực tế, quyền lợi của những giáo viên tham gia hoạt động TDTT NK tại các trường học nói chung trên cả nước đôi khi vẫn chưa được đảm bảo theo quy định.

Ngoài việc sử dụng ngân sách nhà nước cho hoạt động TDTT NK, nhiều trường học đã huy động kinh phí xã hội hóa cho hoạt động TDTT NK bằng các biện pháp như: Phí tham gia các CLB thể thao của học sinh, phí sân bãi, bồi dưỡng cán bộ hướng dẫn... hay thu hút tài trợ từ các doanh nghiệp, các nhà tài trợ thông qua các giải thi đấu thể thao tổ chức hàng năm... tuy nhiên, ở một tỉnh có nhiều dân tộc thiểu số như Quảng Ngãi, việc làm này chưa đạt hiệu quả cao. Kinh phí dành cho hoạt động TDTT NK còn nhiều hạn chế.

Về đội ngũ giáo viên tham gia hướng dẫn TDTT NK:

Căn cứ quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển Thể dục, Thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030" [81] thì tỷ lệ giáo viên, giảng viên thể dục, thể

thao trên số học sinh, sinh viên ở các cấp học, bậc học ở cấp THCS và THPT: Đạt 01/400 vào năm 2015, đạt 01/350 vào năm 2020 và đạt 01/300 vào năm 2030 thì con số này tại các trường THPT đảm bảo theo quy định. Tuy nhiên, với yêu cầu giáo viên đảm bảo cả công tác GDTC nội khóa và hoạt động TDTT NK, so với nhu cầu tham gia hoạt động TDTT NK của học sinh các trường THPT Tỉnh Quảng Ngãi là 72.24% tổng số học sinh (theo số liệu nghiên cứu thực trạng của luận án) thì con số này còn thiếu về số lượng.

Trong kết quả nghiên cứu của luận án, 100% giáo viên thể dục trong diện khảo sát đều có trình độ từ đại học trở nên. Đây là lợi thế trong hoạt động TDTT tại các trường. Tuy nhiên, theo thông tư số: 28/2009/TT-BGDĐT ngày 21 tháng 10 năm 2009 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định chế độ làm việc với giáo viên Phổ thông [14] và Thông tư số: 15/2017/TT-BGDĐT ngày 09 tháng 6 năm 2017 về việc sửa đổi, bổ sung một số điều quy định chế độ làm việc đối với giáo viên phổ thông ban hành ngày 21 tháng 10 năm 2019 của Bộ Giáo dục và Đào tạo [16], thời gian làm việc của giáo viên THCS và THPT là 42 tuần/năm, trong đó có 03 tuần dành cho học tập, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn. Tuy nhiên, kết quả khảo sát của luận án cho thấy, trong 3 năm (từ năm 2015 tới năm 2018), các giáo viên thể dục trong diện khảo sát của luận án đều không được tham gia tập huấn, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn. Đây cũng là một hạn chế trong việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Trong các công trình nghiên cứu của các tác giả có liên quan như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]... vấn đề tập huấn nâng cao trình độ chuyên môn cho các giáo viên Thể dục chưa được quan tâm khảo sát.

Về thực trạng nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK:

Thực trạng nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK là những yếu tố có ảnh hưởng quyết định tới hiệu quả hoạt động TDTT NK tại các trường. Đa số các tác giả khi nghiên cứu về lĩnh vực GDTC và TDTT trường học đều khảo sát về nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK. Có thể thấy rõ điều này qua kết quả nghiên cứu của các tác giả: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]...

Trong kết quả khảo sát thực trạng nội dung tập luyện TDTT NK của luận án trình bày tại bảng 3.9, Các môn thể thao được đông đảo học sinh yêu thích tập luyện là Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo... đây là những môn thể thao phổ thông phát triển trên toàn tỉnh và được đưa vào chương trình thi đấu hội khỏe phù đồng của tỉnh hoặc các lễ hội dân gian, các giải thi đấu thể thao của các trường... Tuy nhiên, vẫn có một số môn mặc dù được đông đảo học sinh tập luyện nhưng vì chỉ theo khu vực nhất định nên tính tổng thể vẫn chưa có thứ hạng yêu thích cao như môn bóng rổ (được học sinh khu vực thành thị yêu thích tập luyện), môn Đua thuyền, lắc thúng, kéo co, đẩy gậy... được học sinh khu vực miền núi yêu thích tập luyện... vấn đề này thể hiện rất rõ tính chất vùng miền trong tỉnh Quảng Ngãi. Là một tỉnh với đại hình tương đối phức tạp, có xu hướng tấp dần từ tây sang đông với các dạng địa hình đồi núi, đồng bằng, ven biển... và có tới 29 dân tộc cùng chung sống nên việc phát triển các môn thể thao dân tộc với từng tộc người là ưu thế. Tuy nhiên, cũng chính với đặc điểm này, việc tìm ra những môn thể thao thích hợp với toàn tỉnh sẽ có những hạn chế nhất định.

Về hình thức tập luyện TDTT NK, học sinh các trường chủ yếu tập luyện theo hình thức tự tập luyện, không có người hướng dẫn là chính. Đây cũng là thực trạng chung trong việc phát triển phong trào TDTT NK tại các trường học trên cả nước. Khi hoạt động TDTT NK mới chỉ được khuyến khích chứ chưa được đưa thành nội dung bắt buộc với các trường học, việc phát triển TDTT NK sẽ phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố. Các trường ưu tiên tổ chức hoạt động TDTT NK theo hình thức CLB thể thao, vừa giúp đào tạo học sinh tham gia thi đấu các môn thể thao các cấp, vừa ít tốn kinh phí. Tuy nhiên, lại không đảm bảo phát triển phong trào trên diện rộng. Để tạo môi trường hoạt động TDTT NK cho đông đảo học sinh, việc cải tiến các hình thức tập luyện và hình thức tổ chức tập luyện TDTT NK trong trường học các cấp là vấn đề cần thiết.

3.1.5.3. Bàn luận về thực trạng phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Khác với các công trình nghiên cứu có liên quan trước đây, trước khi đánh giá thực trạng phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng phong trào. Kết quả lựa chọn được 6 tiêu chí đánh giá thực trạng phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường

xuyên ; Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK ; Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK ; Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK ; Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức ; Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia và Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT, trên cơ sở đó, luận án đã khảo sát thực trạng phong trào TDTT NK tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh. Đây là việc làm đảm bảo tính khách quan và đảm bảo đánh giá toàn diện sự phát triển phong trào TDTT NK tại các trường. Kết quả đánh giá thực trạng cho thấy:

Về tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK:

Theo kết quả khảo sát của luận án, tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi là 23.19%, trong đó tỷ lệ nam cao hơn nữ khoảng 1%. Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK không thường xuyên là 30.21%. Như vậy, có thể thấy đã có tới hơn 50% tổng số học sinh được khảo sát có tham gia tập luyện TDTT NK. Nếu có những biện pháp tích cực giúp tác động vào 30.21% số học sinh đang tham gia tập luyện TDTT NK không thường xuyên và khiến các em tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên, phong trào tập luyện TDTT NK của các trường sẽ phát triển theo hướng rất tích cực.

Về thực trạng công tác tổ chức hoạt động TDTT NK:

Hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK được 100% số trường trong diện khảo sát của luận án tổ chức là hoạt động TDTT NK theo đội tuyển thể thao. Như đã phân tích ở trên, hoạt động này có lợi thế trong việc huấn luyện các học sinh có năng khiếu thể thao tham gia các giải đấu, giành thành tích cho các trường nhưng ít lợi ích trong việc phổ cập tập luyện TDTT NK cho đông đảo học sinh. Với điều kiện thiếu thốn về cơ sở vật chất cũng như đội ngũ giáo viên tổ chức hoạt động TDTT NK, việc tổ chức ngoại khóa thường xuyên cho tất cả các sinh viên theo các nội dung yêu thích và vấn đề bất khả thi trong giai đoạn hiện nay. Trên thực tế, 70% số trường trong diện khảo sát của luận án tổ chức hoạt động TDTT NK thường xuyên không có người hướng dẫn. Không có trường nào trong diện khảo sát không tổ chức hoạt động TDTT NK, Như vậy, công tác tổ chức hoạt động TDTT NK tại các trường bước đầu đã được quan tâm, chú ý.

Về các môn thể thao ngoại khóa: Những môn thể thao được đông đảo các trường tổ chức hoạt động ngoại khóa cho học sinh gồm: Đá cầu (100% số trường khảo sát), Bóng đá và cầu lông (80% số trường khảo sát), sau đó tới bóng rổ, bóng chuyền, các môn cờ... Nếu so sánh với thực trạng các môn thể thao được đông đảo

học sinh yêu thích và có nhu cầu tập luyện, dễ dàng nhận thấy, việc tổ chức hoạt động TDTT NK tại các trường đã quan tâm tới sở thích và nhu cầu của học sinh.

Về thực trạng phong trào thi đấu các giải thể thao:

Tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao là biện pháp hiệu quả giúp thu hút sự quan tâm của cán bộ, giáo viên, học sinh tới hoạt động TDTT theo các hình thức như tham gia thi đấu, tham gia cổ vũ hoặc đơn giản là xem các trận đấu. Tất cả những vấn đề này đều giúp học sinh cải tiến nhận thức về môn thể thao, tiền đề của việc tiếp cận, yêu thích hoặc tập luyện thể thao.

Kết quả khảo sát tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi trong năm học 2017-2018 cho thấy có 18 giải thi đấu thể thao nội bộ được tổ chức và 10 giải thể thao các môn ngoài trường đã được các trường tham gia, thu hút tổng số 1392 lượt học sinh tham gia thi đấu. Các môn thể thao được tổ chức giải thi đấu nhiều nhất tập trung vào các môn thể thao được đông đảo học sinh yêu thích và được tổ chức tập luyện ngoại khóa tại nhiều Trường như đá bóng, cầu lông, đá cầu... Con số này cho thấy, mỗi trường hàng năm tổ chức và tham gia thi đấu 2-3 giải thi đấu thể thao (các cấp và các quy mô). Với 9 tháng học tập trong năm với nhiều sự kiện và các ngày truyền thống được tổ chức tại các trường như: Ngày Nhà giáo Việt Nam 20/11, Quốc tế phụ nữ 08/3, thành lập Đoàn 26/3, ngày truyền thống của Trường..., các trường hoàn toàn có thể tổ chức nhiều giải thi đấu thể thao hơn nữa để thỏa mãn nhu cầu hoạt động TDTT NK của học sinh.

3.1.5.4. Bàn luận về thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào tập luyện TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Trong các công trình nghiên cứu trước đây của các tác giả nghiên cứu về giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK, nâng cao chất lượng GDTC hoặc nghiên cứu về GDTC và TDTT trường học như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101], Mai Thị Bích Ngọc (2017) [56]..., các tác giả chỉ tiến hành lựa chọn và xây dựng các giải pháp, biện pháp dựa trên các căn cứ lý luận và thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới vấn đề nghiên cứu, chưa có tác giả nào tiến hành nghiên cứu thực trạng sử dụng các giải pháp, biện pháp để giải quyết các vấn đề nghiên cứu tại địa bàn nghiên cứu. Trên thực tế, căn cứ từ thực trạng những vấn đề phát sinh trong quá trình nghiên cứu, một số trường đã đề xuất các giải pháp, biện pháp để giải quyết vấn đề. Chỉ trên cơ sở đánh giá chính xác thực trạng sử dụng các giải pháp, biện pháp đã được áp dụng tại các cơ sở và hiệu quả của nó, người nghiên cứu mới

có thể đề xuất các giải pháp, biện pháp phù hợp, có hiệu quả nhất để giải quyết vấn đề nghiên cứu của mình. Chính vì vậy, trong quá trình nghiên cứu luận án, chúng tôi đã tiến hành đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào tập luyện TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ đề xuất các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh. Đây cũng là một điểm mới trong quá trình nghiên cứu luận án.

Kết quả nghiên cứu thực trạng sử dụng các giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi đã chỉ ra những ưu điểm và hạn chế trong việc đề xuất và triển khai các hoạt động TDTT NK tại các trường như: Việc phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh các trường THPT trên địa bàn tỉnh đã được Ban giám hiệu các trường và các giáo viên Thể dục rất quan tâm, tuy nhiên, các biện pháp, giải pháp được sử dụng trong phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh mới chỉ dừng lại ở việc khắc phục các vấn đề mang tính chất tình huống, thời điểm; Việc đề xuất các giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh chưa được tiến hành trên cơ sở nghiên cứu, đánh giá thực trạng hoạt động TDTT NK cho học sinh mà mới chỉ được tiến hành trên cơ sở một hoặc một vài biểu hiện phát sinh trong quá tổ chức hoạt động TDTT NK tại các Trường; Việc đề xuất các giải pháp, biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh mới chỉ được tiến hành riêng lẻ trong phạm vi từng trường chứ chưa được tiến hành đồng bộ trên nhiều trường để giải quyết các vấn đề chung cũng như hỗ trợ nhau trong quá trình tổ chức các hoạt động TDTT NK cho học sinh và đặc biệt các giải pháp, biện pháp sau khi được áp dụng chưa được triển khai đồng bộ, chưa có nghiên cứu xác định hiệu quả tác động của các giải pháp tới phong trào TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh. Các kết quả nghiên cứu trên hoàn toàn phù hợp với thực tế hiện nay tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi bởi trên thực tế, chưa có nhà khoa học nào quan tâm tới việc nghiên cứu phong trào TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh, tìm ra những điểm chung, từ đó đề xuất các giải pháp tổng thể nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh.

3.1.5.5. Bàn luận về thực trạng trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Đánh giá thực trạng phát triển thể lực của học sinh là một trong những phần quan trọng trong đánh giá hiệu quả công tác GDTC và hoạt động TDTT NK trong trường học các cấp. Chính vì vậy, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành tiêu chuẩn

phân loại trình độ thể lực học sinh sinh viên [12], trong đó quy định chi tiết về xếp loại thể lực và xếp loại thể lực tổng hợp cho học sinh, sinh viên. Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi đã sử dụng cả 6 test đánh giá trình độ thể lực của học sinh, đồng thời tiến hành phân loại tổng hợp thể lực của học sinh trên cơ sở sử dụng 04 test: Lực bóp tay thuận (kG), Bước xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 1x400m (s) và chạy tùy sức 5 phút (m). Kết quả cho thấy: đa số học sinh có trình độ thể lực mức đạt (trên 50%); tỷ lệ học sinh có trình độ thể lực đạt tốt đạt hơn 20%. Tuy nhiên, vẫn còn tới 16.80% số học sinh nam và 21.60% số học sinh nữ trong diện khảo sát có trình độ thể lực ở mức không đạt.

Song song với việc đánh giá trình độ thể lực của học sinh, chúng tôi tiến hành đánh giá tác dụng của tập luyện TDTT NK với sự phát triển thể lực của học sinh thông qua so sánh trình độ thể lực của học sinh theo 3 nhóm: nhóm học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên, tập luyện TDTT NK không thường xuyên và không tập luyện TDTT NK. Kết quả cho thấy, cả kết quả kiểm tra từng chỉ tiêu thể lực và kết quả phân loại tổng hợp thể lực của học sinh có tập luyện TDTT NK thường xuyên đều cao hơn hẳn so với học sinh không tập luyện TDTT NK. Như vậy, có thể thấy tập luyện TDTT NK có tác dụng tích cực tới việc nâng cao thể lực cho học sinh THPT.

Tiểu kết nhiệm vụ 1:

1. Xác định được 10 yếu tố ảnh hưởng tới phát triển phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 4 yếu tố chủ quan (Nhu cầu tập luyện TDTT NK; Thái độ tập luyện TDTT NK; Động cơ tập luyện TDTT NK và Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK.) và 6 yếu tố khách quan (Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK; Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK; Kinh phí hoạt động TDTT NK; Đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK; Nội dung tập luyện TDTT NK và Hình thức tập luyện TDTT NK).

2. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy:

Về các yếu tố chủ quan: Còn gần 20% tổng số người được phỏng vấn nhận thức chưa đúng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK. Đa số học sinh có thái độ tập luyện TDTT NK tốt, nhưng tương ứng với số lượng học sinh nhận thức chưa đúng về tầm quan trọng và tác dụng của TDTT NK có xấp xỉ 20% học sinh có thái độ tập luyện TDTT NK không tốt. Học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK nhưng chưa tập luyện cao, đây là điều kiện thuận lợi trong

phát triển phong trào TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi. Học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện cả các môn thể thao hiện đại và các môn thể thao truyền thống: Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo...; học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK cao. Phần lớn học sinh tập luyện TDTT NK với động cơ tập luyện bền vững như do yêu thích TDTT ; Nhận thức được tác dụng của TDTT NK với sức khỏe; Để có cơ thể cân đối, hài hòa (đặc biệt với các bạn nữ); Để giao lưu với bạn bè và củng cố và thăng cường sức khỏe...

Về các yếu tố khách quan: Lãnh đạo các trường tuy đã quan tâm nhưng sự chỉ đạo về hoạt động TDTT NK chưa kịp thời, hiệu quả. Cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TDTT NK của các trường còn thiếu cả về số lượng và chất lượng so với yêu cầu tập luyện của học sinh. Nguồn kinh phí các trường chi cho hoạt động TDTT NK cho học sinh còn rất hạn chế. Lực lượng giáo viên hướng dẫn TDTT NK cho học sinh tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi còn thiếu về số lượng so với nhu cầu. Học sinh tập luyện TDTT NK với đa dạng nội dung và hình thức.

3. Đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy: Tỷ lệ học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên tại các trường trung bình là 23.19%, Các trường đã tổ chức hoạt động TDTT NK theo hình thức có GV hướng dẫn, CLB thể thao, đội tuyển... các môn thể thao được tổ chức NK cũng rất đa dạng. Thực trạng phong trào thi đấu thể thao tại các Trường đã được chú ý và thu được nhiều hiệu quả thiết thực.

4. Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy:

Trình độ thể lực của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi ở tất cả các tiêu chí thu được đều cao hơn mức trung bình khi so sánh với người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Tuy nhiên, khi phân loại trình độ thể lực của học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, tỷ lệ học sinh chưa đạt tiêu chuẩn còn cao ở cả nam và nữ.

Khi so sánh thể lực của học sinh theo mức độ tập luyện TDTT NK cho thấy học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên hơn có trình độ thể lực tốt hơn. Như vậy, có thể thấy tập luyện TDTT NK có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho học sinh.

3.2. Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.2.1. Cơ sở khoa học lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.2.1.1. Cơ sở lý luận

Các căn cứ lý luận được sử dụng trong lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm:

Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất và hoạt động TDTT NK.

Kết quả thống nhất sử dụng các khái niệm trong quá trình nghiên cứu luận án như: TDT NK, Hiệu quả và hiệu quả giáo dục, Hiệu quả GDTC, biện pháp và học sinh THPT.

Khái quát về hoạt động TDTT NK trong trường học với các mặt: Vai trò và nguyên tắc tổ chức hoạt động TDTT NK; Mục đích tổ chức hoạt động TDTT NK; Đặc điểm hoạt động TDTT NK; Nội dung tập luyện TDTT NK; Hình thức tập luyện TDTT NK.

Những yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK trong các trường trung học phổ thông như: Yếu tố con người; Yếu tố cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện; Yếu tố cơ chế chính sách

Đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK với 2 nội dung cơ bản là đánh giá hiệu quả GDTC và hiệu quả hoạt động TDTT NK

Kết quả các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước có liên quan tới luận án

Các căn cứ lý luận trên đã được trình bày chi tiết trong Tổng quan các vấn đề nghiên cứu của luận án.

3.2.1.2. Cơ sở thực tiễn

Các căn cứ thực tiễn được sử dụng trong quá trình lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm:

Kết quả nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi bao gồm 04 yếu tố chủ quan (Nhu cầu tập luyện TDTT NK; Thái độ tập luyện TDTT NK; Động cơ tập luyện TDTT NK và Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK) và 06 yếu tố khách quan (Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK; Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK; Kinh phí hoạt động TDTT NK; Đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK; Nội dung tập luyện TDTT NK và Hình thức tập luyện TDTT NK).

Kết quả đánh giá thực trạng phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi bao gồm: Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên ; Hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK ; Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK ; Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức ; Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia ; Số lượng HS tham gia các giải thi đấu thể thao.

Kết quả đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Kết quả đánh giá thực trạng trình độ thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Các kết quả nghiên cứu trên đã được trình bày chi tiết trong phần 3.1 của luận án.

Ngoài ra, khi lựa chọn và xây dựng nội dung biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án còn chọn lọc có tiếp thu kết quả của các công trình nghiên cứu khoa học cấp Nhà nước, cấp bộ, ngành, thành phố, các đề tài, luận án... về nâng cao chất lượng, hiệu quả công tác GDTC và hoạt động TDTT NK trong trường học các cấp, kết quả điều tra thể chất nhân dân... làm cơ sở khoa học và cơ sở thực tiễn cho việc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh.

3.2.1.3. Các nguyên tắc lựa chọn biện pháp

Bên cạnh các căn cứ lý luận và thực tiễn đã được trình bày trong phần 3.2.1.1 và 3.2.1.2 của luận án, để có thể xây dựng được các biện pháp phù hợp trong nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho HS, chúng tôi tiến hành xác định các nguyên tắc cần thiết khi lựa chọn và xây dựng các biện pháp. Cụ thể:

Qua tham khảo tài liệu, quan sát thực tiễn và phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, luận án đã xác định được 5 nguyên tắc cần thiết khi lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm:

Nguyên tắc bảo đảm tính thực tiễn: Các biện pháp được lựa chọn và xây dựng phải dựa trên thực tiễn hoạt động TDTT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi nhằm phát huy tối đa các ưu điểm, khắc phục những nhược điểm, tồn tại, hạn chế trong hoạt động TDTT NK cho học sinh.

Nguyên tắc bảo đảm tính khả thi: Các biện pháp được lựa chọn và xây dựng phải thực hiện được trong điều kiện thực tế hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Nguyên tắc bảo đảm tính hệ thống: Các biện pháp được lựa chọn và xây dựng phải tác động có hệ thống lên toàn bộ các mặt ảnh hưởng tới hoạt động TDDT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Nguyên tắc bảo đảm tính hiệu quả: Các biện pháp được lựa chọn và xây dựng phải phát huy tính hiệu quả trong việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Nguyên tắc bảo đảm tính khoa học: Các biện pháp lựa chọn và xây dựng phải đảm bảo tính khoa học, cập nhật với xu thế phát triển hoạt động TDDT NK trong trường học các cấp hiện nay.

Để xác định được các nguyên tắc khách quan và cần thiết trong xây dựng biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án tiến hành phỏng vấn các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDDT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT. Số phiếu phát ra là 38, thu về là 33, trong đó có 9 chuyên gia GDTC, 5 cán bộ quản lý TDDT và 19 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 8). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11.

Cách trả lời cụ thể theo thang độ liket 5 mức tương ứng: rất cần thiết tới rất không cần thiết. Chúng tôi sẽ lựa chọn những tiêu chí đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức cần thiết và rất cần thiết) làm nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.21.

Bảng 3.21. Kết quả phỏng vấn xác định nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=33)

TT	Nguyên tắc	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
1	Nguyên tắc bảo đảm tính thực tiễn	21	5	3	4	0	142	4.30
2	Nguyên tắc bảo đảm tính khả thi	20	7	5	1	0	145	4.39
3	Nguyên tắc bảo đảm tính hệ thống	22	6	4	1	0	148	4.48
4	Nguyên tắc bảo đảm tính hiệu quả	19	7	2	5	0	139	4.21
5	Nguyên tắc bảo đảm tính khoa học	19	5	3	6	0	136	4.12

Qua bảng 3.21 cho thấy: Cả 5 nguyên tắc đưa ra phỏng vấn đều được các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDDT và các giáo viên thể dục đánh giá ở mức

rất cần thiết và cần thiết (lớn hơn 3.41 điểm) và được xác định là những nguyên tắc cần thiết trong lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Như vậy, khi xây dựng biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, ngoài việc đảm bảo các căn cứ lý luận và thực tiễn đã trình bày còn cần tuân thủ 5 nguyên tắc trên.

3.2.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Việc lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi được tiến hành thông qua tham khảo tài liệu, phân tích và tổng hợp có chọn lọc kết quả các công trình nghiên cứu khoa học các cấp, lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia GDTC, các giáo viên thể dục... trên cơ sở thực tiễn sử dụng biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT trên địa bàn tỉnh...

Ngoài ra, việc lựa chọn các biện pháp còn được tiến hành thông qua phân tích SWOT các điểm mạnh, điểm yếu, thời cơ và thách thức trong quá trình hoạt động TDDT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi. Cụ thể:

Điểm mạnh	Điểm yếu
- Đa số cán bộ giáo viên, HS nhận thức đúng về vai trò tầm quan trọng của tập luyện TDDT NK	- Còn tới xấp xỉ 30% số học sinh và 16% số giáo viên được hỏi nhận thức chưa đúng về tầm quan trọng của tập luyện TDDT NK
- Ban Giám hiệu các trường đã quan tâm tới hoạt động GDTC cho HS	- Cơ sở vật chất phục vụ tập luyện GDTC cả nội khóa và ngoại khóa còn thiếu cả về số lượng và chất lượng
- Giáo viên nhiệt huyết, tích cực với công việc	- Số lượng giáo viên hướng dẫn hoạt động TDDT NK tại các trường còn thiếu cả về số lượng và chất lượng
- Học sinh yêu thích tập luyện TDDT NK, có nhu cầu tập luyện đa dạng các nội dung và hình thức	- Việc tổ chức hoạt động TDDT NK chưa đáp ứng được nhu cầu tập luyện của học sinh
- Việc tổ chức tập luyện TDDT NK cho học sinh đã được quan tâm và tổ chức dưới nhiều hình thức	- Hoạt động TDDT ngoại khóa không được duy trì thường xuyên, phần lớn là tự phát.

- Việc tổ chức các giải thi đấu thể thao chính thống đã được quan tâm tại các trường	- Tỷ lệ học sinh chưa đạt tiêu chuẩn thể lực trong các trường THCS gần 20%.
Thời cơ	Thách thức
<p>- Việc nâng cao sức khỏe và phát triển phát triển TDTT nói chung trong trường học các cấp đang được gia đình, nhà trường và xã hội quan tâm đáng kể</p> <p>- Đảng và Nhà nước đã ban hành nhiều văn bản, chỉ thị, nghị quyết, thông tư chỉ đạo, tạo hành lang pháp lý cho việc phát triển GDTC trong trường học các cấp nói chung và phát triển phong trào TDTT NK nói riêng.</p> <p>- Tỉnh Quảng Ngãi đã rất quan tâm tới phát triển GDTC trong trường học các cấp và ban thành quy định trong cả quy hoạch phát triển TDTT của tỉnh, đồng thời đã ban hành đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020 và định hướng 2025 trên địa bàn tỉnh.</p> <p>- Trong những năm gần đây, khi điều kiện sống của người dân dần được đảm bảo, TDTT ngày càng được sự quan tâm sâu sắc từ xã hội</p>	<p>- Nhận thức của nhiều người dân, nhiều phụ huynh học sinh, Thể dục vẫn là môn học phụ, xếp sau các môn học khác và ít được các phụ huynh định hướng cho các con tham gia tập luyện</p> <p>- Đào tạo lại đội ngũ giáo viên Thể dục trong trường học đòi hỏi phải có nguồn kinh phí, thời gian và sự nhập cuộc của nhiều đơn vị có liên quan. Kinh phí cho vấn đề này tại tỉnh Quảng Ngãi còn hạn chế.</p> <p>- Việc bổ sung các cơ sở vật chất phục vụ GDTC nội khóa và ngoại khóa của các trường phụ thuộc nhiều vào nguồn ngân sách nhà nước, trong khi nguồn vốn này ngày càng hạn chế, đòi hỏi các trường phải năng động, sáng tạo hơn trong việc thu hút đầu tư, xã hội hóa cũng như sáng tạo cơ sở vật chất tập luyện.</p> <p>- Việc xã hội hóa trong hoạt động TDTT NK chưa đạt được hiệu quả cao</p>

Từ các căn cứ trên, luận án đã lựa chọn được 08 biện pháp thuộc 2 nhóm:

Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK

Biện pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK

Biện pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK

Biện pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK

Biện pháp 5. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK

Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK

Biện pháp 6. Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh

Biện pháp 7. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK

Biện pháp 8. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao.

Để lựa chọn được những biện pháp khác quan và phù hợp nhất nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án tiến hành phỏng vấn các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDTT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT. Số phiếu phát ra là 38, thu về là 33, trong đó có 9 chuyên gia GDTC, 5 cán bộ quản lý TDTT và 19 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 8). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11.

Cách trả lời cụ thể theo thang độ liket 5 mức tương ứng: rất cần thiết tới rất không cần thiết. Chúng tôi sẽ lựa chọn những tiêu chí đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức cần thiết và rất cần thiết) để hiệu quả hoạt động TDTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.22.

Qua bảng 3.22 cho thấy: cả 08 biện pháp đưa vào phỏng vấn đều được các chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TDTT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT đánh giá ở mức quan trọng và rất quan trọng với điểm phỏng vấn trung bình đạt từ 3.94 tới 4.61, thoải mãn yêu cầu lựa chọn với điểm phỏng vấn trung bình từ 3.41 trở lên. Như vậy, chúng tôi lựa chọn cả 8 biện pháp trên để nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Bảng 3.22. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=33)

TT	Biện pháp	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
I	Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK							
BP1	Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK	18	5	5	5	0	135	4.09
BP2	Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK	16	6	4	7	0	130	3.94
BP3	Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK	19	7	3	4	0	140	4.24
BP4	Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK	20	5	4	4	0	140	4.24
BP5	Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK	23	7	3	0	0	152	4.61
II	Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK							
BP6	Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh	21	7	4	1	0	147	4.45
BP7	Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK	22	8	3	0	0	151	4.58
BP8	Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao	19	8	2	4	0	141	4.27

3.2.3. Xây dựng nội dung biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Trên cơ sở các biện pháp đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành xây dựng chi tiết nội dung các biện pháp. Mỗi biện pháp đều bao gồm đầy đủ các phần: Mục đích, nội dung, cách tiến hành, đơn vị phối hợp và phương pháp kiểm tra, đánh giá. Cụ thể:

3.2.3.1. Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK

Biện pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK

Mục đích:

Nâng cao nhận thức của cán bộ, giáo viên, học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi về vai trò và tầm quan trọng của hoạt động TDTT NK, giúp tạo động lực tập luyện TDTT bền vững cho học sinh, tạo tiền đề vững chắc cho việc triển khai các biện pháp tiếp theo của luận án. Đây là một trong những giải pháp trọng tâm của luận án.

Nội dung:

Tuyên truyền về vị trí, tầm quan trọng và ý nghĩa của hoạt động TDTT NK trong trường học.

Tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT.

Tạo điều kiện cho cán bộ, giáo viên và học sinh tiếp xúc trực quan với các hình ảnh đẹp về TDTT trong trường học, trong tập luyện TDTT NK, trong các giải thi đấu thể thao.

Phổ biến các kiến thức chuyên môn các môn thể thao, hướng dẫn tập luyện TDTT.

Cách thực hiện:

Ban giám hiệu thống nhất chủ trương tuyên truyền nâng cao nhận thức, tầm quan trọng và ý nghĩa của tập luyện TDTT NK và chỉ đạo các đơn vị chức năng phối hợp thực hiện.

Tổ thể dục phối hợp với các đơn vị chức năng đặc biệt là Đoàn thanh niên quán triệt các chỉ thị, Nghị quyết của Đảng, Nhà nước về hoạt động TDTT NK. Làm cho lực lượng cán bộ quản lý, giáo viên, học sinh nhận thức đúng và rõ quan điểm của Đảng, Nhà nước về công tác TDTT NK trong trường học các cấp.

Tuyên truyền trên loa phát thanh của Nhà trường về tầm quan trọng của hoạt động TDTT NK ; lịch thi đấu các môn thể thao, các giải thể thao ; Kết quả thi đấu các giải thể thao ; các bài viết tuyên dương các VĐV thể thao tiêu biểu là học sinh...

Tuyên truyền bằng hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng, ý nghĩa của tập luyện TDTT NK ; hình ảnh, thông tin về các giải thi đấu TDTT..

Giáo viên Thể dục có nhiệm vụ thông qua bài giảng liên hệ với thực tế, giúp học sinh hiểu rõ vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của tập luyện TDTT NK.

Tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT thông qua hệ thống thông tin chính thức (phát thanh, cổng thông tin điện tử của trường nếu có) hoặc các thông tin dựa trên mạng xã hội (Facebook của Trường...)

Cung cấp các tài liệu về các môn thể thao

Cung cấp các tài liệu hướng dẫn tập luyện các môn thể thao (thông qua link của các trang hướng dẫn tập luyện TDTT chính thống trên mạng xã hội của các Trường...)

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Đoàn thanh niên phối hợp thực hiện;

Tổ môn thể dục tổ chức thực hiện.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Đánh giá qua các hoạt động tổ chức được trong thực tế.

Đánh giá thông qua nhận thức của cán bộ, giáo viên và học sinh về tầm quan trọng của công tác GDTC trong trường học.

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK

Mục đích:

Tạo cơ sở pháp lý để các Trường thuận lợi hơn trong việc quản lý, tổ chức và triển khai các hoạt động TDTT NK. Tạo điều kiện tốt về vật chất và tinh thần cho các giáo viên thể dục, giúp các giáo viên thể dục thực hiện tốt nhiệm vụ hướng dẫn tập luyện TDTT NK. Giúp các học sinh có môi trường rèn luyện TDTT NK thường xuyên tốt nhất.

Nội dung:

Ban hành các văn bản quy định, hỗ trợ quản lý, tổ chức triển khai hoạt động TDTT NK trong mỗi Trường. Đề xuất xây dựng và ban hành các văn bản hỗ trợ giáo viên và học sinh thực hiện tốt chức năng, nhiệm vụ trong công tác tổ chức hoạt động TDTT NK.

Cách thực hiện:

Quán triệt các Nghị quyết, chính sách của Đảng và Nhà nước; các thông tư, quyết định, văn bản của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Sở Giáo dục và Đào tạo Tỉnh, Phòng Giáo dục và đào tạo các quận, huyện, thị xã về hoạt động TDTT NK. Qua đó có những biện pháp, kế hoạch cụ thể để triển khai các chủ trương, chính sách của Đảng, Nhà nước, Bộ GD&ĐT, Sở GD&ĐT Tỉnh cũng như Phòng Giáo dục các quận, huyện, thị xã và các Trường.

Xây dựng các hệ thống văn bản, quy định chặt chẽ, chi tiết về chức năng, nhiệm vụ về công tác GDTC và hoạt động TDTT NK phù hợp với điều kiện và đặc điểm của từng Trường.

Xây dựng và ban hành các văn bản về chế độ chính sách cho giáo viên tham gia tổ chức, quản lý và hướng dẫn hoạt động TDTT NK.

Xây dựng và ban hành các văn bản về chế độ chính sách ưu tiên học sinh trong các đội tuyển thể thao đạt thành tích xuất sắc, VĐV thể thao đạt đẳng cấp.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Phòng Giáo dục Quận, huyện, thị xã chỉ đạo các Trường;

Ban giám hiệu các Trường chỉ đạo trong mỗi trường

Tổ môn Thể dục và các đơn vị có liên quan phối hợp thực hiện.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Đánh giá thông qua các văn bản được xây dựng và triển khai trong các Trường.

Biện pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK

Mục đích:

Giúp tăng cường hiệu quả đầu tư và sử dụng cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ phục vụ cho hoạt động TDTT trường học nói chung và hoạt động TDTT NK nói riêng. Khắc phục khó khăn trong điều kiện thiếu thốn cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT trong trường học các cấp, khó khăn chung của các trường học trong hệ thống giáo dục quốc dân. Các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi hoạt động theo kinh phí cấp bởi ngân sách nhà nước nên việc tăng cường cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TDTT nội khóa và TDTT NK phải được sự đồng ý, phê duyệt và cấp ngân sách từ đầu năm, đồng thời, công tác này cũng gặp rất nhiều khó khăn. Một biện pháp đơn giản hơn có thể tận dụng ngay tại trường là sử dụng phù hợp, tận dụng tối đa và bảo quản hợp lý hệ thống cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường. Mục

đích là tận dụng và bảo quản tốt cơ sở vật chất sẵn có của các Trường phục vụ công tác GDTC nội khóa và hoạt động TĐTT NK, hạn chế khó khăn do thiếu trang thiết bị dụng cụ tập luyện, giúp hoạt động TĐTT NK tại các trường đạt hiệu quả tốt hơn.

Nội dung:

Tăng cường ý thức bảo vệ của cơ sở vật chất.

Tăng cường bảo quản cơ sở vật chất;

Tăng cường cơ sở vật chất

Tăng cường xã hội hóa trong đầu tư cơ sở vật chất.

Cách thực hiện:

Thường xuyên tiến hành duy tu, bảo trì, bảo dưỡng nhằm đảm bảo sự an toàn và vệ sinh của cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho hoạt động TĐTT NK của học sinh.

Tăng cường đầu tư, nâng cấp, xây dựng thêm sân bãi nhằm đa dạng hóa nội dung môn học, đáp ứng ngày càng tốt hơn nhu cầu hoạt động TĐTT NK của học sinh.

Phát động thi đua sáng kiến về tận dụng, sử dụng và bảo quản cơ sở vật chất;

Chi ủy, Ban giám hiệu cho chủ trương xã hội hóa các hoạt động TĐTT cũng như đầu tư cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TĐTT.

Liên hệ với các doanh nghiệp địa phương kêu gọi tài trợ các trang thiết bị, dụng cụ tập luyện

Giáo viên Thể dục thường xuyên giáo dục nâng cao ý thức bảo vệ cơ sở vật chất tập luyện cho học sinh.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban Giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục và các đơn vị có liên quan thực hiện.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Tần suất và hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất;

Số buổi lao động bảo vệ cơ sở vật chất;

Ý thức học sinh trong sử dụng cơ sở vật chất.

Biện pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TĐTT NK

Mục đích:

Giúp tăng cường về số lượng, chuẩn hóa về chất lượng đội ngũ hướng dẫn viên tập luyện TDTT NK theo hướng đảm bảo về số lượng và chất lượng. Giúp các giáo viên Thể dục cập nhật các kiến thức, phương pháp mới, trao đổi kinh nghiệm về dạy và học môn thể dục cũng như tổ chức hoạt động TDTT NK trong trường học.

Nội dung:

Đào tạo hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK;

Cử giáo viên tham gia các lớp bồi dưỡng, nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ ;

Khuyến khích cán bộ, giáo viên tự học tập nâng cao trình độ chuyên môn.

Cách thực hiện:

Tăng cường giáo viên có trình độ chuyên môn chuyên trách giảng dạy Thể dục và tổ chức hoạt động TDTT NK;

Sử dụng thêm lực lượng giáo viên kiêm nhiệm là những người đam mê TDTT, có nhận thức đúng đắn về vai trò và tầm quan trọng hoạt động TDTT NK và tình nguyện tham gia hướng dẫn hoạt động TDTT NK để hướng dẫn học sinh tập luyện TDTT NK;

Đào tạo đội ngũ tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường. Lực lượng này có thể lấy từ đội ngũ giáo viên kiêm nhiệm hoặc từ những học sinh có năng khiếu TDTT và tập huấn cho học sinh về những nhiệm vụ cần thiết.

Tích cực theo dõi các thông tin về việc tổ chức tập huấn, bồi dưỡng, đào tạo lại nhằm nâng cao trình độ chuyên môn cho giáo viên.

Các giáo viên sau khi được cử đi học sẽ phải tổng kết lại các kiến thức đã học và tổ chức trao đổi chuyên môn với các giáo viên Thể dục khác trong trường.

Khuyến khích và tạo điều kiện để giáo viên tham gia tự học tập nâng cao trình độ chuyên môn cũng như cập nhật các kiến thức mới trong dạy học GDTC.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục thực hiện;

Những người yêu thích thể thao tham gia.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Số lượng hướng dẫn viên được bổ sung;

Số lượng giáo viên được tham gia tập huấn, bồi dưỡng nâng cao trình độ;

Biện pháp 5. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK

Mục đích:

Giúp các Trường có nguồn kinh phí duy trì hoạt động các CLB thể thao; tổ chức các hoạt động TDTT NK; có chế độ bồi dưỡng cho các cán bộ, giáo viên tổ chức, hướng dẫn các hoạt động TDTT NK; có kinh phí tổ chức và tham gia các giải thi đấu, các hoạt động giao hữu TDTT...

Nội dung:

Xây dựng các kế hoạch hoạt động TDTT NK đầu năm để chủ động trong việc xin cấp kinh phí hoạt động;

Tổ chức các CLB TDTT NK có thu phí giúp hỗ trợ kinh phí hoạt động;

Cho thuê các sân bãi không sử dụng để tăng cường kinh phí hỗ trợ hoạt động TDTT NK.

Vận động các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp tài trợ kinh phí hoạt động TDTT NK.

Cách thực hiện:

Ban Giám hiệu chỉ đạo, bộ môn thể dục phối hợp với Đoàn thanh niên xây dựng hoạt động TDTT NK đầu năm để chủ động trong việc xin cấp kinh phí hoạt động; Xây dựng dự trù kinh phí chi tiết cho các hoạt động TDTT NK hàng năm.

Tổ chức các CLB TDTT NK có thu phí theo hình thức dịch vụ thể thao, đảm bảo đáp ứng tốt nhất nhu cầu tập luyện TDTT của học sinh và hỗ trợ kinh phí hoạt động TDTT NK của Trường.

Ban giám hiệu chỉ đạo, Tổ môn thể dục tính toán các loại sân bãi sử dụng và đề xuất phương án cho thuê các sân bãi không sử dụng để tăng cường kinh phí hỗ trợ hoạt động TDTT NK.

Vận động các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp tài trợ kinh phí hoạt động TDTT NK, giúp bổ sung kinh phí cho hoạt động TDTT NK.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục thực hiện;

Những người yêu thích thể thao tham gia.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Đánh giá thông qua nguồn kinh phí hoạt động TDTT NK hàng năm.

3.2.3.1. Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TĐTT NK

Biện pháp 6. Tổ chức đa dạng các hoạt động TĐTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh

Mục đích:

Mở rộng các hoạt động TĐTT NK đáp ứng nhu cầu tập luyện của học sinh ; giúp tạo đa dạng các hoạt động và khung giờ cho học sinh chủ động tham gia tập luyện, từ đó nâng cao số lượng học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK.

Nội dung:

Tổ chức các nội dung tập luyện TĐTT NK đa dạng

Tổ chức ngoại khóa bằng nhiều hình thức.

Quy định thêm thời gian TĐTT NK bắt buộc và thời gian hoạt động TĐTT NK tự nguyện.

Cách thực hiện:

Căn cứ vào thời khoá biểu sắp xếp 1 tuần 1 giờ hoạt động TĐTT NK bắt buộc và 1 tuần 1 giờ ngoại khóa tự nguyện, các giờ hoạt động TĐTT NK đều có sự hướng dẫn của giáo viên TĐTT hoặc hướng dẫn viên TĐTT. Khuyến khích học sinh tự tập luyện ngoại khóa thêm.

Giáo viên thể dục phối hợp với các giáo viên chủ nhiệm lớp và phụ huynh học sinh để sắp xếp thời gian hợp lý cho việc hoạt động TĐTT NK. Giờ ngoại khóa được các giáo viên, hướng dẫn viên hướng dẫn TĐTT NK chuẩn bị sân bãi dụng cụ và điều hành các em tập luyện 1 cách có tổ chức.

Giờ TĐTT NK được giáo viên hướng dẫn, hướng dẫn viên điếm danh theo dõi để có điểm thưởng cho học tập môn thể dục.

Tổ chức các hình thức ngoại khóa đa dạng (theo nhóm, lớp, liên kết các lớp....)

Tổ chức ngoại khóa bằng các hình thức giao lưu thể thao, thi đấu thể thao giữa các lớp, sử dụng các trò chơi dân gian. Phối hợp với Đoàn thanh niên tổ chức các trò chơi vận động sau giờ chào cờ hàng tuần...

Tổ chức đa dạng các môn thể thao ngoại khóa theo nhu cầu của học sinh các Trường.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục thực hiện;

Những người yêu thích thể thao tham gia.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Các hình thức TDTT NK được mở rộng;

Các nội dung hoạt động TDTT NK được tăng cường.

Biện pháp 7. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK

Mục đích:

Đáp ứng nguyện vọng, nhu cầu của học sinh, tạo điều kiện tốt nhất cho học sinh tham gia tập luyện TDTT NK, đẩy mạnh phong trào tập luyện TDTT NK cho học sinh.

Nội dung:

Lập kế hoạch xây dựng các hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa trình BGH phê duyệt.

Phối hợp với Đoàn TN, các phòng khoa, bộ môn xây dựng kế hoạch chương trình hoạt động ngoại khóa.

Tuyên truyền rộng rãi hoạt động TDTT ngoại khóa nhằm thu hút sinh viên tham gia tập luyện.

Tổ chức đa dạng các môn thể thao ngoại khóa, đáp ứng nhu cầu tập luyện của học sinh.

Cách thực hiện:

Phối hợp giữa đoàn thanh niên, công đoàn trường và tổ môn Thể dục xây dựng kế hoạch tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa trình BGH phê duyệt.

Đoàn Thanh niên và phòng giáo vụ thống nhất phương án bố trí phân công vị trí tập luyện một cách cụ thể, đảm bảo sử dụng sân bãi hiệu quả nhất.

Xây dựng các nội quy, điều lệ của các CLB và đội tuyển một cách cụ thể phù hợp với điều kiện thực tiễn Nhà trường về thời gian, sở thích, điều kiện cơ sở vật chất.

Quan tâm thường xuyên tổ chức các giải thi đấu TDTT, đó tạo sân chơi lành mạnh cho đội ngũ cán bộ, giáo viên và học sinh.

Đoàn Thanh niên cần tổ chức tốt công tác tuyên truyền nhằm nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC trong nhà trường; tổ chức các hình thức tập luyện ngoại khóa cho học sinh...

Tổ chức đa dạng các môn thể thao ngoại khóa vào nhiều khung giờ giúp học sinh có điều kiện tốt nhất tham gia các hoạt động.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục, Đoàn Thanh niên và phòng giáo vụ thực hiện;

Những người yêu thích thể thao tham gia.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Nội dung TDTT NK được đổi mới;

Hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK được đổi mới.

Biện pháp 8. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao***Mục đích:***

Tạo môi trường hoạt động thi đấu thường xuyên phong phú và đa dạng, giúp học sinh tiếp cận với công tác tổ chức, điều hành, hoạt động tập thể, hoạt động nhóm... Duy trì thói quen tập luyện và thu hút nhiều học sinh tham gia hoạt động TDTT NK.

Nội dung:

Xây dựng các đội tuyển các môn thể thao và tổ chức hoạt động quanh năm;

Tổ chức các buổi giao lưu thể thao giữa các khối học trong và ngoài Trường.

Tổ chức các giải thi đấu thể thao định kỳ hàng năm;

Tham gia các giải thi đấu thể thao do các đơn vị ngành Giáo dục và Đào tạo tổ chức.

Cách thực hiện:

Ban Giám hiệu chỉ đạo, tổ môn Thể dục tổ chức và duy trì hoạt động các đội tuyển thể thao các môn quanh năm, tránh hiện tượng tổ chức theo mùa vụ.

Tổ môn Thể dục và Đoàn thanh niên phối hợp tổ chức các giải thi đấu giao hữu thể thao nội bộ nhân kỷ niệm các ngày lễ trong năm.

Ban Giám hiệu chỉ đạo, tổ môn Thể dục tổ chức các buổi giao hữu thể thao giữa các Trường.

Xây dựng kế hoạch và tổ chức các giải thi đấu thể thao định kỳ hàng năm.

Tích cực tham gia các giải và các buổi thi đấu giao hữu thể thao giữa các Trường.

Tích cực tham gia các giải thi đấu thể thao do đơn vị ngành Giáo dục và Đào tạo tổ chức.

Đơn vị phối hợp thực hiện:

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Tổ môn Thể dục, Đoàn Thanh niên và phòng giáo vụ thực hiện;

Những người yêu thích thể thao tham gia.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá:

Đánh giá thông qua số đội tuyển các môn thể thao được thành lập và duy trì hoạt động;

Đánh giá thông qua số lượng các buổi thi đấu giao hữu thể thao tổ chức và tham gia;

Đánh giá thông qua số lượng các giải thi đấu thể thao tổ chức và tham gia;

3.2.4. Lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành xác định tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên Thể dục trên địa bàn tỉnh và các chuyên gia GDTC. Kết quả cho thấy, để đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK của học sinh các trường cần sử dụng các tiêu chí:

1. Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất: Sử dụng 06 tiêu chí theo quyết định Số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 ban hành quy định về kiểm tra đánh giá thể lực HSSV gồm: Lực bóp tay thuận (kg); Nằm ngửa gập bụng (lần/30s); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m XPC (s); Chạy con thoi 4x100m (s) và Chạy tùy sức 5 phút (m).

2. Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất: Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK, ý thức khi tập luyện TDTT NK

3. Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK: Số lượng học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên, số lượng các môn thể thao được tổ chức ngoại khóa, số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức, số lượng các giải thi đấu thể thao đã tham gia, Số lượng học sinh tham gia thi đấu các giải, Số lượng các buổi thi đấu, giao hữu thể thao.

4. Đánh giá việc phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu thể thao: Đánh giá số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện và bồi dưỡng; số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao...

Để xác định được chính xác, khách quan các tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK trong các THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án tiến hành phỏng vấn các

chuyên gia GDTC, cán bộ quản lý TĐTT và các giáo viên thể dục tại các trường THPT. Số phiếu phát ra là 38, thu về là 35, trong đó có 8 chuyên gia GDTC, 6 cán bộ quản lý TĐTT và 21 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi bằng phiếu hỏi (phụ lục 9). Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 11.

Cách trả lời cụ thể theo thang độ liket 5 mức tương ứng: rất cần thiết tới rất không cần thiết.

Chúng tôi sẽ lựa chọn những tiêu chí đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức cần thiết và rất cần thiết) để hiệu quả hoạt động TĐTT NK của học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.23.

Qua bảng 3.23 cho thấy, theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, luận án lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi đạt điểm phỏng vấn trung bình từ 3.41 điểm trở lên, tương ứng với mức cần thiết và rất cần thiết. Cụ thể gồm:

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (6 tiêu chí)

- 1 Lực bóp tay thuận (kg)
- 2 Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)
- 3 Bật xa tại chỗ (cm)
- 4 Chạy 30m XPC (s)
- 5 Chạy con thoi 4x100m (s)
- 6 Chạy tùy sức 5 phút (m)

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí)

- 1 Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TĐTT NK
- 2 Ý thức khi tập luyện TĐTT NK

Đánh giá việc phát triển phong trào TĐTT NK (5 tiêu chí)

- 1 Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TĐTT NK thường xuyên
- 2 Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK
- 3 Số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức
- 4 Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia
- 5 Số lượng lượt học sinh tham gia các giải thi đấu thể thao

Bảng 3.23. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi (n=35)

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất								
1	Lực bóp tay thuận (kg)	21	10	2	2	0	155	4.43
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22	9	3	1	0	157	4.49
3	Bật xa tại chỗ (cm)	35	0	0	0	0	175	5.00
4	Chạy 30m XPC (s)	22	7	5	1	0	155	4.43
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	23	7	4	1	0	157	4.49
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	35	0	0	0	0	175	5.00
Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất								
1	Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK	25	5	4	1	0	159	4.54
2	Ý thức khi tập luyện TDTT NK	23	6	4	2	0	155	4.43
Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK								
1	Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên	25	6	3	1	0	160	4.57
2	Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK	24	7	2	2	0	158	4.51
3	Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức	25	5	3	2	0	158	4.51
4	Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia	23	6	4	2	0	155	4.43
5	Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT	23	6	3	3	0	154	4.40
6	Số lượng các buổi thi đấu giao hữu TT được tổ chức	7	5	7	16	0	108	3.09
Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao								
1	Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng	25	6	3	1	0	160	4.57
2	Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao	21	7	4	3	0	151	4.31

Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí)

- 1 Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng
- 2 Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao

Riêng tiêu chí đánh giá số lượng các buổi thi đấu giao hữu thể thao được tổ chức có tổng điểm phỏng vấn ở mức trung bình nên bị loại. Tuy nhiên, có thể thấy

kết quả phỏng vấn là khách quan bởi số lượng các buổi thi đấu giao hữu thể thao được tổ chức về cơ bản đã trong số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức.

Như vậy, qua phỏng vấn, đề tài lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TĐTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

3.2.5. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 2

3.2.5.1. Bàn luận về cơ sở khoa học lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Trước khi tiến hành lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án đã tiến hành phân tích chi tiết về các cơ sở lý luận, cơ sở thực tiễn để xác định biện pháp, đồng thời tiến hành lựa chọn và xác định được 05 nguyên tắc lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho đối tượng nghiên cứu. Cụ thể:

Về các căn cứ lý luận: Luận án đã thống nhất các khái niệm sử dụng trong luận án, tạo cái nhìn nhất quán và toàn diện xuyên suốt quá trình nghiên cứu luận án. Song song với việc thống nhất khái niệm, các vấn đề liên quan trực tiếp với việc nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cũng đã được chúng tôi phân tích chi tiết như: Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất và hoạt động TĐTT NK; Khái quát về hoạt động TĐTT NK trong trường học; Những yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TĐTT NK trong các trường THPT; Những vấn đề liên quan tới đánh giá hiệu quả hoạt động TĐTT NK, đồng thời phân tích chi tiết kết quả nghiên cứu của các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước có liên quan, tìm ra các điểm mạnh của các nghiên cứu trước đó, các vấn đề các công trình nghiên cứu chưa đề cập tới, quan tâm chi tiết tới kết luận và kiến nghị của các công trình nghiên cứu, phát triển các ý tưởng nghiên cứu làm căn cứ đề nghiên cứu các vấn đề liên quan tới biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Về các căn cứ thực tiễn: Bên cạnh các căn cứ lý luận, chúng tôi cũng hệ thống chi tiết các căn cứ thực tiễn được sử dụng trong quá trình đề xuất các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Kết quả nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TĐTT NK; Kết quả đánh giá thực trạng phong trào TĐTT NK; Kết quả đánh giá thực trạng sử dụng biện pháp phát triển phong trào TĐTT NK và kết quả đánh giá thực trạng trình độ thể lực của học sinh. Ngoài các căn cứ thực tiễn trên, chúng tôi còn chọn

lọc có tiếp thu kết quả của các công trình nghiên cứu khoa học cấp Nhà nước, cấp bộ, ngành, thành phố, các đề tài, luận án... về nâng cao chất lượng, hiệu quả công tác GDTC và hoạt động TDDT NK trong trường học các cấp, kết quả điều tra thể chất nhân dân... Việc làm này giúp quá trình nghiên cứu luận án có căn cứ thực tiễn để đánh giá, kết luận về các yếu tố trong quá trình nghiên cứu thực trạng, từ đó đánh giá đúng thực trạng, tạo điều kiện thuận lợi nhất để đề xuất các biện pháp.

Bên cạnh đó, với lộ trình nghiên cứu khoa học, luận án đã xác định được 5 nguyên tắc cần thiết trong xây dựng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi gồm: Nguyên tắc đảm bảo tính thực tiễn, nguyên tắc đảm bảo tính khả thi, nguyên tắc đảm bảo tính hệ thống, nguyên tắc đảm bảo tính hiệu quả và nguyên tắc đảm bảo tính khoa học. Việc tuân thủ các nguyên tắc sẽ giúp các biện pháp được xây dựng trên cơ sở thực tiễn, có thể áp dụng vào thực tiễn và thu được hiệu quả cao, đảm bảo tác động một cách hệ thống và toàn diện vào việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho đối tượng nghiên cứu và đảm bảo tính khoa học.

Trong quá trình lựa chọn các biện pháp, luận án đã tuân thủ nghiêm ngặt các căn cứ lý luận, thực tiễn và 5 nguyên tắc trên.

3.2.5.2. Bàn luận về các biện pháp được lựa chọn

Quá trình lựa chọn các giải pháp vừa đảm bảo tính kế thừa (thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan), vừa đảm bảo tính chuyên môn (phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giáo viên thể dục), vừa đảm bảo tính thực tiễn (thông qua quan sát sư phạm), vừa đảm bảo tính khách quan (lựa chọn trên diện rộng bằng phiếu hỏi). Các bước nghiên cứu trên đảm bảo có thể lựa chọn được các biện pháp phù hợp trong nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Kết quả, chúng tôi đã lựa chọn được 8 biện pháp thuộc 2 nhóm tương ứng với 2 nội dung lớn trong kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 1 gồm:

Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDDT NK (5 biện pháp) gồm:

Biện pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDDT NK. Biện pháp này khắc phục các vấn đề nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDDT NK, tạo điều kiện tiền đề để áp dụng có hiệu quả các biện pháp tiếp theo.

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK. Biện pháp này giúp tạo hành lang pháp lý và chế độ chính sách tốt nhất cho những người tham gia tổ chức hoạt động TDTT NK, khắc phục điểm yếu về cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK.

Biện pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK. Biện pháp này giúp khắc phục điểm yếu là sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK.

Biện pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK. Biện pháp giúp khắc phục sự thiếu hụt về số lượng và chất lượng đội ngũ trong tổ chức hoạt động TDTT NK.

Biện pháp 5. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK. Giải pháp giúp tạo nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK.

Các biện pháp thuộc nhóm 1 đã khắc phục cơ bản các điểm yếu khi nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK (3 biện pháp) gồm:

Biện pháp 6. Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh. Biện pháp giúp tạo môi trường thuận lợi nhất cho học sinh tham gia hoạt động TDTT NK.

Biện pháp 7. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK. Biện pháp giúp đáp ứng nhu cầu của học sinh về nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK.

Biện pháp 8. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao. Biện pháp giúp tận dụng các ưu điểm của hoạt động tổ chức thi đấu TDTT, tạo môi trường thuận lợi cho học sinh tiếp xúc với các hoạt động tập luyện, thi đấu, cổ vũ, thưởng thức TDTT...

Có thể thấy, các giải pháp được lựa chọn đã quan tâm tới nhiều mặt trong nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Nếu như trong công trình nghiên cứu về giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất trong các trường THCS của thành phố Hải Phòng của tác giả Vũ Đức Văn (2008) [97], tác giả chỉ đưa ra 02 giải pháp về đổi mới khâu chuẩn bị của giáo viên trước khi lên lớp và lựa chọn và sử dụng các phương pháp, hình thức tổ chức dạy học theo hướng tích cực hóa hoạt động học tập của học sinh; tác giả Phùng Xuân Dũng (2017) khi nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT

NK cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội [30] đã lựa chọn được 3 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho sinh viên, không phân nhóm giải pháp; Tác giả Lê Hồng Cương (2006) [25] đã đề xuất 4 biện pháp phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho các trường cao đẳng Tỉnh Nam Định... dễ dàng nhận thấy, kết quả nghiên cứu của luận án quan tâm đa dạng hơn tới các vấn đề liên quan trực tiếp tới hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh, từ đó đưa ra các biện pháp mang tính hệ thống và tác động toàn diện hơn để giải quyết vấn đề nghiên cứu.

3.2.5.3. Bàn luận về việc xây dựng nội dung các biện pháp

Trên cơ sở 2 nhóm biện pháp với 8 biện pháp được lựa chọn, chúng tôi đã tiến hành xây dựng nội dung chi tiết các biện pháp. Nội dung mỗi biện pháp đều đảm bảo các phần: Mục đích (trình bày mục đích chính cần đạt được của biện pháp); Nội dung (khái quát các nội dung cơ bản của biện pháp); Cách thực hiện (chi tiết cách tiến hành các biện pháp); Đơn vị phối hợp (danh sách và nhiệm vụ của các đơn vị trong quá trình triển khai giải pháp) và Phương pháp kiểm tra, đánh giá (chỉ rõ cách đánh giá hiệu quả các biện pháp). Việc chi tiết hóa nội dung các biện pháp giúp cho việc ứng dụng đồng bộ các biện pháp trong thực tế được dễ dàng và đạt hiệu quả cao hơn. Việc làm này cũng đã được các tác giả nghiên cứu về biện pháp và giải pháp trước đây tiến hành xây dựng.

Nội dung của các biện pháp đã xây dựng của luận án có một số điểm tương đồng nhất định với kết quả nghiên cứu của một số tác giả có liên quan như: Phùng Xuân Dũng (2017) khi nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội [30] đã quan tâm tới việc đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK; tác giả Tác giả Lê Hồng Cương (2006) [25] đã quan tâm tới việc tuyên truyền nâng cao nhận thức của học sinh về tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK... Tuy nhiên, các tác giả mới chỉ dừng lại ở giải pháp đơn lẻ, không có sự phối hợp hệ thống giữa các giải pháp tạo thành hệ thống biện pháp hòa chỉnh. Quá trình nghiên cứu của luận án đã quan tâm tới cả việc phát huy ưu điểm và khắc phục hạn chế của các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK và tăng cường hiệu quả hoạt động TDTT NK. Các biện pháp lựa chọn logic và có sự phối hợp tương tác với nhau, đảm bảo hiệu quả tốt nhất trong quá trình triển khai đồng bộ.

3.3.5.4. Bàn luận về tiêu chí đánh giá hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Nếu như trong các công trình nghiên cứu của các tác giả nghiên cứu về công tác GDTC và TDDT trường học, khi nghiên cứu về các hoạt động TDDT NK thường chỉ đánh giá hiệu quả thực nghiệm dựa trên đánh giá sự phát triển thể chất hay thể lực của học sinh, có tác giả quan tâm thêm tới kết quả thực hiện từng giải pháp, biện pháp... như: Trần Kim Cương (2006) [26], Lê Hồng Cương (2006) [25], Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Võ Văn Vũ (2014) [101]..., thì trong quá trình nghiên cứu luận án, để đánh giá chính xác hiệu quả các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi, chúng tôi đã xác định: Song song với việc đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp, chúng tôi sẽ tiến hành đánh giá toàn diện các mặt như mục tiêu giáo dục thể chất, giáo dục thể chất, phát triển phong trào TDDT NK và phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu thể thao. Trên cơ sở đó, luận án đã lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDDT NK cho học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi Cụ thể: Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (6 tiêu chí); Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí); Đánh giá việc phát triển phong trào TDDT NK (5 tiêu chí) và đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí). Các tiêu chí đã cơ bản phản ánh được hiệu quả hoạt động GDTC nói chung và TDDT NK nói riêng cho học sinh các Trường. Cụ thể:

Về tiêu chí đánh giá hiệu quả mục tiêu giáo dục thể chất: Các nội dung luận án lựa chọn tuân thủ theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo về đánh giá và phân loại thể lực học sinh. Đây cũng là những test theo quy định và được rất nhiều tác giả sử dụng trong quá trình nghiên cứu sự phát triển thể chất hay thể lực của học sinh trong trường học các cấp.

Về tiêu chí đánh giá hiệu quả mục tiêu giáo dục thể chất: Chúng tôi lựa chọn đánh giá về Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDDT NK và Ý thức của học sinh khi tập luyện TDDT NK. Đây là 2 yếu tố tiên đề để việc tập luyện TDDT NK đạt hiệu quả tốt nhất. Chỉ khi học sinh nhận thức đúng về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDDT NK mới có ý thức tập luyện tốt, từ đó, có động cơ tập luyện bền vững và hình thành thói quen tập luyện TDDT.

Về tiêu chí đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK: Trong quá trình đánh giá phong trào TDTT NK chúng tôi đã lựa chọn được và sử dụng 5 tiêu chí:

Tiêu chí về tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên: Đây là tiêu chí phản ánh chính xác nhất sự phát triển hoạt động TDTT NK. Chỉ khi thu hút được đông đảo học sinh tham gia tập luyện đều đặn, phong trào mới phát triển rộng khắp, đồng thời chỉ khi học sinh tập luyện TDTT NK đều đặn, hiệu quả của tập luyện tới cơ thể mới đạt lớn nhất.

Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK: tiêu chí này thể hiện sự đa dạng trong hoạt động TDTT NK. Các trường càng tổ chức hoạt động NK thường xuyên nhiều môn thể thao sẽ giúp học sinh có nhiều hơn sự lựa chọn tham gia hoạt động và được tham gia hoạt động NK những môn mình yêu thích. Sở thích của học sinh rất đa dạng, đáp ứng được tất cả các nhu cầu của học sinh trong tập luyện TDTT NK là vấn đề không thể thực hiện vì còn phụ thuộc vào số lượng giáo viên, cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT tại mỗi trường. Chính vì vậy, trong quá trình lựa chọn các môn thể thao tổ chức hoạt động ngoại khóa thường xuyên nhất thiết phải chú ý tới nhu cầu và sở thích của học sinh.

Tiêu chí 3, 4 và 5 đánh giá về số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức, số lượng thể thao tham gia và số lượng lượt học sinh tham gia thi đấu các giải đấu, đây là hiệu quả của việc phát triển phong trào TDTT NK. Bởi tổ chức và tham gia các giải thi đấu thể thao là một trong những biện pháp cần thiết để phát triển phong trào tập luyện TDTT, tạo hứng thú và động lực cho người tập luyện, thành tích thi đấu cũng là phần thưởng khích lệ tinh thần rất lớn cho người tham gia tập luyện. Không những vậy, các giải thi đấu thể thao còn giúp lan tỏa vẻ đẹp của thể thao tới những người xem thi đấu, những người tham gia cổ vũ... tạo động lực cho những người đó nâng cao nhận thức về môn thể thao, tiền đề để tham gia tập luyện các môn thể thao.

Về mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao: Đây là một trong những nhiệm vụ được chú ý trong việc phát triển phong trào TDTT NK. Việc phát triển rộng khắp phong trào tập luyện TDTT sẽ giúp phát hiện những học sinh có năng khiếu thể thao, từ đó có chế độ bồi dưỡng để cung cấp cho đội ngũ VĐV thể thao thành tích cao. Song song với đó, chính những học sinh được phát hiện và bồi dưỡng lại là những ví dụ điển hình tạo động lực cho các học sinh khác tham gia tập luyện TDTT.

Có thể nói, khác với các công trình nghiên cứu trước đây, quá trình nghiên cứu của luận án đã quan tâm tới nhiều mặt hơn khi đánh giá hiệu quả tập luyện TDTT NK.

Tiểu kết nhiệm vụ 2:

1. Lựa chọn được 08 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thuộc hai nhóm:

Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK (05 biện pháp)

Biện pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK

Biện pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK

Biện pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK

Biện pháp 5. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK

Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK (03 biện pháp)

Biện pháp 6. Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh

Biện pháp 7. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK

Biện pháp 8. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao.

2. Trên cơ sở các giải pháp lựa chọn, luận án đã tiến hành xây dựng nội dung chi tiết các giải pháp lựa chọn theo các phần: Mục đích giải pháp, Nội dung giải pháp, Cách thực hiện giải pháp, Đơn vị phối hợp và Phương pháp kiểm tra – đánh giá hiệu quả thực hiện các giải pháp.

3.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Quảng Ngãi

3.3.1. Tổ chức thực nghiệm

Phương pháp thực nghiệm: Luận án sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song.

Địa điểm thực nghiệm: Tại 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các Trường được trình bày tại phụ lục 11)

Đối tượng thực nghiệm: Thực nghiệm được tiến hành tại thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các Trường được trình bày tại phụ lục 11). Các trường được chia thành 2 nhóm:

Nhóm các trường thực nghiệm gồm: Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn); Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi); Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành); Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức); Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn).

Nhóm các trường đối chứng gồm: Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh); Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa); Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ); Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà) và Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

Thời gian thực nghiệm: Được tiến hành trong năm học 2018-2019 (Từ tháng 9/2018 tới tháng 5/2019).

Nội dung thực nghiệm: ứng dụng 8 biện pháp đã lựa chọn của luận án trong nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Công tác kiểm tra, đánh giá: Được tiến hành trên các nội dung:

Đánh giá mục tiêu GDTC (6 tiêu chí)

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí)

Đánh giá mục tiêu phát triển phong trào tập luyện TDTT NK (5 tiêu chí)

Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí)

Đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp.

Theo dõi kết quả phát triển thể lực của nhóm học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên được tiến hành trên 1000 học sinh thuộc 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh. Tuy nhiên, ở thời điểm kết thúc thực nghiệm, số lượng tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên trong số 1000 học sinh theo điều tra ban đầu chỉ còn 734 học sinh thuộc 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các Trường được trình bày tại phụ lục 11). Để thống nhất mẫu nghiên cứu thời điểm trước và sau thực nghiệm, đảm bảo đồng nhất đối tượng, chúng tôi sử dụng kết quả kiểm tra của 734 học sinh này trong cả thời điểm so sánh trình độ thể lực của học sinh trước và sau thực nghiệm. Phân bố số lượng học sinh theo dõi thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.24.

Bảng 3.24. Phân bố đối tượng học sinh theo dõi thực nghiệm (n=734)

Đối tượng	Lớp 10		Lớp 11		Lớp 12		Tổng
	Nam	Nữ	Nam	Nữ	Nam	Nữ	
Nhóm thực nghiệm	67	54	71	63	57	46	358
Nhóm đối chứng	63	59	85	69	51	49	376
Tổng:	130	113	156	132	108	95	734

Khảo sát mục tiêu giáo dục thể chất, phát triển phong trào TDTT NK và phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao được tiến hành trên 3000 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Quảng Ngãi (danh sách các Trường được trình bày tại phụ lục 11), tương ứng mỗi khối 1000 học sinh (500 nam và 500 nữ), tương ứng mỗi trường 100 học sinh/ khối (50 nam và 50 nữ).

Các giai đoạn tiến hành thực nghiệm: Thực nghiệm được tiến hành theo 3 giai đoạn: Giai đoạn chuẩn bị, giai đoạn thực nghiệm, giai đoạn sau thực nghiệm. Chi tiết các công việc cần làm theo từng giai đoạn thực nghiệm. Cụ thể:

Giai đoạn chuẩn bị: (gồm 5 bước)

Xin chủ trương của Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Quảng Ngãi về vấn đề phát triển phong trào TDTT NK tại các trường THPT trên địa bàn Tỉnh.

In tài liệu hướng dẫn thực hiện các biện pháp và các tài liệu tham khảo kèm theo

Liên hệ 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh để làm thủ tục thực nghiệm

Chuyển giao phương thức thực hiện các biện pháp và tập huấn các cộng tác viên

Thống kê về số lượng, danh sách đối tượng thực nghiệm

Kiểm tra trên đối tượng thực nghiệm (thời điểm trước thực nghiệm) làm căn cứ đánh giá hiệu quả các biện pháp.

Giai đoạn thực nghiệm: gồm 4 bước.

Tiến hành thực nghiệm tại các trường đã lựa chọn

Kiểm tra quá trình thực nghiệm, tìm hiểu những khó khăn, bất cập trong quá trình thực nghiệm để có phương án điều chỉnh phù hợp.

Thường xuyên kiểm tra thông tin của các cộng tác viên về tình hình hoạt động của đối tượng thực nghiệm.

Kiểm tra, đánh giá đối tượng thực nghiệm (ở thời điểm kết thúc thực nghiệm).

Giai đoạn sau thực nghiệm: gồm 2 bước.

Xử lý các số liệu thu thập trong quá trình nghiên cứu.

Đánh giá hiệu quả các biện pháp lựa chọn.

Các giai đoạn thực nghiệm đã thể hiện rõ các công việc phải thực hiện được trong quá trình chuẩn bị và tiến hành thực nghiệm. Thực hiện tốt các công việc ở giai đoạn trước sẽ là động lực thúc đẩy giúp các công việc ở giai đoạn tiếp theo tiến hành hiệu quả hơn và thu được kết quả cao hơn. Trong quá trình thực nghiệm ứng dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TĐTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án đã tuân thủ tuyệt đối các bước trong từng giai đoạn theo quy trình đã đề ra.

3.3.2. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm

3.3.2.1. Đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp

Biện pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TĐTT NK

Đã tổ chức truyền truyền định kỳ 1 lần/ tuần về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TĐTT và TĐTT NK.

Đã tổ chức 02 cuộc thi tìm hiểu về TĐTT.

Tăng cường tuyên truyền các hình ảnh đẹp về TĐTT trên bảng tin ảnh và facebook Trường

Tăng cường phổ biến tài liệu hướng dẫn tập luyện TĐTT trên facebook Trường.

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TĐTT NK

Tổ chức quán triệt các văn bản, chỉ thị của Đảng và Nhà nước; các các thông tư, quyết định, văn bản của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Sở Giáo dục và Đào tạo Tỉnh, Phòng Giáo dục và đào tạo các quận, huyện, thị xã về hoạt động TĐTT NK tới tất cả các Trường thực nghiệm.

Xây dựng được 02 văn bản quy định về hoạt động TĐTT NK và chế độ chính sách cho giáo viên tham gia tổ chức, quản lý và hướng dẫn hoạt động TĐTT NK.

Biện pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TĐTT NK

Tăng tần suất và hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất thêm 30% theo đánh giá của giáo viên Thể dục các Trường.

Học sinh có ý thức tốt hơn trong sử dụng cơ sở vật chất tập luyện TDTT NK theo đánh giá của các giáo viên thể dục và các hướng dẫn viên tổ chức tập luyện TDTT NK.

Tổ chức được 25 buổi lao động, lau chùi, bảo quản cơ sở vật chất.

Biện pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK

Bổ sung được 12 hướng dẫn viên tập luyện TDTT NK các môn Bóng đá, Cầu lông và đá cầu tại các Trường.

Cử 04 giáo viên tham gia tập huấn, bồi dưỡng chuyên môn.

Cử 01 giáo viên tham gia học tập nâng cao trình độ lên Thạc sĩ.

Biện pháp 5. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK

Huy động được thêm 63 triệu đồng (tại 5 trường thực nghiệm) chi cho các hoạt động TDTT NK.

Vận động tài trợ tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao được 23 triệu đồng (tại 5 trường thực nghiệm).

Biện pháp 6. Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh

Tổng số môn thể thao được tổ chức tập luyện ngoại khóa thường xuyên tại các trường thực nghiệm là 8 môn thay vì 5 môn như thời điểm trước thực nghiệm.

Các hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK được tổ chức đa dạng hơn: CLB TTDT NK có thu phí; CLB TDTT NK không thu phí; đội tuyển thể thao; Giao lưu thể thao nội bộ; Giao lưu thể thao giữa các trường; Tập luyện theo nhóm; Tập luyện theo lớp...

Biện pháp 7. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK

Đổi mới hình thức tổ chức hoạt động TDTT NK đa dạng hơn, thay vì chỉ tập luyện tự phát, hoạt động TDTT NK đã được tổ chức với đa dạng cá hình thức hoạt động như: CLB TTDT NK có thu phí; CLB TDTT NK không thu phí; đội tuyển thể thao; Giao lưu thể thao nội bộ; Giao lưu thể thao giữa các trường; Tập luyện theo nhóm; Tập luyện theo lớp...

Nội dung tập luyện TDTT NK phong phú hơn, bao gồm cả tập luyện kỹ thuật, chiến thuật, thi đấu, trò chơi vận động....

Biện pháp 8. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao

Đã tăng cường tổ chức các giải thi đấu giao hữu, thi đấu nội bộ và tham gia các giải thi đấu, giao hữu thể thao. Kết quả chi tiết được trình bày trong phần đánh giá mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK tại mục 3.3.2.2.

3.3.2.2. Đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi sau 1 năm học thực nghiệm ứng dụng các biện pháp

(1) Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (6 tiêu chí)

Thời điểm trước thực nghiệm:

Thời điểm trước thực nghiệm (tháng 9/2018), luận án tiến hành kiểm tra và so sánh trình độ thể lực của HS nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm. Nội dung kiểm tra gồm 06 test đánh giá trình độ thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 3.25 tới bảng 3.27.

Bảng 3.25. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=243)

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=67		n=63			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	37.23	2.35	37.85	2.03	1.43	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.17	1.27	18.05	1.19	1.36	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	202.27	15.61	204.12	14.12	1.32	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.87	0.33	5.92	0.40	1.47	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.49	0.56	12.51	0.65	1.68	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	985.3	59.12	993.38	66.63	1.31	>0.05
Nữ		n=54		n=59			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	28.33	2.04	28.49	2.09	1.59	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	13.92	1.19	14.32	1.26	1.35	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	154.59	14.78	155.21	14.50	1.46	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.61	0.37	6.69	0.34	1.49	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.89	0.72	12.82	0.69	1.24	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	860.81	57.08	863.41	69.49	1.33	>0.05

Bảng 3.26. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=288)

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=71		n=85			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	39.30	2.64	39.67	2.58	1.49	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.22	1.20	17.92	1.18	1.70	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	207.98	16.41	204.55	16.03	1.33	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.69	0.38	5.43	0.38	1.45	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.16	0.62	12.2	0.60	1.38	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1004.39	63.01	987.83	61.55	1.34	>0.05
Nữ		n=63		n=69			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	28.74	2.01	29.07	2.10	1.61	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14.57	1.13	14.53	1.23	1.37	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	157.36	13.57	154.76	14.61	1.48	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.49	0.38	6.43	0.41	1.51	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.58	0.73	12.63	0.67	1.26	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	869.80	62.64	855.44	64.27	1.35	>0.05

Bảng 3.27. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=203)

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=57		n=51			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	41.42	2.37	40.52	2.29	1.46	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19.50	1.20	18.92	1.25	1.39	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	217.44	16.76	215.06	17.35	1.35	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.48	0.44	5.36	0.42	1.50	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.02	0.69	12.09	0.67	1.71	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1019.17	68.91	1032.09	66.57	1.34	>0.05
Nữ		n=46		n=49			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	29.70	2.03	29.49	2.07	1.62	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.25	1.19	16.65	1.21	1.38	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	160.77	14.37	162.73	14.12	1.49	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.13	0.41	6.17	0.40	1.52	>0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.27	0.66	12.25	0.65	1.27	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	908.49	67.78	885.71	66.63	1.36	>0.05

Qua bảng 3.24 tới bảng 3.27 cho thấy: Ở thời điểm trước thực nghiệm, kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng là tương đương nhau ở cả học sinh nam và học sinh nữ, từ khối 10 tới khối 12, kết quả thể hiện ở $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P > 0.05$. Như vậy, ở thời điểm trước thực nghiệm, trình độ thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm là khách quan

Song song với việc so sánh trình độ thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm, chúng tôi tiến hành so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và thực nghiệm theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Phân loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm được trình bày ở bảng 3.28.

Bảng 3.28. Kết quả so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm trước thực nghiệm (n=734)

Phân loại	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		So sánh	
	m_i	%	m_i	%		
Khối 10	n=121		n=122		χ^2	P
Tốt	53	43.80	55	45.08	0.133	>0.05
Đạt	61	50.41	59	48.36		
Không đạt	7	5.79	8	6.56		
Khối 11	n=134		n=154		χ^2	P
Tốt	54	40.30	61	39.61	0.138	>0.05
Đạt	73	54.48	85	55.19		
Không đạt	7	5.22	8	5.19		
Khối 12	n=103		n=100		χ^2	P
Tốt	43	41.75	42	42.00	0.088	>0.05
Đạt	55	53.40	54	54.00		
Không đạt	5	4.85	4	4.00		

Qua bảng 3.28 cho thấy: Tương tự như so sánh giá trị trung bình kết quả kiểm tra thể lực, ở thời điểm trước thực nghiệm, kết quả so sánh phân loại thể lực HS theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT cũng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}}$ ở

ngưỡng $P > 0.05$. Như vậy, kết quả phân loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm là khách quan.

Thời điểm sau thực nghiệm:

Thời điểm tháng 5/2019, sau khi kết thúc 1 năm thực nghiệm ứng dụng các biện pháp lựa chọn của luận án, chúng tôi tiếp tục kiểm tra và so sánh trình độ thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm. Kết quả được trình bày từ bảng 3.29 tới bảng 3.31.

Bảng 3.29. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=243)

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=67		n=63			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	39.02	2.64	38.87	2.66	2.25	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.86	1.21	18.27	1.20	2.34	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	209.45	16.54	207.73	16.41	2.27	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.68	0.38	5.71	0.39	2.41	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.07	0.62	12.16	0.62	2.46	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1012.23	63.01	1008.55	63.53	2.25	<0.05
Nữ		n=54		n=59			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	28.95	2.04	28.79	2.01	2.38	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14.55	1.14	14.53	1.13	2.33	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	158.42	13.57	156.97	13.77	2.36	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.39	0.38	6.51	0.39	2.22	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.47	0.73	12.59	0.74	2.47	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	898.3	62.64	880.45	63.58	2.31	<0.05

Bảng 3.30. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=288)

TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=71		n=85			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	42.01	2.32	41.25	2.42	2.28	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19.03	1.26	18.37	1.31	2.38	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	217.33	15.43	210.09	16.08	2.31	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.42	0.33	5.4	0.34	2.45	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	11.75	0.55	11.98	0.58	2.50	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1036.34	58.42	1023.37	60.89	2.28	<0.05
Nữ		n=63		n=69			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	29.85	2.07	29.65	2.02	2.42	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.27	1.20	15.08	1.17	2.37	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	163.39	14.64	159.05	15.00	2.40	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.15	0.37	6.24	0.38	2.25	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.28	0.72	12.38	0.73	2.51	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	903.38	56.52	869.95	57.94	2.35	<0.05

Bảng 3.31. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=203)

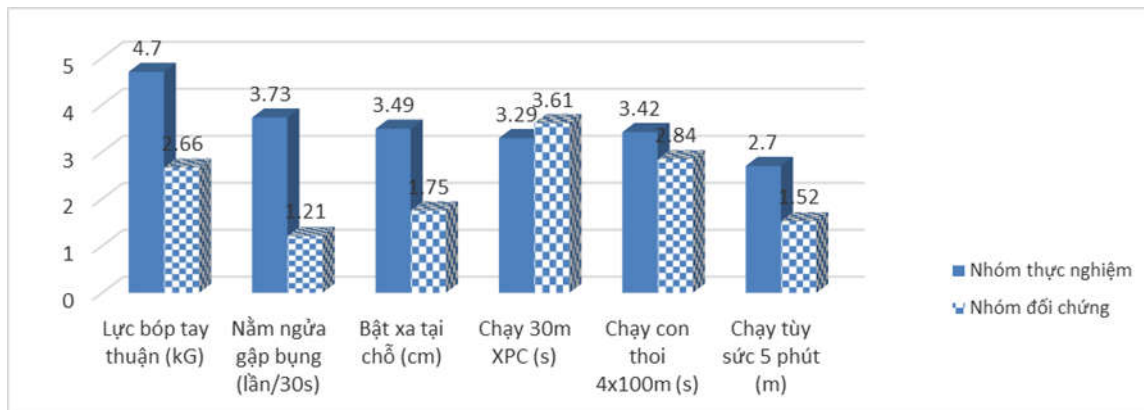
TT	Test	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ		
Nam		n=57		n=51			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	43.25	2.39	41.59	2.27	2.39	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20.18	1.19	19.52	1.26	2.42	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	223.27	16.62	220.17	17.50	2.27	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.32	0.44	5.30	0.42	2.47	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	11.68	0.69	11.78	0.66	2.52	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1054.35	69.49	1051.33	65.99	2.30	<0.05
Nữ		n=46		n=49			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	31.02	2.13	30.32	2.16	2.44	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.01	1.27	16.96	1.25	2.30	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	165.33	15.02	164.98	14.76	2.40	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.98	0.43	6.08	0.42	2.32	<0.05
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	12.07	0.67	12.15	0.69	2.53	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	935.65	69.61	907.23	70.84	2.36	<0.05

Qua bảng 3.29 tới bảng 3.31 cho thấy: Sau 1 năm học thực nghiệm ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn của luận án, kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng đã có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở cả học sinh nam và học sinh nữ, từ khối 10 tới khối 12, kết quả thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.05$. Như vậy, sau 1 năm học ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của luận án, trình độ thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các test kiểm tra, chứng tỏ, các biện pháp đã lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc phát triển thể lực cho học sinh thuộc các trường thực nghiệm.

Để thấy rõ hơn sự khác biệt trình độ thể lực của HS nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm thực nghiệm ứng dụng các biện pháp pháp, luận án tiếp tục tiến hành tính nhịp tăng trưởng thể lực của HS nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.32.

Qua bảng 3.32 cho thấy: Sau 1 năm học thực nghiệm ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn của luận án, nhịp tăng trưởng thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở cả học sinh nam và học sinh nữ từ khối 10 tới khối 12. Chứng tỏ các biện pháp đã lựa chọn của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc phát triển thể lực cho học sinh nhóm thực nghiệm.

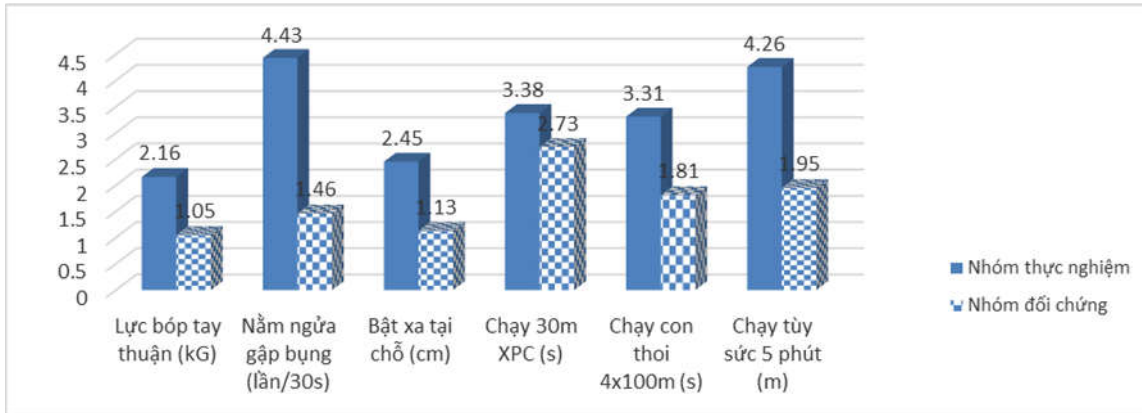
Có thể thấy rõ sự khác biệt nhịp tăng trưởng của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm qua biểu đồ 3.4 tới biểu đồ 3.9.



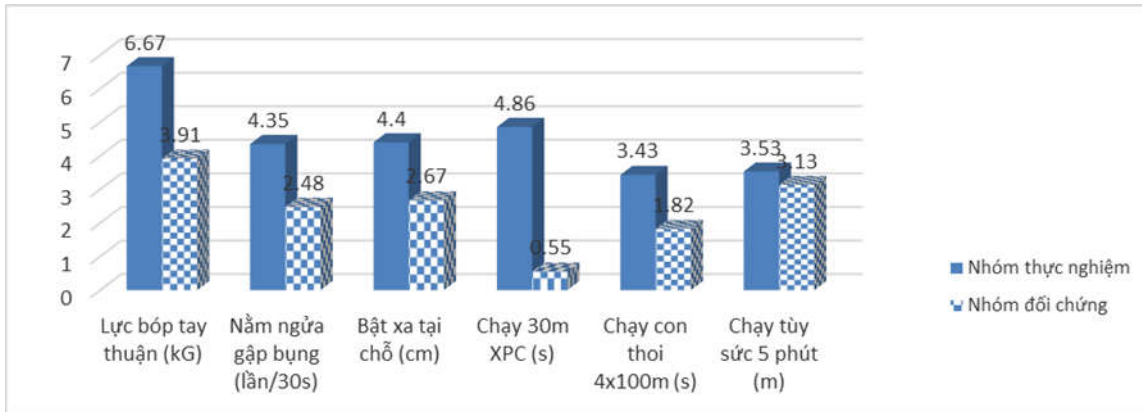
Biểu đồ 3.4. Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm

Bảng 3.32. Nhịp tăng trưởng thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm

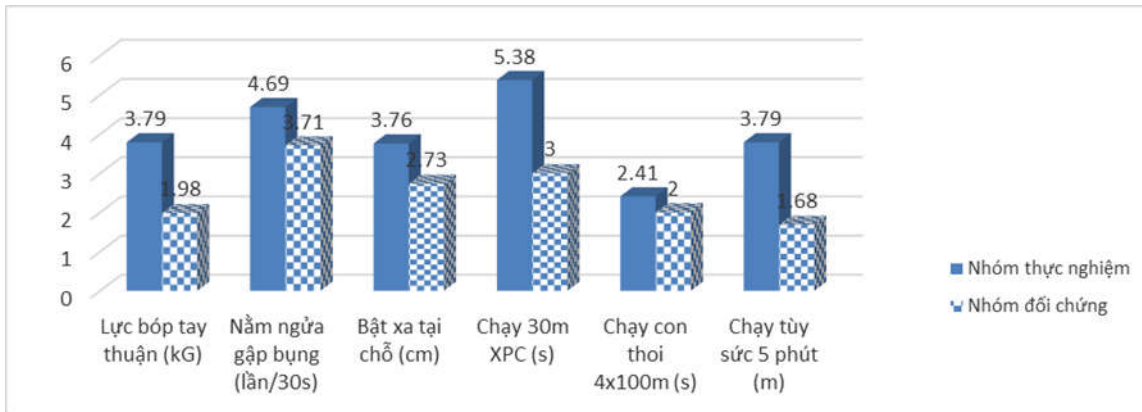
TT	Test	Lớp 10 (%)			Lớp 11 (%)			Lớp 12 (%)		
		W _{TN}	W _{ĐC}	Chênh lệch	W _{TN}	W _{ĐC}	Chênh lệch	W _{TN}	W _{ĐC}	Chênh lệch
Học sinh nam										
1	Lực bóp tay thuận (kg)	4.70	2.66	2.04	6.67	3.91	2.76	4.32	2.61	1.72
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	3.73	1.21	2.52	4.35	2.48	1.87	3.43	3.12	0.31
3	Bật xa tại chỗ (cm)	3.49	1.75	1.73	4.40	2.67	1.72	2.65	2.35	0.30
4	Chạy 30m XPC (s)	3.29	3.61	0.32	4.86	0.55	4.31	2.96	1.13	1.84
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	3.42	2.84	0.58	3.43	1.82	1.61	2.87	2.60	0.27
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	2.70	1.52	1.18	3.53	3.13	0.40	3.39	1.85	1.55
Học sinh nữ										
1	Lực bóp tay thuận (kg)	2.16	1.05	1.12	3.79	1.98	1.81	4.35	2.78	1.57
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	4.43	1.46	2.97	4.69	3.71	0.98	4.57	1.84	2.73
3	Bật xa tại chỗ (cm)	2.45	1.13	1.32	3.76	2.73	1.03	2.80	1.37	1.42
4	Chạy 30m XPC (s)	3.38	2.73	0.66	5.38	3.00	2.38	2.48	1.47	1.01
5	Chạy con thoi 4x100m (s)	3.31	1.81	1.50	2.41	2.00	0.41	1.64	0.82	0.82
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	4.26	1.95	2.31	3.79	1.68	2.11	2.95	2.40	0.55



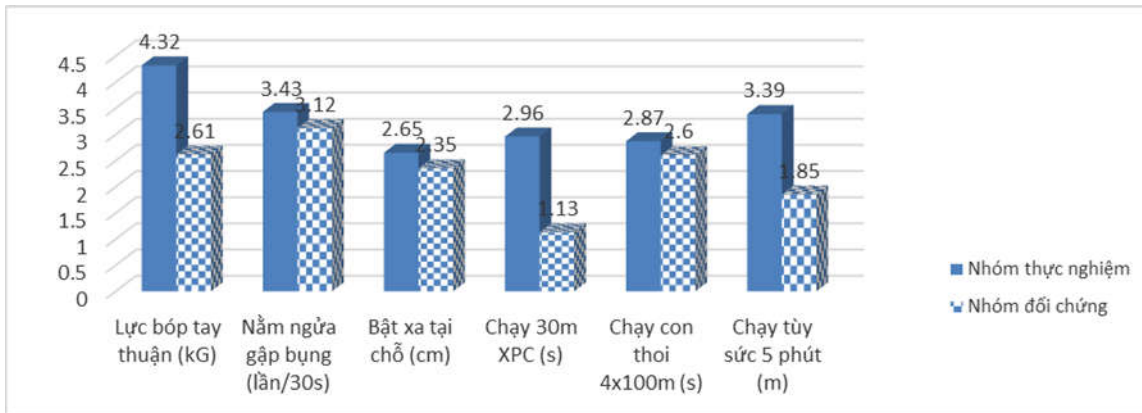
Biểu đồ 3.5. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 10 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm



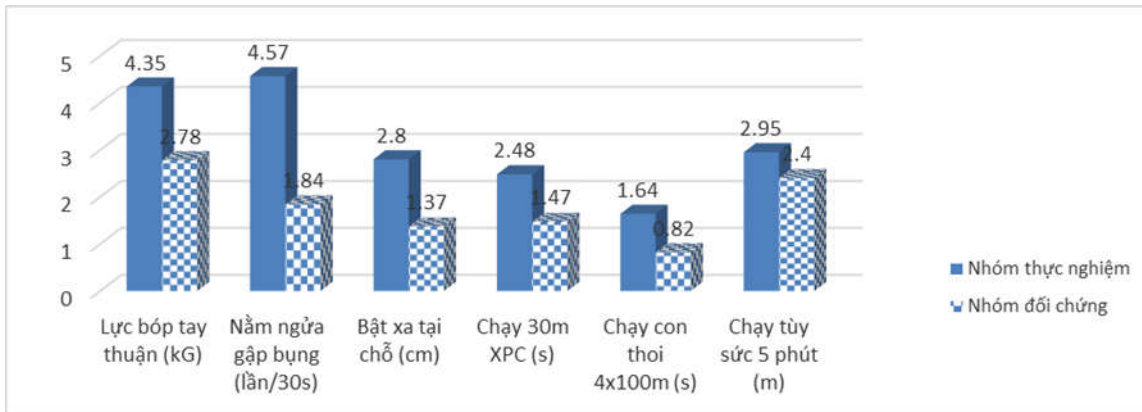
Biểu đồ 3.6. Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm



Biểu đồ 3.7. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 11 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm



Biểu đồ 3.8. Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm



Biểu đồ 3.9. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam học sinh lớp 12 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm

Nhìn vào các biểu đồ 3.4 tới 3.9 cho thấy, nhịp tăng trưởng thể lực của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các nội dung kiểm tra trên các khối học.

Song song với việc so sánh kết quả kiểm tra thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm và đối chứng, luận án tiến hành so sánh tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo của 2 nhóm thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.33.

Bảng 3.33. Kết quả so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=734)

Phân loại	Nhóm thực nghiệm		Nhóm đối chứng		So sánh	
	m _i	%	m _i	%		
Khối 10	n=121		n=122		χ^2	P
Tốt	65	53.72	56	45.90	6.803	<0.05
Đạt	56	46.28	60	49.18		
Không đạt	0	0.00	6	4.92		
Khối 11	n=134		n=154		χ^2	P
Tốt	76	56.72	61	39.61	9.608	<0.05
Đạt	58	43.28	91	59.09		
Không đạt	0	0.00	2	1.30		
Khối 12	n=103		n=100		χ^2	P
Tốt	60	58.25	41	41.00	6.759	<0.05
Đạt	43	41.75	58	58.00		
Không đạt	0	0.00	1	1.00		

Qua bảng 3.33 cho thấy: Tương tự như so sánh kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm, ở thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm, kết quả so sánh phân loại thể lực học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo của nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng, thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.05$. Điều này chứng tỏ các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của luận án đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Như vậy, có thể khẳng định, các biện pháp đã lựa chọn của luận án có hiệu quả cao trong việc nâng cao trình độ thể lực cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, tức là đảm bảo mục tiêu GDTC.

(2) Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất

Việc đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất cho học sinh được tiến hành thông qua khảo sát Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK và Ý thức khi tập luyện TDTT NK. Tiến hành khảo sát hai tiêu chí trên học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm ở 2 thời điểm: trước và sau

thực nghiệm. Kết quả thống kê thời điểm trước thực nghiệm được trình bày ở bảng 3.34.

Bảng 3.34. So sánh mục tiêu giáo dỡng thể chất của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n=734)

Nội dung	Nhóm thực nghiệm (n=358)		Nhóm đối chứng (n=376)		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	χ^2	P
Nhận biết về tầm quan trọng của tập luyện TDTT TK						
Rất quan trọng	109	30.45	112	29.79	0.151	>0.05
Quan trọng	162	45.25	168	44.68		
Không quan trọng	87	24.30	96	25.53		
Nhận biết về tác dụng của tập luyện TDTT TK						
Tác dụng rất tốt	10	2.79	13	3.46	0.405	>0.05
Tác dụng tốt	107	29.89	116	30.85		
Bình thường	140	39.11	142	37.77		
Tác dụng ít	49	13.69	51	13.56		
Không có tác dụng	52	14.53	54	14.36		
Ý thức tập luyện của tập luyện TDTT TK						
Yêu thích và nhiệt tình tập luyện	130	36.31	135	35.90	1.198	>0.05
Bình thường	141	39.39	144	38.30		
Chán nản, không thích tập luyện	64	17.88	67	17.82		
Tập luyện chống đối, không tập luyện	23	6.42	30	7.98		

Qua bảng 3.34 cho thấy: Ở thời điểm trước thực nghiệm, nhận thức của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm về mục tiêu giáo dỡng thể chất không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê thể hiện ở χ^2 tính < χ^2 bảng ở ngưỡng P>0.05 ở cả 3 nội dung phỏng vấn. Như vậy, có thể kết luận nhận thức của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm về vấn đề này là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm là khách quan.

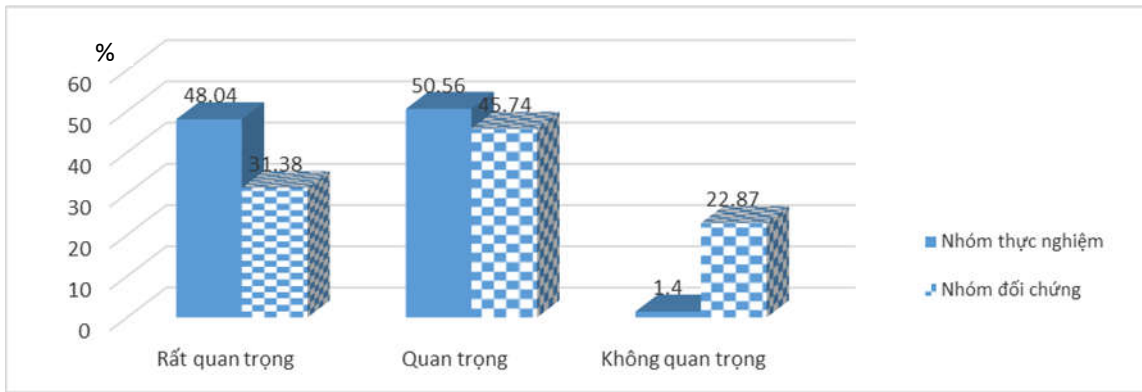
Kết quả phỏng vấn các tiêu chí đánh giá mục tiêu giáo dỡng thể chất của học sinh thời điểm kết thúc thực nghiệm được trình bày ở bảng 3.35.

Bảng 3.35. So sánh mục tiêu giáo dỡng thể chất của học sinh nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm (n=734)

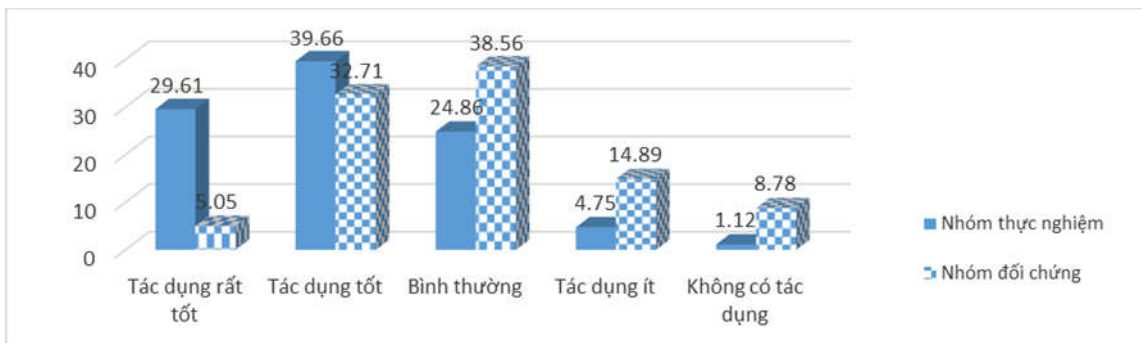
Nội dung	Nhóm thực nghiệm (n=358)		Nhóm đối chứng (n=376)		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	χ^2	P
Nhận biết về tầm quan trọng của tập luyện TDTT TK						
Rất quan trọng	172	48.04	118	31.38	81.99	<0.05
Quan trọng	181	50.56	172	45.74		
Không quan trọng	5	1.40	86	22.87		
Nhận biết về tác dụng của tập luyện TDTT TK						
Tác dụng rất tốt	106	29.61	19	5.05	118.51	<0.05
Tác dụng tốt	142	39.66	123	32.71		
Bình thường	89	24.86	145	38.56		
Tác dụng ít	17	4.75	56	14.89		
Không có tác dụng	4	1.12	33	8.78		
Ý thức tập luyện của tập luyện TDTT TK						
Yêu thích và nhiệt tình tập luyện	158	44.13	136	36.17	48.23	<0.05
Bình thường	176	49.16	151	40.16		
Chán nản, không thích tập luyện	24	6.70	68	18.09		
Tập luyện chống đối, không tập luyện	0	0.00	21	5.59		

Qua bảng 3.35 cho thấy: Ở thời điểm sau 1 năm học thực nghiệm ứng dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK mà luận án đã lựa chọn và xây dựng, nhận thức của học sinh nhóm thực nghiệm về tầm quan trọng, tác dụng của tập luyện TDTT NK và ý thức tập luyện TDTT NK đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng thể hiện ở $\chi^2_{\text{tính}} > \chi^2_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng $P < 0.05$ trong tất cả các nội dung kiểm tra. Như vậy, có thể thấy các biện pháp đã lựa chọn của luận án đáp ứng tốt mục tiêu giáo dỡng thể chất cho học sinh.

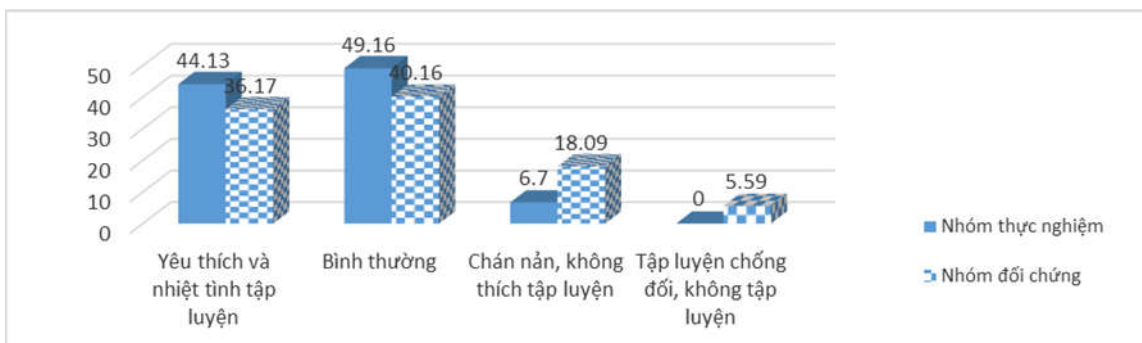
Có thể thấy rõ điều này từ biểu đồ 3.10 tới biểu đồ 3.12.



Biểu đồ 3.10. So sánh sự khác biệt nhận thức về tầm quan trọng của tập luyện TDDT TK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm



Biểu đồ 3.11. So sánh sự khác biệt nhận thức về tác dụng của tập luyện TDDT TK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm



Biểu đồ 3.12. So sánh sự khác biệt ý thức tập luyện TDDT NK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm

Qua biểu đồ 3.10 tới 3.12 cho thấy: Tỷ lệ học sinh nhận thức đúng về tầm quan trọng, tác dụng của tập luyện TDTT NK và có ý thức tập luyện TDTT NK tốt của nhóm thực nghiệm cao hơn nhóm đối chứng ở tất cả các nội dung. Như vậy, có thể kết luận, các biện pháp lựa chọn của luận án có tác dụng rất tốt trong việc nâng cao nhận thức của học sinh về tầm quan trọng, tác dụng của tập luyện TDTT NK cũng như giúp học sinh có ý thức tập luyện tốt hơn.

(3) Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK

Cùng với việc đánh giá thể lực, nhận thức và ý thức tập luyện TDTT NK của học sinh, luận án tiến hành đánh giá thực trạng mức độ phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng.

Kết quả khảo sát các chỉ tiêu đánh giá mức độ phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng thời điểm trước thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.36.

Bảng 3.36. Kết quả khảo sát việc phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n=10 trường)

Nội dung	Nhóm thực nghiệm (n=5 trường)		Nhóm đối chứng (n=5 trường)		Chênh lệch	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%
Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên (%)	-	23.89*	-	24.15*	-	0.26
Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK	7	46.67	8	53.33	1	6.67
Số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức	9	50.00	9	50.00	0	0.00
Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia	5	50.00	5	50.00	0	0.00
Số lượng lượt học sinh tham gia các giải thi đấu thể thao	687	49.35	705	50.65	18	1.29

(* Khảo sát điểm trên 20% số học sinh các Trường)

Qua bảng 3.36 cho thấy: Ở thời điểm trước thực nghiệm, sự phát triển phong trào TDTT của các trường thuộc nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm là tương đương nhau, mức chênh lệch giữa các nội dung thống kê chỉ từ 0 -6.67%. Như vậy, sự phân nhóm đảm bảo tính khách quan.

Sau 01 tháng thực nghiệm áp dụng các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của luận án, chúng tôi tiếp tục khảo sát sự phát triển phong trào TDTT tại các trường thuộc nhóm đối chứng và thực nghiệm. Kết quả khảo sát chi tiết được trình bày tại bảng 3.37.

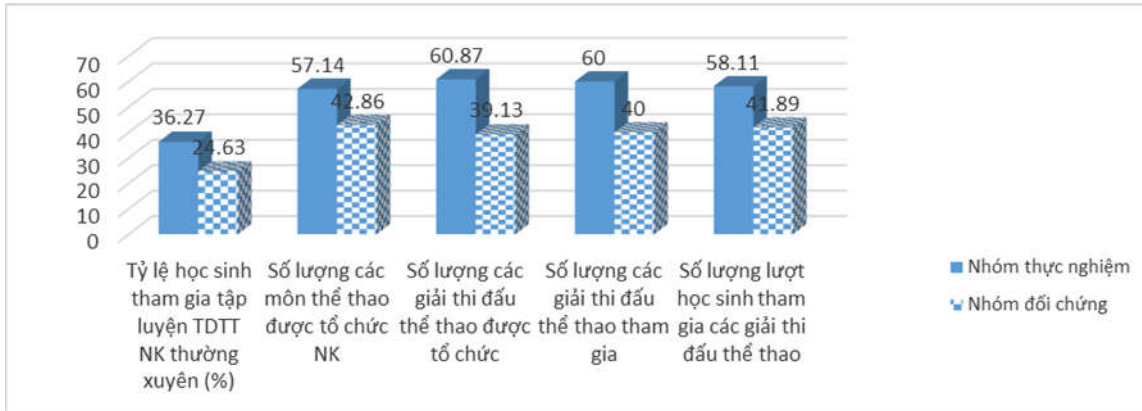
Bảng 3.37. Kết quả khảo sát việc phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm sau 01 năm học thực nghiệm (n=10 trường)

Nội dung	Nhóm thực nghiệm (n=5 trường)		Nhóm đối chứng (n=5 trường)		Chênh lệch	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%
Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên (%)	-	36.27*	-	24.63*	-	11.64
Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK	12	57.14	9	42.86	3	14.29
Số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức	14	60.87	9	39.13	5	21.74
Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia	9	60.00	6	40.00	3	20.00
Số lượng lượt học sinh tham gia các giải thi đấu thể thao	978	58.11	705	41.89	273	16.22

(*).Khảo sát điểm trên 20% số học sinh các Trường)

Qua bảng 3.37 cho thấy: Sau 01 năm học áp dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK mà luận án đã lựa chọn và xây dựng, phong trào TDTT NK của nhóm trường thực nghiệm đã phát triển hơn hẳn so với nhóm trường đối chứng ở tất cả các nội dung thống kê. Mức chênh lệch đạt được giữa 2 nhóm trường từ 11.64 tới 21.74%.

Có thể thấy rõ điều này tại biểu đồ 3.13.



Biểu đồ 3.13. So sánh mức độ phát triển phong trào TDTT NK của nhóm trường khối thực nghiệm và đối chứng sau 1 năm học thực nghiệm

Qua biểu đồ 3.13 cho thấy: Sau 01 năm học áp dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK mà luận án đã lựa chọn và xây dựng, ở tất cả các nội dung thống kê mức độ phát triển phong trào TDTT NK của nhóm thực nghiệm thu được đều tốt hơn so với nhóm đối chứng. Như vậy, có thể khẳng định các biện pháp lựa chọn của luận án có hiệu quả cao trong việc phát triển phong trào TDTT NK tại các trường khối thực nghiệm, tức là các biện pháp giải quyết tốt mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK.

(4) Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao

Đánh giá hiệu quả các biện pháp với mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao trên cơ sở số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao trên cơ sở khảo sát các trường nhóm thực nghiệm và các trường nhóm đối chứng. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3.38.

Qua bảng 3.38 cho thấy:

Ở thời điểm trước thực nghiệm, số học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và Số học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao của nhóm trường thực nghiệm và đối chứng là tương đương nhau, mức chênh lệch tỷ lệ % đạt được giữa 2 nhóm là 2.33 tới 5.88%. Điều này chứng tỏ hai trường không có sự khác biệt đáng kể, hay nói cách khác sự phân nhóm là khách quan.

Bảng 3.38. Đánh giá hiệu quả thực hiện các biện pháp với mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (n=10 trường)

Nội dung	Nhóm thực nghiệm (n=5 trường)		Nhóm đối chứng (n=5 trường)		Chênh lệch	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%
Thời điểm trước thực nghiệm						
Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng*	16	47.06	17	52.94	1	5.88
Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao**	126	48.84	132	51.16	6	2.33
Thời điểm sau thực nghiệm						
Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng*	43	69.35	19	30.65	24	38.71
Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao**	198	58.06	143	41.94	55	16.13

(*: Cung cấp cho đội tuyển cấp quận, huyện, thị xã trở lên; **: Tính từ cấp Trường trở lên)

Ở thời điểm sau 1 năm học áp dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK mà luận án đã lựa chọn và xây dựng, số học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và Số học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao của nhóm trường thực nghiệm đã cao hơn nhóm đối chứng từ 16.13 tới 38.71%. Như vậy, có thể kết luận, các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của luận án có hiệu quả cao trong việc đảm bảo phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao.

3.3.3. Bàn luận kết quả nghiên cứu nhiệm vụ 3

3.3.3.1. Bàn luận về quá trình tổ chức thực nghiệm

Sau khi lựa chọn và xây dựng được nội dung chi tiết của các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, luận án đã tiến hành ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả.

Về phương pháp thực nghiệm: Trong các công trình nghiên cứu trước đây, các tác giả đã sử dụng rất đa dạng các phương pháp tổ chức thực nghiệm ứng dụng các giải pháp, biện pháp vào thực tế và đánh giá hiệu quả. Một số tác giả đã sử dụng phương pháp tự đối chiếu để đánh giá hiệu quả thực nghiệm như tác giả Lê Trường Sơn Chân Hải (2012) [38] hay Nguyễn Cẩm Ninh (2011). Một số tác giả khác đã sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song để đánh giá hiệu quả

thực nghiệm như: Nguyễn Đức Thành (2012) [74], Mai Thị Thu Hà (2014) [35], Võ Văn Vũ (2014) [101], Trần Vũ Phương (2016), Nguyễn Duy Quyết (2012) hay Hồ Đắc Sơn (2004)... Cá biệt, năm 2017, tác giả Mai Thị Bích Ngọc [10] đã sử dụng phương pháp so sánh song song trên 3 nhóm đối tượng thực nghiệm để đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện TDTT NK (nhóm áp dụng chương trình mới, nhóm áp dụng chương trình cũ và nhóm ngoại khóa tự do). Việc so sánh này cho phép đánh giá đa chiều hơn trong việc đánh giá hiệu quả thực nghiệm. Tuy nhiên, trong phạm vi nghiên cứu và điều kiện thực tiễn nghiên cứu luận án, chúng tôi chỉ tiến hành so sánh song song trên 2 nhóm đối tượng là nhóm các trường hoạt động TDTT NK không tác động các biện pháp lựa chọn của luận án (nhóm đối chứng) và các trường hoạt động TDTT NK có tác động 8 biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của luận án (nhóm thực nghiệm). Việc làm này giúp so sánh được sự khác biệt hiệu quả giữa 2 nhóm trường, trong điều kiện mặc định các yếu tố tác động khác là tương đương nhau, sự khác biệt về phong trào chính là hiệu quả tác động từ các giải pháp được đưa vào thực nghiệm [56].

Trong quá trình nghiên cứu, việc chuẩn bị các công việc trong quá trình triển khai thực nghiệm ứng dụng các biện pháp cũng được chúng tôi thống nhất lại thành một lộ trình chi tiết ứng dụng các biện pháp vào thực nghiệm. Việc làm này giúp thống nhất nội dung và cách thức triển khai chi tiết từng biện pháp đảm bảo đồng nhất giữa các trường, đồng thời cũng giúp các cộng tác viên hiểu đúng, đủ nội dung, yêu cầu, cách thức tổ chức... với từng biện pháp, đảm bảo cho việc thực hiện các biện pháp thu được hiệu quả tốt nhất.

Ngoài ra, trong quá trình tổ chức thực nghiệm ứng dụng các biện pháp lựa chọn vào thực tế, luận án cũng đã trình bày chi tiết các vấn đề: Thời gian thực nghiệm (01 năm học, để xác định chính xác và thống nhất thời điểm kiểm tra trước và sau thực nghiệm), địa điểm thực nghiệm (phân loại và thống nhất khối trường thực nghiệm và trường đối chứng), đối tượng thực nghiệm (thống nhất đối tượng thực nghiệm theo trường và đối tượng học sinh trong diện theo dõi sự phát triển thể lực), nội dung thực nghiệm, công tác kiểm tra – đánh giá kết quả thực nghiệm... đây là những yếu tố quan trọng đảm bảo quá trình thực nghiệm thu được hiệu quả cao nhất.

3.3.3.2. Bàn luận về kết quả tổ chức thực nghiệm

Sau 01 năm học thực nghiệm, chúng tôi đã tiến hành đánh giá hiệu quả thực nghiệm ứng dụng các biện pháp thông qua:

Đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp: Đánh giá hiệu quả thực hiện của 08 biện pháp đưa vào thực nghiệm, sử dụng các tiêu chí trong phần phương pháp đánh giá biện pháp. Kết quả cho thấy: Tuy kết quả thu được của từng biện pháp là khác nhau, có biện pháp làm được nhiều, có biện pháp làm được ít nhưng các biện pháp đều thu được hiệu quả thiết thực.

Đánh giá việc thực hiện mục tiêu GDTC: sử dụng 06 tiêu chí đánh giá thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả cho thấy: Sau một năm học áp dụng các biện pháp đã xây dựng của luận án, trình độ thể lực của học sinh nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở cả học sinh nam và nữ từ lớp 10 tới lớp 12. Kết quả cho phép khẳng định hiệu quả của các biện pháp trong việc thực hiện mục tiêu GDTC.

Đánh giá việc thực hiện mục tiêu giáo dục thể chất: Kết quả khảo sát cho thấy các biện pháp lựa chọn và xây dựng của luận án thể hiện hiệu quả cao trong việc đáp ứng mục tiêu giáo dục thể chất thể hiện ở các tiêu chí đánh giá mục tiêu này, kết quả khảo sát thu được ở nhóm trường thực nghiệm đều tốt hơn hẳn so với các trường nhóm đối chứng. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$.

Đánh giá mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK: Ở cả 5 tiêu chí đánh giá mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK, kết quả khảo sát thu được của các trường nhóm thực nghiệm đều cao hơn so với các trường nhóm đối chứng. Mức chênh lệch kết quả thu được ở thời điểm sau thực nghiệm đạt từ 11.64% - 21.74%, so với mức chênh ở thời điểm trước thực nghiệm là 0.00% đến 6.67% có thể thấy rõ sự phát triển phong trào TDTT NK của các trường nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng.

Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao: Tương tự như mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK, ở cả 2 tiêu chí đánh giá ở nội dung này đều cho thấy nhóm thực nghiệm phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao tốt hơn nhóm đối chứng ở thời điểm sau thực nghiệm. Mức chênh lệch kết quả khảo sát giữa 2 nhóm đạt được là 16.13 tới 38.71%.

Như vậy, có thể kết luận quá trình nghiên cứu đã đánh giá toàn diện các mặt liên quan tới hiệu quả hoạt động TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi. Kết quả khẳng định các biện pháp lựa chọn và xây dựng của luận án có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

Tiểu kết nhiệm vụ 3:

1. Qua nghiên cứu nhiệm vụ 3, chúng tôi đã lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK trong các trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi gồm:

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (6 tiêu chí)

- 1 Lực bóp tay thuận (kg)
- 2 Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)
- 3 Bật xa tại chỗ (cm)
- 4 Chạy 30m XPC (s)
- 5 Chạy con thoi 4x100m (s)
- 6 Chạy tùy sức 5 phút (m)

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí)

- 1 Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK
- 2 Ý thức khi tập luyện TDTT NK

Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK (5 tiêu chí)

- 1 Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên
- 2 Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK
- 3 Số lượng các giải thi đấu thể thao được tổ chức
- 4 Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia
- 5 Số lượng lượt học sinh tham gia các giải thi đấu thể thao

Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí)

- 1 Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng
- 2 Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao

2. Quá trình nghiên cứu đã ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn vào thực tế và đánh giá hiệu quả các giải pháp trên các mặt: Kết quả thực hiện từng biện pháp; Việc đảm bảo mục tiêu GDTC; Việc đảm bảo mục tiêu giáo dục thể chất; việc đảm bảo mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK và việc đảm bảo mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao. Kết quả cho thấy, các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK trong các trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Kết luận

1. Quá trình nghiên cứu đánh giá thực trạng các hoạt động TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy:

Xác định và đánh giá thực trạng 10 yếu tố ảnh hưởng tới phát triển phong trào TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, trong đó có 4 yếu tố chủ quan và 6 yếu tố khách quan. Trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy: Tỷ lệ học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên tại các trường trung bình là 23.19%, Các trường đã tổ chức hoạt động TDTT NK theo hình thức có GV hướng dẫn, CLB thể thao, đội tuyển... các môn thể thao được tổ chức NK cũng rất đa dạng. Thực trạng phong trào thi đấu thể thao tại các Trường đã được chú ý và thu được nhiều hiệu quả thiết thực.

Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi cho thấy: Trình độ thể lực của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi ở tất cả các tiêu chí thu được đều cao hơn mức trung bình khi so sánh với người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Tuy nhiên, khi phân loại trình độ thể lực của học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, tỷ lệ học sinh chưa đạt tiêu chuẩn còn cao ở cả nam và nữ. Khi so sánh thể lực của học sinh theo mức độ tập luyện TDTT NK cho thấy học sinh tập luyện TDTT NK thường xuyên hơn có trình độ thể lực tốt hơn. Như vậy, có thể thấy tập luyện TDTT NK có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho học sinh.

2. Lựa chọn và xây dựng nội dung cụ thể của 08 biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi thuộc 2 nhóm:

Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK (05 biện pháp)

Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK (03 biện pháp)

3. Lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK thuộc 4 nhóm gồm: Đánh giá mục tiêu GDTC (6 tiêu chí) ; Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí) ; Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK (5 tiêu chí) và Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí). Ứng dụng 08 biện pháp lựa chọn của luận án trong thực tế và đánh giá hiệu quả các giải pháp trên các mặt: Kết quả thực hiện từng biện pháp; Việc đảm bảo mục tiêu GDTC; Việc đảm bảo mục tiêu giáo dục thể chất; việc đảm bảo mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK và việc đảm bảo mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng

khieu thể thao. Kết quả cho thấy, các biện pháp đã lựa chọn và xây dựng của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK trong các trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi.

Kiến nghị

1. Kiến nghị với Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Quảng Ngãi và các trường THPT trên địa bàn tỉnh: Ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn của luận án để nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho học sinh THPT.

2. Kiến nghị với các nghiên cứu tiếp theo: Cần tiếp tục nghiên cứu về công tác GDTC và TDTT trong trường học các cấp để đưa ra các nhóm giải pháp, biện pháp toàn diện, có hiệu quả nâng cao chất lượng GDTC trong trường học các cấp.

**DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ
CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN**

1. Phạm Thanh Lương (2019), Thực trạng nội dung, hình thức và nhu cầu hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, *Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao*, Số 2, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.

2. Phạm Thanh Lương (2019), Thực trạng trình độ thể lực của học sinh lớp 10 thuộc các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, *Tạp chí Khoa học và Đào tạo thể thao*, số 2, Trường Đại học TĐTT Tp. Hồ Chí Minh.

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban bí thư Trung ương Đảng (1975), *Chỉ thị số 221-CT/TW hướng dẫn công tác giáo dục ở Miền Nam*.
2. Ban Bí thư Trung ương Đảng (1994), *Chỉ thị số 36/ CT-TW ngày 24/03/1994 của Ban bí thư TW Đảng về công tác TDTT trong giai đoạn mới*.
3. Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2006), *Văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ X*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.
4. Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2011), *Văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ XI*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.
5. Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2011), *Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị về “Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020”*.
6. Ban Tuyên giáo Trung ương (2014), *Tài liệu nghiên cứu Nghị quyết Hội nghị lần thứ 8 Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam khóa XI*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.
7. Phạm Đình BẨM (2003), *Quản lý chuyên ngành TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
8. Phạm Đình BẨM (2003), *Quản lý chuyên ngành Thể dục Thể thao*, Tài liệu chuyên khảo dành cho hệ cao học và đại học TDTT, Nxb TDTT, Hà Nội.
9. Đinh Quang Báo, *Đội ngũ giáo viên, yếu tố quyết định chất lượng giáo dục*, [Http://www.nhandan.org.vn](http://www.nhandan.org.vn).
10. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2001), *Quyết định số 14/2001/QĐ-BGDĐT ngày 03/05/2001 ban hành Quy chế GDTC và Y tế trường học*.
11. Bộ GD & ĐT (2006), *Quyết định 40/2006/QĐ-BGDĐT ngày 05 tháng 10 năm 2006 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Quy chế đánh giá, xếp loại học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông*.
12. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*.

13. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho HS, SV.*

14. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2009), *Thông tư số: 28/2009/TT-BGDĐT ngày 21 tháng 10 năm 2009 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định chế độ làm việc với giáo viên Phổ thông.*

15. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2012), *Thông tư số: 61/2012/TT-BGDĐT ngày 28 tháng 12 năm 2012 ban hành quy định điều kiện thành lập và giải thể, nhiệm vụ, quyền hạn của tổ chức kiểm định chất lượng giáo dục.*

16. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017), *Thông tư số: 15/2017/TT-BGDĐT ngày 09 tháng 6 năm 2017 về việc sửa đổi, bổ sung một số điều quy định chế độ làm việc đối với giáo viên phổ thông ban hành ngày 21 tháng 10 năm 2019 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.*

17. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Thông tư số: 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26 tháng 12 năm 2018 ban hành chương trình giáo dục phổ thông.*

18. Phạm Thanh Cẩm (2012), *Thể thao trường học: Thực trạng và giải pháp*, [Http://www.tapchithethao.vn](http://www.tapchithethao.vn).

19. Lê Châu (2014), “Trên 1000 SV nghiện ma túy mỗi năm”, *DânTri.com.vn*, ngày 17/10/2014

20. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

21. Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

22. Dương Nghiệp Chí (2007), “Thể thao trường học ở Việt Nam và một số quốc gia trên thế giới”, *Tạp chí Khoa học thể thao*, số 1, tr.52 – 56, Viện Khoa học thể thao, Hà Nội.

23. Chính phủ (1946), *Sắc lệnh số 14 Ngày 30 tháng 1 năm 1946 của Chủ tịch chính phủ Liên hiệp Lâm thời nước Cộng Hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam về việc thành lập Nha Thể dục Trung ương trong Bộ Thanh niên.*

24. Chính phủ (1946), *Sắc lệnh số 33 Ngày 27 tháng 3 năm 1946 của Chủ tịch chính phủ Liên hiệp Lâm thời nước Cộng Hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam về việc thành lập Nha Thanh niên và Thể dục thuộc Bộ Quốc gia Giáo dục.*

25. Lê Hồng Cương (2006), “Nghiên cứu một số biện pháp phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho các trường cao đẳng Tỉnh Nam Định”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, y tế trường học (lần IV)*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr. 215 - 218.
26. Trần Kim Cương (2006), “Thực trạng tập luyện thể thao ngoại khóa trong các trường học Tỉnh Ninh Bình”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT.
27. Hoàng Công Dân (2005), *Nghiên cứu phát triển thể chất cho học sinh các trường phổ thông dân tộc nội trú khu vực miền núi phía Bắc từ 15 – 17 tuổi*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
28. Hoàng Công Dân (2011), *Đào tạo, bồi dưỡng cán bộ thể dục thể thao theo tư tưởng Hồ Chí Minh*. [Http://www.tapchithethao.vn](http://www.tapchithethao.vn)
29. Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 tới lớp 12 (thời điểm 2002-2014), *Đề tài NCKH cấp Bộ*, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.
30. Phùng Xuân Dũng (2017), “Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội”, *Luận án tiến sĩ giáo dục học*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
31. Lê Đông Dương (2017), Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh các trường tiểu học tỉnh Thanh Hóa, *Luận án tiến sĩ khoa học Giáo dục*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh
32. Nguyễn Bá Điệp (2016), Đổi mới hoạt động thể thao ngoại khóa bằng hình thức CLB góp phần phát triển thể chất cho học sinh THPT Tỉnh Sơn La, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
33. Nguyễn Văn Đồng (2004), *Tâm lý học phát triển*, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
34. Lê Thanh Hà (2018), Nghiên cứu mô hình CLB Cầu lông trong một số trường đại học trên địa bàn thành phố Hà Nội, *Luận án tiến sĩ giáo dục học*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

35. Mai Thị Thu Hà (2014), Nghiên cứu hiệu quả tập luyện và thi đấu thể dục Aerobic trong hoạt động ngoại khóa đối với học sinh tiểu học, *Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
36. Tạ Hồng Hải (2002), *Nghiên cứu nâng cao năng lực thể chất của học sinh trung học cơ sở (12-15 tuổi)*, Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
37. Bùi Quang Hải (2008), “Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh một số tỉnh phía Bắc bằng phương pháp quan sát dọc từ 6 – 10 tuổi”, *Luận án Tiến sĩ Giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
38. Lê Trường Sơn Chấn Hải (2012), “Đổi mới chương trình GDTC cho sinh viên các trường Đại học Sư phạm vùng Trung Bắc theo hướng bồi dưỡng nghiệp vụ và tổ chức hoạt động TDTT trường học”, *Luận án Tiến sĩ Giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
39. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
40. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội
41. Hồ Chí Minh (1946), Sức khỏe và thể dục, *báo Cứu quốc số 199*, ngày 27 tháng 3.
42. *Hồ Chí Minh toàn tập* (1996), tập 12, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
43. Trần Hữu Hùng (2014), “Nghiên cứu cải tiến hình thức và nội dung tập luyện TDTT cho học sinh THCS khu vực cao nguyên Gia Lai – Kon Tum”, *Luận án Tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
44. Nguyễn Găng (2000), “Nghiên cứu hiệu quả của hoạt động ngoại khóa theo loại hình CLB TDTT hoàn thiện đối với sự phát triển thể chất các trường ĐH TP.Huế”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
45. Phạm Minh Hạc (2002), *Tuyển tập Tâm lý học* - Nxb giáo dục, Hà Nội.
46. Trịnh Trung Hiếu (1997), *Lý luận và phương pháp giáo dục TDTT trong nhà trường*. Nxb TDTT, Hà Nội, tr.31 – 41
47. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học thể dục thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội

48. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học thể dục thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
49. Lưu Quang Hiệp, Nguyễn Thanh Nhân (2000), “Đặc điểm phát triển thể chất của học sinh phổ thông trung học miền Bắc Việt Nam lứa tuổi 16 - 18 vào những năm cuối thế kỷ XX”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội, tr. 204 - 211.
50. Lê Văn Hồng (2001), *Tâm lý học lứa tuổi và tâm lý học sư phạm*, Nxb Đại học Quốc Gia.
51. Ivanop.V.X (1996), *Những cơ sở của toán học thống kê*, người dịch: Trần Đức Dũng, hiệu đính: Đỗ Công Huỳnh, Nxb TĐTT, Hà Nội.
52. Kimiko Fujita (2005), *ảnh hưởng của các hoạt động ngoại khóa đến kết quả học tập của học sinh trung học cơ sở*.
53. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình TĐTT trường học*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr.10, 24, 188 - 200, 342, 347
54. Lê Đức Luận, Trường ĐHSP, Đại học Đà Nẵng, *Những yếu tố tác động đến chất lượng giáo dục đại học*. [Http://www.qnamuni.edu.vn](http://www.qnamuni.edu.vn)
55. Hoàng Đức Nhuận, Lê Đức Phúc (1995), *Cơ sở lý luận của việc đánh giá chất lượng học tập của học sinh phổ thông*, Chương trình Khoa học Công nghệ cấp Nhà nước KX 07, Đề tài KX-07-08, Hà Nội
56. Mai Thị Bích Ngọc (2017), Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karate-do cho học sinh THCS thành phố Hà Nội, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
57. Hà Thế Ngữ (2001), *Giáo dục học, một số vấn đề lý luận và thực tiễn*, Nxb ĐHQG Hà Nội. Tr 219
58. Nôvicóp A. D, Mátvêp L. P (1976), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*, (Phạm Trọng Thanh và Lê Văn Lãm dịch), Nxb TĐTT, Hà Nội
59. Hoàng Phê và cộng sự (1996), *Từ điển tiếng Việt*, Nxb Đà Nẵng.
60. Lê Quý Phương (2012), *Quản lý Nhà nước về Thể dục thể thao*, [Https://www.google.com.vn](https://www.google.com.vn).
61. Phạm Văn Quyết, Nguyễn Quý Thanh (2001), *Phương pháp nghiên cứu xã hội học*, Nxb Đại học quốc gia, Hà Nội.
62. Quốc hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (1992), *Hiến pháp Nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam, ban hành ngày 15/4/1992*.

63. Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam (2000), *Pháp lệnh Thể dục, thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội
64. Quốc hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2006), *Luật thể dục, thể thao của Quốc hội Khóa XI, Kỳ họp thứ X số 72/2006/QH ngày 29/11/2006*.
65. Quốc hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2013), *Hiến pháp Nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam, ban hành ngày 28/11/2013*.
66. Nguyễn Quang Quyền (1974), *Nhân trắc học và ứng dụng nghiên cứu trên người Việt Nam*, NXB Y học, Hà Nội.
67. Ngô Thị Thanh Quý (2012), *Chất lượng giáo dục và vai trò người thầy*, <https://www.google.com.vn>.
68. Riman. Diamond (1997), *Vai trò của tập luyện TDTT ngoại khóa*, John - Bass Publishes, san Francisco
69. Rudich P. A (1980), *Tâm lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
70. Nguyễn Xuân Sinh và cộng sự (2012), *Giáo trình Lý luận và phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
71. Tiêu chuẩn quốc gia (TCVN) (2011), *Trường Trung học – Yêu cầu thiết kế, TCVN 8794:2011*, Hà Nội.
72. Nguyễn Đức Thành (2004), “Nghiên cứu hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa đối với sự phát triển thể chất của nam sinh viên Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật (SPKT) TP.HCM sau một năm học”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học*, Trường Đại học TDTT TP Hồ Chí Minh.
73. Nguyễn Đức Thành (2010), “Vai trò của hoạt động thể thao ngoại khóa”, *Tạp chí Khoa học Thể thao*, số 4, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội, tr. 42 – 48.
74. Nguyễn Đức Thành (2012), “Xây dựng nội dung và hình thức hoạt động thể dục, thể thao ngoại khóa của sinh viên một số trường đại học ở thành phố Hồ Chí Minh”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
75. Vũ Đức Thu, Nguyễn Xuân Sinh, Lưu Quang Hiệp, Trương Anh Tuấn (1998), *Lý luận và phương pháp GDTC*, NXB Giáo dục, Hà Nội
76. Thủ tướng chính phủ (1995), *Chỉ thị số 133-TTg ngày 07/3/1995 của Thủ Tướng Chính phủ, về việc xây dựng quy hoạch và phát triển ngành TDTT*.

77. Thủ tướng Chính phủ (2005), *Nghị quyết số 05/NQ-CP ngày 18/04/2005 về việc đẩy mạnh XHH các lĩnh vực: Giáo dục, Y tế, Văn hóa, Thông tin và TDTT*

78. Thủ tướng Chính phủ (2010), *Chiến lược phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, ban hành theo Quyết định số 2198/QĐ-TTg ngày 03/12/2010.*

79. Thủ tướng chính phủ (2011), *Quyết định số 641/QĐ-TTg ngày 28/4/2011 về việc phê duyệt đề án tổng thể phát triển thể dục, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030.*

80. Thủ tướng Chính phủ (2013), *Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14 tháng 01 năm 2013 Ban hành Chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01 tháng 12 năm 2011 của Bộ Chính trị về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020.*

81. Thủ tướng chính phủ (2013), *Quyết định Số: 2160/QĐ-TTg ngày 11 tháng 11 năm 2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt "Quy hoạch phát triển Thể dục, Thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030".*

82. Thủ tướng Chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP của Chính phủ: Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường.*

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

84. Lê Thị Thanh Thủy (2019), *Nghiên cứu giải pháp phát triển thể dục cho học sinh THCS tỉnh Bắc Ninh, Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.*

85. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT.* Nxb TDTT, Hà Nội.

86. Trương Anh Tuấn (2011), “Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác thể dục thể thao trường học”, *Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế kỷ niệm 35 năm thành lập Trường Đại học Sư phạm TDTT TP.HCM.*

87. Thái Duy Tuyên (1999), *Những vấn đề cơ bản giáo dục học hiện đại,* Nxb giáo dục, Hà Nội.

88. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT.* Nxb TDTT, Hà Nội.

89. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2000), *Lý luận và phương pháp GDTC trong trường học*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
90. Nguyễn Tấn Gi Trọng (1975), *Hàng số sinh học người Việt Nam*, Nxb Y học, Hà Nội.
91. Nguyễn Quang Uẩn (2003), *Tâm lý học đại cương*, Nxb Đại học Quốc Gia.
92. Trương Quốc Uyên (2000), *Chủ tịch Hồ Chí Minh với TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
93. UBND tỉnh Quảng Ngãi (2014), *Quyết định số 17/QĐ-UBND ngày 17/1/2014 của Ủy Ban nhân dân tỉnh Quảng Ngãi về việc phê duyệt quy hoạch phát triển ngành Thể dục, thể thao tỉnh Quảng Ngãi đến năm 2020, tầm nhìn đến năm 2025*.
94. UBND tỉnh Quảng Ngãi (2017), *kế hoạch số: 7582/KH-UBND ngày 07/12/2017 của Ủy ban nhân dân tỉnh Quảng Ngãi về việc thực hiện “đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi giai đoạn 2017 – 2020 định hướng đến 2025*
95. Văn phòng Quốc hội (2018), *Luật Số: 09/VBHN-VPQH ngày 29 tháng 6 năm 2018 ban hành Luật Thể dục, Thể thao*.
96. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội
97. Vũ Đức Văn (2008), Nghiên cứu một số giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất trong các trường THCS của thành phố Hải Phòng, *Luận án Tiến sĩ Giáo dục học*, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội.
98. Phạm Ngọc Viễn, Lê Văn Xem, Mai Văn Muôn, Nguyễn Thanh Nữ (1991), *Tâm lý học thể dục thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
99. Phạm Ngọc Viễn (2007), *Giáo trình tâm lý học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
100. Nguyễn Ngọc Việt (2011), “Sự biến đổi tầm vóc và thể lực dưới tác động của tập luyện TĐTT nội khóa và ngoại khóa đối với học sinh tiểu học từ 6-9 tuổi ở Bắc miền Trung”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội.

101. Võ Văn Vũ (2014), “Đánh giá thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường Trung học phổ thông ở Đà Nẵng”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

102. Lê Văn Xem (2004), *Tâm lý học TDTT*, Nxb Đại học Sư Phạm, Hà Nội.

103. Trần Thị Xoan (2006), *Nghiên cứu phát triển các hình thức TDTT ngoại khóa phù hợp với nữ*, luận văn thạc sĩ, Trường ĐH TDTT II, tr.61, 74 - 82.

104. Nguyễn Như Ý, Nguyễn Văn Khang, Phan Xuân Thành (1997), *Từ điển Tiếng Việt thông dụng*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

Tiếng Anh

105. WHO (1998), *Promoting active living in and through schools*, (http://whqlibdoc.who.int/hq/2000/WHO_NMH_NPH_00.4.pdf).

106. WHO (2007), *WHO Information Series on School Health*. (http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_childfriendly_03_v2.pdf).

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

Tiếng Nga

108. Холодов Ж.К, Кузнецов В.С. “Теория и методика физического воспитания и спорта” (2000). *Учеб. Пособие для студентов института физической культуры, Москва, Академик*.

PHỤ LỤC 1. Phiếu phỏng vấn xác định yếu tố ảnh hưởng
SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**
TỈNH QUẢNG NGÃI **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích xác định được các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời cụ thể: Ghi số điểm theo 5 mức tương ứng với các lựa chọn ưu tiên:

- Ảnh hưởng rất nhiều: 5 điểm
- Ảnh hưởng nhiều: 4 điểm
- Ảnh hưởng bình thường: 3 điểm
- Ít ảnh hưởng: 2 điểm
- Rất ít ảnh hưởng: 1 điểm

Những ý kiến còn thiếu sót, xin ông (bà) ghi bổ sung ở ô trống phía dưới và cho luôn sự đánh giá.

Câu hỏi. Theo ông (bà), những yếu tố nào sau đây ảnh hưởng chính tới hoạt động TDTT ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi?

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
		5	4	3	2	1
Yếu tố chủ quan						
1	Nhu cầu tập luyện TDTT NK					
2	Thái độ tập luyện TDTT NK					
3	Động cơ tập luyện TDTT NK					
4	Nhận thức về tầm quan trọng của TDTT NK					
Yếu tố khách quan						
5	Công tác lãnh đạo, chỉ đạo hoạt động TDTT NK					
6	Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK					
7	Kinh phí hoạt động TDTT NK					

8	Đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT NK					
9	Công tác tuyên truyền hoạt động TDTT NK					
10	Nội dung tập luyện TDTT NK					
11	Hình thức tập luyện TDTT NK					
12	Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK					
13	Phong trào thi đấu các giải thể thao					

Trân trọng cảm ơn!

PHIẾU ĐIỀU TRA HỌC SINH

Họ và Tên:.....

Trường: Lớp

Giới tính:

Với mục đích điều tra về thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ đề xuất biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK trên địa bàn tỉnh, đề nghị em trả lời các câu hỏi sau:

[Lưu ý: Các em có thể trả lời bằng cách điền thêm các chữ hoặc số cần thiết, phù hợp hoặc đánh dấu “x” vào ô đồng ý].

Câu hỏi 1. Theo em, tập luyện TDTT ngoại khóa quan trọng như thế nào?

- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Không quan trọng

Câu hỏi 2. Theo em, tập luyện TDTT ngoại khóa có tác dụng như thế nào với sức khỏe và việc học của em?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tác dụng rất tốt | <input type="checkbox"/> Tác dụng ít |
| <input type="checkbox"/> Tác dụng tốt | <input type="checkbox"/> Không có tác dụng |
| <input type="checkbox"/> Bình thường | <input type="checkbox"/> |

Câu hỏi 3. Em đánh giá như thế nào về thái độ tập luyện TDTT NK của bản thân và bạn bè xung quanh?

- Yêu thích và nhiệt tình tập luyện
- Bình thường
- Chán nản, không thích tập luyện
- Tập luyện chống đối, không tập luyện

Câu hỏi 4. Em có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK không?

- Có nhu cầu
- Không có nhu cầu
- Không rõ ràng

Câu hỏi 5. Em có nhu cầu tham gia tập luyện môn thể thao ngoại khóa nào? (Câu hỏi có thể trả lời nhiều đáp án)

- Bóng đá
- Bóng chuyền (và bóng chuyền hơi)
- Bơi lội
- Đá cầu
- Cờ (cờ vua, cờ tướng)
- Thể dục
- Bóng bàn
- Bóng rổ
- Cầu lông
- Điền kinh
- Võ thuật
- Kéo co
- Đẩy gậy
- Cà kheo
- Đua thuyền
- Lắc thúng
- Các môn thể thao khác

Câu hỏi 6. Em có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa dưới hình thức Câu lạc bộ thể thao không?

- Có
- không

Câu hỏi 7. Em tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa có thường xuyên không?

- Tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên (Từ 3 buổi/tuần trở nên, mỗi buổi từ 30 phút trở lên)
- Tập luyện TDTT ngoại khóa không thường xuyên (từ 1-2 buổi/tháng tới dưới mức thường xuyên)
- Không tập luyện TDTT ngoại khóa

Câu hỏi 8. Động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của em là gì?

- Yêu thích TDTT
- Nhận thức được tác dụng của TDTT NK với sức khỏe
- Củng cố và tăng cường sức khỏe
- Để có cơ thể cân đối, hài hòa
- Để chữa bệnh
- Để giao lưu với bạn bè
- Bạn bè lôi kéo
- Bắt buộc phải học môn Thể dục

Câu hỏi 9. Em đã tham gia tập luyện ngoại khóa những môn thể thao nào?

- Điền kinh
- Võ thuật
- Bơi lội
- Đá cầu
- Cờ (cờ vua, cờ tướng)
- Thể dục
- Bóng đá
- Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi)
- Bóng bàn
- Bóng rổ
- Cầu lông
- Kéo co
- Đẩy gậy
- Cà kheo
- Đua thuyền
- Lắc thúng
- Các môn thể thao khác

Câu hỏi 10. Em tập luyện TDTT ngoại khóa theo hình thức nào?

- Thể dục buổi sáng
- Thể dục giữa giờ
- Đội tuyển
- Nhóm, lớp
- Câu lạc bộ thể thao
- Tự tập

Câu hỏi 11. Em tập luyện TDTT ngoại khóa có người hướng dẫn không?

- Không có hướng dẫn
- Có hướng dẫn
- Kết hợp

Xin chân thành cảm ơn!

PHỤ LỤC 3. Phiếu phỏng vấn giáo viên

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TỈNH QUẢNG NGÃI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích tìm hiểu các thông tin đánh giá thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời: Đánh dấu tích vào ô trống tương ứng với ý kiến tán thành.

Câu hỏi 1. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa quan trọng như thế nào?

- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Không quan trọng

Câu hỏi 2. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa có tác dụng như thế nào với sức khỏe và việc học của học sinh?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tác dụng rất tốt | <input type="checkbox"/> Tác dụng ít |
| <input type="checkbox"/> Tác dụng tốt | <input type="checkbox"/> Không có tác dụng |
| <input type="checkbox"/> Bình thường | <input type="checkbox"/> |

Câu hỏi 3. Ông (bà) đánh giá như thế nào về thái độ tập luyện TDTT NK của học sinh?

- Yêu thích và nhiệt tình tập luyện
- Bình thường
- Chán nản, không thích tập luyện
- Tập luyện chống đối, không tập luyện

Câu hỏi 4. Ông (bà) đánh giá như thế nào về sự quan tâm của lãnh đạo Trường về công tác TDTT ngoại khóa?

- Rất quan tâm
- Quan tâm

Ít quan tâm

Câu hỏi 5. Ông (bà) đánh giá như thế nào về sự kịp thời trong hoạt động lãnh đạo, chỉ đạo của lãnh đạo Trường về công tác TDTT ngoại khóa?

Rất kịp thời

Kịp thời

Chưa kịp thời

Trân trọng cảm ơn!

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích tìm hiểu các thông tin đánh giá thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời: Đánh dấu tích vào ô trống tương ứng với ý kiến tán thành.

Câu hỏi 1. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa quan trọng như thế nào?

- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Không quan trọng

Câu hỏi 2. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa có tác dụng như thế nào với sức khỏe và việc học của học sinh?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tác dụng rất tốt | <input type="checkbox"/> Tác dụng ít |
| <input type="checkbox"/> Tác dụng tốt | <input type="checkbox"/> Không có tác dụng |
| <input type="checkbox"/> Bình thường | <input type="checkbox"/> |

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 5. Phiếu phỏng vấn cán bộ quản lý

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TỈNH QUẢNG NGÃI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích tìm hiểu các thông tin đánh giá thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời: Đánh dấu tích vào ô trống tương ứng với ý kiến tán thành.

Câu hỏi 1. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa quan trọng như thế nào?

- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Không quan trọng

Câu hỏi 2. Theo ông (bà), tập luyện TDTT ngoại khóa có tác dụng như thế nào với sức khỏe và việc học của học sinh?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tác dụng rất tốt | <input type="checkbox"/> Tác dụng ít |
| <input type="checkbox"/> Tác dụng tốt | <input type="checkbox"/> Không có tác dụng |
| <input type="checkbox"/> Bình thường | <input type="checkbox"/> |

Câu hỏi 3. Ông (bà) đánh giá như thế nào về sự quan tâm của lãnh đạo Trường về công tác TDTT ngoại khóa?

- Rất quan tâm
- Quan tâm
- Ít quan tâm

Câu hỏi 4. Ông (bà) đánh giá như thế nào về sự kịp thời trong hoạt động lãnh đạo, chỉ đạo của lãnh đạo Trường về công tác TDTT ngoại khóa?

- Rất kịp thời
- Kịp thời
- Chưa kịp thời

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 6. Phiếu phỏng vấn tiêu chí đánh giá phong trào TDTT NK
SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**
TỈNH QUẢNG NGÃI **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích xác định được những tiêu chí đánh giá phong trào Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời cụ thể: Ghi số điểm theo 5 mức tương ứng với các lựa chọn ưu tiên:

Ảnh hưởng rất nhiều: 5 điểm

Ảnh hưởng nhiều: 4 điểm

Ảnh hưởng bình thường: 3 điểm

Ít ảnh hưởng: 2 điểm

Rất ít ảnh hưởng: 1 điểm

Những ý kiến còn thiếu sót, xin ông (bà) ghi bổ sung ở ô trống phía dưới và cho luôn sự đánh giá.

Câu hỏi. Theo ông (bà), những tiêu chí nào sau đây cần thiết trong đánh giá phong trào TDTT ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi?

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
		5	4	3	2	1
1	Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên					
2	Công tác tổ chức hoạt động TDTT NK					
3	Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK					
4	Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức					
5	Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia					
6	Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT					
7	Số lượng các buổi thi đấu giao hữu TT được tổ chức					

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 7. Phiếu điều tra các Trường

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
TỈNH QUẢNG NGÃI

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM
Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích tìm hiểu thực trạng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa tại các Trường, kính nhờ quý thầy (cô) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây trên cơ sở thực tế tại trường thầy (cô) đang giảng dạy.

Cách trả lời cụ thể: Thầy (cô) đánh dấu X hoặc ghi thông tin vào ô trống tương ứng với ý kiến lựa chọn

Những ý kiến còn thiếu sót, xin các thầy (cô) ghi bổ sung ở ô trống phía dưới và cho luôn sự đánh giá.

Câu hỏi 1. Xin thầy (cô) cho biết, tại trường thầy (cô) đang công tác, CSVC phục vụ hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa gồm:

Loại CSVC	Số lượng	Chất lượng			Mức độ đáp ứng		
		Tốt	Trung bình	Kém	Tốt	Trung bình	Thấp
Bóng đá (các loại)							
Bóng chuyền							
Bóng rổ (các loại)							
Rổ ném bóng							
Đá cầu							
Bóng bàn							
Cầu lông							
Sân tập thể dục							
Bể bơi							
Bàn cờ vua							
Bàn cờ tướng							

Cà kheo							
Nhà tập đa năng							

Câu hỏi 2. Xin thầy (cô) cho biết thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên TDTT ngoại khóa tại Trường gồm:

Trường	Tổng số	Giới tính		Học vị			Thâm niên công tác		Tập huấn nâng cao trình độ *
		nữ	nam	tiến sĩ	thạc sĩ	cử nhân	>10 năm	<10 năm	
Tổng số giáo viên									

(*: thống kê từ năm 2015 tới hết 2018)

Câu hỏi 3. Xin thầy (cô) cho biết các hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa nào sau đây được tổ chức tại Trường?

- Hoạt động TDTT NK thường xuyên có giáo viên hướng dẫn
- Hoạt động TDTT NK thường xuyên không có giáo viên hướng dẫn
- Đội tuyển thể thao
- Câu lạc bộ thể thao
- Không tổ chức hoạt động TDTT NK

Câu hỏi 4. Xin thầy (cô) cho biết các môn thể thao nào sau đây được tổ chức ngoại khóa tại Trường?

- Điền kinh
- Võ thuật
- Bơi lội
- Đá cầu
- Cờ (cờ vua, cờ tướng)
- Thể dục
- Bóng đá
- Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi)
- Bóng bàn
- Bóng rổ
- Cầu lông
- Kéo co
- Đẩy gậy

- Cà kheo
- Đua thuyền
- Lắc thúng
- Các môn thể thao khác

Câu hỏi 5. Xin thầy (cô) cho biết các thông tin về thực trạng phong trào thi đấu TDTT tại Trường như thế nào?

Tên môn	Giải nội bộ		Giải ngoài trường	
	Số giải	Số người tham gia	Số giải	Số người tham gia
Bóng đá				
Bóng chuyền (các loại)				
Bóng bàn				
Bóng rổ				
Cầu lông				
Điền kinh				
Võ thuật				
Đá cầu				
Cờ (cờ vua, cờ tướng)				
Hội thao các môn				

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 8. Phiếu phỏng vấn lựa chọn biện pháp
SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**
TỈNH QUẢNG NGÃI **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích lựa chọn được những biện pháp phù hợp nhất nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời cụ thể: Ghi số điểm theo 5 mức tương ứng với các lựa chọn ưu tiên:

- Ảnh hưởng rất nhiều: 5 điểm
- Ảnh hưởng nhiều: 4 điểm
- Ảnh hưởng bình thường: 3 điểm
- Ít ảnh hưởng: 2 điểm
- Rất ít ảnh hưởng: 1 điểm

Những ý kiến còn thiếu sót, xin ông (bà) ghi bổ sung ở ô trống phía dưới và cho luôn sự đánh giá.

Câu hỏi 1. Theo ông (bà), nguyên tắc nào sau đây cần thiết trong đánh giá phong trào TDTT ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi?

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
		5	4	3	2	1
1	Nguyên tắc bảo đảm tính thực tiễn					
2	Nguyên tắc bảo đảm tính khả thi					
3	Nguyên tắc bảo đảm tính hệ thống					
4	Nguyên tắc bảo đảm tính hiệu quả					
5	Nguyên tắc bảo đảm tính khoa học					

Câu hỏi 2. Theo ông (bà), các giải pháp nào sau đây cần thiết trong phát triển phong trào TDTT ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi?

TT	Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
		5	4	3	2	1
I	Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT NK					
BP1	Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK					
BP2	Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDTT NK					
BP3	Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK					
BP4	Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK					
BP5	Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động TDTT NK					
II	Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDTT NK					
BP6	Tổ chức đa dạng các hoạt động TDTT NK đáp ứng nhu cầu của học sinh					
BP7	Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDTT NK					
BP8	Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao					

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 9. Phiếu phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT NK

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO **CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM**
TỈNH QUẢNG NGÃI **Độc lập – Tự do – Hạnh phúc**

PHIẾU PHỎNG VẤN

Kính gửi:.....

Chức vụ:.....

Đơn vị công tác:

Với mục đích lựa chọn được những tiêu chí phù hợp nhất đánh giá hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi, kính nhờ ông (bà) vui lòng giúp trả lời xác thực các câu hỏi dưới đây.

Cách trả lời cụ thể: Ghi số điểm theo 5 mức tương ứng với các lựa chọn ưu tiên:

- Ảnh hưởng rất nhiều: 5 điểm
- Ảnh hưởng nhiều: 4 điểm
- Ảnh hưởng bình thường: 3 điểm
- Ít ảnh hưởng: 2 điểm
- Rất ít ảnh hưởng: 1 điểm

Những ý kiến còn thiếu sót, xin ông (bà) ghi bổ sung ở ô trống phía dưới và cho luôn sự đánh giá.

Câu hỏi. Theo ông (bà), tiêu chí nào sau đây cần thiết trong đánh giá hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi?

Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
	5	4	3	2	1
Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất					
Lực bóp tay thuận (kG)					
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)					

Tiêu chí	Kết quả phỏng vấn				
	5	4	3	2	1
Bật xa tại chỗ (cm)					
Chạy 30m XPC (s)					
Chạy con thoi 4x100m (s)					
Chạy tùy sức 5 phút (m)					
Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất					
Nhận thức của học sinh về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDTT NK					
Ý thức khi tập luyện TDTT NK					
Đánh giá việc phát triển phong trào TDTT NK					
Tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên					
Số lượng các môn thể thao được tổ chức NK					
Số lượng các giải thi đấu TT được tổ chức					
Số lượng các giải thi đấu thể thao tham gia					
Số lượng HS tham gia các giải thi đấu TT					
Số lượng các buổi thi đấu giao hữu TT được tổ chức					
Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao					
Số lượng học sinh năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng					
Số lượng học sinh có thành tích trong các giải thi đấu thể thao					

Trân trọng cảm ơn!

PHIẾU ĐIỀU TRA HỌC SINH

Họ và Tên:.....

Trường: Lớp

Giới tính:

Với mục đích đánh giá hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi, làm căn cứ đề xuất biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT NK trên địa bàn tỉnh, đề nghị em trả lời các câu hỏi sau:

[Lưu ý: Các em có thể trả lời bằng cách điền thêm các chữ hoặc số cần thiết, phù hợp hoặc đánh dấu “x” vào ô đồng ý].

Câu hỏi 1. Theo em, tập luyện TDTT ngoại khóa quan trọng như thế nào?

- Rất quan trọng
- Quan trọng
- Không quan trọng

Câu hỏi 2. Theo em, tập luyện TDTT ngoại khóa có tác dụng như thế nào với sức khỏe và việc học của em?

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tác dụng rất tốt | <input type="checkbox"/> Tác dụng ít |
| <input type="checkbox"/> Tác dụng tốt | <input type="checkbox"/> Không có tác dụng |
| <input type="checkbox"/> Bình thường | <input type="checkbox"/> |

Câu hỏi 3. Em đánh giá như thế nào về thái độ tập luyện TDTT NK của bản thân và bạn bè xung quanh?

- Yêu thích và nhiệt tình tập luyện
- Bình thường
- Chán nản, không thích tập luyện
- Tập luyện chống đối, không tập luyện

Trân trọng cảm ơn!

PHỤ LỤC 11. Danh sách các trường điều tra thực trạng

1. Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn);
2. Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh);
3. Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi);
4. Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa);
5. Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành);
6. Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức);
7. Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ);
8. Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn);
9. Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà)
10. Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).

PHỤ LỤC 12. Danh sách các trường nhóm thực nghiệm và đối chứng

Nhóm các trường thực nghiệm gồm:

Trường THPT Bình Sơn (huyện Bình Sơn);
Trường THPT Trần Quốc Tuấn (Tp. Quảng Ngãi);
Trường THPT Số 1 Nghĩa Hành (huyện Nghĩa Hành);
Trường THPT Số 2 Mộ Đức (huyện Mộ Đức);
Trường THPT Lý Sơn (huyện Lý Sơn).

Nhóm các trường đối chứng gồm:

Trường THPT Sơn Mỹ (huyện Sơn Tịnh);
Trường THPT số 2 Tư Nghĩa (huyện Tư Nghĩa);
Trường THPT Số 1 Đức Phổ (huyện Đức Phổ);
Trường THPT Quang Trung (huyện Sơn Hà)
Trường THPT Ba Tơ (huyện Ba Tơ).