

A. GIỚI THIỆU LUẬN ÁN

MỞ ĐẦU

Tính cấp thiết: Đảng và Nhà nước ta luôn coi trọng công tác GDTC trong nhà trường các cấp.

Trong các trường Trung học phổ thông (THPT) tại tỉnh Quảng Ngãi, các hoạt động TDTT 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 TDTT 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 TDTT NK, nhưng nhìn chung Chưa có tác giả nào quan tâm tới việc phát triển phong trào TDTT 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.

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 TDTT 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 TDTT 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 TDTT NK cho đối tượng nghiên cứu, góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi..

Nhiệm vụ nghiên cứu:

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

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

Giả thuyết khoa học:

Khảo sát thực tiễn cho thấy hoạt động TDTT 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 TDTT NK tại các Trường, từ đó đề ra các biện pháp phù hợp để nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT 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 TDTT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

NHỮNG ĐÓNG GÓP MỚI CỦA LUẬN ÁN

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 TDTT NK cho học sinh THPT, các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT 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 TDTT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

Đánh giá được thực trạng hoạt động TDTT 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 TDTT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi.

CẤU TRÚC CỦA LUẬN ÁN

Luận án gồm 147 trang A4: Gồm các phần: Mở đầu (04 trang); Chương 1 - Tổng quan vấn đề nghiên cứu (41 trang); Chương 2 - Phương pháp tổ chức nghiên cứu (11 trang); Chương 3 - Kết quả nghiên cứu và bàn luận (89 trang); Kết luận và kiến nghị (02 trang). Luận án sử dụng 104 tài liệu, trong đó có 03 tài liệu bằng tiếng Anh, 01 tài liệu bằng tiếng Nga, ngoài ra còn có 38 bảng số liệu, 01 sơ đồ, 13 biểu đồ và 12 phụ lục.

B. NỘI DUNG LUẬN ÁN

CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

Chương 1 của luận án trình bày về các vấn đề cụ thể sau:

- 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
- 1.2. Những khái niệm có liên quan
- 1.3. Khái quát về hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa trong trường học
- 1.4. Đặc điểm tâm, sinh lý học sinh trung học phổ thông

1.5. Các công trình nghiên cứu có liên quan

Các vấn đề cụ thể được trình bày từ trang 5 tới trang 45 của luận án.

Quá trình nghiên cứu chương 1 của luận án đã 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 TDTT NK cho học sinh THPT, các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TDTT 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 TDTT NK cho học sinh THPT Tỉnh Quảng Ngãi.

CHƯƠNG 2

PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu luận án sử dụng 7 phương pháp khoa học thường quy trong nghiên cứu khoa học TDTT gồm: Phương pháp tham khảo tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm, Phương pháp phân tích Swot; Phương pháp thực nghiệm sự phạm và Phương pháp toán học thống kê.

2.2. Tổ chức 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 TDTT 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.

Đối tượng học sinh khảo sát thực trạng:

Đối tượng điều tra thực trạng phong trào tập luyện TDTT NK: 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 sự 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).

2.2.3. Địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Sở Giáo dục & Đào tạo Tỉnh 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 TDTT 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.

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 và phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi. Kết quả xác định được 10 yếu tố ảnh hưởng thuộc 2 nhóm:

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.

3.1.1.2. *Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể thao ngoài 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 ngoài 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.

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

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

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

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

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

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.

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

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

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.

Về nhu cầu tham gia các môn thể thao ngoài 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.

Về nhu cầu tham gia CLB thể thao NK: Có tới gần 80% học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK.

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

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 ngoài 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. Kết quả 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 TDTT NK và ở sự chỉ đạo của lãnh đạo Trường tới hoạt động TDTT NK.

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

Thống kê thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT NK của 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Quảng Ngãi. Kết quả cho 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 chỉ 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”. 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 chỉ 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. Kết quả cho thấy: 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 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. Kết quả cho thấy: 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, lặn thúng, kéo co, đẩy gậy... được học sinh khu vực miền núi yêu thích tập luyện....

(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 cho thấy: 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. 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%).

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 và phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi. 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 các tiêu chí từ 1 đến 6.

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 TDTT 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 TDTT NK tại các trường THPT tỉnh Quảng Ngãi

Tiến hành khảo sát thực trạng số người tham gia 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 3.12.

Bảng 3.12. Thực trạng tỷ lệ học sinh tham gia tập luyện TDTT 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 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

Qua bảng 3.12 cho thấy: 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% và còn tới gần 50% cả học sinh nam và học sinh nữ không tham gia tập luyện TDTT NK.

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

Tiến hành khảo sát thực trạng công tác tổ chức hoạt động TDTT 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 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).

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.

(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. Kết quả cho thấy: 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.

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. Kết quả 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 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 TĐTT NK tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh.

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. Kết quả phân loại thể lực của học sinh theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo 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

tao, 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 TĐTT 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 TĐTT NK thường xuyên, tập luyện TĐTT NK không thường xuyên và không tập luyện TĐTT 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 với kết quả từng chỉ tiêu và bảng 3.20 với kết quả phân loại tổng hợp thể lực.

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 TĐTT (n=1500)

Phân loại	Tập luyện TĐTT NK thường xuyên		Tập luyện TĐTT NK không thường xuyên		Không tập luyện TĐTT 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 TĐTT 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 TĐTT 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.

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 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...

Khi khảo sát về nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK dưới hình thức CLB thể thao, có tới gần 80% học sinh có nhu cầu. Như vậy, phát triển TDTT NK dưới hình thức các CLB là xu hướng tất yếu trong phát triển phong trào tập luyện TDTT 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]...

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. 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.

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.

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.

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

Điểm mới của luận án là 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.

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.

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.

3.2.1.3. Các nguyên tắc lựa chọn biện pháp

Tuân thủ các nguyên tắc: Nguyên tắc bảo đảm tính thực tiễn, nguyên tắc bảo đảm tính khả thi, nguyên tắc bảo đảm tính hệ thống, nguyên tắc bảo đảm tính hiệu quả và nguyên tắc bảo đảm tính khoa học.

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 TDTT 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 TDTT 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 TDTT NK của học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi. Cụ thể:

Điểm mạnh	Điểm yếu
<ul style="list-style-type: none"> - Đa số cán bộ giáo viên, HS nhận thức đúng về vai trò tầm quan trọng của tập luyện TDTT NK - Ban Giám hiệu các trường đã quan tâm tới hoạt động GDTC cho HS - Giáo viên nhiệt huyết, tích cực với công việc - Học sinh yêu thích tập luyện TDTT NK, có nhu cầu tập luyện đa dạng các nội dung và hình thức - Việc tổ chức tập luyện TDTT NK cho học sinh đã được quan tâm và tổ chức dưới nhiều hình thức - Việc tổ chức các giải thi đấu thể thao chính thống đã được quan tâm tại các trường 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 TDTT NK - Cơ sở vật chất phục vụ tập luyện GDTC cả nội khóa và ngoại khóa còn thiếu cả về số lượng và chất lượng - Số lượng giáo viên hướng dẫn hoạt động TDTT NK tại các trường còn thiếu cả về số lượng và chất lượng - Việc tổ chức hoạt động TDTT NK chưa đáp ứng được nhu cầu tập luyện của học sinh - Hoạt động TDTT ngoại khóa không được duy trì thường xuyên, phần lớn là tự phát. - Tỷ lệ học sinh chưa đạt tiêu chuẩn thể lực trong các trường THCS gần 20%.

Thời cơ	Thách thức
<ul style="list-style-type: none"> - 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 - 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. - 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. - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 - 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. - 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. - Việc xã hội hóa trong hoạt động TDTT NK chưa đạt được hiệu quả cao

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. Kết quả 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 TDDT NK

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

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

Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động TDDT NK

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

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

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

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. (được trình bày cụ thể trong luận án).

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 TDDT 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 và phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi. Kết quả cho thấy: theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, luận án lựa chọn được 15 tiêu chí đánh giá hiệu quả hoạt động TDDT 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)

Đánh giá mục tiêu giáo dục thể chất (2 tiêu chí)

Đánh giá việc phát triển phong trào TDDT NK (5 tiêu chí)

Đánh giá mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao (2 tiêu chí)

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 TDDT NK cho học sinh THPT tỉnh Quảng Ngãi

Trước khi tiến hành lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT 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 TDDT NK cho đối tượng nghiên cứu.

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 sự 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.

3.2.5.3. Bàn luận về việc xây dựng nội dung các biện pháp

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 TDDT NK cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội [30] đã quan tâm tới việc đổi mới nội dung và hình thức tập luyện TDDT 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 TDDT 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 TDDT NK và tăng cường hiệu quả hoạt động TDDT 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.

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 TDDT 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 TDDT 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 TDDT 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 TDDT 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

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 TDDT NK

Đã tổ chức truyền truyền định kỳ 1 lần/ tuần về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TDDT và TDDT NK.

Đã tổ chức 02 cuộc thi tìm hiểu về TDDT.

Tăng cường tuyên truyền các hình ảnh đẹp về TDDT trên bảng tin ảnh và facebook Trường

Tăng cường phổ biến tài liệu hướng dẫn tập luyện TDDT trên facebook Trường.

Biện pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TDDT 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 TDTT NK tới tất cả các Trường thực nghiệm.

Xây dựng được 02 văn bản quy định về hoạt động TDTT NK và chế độ chính sách cho giáo viên tham gia tổ chức, quản lý và hướng dẫn 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

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 trng 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: Nhóm đối chứng và thực nghiệm không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê.

Thời điểm sau thực nghiệm: nhịp tăng trưởng thể lực và tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn thể lực loại đạt và đạt tốt của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các nội dung kiểm tra trên các khối học.

(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 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 dục thể chất cho học sinh.

(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. Kết quả 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%.

(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 cho thấy: 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

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. Kết quả nghiên cứu tương đương với một số tác giả 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)...

3.3.3.2. Bàn luận về kết quả tổ chức thực nghiệm

Sau 01 năm học ứng dụng các biện pháp đã xây dựng và lựa chọn của luận án, chúng tôi đã tiến hành đánh giá hiệu quả thực nghiệm ứng dụng các biện pháp thông qua: 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) và Đánh giá hiệu quả thực hiện từng biện pháp. 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.

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 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 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.

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 TDTT 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 TDTT Tp. Hồ Chí Minh.