

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

VĂN ĐÌNH CƯỜNG

**NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO
DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC
TẠI THÀNH PHỐ VINH**

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

Bắc Ninh – Năm 2020

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

VĂN ĐÌNH CƯỜNG

**NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO
DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC
TẠI THÀNH PHỐ VINH**

Ngành: Giáo dục học

Mã số: 9140101

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

Cán bộ hướng dẫn khoa học:

1. PGS.TS Phạm Đình Bẩm

2. TS. Trần Trung

Bắc Ninh – Năm 2020

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan, đây là công trình nghiên cứu của riêng tôi. Các số liệu, kết quả nêu trong luận án là trung thực và chưa từng được ai công bố trong bất kỳ công trình nào. Nếu sai tôi xin chịu hoàn toàn trách nhiệm trước Hội đồng khoa học nhà trường và pháp luật nhà nước.

Bắc Ninh, ngày 10 tháng 04 năm 2020.

Tác giả luận án

Văn Đình Cường

DANH MỤC CÁC CHỮ VIẾT TẮT

CNXH:	Chủ nghĩa xã hội
CLB:	Câu lạc bộ
CSVC:	Cơ sở vật chất
DH&CD:	Đại học và Cao đẳng
ĐGTL:	Đánh giá thể lực
ĐC:	Đối chứng
GDTC:	Giáo dục thể chất
GD&ĐT:	Giáo dục và đào tạo
GP:	Giải pháp
HSSV:	Học sinh sinh viên
RLTT:	Rèn luyện thân thể
TB:	Trung bình
TCTL:	Tổ chức thể lực
TĐTT:	Thể dục thể thao
TN:	Thực nghiệm
TT:	Thể thao
TĐTL:	Trình độ thể lực
XPC:	Xuất phát cao
SPKT:	Sư phạm kỹ thuật

MỤC LỤC

LỜI CAM ĐOAN	i
DANH MỤC CÁC CHỮ VIẾT TẮT	ii
MỤC LỤC.....	iii
DANH MỤC BẢNG, BIỂU ĐỒ	vi
PHẦN MỞ ĐẦU	1
CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN VỀ CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU	5
1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất trong trường học.	5
1.2. Vai trò của giáo dục thể chất đối với mục tiêu giáo dục toàn diện ở nước ta... 10	
1.2.1. Một số khái niệm liên quan đến giáo dục thể chất.	10
1.2.2. Vai trò của giáo dục thể chất đối với mục tiêu giáo dục toàn diện.	14
1.3. Công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học hiện nay.....	26
1.3.1. Mục tiêu của giáo dục thể chất trong nhà trường	26
1.3.2. Những văn bản quy định về công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học ở nước ta.	28
1.3.3 Vị trí, nhiệm vụ của giáo dục thể chất trong các trường đại học ở nước ta	30
1.4. Cơ sở lý luận khoa học tổ chức và quản lý giáo dục thể chất	32
1.5. Các hình thức tổ chức buổi học thể dục thể thao trong trường học.....	33
1.6. Những yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục thể chất trong các trường Đại học.	36
1.6.1. Yếu tố tự nhiên và xã hội.	36
1.6.2. Yếu tố về cơ chế chính sách.....	38
1.6.3. Yếu tố về nguồn lực làm ảnh hưởng đến công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học.	39
1.6.4. Yếu tố chương trình đào tạo	45
1.7. Một số công trình nghiên cứu có liên quan.....	48
CHƯƠNG 2: PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU	54
2.1. Phương pháp nghiên cứu	54
2.1.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu	54
2.1.2. Phương pháp phỏng vấn tọa đàm	54

2.1.3. Phương pháp kiểm tra sự phạm	55
2.1.4. Phương pháp kiểm tra Y học	57
2.1.5. Phương pháp thực nghiệm sự phạm.....	58
2.1.6. Phương pháp toán học thống kê	59
2.2. Tổ chức nghiên cứu	60
2.2.1. Đối tượng và khách thể nghiên cứu	3
2.2.2. Phạm vi nghiên cứu	60
CHƯƠNG 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN	61
3.1. Thực trạng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.	61
3.1.1. Thực trạng chương trình môn học giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.	61
3.1.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên thể dục thể thao các trường Đại học tại thành phố Vinh.	63
3.1.3. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.	64
3.1.4. Thực trạng hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.....	66
3.1.5. Thực trạng về giờ học giáo dục thể chất nội khóa ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.	71
3.1.6. Thực trạng về chất lượng giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.....	73
3.1.7. Thực trạng công tác giáo dục thể chất của các trường Đại học tại thành phố Vinh qua đánh giá của sinh viên.	81
3.1.8. Thực trạng sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất của các trường Đại học tại thành phố Vinh.....	83
3.1.9. Các yếu tố và nguyên nhân làm ảnh hưởng đến hiệu quả công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.	84
3.2. Nghiên cứu lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.....	89
3.2.1. Cơ sở lý luận đề xuất giải pháp.	90
3.2.2. Lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất ở các	

<i>trường đại học tại thành phố Vinh</i>	92
<i>3.2.3. Mục đích, nội dung và cách thực hiện các giải pháp được lựa chọn.</i>	94
<i>3.2.4. Phỏng vấn các chuyên gia và cán bộ giảng viên về các biện pháp của 6 giải pháp đã lựa chọn.</i>	101
3.3. Hiệu quả của các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh.	108
<i>3.3.1. Xây dựng kế hoạch thực nghiệm</i>	109
<i>3.3.2. Kết quả sau thực nghiệm</i>	112
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	128

DANH MỤC BẢNG, BIỂU ĐỒ

Thể loại	TT	Nội dung	Trang
Bảng	3.1	Chương trình môn học giáo dục thể chất nội khóa của các trường Đại học tại thành phố Vinh.	61-62
	3.2	Thực trạng về đội ngũ giảng dạy giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh trong giai đoạn 2015-2018	63
	3.3	Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh	65
	3.4	Thực trạng tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh	66
	3.5	Nhu cầu tập luyện môn thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh	68
	3.6	Thống kê tình hình tổ chức các giải thể thao của trường và tham gia các giải thể thao ngoài trường trong 3 năm học trở lại đây	69
	3.7	Số lượng sinh viên các trường Đại học tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa(n=1486)	70
	3.8	Kết quả phỏng vấn về công tác lên lớp giờ học giáo dục thể chất chính khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh	72
	3.9	Kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh	73
	3.10	Thực trạng trình độ thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh	75-76
	3.11	So sánh giá trị trung bình các chỉ tiêu đánh giá thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh	76-77
	3.12	Đánh giá thể lực của Nam sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT	78

Bảng	3.13	Đánh giá thể lực của Nữ sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT	79
	3.14	Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh(n=1486)	82
	3.15	Kết quả phỏng vấn cán bộ về thực trạng sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40).	83
	3.16	Kết quả phỏng vấn các yếu tố làm ảnh hưởng đến hiệu quả công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40)	85
	3.17	Kết quả phỏng vấn nguyên nhân làm hạn chế đến chất lượng giáo dục thể chất của sinh viên ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40)	86
	3.18	Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất ở các trường đại học tại thành phố Vinh (n=40)	92-93
	3.19	Kết quả kiểm định mức độ tin cậy của các giải pháp	93
	3.20	Kết quả phỏng vấn các biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC các trường đại học tại thành phố Vinh (n=40)	102
	3.21	Kết quả kiểm định mức độ tin cậy của các biện pháp pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất các trường đại học tại thành phố Vinh	103
	3.22	Kế hoạch tập luyện các môn thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Vinh.	110
	3.23	So sánh kết quả 5 test thể lực chung trước thực nghiệm của Nam sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng.	111
	3.24	So sánh kết quả 5 test thể lực chung trước thực nghiệm của Nữ sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng	112
	3.25	So sánh kết quả 5 test thể lực chung sau thực nghiệm của	113

		sinh viên nam và nữ trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng	
	3.26	Nhịp độ tăng trưởng các test thể lực của Nam sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm	114
Bảng	3.27	Nhịp độ tăng trưởng các test thể lực của Nữ sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm	115
	3.28	So sánh nhịp độ tăng trưởng trung bình 5 test thể lực của các nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm	116
	3.29	So sánh giá trị trung bình các test với tiêu chuẩn đánh giá thể lực của sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm	118
	3.30	Số lượng sinh viên trường Đại học Vinh tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa và thành tích các giải thể thao được tổ chức sau thực nghiệm	121
	3.31	So sánh kết quả học tập thực hành giáo dục thể chất của sinh viên khóa 58 với các năm học trước ở trường Đại học Vinh sau thực nghiệm	123
	3.32	Số lượng kinh phí các tổ chức xã hội, doanh nghiệp và cá nhân tài trợ cho các hoạt động thể dục thể thao trường Đại học Vinh	125
	Biểu đồ	3.1	So sánh tỷ lệ % sinh viên tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của các trường đại học tại thành phố Vinh.
3.2		So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2014 - 2015	74
3.3		So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2015 – 2016	74-75
3.4		So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2016 – 2017	74-75

Biểu đồ	3.5	Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Vinh	80
	3.6	Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Vinh.	80-81
	3.7	Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh	80-81
	3.8	Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Kinh tế Nghệ An.	81
	3.9	Nhịp.0 độ tăng trưởng của 5 test thể lực giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng đối với sinh viên nam	117
	3.10	Nhịp độ tăng trưởng của 5 test thể lực giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng đối với sinh viên nữ	118
	3.11	Tỷ lệ % xếp loại trình độ thể lực của sinh viên nam trường Đại học Vinh sau thực nghiệm	119
	3.12	Tỷ lệ % xếp loại trình độ thể lực của sinh viên nữ trường Đại học Vinh sau thực nghiệm	120
	3.13	Số lượng sinh viên trường Đại học Vinh tham gia các hoạt động TT ngoại khóa và thành tích các giải thể thao được tổ chức trước và sau thực nghiệm	122
	3.14	So sánh kết quả học thực hành giáo dục thể chất của nhóm thực nghiệm so với sinh viên các năm học trước	124

PHẦN MỞ ĐẦU

Giáo dục thể chất (GDTC) là một quá trình sư phạm nhằm bảo vệ, tăng cường sức khỏe, hoàn thiện thể chất, rèn luyện nhân cách và trang bị những kỹ năng vận động cần thiết cho mỗi cá nhân trong cuộc sống. Thể chất và sự phát triển thể chất là một bộ phận quan trọng của giáo dục sức khỏe. Thể chất phát triển theo qui luật tự nhiên và chịu ảnh hưởng rất lớn của giáo dục. Trong đó GDTC đóng vai trò quyết định đến quá trình phát triển thể chất và tăng cường sức khỏe cho con người.

Trong những năm gần đây cùng với sự lớn mạnh của nền kinh tế Thế giới và các nước trong khu vực đã tạo tiền đề thúc đẩy nền kinh tế Việt Nam đi trên con đường công nghiệp hoá đất nước. Để làm tốt điều này Đảng và Nhà nước ta đã không ngừng quan tâm đến việc phát triển giáo dục.

Sự nghiệp công nghiệp hoá hiện đại hoá đất nước đòi hỏi giáo dục phải tạo ra những con người phát triển toàn diện về đức - trí - thể - mỹ và nghề nghiệp. Vì vậy GDTC trong hệ thống giáo dục nói chung và trong nhà trường nói riêng có ý nghĩa rất to lớn trong việc phát huy và bồi dưỡng nhân tố con người, góp phần không nhỏ nâng cao thể lực, giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hoá và phát huy tinh thần dân tộc của con người Việt Nam, tăng cường và giữ vững an ninh quốc phòng cho đất nước. Tại báo cáo của Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa IX, ngày 10 tháng 4 năm 2006 về phương hướng, nhiệm vụ phát triển kinh tế – xã hội 05 năm (2006 – 2010) nêu rõ: *“Đổi mới tư duy giáo dục một cách nhất quán, từ mục tiêu, chương trình, nội dung, phương pháp đến cơ cấu và hệ thống tổ chức, cơ chế quản lý để tạo được chuyển biến cơ bản và toàn diện của nền giáo dục nước nhà, tiếp cận với trình độ giáo dục của khu vực và thế giới”* [27, tr.42].

Con người là động lực của sự nghiệp xây dựng chủ nghĩa xã hội, là chủ thể của mọi sự sáng tạo, chủ thể của mọi của cải vật chất và văn hóa, chủ thể để xây dựng một xã hội công bằng, nhân ái. Như vậy, con người cần được phát triển toàn diện, phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần và trong sáng về đạo đức. Chỉ thị 36-CT/TW nêu rõ: *“Phát triển thể dục thể thao (TDTT) là một bộ phận quan trọng trong chính sách phát triển kinh tế - xã hội của Đảng và Nhà nước nhằm bồi dưỡng và phát huy nhân tố con người. Ngành TDTT phải góp phần nâng cao sức khỏe, thể lực, giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong*

phú đòi sống văn hóa tinh thần của nhân dân, nâng cao năng suất lao động xã hội” [3].

Nghị quyết 29-NQ/TW về “Đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và đào tạo” đã được Hội nghị trung ương 8 (khóa XI) thông qua; Mở rộng và nâng cao chất lượng hoạt động thể dục thể thao quần chúng là một trong những nhiệm vụ và giải pháp đầu tiên mà Nghị quyết 08-NQ-TW về “*Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020*” đã đưa ra nhằm: “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, tạo điều kiện thuận lợi để phát triển đa dạng các hình thức tổ chức tập luyện thể dục thể thao cho mọi người...” [48].

Thành phố Vinh là đô thị loại một, là quê hương của Chủ tịch Hồ Chí Minh kính yêu, một vị lãnh tụ cách mạng xuất sắc của dân tộc Việt Nam và Thế giới. Nhưng Người luôn luôn không ngừng học tập và rèn luyện sức khỏe cho bản thân, Bác luôn kêu gọi toàn dân luyện tập thể dục và bản thân Bác ngày nào cũng tập “Dân cường thì nước mới thịnh”. Hiện nay thành phố Vinh đang được Đảng và Nhà nước chỉ đạo đầu tư phát triển mạnh mẽ về mọi mặt để trở thành thành phố trực thuộc Trung ương. Chiến lược phát triển về số lượng và nâng tầm chất lượng của các trường Đại học trên địa bàn thành phố là một phần trong việc phát triển thành phố Vinh nói chung.

Thành phố Vinh có 5 trường Đại học trong đó có trường Đại học Công nghiệp Vinh tuyển sinh những năm qua được rất ít sinh viên. Chính vì vậy chúng tôi nghiên cứu trực tiếp tại các trường Đại học Vinh, Đại học sư phạm Kỹ thuật Vinh, Đại học Y khoa Vinh, Đại học Kinh tế Nghệ An. Các trường Đại học trên địa bàn thành phố Vinh đào tạo đa ngành có quy mô lớn được đặt trên mảnh đất hiếu học Nghệ An. Sứ mệnh của các trường là đào tạo nguồn nhân lực có trình độ đại học và trên đại học với chất lượng cao, nghiên cứu khoa học, chuyển giao công nghệ và hợp tác quốc tế trên mọi lĩnh vực nhằm phục vụ cho sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội cho tỉnh Nghệ An và vùng Bắc Trung bộ trong bối cảnh hội nhập toàn cầu.

Các trường Đại học tại thành phố Vinh đã và đang tiến hành tổ chức đào tạo theo hệ thống tín chỉ theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo đề ra. Đào tạo theo tín chỉ với mục đích phát huy tối đa tính tự giác chủ động tích cực học tập của người học. Cùng với việc nâng cao chất lượng đào tạo nói chung và nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên nói riêng đang được cán bộ chuyên môn và lãnh đạo các trường quan

tâm. Vấn đề này ở một số Học viện, trường Đại học và Cao đẳng trên toàn quốc đã có nhiều công trình khoa học nghiên cứu. Tuy nhiên các giải pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC mà các trường sử dụng chưa thường xuyên liên tục và chưa hiệu quả. Đặc biệt giải pháp xã hội hóa trong các hoạt động TĐTT của nhà trường chưa có tác giả nào ứng dụng. Chính vì lẽ đó chúng tôi tiến hành **“Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh”**.

Mục đích nghiên cứu:

Mục đích nghiên cứu của đề tài là thông qua cơ sở lý luận, cơ sở thực tế về chất lượng công tác GDTC tại các trường Đại học trên địa bàn thành phố Vinh. Từ đó lựa chọn và ứng dụng các giải pháp thích hợp, có tính khả thi theo hướng tích cực hóa hoạt động học tập của sinh viên, nhằm góp phần nâng cao chất lượng đào tạo GDTC cho sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh cũng như thực hiện mục tiêu phát triển GDTC của Đảng và Nhà nước.

Nhiệm vụ nghiên cứu:

Để đạt được mục đích nghiên cứu đặt ra đề tài đưa ra các nhiệm vụ cụ thể:

Nhiệm vụ 1: Nghiên cứu thực trạng công tác GDTC ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Nhiệm vụ 2: Nghiên cứu lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên các trường Đại học ở thành phố Vinh.

Nhiệm vụ 3: Đánh giá hiệu quả về những giải pháp đã lựa chọn nhằm nâng cao chất lượng GDTC tại trường Đại học Vinh.

Đối tượng và khách thể nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu: Là các giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên các trường Đại học ở thành phố Vinh.

Khách thể nghiên cứu: Là 1486 sinh viên tham gia phỏng vấn và kiểm tra thực trạng thể chất, cùng với 40 giáo viên, nhà quản lý công tác TĐTT của các trường Đại học tại thành phố Vinh gồm:

Đại học Vinh 762 sinh viên khóa 57(trong đó có 420 nữ) và 22 cán bộ TĐTT

Đại học SP KT Vinh 260 sinh viên khóa 12 hệ ĐH(trong đó có 76 nữ) và 06 cán bộ TĐTT

Đại học Y khoa Vinh 246 sinh viên khóa 3 hệ ĐH (trong đó có 152 nữ) và 04 cán bộ TĐTT

Đại học Kinh tế Nghệ An 218 sinh viên khóa 7 hệ ĐH (trong đó có 128 nữ) và 08 cán bộ TDTT

Khách thể tham gia thực nghiệm và đối chứng là 250 sinh viên (trong đó có 128 sinh viên nam, 122 sinh viên nữ) của khóa 58(khóa tuyển sinh đầu vào tháng 8 năm 2017) của trường Đại học Vinh được chia các nhóm cụ thể như sau:

Nhóm thực nghiệm: 165 sinh viên (trong đó có 85 nam và 80 nữ)

Nhóm đối chứng: 85 sinh viên (trong đó có 43 nam và 42 nữ)

Giả thuyết khoa học:

Hiệu quả về chất lượng GDTC cho sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh phụ thuộc vào nhiều yếu tố, nhưng qua nghiên cứu tìm hiểu công tác đào tạo GDTC tại các trường có chất lượng chưa cao là do nhiều nguyên nhân. Nhưng giả thuyết đưa ra nguyên nhân lớn nhất là chưa có các giải pháp cụ thể và nhà trường chưa thực sự đánh giá cao về tầm quan trọng công tác GDTC. Nếu đưa ra được các giải pháp phù hợp có tính khoa học, tính chiến lược và thực tiễn áp dụng trên khách thể nghiên cứu thì chất lượng GDTC ở các trường sẽ tốt hơn.

Ý nghĩa khoa học của luận án:

Luận án đã đề cập và đề xuất những vấn đề khoa học mới (về lý thuyết và thực tiễn) như sau:

Những vấn đề có tác dụng bổ sung, hoàn chỉnh làm phong phú thêm vốn kiến thức trong lĩnh vực khoa học thể dục thể thao

Luận án đã đánh giá được thực trạng công tác GDTC của các trường đại học tại thành phố Vinh tỉnh Nghệ An, phân tích điểm mạnh, điểm yếu về thực trạng của các trường từ đó xây dựng các giải pháp phù hợp để phòng vấn lựa chọn các giải pháp tối ưu ứng dụng vào thực nghiệm.

Ý nghĩa thực tiễn của luận án:

Những nội dung sáng tạo và phát triển có cơ sở khoa học dựa trên thành tựu đã có nhằm giải quyết những yêu cầu thực tiễn trong các hoạt động thể dục thể thao trường học. Luận án đã căn cứ vào các văn bản quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo; Căn cứ vào thực tế mô hình phát triển của các trường về đội ngũ, cơ sở vật chất trang thiết bị, quy mô đào tạo... để xây dựng các biện pháp trong những giải pháp được lựa chọn. Từ đó ứng dụng vào trong công tác đào tạo nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC của nhà trường.

CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN VỀ CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất trong trường học.

Quan điểm của Mác – Lênin đã khẳng định TDTT là hết sức cần thiết cho xã hội, bảo vệ thành quả cách mạng cho giáo dục toàn dân cũng như sự phát triển các điều kiện sống và lao động. Đã từ lâu Đảng và nhà nước luôn quan tâm đến công tác Thể dục thể thao nói chung, GDTC và Thể thao trường học nói riêng, bằng việc hoạch định đường lối, quan điểm Thể dục thể thao và được thể hiện xuyên suốt trong các chủ trương, đường lối của Đảng qua từng thời kỳ. Trong suốt chặng đường gần 90 năm lãnh đạo đất nước, Đảng ta luôn coi trọng công tác TDTT và được thể hiện rõ ở các Chỉ thị, Nghị quyết và trong các chương trình hành động cụ thể của Đảng và Nhà nước. Ngay từ lúc còn hoạt động bí mật Đảng ta đã coi trọng nền TDTT quốc dân và được thể hiện trong chương trình cứu nước của Mặt trận Việt Minh 3/1941 có đoạn: “...Cần phải khuyến khích và giúp đỡ nền TDTT quốc dân, làm cho nòi giống ngày thêm khỏe mạnh...”[71.tr.6].

Sau hòa bình lập lại ở miền Bắc, năm 1958 Chỉ 106 CT/TW về công tác TDTT của Đảng đã chỉ thị cho ban TDTT Trung ương: “...Vấn đề đào tạo cán bộ TDTT là rất cấp bách, Ban TDTT Trung ương phải có kế hoạch mở trường đào tạo cán bộ trung cấp TDTT và phải chọn một số cán bộ và vận động viên TDTT đi học dài hạn ở các nước anh em...”[71.tr.8].

Tại Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ III (1960), trong các báo cáo chính trị Đảng ta luôn đề cao vai trò to lớn của TDTT: “...Con người là vốn quý giá nhất của chế độ Xã hội chủ nghĩa, bảo vệ và bồi dưỡng sức khỏe của con người và nghĩa vụ và mục tiêu cao quý của các ngành Y tế và TDTT...”. Trong Báo cáo nhiệm vụ và kế hoạch 5 năm lần thứ nhất trình bày trước Đại hội đã nêu: “...Cần chú trọng đào tạo cán bộ TDTT...” [71.tr.12]. Tiếp đến tại Hội nghị Trung ương lần thứ 8 khóa III đã ra nghị quyết, nhấn mạnh phải đẩy mạnh hoạt động Y tế và TDTT. Trong Nghị quyết có nêu: “Bắt đầu đưa việc dạy thể dục và một số môn thể thao cần thiết vào chương trình học tập của các trường phổ thông, chuyên nghiệp và Đại học”. [71.tr.22].

Đến năm 1967, Đảng ra Chỉ thị 140 CT/TW về việc bảo vệ và bồi dưỡng sức khỏe của cán bộ nhân dân trước tình hình mới: “Chúng ta cần phát huy những khả

năng tiềm tàng của các cơ quan nhà nước, của các đoàn thể quần chúng ...Kết hợp phòng chữa bệnh với cải thiện việc ăn ở làm việc, TĐTT...để bồi dưỡng nâng cao sức khỏe cán bộ và nhân dân...” [71.tr.22].

Năm 1970, Trung ương Đảng tiếp tục ra chỉ thị 180 TC/TW về tăng cường công tác TĐTT trong tình hình mới: “Cần tăng cường xây dựng và bồi dưỡng hướng dẫn viên, cán bộ, HLV, VĐV thể thao...và có chủ trương biện pháp cải tiến công tác của các trường TĐTT nhằm nâng cao chất lượng đào tạo phù hợp với nhu cầu và nhiệm vụ mới” [71.tr.26].

Khi miền Nam được hoàn toàn giải phóng năm 1975, Đảng ta đã ra Chỉ thị 221 CT/TW tháng 6 năm 1975 về công tác giáo dục ở miền Nam sau ngày giải phóng. Chỉ thị nêu rõ: “Nội dung giáo dục phổ thông phải toàn diện, bao gồm giáo dục chính trị đạo đức cách mạng, giáo dục văn hóa khoa học, giáo dục kỹ thuật, giáo dục lao động và GDTC.” [71.tr.30]. Tiếp đến tháng 11 năm 1975, Ban Bí thư tiếp tục ra chỉ thị 227 CT/TW tiếp tục nhấn mạnh về công tác TĐTT trong tình hình mới với các biện pháp: “...Ngành TĐTT và các ngành khác có liên quan cần xây dựng quy hoạch bồi dưỡng cán bộ quản lý, cán bộ khoa học kỹ thuật, giáo viên TĐTT và xây dựng hệ thống trường TĐTT thích hợp với điều kiện của nước ta.” [71.tr.34].

Trong báo cáo chính trị do Tổng Bí thư Lê Duẩn trình bày trước Đại hội Đảng lần thứ IV năm 1976 khẳng định công tác TĐTT là một mặt cần thiết không thể thiếu trong giáo dục hiện đại. Báo cáo nhấn mạnh: “...Cần nâng cao chất lượng toàn diện của nội dung giáo dục, hiện đại hóa chương trình học tập khoa học và kỹ thuật, mở rộng kiến thức quản lý kinh tế...Coi trọng đúng mực giáo dục thẩm mỹ TĐTT và luyện tập quân sự.” [71.tr.35].

Đến tháng 01/1979, Trung ương Đảng ra Chỉ thị về cải cách giáo dục một lần nữa khẳng định vai trò của GDTC trong các trường học: “Ở trường PTTH cần coi trọng giáo dục thẩm mỹ, nghệ thuật và GDTC...”

Năm 1982, trong báo cáo chính trị tại Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ V Tổng Bí thư Lê Duẩn tiếp tục khẳng định: “...Cần tăng cường hệ thống tổ chức quản lý công tác TĐTT ở các cấp ngành, các đoàn thể, nâng cao chất lượng hiệu quả đào tạo bồi dưỡng cán bộ...”[71.tr.38].

Năm 1986, Báo cáo của BCH TW khóa VI đã tiến thêm một bước và nhấn mạnh: “Mở rộng và nâng cao chất lượng phong trào TĐTT quần chúng...Nâng cao

chất lượng GDTC trong các trường học..” [71.tr.42].

Tại báo cáo chính trị của BCH TW khóa VII năm 1991, Đảng ta tiếp tục khẳng định: “...Công tác TDTT cần coi trọng nâng cao chất lượng GDTC trong các trường học...”[74.tr.36].

Chỉ thị 36 CT/TW ngày 24 tháng 03 năm 1994, Ban Bí thư đã đưa ra các quan điểm chỉ đạo đối với công tác GDTC là: “...Thực hiện công tác GDTC trong tất cả các trường học, làm cho việc luyện tập TDTT trở thành nếp sống hàng ngày của hầu hết học sinh, sinh viên, thanh niên, chiến sỹ các lực lượng vũ trang...”. “Ban cán sự Đảng Bộ Giáo dục và Đào tạo, Ban cán sự Đảng Tổng cục TDTT phối hợp chỉ đạo công tác GDTC, cải tiến chương trình giảng dạy, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể; Đào tạo giáo viên cho trường học tất cả các cấp, tạo những điều kiện cần thiết về cơ sở vật chất để thực hiện chế độ GDTC bắt buộc ở các trường học.” [3].

Năm 2001, tại Đại hội Đảng lần thứ IX đã chỉ rõ: “Cần tiếp tục đổi mới, tạo chuẩn biến rõ nét về chất lượng và hiệu quả GDTC nhằm đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa hiện đại hóa đất nước...”[47.tr.41]. Triển khai thực hiện Nghị quyết Đại hội IX của Đảng, Ban bí thư Trung ương Đảng đã ban hành chỉ thị số 17/CT-TW(23/10/2002) về phát triển thể dục-thể thao đến năm 2010, đã giao cho ngành Thể dục thể thao và giáo dục đào tạo đẩy mạnh hoạt động Thể dục thể thao ở trường học, đảm bảo mỗi trường học đều có giáo viên chuyên trách.

Tại Đại hội lần thứ X của Đảng năm 2006, một trong những mục tiêu và phương hướng tổng quát của giai đoạn 5 năm (2006 – 2010) đã được Đại hội xác định là: “Giáo dục và đào tạo cùng với khoa học và công nghệ là quốc sách hàng đầu, là nền tảng và động lực thúc đẩy công nghiệp hoá, hiện đại hoá đất nước”. Khi đề cập đến vấn đề sức khoẻ của nhân dân, Đại hội cũng xác định cần phải “Xây dựng chiến lược quốc gia về nâng cao sức khoẻ, tầm vóc con người Việt Nam, tăng tuổi thọ và cải thiện chất lượng giống nòi. Tăng cường thể lực của thanh niên” [30, tr.20].

Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa XI (2013) Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 của Hội nghị lần thứ 8 Ban chấp hành Trung ương Đảng khóa XI về đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và Đào tạo [4].

Trước hiện trạng sự nghiệp Thể dục thể thao của đất nước nói chung và công tác Thể dục thể thao trường học nói riêng đang có nhiều bất cập và hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu của đất nước. Tháng 12/2011, Bộ chính trị đã ban hành Nghị quyết

số 08-NQ-TW về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020, trong phần đánh giá những tồn tại, hạn chế, Nghị quyết đã chỉ rõ: "Giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong học sinh, sinh viên chưa thường xuyên và kém hiệu quả" [48]. Để đạt được mục tiêu đến năm 2020 "Phấn đấu 90% học sinh, sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể", Nghị quyết đã đề ra các giải pháp nâng cao chất lượng, hiệu quả giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong trường học.

Hiến pháp nước Việt Nam dân chủ Cộng hòa từ năm 1960 đã khẳng định: "Nhà nước chú trọng đặc biệt giáo dục thanh niên về đạo đức, trí tuệ và thể dục". Hiến pháp năm 1980 nước Cộng hòa Xã hội chủ nghĩa Việt Nam, Điều 41 nêu rõ: "Nền Thể dục thể thao Việt Nam có tính chất dân tộc, khoa học và nhân dân, được phát triển mạnh mẽ, cân đối, nhằm tăng cường sức khỏe và bồi dưỡng thể lực của nhân dân để xây dựng chủ nghĩa xã hội và bảo vệ tổ quốc". Đến Hiến pháp năm 1992 thì làm rõ hơn vị trí, trách nhiệm của công tác giáo dục thể chất. Điều 41 Hiến pháp (1992) quy định: "Nhà nước quản lý thống nhất công tác Thể dục thể thao, quy định các chế độ giáo dục thể chất bắt buộc trong trường học, khuyến khích và giúp đỡ phát triển các hình thức tập luyện Thể dục thể thao tự nguyện của nhân dân..." [20, tr.21].

Sau khi cách mạng tháng 8/1945 thành công. Tháng 01/1946 Bác Hồ ra Sắc lệnh số 14 thành lập Nha Thể dục Trung ương để gây dựng phong trào tập luyện thể dục, tăng cường sức khỏe đại chúng, cải tạo giống nòi [71, tr.41]. Từ năm 1956, khi miền Bắc bắt đầu quá trình xây dựng Chủ nghĩa xã hội, nhằm phát triển phong trào Thể dục thể thao, đưa các hoạt động Thể dục thể thao và công tác giáo dục thể chất ở các địa phương đi vào nề nếp, Thủ tướng chính phủ đã ra Chỉ thị lập cơ quan Thể dục thể thao ở các thành phố và các tỉnh (21/12/1956). Đến tháng 3/1957, Thủ tướng Chính phủ ban hành Nghị định thành lập Ban Thể dục thể thao trung ương trực thuộc Thủ tướng Chính phủ. Đến tháng 7/1961, Ban TDTT được nâng lên thành Ủy ban TDTT trực thuộc Hội đồng Chính phủ có trách nhiệm chỉ đạo công tác Thể dục thể thao theo đường lối, chính sách của Đảng và Nhà nước [71, tr.44]. Điều đó, cho thấy nhà nước và Chính phủ rất coi trọng vai trò quản lý nhà nước đối với công tác TDTT.

Để tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển Thể dục thể thao nước nhà, ngày 07/3/1995, Thủ tướng Chính phủ ban hành Chỉ thị 133/TTg về việc xây dựng quy hoạch phát triển ngành Thể dục thể thao. Chỉ thị đã giao cho ngành Giáo dục và đào

tạo: "Cần đặc biệt coi trọng việc giáo dục thể chất trong nhà trường, cải tiến nội dung giảng dạy Thể dục thể thao nội khóa, ngoại khóa, quy định rèn luyện thân thể cho học sinh ở các cấp học, có quy chế bắt buộc các trường học phải có sân bãi, phòng tập Thể dục thể thao, có định biên hợp lý và có kế hoạch đào tạo đội ngũ giáo viên Thể dục thể thao, đáp ứng nhu cầu của các cấp học" [57].

Quyết định số 2160/QĐ- TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt "Quy hoạch phát triển Thể dục thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030". Quyết định đã có những chỉ tiêu về đội ngũ, đất đai cho công tác GDTC trong trường học đến năm 2015, quy hoạch đến 2020 và định hướng đến năm 2030 [62].

Sau khi pháp lệnh được ban hành tháng 11/2006 Quốc hội đã thông qua Luật thể dục thể thao, ghi dấu ấn mới cho sự phát triển Thể dục thể thao của nước nhà. Luật Thể dục thể thao đã dành riêng mục 2 gồm 6 điều để quy định về công tác giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường, đây là cơ sở pháp lý để Nhà nước, Chính phủ và các Bộ ngành tăng cường trách nhiệm đối với công tác Thể dục thể thao nói chung, hoạt động Giáo dục thể chất và thể thao trong trường học nói riêng [72]. Nhằm đưa công tác Giáo dục thể chất trong nhà trường trở thành một bộ phận quan trọng của sự nghiệp giáo dục và đào tạo, cũng như xác định đúng đắn về vị trí giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường các cấp.

Tháng 12/2010, Thủ tướng Chính phủ đã phê duyệt Chiến lược phát triển Thể dục thể thao Việt Nam đến năm 2020, trong Chiến lược đã dành riêng một phần quan trọng trong công tác Giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường. Khi đề cập đến những yếu kém, tồn tại của công tác Giáo dục thể chất, chiến lược đã nêu rõ: "Công tác Giáo dục thể chất trong nhà trường và các hoạt động thể thao ngoại khóa của học sinh, sinh viên chưa được coi trọng, chưa đáp ứng yêu cầu duy trì và nâng cao sức khỏe cho học sinh, 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..." [59, tr.51].

Ngày 31/01/2015 Chính phủ ban hành nghị định số 11/2015/NĐ-CP, Quy định về Giáo dục thể chất và hoạt động Thể thao trong nhà trường. Nghị định nêu bật vị trí của Giáo dục thể chất 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, học sinh, sinh viên 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 [63].

Nhằm phát triển Giáo dục thể chất và thể thao trong trường học được thuận lợi và đồng bộ hơn, tại Điều 21, Luật thể dục, thể thao do Quốc hội ban hành năm 2006. Trong đó đồng bộ các cơ quan chức năng của bộ máy Nhà nước ta từ Trung ương đến địa phương đều phải đặc biệt quan tâm phát triển Giáo dục thể chất và thể thao trong trường học. Bộ Văn hóa, thể thao, Du lịch và Bộ Giáo dục & Đào tạo đã cùng phối hợp xây dựng chương trình giáo dục thể chất, đào tạo, bồi dưỡng giáo viên, giảng viên thể dục thể thao, hướng dẫn nội dung hoạt động thể thao ngoại khóa trong nhà trường; Xây dựng cơ sở vật chất phục vụ giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường [72].

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2003), *Quyết định số 32/2003/QĐ-BGD&ĐT ngày 11/7/2003 về việc Ban hành quy chế tổ chức và hoạt động của trường, lớp năng khiếu TDTT trong giáo dục phổ thông*. Qua đó giúp các trường lớp năng khiếu TDTT trong trường phổ thông có điều kiện phát triển [11].

Bộ Văn hóa Thể thao và Du lịch phối hợp với Bộ Giáo dục và Đào tạo chỉ đạo: “Từng bước tăng cường đội ngũ giảng viên, giáo viên thể dục thể thao trong trường học, ... đáp ứng yêu cầu và nâng cao hiệu quả việc dạy và học môn thể dục, thúc đẩy ứng dụng tiến bộ khoa học kỹ thuật trong lĩnh vực thể thao và giáo dục thể chất” [13, tr.32].

1.2. Vai trò của giáo dục thể chất đối với mục tiêu giáo dục toàn diện ở nước ta.

1.2.1. Một số khái niệm liên quan đến giáo dục thể chất.

Thể chất

Theo từ điển tiếng Việt của Nguyễn Như Ý thì: “Thể chất hiểu theo nghĩa hẹp là chất lượng cơ thể” [76.tr.1555].

Theo Nôvicốp A.Đ, Matveep L.P: “Thể chất là thuật ngữ chỉ chất lượng của cơ thể con người. Đó là những đặc trưng về hình thái và chức năng của cơ thể được thay đổi và phát triển theo từng giai đoạn và các thời kỳ kế tiếp nhau theo quy luật sinh học. Thể chất được hình thành và phát triển do bẩm sinh di truyền và những điều kiện sống tác động” [52, tr 10].

Theo Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006): “Thể chất chỉ chất lượng thân thể con người. Đó là những đặc trưng tương đối ổn định về hình thái và chức năng của cơ thể được hình thành và phát triển do bẩm sinh di truyền và điều kiện sống (bao gồm cả

giáo dục, rèn luyện)” [66, tr.18]. Các tác giả cho rằng: Thể chất bao gồm hình thái (thể hình), chức năng và năng lực vận động.

Theo Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành, Thể chất là chỉ chất lượng của cơ thể. Đó là những đặc trưng tương đối ổn định, có tính tổng hợp bao gồm các yếu tố về hình thái cơ thể, chức năng tâm – sinh lí và tổ chức thể lực được biểu hiện trên cơ sở di truyền và hậu dưỡng [40, tr.295].

Phát triển thể chất

Theo Nôvicốp A.Đ, Matveep L.P: “Phát triển thể chất của con người là quá trình biến đổi các tính chất hình thái và chức năng tự nhiên của cơ thể con người trong suốt cả cuộc sống cá nhân của nó” [52, tr.4].

Tuy nhiên theo Matveep L.P phát triển thể chất của con người còn phụ thuộc vào các điều kiện sống và hoạt động của con người (điều kiện phân phối và sử dụng sản phẩm vật chất, giáo dục, lao động, sinh hoạt ...) và do đó sự “phát triển thể chất của con người là do xã hội tác động và tác động ở mức độ quyết định” [52, tr.296].

Theo Hà Thế Ngữ, Đặng Vũ Hoạt cho rằng: Phát triển thể chất là quá trình biến đổi và hình thành các thuộc tính tự nhiên về hình thái và về các mặt chức năng của cơ thể con người trong quá trình cuộc sống xã hội và cá nhân của con người.

Sự phát triển thể chất phụ thuộc vào những qui luật khách quan của tự nhiên: qui luật thống nhất giữa cơ thể với môi trường sống, qui luật tác động qua lại giữa sự thay đổi chức năng và cấu tạo của cơ thể, quy luật thay đổi dần dần về số lượng và chất lượng của cơ thể,...[51, tr. 156].

Theo Trịnh Trung Hiếu, phát triển thể chất là quá trình hình thành và thay đổi hình thái và chức năng sinh vật học của cơ thể con người; quá trình đó xảy ra dưới ảnh hưởng của điều kiện sống, mà đặc biệt là giáo dục [37, tr. 3].

Theo Lư Quang Hiệp và cộng sự, Phát triển thể chất chính là một tổ hợp các tính chất, hình thái và chức năng chức phận của cơ thể quy định khả năng hoạt động thể lực của cơ thể [35, tr. 27].

Giáo dục thể chất

Thuật ngữ Giáo dục thể chất có từ lâu trong ngôn ngữ nhiều nước. Ở nước ta, do bắt nguồn từ gốc Hán – Việt nên cũng có người gọi tắt giáo dục thể chất là thể dục theo nghĩa tương đối hẹp. Vì theo nghĩa rộng của từ Hán – Việt cũ, thể dục còn có nghĩa là thể dục thể thao. Thông thường, người ta coi Giáo dục thể chất là một bộ phận

của thể dục thể thao. Nhưng chính xác hơn, đó còn là một trong những hình thức hoạt động cơ bản có định hướng rõ của thể dục thể thao trong xã hội, một quá trình có tổ chức truyền thụ và tiếp thu những giá trị của thể dục thể thao trong hệ thống giáo dục – giáo dưỡng chung (chủ yếu trong nhà trường).

Theo Nguyễn Toán và Phạm Danh Tôn: “Giáo dục thể chất là một loại hình giáo dục mà nội dung chuyên biệt là dạy học vận động (động tác) và phát triển có chủ định các tố chất vận động của con người” [66, tr. 22]. Từ quan niệm trên ta có thể coi phát triển thể chất là một phần hệ quả của giáo dục thể chất. Quá trình phát triển thể chất có thể chỉ là bẩm sinh tự nhiên (sự phát triển thể chất tự nhiên của trẻ khi đang lớn) hoặc còn có thêm tác động có chủ đích, hợp lý của GDTC mang lại.

Giáo dục thể chất là quá trình giải quyết những nhiệm vụ giáo dục, giáo dưỡng mà đặc điểm của quá trình này là có tất cả các dấu hiệu chung của quá trình sư phạm, vai trò chỉ đạo của nhà sư phạm, tổ chức hoạt động tương ứng với các nguyên tắc sư phạm nhằm hoàn thiện thể chất, nhân cách, năng lực vận động và nâng cao khả năng làm việc và kéo dài tuổi thọ của con người.

Giáo dưỡng thể chất

Theo P.Ph.Lexgaphov (1837 – 1909), nhà bác học Nga nổi tiếng, nhà sư phạm, nhà hoạt động xã hội, người sáng lập học thuyết giáo dưỡng thể chất, bản chất của giáo dưỡng thể chất là làm sao để học, tách riêng các cử động ra và so sánh chúng với nhau, điều khiển có ý thức các cử động đó và thích nghi với các trở ngại, đồng thời khắc phục các trở ngại đó sao cho khéo léo và kiên trì nhất [53, tr 45].

Hoàn thiện thể chất

Theo Aulic: “Hoàn thiện thể chất là tổng hợp các ý niệm về phát triển thể chất cân đối ở mức độ hợp lý và về trình độ huấn luyện thể lực toàn diện của con người” [2, tr. 44].

Thể lực

Thể lực là sức lực của cơ thể, biểu hiện qua các tố chất thể lực. Tố chất thể lực là những mặt riêng biệt về khả năng vận động của con người. Bao gồm sức nhanh, mạnh, bền, khéo léo và mềm dẻo. Tố chất thể lực thường được thể hiện trong khi làm động tác và phụ thuộc vào cấu trúc của động tác. Ngoài ra, việc thể hiện các tố chất còn phụ thuộc trạng thái người tập và điều kiện thực hiện.

Các tố chất như sức mạnh, sức nhanh, sức bền và mềm dẻo là những yếu tố

mang tính năng lượng (vì phụ thuộc chủ yếu vào việc cung cấp năng lượng) còn khả năng phối hợp vận động (khéo léo) là một yếu tố mang tính thần kinh – cơ (vì chủ yếu liên quan đến sự điều khiển của hệ thần kinh – cơ). Hai thuật ngữ tố chất thể lực và tố chất vận động tương đồng về nghĩa vì cùng phản ánh những nhân tố, những mặt tương đối khác nhau của thể lực con người. Tuy nhiên, khi nói tố chất vận động là muốn nhấn mạnh mặt điều khiển động tác của hệ thần kinh trung ương. Khi nói tố chất thể lực là muốn nhấn mạnh đến đặc trưng sinh học của cơ thể [34, tr.23].

Phương pháp: Là cách thức nghiên cứu dưới góc độ lý thuyết hoặc thực nghiệm các hiện tượng hay quá trình đào tạo nào đấy. Phương pháp là công cụ để giải quyết nhiệm vụ chủ yếu khoa học (chỉ ra các quy luật hoạt động khách quan). Phương pháp xác định sự cần thiết và vai trò của việc vận dụng các quy nạp hoặc phép suy diễn, phân tích và tổng hợp, so sánh các kết quả nghiên cứu lý luận và thực nghiệm. Hay nói một cách khác nữa phương pháp là toàn thể các bước đi mà tư duy tiến hành theo một trình tự phù hợp với lý luận, nhằm tìm ra chân lý khoa học (phát hiện những điều chưa biết, chứng minh những điều đã biết).

Biện pháp: Từ điển Tiếng Việt năm 2010 của Viện ngôn ngữ học thì biện pháp có nghĩa là: “Cách làm, cách giải quyết một vấn đề cụ thể”[75]. Như vậy biện pháp là cách làm, hành động lựa chọn có cơ sở pháp lý hay dựa trên một quyền lực để đi tới một mục đích nhất định. Nó là cách thức làm theo những bước có quan hệ với nhau khi tiến hành một việc có mục đích.

Giải pháp: Là đưa ra cách giải quyết một vấn đề nào đó mang tính chiến lược. Là toàn bộ những ý nghĩ có hệ thống cùng với những quyết định và hành động theo sau, dẫn tới việc sẽ khắc phục một khó khăn nào đó.

Yếu tố: Là một trong những bộ phận có quan hệ phối hợp nhau thành một toàn thể.

Giải pháp nâng cao hiệu quả của GDTC đó là phương pháp giải quyết các bài tập thể chất trên đối tượng khách thể nhằm đạt được mục đích của GDTC.

Sức khỏe: Theo Tổ chức y tế Thế giới (WHO), sức khỏe được hiểu là trạng thái hài hòa về thể chất, tinh thần xã hội, mà không chỉ có nghĩa là không có bệnh hay thương tật, cho phép mỗi người thích ứng nhanh chóng với các biến đổi của môi trường, giữ được lâu dài khả năng lao động và lao động có kết quả [23].

1.2.2. Vai trò của giáo dục thể chất đối với mục tiêu giáo dục toàn diện.

1.2.2.1. Giáo dục con người toàn diện dưới góc nhìn của Các-Mác, Ăng-Ghen, Lê Nin và Hồ Chí Minh.

Từ khi C.Mác và Ph.Ăng-ghen mất đi đến nay thế giới đã có nhiều đổi thay kỳ diệu, không ít những sản phẩm tinh thần của thời đó nay đã bị lịch sử vượt qua. Tuy vậy có những tư tưởng lớn, trong đó tư tưởng về giáo dục của Ph.Ăng-ghen đã được thực tiễn kiểm nghiệm và đời sau kế thừa phát triển. C.Mác từng nói: thế hệ sau phải biết đứng trên vai thế hệ trước mà tiến lên. Trên tinh thần ấy, chúng ta trở lại với triết lý giáo dục mà Ph.Ăng-ghen khẳng định trong cuốn Chống Duy-rinh: "... nền giáo dục ấy sẽ kết hợp lao động sản xuất với việc giảng dạy và thể dục; và như thế không chỉ với tư cách là một phương pháp để làm tăng thêm sản xuất xã hội mà còn là một phương pháp duy nhất để tạo ra những con người phát triển một cách toàn diện". [42,tr.23] Tư tưởng này được C.Mác chỉ ra trong bộ Tư bản, Ph.Ăng-ghen không những là người đồng tình và phát triển mà chính bản thân ông trên con đường học tập, tự giáo dục và tự đào tạo, nghiên cứu và đấu tranh cách mạng đã để lại cho loài người một triết lý giáo dục sống động, trường tồn cùng với sự phát triển của nhân loại. Chính hoạt động thực tiễn của Ph.Ăng-ghen đã minh chứng cho triết lý giáo dục mà C.Mác và ông đã nêu ra: học thấu đáo, thiết thực, không chạy theo hình thức, học vị, học toàn diện, học để hành, tự học là chính, học suốt đời, học để phụng sự cách mạng... Triết lý giáo dục ấy, người Việt Nam đã noi theo và vận dụng thành công trong thế kỷ XX cùng với cuộc cách mạng xã hội vĩ đại của dân tộc mình. Triết lý giáo dục ấy đã gỡ tư tưởng giáo dục hiện đại mà UNESCO nêu ra cho thế kỷ XXI. Trong đó, mục đích của giáo dục trước hết là đào tạo ra những con người biết làm việc. Làm việc, biết làm việc, biết tự tìm ra việc làm, cách làm là điều căn cốt nhất và là điều kiện duy nhất sống còn của loài người. Có lao động mới thành người; lao động là giá trị bất biến duy nhất - Ph.Ăng-ghen đã nói thế. Biết làm việc mới biết làm người - Hồ Chí Minh cũng khẳng định như vậy, không chỉ biết làm việc, mà còn phải biết phụng sự. Bản chất của loài người là có tính xã hội, tính cộng đồng, là phấn đấu cho tự do. Không ai có thể tự mình mà sống, mà phát triển được. Tất cả đều phải liên hệ và phụ thuộc vào nhau, trong đó "tự do của mỗi người là điều kiện cho sự phát triển tự do của tất cả mọi người" (C.Mác). Do đó, mục đích của nền giáo dục là đào tạo ra con người có lý tưởng, có hoài bão, biết phụng sự, biết mọi người vì mình nên mình phải biết sống vì

mọi người: “Học để phụng sự Đoàn thể, giai cấp và nhân dân, Tổ quốc và nhân loại” [42, tr.34]. Biết tự sửa chữa, biết xấu hổ do đó họ biết tự giáo dục, tu dưỡng tư tưởng, đạo đức là mục đích thứ ba của giáo dục. Từ trong mỗi con người, do quá trình sinh tồn và phát triển, ai cũng có cái thiện và cái ác, cái xấu và cái tốt. Vì vậy giáo dục là để giúp cho mỗi con người, cái tốt đua nở như hoa mùa xuân và cái xấu, cái ác lụi tàn đi. Vì vậy, một nền giáo dục tốt là phải giúp cho con người biết thức ngộ: “Học để sửa chữa tư tưởng... Học để tu dưỡng đạo đức cách mạng... Học để tin tưởng... Học để hành, “nói đi đôi với làm” [42, tr.37].

Giáo dục nói chung, trong đó có GDTC nói riêng đã được nhấn mạnh trong các tác phẩm của Mác – Ăng – Ghen. Trong chỉ thị gửi các Đại biểu Hội đồng Trung ương lâm thời dự Đại hội của Hội Liên Hiệp Công nhân Quốc Tế (1886), C.Mác viết: “Về giáo dục tối thiểu 3 điều: Thứ nhất là giáo dục trí tuệ; Thứ hai là giáo dục những gì đang dạy trong các trường thể dục và trong các trường quân sự; Thứ ba là giảng dạy kỹ thuật, tức là làm cho trẻ em hoặc thiếu niên hiểu biết những nguyên tắc cơ bản của tất cả quá trình sản xuất”. Thể dục là một trong những mặt cơ bản của giáo dục. Sự kết hợp trí tuệ, thể dục với lao động sản xuất “không chỉ là một phương tiện để nâng cao sản xuất xã hội mà còn là phương thức duy nhất để tạo ra những con người phát triển toàn diện” [42, tr.44].

V.I.Lênin đã kế thừa, vận dụng và phát triển những tư tưởng của C.Mác và Ph.Ăngghen về giáo dục và đào tạo trong thực tiễn cách mạng nước Nga, trong bối cảnh xây dựng chủ nghĩa xã hội ở nước Nga vào những thập niên đầu của thế kỷ XX. Tại Đại hội Toàn Nga về công tác giáo dục lần thứ nhất diễn ra vào ngày 28/8/1918, V.I.Lênin đã khẳng định vai trò to lớn của công tác giáo dục toàn diện, coi đó là một trong những điều kiện quan trọng đảm bảo thắng lợi trong sự nghiệp xây dựng chủ nghĩa xã hội. V.I.Lênin nói: “ Sự nghiệp của nhà trường chúng ta cũng là đấu tranh đánh đổ giai cấp tư sản; chúng ta tuyên bố công khai rằng: nói nhà trường đứng ngoài cuộc sống, ngoài chính trị, là nói dối và lừa bịp”. Một trong những điều kiện cơ bản, tiên quyết để nâng cao năng suất lao động là phải nâng cao trình độ học vấn và văn hóa cho quần chúng nhân dân lao động. Điều này, chỉ có thể thực hiện được và thực hiện đạt hiệu quả tối ưu nhất là thông qua giáo dục và bằng giáo dục.

V.I.Lênin cho rằng, khi cách mạng mới thành công, bước đầu củng cố chính quyền thì nhiệm vụ của công tác giáo dục là tuyên truyền và giáo dục về tư tưởng, chính trị là chủ yếu. Khi cách mạng bước sang giai đoạn hoà bình, xây dựng đất nước

thì nhiệm vụ của công tác giáo dục cũng phải có sự thay đổi theo cho phù hợp. Sự thay đổi đó thể hiện ở chỗ: công tác giáo dục và đào tạo phải luôn gắn liền, bám sát với thực tiễn cuộc sống, giáo dục và đào tạo phải trở thành đòn bẩy, thành công cụ, thành nguồn nội lực bên trong của quá trình phát triển kinh tế - xã hội.

Tư tưởng giáo dục tổng hợp toàn diện là tư tưởng giáo dục có ý nghĩa hết sức to lớn đối với thời kỳ CNH, HĐH ở Nga. Cuối năm 1920, khi nhận xét bản “Đề cương báo cáo về giáo dục” của Crúpxcaia, V.I.Lênin viết: Bất cứ trong hoàn cảnh nào, chúng ta phải mau chóng từng bước chuyển sang giáo dục kỹ thuật tổng hợp...để mang lại cho học sinh một tầm nhìn kỹ thuật tổng hợp và các tri thức cơ bản ban đầu của giáo dục kỹ thuật tổng hợp,..cụ thể là các bài giảng về điện, điện khí hoá, về nông học, về hoá học. Kết hợp với tham quan nhà máy, nhất là nhà máy điện, nông trường, bảo tàng kỹ thuật...Tư tưởng này thực hiện trong thực tế, xuất phát từ nguyên lý giáo dục kết hợp với lao động sản xuất do C.Mác và Ph.Ăngghen tổng kết thời kỳ đầu cách mạng công nghiệp. V.I.Lênin và các nhà giáo dục Nga đã đưa lên thành nguyên tắc cơ bản của nền giáo dục xã hội chủ nghĩa ở nước Nga, chỉ đạo việc tổ chức nhà trường và tiến hành hoạt động giáo dục, giảng dạy. Từ đó, tất cả các trường phổ thông đều mang tính chất giáo dục lao động và giáo dục kỹ thuật tổng hợp. Bên cạnh những quan điểm về giáo dục và đào tạo nêu trên, V.I.Lênin còn đưa ra khẩu hiệu nổi tiếng: “Học, học nữa, học mãi!”, đã trở thành khẩu hiệu, thành câu châm ngôn của hàng triệu, triệu các thế hệ không chỉ của nền giáo dục ở Nga, mà còn là khẩu hiệu của nền giáo dục ở nhiều quốc gia trên thế giới, trong đó có Việt Nam.

Lê Nin còn khẳng định tính biện chứng của sự phát triển hài hoà giữa thể chất và tinh thần rằng: “Tinh thần khoẻ mạnh phụ thuộc vào thân thể khoẻ mạnh”.

Các mối quan hệ biện chứng giữa các mặt giáo dục, cho chúng ta thấy được tầm quan trọng của giáo dục thể chất và các hoạt động thể thao. Các- Mác nhấn mạnh: “Trong nền giáo dục của xã hội tương lai, lao động và khoa học sẽ chiếm một vị trí ngang nhau, bởi vì đó là phương pháp duy nhất để phát triển con người toàn diện và cũng là phương pháp tin cậy nhất để tăng cường sức sản xuất cho xã hội” [42, tr.34].

Ngày 27/03/1946, Bác Hồ lại gửi thư kêu gọi nhân dân tập luyện Thể dục để giữ gìn sức khỏe. Người chỉ cho nhân dân thấy rằng: “Giữ gìn dân, xây dựng nước nhà, gây đời sống mới, việc gì cũng cần có sức khỏe mới thành công” và người đã chỉ rõ, muốn có sức khỏe thì “nên tập luyện thể dục” và coi đó là “bổn phận của mỗi

người dân yêu nước” [24, tr.13].

Giáo dục toàn diện là một quan điểm lớn trong tư tưởng Hồ Chí Minh về giáo dục: " Trong việc giáo dục và học tập, phải chú trọng đủ các mặt: đạo đức cách mạng, giác ngộ XHCN, văn hóa, kỹ thuật, lao động và sản xuất. Trong văn hóa, mọi người cần có những hiểu biết nhất định về lịch sử, văn hóa và địa dư nước nhà, tức là thu hái được những điều hiểu biết quý báu của các đời trước để lại như Lênin đã dạy. Đồng thời người học phải học tiếng nước ngoài, được trang bị những kiến thức nhất định về văn hóa nhân loại để từng bước vươn lên làm chủ về khoa học, kỹ thuật. Phải "Học hay cày giỏi", tức là kết hợp chặt chẽ lao động trí óc với lao động chân tay, chứ không phải "muôn nghề đều thấp kém, chỉ nghề đọc sách là cao" như quan niệm nhà Nho trước kia. Một điều mấu chốt là "Phải dạy lý luận Mác - Lênin cho mọi người". Nhưng "Học tập chủ nghĩa Mác - Lênin là học tập cái tinh thần xử trí mọi việc, đối với mọi người và đối với bản thân mình; là học tập chung chân lý phổ biến của chủ nghĩa Mác - Lênin để áp dụng một cách sáng tạo vào hoàn cảnh thực tế của nước ta . Trong công tác giáo dục, Hồ Chí Minh đã đặt đạo đức lên hàng đầu. Ở các nước phương Đông, nhất là ở Việt Nam, đạo đức vốn là một sức mạnh to lớn. Không phải ngẫu nhiên mà hiện nay trường học đang trở về phương châm "Tiên học lễ, hậu học văn" theo một tinh thần mới và một nội dung mới cao hơn để phục vụ đắc lực cho nhiệm vụ cách mạng. Lễ là đạo đức, văn là tri thức khoa học. Đạo đức và kiến thức phải đi đôi, hỗ trợ nhau để tạo ra con người mới. Đó chính là chúng ta đang trở lại với giá trị chân chính của tư tưởng người xưa. Trong Di chúc, Hồ Chí Minh nói tới việc cần thiết đào tạo một lớp người "vừa hồng, vừa chuyên". Nhiều lần, Người đề cập tới việc dạy "đạo đức công dân", một nội dung học không phải là xa lạ, cao siêu khó thực hiện, mà nó nằm ngay bên trong và là nền tảng của đời sống hàng ngày. Đó là lòng yêu nước và những tình cảm tốt đẹp, trước hết là tình thương yêu người ruột thịt, thầy, cô giáo, bạn bè, đồng chí, yêu đồng bào, yêu Tổ quốc.

Bác Hồ là người luôn chăm lo đến sức khỏe toàn dân, dân cường thì nước mới thịnh. Ngày 31/03/1960, Bác Hồ tự tay viết thư gửi hội nghị cán bộ Thể dục thể thao toàn miền Bắc. Trong thư, Người dạy: “Muốn lao động sản xuất tốt, công tác và học tập tốt, thì cần có sức khỏe. Muốn có sức khỏe, thì nên thường xuyên luyện tập thể dục thể thao. Vì vậy, chúng ta nên phát triển thể dục thể thao cho rộng khắp”. Đồng thời, Bác còn căn dặn: “Cán bộ thể dục thể thao phải học tập chính trị, nghiên cứu

ng nghiệp vụ và hăng hái công tác” nhằm phục vụ sức khỏe cho nhân dân. Về vị trí thể dục thể thao trong xã hội, Bác Hồ khẳng định: “Là một trong những công tác như những công tác cách mạng khác” [31, tr.23].

1.2.2.2. Vai trò giáo dục thể chất trong giáo dục toàn diện

Sự nghiệp công nghiệp hoá hiện đại hoá đất nước đòi hỏi giáo dục phải tạo ra những con người phát triển toàn diện về đức - trí - thể - mỹ. Vì vậy GDTC trong hệ thống giáo dục nói chung và trong nhà trường nói riêng có ý nghĩa rất to lớn trong việc phát huy và bồi dưỡng nhân tố con người, góp phần không nhỏ nâng cao thể lực, giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hoá và phát huy tinh thần dân tộc của con người Việt Nam, tăng cường và giữ vững an ninh quốc phòng cho đất nước.

Giáo dục thể chất trong các trường đại học, cao đẳng là hoạt động giáo dục bắt buộc nhằm giáo dục, bảo vệ và tăng cường sức khỏe, phát triển thể chất góp phần hình thành và bồi dưỡng nhân cách, đáp ứng yêu cầu giáo dục toàn diện cho sinh viên. Đức dục và trí tuệ rất quan trọng, thể dục cũng rất quan trọng cho sinh viên trong thời đại mới. Văn kiện đại hội Đảng lần thứ VIII đã chỉ rõ: “Cơ thể cường tráng là cơ sở của đời sống vật chất và tinh thần của xã hội” [26, tr.12]. Khối óc thông minh không thể nằm trên một cơ thể yếu ớt, cho nên không có cơ thể cường tráng, sinh viên khó hoàn thành nhiệm vụ học tập và khó phát huy tác dụng của mình trong sự nghiệp công nghiệp hoá, hiện đại hoá của đất nước trong tương lai.

Hồ Chủ tịch đã chỉ rõ cho thanh niên: “Phải rèn luyện thân thể cho khỏe mạnh. Khỏe mạnh thì mới có đủ sức để tham gia một cách dẻo dai, bền bỉ những công việc ích nước lợi dân”. Những quan điểm đó của các nhà lãnh đạo cách mạng là tư tưởng chỉ đạo cho GDTC trong giáo dục toàn diện, cũng như mối quan hệ biện chứng giữa thể dục, đức dục và trí dục [80].

Làm tốt công tác TDTT toàn dân nói chung và công tác GDTC cho HS-SV nói riêng chính là mục tiêu quan trọng, nhằm tạo ra con người đầy đủ trí và lực, đáp ứng được những yêu cầu đòi hỏi ngày càng cao của công cuộc công nghiệp hoá – hiện đại hoá đất nước. Bằng những hoạt động phong phú của mình, Giáo dục thể chất góp phần quan trọng trong việc rèn luyện, hình thành và phát triển cho sinh viên những phẩm chất ý chí, lòng dũng cảm, tính quyết đoán kiên trì, ý thức tổ chức kỷ luật, cũng như giáo dục cho sinh viên lòng tự hào dân tộc, tinh thần đoàn kết, tập thể, trung thực

thăng thấn và cao thượng, tạo nên nếp sống lành mạnh vui tươi, đẩy lùi xoá bỏ những hành vi xấu và các tệ nạn xã hội. Như vậy, mục tiêu của hệ thống Giáo dục thể chất trong các trường Đại học và Cao đẳng là đào tạo cán bộ khoa học kỹ thuật, quản lý kinh tế và văn hoá xã hội có trình độ cao, hoàn thiện về thể chất, phát triển về mọi mặt.

Để thực hiện tốt các mục tiêu đó, công tác GDTC trong các trường đại học, cao đẳng phải giải quyết đồng thời các nhiệm vụ sau:

Giáo dục đạo đức xã hội chủ nghĩa và rèn luyện tinh thần tập thể, ý thức tổ chức kỷ luật, xây dựng niềm tin, lối sống tích cực, lành mạnh, giáo dục tinh thần tự giác học tập và rèn luyện thân thể, chuẩn bị sẵn sàng phục vụ sản xuất và bảo vệ tổ quốc.

Cung cấp cho sinh viên những kiến thức lý luận cơ bản về nội dung và phương pháp tập luyện TDTT, kỹ năng vận động và kỹ thuật cơ bản của một số môn thể thao thích hợp. Trên cơ sở đó bồi dưỡng khả năng sử dụng các phương pháp để rèn luyện thân thể, tham gia tích cực vào việc tuyên truyền và tổ chức các hoạt động TDTT ở cơ sở.

Góp phần duy trì và củng cố sức khoẻ của sinh viên, phát triển cơ thể một cách hài hoà, xây dựng thói quen lành mạnh và khắc phục những thói xấu trong cuộc sống, nhằm tận dụng thời gian và công việc có ích, đạt kết quả cao trong quá trình học tập, đạt được những chỉ tiêu thể lực quy định cho từng đối tượng trên cơ sở tiêu chuẩn rèn luyện thân thể lứa tuổi.

Giáo dục óc thẩm mỹ, tạo điều kiện nâng cao trình độ thể thao, các yếu tố thể lực cho sinh viên.

Trong những năm gần đây, công tác Giáo dục thể chất trong nhà trường đã có những bước tiến bộ đáng kể, việc dạy và học giáo dục thể chất từ phổ thông đến đại học đều đi vào nề nếp. Nhiều trường đại học, cao đẳng thành lập các đội tuyển ở nhiều môn thể thao như: bóng đá, bóng rổ, bóng chuyền, Aerobic, Cầu lông ... tham gia các giải thi đấu thể thao Đại học, Cao đẳng và Trung học chuyên nghiệp tổ chức. Bên cạnh đó sinh viên Việt Nam đã tham gia thi đấu nhiều môn tại Đại hội TDTT sinh viên Đông Nam Á. Đã có nhiều công trình khoa học được báo cáo các phần nâng cao chất lượng giảng dạy và chăm sóc sức khoẻ cho sinh viên.

Vai trò của GDTC trong giáo dục con người toàn diện là một bộ phận rất quan trọng. Trong bốn phẩm chất của con người toàn diện gồm đức – trí – thể - mỹ thì thể chất con người là yếu tố quan trọng nhất và nó được thể hiện trong các phẩm chất bao gồm:

Giáo dục thể chất với rèn luyện đạo đức

Đạo đức là một từ Hán Việt, được dùng từ xa xưa để chỉ một thành tố trong tính cách và giá trị của một con người. Đạo là con đường, đức là tính tốt hoặc những công trạng tạo nên. Khi nói một người có đạo đức là ý nói người đó có sự rèn luyện thực hành các lời răn dạy về đạo đức, sống chuẩn mực và có nét đẹp trong đời sống và tâm hồn.

Đạo đức theo nghĩa hẹp là luân lý, những qui định, những chuẩn mực ứng xử trong quan hệ con người. Ngày nay quan hệ con người đã mở rộng nên đạo đức bao gồm những qui định, chuẩn mực ứng xử của con người với con người, với công việc và với bản thân, kể cả với thiên nhiên và môi trường sống. Theo nghĩa rộng, khái niệm đạo đức liên quan chặt chẽ đến phạm trù chính trị, pháp luật, lối sống. Đạo đức là thành phần cơ bản của nhân cách, phản ứng bộ mặt nhân cách của một cá nhân đã được xã hội hóa. Đạo đức được biểu hiện ở cuộc sống tinh thần lành mạnh, trong sáng; ở hành động góp phần giải quyết hợp lý các mâu thuẫn. Khi thừa nhận đạo đức là một hình thái ý thức xã hội thì đạo đức của mỗi cá nhân, mỗi cộng đồng, mỗi tầng lớp, giai cấp trong xã hội cũng phản ánh ý thức chính trị của họ đối với các vấn đề đang tồn tại.

Giáo dục thể chất tuổi trẻ học đường là một bộ phận quan trọng của nền giáo dục quốc dân của nước Việt Nam độc lập và dân chủ: “Một nền giáo dục sẽ đào tạo các em nên những người công dân hữu ích cho nước Việt Nam, một nền giáo dục làm phát triển hoàn toàn những năng lực sẵn có của các em”. Từ quan điểm đó, đã chỉ ra một cách cụ thể về giáo dục nói chung và giáo dục thể chất nói riêng, giáo dục toàn diện đó là “Thể dục kết hợp với gìn giữ vệ sinh chung và riêng, trí dục, mỹ dục, đức dục.” Bốn mặt giáo dục đó có quan hệ mật thiết với nhau, trong đó thể dục là tiền đề đầu tiên để phát triển các mặt giáo dục khác. Kể cả học viên trong nhà trường quân đội cũng vậy, trong đó giáo dục thể chất đặt lên trước hết, theo Hồ Chí Minh: “Mọi người phải ra sức thi đua: Luyện tập thân thể cho mạnh mẽ, nghiên cứu kỹ thuật cho thông thạo, trau dồi tinh thần cho vững chắc, hun đúc đạo đức của người quân nhân cách mạng cho vững vàng” [79].

Về giáo dục thể chất cho thanh niên đang tham gia mọi hoạt động trong mọi lĩnh vực, mọi ngành nghề, Chủ tịch Hồ Chí Minh dạy bảo tuổi trẻ thanh niên rằng: “Thanh niên phải rèn luyện TDTT vì thanh niên là tương lai của đất nước”. Ngoài các mặt học tập và rèn luyện khác, Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu thanh niên phải tích cực

rèn luyện thể chất: “Phải giữ vững đạo đức cách mạng. Phải xung phong trong mọi công tác. Phải học tập chính trị, văn hoá, nghề nghiệp để tiến bộ mãi. Phải rèn luyện thân thể cho khoẻ mạnh. Khỏe mạnh thì mới đủ sức tham gia một cách dẻo dai, bền bỉ những công việc ích nước lợi dân” [79].

Trong quần chúng, có một bộ phận rất lớn, rất quan trọng, đó là nguồn nhân lực đang và sẽ tham gia thực hiện mục tiêu “Dân giàu, nước mạnh”. Nguồn lực con người như nông dân, công nhân, chuyên viên kỹ thuật, cán bộ nghiệp vụ, cán bộ quản lý, các nhà khoa học, văn nghệ sỹ... là trung tâm của sự phát triển. Nguồn nhân lực này không chỉ cần đông đảo mà đòi hỏi phải có chất lượng cao. Một trong những yếu tố cơ bản cấu thành chất lượng cao của nguồn nhân lực là sức khoẻ của mỗi con người.

Tập luyện thể thao ảnh hưởng đến đạo đức của chúng ta. Lòng kiên trì được trao dồi trong quá trình tập luyện sẽ giúp ta rất nhiều trong cuộc sống. Khi phải đối mặt với những khó khăn, ta sẽ không chùn bước mà sẽ kiên nhẫn tìm giải pháp để vượt qua chúng.

Ngoài ra, luyện tập thể thao thường xuyên còn giúp chúng ta có một lối sống lành mạnh hơn tránh xa được các tệ nạn xã hội, các thói hư tật xấu (không hút thuốc, không rượu bia, la cà hàng quán, không chơi game hay suốt ngày ôm máy lướt web vô bổ...), có cách cư xử giao tiếp, văn minh, lịch sự, hoà đồng với bạn bè, tự vệ cho bản thân và những người xung quanh, tăng cường tình đoàn kết và tinh thần tập thể.

Giáo dục thể chất với phát triển trí tuệ

Thuật ngữ “trí tuệ” và những thuật ngữ gần gũi với nó như “Trí”, “Trí khôn”, “Trí thông minh”, “Trí lực”, “Trí năng”.v.v. Về khái niệm có thể coi trí tuệ, trí thông minh, trí năng là năng lực tư duy, được hình thành thông qua hoạt động có mục đích, có tương tác với môi trường xung quanh với tinh thần tự chủ, năng động cao, nhằm đạt kết quả, có chất lượng và hiệu quả, có tính mới mẻ, sáng tạo, phục vụ mục đích hoạt động, đồng thời tạo được sự tiến bộ trong năng lực và nhân cách con người.

Trí lực hiểu theo nghĩa thông thường là lấy năng lực tư duy làm hạt nhân, nó là sự tổng hoà của năng lực nhận thức, nó bao gồm năng lực quan sát, năng lực ghi nhớ, năng lực tưởng tượng... Trí lực là sản vật của sự kết hợp giữa di truyền, sự ảnh hưởng của giáo dục, điều kiện sống và sự nỗ lực cá nhân. Thực tế đã chứng minh trình độ trí lực của con người có mối tương quan với di truyền (có người cho rằng có thể đạt tới 65%, thậm chí tới 80%), có mối tương quan mật thiết với hoàn cảnh xã hội, giáo dục,

điều kiện gia đình, mặt bằng kinh tế... Không thể xem nhẹ tác dụng của tập luyện TDTT đối với sự phát triển trí lực, đã có ngày càng nhiều các nhà nghiên cứu báo cáo về vấn đề này. Các kết quả nghiên cứu đã chứng minh năng lực ghi nhớ và trí lực là một loại mang đặc tính vật chất hoá học, do một loại phân tử Protein đa vật chất cấu thành, sự vận động của những vật chất này có liên quan đến trạng thái làm việc của đại não, càng thích nghi với điều kiện làm việc thì càng tốt, đại não bảo lưu các tin tức bên ngoài càng kiên cố, sự liên hệ giữa các tin tức đó càng rõ nét đối với sự phân biệt các tin tức càng rõ ràng mạch lạc. Những hiện tượng này bình thường chúng ta hay gọi là “mẫn cảm”. Sự thích nghi giữa một đại não tốt với điều kiện công tác được thể hiện ở hai mặt sau:

Cung cấp đầy đủ máu trong não.

Thích nghi với trạng thái hưng phấn

Giáo dục thể chất có vai trò quan trọng trong sự phát triển của cơ thể, những tác động của GDTC tới con người về các mặt trí lực, đây là điều đặc biệt vì tập thể thao tăng cường trí thông minh. Hoạt động Thể chất giúp tạo ra các tế bào não mới trong khu vực liên quan đến trí nhớ. Khi chơi thể thao sẽ cảm thấy đầu óc thư thái hơn, tâm lý thoải mái và có những giây phút thực sự sảng khoái, giảm bớt stress và từ đó tăng khả năng tiếp thu kiến thức trên lớp.

Công trình nghiên cứu của Lê Thị Hương, Viện trưởng Viện đào tạo y học dự phòng và Y tế công cộng, ĐHY Hà Nội cho biết: “Đối với lứa tuổi học đường cũng như tất các đối tượng khác nói chung thì hoạt động thể chất, thể lực rất quan trọng. Bởi không chỉ tác động đến phát triển thể chất mà còn phát triển tinh thần và trí tuệ. Tham gia hoạt động thể chất sẽ giúp con người năng động hơn, giúp phát triển hoàn chỉnh cơ quan bộ máy trong cơ thể” [12]. Thời gian học tập trên lớp của học sinh thường chiếm nhiều thời gian nên nếu không hoạt động toàn thân sẽ dẫn đến các bệnh về xương khớp, cột sống có thể bị cong vẹo và một số bệnh lý về mắt học đường.

Tập luyện TDTT ngoài việc phát triển thể lực và thể chất ra, nó còn phát triển năng lực của não, nâng cao hiệu suất công tác. Thường xuyên tập luyện TDTT có thể nâng cao năng lực làm việc của đại não, cải thiện quá trình thần kinh, từ đó tăng cường trí lực và khả năng ghi nhớ của cơ thể, đồng thời thông qua tập luyện TDTT cũng có thể điều tiết một cách có hiệu quả công tác và học tập, từ đó làm tăng hiệu suất công việc và học tập.

Con người khi phát triển chịu sự ảnh hưởng của 3 yếu tố: di truyền; hoàn cảnh sống và giáo dục. Các yếu tố di truyền của cơ thể như: kết cấu, hình thái, cảm quan, hệ thống thần kinh, ... là những điều kiện tiền đề của sự phát triển tự nhiên hay sinh lý của con người. Trong khi đó tri thức, tài năng, tính cách, sự yêu thích, ... của con người được hình thành bởi sự ảnh hưởng của giáo dục và hoàn cảnh sống. Giáo dục ở đây đương nhiên trong đó bao gồm cả nội dung GDTC. Thực tiễn đã chứng minh tập luyện thể dục thể thao đã có tác dụng thúc đẩy sự phát triển về mặt trí lực, nhận thức, tài năng của con người, đồng thời cũng có tác dụng nâng cao hiệu suất học tập.

Giáo dục thể chất với sự phát triển thẩm mỹ của con người

Con người chúng ta khi thường xuyên chơi thể thao cũng giúp chúng ta có một phần phẩm chất nghệ sĩ, một tình yêu đối với cái đẹp, tình yêu con người và cuộc sống giàu khả năng cảm xúc, lĩnh hội thế giới thông qua cảm xúc, giúp con người phát triển hài hoà trên tất cả các mặt tư duy logic, tạo điều kiện để con người phát triển toàn diện. Với những người chơi thể thao tạo cho mình một vóc dáng đẹp săn chắc và cân đối hơn, tác phong nhanh nhẹn hoạt bát, dáng đi, đứng hay ngồi với tư thế chuẩn mực hơn so với những người không luyện tập TĐTT. Đó là những yếu tố tạo nên vẻ đẹp của con người là tính thẩm mỹ của con người...

Trên cơ sở đó hình thành cho học sinh, sinh viên thái độ tôn trọng, yêu quý, giữ gìn bảo vệ cái đẹp chân chính, lành mạnh, văn minh, đồng thời hình thành cho ta thái độ không khoan nhượng trước những biểu hiện vô cảm, thiếu trung thực, thiếu văn hoá hoặc trước những hành động tiêu cực trong thể thao nói riêng, trong cuộc sống của con người và xã hội nói chung.

Giáo dục thể chất với nâng cao sức khỏe của con người

Con người chúng ta lúc còn trong bào thai của mẹ đã biết vận động để phát triển. Chúng ta ai cũng nhận định được rằng tập thể thao là để nâng cao sức khỏe, nâng cao sức đề kháng, sức chịu đựng của cơ thể với môi trường. Bác Hồ là một con người bận rộn với hàng trăm hàng nghìn công việc cần phải lo lắng cho đất nước cho dân tộc nhưng ngày nào Bác cũng tập thể dục. Sức khỏe không phải rèn luyện để có cơ bắp to, không phải rèn luyện để có thành tích cao, mà là làm thế nào để có một sức khỏe tiềm tàng đủ để làm việc sinh hoạt hàng ngày.

Tập luyện là biện pháp quan trọng giúp cơ thể tiêu hao năng lượng, tránh được sự tích lũy lượng mỡ thừa trong cơ thể, thải được các độc tố trong cơ thể. Duy trì hoạt động

thể lực đều đặn sẽ không bị béo phì, nó còn giúp cải thiện hoạt động của tim, phổi, cơ bắp, nâng cao sự uyển chuyển của cơ thể, làm cho tinh thần hoạt bát nhanh nhẹn, sáng khoái, tránh được stress từ đó tăng sức đề kháng của cơ thể.

Y học ngày nay cũng khẳng định sức khỏe của con người phải là sức khỏe của cả thể chất lẫn tinh thần. Chỉ khi nào cơ thể của con người lành mạnh, tâm hồn thoải mái thì khi đó con người mới có sức khỏe.

Định nghĩa về sức khỏe của Tổ chức Y tế thế giới WHO (World health organization) được nêu trong Tuyên ngôn Alma Ata năm 1978 như sau: “Sức khỏe không chỉ là không bệnh tật, mà còn là trạng thái thoải mái về tâm hồn, về thể chất, về xã hội” [23, tr.43].

Cũng trong bài “Sức khỏe và thể dục” (1946), Chủ tịch Hồ Chí Minh đưa ra định nghĩa về sức khỏe như sau: “Sức khỏe là khí huyết lưu thông, tinh thần đầy đủ”. Khí huyết lưu thông giúp cho cơ thể khỏe mạnh, không có bệnh tật, không ốm đau; tinh thần đầy đủ sẽ giúp cho con người năng động, hăng hái, có ý chí, có nghị lực để hoàn thành tốt công việc. Người coi sức khỏe của con người là sự thống nhất giữa thể chất và tinh thần. Thể chất lành mạnh thì tinh thần sung mãn; tinh thần hăng hái, năng động thể hiện thể chất tốt. Cơ thể tốt, tinh thần tốt có ảnh hưởng qua lại lẫn nhau và thống nhất biện chứng với nhau. Định nghĩa về sức khỏe của Hồ Chí Minh tuy ngắn gọn nhưng hết sức súc tích rõ ràng, mang tính nhân văn sâu sắc.

Tập luyện thể dục thể thao là việc thực hành các động tác nhằm phát triển và duy trì sức khỏe thể chất và sức khỏe toàn diện. Điều này có được nhờ việc rèn luyện các động tác thể dục. Tập luyện thường xuyên là thành phần rất quan trọng giúp ngăn ngừa bệnh tật như: ung thư, cao huyết áp, bệnh gout, bệnh tim, bệnh mạch vành, tiểu đường loại 2, béo phì và đau lưng, thoát vị... [80].

Luyện tập thể dục có thể chia thành hai nhóm theo tác động nói chung lên cơ thể con người:

Tập luyện về cơ bắp, chẳng hạn như uốn dẻo, nhằm chăm sóc chức năng vận động của cơ và các khớp. Các bài tập Aerobic ở cường độ cao hay như đi bộ và chạy tập trung vào việc tăng sức chịu đựng của hệ tuần hoàn. Bài tập chẳng hạn như nâng tạ hoặc chạy nước rút tăng sức mạnh của cơ trong thời gian ngắn.

Tập luyện về khí huyết, tinh thần, chẳng hạn như việc hô hấp, hít thở, nhằm chăm sóc chức năng vận động khí huyết, thư giãn và tập trung tinh thần với bài tập

Yoga, thái cực quyền, khí công. Từ đây làm tăng khả năng tập trung, rèn luyện trí nhớ.

Tập luyện thể dục rất quan trọng trong việc giữ gìn sức khỏe thể chất gồm có trọng lượng, thể hình và xương, cơ, khớp, tăng cường hoạt động của hệ miễn dịch. Tập luyện tinh thần làm vững chắc hệ thần kinh, làm hoạt hóa các hoạt động về khí huyết.

Các danh y nước ta cũng đã nhận thức được tầm quan trọng của vận động thân thể đối với sức khỏe con người. Tuệ Tĩnh khuyên mọi người muốn bảo dưỡng và tăng cường sức khỏe thì phải giữ gìn tinh, khí, thần, tâm và vận động thân thể thì con người mới khỏe mạnh. Hải Thượng Lãn Ông cũng nói lên sự cần thiết phải vận động thân thể để có sức khỏe như: luyện thân, luyện khí làm cho khí huyết lưu thông, chân tay cứng cáp, tinh thần thoải mái. Không có thuốc chữa bệnh nào tốt hơn việc luyện tập TDTT thường xuyên liên tục và khoa học.

Bác Hồ kính yêu của chúng ta từng nói, Thể dục thể thao có tác dụng tăng cường sức đề kháng và năng lực thích ứng của cơ thể con người. Việc rèn luyện thân thể có tác dụng phòng bệnh và chữa bệnh rất tích cực, lấy lại sự cân bằng âm dương của cơ thể con người. Nếu con người không vận động, không rèn luyện thì khả năng thích nghi kém, tuổi thọ không thể kéo dài. Vận động và rèn luyện là để ngày càng hoàn thiện về thể chất, nâng cao thể lực, tinh thần thoải mái. Theo Người, rèn luyện thân thể kết hợp với giữ gìn vệ sinh càng có tác dụng trong việc phòng bệnh và nâng cao sức khỏe con người. Khi cơ thể con người khỏe mạnh thì sẽ vượt qua và đẩy lùi được bệnh tật, chống trả được vi trùng xâm nhập vào cơ thể; khi cơ thể lành mạnh, tinh thần sung mãn thì con người sẽ thích ứng được với những điều kiện thời tiết thay đổi. Cơ thể tốt, thần kinh tốt, tinh thần tốt thì tránh được mọi bệnh tật. Chính vì vậy, Người yêu cầu: “Phải tuyên truyền một cách thiết thực và rộng khắp trong nhân dân một phong trào thể dục vệ sinh”. Người đã phát động trong cả nước phong trào thể dục thể thao “Khỏe vì nước”, “Vệ sinh yêu nước” [79].

Ngoài việc tăng cường sức đề kháng và năng lực thích ứng của cơ thể con người, thể dục thể thao có vai trò to lớn trong việc nâng cao sức khỏe toàn diện cho con người. Sức khỏe toàn diện là sự phát triển đầy đủ các tố chất thể lực như: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền bỉ dẻo dai và sự khéo léo. Những yếu tố này chỉ có thể đạt được nhờ luyện tập thể dục thể thao thường xuyên. Khi con người có sức khỏe toàn diện thì sẽ nâng cao được năng lực thể chất. Năng lực thể chất có vai trò hết sức quan trọng trong cuộc sống, trong lao động, trong công tác và trong học tập. Có năng lực thể

chất tốt sẽ giúp cho con người vượt qua được mọi khó khăn, hoàn thành tốt được mọi công việc. Muốn có năng lực thể chất tốt đòi hỏi con người phải có lòng kiên trì, phải có quyết tâm cao trong việc rèn luyện thân thể. Bản thân Người, có những lúc bị yếu mệt, nhưng Người vẫn cố gắng duy vận động thân thể, tập một số động tác thể dục nhẹ nhàng, hoặc đi bộ, tập leo núi... [79].

Với vai trò quan trọng của luyện tập TDTT trong việc nâng cao sức khỏe con người nên Chủ tịch Hồ Chí Minh yêu cầu phong trào thể dục thể thao phải trở thành phong trào chung của toàn dân, toàn xã hội chứ không riêng gì một ai. Người kêu gọi toàn dân luyện tập thể dục thể thao, rèn luyện thân thể khỏe mạnh thì mới đủ sức tham gia mọi công tác cách mạng. Người nói: “Mỗi một người dân yếu ớt, tức là làm cho cả nước yếu ớt một phần; mỗi một người dân mạnh khỏe, tức là góp phần cho cả nước mạnh khỏe” [86]. Điều đó có ý nghĩa sâu sắc không chỉ về sức khỏe của nhân dân, mà cả về vật chất và tinh thần của dân tộc cho mọi thế hệ mai sau.

1.3. Công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học hiện nay.

1.3.1. Mục tiêu của giáo dục thể chất trong nhà trường

Giáo dục thể chất 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 học sinh, sinh viên 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.

Hoạt động thể thao trong nhà trường là hoạt động tự nguyện của học sinh, sinh viên, được tổ chức theo phương thức ngoại khóa, câu lạc bộ thể dục, thể thao, nhóm, cá nhân phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khỏe, nhằm hoàn thiện các kỹ năng vận động, hỗ trợ thực hiện mục tiêu giáo dục thể chất 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.

Mục tiêu chung của giáo dục nước ta là "hình thành và bồi dưỡng nhân cách, phẩm chất và năng lực của công dân; đào tạo những người lao động có nghề, năng động và sáng tạo, có niềm tự hào dân tộc, có ý chí vươn lên góp phần làm cho dân giàu nước mạnh, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng và bảo vệ tổ quốc" [21, tr.18]. Mục tiêu cụ thể của giáo dục phổ thông là: "...giúp học sinh phát triển toàn diện về đạo đức, trí tuệ, thể

chất, thẩm mỹ và các kỹ năng cơ bản, phát triển năng lực cá nhân, tính năng động và sáng tạo, hình thành nhân cách con người Việt Nam xã hội chủ nghĩa....".

Mục tiêu của chương trình môn Thể dục là giúp cho học sinh, sinh viên có sự tăng tiến về sức khỏe, thể lực. Đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi và giới tính. Có những kiến thức, kỹ năng cơ bản về Thể dục thể thao và phương pháp tập luyện; các kỹ năng vận động cần thiết trong đời sống. Hình thành thói quen tập luyện Thể dục thể thao thường xuyên và nếp sống lành mạnh, tác phong nhanh nhẹn, kỷ luật, tinh thần tập thể và các phẩm chất đạo đức ý chí. Biết vận dụng những kiến thức, kỹ năng đã học vào các hoạt động ở nhà trường và trong đời sống hàng ngày.

Cho nên khi xây dựng chương trình giáo dục nói chung và môn Thể dục nói riêng, Bộ Giáo dục và Đào tạo cũng đã đưa ra các quan điểm xây dựng và phát triển chương trình với các nội dung rất cụ thể:

Chương trình môn Thể dục phải góp phần thực hiện mục tiêu, kế hoạch dạy học chung và những đổi mới về phương pháp dạy học, đánh giá ở từng cấp học.

Lấy việc nâng cao sức khỏe, thể lực cho học sinh, sinh viên là mục tiêu quan trọng nhất, xuyên suốt.

Đảm bảo tính sư phạm, khoa học, liên thông, kết hợp truyền thống văn hóa dân tộc, tiếp thu có chọn lọc những thành tựu khoa học giáo dục thể chất hiện đại.

Chương trình phải có tính khả thi, phù hợp với tâm sinh lý lứa tuổi và giới tính, với sức khỏe, thể lực học sinh, đồng thời định hướng cho việc nâng cao trình độ của đội ngũ giáo viên và tăng cường cơ sở vật chất cho việc dạy và học môn thể dục.

Đảm bảo tính thống nhất của chương trình, đồng thời mở rộng quyền chủ động sáng tạo phát huy thế mạnh của địa phương trong quá trình thực hiện chương trình".

Với quan điểm xây dựng và phát triển chương trình cho thấy, giữa mục tiêu giáo dục và chương trình, nội dung, hình thức giáo dục có mối quan hệ khăng khít và chặt chẽ với nhau. Chương trình, nội dung giáo dục được xây dựng trên cơ sở mục tiêu giáo dục, là sự thể hiện mục tiêu giáo dục và ngược lại mục tiêu giáo dục như một sợi chỉ đỏ xuyên suốt, giúp chương trình, nội dung và hình thức giáo dục được định hướng chính xác, tránh những lệch lạc trong quá trình giáo dục.

Từ thực tế về đổi mới chương trình, nội dung giáo dục theo hướng bám sát mục tiêu là một trong những giải pháp phát triển giáo dục. Do vậy, vấn đề cải tiến nội dung và hình thức tập luyện TDTT cho học sinh, sinh viên là một yêu cầu cấp bách và đặc biệt quan trọng

trong việc bảo đảm mục tiêu phát triển giáo dục trong giai đoạn mới.

1.3.2. Những văn bản quy định về công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học ở nước ta.

Xuyên suốt cả quá trình xây dựng và phát triển ngành giáo dục nói chung, để thực hiện mục tiêu GDTC và thể thao trường học, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã hết sức quan tâm và tạo điều kiện để các nhà trường và cơ sở giáo dục trong hệ thống giáo dục quốc dân tổ chức nghiên cứu, ứng dụng, phổ biến tiến bộ khoa học về giáo dục thể chất. Bộ đã chỉ đạo triển khai chương trình giảng dạy chính khóa và tổ chức các hoạt động ngoại khóa các nội dung giáo dục thể chất cùng với việc ban hành các văn bản quy định về công tác giáo dục thể chất trong nhà trường.

Ngày 12 tháng 9 năm 1995, Bộ giáo dục và Đào tạo ban hành Quyết định số 3244/GD-ĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành tạm thời Bộ chương trình Giáo dục Đại học đại cương (giai đoạn I) dùng cho các trường Đại học và trường Cao đẳng Sư phạm [7].

Ngày 12 tháng 4 năm 1997, Bộ giáo dục và Đào tạo ban hành Quyết định số 1262/GD-ĐT của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT về việc ban hành Chương trình Giáo dục thể chất giai đoạn II các trường đại học và cao đẳng (không chuyên TĐTT) [8].

Ngày 03 tháng 5 năm 2001, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Quyết định số 14/2001/QĐ-BGDĐT về Quy chế GDTC và y tế trường học, quy định các hình thức hoạt động Giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường [9]. Theo đó, giờ học nội khóa là giờ học môn thể dục, sức khỏe theo chương trình của Bộ quy định; còn hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa được thực hiện theo kế hoạch của nhà trường và các cấp quản lý.

Năm 2006, Bộ giáo dục và Đào tạo đã ban hành Chương trình giáo dục phổ thông trong đó có môn thể dục chính khóa được tổ chức dạy và học trên tất cả các cấp học trong hệ thống giáo dục quốc dân [14].

Ngày 18 tháng 9 năm 2008, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT về việc Quy định đánh giá, xếp loại thể lực HS, SV [16].

Ngày 23 tháng 12 năm 2008, Bộ giáo dục và Đào tạo ban hành Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT về việc Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên. Nêu rõ những công việc của giáo viên, cán bộ GDTC: “Đề xuất và trực tiếp tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa, phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể

thao,... được hưởng chế độ phụ cấp đặc thù theo quy định hiện hành” [15, tr.12].

Ngày 14 tháng 10 năm 2015, Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành thông tư số 25/2015/BGD&ĐT về việc quy định về chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học [18].

Báo cáo tổng kết Hội nghị tổng kết công tác GDTC và Hội khỏe phù đồng giai đoạn 2008 – 2012 tại Cần Thơ đã đánh giá thực trạng công tác GDTC hiện nay có những ưu điểm: “Nội dung chương trình được thực hiện theo hướng trang bị những kiến thức về kỹ năng vận động, giáo dục các tố chất thể lực, vận động rèn luyện thể lực và góp phần hình thành phần nhân cách cho HS-SV. Chương trình môn học đã có nhiều điểm mới như bổ sung theo hướng ưu tiên đưa 30% các nội dung tự chọn trong đó có cả các môn thể thao dân tộc” [17].

Cho nên, bên cạnh những thành tựu đạt được, công tác GDTC và hoạt động thể thao trường học vẫn còn nhiều bất cập, các cơ sở đào tạo thiếu sân bãi, phòng tập, dụng cụ phục vụ cho nhu cầu tập luyện, thi đấu, vui chơi của học sinh, sinh viên, đội ngũ giáo viên thể dục còn thiếu, chương trình chính khóa cũng như nội dung hoạt động ngoại khóa còn nghèo nàn, chưa hợp lý, không hấp dẫn HS-SV tham gia. Hoạt động thể thao trong nhà trường chưa được đáp ứng yêu cầu duy trì và nâng cao sức khỏe cho học sinh, sinh viên, đây là một trong số các nguyên nhân khiến cho thể lực và tầm vóc con người Việt Nam yếu kém hơn so với một số nước khác trong khu vực.

Chính vì vậy để khắc phục những bất cập nêu trên, Bộ giáo dục & Đào tạo đã ra Quyết định số 1611/QĐ-BGDĐT đưa ra hướng công tác GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016 – 2020 như sau: “Tổ chức kiểm tra các cơ sở giáo dục Đại học về việc triển khai đổi mới chương trình, giáo trình phương pháp GDTC và hoạt động thể thao trường học; Xây dựng chương trình phối hợp giữa ngành Thể dục, thể thao với ngành Giáo dục trong việc quản lý sử dụng các công trình thể thao có trên địa bàn phục vụ công tác GDTC và thể thao trường học tại địa phương; Tổ chức kiểm tra việc xây dựng cơ sở vật chất (bao gồm nhà tập, sân tập, trang thiết bị, dụng cụ...) phục vụ GDTC và thể thao trường học, gắn với triển khai quy hoạch hệ thống cơ sở vật chất kỹ thuật thể dục, thể thao quốc gia tại các địa phương; Hướng dẫn các cơ sở giáo dục, cơ sở đào tạo thành lập và tổ chức hoạt động thường xuyên các câu lạc bộ thể dục, thể thao của HS, SV; Kiểm tra việc tổ chức đào tạo của các cơ sở giáo dục đại học tham gia đào tạo, bồi dưỡng giáo viên, giảng viên thể dục, thể thao; Xây dựng hệ thống tiêu

chỉ đánh giá công tác giáo dục thể chất và thể thao trường học trong các cơ sở giáo dục phổ thông, cơ sở giáo dục đại học.” [19].

Vì vậy, việc nghiên cứu cải tiến công tác quản lý, nội dung, phương pháp dạy học, hình thức học tập, rèn luyện TDTT nội và ngoại khóa nhằm nâng cao chất lượng GDTC và thể thao trường học cho học sinh, sinh viên là một đòi hỏi cấp thiết và có ý nghĩa rất quan trọng giai đoạn hiện nay.

1.3.3 Vị trí, nhiệm vụ của giáo dục thể chất trong các trường đại học ở nước ta

Phát triển TDTT và nâng cao thể lực cho học sinh, sinh viên chính là mục tiêu quan trọng, nhằm tạo ra những con người đầy đủ trí và lực, đáp ứng được những yêu cầu đòi hỏi ngày càng cao của công cuộc công nghiệp hoá, hiện đại hoá đất nước. Từ nhiều năm qua, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã chăm lo GDTC trong nhà trường và đạt được những thành quả nhất định. Ngành TDTT cũng đã quan tâm và có sự thực hiện cam kết giữa Bộ trưởng Bộ Giáo dục & Đào tạo và Bộ trưởng chủ nhiệm Ủy ban TDTT chính thức ngày 20/6/2000. Hai ngành đã phối hợp chỉ đạo và tổ chức các hoạt động nhằm đẩy mạnh nâng cao chất lượng GDTC trong trường học. Công tác GDTC trong các trường đại học có một vị trí và ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc đào tạo đội ngũ tri thức mới, để thực hiện mục tiêu: “Dân giàu, nước mạnh, xã hội công bằng, dân chủ, văn minh”. Giai đoạn học tập trong các trường đại học của sinh viên là một giai đoạn quan trọng nhất trong việc chuyển biến từ những bậc học mầm non đến hết phổ thông. Sau khi tốt nghiệp ra trường, sinh viên trở thành những cán bộ khoa học, có đầy đủ sức khoẻ, trí thức, có phẩm chất đạo đức và có thể hoạt động một cách độc lập sáng tạo trong chuyên ngành của mình. Trong toàn hệ thống giáo dục thì GDTC có vai trò rất to lớn, thông qua các hoạt động TDTT, sinh viên phát triển một cách hài hoà, cân đối, tăng cường sức khoẻ, nâng cao năng lực làm việc, nhanh chóng thích nghi với điều kiện học tập, sinh hoạt mới.

Bằng những hoạt động phong phú của mình, GDTC còn góp phần quan trọng trong việc rèn luyện, hình thành và phát triển cho sinh viên những phẩm chất ý trí, lòng dũng cảm, tính quyết đoán, kiên trì, ý thức tổ chức kỷ luật. Cũng như giáo dục cho sinh viên lòng tự hào dân tộc, tinh thần đoàn kết tập thể, tính trung thực thẳng thắn và cao thượng. Tạo nên nếp sống lành mạnh, vui tươi, đầy lùi, xoá bỏ những hành vi xấu và những tệ nạn xã hội. Như vậy, mục tiêu của hệ thống GDTC trong các trường đại học là đào tạo các cán bộ khoa học kỹ thuật, quản lý kinh tế và văn hoá xã hội có

trình độ cao, hoàn thiện về thể chất, phát triển hài hoà về mọi mặt, có tư tưởng tác phong đạo đức XHCN. Đáp ứng được yêu cầu của quá trình công nghiệp hoá, hiện đại hoá đất nước.

Để thực hiện tốt các mục tiêu đó, công tác GDTC trong các trường đại học phải giải quyết đồng thời các nhiệm vụ cơ bản sau:

Giáo dục đạo đức XHCN, rèn luyện tinh thần tập thể, ý thức tổ chức kỷ luật, xây dựng niềm tin, lối sống tích cực, lành mạnh, giáo dục tinh thần tự giác học tập và rèn luyện TDTT, chuẩn bị sẵn sàng lao động sản xuất và bảo vệ Tổ quốc.

Cung cấp cho sinh viên những lý luận cơ bản về nội dung và phương pháp luyện tập TDTT, kỹ năng vận động và kỹ thuật cơ bản một số môn thể thao thích hợp. Trên cơ sở đó bồi dưỡng khả năng sử dụng các phương tiện để rèn luyện TDTT, tham gia tích cực vào việc tuyên truyền và tổ chức các hoạt động TDTT ở cơ sở.

Góp phần duy trì và củng cố sức khoẻ của sinh viên, phát triển cơ thể một cách hài hoà, xây dựng những thói quen lành mạnh và khắc phục những thói xấu, tệ nạn cuộc sống. Nhằm tận dụng thời gian và công việc có ích đạt kết quả cao trong quá trình học tập, đạt được những chỉ tiêu thể lực cho từng đối tượng trên cơ sở tiêu chuẩn RLTT theo lứa tuổi.

Giáo dục óc thẩm mỹ, tạo điều kiện nâng cao trình độ thể thao, các tố chất thể lực cho sinh viên”.[8]

Trong những năm gần đây công tác giáo dục thể chất và TDTT trong trường học đã có những tiến bộ. Việc dạy và học thể dục nội khóa trong các trường từ phổ thông đến đại học đều đi vào nề nếp. Thậm chí nhiều trường, đã thực hiện giờ học nội khóa với trang phục thể thao bắt buộc. Các hình thức hoạt động thể thao trong sinh viên, học sinh ngày càng được mở rộng với quy mô và chất lượng cao hơn. Đã có những trường đại học thành lập nhiều đội tuyển ở các môn như: Bông chuyền, bóng đá, điền kinh, cờ vua, Aerobic, Bóng rổ... Các hoạt động thể thao sinh viên đã được hai ngành Giáo dục & Đào tạo và TDTT phối hợp chỉ đạo chặt chẽ, đã có tác dụng thiết thực, góp phần tăng cường sức khoẻ, nâng cao đời sống văn hoá tinh thần cho học sinh, sinh viên và ngăn chặn các tệ nạn xã hội. Đặc biệt Hội thể thao Đại học, Cao đẳng và Trung học chuyên nghiệp đã tổ chức nhiều giải thể thao ở tầm cỡ lớn mạnh rộng khắp và rất bài bản. Hội cũng tham gia nhiều giải thể thao do Tổng cục TDTT tổ chức. Hội thi nghiệp vụ Sư phạm, văn nghệ và TDTT thường niên có gần 5000 sinh

viên, cán bộ, thầy cô giáo của tất cả các trường Sư phạm trong cả nước tham dự. Mặt khác hai ngành đã chỉ đạo, tổ chức thành công Hội nghị khoa học GDTC và y tế trường học hàng trăm thầy cô giáo và các nhà khoa học tham gia nghiên cứu khoa học. Với rất nhiều công trình khoa học đã được báo cáo tại Hội nghị, góp phần nâng cao công tác giảng dạy và chăm sóc sức khoẻ cho học sinh, sinh viên.

1.4. Cơ sở lý luận khoa học tổ chức và quản lý giáo dục thể chất

Quản lý TDTT góp phần đắc lực vào việc thực hiện mục tiêu xã hội hóa thể thao của Đảng và Nhà nước, qua đó xác định các mục tiêu thực tế có nhu cầu cho TDTT, phối hợp với các cơ quan nhà nước, bảo đảm các điều kiện cần thiết như: Công tác tư tưởng, cán bộ, vật chất, kỹ thuật để giải quyết các nhiệm vụ, mục tiêu của TDTT. “Quản lý TDTT nhằm phát triển TDTT với tư cách là một công tác cách mạng”.

Quản lý TDTT nhằm thoả mãn nhu cầu văn hoá - thể thao của nhân dân và góp phần nâng cao, thoả mãn nhu cầu văn hoá - tinh thần của mọi người.

Khi ý thức rèn luyện TDTT nhằm thoả mãn nhu cầu văn hoá - thể thao của nhân dân và góp phần nâng cao, thoả mãn nhu cầu văn hoá - tinh thần của mọi người. Tính mục đích của quản lý TDTT được hình thành trên cơ sở nhu cầu của xã hội về TDTT. Những tác động TDTT chỉ đạt được hiệu quả nếu có ý thức tốt về sự phát triển TDTT. Tác động các phương pháp quản lý còn làm hình thành ý thức tổ chức kỷ luật cho tập thể giáo viên, học sinh, vận động viên, huấn luyện viên.

Việc thực hiện mục tiêu của xã hội và TDTT phải được thực hiện qua việc hoạch định các quỹ thời gian, biện pháp. Chỉ tác động có ý thức và có kế hoạch thì mới tạo nên mục đích rõ ràng. Mỗi Chỉ thị, Nghị quyết của Đảng và Nhà nước đều có mục đích rõ ràng cần thiết.

Tổ chức quản lý GDTC phải đảm bảo tiến hành một cách khoa học và kết hợp chặt chẽ giữa TDTT chính khoá và TDTT ngoại khoá. Trong đó chức năng quản lý và giáo dục trong giờ học thể thao thể hiện: Giờ học TDTT là một phương tiện có hiệu quả để phát triển hài hoà và cân đối những khả năng và thể lực của con người, có ảnh hưởng tích cực đến những phẩm chất chính trị, tư tưởng đạo đức thẩm mỹ của nhân cách con người. Khoa học quản lý TDTT đã chỉ rằng, công tác GDTC trong nhà trường hay là TDTT cho thể hệ trẻ có mục đích và nhiệm vụ chính là: “Góp phần phát triển năng lực toàn diện và đặc thù của mỗi học sinh, sinh viên. Đồng thời góp phần

vào việc hoàn thiện khả năng nhằm đạt thành tích về thể chất – thể thao cho các em học sinh, sinh viên”.[28].

Trong đó mục tiêu chính của việc đào tạo cơ bản về thể thao trong trường học là:

Xúc tiến quá trình đào tạo năng lực đạt thành tích trong thể thao của học sinh, sinh viên.

Phát triển được các tố chất thể lực và trạng thái chức năng của cơ thể.

Phát triển năng lực phối hợp động tác.

Phát triển năng lực tâm lý cho các em, sẵn sàng phấn đấu trong tập luyện và thi đấu thể thao.

Tạo cho các em ý thức tập luyện TDTT thường xuyên, xây dựng tính hứng thú bền vững lâu dài cho học sinh, sinh viên.

Giáo dục đạo đức TDTT xã hội chủ nghĩa.

Do đó, nhiệm vụ của công tác tổ chức quản lý GDTC trong nhà trường, phải đưa một chương trình giảng dạy TDTT thống nhất có tính kế thừa từ lứa tuổi mẫu giáo đến bậc đại học. Đồng thời, việc xác định mục tiêu công tác TDTT trong thể hệ trẻ không nên chỉ xác định mục tiêu kiến thức không, mà phải đảm bảo tính thống nhất giữa các mặt: Kiến thức, thể lực, kỹ thuật động tác trong khung chương trình, cần phải đưa chương trình dạy học thể dục ở phổ thông đến đại học mở thành pháp lệnh. Cần có chế độ thích hợp để động viên việc tổ chức hướng dẫn hoạt động ngoại khoá cho học sinh, sinh viên. Trong công tác GDTC phải bảo đảm thực hiện tốt việc tập luyện, huấn luyện, giảng dạy, thi đấu thể thao trong học sinh, sinh viên. Tổ chức các câu lạc bộ thể thao, các lớp tự tập luyện, các đội tuyển các môn thể thao. Có như vậy, công tác quản lý giảng dạy và học tập GDTC trong các trường mới đạt kết quả như mong muốn.

1.5. Các hình thức tổ chức buổi học thể dục thể thao trong trường học

Buổi tập thể dục thể thao chính khoá có những đặc điểm chung của hình thức lớp - bài. Dấu hiệu quan trọng nhất của hình thức lớp - bài là nhà Sư phạm (giáo viên TDTT, huấn luyện viên, hướng dẫn viên) giữ vai trò chủ đạo, điều khiển trực tiếp tổ chức hoạt động dạy học. Sự tác động tương hỗ giữa người dạy và người học tạo nên điều kiện sư phạm tốt nhất cho quá trình GDTC. Ưu thế của buổi tập chính khoá còn thể hiện ở chỗ: Buổi tập được tiến hành theo kế hoạch học tập chặt chẽ của trường học, theo thời khoá biểu chung của toàn trường; lớp học gồm một số lượng học sinh, sinh

viên ổn định, cùng lứa tuổi, hoạt động đã liên kết học sinh thành tập thể. Đó là những điều kiện không kém quan trọng để giải quyết có hiệu quả nhiệm vụ giáo dục - giáo dưỡng trong quá trình Giáo dục thể chất.

Giờ học TDTT được tổ chức phù hợp với những nguyên tắc sư phạm chung, với những nguyên tắc giáo dục thể chất. Đồng thời việc tiến hành giờ học TDTT phải đảm bảo được những yêu cầu sau:

- (a). Tác động của giờ học phải toàn diện về các mặt giáo dưỡng, giáo dục và sức khoẻ.
- (b). Hoạt động dạy học và giáo dục phải được thực hiện từ đầu đến cuối giờ học.
- (c). Trong giờ học cần hết sức tránh khuôn mẫu phương pháp cứng nhắc.
- (d). Đảm bảo bình đẳng trong hoạt động học tập cho tất cả học sinh, đồng thời chú ý đặc điểm cá nhân người tập.
- (e). Các nhiệm vụ đặt ra trong mỗi giờ học phải thật cụ thể, sao cho có thể được giải quyết ngay trong giờ học.

Theo xu hướng của nội dung, giờ học chính khoá được chia thành giờ học chuẩn bị thể chất chung, giờ học thể thao, giáo dục chuẩn bị thể chất nghề nghiệp.

Giờ học chuẩn bị thể chất chung: Được áp dụng chủ yếu trong các trường học: Mẫu giáo, Phổ thông, Đại học, Cao đẳng và Trung học chuyên nghiệp. Đặc điểm của giờ học loại này là nội dung học tập phong phú, tổng hợp, lượng vận động vừa phải.

Giờ học thể thao: Áp dụng trong giảng dạy - huấn luyện một môn thể thao lựa chọn: Giờ học điền kinh, thể dục thi đấu... Các giờ học loại này được tiến hành theo phương pháp riêng, đặc biệt chú ý tới định mức lượng vận động và phòng ngừa chấn thương.

Các giờ học chuẩn bị tính chất nghề nghiệp được tiến hành cho các đối tượng thanh thiếu niên và người trưởng thành. Đặc điểm tiêu biểu của nội dung giờ học loại này là giảng dạy các động tác thực dụng và giáo dục tính chất thể lực phù hợp với lao động nghề nghiệp.

Ở mức độ đáng kể, GDTC tiến hành theo hình thức buổi tập ngoại khoá. Đó là điều dễ hiểu, bởi vì thời gian học tập chỉ chiếm một khoảng tương đối ngắn trong cuộc sống của con người. Ví dụ: Trong 04 năm học Đại học, sinh viên chỉ được học khoảng 03-05 tín chỉ GDTC tương đương 90-150 giờ học TDTT chính khoá, chưa kể một số

trường còn thực hiện 15tiết/1tín chỉ thì giờ học chính khóa còn thấp hơn nữa. Trong khi đó thời gian tập luyện TDTT ngoại khoá nhiều gấp bội.

Tập luyện TDTT ngoại khoá là hình thức tập luyện tự nguyện nhằm củng cố sức khoẻ, duy trì và nâng cao khả năng hoạt động thể lực, rèn luyện cơ thể và chữa bệnh, giáo dục các tố chất thể lực và ý chí, tiếp thu các kỹ năng kỹ xảo vận động.

Các buổi tập ngoại khoá thường có cấu trúc đơn giản và nội dung hẹp hơn so với buổi tập chính khoá. Hình thức tập luyện này đòi hỏi ý thức, tinh thần độc lập và sáng tạo cao. Nhiệm vụ cụ thể và nội dung buổi tập ngoại khoá chủ yếu phụ thuộc vào sở thích và hứng thú cá nhân. Cũng như buổi tập chính khoá, cấu trúc buổi tự tập phải đảm bảo cho cơ thể dần dần bước vào hoạt động tạo điều kiện tốt nhất để thực hiện phần cơ bản và phần kết thúc buổi tập. Người tập thường sử dụng nhiều quy tắc, thủ thuật đã được giáo viên hướng dẫn trong giờ học chính khoá để định mức lượng vận động, giúp đỡ và bảo hiểm (khi tập theo nhóm) và tự tổ chức.

Như vậy mục đích của tập luyện TDTT ngoại khoá là tổ chức cho các em những thời gian nhàn rỗi được hoạt động lành mạnh và có nội dung, giáo dục những hiểu biết và những kiến thức sử dụng một cách tự giác các phương tiện giáo dục TDTT khác nhau trong đời sống và hoạt động hàng ngày. Những buổi tập ngoại khoá có nội dung khác nhau sẽ giúp cho học sinh nắm được nội dung trong chương trình học tập về Thể dục thể thao, chuẩn bị cho họ tham gia thi đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể. Ngoài ra giúp cho việc hoàn thiện các môn thể thao tự chọn. Giáo dục TDTT ngoại khoá sẽ giúp cho các em hình thành được những phẩm chất đạo đức tốt, những phẩm chất về ý chí có tác dụng giúp cho việc phát triển những kỹ năng chung và giáo dục tinh thần trách nhiệm đối với việc học tập ở nhà trường.

Giữa hình thức tập luyện chính khoá và ngoại khoá có mối liên hệ lẫn nhau. Tập luyện ngoại khoá giữ một vị trí quan trọng là bổ sung và củng cố hiệu quả của công tác GDTC chính khoá trong nhà trường, nó góp phần tạo một nếp sống mới lành mạnh, sôi nổi, phong phú, tươi vui, lạc quan loại bỏ được cuộc sống trống rỗng vô vị, chơi bời, lêu lổng của học sinh, sinh viên trong các giờ nhàn rỗi.

Việc kết hợp tốt giữa tập luyện TDTT nội khoá với ngoại khoá sẽ giúp con người có sức khoẻ vững chắc, có thân hình đẹp và tạo điều kiện nâng cao thành tích học tập của học sinh.

Hiện nay, hầu hết các trường Đại học, Cao đẳng và Trung học chuyên nghiệp hoạt

động TDDT ngoại khoá để hoàn chỉnh nội dung chính khoá và thực hiện tiêu chuẩn rèn luyện thân thể. Hầu hết các trường Đại học đều có đội tuyển tham gia ở các giải của ngành và toàn quốc, hoặc hình thành các CLB thể thao với các môn như: Bóng đá, Bóng chuyền, Bóng bàn, Cầu lông, Bóng rổ, Võ thuật, Đá cầu, Thể dục thẩm mỹ...

1.6. Những yếu tố ảnh hưởng đến công tác giáo dục thể chất trong các trường Đại học.

Có rất nhiều các yếu tố ảnh hưởng trực tiếp hay gián tiếp đến công tác GDTC trong nhà trường. Qua đó đã có các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC trước đây các tác giả đã đưa ra rất nhiều, trong đó có rất nhiều giải pháp có hiệu quả nếu được thực hiện đúng và đầy đủ. Muốn nâng cao chất lượng, hiệu quả đào tạo hãy bắt đầu bằng những giải pháp cụ thể nhất, thiết thực nhất phù hợp với điều kiện vị trí địa lý thế mạnh địa phương. Chính vì lẽ đó với điều kiện cụ thể ở các trường Đại học tại Thành phố Vinh các yếu tố sau sẽ ảnh hưởng trực tiếp đến công tác GDTC như: Tự nhiên – xã hội; Cơ chế chính sách; Nguồn nhân lực; Nội dung chương trình.

1.6.1. Yếu tố tự nhiên và xã hội.

Điều kiện tự nhiên bao gồm vị trí địa lý, khí hậu, cảnh quan thiên nhiên; đất đai, sông biển, các nguồn tài nguyên khoáng sản trong lòng đất, tài nguyên rừng biển, sự trong sạch của môi trường, nước và không khí... Trong rất nhiều trường hợp, chính các điều kiện tự nhiên trở thành một yếu tố rất quan trọng để hình thành lợi thế cạnh tranh và phát triển của nhiều ngành nghề. Giáo dục nói chung và Giáo dục thể chất nói riêng cũng chịu ảnh hưởng rất nhiều từ điều kiện môi trường tự nhiên.

Các trường Đại học chủ yếu được đóng trên địa bàn các Thành phố lớn như Hà Nội, TPHCM và các thành phố của các tỉnh đang trên đà phát triển mạnh mẽ để vươn mình trở thành một thành phố hiện đại, song song với sự phát triển công - nông nghiệp - thương mại – dịch vụ - du lịch thì công tác giáo dục - sức khỏe - an sinh xã hội cũng được quan tâm đầu tư. Tuy nhiên, trong những năm gần đây, đất nước ta nói chung và ở các thành phố nói riêng đang chứng kiến sự xuống cấp nghiêm trọng của các điều kiện tự nhiên, đặc biệt là: Sự ô nhiễm môi trường tự nhiên ngày càng tăng; Sự cạn kiệt và khan hiếm của các nguồn tài nguyên và năng lượng; Sự mất cân bằng về môi trường sinh thái... Những cái giá mà con người phải trả do sự xuống cấp của môi trường tự nhiên là vô cùng to lớn, khó mà tính hết được. Nói về vấn đề này, nước ta nằm trong khu vực chịu ảnh hưởng rất lớn của sự thay đổi khí hậu. Mùa hè thì nắng

nóng rất bỏng nhiệt độ có lúc tăng lên đến 44⁰C ở vùng miền núi, mùa đông thì gió rét mưa nhiều và hanh khô nhiệt độ có lúc xuống thấp. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến công tác GDTC nội khóa và ngoại khóa trong các trường học. Chính vì lẽ đó công tác phát triển kinh tế xã hội cũng như công tác phát triển các hoạt động TDTT cho mọi người cũng chịu ảnh hưởng đáng kể. Bên cạnh đó môi trường công nghệ cũng làm ảnh hưởng rất lớn đến công tác GDTC trong trường học. Với thời đại công nghệ phát triển nó tạo ra những sản phẩm vui chơi giải trí hấp dẫn giá rẻ đã thu hút giới trẻ lao vào những trò tiêu khiển vô bổ. Để rồi xa rời các hoạt động TDTT ngoại khóa, các câu lạc bộ đội nhóm về chuyên môn, thiện nguyện... Đây là một vấn đề đang được các bậc phụ huynh, các thầy cô giáo và các nhà quản lý trong công tác giáo dục hết sức quan tâm và lo lắng. Học sinh, sinh viên đắm có thể thức trắng với các trò chơi game hay chát chít trên mạng xã hội để rồi ngày mai sẵn sàng bỏ lớp, bỏ bài vở và thậm chí bỏ cả mạng sống của mình vì những trò chơi vô bổ đó. Bên cạnh đó môi trường công nghệ phát triển cũng mang lại rất nhiều lợi ích cho con người trong sự nghiệp công nghiệp hóa hiện đại hóa đất nước. Nhưng những ảnh hưởng tốt hay ảnh hưởng xấu của nó thì con người chúng ta cần thanh lọc và lựa chọn để sử dụng một cách hợp lý có ý nghĩa cho cuộc sống bản thân và cho xã hội.

Nói chung dù là ngành nghề gì đi chăng nữa, để phát triển thuận lợi một cách tốt đẹp thì yếu tố tự nhiên môi trường đóng một vai trò hết sức quan trọng. Đối với giáo dục nói chung và công tác GDTC trong các trường học nói riêng khi mà cơ sở vật chất còn thiếu thốn nghèo nàn lạc hậu thì việc phụ thuộc vào khí hậu thời tiết là rất lớn. Bởi thực tế rất nhiều trường chưa có nhà tập rộng lớn để đảm bảo cho các hoạt động TDTT được diễn ra đúng kế hoạch khi có sự cố thời tiết thay đổi. Sự khắc nghiệt của thời tiết cũng làm cho cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện cũng nhanh chóng hư hỏng... Chính vì lẽ đó mà yếu tố môi trường tự nhiên nó ảnh hưởng rất lớn trong công tác GDTC ở các trường Đại học.

Trong nền kinh tế thị trường hiện nay, giáo dục nói chung và GDTC nói riêng luôn chịu sự tác động của tiến trình phát triển kinh tế - xã hội, nhưng đồng thời giáo dục cũng giữ vị trí hàng đầu trong thúc đẩy một cách có hiệu quả của sự phát triển kinh tế - xã hội. Ngày nay ở tất cả các quốc gia trên thế giới đã đều đưa giáo dục lên vị trí quốc sách hàng đầu và thực sự coi đầu tư cho giáo dục là đầu tư cho phát triển và thậm chí còn nhìn nhận giáo dục cũng là một ngành sản xuất, ngành sản xuất đặc biệt.

Quản lý giáo dục một mặt là nhân tố then chốt đảm bảo sự thành công và bền vững của phát triển giáo dục, mặt khác nó lại chịu sự tác động của các yếu tố về mô hình kinh tế, mức độ phát triển kinh tế, sự tiến bộ của khoa học - công nghệ, truyền thống giáo dục và hội nhập quốc tế v.v...

1.6.2. Yếu tố về cơ chế chính sách

Trong sự phát triển của nền công nghiệp hóa hiện đại hóa đất nước thì việc hoạch định chiến lược phát triển và được đưa vào hệ thống chính sách đường lối nhà nước thì mới có các cơ chế chính sách phát triển bền vững và ổn định.

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: Số lượng chương trình hợp tác, liên kết đào tạo có hiệu quả với các trường đối tác nước ngoài; Số lượng sinh viên nước ngoài đang theo học ở tại trường” [82].

Trong tình hình hiện nay để phát triển TĐTT 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 TĐTT; 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 TĐTT 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 chính quyền các cấp về tầm quan trọng của nhiệm vụ bảo vệ, chăm sóc sức khỏe thể chất cho thế hệ trẻ, nhằm đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng và bảo vệ tổ quốc. Chăm sóc sức khỏe thể chất cho thế hệ trẻ 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 khỏe trẻ em.

Theo Lê Quý Phương: Trong mối quan hệ với đời sống kinh tế - xã hội, phát triển TĐTT 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” [83].

Theo Trương Anh Tuấn: Thể dục thể thao trường học 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 khỏe, 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.

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 khỏe thể chất là cơ sở quan trọng của sức khỏe tâm thần và trí tuệ con người. Vì vậy phát triển TDTT trường học để nâng cao sức khỏe thể chất của thế hệ trẻ 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 [69].

1.6.3. Yếu tố về nguồn lực làm ảnh hưởng đến công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học.

1.6.3.1. Cán bộ và nhà quản lý thể dục thể thao

Lúc sinh thời 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 mang lại hiệu quả trong giáo dục – đào tạo, nhà quản lý giáo dục phải có khả năng định hướng, đưa ra được những quyết sách hợp lý để định hướng đi cho nền giáo dục, giám sát, đôn đốc, thúc đẩy mọi thành phần tham gia vào công việc giáo dục.

Lê Đức Luận cũng khẳng định: “Có thể thấy, yếu tố con người luôn là yếu tố quyết định hàng đầu, chi phối trực tiếp vào quá trình đào tạo trong trường đại học. 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” [82,tr52].

Vai trò và nhiệm vụ của những người làm công tác TĐTT 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 TĐTT, 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 Bác 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 TĐTT nâng cao được trình độ chính trị, chuyên môn và năng lực công tác.

Nhu cầu hoạt động thực tiễn TĐTT 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 TĐTT đảm bảo chất lượng.

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 [81].

Khi khoa học chưa phát triển, chúng ta dạy học theo phương pháp cũ thì 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, đọc 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.

Dạy học theo phương pháp hiện đại 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 gia công su phạm một cách công phu. Gia công su phạm là một quá trình tuân thủ các quy luật tâm lý. Cho nên không công cụ nào làm thay giáo viên được.

Người thầy cũng phải thực sự là những kỹ sư tâm hồn để giáo dục, làm gương tốt giúp các em phát triển về nhân cách, đạo đức, giúp các em hình thành những chuẩn mực, những giá trị đạo đức nhân văn tốt đẹp từ bên trong nội tâm.

1.6.3.2. Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giáo dục thể chất

Trong triết lý đào tạo của giáo dục hiện đại, cơ sở vật chất là một trong những công cụ truyền tải các nội dung, thông điệp và thực hành kiến thức, rèn luyện kỹ năng nghề nghiệp và giá trị của học sinh, sinh viên. Cơ sở vật chất, trang thiết bị là phương tiện lao động su 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 v.v... 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 mối 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” [82, tr.22].

Với tầm quan trọng của cơ sở vật chất nhằm nâng cao chất lượng GDTC trong nhà trường Bộ giáo dục & Đào tạo chỉ đạo: “...Tổ chức kiểm tra việc xây dựng cơ sở vật chất (bao gồm nhà tập, sân tập, trang thiết bị, dụng cụ...) phục vụ GDTC và thể thao trường học, gắn với triển khai quy hoạch hệ thống cơ sở vật chất kỹ thuật thể dục, thể thao quốc gia tại các địa phương...” [19].

1.6.3.3. Về tài chính đầu tư cho công tác giáo dục thể chất

Khoa học cũng như thực tiễn cho thấy, chăm sóc và nâng cao sức khỏe của con người bằng “phương tiện” bài tập thể chất là biện pháp chủ động nhất, tích cực nhất, ít tốn kém nhất có khả năng thực thi cao nhất, mà lại phù hợp với quy luật hoạt động tâm, sinh lý của cơ thể và lứa tuổi, mang tính phòng ngừa bệnh tật, nâng cao sức khỏe, làm đẹp hình thái, phát triển toàn diện các tố chất vận động một cách ưu thế nhất!

Thông qua rèn luyện thân thể bằng việc luyện tập các môn thể thao, với những đòi hỏi sự nỗ lực cao của mỗi môn thể thao khác nhau, có thể hình thành và giáo dục được những phẩm chất đạo đức nhân cách của con người một cách tự nhiên như: Ý chí, lòng dũng cảm, lòng quyết tâm, sự tự tin, tính kiên trì và nhẫn nại, ý thức tổ chức

kỷ luật, tinh thần tập thể ý thức đồng đội... TDTT làm lành mạnh đời sống văn hóa tinh thần của xã hội, góp phần đẩy lùi các tệ nạn xã hội; đặc biệt là xây dựng niềm tin và lối sống lành mạnh cho thế hệ trẻ.

Cùng với sự chăm lo tới đời sống vật chất và tinh thần của HSSV, GDTC và thể thao với bản chất là vận động, là một phương tiện hữu ích, hợp lý giữa chế độ học tập và nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao sức khỏe, năng lực hoạt động trong tất cả các thời kỳ học tập. Việc học GDTC còn có tác dụng quan trọng trong quá trình rèn luyện đạo đức, ý chí và thẩm mỹ cho lớp trẻ. Đối với thế hệ trẻ, GDTC và thể thao lại càng quan trọng hơn bao giờ hết. Vì đây là thời kỳ nhạy cảm nhất để phát triển và hoàn thiện thể chất, nhân cách trong cuộc đời của con người. Một phương pháp hiệu quả nhất, nhằm giáo dục toàn diện cho thế hệ trẻ, trong hiện tại và cả tương lai của dân tộc. Được thực hiện ngay từ tuổi đi học cho tới suốt cả quá trình lao động nghề nghiệp.

Cùng với sức khỏe, trí tuệ, hoàn thiện các năng lực thể chất là yếu tố cơ bản của con người lao động mới. Mỗi người cần phải có một lối sống lành mạnh, một sự phát triển toàn diện cả về thể chất lẫn tinh thần, nhất là trong hoàn cảnh nhiều mặt trái của nền kinh tế thị trường như hiện nay.

Giáo dục thể chất trong nhà trường có ý nghĩa to lớn trong việc phát huy và bồi dưỡng nhân tố con người. Đồng thời góp phần nâng cao thể lực giáo dục nhân cách, đạo đức lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hóa tinh thần và phát huy tinh thần dân tộc của con người Việt Nam, tăng cường và giữ vững an ninh quốc phòng. Hiện nay, các trường đại học và cao đẳng đều có xu hướng phát triển cả về quy mô và đa dạng hóa các loại hình đào tạo. Trong khi đó, những điều kiện cơ bản cho hoạt động và phát triển thể thao trường học còn thiếu và yếu như:

Công tác tổ chức, chỉ đạo, hướng dẫn thực hiện, kiểm tra đánh giá hoạt động còn bị bỏ ngỏ, có trường đại học còn chưa có tổ bộ môn GDTC, mọi hoạt động chuyên môn còn bị phụ thuộc, chòng chẹo trong tình trạng rất ít được quan tâm của lãnh đạo nhà trường, kinh phí hoạt động TDTT không có... Cơ sở vật chất phục vụ cho giảng dạy và học tập ít được đầu tư, tình trạng: “Dạy chạy, học chạy” còn phổ biến. Đời sống sinh viên đã nghèo nhưng lại phải tự túc mua dụng cụ học tập môn GDTC. Quỹ đất dành cho TDTT ngày càng bị thu hẹp... Trong khi tỉ lệ tuyển sinh ngày càng tăng,

nhều sinh viên mang tư tưởng học đối phó, chất lượng giờ học còn mang tính hình thức. Như vậy đã đặt chất lượng giáo dục, trong đó GDTC trước một thách thức to lớn.

Để mang lại những giá trị đích thực của GDTC và TDTT đến với thế hệ trẻ Việt Nam, cần có sự nhìn nhận đúng đắn, và sớm có hành động của các cấp lãnh đạo, trực tiếp là các cấp ủy Đảng, Ban Giám hiệu các nhà trường về công tác GDTC và hoạt động thể thao học đường, và cần lắm sự chung tay của toàn xã hội để đầu tư kinh phí vào xây dựng mua sắm cơ sở vật chất và kinh phí tổ chức các hoạt động TDTT cho sinh viên.

Thật vậy, “có thực mới vực được đạo” đó là sự đúc rút kinh nghiệm của bao đời nay. Không có kinh phí thì có muốn làm gì cũng khó, trên thế giới những nước có hệ thống giáo dục phát triển thì hoạt động TDTT của sinh viên được đầu tư bài bản và được coi trọng hàng đầu. Như vậy để làm tốt công tác đào tạo nói chung và công tác GDTC nói riêng thì yếu tố kinh phí đầu tư là rất quan trọng và là then chốt cho sự phát triển trong giáo dục.

1.6.3.4. Xã hội hóa các hoạt động thể dục thể thao trong trường Đại học

Trong xu thế đổi mới phát triển giáo dục và đào tạo phải gắn liền trước hết với sự đổi mới quản lý hệ thống giáo dục quốc dân sao cho phù hợp với sự phát triển kinh tế xã hội của đất nước theo chủ trương của Đảng và Nhà nước. Chính phủ quy hoạch phát triển giáo dục đào tạo cũng như TDTT là sự phối hợp chặt chẽ giữa các cơ quan Đảng, chính quyền các ngành, các tổ chức xã hội ở các cấp theo trách nhiệm được phân công. Do đó về thực chất kể cả giáo dục đào tạo cũng như TDTT cũng cần được xã hội hóa, hiểu một cách đầy đủ hơn là các tầng lớp nhân dân, các thành phần kinh tế, các tổ chức xã hội cần tham gia tích cực và sâu rộng hơn trong việc đóng góp kinh phí và các nguồn lực vật chất cho giáo dục đào tạo và TDTT mà là cần thiết phải tham gia vào công việc quản lý và xây dựng các ngành này trên nhiều phương diện khác.

Nói một cách khác, xã hội hóa giáo dục đào tạo và TDTT là một quá trình thực hiện dân chủ hóa, làm cho giáo dục đào tạo và TDTT đến với mọi người và đông đảo nhân dân được hưởng quyền lợi về học tập và tập luyện TDTT một cách tự giác. Đây cũng là mục tiêu và yêu cầu cao nhất để đánh giá phong trào này. Đồng thời với việc vận động quần chúng cần phải có những đảm bảo tối thiểu, khách quan về đội ngũ cán bộ, cơ sở vật chất cải tiến hệ thống tổ chức quản lý sao cho phù hợp với điều kiện lao động học tập của quần chúng nhân dân và học sinh sinh viên. Song phong trào TDTT

trong các trường Đại học còn nhiều hạn chế, nguồn nhân lực tài chính của các cơ sở đào tạo còn hạn hẹp, cơ sở vật chất trang thiết bị, dụng cụ tập luyện TDTT còn lạc hậu và thiếu thốn nó ảnh hưởng trực tiếp đến công tác GDTC và phong trào TDTT trong sinh viên. Để nhằm khắc phục những tồn tại nói trên hướng tới từng bước xã hội hóa TDTT trong các trường Đại học một cách có hiệu quả thiết thực chúng tôi đưa ra các ý kiến để các cấp lãnh đạo quan tâm xem xét tạo mọi điều kiện khả thi hơn trong công tác phát triển thể thao học đường được tốt hơn.

Củng cố tổ chức, cải tiến cơ chế hoạt động của Hội thể thao Đại học để hoạt động một cách chủ động và hiệu quả hơn, cần có một số cán bộ chuyên trách ở các cấp Hội.

Có chủ trương xây dựng hệ thống các công trình TDTT trong nhà trường và ngoài xã hội để tạo mọi điều kiện thuận lợi cho sinh viên được tập luyện thể thao thường xuyên liên tục đạt hiệu quả. Nguồn kinh phí này rất cần sự chung tay của nhà nước và các tổ chức xã hội, các mạnh thường quân trong và ngoài nước đóng góp và hợp tác cùng phát triển.

Cải tiến nội dung chương trình hướng dẫn và tạo mọi điều kiện cho đông đảo sinh viên tham gia tập luyện thường xuyên, thành lập các câu lạc bộ thể thao trong các trường Đại học để nâng cao chất lượng công tác GDTC. Xem đây là một nội dung để đánh giá chất lượng giáo dục.

Duy trì, phát triển và tăng cường tổ chức các giải thể thao cho sinh viên ở các cấp.

Với việc ảnh hưởng từ việc thiếu thốn kinh phí, cơ sở vật chất nghèo nàn lạc hậu thì rất cần thiết phải xã hội hóa TDTT trong các trường Đại học. Nhằm giảm tải khó khăn cho các trường đồng thời sinh viên sẽ có cơ hội về việc tham gia tập luyện TDTT được thường xuyên và có chất lượng hơn.

1.6.4. Yếu tố chương trình đào tạo

Trong công tác GDTC ở trường học thì nội dung chương trình giảng dạy và phương pháp giảng dạy rất quan trọng. Là yếu tố cốt lõi giữ vai trò quyết định đến chất lượng của mặt giáo dục này. Nội dung phong phú đa dạng và thích hợp sẽ thu hút và kích thích được sinh viên tham gia vào các hoạt động thể thao một cách tự giác và hứng khởi. Bên cạnh đó cần phải đảm bảo được thời gian học tập thì mới phát triển được thể chất cho sinh viên.

Tại Điều 6 của Luật Giáo dục năm 2005 như sau: “Chương trình giáo dục thể hiện mục tiêu giáo dục; quy định chuẩn kiến thức, kỹ năng, phạm vi và cấu trúc nội dung giáo dục, phương pháp và hình thức tổ chức hoạt động giáo dục, cách thức đánh giá kết quả giáo dục đối với các môn học ở mỗi lớp, mỗi cấp học hoặc trình độ đào tạo” [41]. Tại Điều 41 Luật Giáo dục năm 2005 cũng quy định “Chương trình giáo dục đại học thể hiện mục tiêu giáo dục đại học; quy định chuẩn kiến thức, kỹ năng, phạm vi và cấu trúc nội dung giáo dục đại học, phương pháp và hình thức đào tạo, cách thức đánh giá kết quả đào tạo đối với mỗi môn học, ngành học, trình độ đào tạo của giáo dục đại học; bảo đảm yêu cầu liên thông với các chương trình giáo dục khác” [41].

Thông tư 25/2015/BGD&ĐT quy định về chương trình môn học Giáo dục thể chất với mục tiêu nhằm cung cấp 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, tâm vóc, hoàn thiện nhân cách, nâng cao khả năng học tập, kỹ năng hoạt động xã hội với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện.[18]

Chương trình môn học Giáo dục thể chất được thực hiện từ năm học đầu tiên, khi sinh viên mới nhập học; các trường bố trí dạy đối với sinh viên trình độ đại học tối thiểu 03 tín chỉ. Chương trình môn học Giáo dục thể chất dùng cho sinh viên các trường đại học, cao đẳng thể hiện mục tiêu chương trình, yêu cầu về kiến thức, kỹ năng, thái độ hành vi của người học; nội dung chương trình, cách thức đánh giá kết quả học tập. Nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất bao gồm: Phần lý thuyết chung; phần thực hành và phần các môn tự chọn.

Biên soạn và tổ chức thực hiện chương trình theo các nội dung sau:

Nội dung chương trình môn học Giáo dục thể chất được xây dựng căn cứ vào đặc điểm, tính chất của các ngành nghề đào tạo, điều kiện thực tiễn về cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên; việc xây dựng chương trình môn học phải đảm bảo tính kế thừa, logic và khoa học; các quy định về số lượng học phần, tín chỉ của chương trình.

Việc tổ chức dạy học theo kế hoạch đào tạo của các trường, đảm bảo sinh viên hoàn thành chương trình môn học Giáo dục thể chất trước khi tốt nghiệp; kết hợp giữa học nội khóa với rèn luyện ngoại khóa.

Lớp học lý thuyết nếu bố trí lớp ghép phải phù hợp với phương pháp dạy học và phù hợp với điều kiện thực tế và quy định của từng trường; lớp học thực hành không quá 40 SV/lớp.

Giờ học thực hành kỹ thuật được quy định trong chương trình, phải có giảng viên hướng dẫn; các trường không sử dụng giờ học này để sinh viên tự học.

Căn cứ vào chương trình môn học Giáo dục thể chất đã được phê duyệt, các trường nghiên cứu và biên soạn giáo trình, tài liệu môn học để phục vụ cho việc dạy, học môn học Giáo dục thể chất của trường.

Đối với đào tạo liên thông chính quy, thời lượng chương trình môn học Giáo dục thể chất của các cấp liên thông được xác định trên nguyên tắc bù trừ kiến thức còn thiếu ở các trình độ đào tạo trước đó.

Đối với những sinh viên bị khuyết tật, dị tật bẩm sinh, bị các bệnh tim mạch, không có khả năng vận động với khối lượng và cường độ vận động lớn, các trường cần biên soạn các bài tập đơn giản phù hợp với sức khoẻ và chất của sinh viên.

Chính vì những yếu tố tác động trên nên việc phát triển giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trường học cần có chiến lược và các giải pháp cụ thể:

Tăng cường chất lượng dạy và học thể dục chính khóa;

Cải tiến nội dung, phương pháp giảng dạy theo hướng kết hợp với thể dục, thể thao với hoạt động giải trí, chú trọng nhu cầu tự chọn của học sinh. Xây dựng chương trình giáo dục thể chất kết hợp với giáo dục quốc phòng; kết hợp đồng bộ y tế học đường với dinh dưỡng học đường;

Xây dựng hệ thống các trường, lớp năng khiếu thể thao, đẩy mạnh công tác đào tạo, bồi dưỡng nhân tài thể thao cho quốc gia.

Phát triển hoạt động thể dục, thể thao ngoại khóa

Xây dựng các loại hình câu lạc bộ thể dục, thể thao trường học; khuyến khích học sinh dành thời gian từ 2 – 3 giờ/tuần để tham gia hoạt động thể thao ngoại khóa trong các câu lạc bộ, các lớp năng khiếu thể thao. Củng cố và phát triển hệ thống thi đấu thể dục, thể thao giải trí thích hợp với từng cấp học, từng vùng, địa phương;

Tăng cường chỉ đạo triển khai thực hiện Quy hoạch cơ sở giáo dục đào tạo có cơ sở vật chất đáp ứng hoạt động thể dục, thể thao trường học theo quy chuẩn quốc gia.

Ban hành Nghị định về phát triển GDTC và hoạt động thể thao trường học, tăng cường xây dựng cơ chế, chính sách, đào tạo, chuẩn hóa đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên thể dục, thể thao; đẩy mạnh huy động các nguồn xã hội hóa đầu tư xây dựng cơ sở vật chất, trang thiết bị dụng cụ tập luyện trong các cơ sở giáo dục, đào tạo. Hỗ trợ về cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện thể dục, thể thao, hướng dẫn viên thể dục, thể

thao cho các cơ sở giáo dục vùng đồng bào dân tộc thiểu số và miền núi thuộc diện khó khăn theo quy định của Nhà nước;

Tiến hành điều tra khảo sát thực trạng thể dục, thể thao trường học, thể chất và sức khỏe của học sinh theo định kỳ 5 – 10 năm/lần; ban hành chế độ kiểm tra, đánh giá định kỳ thể chất và sức khỏe học sinh;

Tăng cường công tác đào tạo giáo viên thể dục, thể thao, công tác bồi dưỡng nghiệp vụ hoạt động ngoại khóa cho hướng dẫn viên thể dục, thể thao. Ban hành quy chế hỗ trợ đối với các cán bộ, chuyên gia về thể dục, thể thao, trực tiếp tham gia hướng dẫn hoạt động ngoại khóa hoặc hỗ trợ giảng dạy chính khóa... tại các trường thuộc hệ thống giáo dục phổ thông và mẫu giáo;

Ban hành các chính sách huy động, khuyến khích các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp tham gia tài trợ hoạt động thi đấu thể dục, thể thao trong trường học;

Tăng cường công tác giáo dục, truyền thông trong giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trường học; phối hợp với Đoàn thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh trong chỉ đạo, tổ chức hoạt động thể dục, thể thao trường học.

1.7. Một số công trình nghiên cứu có liên quan

Việc nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên hiện nay là một vấn đề cần thiết cho ngành giáo dục nói riêng và cho toàn xã hội nói chung. Với tính cấp thiết đó đã có một số tác giả nghiên cứu về các giải pháp nâng cao chất lượng GDTC trong các cơ sở đào tạo từ những luận văn, luận án.

Bùi Văn Kiên (2010): Nghiên cứu ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên không chuyên thể dục thể thao trường Đại học Quy Nhơn [38]. Đề tài luận văn Thạc sĩ của tác giả đã đưa ra 6 giải pháp từ đó tác giả tiến hành phỏng vấn lựa chọn ra 3 giải pháp được mọi người đánh giá cao nhất đó là: Nâng cao nhận thức về vai trò, vị trí và tác dụng của GDTC trong nhà trường; Giảng dạy môn thể thao tự chọn vào giai đoạn 2; Nâng cao chất lượng các điều kiện đảm bảo. Với 3 giải pháp đã lựa chọn tác giả đã đánh giá và xây dựng các biện pháp cụ thể để tiến hành thực nghiệm. Đề tài này tác giả đã lựa chọn 3 giải pháp trên theo số điểm từ cao xuống thấp, nhưng giải pháp: Tăng cường hoạt động ngoại khóa và tổ chức thi đấu có số điểm đứng thứ 4 tác giả nên lựa chọn và áp dụng thực nghiệm để tăng thêm cơ sở khoa học nâng cao chất lượng GDTC và đây là một giải pháp rất khả thi cần thiết đối với sinh viên.

Nguyễn Tiên Phong (2010), Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên, Trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh - Đại học Thái Nguyên[54]. Luận văn Thạc sỹ của tác giả đã đưa ra 8 giải pháp từ đó tác giả đã tiến hành phỏng vấn và lựa chọn được 4 giải pháp có tỷ lệ cao nhất đó là: Tổ chức tuyên truyền động viên nhận thức về vai trò công tác GDTC trong nhà trường; Đảm bảo cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ công tác GDTC; Cải tiến phương pháp giảng dạy GDTC cho phù hợp; Tổ chức đẩy mạnh các hoạt động ngoại khóa. Ở đề tài này tác giả nên đưa thêm giải pháp thường xuyên tổ chức các giải thể thao cấp trường và thành lập các đội tuyển thể thao tham gia các giải thể thao các cấp.

Nguyễn Thị Thanh Nhân (2011), Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp[45]. Đề tài luận văn Thạc sỹ của tác giả đã đưa ra 7 giải pháp từ đó tác giả đã tiến hành phỏng vấn để lựa chọn ra 4 giải pháp có tỷ lệ lựa chọn cao nhất và là các giải pháp mang tính trước mắt đó là: Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức về ý nghĩa, vai trò của môn GDTC và tập luyện TDTT; Tăng cường hoạt động ngoại khóa, xây dựng các CLB TDTT; Tăng cường và khai thác tối đa cơ sở vật chất; Bồi dưỡng, hướng dẫn phương pháp tập luyện TDTT cho sinh viên.

Nguyễn Đức Tiến (2013), Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Thương Mại [65]. Luận văn Thạc sỹ của tác giả đã đưa ra 8 giải pháp từ đó đề tài đã phỏng vấn lựa chọn 5 giải pháp để thực nghiệm đó là: Tổ chức tuyên truyền tăng cường nhận thức ý nghĩa vai trò của GDTC trong trường học; Tăng cường cơ sở vật chất và kinh phí cho hoạt động GDTC; Tăng cường đội ngũ cán bộ làm công tác GDTC; Cải tiến nội dung chương trình phương pháp giảng dạy phù hợp với đối tượng sinh viên; Đổi mới hình thức quản lý, tổ chức hướng dẫn sinh viên tập luyện TDTT ngoài giờ học. Với 5 giải pháp được lựa chọn đề tài đã xây dựng các biện pháp cụ thể nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên. Bên cạnh đó có một vài giải pháp rất cần thiết mà khi phỏng vấn tác giả chưa đề cập đến như thành lập các CLB thể thao ngoại khóa, thành lập các đội tuyển thể thao để luyện tập và tham gia thi đấu các giải thể thao của sinh viên...

Văn Đình Cường (2014), Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên hệ không chuyên trường Đại học Vinh [22]. Luận văn Thạc sỹ đã đưa ra 7 giải pháp từ đó đề tài phỏng vấn lựa chọn 4 giải pháp để tiến hành áp dụng

thực nghiệm gồm: Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức được ý nghĩa, vai trò của môn học GDTC và luyện tập TDTT; Tăng cường hoạt động TDTT ngoại khóa, xây dựng các CLB thể thao; Tăng cường bảo vệ và khai thác tối đa cơ sở vật chất hiện có của nhà trường. Đồng thời đề xuất với nhà trường đầu tư cơ sở vật chất tốt hơn nữa; Có biện pháp bồi dưỡng hướng dẫn phương pháp tập luyện TDTT trong giờ chính khóa cho sinh viên. Với đề tài này tác giả chưa áp dụng một số giải pháp quan trọng cần thiết, đối tượng nghiên cứu mới ở mức độ còn hạn chế. Đối tượng nghiên cứu mới áp dụng cho nữ sinh viên nên chưa được rộng rãi và đa dạng.

Đỗ Văn Tùng (2015), Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên trường Đại học Nông Lâm – Đại học Huế [67]. Luận văn Thạc sỹ của tác giả đã đưa ra 10 giải pháp từ đó tác giả đã tiến hành phỏng vấn lựa chọn ra 8 giải pháp để tiến hành thực nghiệm cho đề tài đó là: Tổ chức tuyên truyền, động viên nhận thức về vị trí, tác dụng TDTT trong nhà trường và xã hội; Tăng cường sự lãnh đạo của cấp Ủy Đảng và Ban giám hiệu; Đảm bảo cơ sở vật chất kinh phí phục vụ công tác GDTC; Bồi dưỡng nghiệp vụ chuyên môn và nâng cao trình độ; Bồi dưỡng nghiệp vụ sư phạm thường xuyên; Đổi mới các phương pháp dạy học và lựa chọn nguyên tắc dạy học, hình thức tổ chức giảng dạy GDTC cho phù hợp; Hướng dẫn phương pháp và cách thức tổ chức tập luyện các hoạt động TDTT ngoại khóa; Bắt buộc tham gia tập luyện một môn TDTT tự chọn. Ở đề tài này tác giả đưa ra nhiều giải pháp không thiết thực bên cạnh đó lại không đưa ra những giải pháp thiết thực hơn để tiến hành phỏng vấn và áp dụng cho đề tài.

Hoàng Công Minh (2016), Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên trường Đại học SPKT Vinh [44]. Đề tài luận văn Thạc sỹ của tác giả đã đưa ra 6 giải pháp từ đó đề tài đã tiến hành lựa chọn 2 trên 6 giải pháp vào đối tượng thực nghiệm đó là: Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức được ý nghĩa, vai trò của môn học GDTC và luyện tập TDTT; Tăng cường hoạt động TDTT ngoại khóa, xây dựng các CLB thể thao. Với đề tài này tác giả sử dụng 2 giải pháp trước mắt nhưng về lâu dài cần có thêm một số giải pháp thích hợp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên hơn nữa.

Vũ Đức Văn (2008), Nghiên cứu một số giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh THCS thành phố Hải Phòng [73]. Đề tài luận án Tiến sỹ của tác giả đã đưa ra 7 giải pháp từ đó tác giả tiến hành phỏng vấn chọn 4 giải pháp với trên 80%

được lựa chọn đó là: Nâng cao chất lượng đội ngũ giáo viên TĐTT; Nâng cao chất lượng công tác tổ chức, quản lý hoạt động dạy học; Đổi mới khâu chuẩn bị của giáo viên trước khi tiến hành giờ dạy thực hành TĐTT; 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. Luận án nghiên cứu cho đối tượng là học sinh THCS tác giả đã lựa chọn được những giải pháp phù hợp nhất nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh THCS thành phố Hải Phòng.

Nguyễn Hoàng Thụ (2009), NC các giải pháp xã hội hoá để phát triển bóng đá đối với trẻ em 3- 10 tuổi của Nghệ An [64]. Luận án đã đưa ra các giải pháp như: Mở rộng tuyên truyền giáo dục và quản lý điều hành; Mở rộng hình thức huy động nguồn lực, xây dựng cơ sở vật chất TĐTT; Đa dạng hóa loại hình bồi dưỡng nghiệp vụ cho huấn luyện viên, hướng dẫn viên, giáo viên dạy bóng đá cho trẻ em; Đa dạng hóa loại hình tập luyện bóng đá của trẻ em; Đa dạng hóa loại hình thi đấu bóng đá cho trẻ em.

Hoàng Hà (2016), Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác Giáo dục thể chất các trường thành viên Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh [33]. Luận án Tiến sỹ của tác giả đã đưa ra 6 giải pháp gồm: Giải pháp về thông tin tuyên truyền; Giải pháp về cơ chế, chính sách; Giải pháp về cơ cấu, tổ chức; Giải pháp về cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ; Giải pháp về đội ngũ; Giải pháp về chương trình GDTC (chính khóa, ngoại khóa). Từ đó tác giả đã tiến hành phỏng vấn hai lần và lựa chọn cả 6 giải pháp trên để thực nghiệm đề tài. Từ 6 giải pháp trên tác giả đã tiến hành xây dựng 24 biện pháp cụ thể để triển khai thực hiện các giải pháp đã lựa chọn. Các giải pháp trên được sự đồng tình của các chuyên gia, cán bộ quản lý GDTC thuộc ĐHQG-HCM. Kết quả nghiên cứu cho thấy các giải pháp chủ yếu liên quan đến các điều kiện đảm bảo cho công tác GDTC là cơ sở vật chất, đội ngũ, chương trình; hai giải pháp liên quan đến cơ cấu tổ chức và cơ chế chính sách và một giải pháp về thông tin tuyên truyền.

Lưu Vệ Quốc (2017), Nâng cao chất lượng và phát triển GDTC trường học.[77] Giáo sư đã đánh giá và nghiên cứu về việc phát triển chất lượng cũng như quy mô của giáo dục thể chất trong trường học phụ thuộc và cần chú trọng vào các yếu tố: giữ vững được chế độ chính trị lấy vai trò đào tạo con người làm nòng cốt trong đó có giáo dục về thể chất; đưa ra định mức hợp lý cho từng bộ phận, tổ chức lớp học và thực hiện trong thời gian dài; chuyển đổi các hình thức giảng dạy, cần xem con người làm

vai trò mấu chốt và cần sử dụng đúng lúc đặc biệt là kinh nghiệm giảng dạy, huấn luyện; yếu tố thứ 4 và sắp xếp hợp lý việc tiếp thu và đưa ra phương án tập luyện hợp lý để đạt hiệu quả cao.

Trần Nghĩa Nhân 2018, Phương án nâng cao chất lượng giáo dục thể chất và sức khỏe cho sinh viên[78]. Trong báo cáo Hội nghị sinh lý vận động học toàn quốc tác giả đã nêu mục tiêu hướng tới sức khỏe toàn diện cho sinh viên, vì sự cân bằng trong sự phát triển chung về con người chính là hướng tới sự phát triển về chất lượng giáo dục thể chất trong nhà trường, trong đó chú trọng các vấn đề:

Phân tích tình trạng học sinh: phân tích sức khỏe, tâm vóc, tâm sinh lý của sinh viên, tổng kết bằng số liệu theo từng năm các tổ chức vận động.

Căn cứ cơ sở của nhà trường, thực trạng của sinh viên để đưa ra phương án hợp lý trong kế hoạch và giờ dạy

Chú trọng vào các phương án lên lớp: giữ vững nề nếp lớp học, phát huy tinh thần hưng phấn cho sinh viên, tôn trọng sinh viên và phát hiện các hiện tượng bất thường xảy ra. Mỗi tiết học cần đảm bảo 40 phút thực hiện đầy đủ các nội dung.

Tiểu kết chương

Qua nghiên cứu phân tích tổng hợp tài liệu phần tổng quan của luận án chúng tôi rút ra một số kết luận sau:

Xuyên suốt từng giai đoạn lịch sử của TĐTT nói chung và công tác GDTC trường học nói riêng luôn được Đảng và Nhà nước hết sức quan tâm và được xác định là một bộ phận không thể thiếu góp phần vào sự nghiệp xây dựng và phát triển đất nước. Nó được thể hiện qua các Chỉ thị, Nghị quyết của Đảng qua các kỳ Đại hội cũng như Hội nghị. Nhằm chỉ đạo về phương hướng phát triển đúng đắn cho sự nghiệp giáo dục và đào tạo nói chung và GDTC nói riêng. Công tác GDTC và hoạt động thể thao cho sinh viên là một trong những nội dung quan trọng trong chiến lược phát triển con người toàn diện, đó là nhiệm vụ của Đảng, Nhà nước và toàn xã hội.

Thực hiện các quan điểm phát triển TĐTT nói chung và công tác GDTC nói riêng của Đảng và Nhà nước, Chính phủ đã liên tục phê duyệt chiến lược phát triển TĐTT qua từng giai đoạn cụ thể. Khi đề cập đến những yếu kém tồn tại của công tác GDTC trong chiến lược đã nhấn mạnh cần coi trọng hơn nữa về công tác thể thao

trường học nhằm nâng cao thể lực sức khỏe cho học sinh, sinh viên tiến tới nâng cao tầm vóc người Việt Nam.

Bộ giáo dục và đào tạo đã ban hành và triển khai thực hiện nhiều văn bản liên quan quy định về mục tiêu, chương trình nội khóa, ngoại khóa giáo dục thể chất cũng như việc kiểm tra, đánh giá và xếp loại thể lực học sinh, sinh viên các cấp, ...

Mục tiêu của giáo dục thể chất nhằm xây dựng và hình thành các kỹ năng vận động cơ bản cho người học, giáo dục đạo đức xã hội chủ nghĩa và rèn luyện tinh thần tập thể, ý thức tổ chức kỷ luật, xây dựng niềm tin, lối sống tích cực, lành mạnh, giáo dục tinh thần tự giác học tập, rèn luyện thân thể, bảo vệ và tăng cường sức khỏe, chuẩn bị sẵn sàng phục vụ sản xuất và bảo vệ Tổ quốc, phát triển hài hòa về thể chất góp phần hình thành và bồi dưỡng nhân cách, đáp ứng yêu cầu giáo dục toàn diện cho con người.

Các yếu tố như điều kiện kinh tế xã hội của vùng miền, con người (đội ngũ), tổ chức, chính sách hay cơ sở vật chất, kinh phí, ... là cái cần nhưng chưa đủ nó tác động trực tiếp đến việc nâng cao chất lượng GDTC trong nhà trường. Ngoài ra các yếu tố như nhận thức về tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT thường xuyên ở mỗi người cũng khác nhau nên việc tác động đến động lực tập luyện TDTT cho từng người cũng là một vấn đề cần quan tâm hàng đầu.

CHƯƠNG 2: PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Để giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu của luận án đã đặt ra chúng tôi sử dụng những phương pháp nghiên cứu sau.

2.1.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu

Đây là phương pháp được sử dụng trong suốt quá trình nghiên cứu. Đọc, phân tích và tổng hợp các tài liệu có liên quan đến vấn đề nghiên cứu. Trong phạm vi đề tài phương pháp này giúp chúng tôi xác định được những vấn đề liên quan, cơ sở khoa học và yêu cầu đối với công tác GDTC. Qua đó phân tích, lựa chọn những giải pháp thích hợp nhất để nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên. Các tài liệu mà chúng tôi sẽ tiến hành sưu tầm nghiên cứu và tổng hợp có liên quan đến các lĩnh vực nghiên cứu của đề tài bao gồm:

Các văn kiện của Đảng và Nhà nước về giáo dục - đào tạo, TĐTT nói chung và cán bộ giáo viên TĐTT nói riêng.

Các văn bản pháp quy của Ngành Giáo dục - Đào tạo, ngành TĐTT về công tác GDTC của học sinh sinh viên.

Các sách giáo khoa, tạp chí, tài liệu khoa học, kết quả các công trình nghiên cứu liên quan đến công tác GDTC.

Một số luận văn, luận án tốt nghiệp của học viên cao học và nghiên cứu sinh những năm gần đây.

Trên cơ sở phân tích các nguồn tư liệu khác nhau, sẽ cung cấp những thông tin cần thiết cho việc hình thành giả thuyết khoa học, xác định mục tiêu nghiên cứu, xây dựng kế hoạch tổ chức nghiên cứu và định hướng thực hiện các nội dung nghiên cứu của đề tài.

2.1.2. Phương pháp phỏng vấn tọa đàm

Sử dụng phương pháp này nhằm thu thập các tư liệu nghiên cứu thông qua phỏng vấn gián tiếp bằng phiếu hỏi các khách thể nghiên cứu. Các lĩnh vực mà đề tài quan tâm chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn hai đối tượng: Các chuyên gia trong ngành, các giảng viên TĐTT trong khu vực và các cán bộ có liên quan trực tiếp trong và ngoài nhà trường. Nhằm thu thập những thông tin phục vụ cho việc điều tra thực trạng việc sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên các trường Đại

học tại thành phố Vinh. Đối tượng phỏng vấn là 40 giảng viên, chuyên gia giáo dục thể chất trong các trường Đại học tại thành phố Vinh và 1486 sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.

2.1.3. Phương pháp kiểm tra sự phạm

Sử dụng phương pháp này nhằm mục đích thông qua các test và các chỉ tiêu để đánh giá thể chất của sinh viên về các tố chất vận động như sức nhanh, sức mạnh, sức bền và khéo léo. Các chỉ tiêu sử dụng theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD-ĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo ngày 18 tháng 09 năm 2008. Chúng tôi sử dụng 5 test.

(1). Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)- đánh giá sức mạnh bền.

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

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra ngồi chân co 90^0 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.

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

(2). Bật xa tại chỗ (cm)- đánh giá sức mạnh tốc độ của chân.

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.

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 bật.

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

(3). Chạy 30m xuất phát cao (giây)- đánh giá sức nhanh.

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.

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

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

(4). Chạy con thoi 4 x 10m(giây)- đánh giá tố chất khéo léo, năng lực phối hợp vận động.

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.

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 180⁰ 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.

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

(5). Chạy tùy sức 5 phút (m)- đánh giá sức bền chung.

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.

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.

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

(Test lực bóp tay thuận do điều kiện nhà trường và bản thân không có đủ cơ sở vật chất nên chúng tôi không đưa vào để kiểm tra đánh giá trong đề tài)

2.1.4. Phương pháp kiểm tra Y học

Phương pháp này giúp chúng tôi tiến hành đo các chỉ số hình thái cơ thể, với đề tài này tôi tiến hành đo chiều cao đứng và cân nặng của cơ thể từ đó tính chỉ số BMI. Nhằm đánh giá chính xác hơn của sự đồng đều về thể hình sinh viên trước thực nghiệm.

Chiều cao đứng: Là chiều cao của cơ thể được đo từ mặt phẳng đối tượng điều tra đứng đến đỉnh đầu. Đối tượng điều tra đứng ở tư thế nghiêm làm sao 4 điểm phía sau gồm: gót chân, mông, lưng, chỏm sau đầu chạm vào chiều đứng của thước. Người thực hiện đo tiến hành kéo cần ngang của thước chạm đỉnh đầu của đối tượng điều tra và đọc kết quả, thu ký ghi giá trị đo được với đơn vị tính cm.

Cân nặng: Là trọng lượng của cơ thể. Dụng cụ đo là cân y tế đo chính xác đến 0,05kg, đối tượng điều tra bước nhẹ nhàng và đứng yên lên mặt cân. Người thực hiện cân đọc và thu ký ghi lại kết quả, đơn vị tính cân nặng là kg.

Chỉ số BMI: BMI là viết tắt của (Body Mass Index) được gọi là chỉ số cơ thể, thường được các chuyên gia hoặc các bác sĩ áp dụng để xác định tình trạng cơ thể của một người nào đó có bị thừa cân hoặc gầy ốm hay không. Thông thường chúng ta thường sử dụng chỉ số BMI để tính toán mức độ béo phì.

Để giữ cho cân nặng tương xứng với chiều cao, Tổ chức Y tế thế giới(WHO) đã đưa ra công thức tính chỉ số khối cơ thể BMI.

$$BMI = \frac{W}{H^2}$$

Trong đó: W là cân nặng cơ thể tính bằng kilogram (kg)

H là chiều cao đứng của cơ thể được tính bằng mét(m)

Chỉ số BMI: < 18,5 là dưới chuẩn(thiếu cân)

Chỉ số BMI: Từ 18,5-24,9 là bình thường

Chỉ số BMI: Từ 25-29,9 là thừa cân

Chỉ số BMI: Từ 30-34,9 là béo phì cấp độ 1

Chỉ số BMI: Từ 35-39,9 là béo phì cấp độ 2

Chỉ số BMI: Từ ≥ 40 là béo phì cấp độ 3

Công năng tim:

Yêu cầu trang thiết bị:

Căn phòng trống, thoáng mát

Đồng hồ bấm giây Casio

Máy gõ nhịp (nếu không có thì dùng động tác tay)

Hai ghế để cạnh nhau

Phương pháp tiến hành

Cho đối tượng nghỉ ngơi 10-15 phút, đo mạch yên tĩnh (15 giây x4) và ký hiệu là P1

Cho đối tượng đứng lên ngồi xổm hết 30 lần trong 30 giây (thực hiện theo máy đếm nhịp hoặc theo tay người hướng dẫn)

Lấy mạch trong 15 giây sau vận động và ký hiệu là P2

Lấy mạch trong 15 giây sau vận động 1 phút và ký hiệu là P3

Phương pháp tính toán và đánh giá kết quả:

$$HW = \frac{(f1 + f2 + f3) - 200}{10}$$

Trong đó: HW là chỉ số công năng tim

f1 là mạch đập yên tĩnh trong 1 phút = P1 x 4

f2 là mạch đập lúc yên tĩnh trong 1 phút sau vận động = P2 x 4

f3 là mạch sau vận động 1 phút = P3 x 4

Đánh giá kết quả: < 1 rất tốt

1 - 5 tốt

6 - 10 trung bình

11 - 15 kém

> 16 rất kém.

2.1.5. Phương pháp thực nghiệm sư phạm

Để khẳng định tính khoa học và hiệu quả của các biện pháp đề ra chúng tôi tiến

hành thực nghiệm sư phạm trên hai nhóm: Nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Đối tượng thực nghiệm là sinh viên trường Đại học Vinh. Nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng được chia một cách ngẫu nhiên từ 250 sinh viên (trong đó có 128 sinh viên nam và 122 sinh viên nữ) được chia thành 04 nhóm TN và 02 nhóm ĐC cụ thể:

Nhóm thực nghiệm 1(TN1): Gồm 42 sinh viên nam học CLB bóng chuyền

Nhóm thực nghiệm 2(TN2): Gồm 43 sinh viên nam học CLB bóng đá

Nhóm thực nghiệm 3(TN3): Gồm 40 sinh viên nữ học CLB Aerobic

Nhóm thực nghiệm 4(TN4): Gồm 40 sinh viên nữ học CLB Taekwondo

Nhóm đối chứng 1(ĐC1): Gồm 43 nam không tham gia học CLB ngoại khóa của chúng tôi tổ chức.

Nhóm đối chứng 2(ĐC2): Gồm 42 nữ không tham gia học CLB ngoại khóa của chúng tôi tổ chức.

2.1.6. Phương pháp toán học thống kê

Chúng tôi sử dụng phương pháp toán học thống kê để xử lý các số liệu thu được trong quá trình nghiên cứu đã sử dụng các công thức sau:

(1). Số trung bình cộng:

$$\bar{x} = \frac{\sum_{i=1}^n x_i}{n}$$

(2). Phương sai:

$$\delta^2 = \frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n} \quad \text{với } (n > 30)$$

(3). Độ lệch chuẩn:

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

(4). Hệ số biến sai: $C_v \frac{\delta_x}{\bar{x}} \cdot 100\%$

(5). So sánh 2 số trung bình tự đối chiếu: $t = \frac{\bar{x}_d}{\frac{\delta_d}{\sqrt{n}}}$

(6). Nhịp độ tăng trưởng: $W = \sum \frac{(V_2 - V_1)100}{0,5(V_1 + V_2)} (\%)$

(7). Tính t quan sát:
$$t = \frac{\bar{x}_a - \bar{x}_b}{\sqrt{\frac{\delta_a^2}{n_a} + \frac{\delta_b^2}{n_b}}} \quad \text{với } (n > 30)$$

Việc phân tích và xử lý các số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của đề tài được chúng tôi xử lý bằng phần mềm SPSS 12.0, Microsoft Excel đã được xây dựng trên máy vi tính.

2.2. Tổ chức nghiên cứu

2.2.1. Địa điểm nghiên cứu:

Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Trường Đại học Vinh

Trường Đại học SPKT Vinh

Trường Đại học Y khoa Vinh

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An.

2.2.2. Thời gian nghiên cứu:

Từ tháng 12 năm 2015 đến tháng 12 năm 2019 và được chia thành 3 giai đoạn:

Giai đoạn 1: Từ tháng 12 năm 2015 đến tháng 06 năm 2017

Lựa chọn hướng nghiên cứu và xây dựng đề cương chi tiết

Nghiên cứu cơ sở lý luận các vấn đề liên quan đến luận án

Đánh giá thực trạng công tác GDTC của các trường Đại học tại thành phố Vinh

Thu thập số liệu lần một

Giai đoạn 2: Từ tháng 07 năm 2017 đến tháng 12 năm 2018

Đề xuất và lựa chọn ứng dụng các giải pháp nâng cao chất lượng GDTC ở các trường Đại học tại thành phố Vinh

Tiến hành thực nghiệm với đối tượng nghiên cứu

Thu thập số liệu lần 2

Hoàn thành số liệu đã thu thập được

Đánh giá hiệu quả các giải pháp đã lựa chọn

Giai đoạn 3: Từ tháng 01 năm 2019 đến tháng 12 năm 2019

Viết hoàn thành luận án và xin ý kiến chuyên gia

Bảo vệ luận án trước hội đồng các cấp.

CHƯƠNG 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Thực trạng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

3.1.1. Thực trạng chương trình môn học giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Trong công tác GDTC ở trường học thì nội dung chương trình giảng dạy và phương pháp giảng dạy rất quan trọng. Là yếu tố cốt lõi giữ vai trò quyết định đến chất lượng của mặt giáo dục này. Nội dung phong phú đa dạng và thích hợp sẽ thu hút và kích thích được sinh viên tham gia vào các hoạt động thể thao một cách hứng khởi, tự giác. Bên cạnh đó cần phải đảm bảo được thời gian học tập thì mới phát triển được thể chất cho sinh viên.

Với tầm quan trọng đó, chương trình môn GDTC của các trường Đại học tại thành phố Vinh đã được giảng viên các trường nghiên cứu và xây dựng khung chương trình cũng như nội dung chương trình sao cho phù hợp với nhu cầu thiết yếu của sinh viên, phát huy được tính tích cực tự giác luyện tập TDTT trong sinh viên và đặc biệt phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất trang thiết bị của nhà trường. Trong thời gian qua thực hiện chương trình đào tạo theo học chế tín chỉ của nhà trường quy định phân bổ về số lượng tín chỉ, cách thức tổ chức giảng dạy trong các học kỳ cho sinh viên. Đồng thời căn cứ vào quy định khung chương trình giảng dạy GDTC dành cho đào tạo hệ Đại học của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Khoa và Bộ môn Giáo dục thể chất của các trường Đại học tại thành phố Vinh đã thiết kế nội dung chương trình giảng dạy GDTC như ở bảng 3.1 sau:

**Bảng 3.1. Chương trình môn học giáo dục thể chất nội khóa của các trường
Đại học tại thành phố Vinh.**

TT	Trường	Nội dung	Tổng số giờ	Học kỳ				
				1	2	3	4	5
1	Đại học Vinh (Dạy quán chiếu trong 1 học kỳ hoặc 6 tuần)	Lý thuyết chung	15		15			
		Thực hành						
		Bắt buộc: TDCB và Chạy 100m	45		45			
		Tự chọn 1 trong các môn: Bóng đá, bóng chuyền, võ Taekwondo, Aerobic, Đá cầu	45		45			
		Kiểm tra thể lực chung sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT	Không					
Tổng			105	<i>Số tiết được quy chuẩn: 78,4</i>				
2	Đại học SPKT Vinh	Thực hành	150					
		Điền kinh 1		30				
		Điền kinh 2			30			
		Điền kinh 3				30		
		Bóng chuyền 1					30	
		Bóng chuyền 2						30
		Kiểm tra thể lực chung cho sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT	Không					
Tổng			150	<i>Số tiết được quy chuẩn: 112,5</i>				
3	Đại học Y khoa Vinh (Dạy quán chiếu trong 1 học kỳ)	Lý thuyết chung	30		30			
		Thực hành:						
		TDCB	45		45			
		Bóng chuyền	45		45			
		Cầu lông	45		45			
		Kiểm tra thể lực chung sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT	Không					
Tổng			165	<i>Số tiết được quy chuẩn: 49,5</i>				

4	Đại học Kinh tế Nghệ An	Lý thuyết chung	09	09				
		Thực hành:	72					
		Điền kinh		14				
		Bóng chuyền		14				
		Cầu lông		14				
		TD Nhịp điệu			30			
		Kiểm tra thể lực chung sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT	Không					
	Tổng	81	<i>Số tiết được quy chuẩn: 81</i>					

Qua bảng 3.1 chúng ta thấy được cấu trúc chương trình môn GDTC ở các trường Đại học tại thành phố Vinh như sau:

Trường Đại học Vinh: Chương trình môn GDTC nhà trường áp dụng hệ Đại học 5 tín chỉ (trong đó có 1 tín chỉ lý thuyết tính 16 tiết chuẩn, 4 tín chỉ thực hành giảng dạy 90 tiết được quy chuẩn 62,4 tiết) với cách tính này rất thiệt thòi cho giảng viên. Bên cạnh đó nhà trường bố trí giảng dạy tập trung cuốn chiếu vào trong một học kỳ hoặc trong 6 tuần làm ảnh hưởng đến chất lượng học tập của sinh viên.

Trường Đại học SPKT Vinh: Gồm 5 tín chỉ tương đương 150 tiết đúng theo quy định của Bộ GD&ĐT nhưng các học phần trong chương trình nội khóa của nhà trường đang đơn điệu không phong phú và đa dạng. Với 90 tiết về các môn Điền kinh và 60 tiết bóng chuyền thì nội dung chương trình làm cho sinh viên dễ nhàm chán, hạn chế hứng thú học tập của sinh viên, trong khi các môn như bóng đá, bóng rổ, đá cầu, aerobic... đang được giới trẻ quan tâm và yêu thích thì không được học tập.

Trường Đại học Y khoa Vinh: Chương trình giảng dạy môn GDTC 1 tín chỉ lý thuyết và 3 tín chỉ thực hành với tổng 165 tiết dạy trong 1 học kỳ nhưng nội dung còn đơn điệu hạn chế việc phát huy sở trường của sinh viên khi không có các môn tự chọn. Bên cạnh đó với việc quy chuẩn hệ số 0,3tiết/1 tiết giảng thì quá thiệt thòi cho giảng viên như vậy mỗi năm giảng viên phải dạy 900 giờ mới đủ chuẩn.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An: Nội dung chương trình với 03 tín chỉ và các môn giảng dạy cơ bản phù hợp với thời lượng tiết giảng dạy. Cách tính quy chuẩn giờ

cho giảng viên tương đối hợp lý. Mặc dù số lượng tín chỉ nhà trường phân bổ ở tiệm cận thấp nhất so với văn bản của Bộ quy định là từ 03-05 tín chỉ đối với hệ Đại học.

Tóm lại: Chương trình môn học GDTC ở các trường Đại học tại thành phố Vinh chưa thống nhất với nhau về số lượng tín chỉ, các môn giảng dạy cũng như cách phân bổ số giờ trong các học kỳ và tính giờ quy chuẩn cho giảng viên. Điều này làm ảnh hưởng rất lớn đến chất lượng công tác GDTC ở các trường và thiệt thòi cho người học cũng như người dạy.

3.1.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên thể dục thể thao các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Trong quá trình dạy học nói chung và giảng dạy môn GDTC nói riêng thì đội ngũ giảng viên giữ một vai trò hết sức quan trọng. Họ là người trực tiếp lên lớp truyền thụ những kiến thức cho người học, là lực lượng chủ yếu quản lý tổ chức các hoạt động TDDT trong nhà trường. Có thể nói đội ngũ giảng viên là nhân tố nòng cốt quyết định trực tiếp đến chất lượng GDTC. Chính vì vậy, việc nghiên cứu thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy ở khoa và các bộ môn Giáo dục thể chất các trường Đại học tại thành phố Vinh là vấn đề quan tâm hàng đầu trong việc đánh giá chất lượng công tác GDTC của nhà trường.

Kết quả nghiên cứu về thực trạng đội ngũ giảng viên của khoa và bộ môn ở các trường Đại học tại thành phố Vinh được thể hiện ở bảng 3.2 dưới đây.

Bảng 3.2. Thực trạng về đội ngũ giảng dạy giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh trong giai đoạn 2015-2018.

Trường	Tổng số CB-GV	Trình độ			Tuổi đời			Tỷ lệ CBGD/SV
		ĐH	Th.sỹ	TS	<30	30-50	>50	
Đại học Vinh	22	0	17	05	02	16	04	22/16.076
Đại học SPKT Vinh	06	01	05	0	01	05	0	06/5.818
ĐH Y khoa Vinh	04	02	02	0	01	02	01	04/4.224
ĐH Kinh tế Nghệ An	08	05	03	0	01	06	01	08/7.632

Qua bảng 3.2 ở trên cho chúng ta thấy đội ngũ cán bộ giảng dạy của các trường Đại học tại thành phố Vinh tương đối đồng đều về số lượng giảng viên trên tỷ lệ sinh viên.

Về trình độ chuyên môn chưa được đồng đều giữa các trường, Đại học SPKT Vinh có 05 thạc sỹ chiếm 83%, có 01 Đại học chiếm tỷ lệ 17%. Đại học Y khoa Vinh có 02 thạc sỹ chiếm 50% và có 02 đại học chiếm 50%. Đại học Kinh tế Nghệ An có 03 thạc sỹ chiếm 37,5% và có 05 ĐH chiếm 62,5%. Riêng trường Đại học Vinh trình độ chuyên môn đạt tỷ lệ cao với chuẩn hóa 100% thạc sỹ trở lên trong đó có 05 Tiến sỹ chiếm tỷ lệ 22,7%.

Về tuổi đời các trường có đội ngũ cán bộ tương đối trẻ và chủ yếu nằm trong độ tuổi trung bình 30-50 tuổi. Ở độ tuổi này cán bộ đã có đủ kinh nghiệm trong công tác giảng dạy cũng như đang còn nhiều năm cống hiến cho việc giảng dạy được ổn định lâu dài.

Như vậy, nhìn chung đội ngũ cán bộ của các trường chưa đáp ứng về số lượng và chất lượng. Bởi hàng năm khoa và các bộ môn phải đảm nhận giảng dạy cho sinh viên toàn trường cả hệ ĐH và CĐ trung bình trên mỗi giảng viên khoảng hơn 800 giờ. Với lượng lao động như vậy là tương đối cao, chính vì vậy công tác học tập, NCKH nâng cao trình độ gặp nhiều khó khăn. Hàng năm giảng viên của khoa và bộ môn chưa được thường xuyên đi bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ để bắt kịp các phương pháp giảng dạy mới và tiên tiến hơn trên toàn quốc cũng như trong khu vực và trên thế giới như: Các đợt tập huấn thay sách giáo khoa; Hội thảo khoa học chuyên ngành; Thực tế ngoài trường và các giải thể thao giành cho cán bộ TĐTT...

3.1.3. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Cơ sở vật chất phục vụ cho việc giảng dạy và học tập mặc dù đã được Đảng uỷ, Ban giám hiệu nhà trường hết sức quan tâm đầu tư và nâng cấp. Nhưng với số lượng sinh viên tăng lên nhanh chóng theo hàng năm (khoảng 22.000 sinh viên hiện nay) thì hiện tại còn thiếu thốn rất nhiều. Nhất là diện tích sân tập, chỉ đáp ứng được 30%. Mà theo quy định tiêu chí trường đạt chuẩn TĐTT thì cơ sở vật chất, diện tích đất bình quân cho tập luyện TĐTT đối với sinh viên từ 0,8–1m² đất/1 sinh viên. Diện tích đất, công trình thể thao phục vụ cho tập luyện ngoại khoá ở ký túc xá hầu như không có. Mật độ giảng dạy cao, dẫn đến sân bãi dụng cụ không đáp ứng đủ và xuống cấp nhanh. Qua điều tra thực trạng cho thấy ở bảng 3.3 dưới đây thì việc nhà trường cần đầu tư sân bãi và dụng cụ là rất cần thiết.

Bảng 3.3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh

TT	Trường	Sân bãi – dụng cụ	m _i	Chất lượng	Hiệu quả sử dụng			Tỷ lệ sv/dụng cụ
					Tốt	TB	Kém	
1	Đại học Vinh	Sân bóng đá 7 người	4	Sân cỏ nhân tạo		x		4.019
		Sân bóng rổ	2	Sân nền xi măng		x		8.038
		Sân bóng chuyền	2	Sân nền xi măng			x	8.038
		Nhà tập đa năng 800m ²	1	Sân nền bê tông		x		16.076
		Sân cầu lông trong nhà	2	Sân nền bê tông		x		8.038
		Bàn bóng bàn	4	Bàn VN sản xuất		x		4.019
		Đường chạy cự ly TB	4	Nền nhựa bê tông			x	4.019
		Phòng Aerobic	2	Nền xi măng			x	8.038
2	Đại học SPKT Vinh	Sân bóng đá 7 người	2	Sân cỏ nhân tạo		x		2.909
		Sân bóng chuyền	5	Sân nền xi măng			x	1.164
		Bàn bóng bàn	2	Bàn TQ		x		2.909
		Sân Cầu lông ngoài trời	1	Sân nền xi măng			x	5.818
		Đường chạy cự ly TB	1	Sân đất			x	5.818
3	Đại học Y khoa Vinh	Sân bóng rổ	1	Sân nền xi măng		x		4.224
		Sân bóng chuyền	2	Sân nền xi măng		x		2.112
		Bàn bóng bàn	2	Bàn Hà Nội		x		2.112
		Sân Cầu lông ngoài trời	2	Sân nền xi măng			x	2.112
4	Đại học Kinh tế Nghệ An	Sân bóng đá 7 người	1	Sân cỏ nhân tạo		x		7.632
		Bàn bóng bàn	2	Bàn Hà Nội		x		3.816
		Sân bóng chuyền	2	Sân nền xi măng		x		3.816
		Nhà tập đa năng 500m ²	1	Sân nền bê tông		x		7.632
		Sân cầu lông trong nhà	2	Sân nền bê tông		x		3.816
		Đường chạy cự ly TB	4	Sân đất			x	1.908

Qua bảng 3.3 cho chúng ta thấy cơ sở vật chất của các trường còn yếu kém cả về số lượng và chất lượng. Với số lượng sinh viên đông như hiện nay thì mức độ sử dụng quá cao dẫn đến sự xuống cấp nhanh chóng. Đối với trường Đại học Y khoa Vinh thì sân bãi và cơ sở vật chất quá nghèo nàn và thiếu thốn. Bên cạnh đó trường Đại học Vinh với lịch sử lâu năm và quy mô đa ngành nên cơ sở vật chất cơ bản đảm bảo về số lượng và đạt tỷ lệ diện tích sân tập TDTT trên sinh viên. Đối với trường Đại học SPKT Vinh và Đại học Kinh tế Nghệ An thì

cơ sở vật chất mới tạm thời đáp ứng nhu cầu ở mức độ trung bình cả về số lượng và chất lượng. Chính vì vậy việc nâng cấp và xây dựng mua sắm mới các hạng mục phục vụ công tác GDTC là điều cấp bách.

3.1.4. Thực trạng hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.

3.1.4.1. Thực trạng hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa.

Ngoài chương trình giảng dạy chính khóa theo quy định chung thì việc tập luyện TDTT ngoại khóa là rất quan trọng. Ngoại khóa là hoạt động được tiến hành vào thời gian rỗi của sinh viên và được tập luyện theo nhu cầu, sở thích của các em ở những môn thể thao cụ thể. Hoạt động này góp phần quan trọng trong việc nâng cao chất lượng giờ học, phát triển nhanh và tốt hơn các tố chất vận động thúc đẩy hiệu quả công tác GDTC trong nhà trường. Chính vì vậy chúng tôi tiến hành phỏng vấn trên 1486 sinh viên (710 sinh viên nam và 776 sinh viên nữ) đang tham gia học GDTC chính khóa ở học phần thực hành kỳ 1, kỳ 2 và kỳ 3. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.4 dưới đây.

Bảng 3.4. Thực trạng tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh

Trường	Giới tính		Số buổi tập / Tuần			
			0	1	2	≥ 3
Đại học Vinh	Nam (n=342)	m _i	196	75	47	24
		%	57,3	21,9	13,8	7,0
	Nữ (n=420)	m _i	312	58	37	13
		%	74,3	13,8	8,8	3,1
Đại học SPKT Vinh	Nam (n=184)	m _i	105	42	31	06
		%	57,1	22,8	16,8	3,3
	Nữ (n=76)	m _i	41	15	17	03
		%	53,9	19,7	22,4	4,0
ĐH Y khoa Vinh	Nam (n=94)	m _i	76	13	05	0
		%	80,9	13,8	5,3	0
	Nữ (n=152)	m _i	128	08	12	04
		%	84,2	5,3	7,9	2,6
ĐH Kinh tế NA	Nam (n=90)	m _i	48	23	14	05
		%	53,3	25,5	15,6	5,6
	Nữ (n=128)	m _i	92	21	12	03
		%	71,9	16,4	9,4	2,3

Qua bảng 3.4 cho chúng ta thấy số lượng sinh viên của các trường không tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa chiếm tỷ lệ tương đối cao, đặc biệt với trường Đại học Y khoa Vinh với tỷ lệ 84.2% (nữ) và 80.9% (nam), tiếp đến là trường Đại học kinh tế Nghệ An. Đối với nhóm sinh viên tham gia tập luyện từ 1-3 và >3 buổi thì sinh viên tập từ 1-2 buổi/ tuần chiếm tỷ lệ cao, chủ yếu là tập 1 buổi/tuần cụ thể:

Trường Đại học Vinh có 57,3% sinh viên nam và 74,3% sinh viên nữ không tham gia tập luyện thể thao(TT) ngoại khóa. Bên cạnh đó số sinh viên tập từ 03 buổi/tuần trở lên là rất thấp chỉ là 7% đối với nam và 3,1% đối với nữ.

Trường Đại học SPKT Vinh có 51,6% sinh viên nam và 53,9% sinh viên nữ không tham gia tập luyện TT ngoại khóa. Bên cạnh đó số sinh viên tập từ 03 buổi/tuần trở lên là rất thấp chỉ là 3,3% đối với nam và 4% đối với nữ.

Trường Đại học Y khoa Vinh có 80,9% sinh viên nam và 84,2% sinh viên nữ không tham gia tập luyện TT ngoại khóa. Bên cạnh đó số sinh viên tập từ 03 buổi/tuần trở lên là rất thấp đối với nam không có em nào và nữ chỉ 2,6%.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An có 53,3% sinh viên nam và 71,9% sinh viên nữ không tham gia tập luyện TT ngoại khóa. Bên cạnh đó số sinh viên tập từ 03 buổi/tuần trở lên là rất thấp chỉ là 5,6% đối với nam và 2,3% đối với nữ.

Điều này chứng tỏ sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh rất lười tập luyện TT ngoại khóa đặc biệt là sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh. Chúng tôi đã trao đổi với giáo viên giảng dạy GDTC và sinh viên của trường đại học Y khoa Vinh thì được biết với đặc thù ngành Y học chương trình nặng và còn phải đi trực bệnh viện nên việc sắp xếp thời gian để tham gia các hoạt động TT ngoại khóa là rất khó khăn.

Tiếp đến, chúng tôi tiến hành tìm hiểu về nhu cầu tập luyện thể thao của sinh viên các trường Đại học thành phố Vinh thông qua phiếu hỏi, người được hỏi sẽ lựa chọn một đáp án về nhu cầu tập luyện môn thể thao yêu thích nhất của mình. Kết quả được trình bày tại bảng 3.5 dưới đây.

Bảng 3.5. Nhu cầu tập luyện môn thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh

Trường	Giới tính		Môn thể thao yêu thích nhất								
			B. Đá	B. Rổ	B. Bàn	C. Lông	Võ	Đá cầu	BC, BC Hơi	Gym, Zumba; Aerobic	Các môn khác hoặc không tập
Đại học Vinh	Nam (n=342)	m _i	131	32	08	11	28	14	97	18	03
		%	38,3	9,4	2,3	3,2	8,2	4,1	28,3	5,3	0,9
	Nữ (n=420)	m _i	21	38	13	26	40	19	86	172	05
		%	5,0	9,0	3,1	6,2	9,5	4,5	20,5	41,0	1,2
Đại học SPKT Vinh	Nam (n=184)	m _i	74	15	05	04	18	06	52	10	0
		%	40,2	8,2	2,7	2,2	9,8	3,3	28,2	5,4	0
	Nữ (n=76)	m _i	08	07	2	10	07	02	16	23	01
		%	10,5	9,2	2,6	13,2	9,2	2,6	21,1	30,3	1,3
ĐH Y khoa Vinh	Nam (n=94)	m _i	31	11	04	02	10	04	23	06	03
		%	33,0	11,7	4,3	2,1	10,6	4,3	24,4	6,4	3,2
	Nữ (n=152)	m _i	14	15	05	15	12	03	42	41	05
		%	9,2	9,9	3,3	9,9	7,9	2,0	27,6	26,9	3,3
ĐH Kinh tế NA	Nam (n=90)	m _i	35	09	03	03	13	02	21	04	0
		%	38,9	10	3,4	3,4	14,4	2,2	23,3	4,4	0
	Nữ (n=128)	m _i	08	06	02	13	17	04	42	34	02
		%	6,3	4,7	1,5	10,2	13,3	3,1	32,8	26,6	1,5

Qua bảng 3.5 chúng ta thấy được nhu cầu tập luyện ngoại khóa các môn thể thao yêu thích nhất của sinh viên là cao nhưng do điều kiện về cơ sở vật chất còn hạn chế về số lượng và chất lượng. Các môn thể thao mà sinh viên chủ yếu là: Bóng đá đối với nam, Aerobic đối với nữ, Bóng chuyền, Bóng chuyền hơi đối với nữ. Mặt khác, do quỹ thời gian của giảng viên dành cho việc hướng dẫn sinh viên tập luyện còn hạn chế và chưa đồng bộ nên phong trào tập luyện TT ngoại khóa tại các trường chưa được phát triển. Bên cạnh đó, vì thiếu người tổ chức hướng dẫn tập luyện nên việc sử dụng sân bãi dụng cụ chưa hiệu quả.

3.1.4.2. Thực trạng về hoạt động thi đấu.

Từ khi nhà trường đào tạo theo hệ thống tín chỉ các hoạt động phong trào TT của các khoa và nhà trường giảm mạnh, số lượng các giải thể thao tổ chức thường xuyên như trước đây giờ đã giảm xuống. Nó được cụ thể hóa ở bảng 3.6 dưới đây:

Bảng 3.6. Thống kê tình hình tổ chức các giải thể thao của trường và tham gia các giải thể thao ngoài trường trong 3 năm học trở lại đây.

Năm học	Cấp tổ chức giải	Trường			
		Đại học Vinh	Đại học SPKT Vinh	ĐH Y khoa Vinh	ĐH Kinh tế Nghệ An
2014-2015	Trường	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)	1 (BC)	2 (BĐ,BC)
	Tỉnh	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)
	Bộ-ngành	0	0	0	0
2015-2016	Trường	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)	1 (BC)	2 (BĐ,BC)
	Tỉnh	1 (BC)	1 (BC)	1 (BC)	1 (BC)
	Bộ-ngành	0	0	0	0
2016-2017	Trường	2 (BĐ,BC)	2 (BĐ,BC)	1 (BC)	2 (BĐ,BC)
	Tỉnh	1 (BC)	1 (BC)	1 (BC)	1 (BC)
	Bộ-ngành	0	0	0	0

Nhìn vào bảng 3.6 chúng ta thấy các giải thể thao do nhà trường tổ chức hàng năm là quá ít. Các trường mới tổ chức được hai môn bóng đá và bóng chuyền cho sinh viên toàn trường, riêng trường Đại học Y khoa Vinh không có sân vận động nên mỗi năm tổ chức một giải bóng chuyền cho sinh viên.

Tham gia các giải thể thao ở Tỉnh tổ chức của các trường cũng chưa nhiều, cấp độ Bộ - Ngành tổ chức các giải thi đấu thể thao cho sinh viên trong 3 năm trở lại đây không có trường nào tham gia. Tổ chức và tham gia các giải thể thao còn ít như vậy có thể do nhiều nguyên nhân khác nhau, có thể do sự quan tâm về các hoạt động TT của các cấp lãnh đạo nhà trường còn hạn chế, những người làm chuyên môn về TT chưa thực sự tâm huyết tham mưu cho nhà trường để tổ chức và tham gia các giải thể thao nhiều hơn nữa. Mặt khác khi nhà trường tổ chức đào tạo theo hệ thống tín chỉ thì các

khoa gặp khó khăn trong việc sắp xếp thời gian để tổ chức các giải thể thao cho sinh viên. Từ kết quả nghiên cứu thực trạng được thể hiện qua bảng 3.4; 3.5 và 3.6 cho chúng tôi tổng hợp được số lượng sinh viên các trường tham gia các hoạt động TT ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần trong những năm gần đây được thể hiện bảng 3.7 sau:

Bảng 3.7: Số lượng sinh viên các trường Đại học tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa(n=1486).

T T	Trường	Tổng số SV phỏng vấn	Tỷ lệ % tham gia tập ngoại khóa	Số sinh viên tham gia các hoạt động TT				Số lượng CLB TT HĐ th. xuyên
				Ngoại khóa	Thi đấu thể thao cấp trường	Đội tuyển trường	Tổng số SV tham gia	
1	Đại học Vinh	762	34,2	261	11	02	274	01
2	ĐH SPKT Vinh	260	44,5	116	09	04	129	02
3	ĐH Y khoa Vinh	246	17,45	43	02	0	45	0
4	ĐH Kinh tế NA	218	37,4	82	07	01	90	01
Tổng		1486	33,39	502	29	07	538	04

Qua bảng 3.7 cho chúng ta thấy tỷ lệ sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh tham gia các hoạt động TT ngoại khóa vẫn còn thấp. Số lượng các CLB TT hoạt động thường xuyên ở các trường là rất ít cụ thể trường Đại học Vinh có 01 CLB, Đại học SPKT Vinh 02, Đại học Y khoa Vinh là không có, Đại học Kinh tế Nghệ An là 01 CLB.

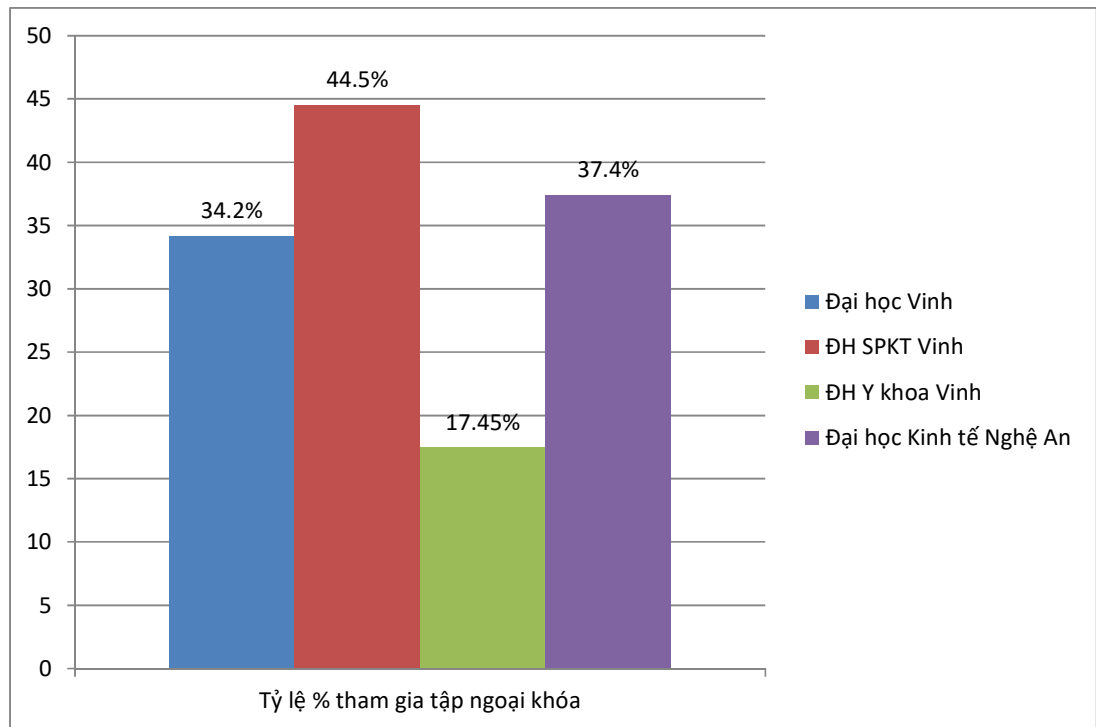
Tỷ lệ % sinh viên tham gia các hoạt động TT của trường Đại học Vinh là: 34,2%

Tỷ lệ % sinh viên tham gia các hoạt động TT của trường Đại học SPKT Vinh là: 44,5%

Tỷ lệ % sinh viên tham gia các hoạt động TT của trường ĐH Y khoa Vinh là: 17,45%

Tỷ lệ % sinh viên tham gia các hoạt động TT của trường ĐH K.tế Nghệ An là: 37,4%

So với trung bình chung trong hệ thống giáo dục là 60% thì kết quả như vậy là còn thấp, đặc biệt là trường Đại học Y khoa Vinh là rất thấp. Để đạt được mục tiêu quy định đề ra là đến năm 2020 đạt tỷ lệ 80%, năm 2030 là 90% sinh viên tham gia các hoạt động TT ngoại khóa theo định hướng của Chính phủ thì lãnh đạo nhà trường và cán bộ TT các trường cần phải có những giải pháp cụ thể để phát triển các hoạt động TT ngoại khóa nhằm đạt đến tiệm cận mục tiêu đề ra. Tỷ lệ % sinh viên tham gia tập luyện TT ngoại khóa của các trường đại học tại thành phố Vinh so với trung bình chung của hệ thống giáo dục đại học được thể hiện qua biểu đồ 3.1. dưới đây.



Biểu đồ 3.1. So sánh tỷ lệ % sinh viên tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của các trường đại học tại thành phố Vinh.

3.1.5. Thực trạng về giờ học giáo dục thể chất nội khóa ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Để đánh giá được thực trạng này chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn sinh viên các trường đang tham gia học GDTC chính khóa ở kỳ 1, kỳ 2 và kỳ 3. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.8 dưới đây:

Bảng 3.8. Kết quả phỏng vấn về công tác lên lớp giờ học giáo dục thể chất chính khóa của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả trả lời phỏng vấn của các trường							
		Đại học Vinh (n=762)		ĐH SP KTVinh (n=260)		ĐH Y khoa Vinh (n=246)		ĐH Kinh Tế NA (n=218)	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%
I.	<i>Công tác chuẩn bị cho giờ học của giảng viên</i>								
1	Lên xuống lớp đúng giờ, tác phong nhanh nhẹn chuyên nghiệp.	732	96,1	246	94,6	241	98,0	202	92,7
2	Trang phục đúng quy định với một GV giảng dạy TD.	755	99,0	256	98,5	244	99,1	214	98,2
3	Kiến thức chuyên môn tốt, làm chủ được mọi tình huống trong giờ giảng.	681	89,4	239	91,9	218	88,6	195	89,5
4	Làm mẫu kỹ thuật các động tác TD chuẩn	659	86,5	241	92,7	209	85,0	204	93,6
II	<i>Tinh thần trách nhiệm và sự nhiệt tình của GV trong giờ dạy</i>								
5	Cao	566	74,3	181	69,6	177	72,0	152	69,7
6	Bình thường	187	24,5	77	29,6	69	28,0	60	27,5
7	Thiếu trách nhiệm	09	1,2	02	0,8	0	0	06	2,8
III	<i>Ý kiến về giờ học TDTT chính khóa</i>								
1	Sinh động	50	6,6	12	4,6	3	1,2	21	9,6
2	Bình thường	437	57,3	135	51,9	119	48,4	132	60,6
3	Thiếu sinh động	275	36,1	113	43,5	124	50,4	65	29,8

Qua bảng 3.8 cho chúng ta thấy công tác chuẩn bị cho giờ dạy của giảng viên được sinh viên đánh giá tương đối tốt. Tinh thần trách nhiệm của giảng viên trong giờ giảng cũng được sinh viên đánh giá cao chiếm 69,6% trở lên và mức bình thường chiếm tỷ lệ từ 24,5% đến 29,6%.

Tuy nhiên giờ giảng sinh viên đánh giá lại thiếu sinh động chưa khơi dậy được hứng thú học tập của sinh viên. Chính vì vậy với chương trình học các môn của nhà trường đang áp dụng còn đơn điệu chưa phong phú, chưa phát huy được sở thích của sinh viên nên tính hứng thú tự giác tập luyện TDDT nội khóa của sinh viên chưa cao.

3.1.6. Thực trạng về chất lượng giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Việc tiến hành đánh giá chất lượng GDTC của sinh viên được dựa trên 2 nội dung:

Kiến thức lý luận và kỹ năng thực hành: Được đánh giá qua kết quả học tập của sinh viên thông qua điểm tổng kết môn học GDTC.

Kiểm tra trình độ thể chất: Tiến hành kiểm tra thể chất cho sinh viên theo nội dung yêu cầu của tiêu chuẩn RLTT trong chương trình GDTC do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành

Đối tượng kiểm tra khảo sát bao gồm: 1486 sinh viên (trong đó có 710 nam và 776 nữ)

3.1.6.1. Kết quả học tập.

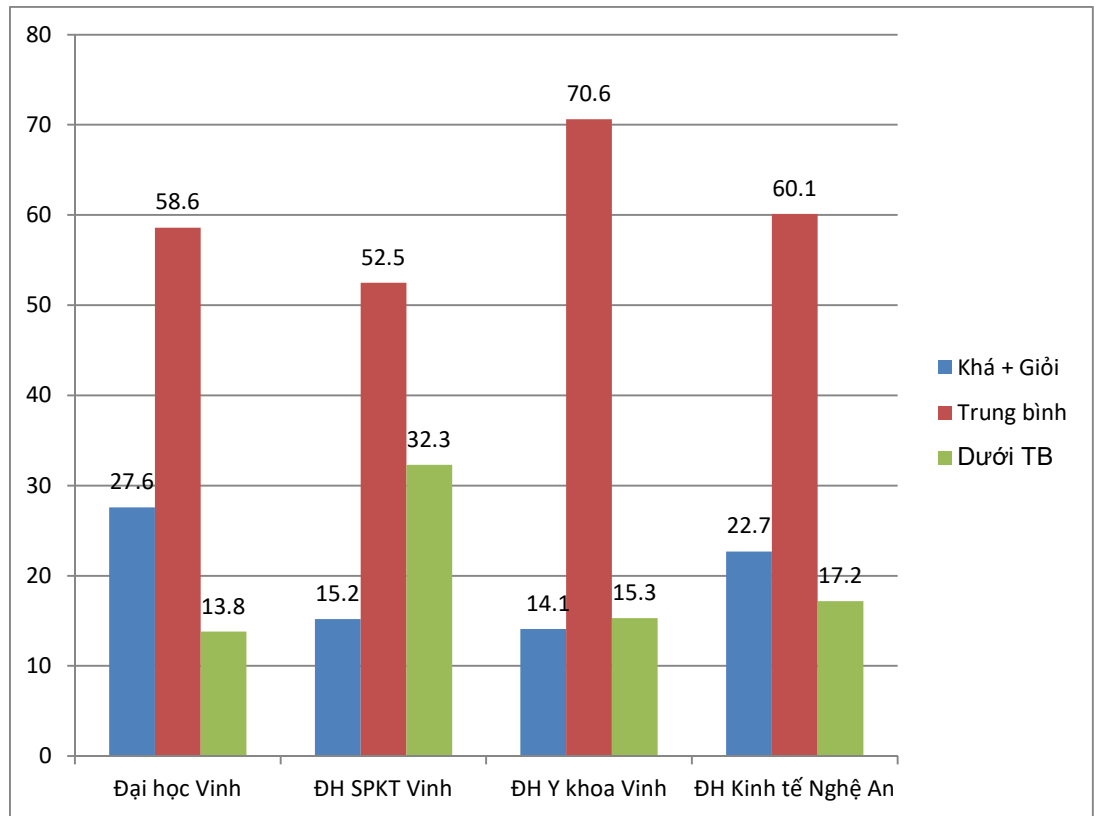
Điểm thực hành được kiểm tra nằm trong chương trình giảng dạy nội khóa của trường, có thang điểm quy định và cách thức đánh giá nội dung học tập.

Đánh giá điểm học tập thực hành của sinh viên từ năm học 2014 - 2015 đến năm học 2016 - 2017 như trình bày tại bảng 3.9

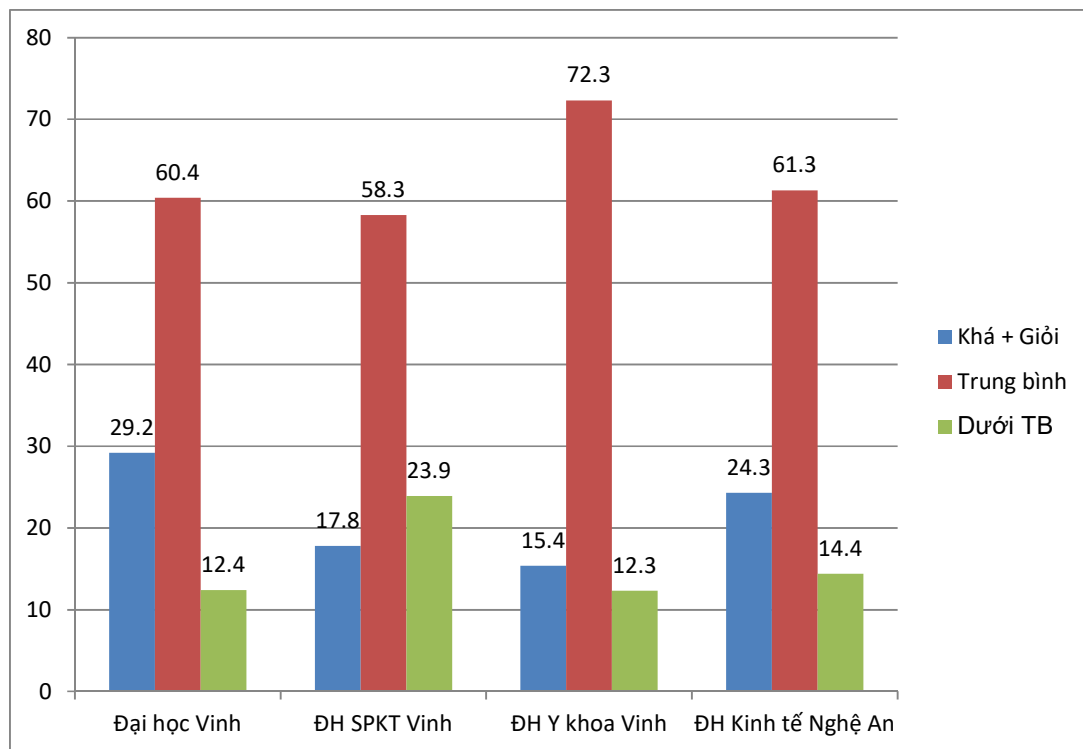
Bảng 3.9. Kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Trường	Năm học 2014-2015			Năm học 2015-2016			Năm học 2016-2017		
	Khá + giỏi (%)	TB (%)	Dưới TB (%)	Khá + giỏi (%)	TB (%)	Dưới TB (%)	Khá + giỏi (%)	TB (%)	Dưới TB (%)
Đại học Vinh	27,6	58,6	13,8	29,2	60,4	12,4	22,7	70,2	7,1
ĐH SPKT Vinh	15,2	52,5	32,3	17,8	58,3	23,9	19,2	60,3	20,5
ĐH Y khoa Vinh	14,1	70,6	15,3	15,4	72,3	12,3	23,4	64,9	11,7
ĐH Kinh tế NA	22,7	60,1	17,2	24,3	61,3	14,4	20,6	66,7	12,7

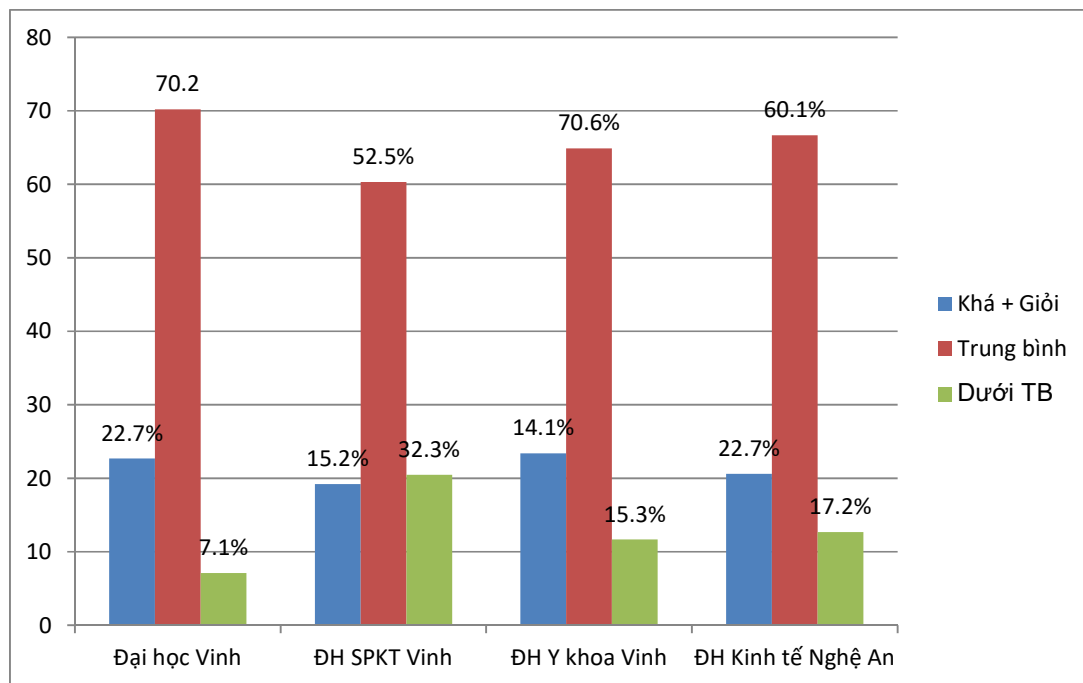
Từ bảng 3.9 cho chúng ta thấy kết quả học tập môn GDTC của sinh viên được tăng lên theo từng năm học. Đặc biệt trường Đại học Vinh kết quả học tập môn GDTC của sinh viên được tăng lên rõ rệt khi tổ chức học quán chiếu. Nhưng thực tế kết quả học tập tăng lên là do khoa hạ bộ tiêu chí đánh giá thang điểm của các môn học và giáo viên giảng dạy tạo mọi điều kiện thuận lợi cho sinh viên đạt kết quả cao khi nhà trường bố trí các em học tập trung tích hợp với môn GDQP trong thời gian ngắn. Các trường còn lại với tỷ lệ sinh viên đạt điểm loại khá giỏi (điểm A và B) còn ở mức độ thấp, loại dưới trung bình (D và F) đang còn chiếm tỷ lệ cao nên sinh viên phải học lại các học phần của GDTC còn rất nhiều. Điều này chứng tỏ trình độ thể lực và kỹ năng thực hành các môn thể thao của sinh viên đang còn thấp, đây là một điều đáng báo động cho công tác GDTC tại các trường Đại học tại thành phố Vinh. Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh qua các năm học được thể qua biểu đồ 3.2; 3.3 và 3.4 dưới đây:



Biểu đồ 3.2: So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2014 - 2015



Biểu đồ 3.3: So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2015 – 2016



Biểu đồ 3.4: So sánh kết quả học tập môn giáo dục thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh năm học 2016 – 2017

3.1.6.2. Kết quả trình độ thể chất của sinh viên.

Để đánh giá về thực trạng chất lượng GDTC của sinh chúng tôi tiến hành khảo sát trình độ thể chất sinh viên ở năm thứ 1,2 dựa vào các chỉ số thể hình và tiêu chí đánh giá thể lực của Bộ GD & ĐT theo Quyết định 53/2008.[16]

Nội dung kiểm tra bao gồm: Chiều cao đứng, cân nặng, chỉ số BMI, công năng tim và 5 test thể lực sau:

- (1). Nằm ngửa gập bụng (lần)- đánh giá sức mạnh bên.
- (2). Bật xa tại chỗ (cm)- đánh giá sức mạnh tốc độ của chân.
- (3). Chạy 30m xuất phát cao (giây)- đánh giá sức nhanh.
- (4). Chạy con thoi 4x10m (giây)- đánh giá tố chất khéo léo, năng lực phối hợp vận động.
- (5). Chạy tùy sức 5 phút (m)- đánh giá sức bền chung.

Đối tượng kiểm tra khảo sát bao gồm: 1486 sinh viên (có 710 nam và 776 nữ) cụ thể:

Các sinh viên này đang theo học chương trình GDTC hệ đại học của nhà trường. Thời gian khảo sát vào tháng 9/2017. Kết quả khảo sát được thể hiện tại bảng 3.10 dưới đây:

Bảng 3.10. Thực trạng trình độ thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh

Các Test thử	$\bar{X} \pm \delta$ và C_v							
	Đại học Vinh		ĐH SP KT Vinh		ĐH Y khoa Vinh		ĐH Kinh Tế Nghệ An	
	$n_{Nam} = 342$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 184$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 94$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 90$	$C_v \%$
Chiều cao đứng (m)	167.2±0.29	0.17	168.0±0.51	0.30	166.3±0.68	0.41	167.5±0.57	0.34
Cân nặng (kg)	56.75±2.80	4.93	57.12±4.0	7.00	55.24±5.41	9.79	56.38±5.10	9.04
Chỉ số BMI	20.30±1.80	8.87	20.24±1.38	6.82	19.98±1.57	7.86	20.09±1.62	8.06
Công năng tim	11.20±0.87	7.76	10.13±0.74	7.31	12.34±1.12	9.08	12.05±1.19	9.87
Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	16.8 ± 1.32	7.86	17.2 ± 1.05	6.10	15.7 ± 1.17	7.45	16.5 ± 1.08	6.54
Bật xa tại chỗ (cm)	211.2 ± 18.4	8.71	215.4 ± 14.3	6.64	202.6 ± 19.2	9.48	219.7 ± 15.6	7.10
Chạy 30m XPC (s)	5.68 ± 0.32	5.68	5.47 ± 0.21	3.84	5.97 ± 0.49	8.21	5.63 ± 0.42	7.46
Chạy con thoi 4x10m (s)	13.12 ± 0.65	4.95	12.69 ± 0.76	5.99	13.82 ± 0.72	5.21	12.98 ± 0.85	6.55
Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.3 ± 40.3	4.69	893.2 ± 51.1	5.72	859.6 ± 66.2	7.70	877.4 ± 42.8	4.88
	$n_{Nữ} = 420$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 76$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 152$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 128$	$C_v \%$
Chiều cao đứng(m)	157.1±0.28	0.18	156.2±0.69	0.44	156.4±0.51	0.33	155.7±0.42	0.27
Cân nặng(kg)	47.35±2.0	4.22	48.82±3.62	7.41	46.08±3.89	8.44	47.08±3.90	8.28
Chỉ số BMI	19.19±1.65	8.60	20.01±1.89	9.45	18.84±1.91	10.13	19.42±1.53	7.88
Công năng tim	12.3±1.05	8.53	11.06±0.74	6.69	13.75±1.26	9.16	12.87±1.06	8.23
Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	14.5 ± 1.06	7.31	13.8 ± 1.30	9.42	12.5 ± 0.92	7.36	14.2 ± 0.76	5.35
Bật xa tại chỗ (cm)	160.2 ± 8.40	5.24	167.6 ± 7.32	4.36	154.2 ± 8.81	5.71	162.8 ± 10.2	6.26
Chạy 30m XPC (s)	6.82 ± 0.38	5.57	6.53 ± 0.52	7.96	7.16 ± 0.30	4.19	6.94 ± 0.56	8.07
Chạy con thoi 4x10m (s)	13.89 ± 0.43	3.09	13.44 ± 0.60	4.46	14.83 ± 0.86	5.60	14.07 ± 0.62	4.40
Chạy tùy sức 5 phút (m)	783. ± 67.6	8.63	789.3 ± 52.8	6.68	766.4 ± 63.5	8.28	771.8 ± 57.8	7.48

Qua bảng 3.10 chúng ta thấy thể hình và trình độ thể lực chung của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh tương đối đồng đều giữa các trường. Chỉ có sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh kém hơn một ít về thể hình và thể lực so với sinh viên các trường còn lại.

Từ những kết quả nghiên cứu trên, để đánh giá thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh, chúng tôi so sánh với chỉ số trung bình của Tổ chức Y tế thế giới(WHO) và tiêu chuẩn đánh giá thể lực của sinh viên 19 tuổi ở mức đạt yêu cầu theo quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT, hai giá trị này chúng tôi gọi là trung bình tiêu chuẩn Việt Nam (TBTCVN) được thể hiện ở bảng 3.11 dưới đây:

Bảng 3.11: So sánh giá trị trung bình các chỉ tiêu đánh giá thể chất của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Giới tính	Các test	Đại học Vinh		ĐH SPKT Vinh		ĐH Y khoa Vinh		ĐH Kinh tế NA	
		\bar{X}	D1	\bar{X}	D2	\bar{X}	D3	\bar{X}	D4
Nam	Chỉ số BMI	20.30	BT	20.24	BT	19.98	BT	20.09	BT
	Công năng tim	11.20	Kém	10.13	Kém	12.34	Kém	12.05	Kém
	Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	16.8	-0.2	17.2	+0.2	15.7	-1.3	16.5	-0.5
	Bật xa tại chỗ (cm)	211.2	+4.2	215.4	+8.4	202.6	-4.4	219.7	+12.7
	Chạy 30m XPC (s)	5.68	+0.02	5.47	+0.23	5.97	-0.27	5.63	+0.07
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.12	-0.72	12.69	-0.29	13.82	-1.42	12.98	-0.58
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.3	-77.7	893.2	-56.8	859.6	-90.4	877.4	-72.6
Nữ	Chỉ số BMI	19.19	BT	20.01	BT	18.84	BT	19.42	BT
	Công năng tim	12.30	Kém	11.06	Kém	13.75	Kém	12.87	Kém
	Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	14.5	-1.5	13.8	-2.2	12.5	-3.5	14.2	-1.8
	Bật xa tại chỗ (cm)	160.2	+7.2	167.6	+14.6	154.2	+1.2	162.8	+9.8
	Chạy 30m XPC (s)	6.82	-0.12	6.53	+0.17	7.16	-0.46	6.94	-0.24
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.89	-0.89	13.44	-0.44	14.83	-1.83	14.07	-1.07
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	783.3	-86.7	789.3	-80.7	766.4	-103.6	771.8	-98.2

(D là giá trị chênh lệch giữa giá trị trung bình các test kiểm tra của từng trường so với TBTCVN, giá trị D + là đạt, D - là không đạt)

Qua bảng 3.11 chúng ta thấy trình độ thể chất của đối tượng nghiên cứu chúng tôi đem so sánh với TBTCVN và bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ GD & ĐT cụ thể:

Đối với nam:

Chỉ số BMI: Sinh viên các trường đều nằm ở mức độ bình thường

Chỉ số công năng tim: Sinh viên các trường đều nằm ở mức kém

Nằm ngửa gập bụng 30s (lần): Sinh viên trường Đại học SPKT Vinh là đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Bật xa tại chỗ (cm): Sinh viên các trường đều nằm ở mức đạt yêu cầu.

Chạy 30m XPC (s): Sinh viên Đại học Y khoa Vinh không đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức đạt yêu cầu.

Chạy con thoi 4x10m (s): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Chạy tùy sức 5 phút (m): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Đối với nữ:

Chỉ số BMI: Sinh viên các trường đều nằm ở mức độ bình thường.

Chỉ số công năng tim: Sinh viên các trường đều nằm ở mức kém

Nằm ngửa gập bụng 30s (lần): Sinh viên các trường nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Bật xa tại chỗ (cm): Sinh viên các trường đều nằm ở mức đạt yêu cầu.

Chạy 30m XPC (s): Sinh viên trường Đại học SPKT Vinh là đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Chạy con thoi 4x10m (s): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Chạy tùy sức 5 phút (m): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Như vậy nhìn chung vào kết quả trên cho chúng ta thấy thể hình của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh nằm ở mức độ bình thường (các chỉ số nằm ở ngưỡng trung bình so với TCTBVN). Còn thể lực chung của sinh viên các trường mặc dù học năm thứ 2 đã hoàn thành chương trình GDTC nội khóa nhưng trình độ thể lực chung của sinh viên phần lớn chưa đạt mức độ yêu cầu theo bộ tiêu chuẩn đề ra cụ thể:

Đối với nam sinh viên các trường Đại học Vinh, ĐH Kinh tế Nghệ An tố chất sức mạnh tốc độ chân và sức nhanh đạt yêu cầu, các tố chất như sức mạnh bền, tố chất khéo léo phối hợp vận động và tố chất sức bền chung chưa đạt yêu cầu. Nam sinh viên trường ĐH SPKT Vinh tố chất sức mạnh bền, sức mạnh tốc độ chân và sức nhanh đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu. Nam sinh viên trường ĐH Y khoa Vinh tố chất sức mạnh tốc độ chân đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu.

Đối với nữ sinh viên các trường Đại học Vinh, ĐH Y khoa Vinh, ĐH Kinh tế Nghệ An tố chất sức mạnh tốc độ chân đạt yêu cầu, các tố chất như sức mạnh bền, tố chất sức nhanh, tố chất khéo léo phối hợp vận động và tố chất sức bền chung chưa đạt yêu cầu. Nữ sinh viên trường ĐH SPKT Vinh tố chất sức mạnh tốc độ chân và tố chất sức nhanh đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu.

Từ kết quả nghiên cứu trên chúng tôi đánh giá thể lực chung của sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT thông qua bảng 3.12 và 3.13 sau:

Bảng 3.12: Đánh giá thể lực của Nam sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT.

Đơn vị	Xếp loại	Nằm giữa gập bụng 30s(lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (s)	Chạy con thoi 4x10m (s)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Trung bình % các test	
QĐ của Bộ GD	Tốt	>22	>225	<4,70	<11,75	>1060	--	
	Đạt	≥17	≥207	≤5,70	≤12,40	≥950		
Đại học Vinh (n=342)	Tốt	m _i	33	56	30	20	09	8.65
		%	9.65	16.37	8.77	5.85	2.63	
	Đạt	m _i	157	208	221	149	134	50.82
		%	45.91	60.82	64.62	43.57	39.18	
	Không đạt	m _i	152	78	91	173	199	40.53
		%	44.44	22.81	26.61	50.58	58.18	
Đại học SPKT Vinh (n=184)	Tốt	m _i	29	41	21	17	14	13.26
		%	15.76	22.28	11.41	9.24	7.61	
	Đạt	m _i	96	115	108	90	75	52.61
		%	52.17	62.50	58.70	48.91	40.76	
	Không đạt	m _i	59	28	55	77	95	34.13
		%	32.07	15.22	29.89	41.85	51.63	
ĐH Y khoa Vinh (n=94)	Tốt	m _i	06	13	10	08	02	8.30
		%	6.38	13.83	10.64	8.51	2.13	
	Đạt	m _i	38	46	41	36	26	39.79
		%	40.43	48.94	43.62	38.30	27.66	
	Không đạt	m _i	50	35	43	50	66	51.91
		%	53.19	37.23	45.74	53.19	70.21	
ĐH Kinh tế Nghệ An (n=90)	Tốt	m _i	08	17	07	06	3	9.11
		%	8.89	18.89	7.78	6.67	3.33	
	Đạt	m _i	38	58	54	39	38	50.44
		%	42.22	64.44	60.00	43.33	42.22	
	Không đạt	m _i	44	15	29	45	49	40.45
		%	48.89	16.67	32.22	50.00	54.45	

Qua bảng 3.12 chúng ta thấy trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn của Bộ thì nam sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh còn thấp cụ thể:

Trường Đại học Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 8,65%, loại đạt là 50,82%, loại không đạt là 40,53%.

Trường Đại học SPKT Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 13,26%, loại đạt là 52,61%, loại không đạt là 34,13%.

Trường Đại học Y khoa Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 8,30%, loại đạt là 39,79%, loại không đạt là 51,91%.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 9,11%, loại đạt là 50,44%, loại không đạt là 40,45%.

Qua kết quả trên nhìn chung trình độ thể lực chung của nam sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh chưa đạt yêu cầu còn chiếm tỷ lệ cao. Điều này chứng tỏ hiệu quả công tác GDTC của các trường chưa thực sự tốt.

Bảng 3.13: Đánh giá thể lực của Nữ sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT.

Đơn vị	Xếp loại	Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (s)	Chạy con thoi 4x10m (s)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Trung bình % các test	
QĐ của Bộ GD	Tốt	>19	>169	<5,70	<12,00	>940	--	
	Đạt	≥16	≥153	≤6,70	≤13,00	≥870		
Đại học Vinh (n=420)	Tốt	m _i	18	47	39	18	13	6.43
		%	4.28	11.19	9.29	4.29	3.10	
	Đạt	m _i	143	245	203	177	105	41.57
		%	34.05	58.33	48.33	42.14	25.00	
	Không đạt	m _i	259	128	178	225	302	52.00
		%	61.67	30.48	42.38	53.57	71.90	
Đại học SPKT Vinh (n=76)	Tốt	m _i	05	14	09	12	04	11.58
		%	6.58	18.42	11.84	15.79	5.26	
	Đạt	m _i	22	44	39	33	29	43.95
		%	28.95	57.90	51.32	43.42	38.16	
	Không đạt	m _i	49	18	28	31	43	44.47
		%	64.47	23.68	36.84	40.79	56.58	
ĐH Y khoa Vinh (n=152)	Tốt	m _i	05	16	10	05	03	5.13
		%	3.29	10.52	6.58	3.29	1.97	
	Đạt	m _i	37	75	60	54	28	33.42
		%	24.34	49.35	39.47	35.53	18.42	
	Không đạt	m _i	110	61	82	93	121	61.45
		%	72.37	40.13	53.95	61.18	79.61	
ĐH Kinh tế Nghệ An (n=128)	Tốt	m _i	8	16	18	14	06	9.69
		%	6.25	12.50	14.06	10.93	4.69	
	Đạt	m _i	46	68	54	47	27	37.81
		%	35.94	53.12	42.19	36.72	21.09	
	Không đạt	m _i	74	44	56	67	95	52.50
		%	57.81	34.38	43.75	52.35	74.22	

Qua bảng 3.13 chúng ta thấy trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn của Bộ thi nữ sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh còn quá thấp, tỷ lệ % không đạt yêu cầu còn cao cụ thể:

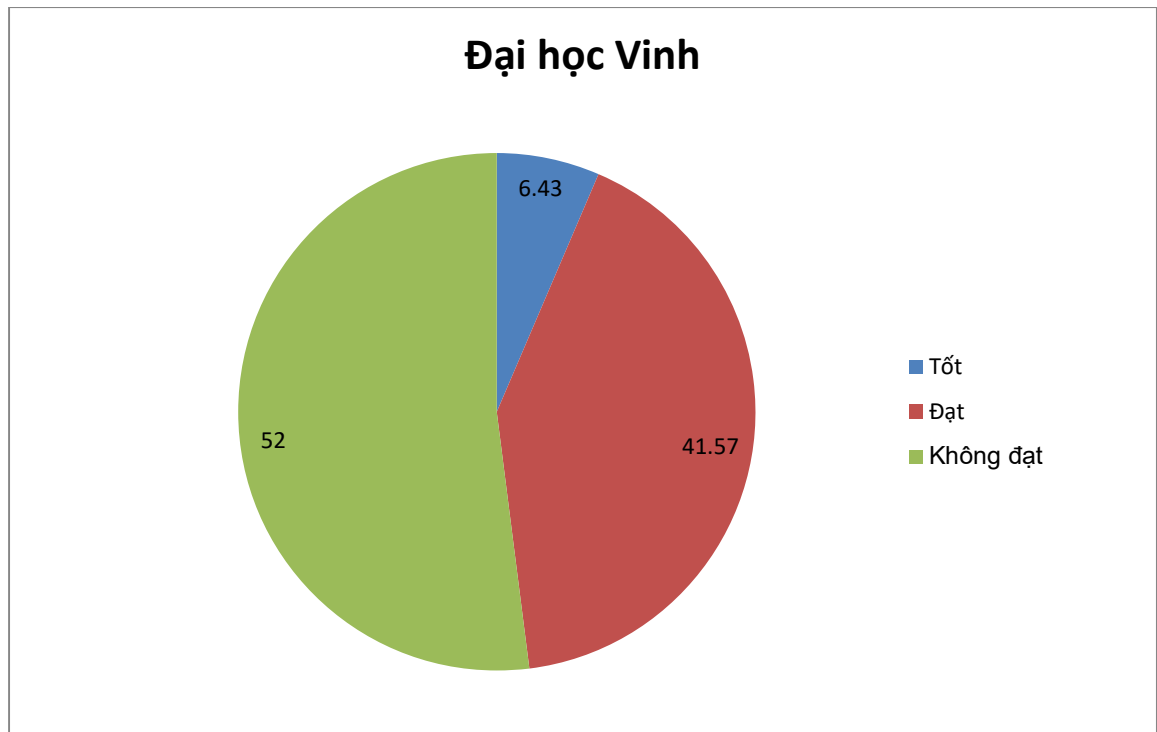
Trường Đại học Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 6,43%, loại đạt là 41,57%, loại không đạt là 52,0%.

Trường Đại học SPKT Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 11,58%, loại đạt là 43,95%, loại không đạt là 44,47%.

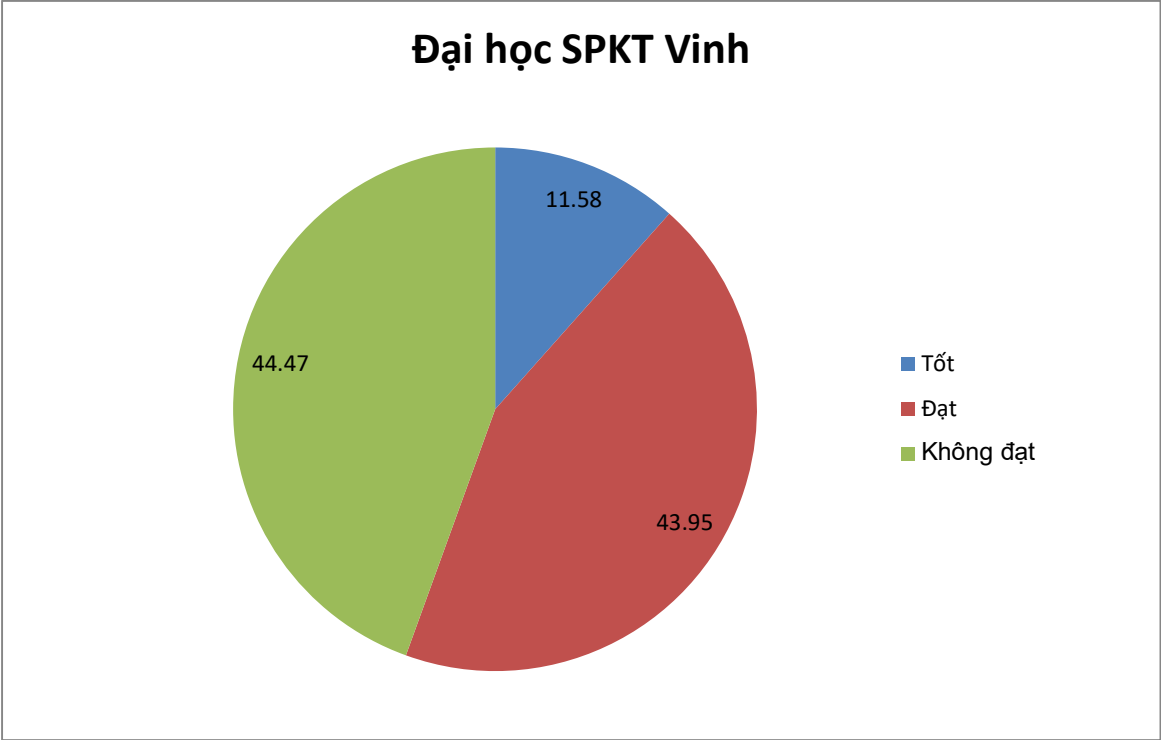
Trường Đại học Y khoa Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 5,13%, loại đạt là 33,42%, loại không đạt là 61,45%.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 9,69%, loại đạt là 37,81%, loại không đạt là 52,5%.

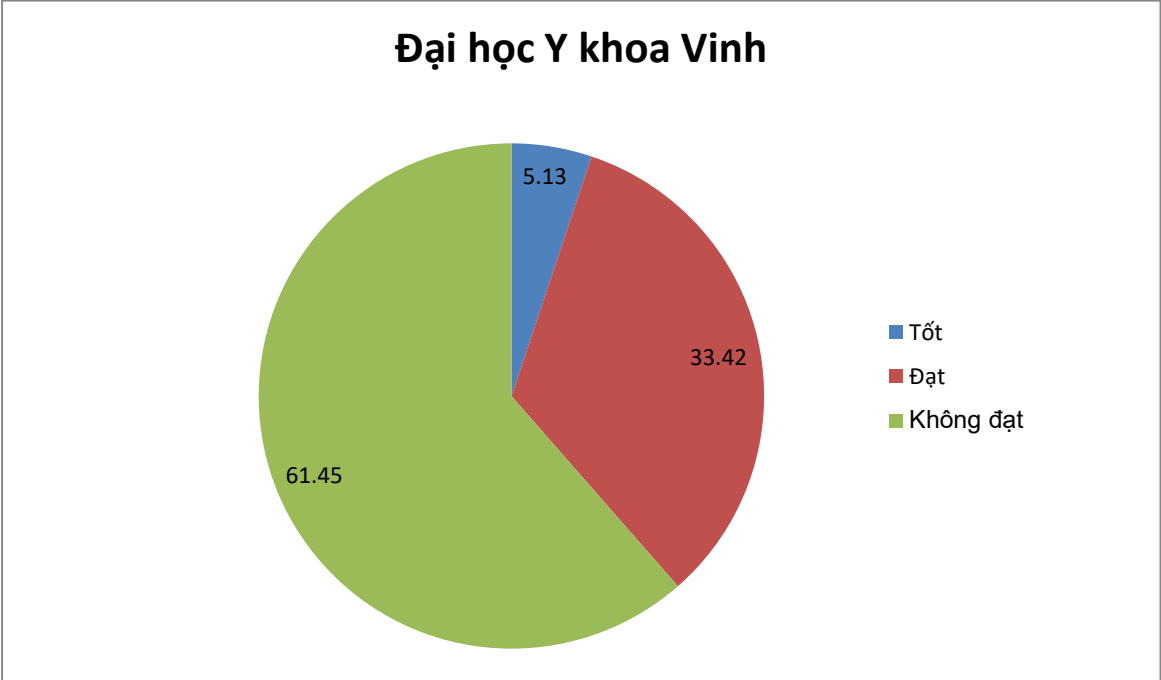
Qua kết quả trên nhìn chung trình độ thể lực chung của nữ sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh chưa đạt yêu cầu còn chiếm tỷ lệ rất cao. Điều này chứng tỏ hiệu quả công tác GDTC của các trường chưa thực sự tốt. Trình độ thể lực chung của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh được thể hiện qua biểu đồ 3.5; 3.6; 3.7; 3.8 dưới đây:



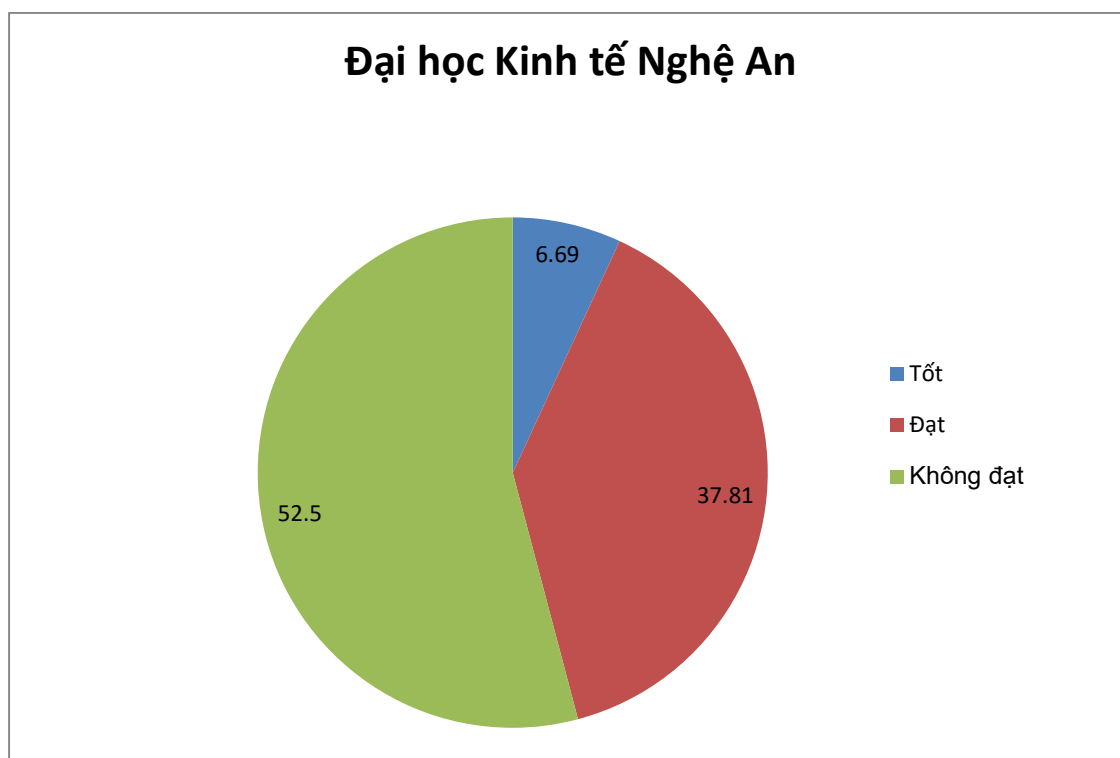
Biểu đồ 3.5. Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Vinh



Biểu đồ 3.6. Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Vinh.



Biểu đồ 3.7. Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh



Biểu đồ 3.8. Tỷ lệ % về trình độ thể lực chung của sinh viên trường Đại học Kinh tế Nghệ An.

3.1.7. Thực trạng công tác giáo dục thể chất của các trường Đại học tại thành phố Vinh qua đánh giá của sinh viên.

Để đánh giá thực trạng công tác GDTC của các trường từ những sinh viên đã học xong chương trình GDTC chúng tôi tiến hành phỏng vấn với mẫu phiếu chia thành 5 mức độ: Rất tốt; Tốt; Trung bình; Yếu ; Kém, chúng tôi phân theo tỷ lệ thứ tự để chấm điểm với 5 mức độ đó là: 5;4;3;2;1. Từ đó tiến hành phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh kết quả thể hiện trên bảng 3.14 dưới đây:

Bảng 3.14. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh(n=1486)

TT	Thực trạng công tác GDTC	Đại học Vinh (\bar{X})	ĐHSP KT Vinh (\bar{X})	ĐH Y khoa Vinh (\bar{X})	ĐH KT Nghệ An (\bar{X})
I.	GDTC chính khóa	2.44	2.87	2.48	2.90
1	Thời lượng học tập (tổng số tiết)	2.66	3.42	3.16	2.76
2	Phân phối chương trình (số tiết/kỳ)	1.89	3.50	2.15	2.91
3	Mật độ vận động trong giờ học	2.35	2.81	2.26	3.02
4	Nội dung đa dạng phong phú	2.83	2.34	2.21	2.64
5	Hiệu quả về kỹ thuật và thể lực	2.48	2.82	2.63	3.21
II.	GDTC ngoại khóa	1.99	2.33	1.78	2.21
1	Nội dung chương trình	2.19	2.46	1.88	2.61
2	Hình thức tổ chức các hoạt động	2.32	1.95	1.69	2.07
3	Phong trào TDTT của nhà trường	1.65	2.26	1.90	1.94
4	Thành tích thể thao của nhà trường	1.82	2.67	1.64	2.25
III.	Đội ngũ giảng viên	3.89	3.54	3.32	3.78
1	Phương pháp giảng dạy của giảng viên	3.87	3.24	3.17	3.91
2	Trình độ của giảng viên	4.21	3.65	3.26	3.62
3	Nghiệp vụ sư phạm của giảng viên	3.66	3.82	3.49	3.71
4	Tinh thần và trách nhiệm của giảng viên	3.82	3.48	3.36	3.88
IV.	Dụng cụ cơ sở vật chất trang thiết bị	3.10	2.68	2.46	2.83
1	Số lượng sân bãi, dụng cụ	3.65	2.76	2.28	3.15
2	Chất lượng sân bãi, dụng cụ	2.72	2.48	2.37	2.46
3	Vệ sinh và an toàn của sân bãi	2.94	2.81	2.74	2.87

Qua bảng 3.14 cho chúng ta thấy thực trạng công tác GDTC của các trường đại học tại thành phố Vinh được sinh viên đánh giá như sau:

Về GDTC chính khóa: Trung bình của trường Đại học Vinh là 2,44; của Đại học SPKT Vinh là 2,87; của trường Đại học Y khoa Vinh là 2,48; của trường Đại học KT Nghệ An là 2,90. Với mức này sinh viên đánh giá công tác GDTC chính khóa của các trường nằm ở giữa mức trung bình và yếu.

Về GDTC ngoại khóa: Trung bình của trường Đại học Vinh là 1,99; của Đại học SPKT Vinh là 2,33; của trường Đại học Y khoa Vinh là 1,78; của trường Đại học KT Nghệ An là 2,21. Với mức này sinh viên đánh giá công tác GDTC ngoại khóa của trường ĐH SPKT Vinh và ĐHKT Nghệ An nằm ở giữa mức trung bình và yếu, còn trường Đại học Vinh và ĐH Y khoa Vinh nằm ở giữa mức yếu và kém.

Về đội ngũ giảng viên: Trung bình của trường Đại học Vinh là 3,89; của Đại học SPKT Vinh là 3,54; của trường Đại học Y khoa Vinh là 3,32; của trường Đại học KT Nghệ An là 3,78. Với mức này sinh viên đánh giá đội ngũ giảng viên của các trường nằm ở giữa mức tốt và trung bình.

Về cơ sở vật chất, trang thiết bị: Trung bình của trường Đại học Vinh là 3,10; của Đại học SPKT Vinh là 2,68; của trường Đại học Y khoa Vinh là 2,46; của trường Đại học KT Nghệ An là 2,83. Với mức này sinh viên đánh giá cơ sở vật chất của trường Đại học Vinh nằm ở giữa mức tốt và trung bình, các trường còn lại nằm ở giữa mức trung bình và yếu.

3.1.8. Thực trạng sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất của các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Để đánh giá thực trạng các trường đã và đang sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC và hiệu quả đạt đến mức độ nào, chúng tôi tiến hành phỏng vấn cán bộ quản lý và giáo viên giảng dạy GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh kết quả thu được thể hiện ở bảng 3.15 dưới đây:

Bảng 3.15. Kết quả phỏng vấn cán bộ về thực trạng sử dụng các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40).

T T	Các giải pháp	Mức độ					
		Thường xuyên và hiệu quả		Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả		Không sử dụng	
		m_i	%	m_i	%	m_i	%
1	Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền	2	5	26	65	12	30
2	Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT	3	7.5	29	72.5	8	20
3	Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách	6	15	31	77.5	3	7,5
4	Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa	6	15	30	75	4	10
5	Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị	8	20	30	75	2	5
6	Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TĐTT của nhà trường	0	0	0	0	40	100
7	Giải pháp khác...	0	0	0	0	0	0

Qua bảng 3.15 cho chúng ta thấy với các nhóm giải pháp chúng tôi nêu ra để đánh giá thực trạng các trường có sử dụng thường xuyên hay không trong việc nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên. Thì hầu như các trường có sử dụng nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả với các nhóm giải pháp từ 1-5, còn nhóm giải pháp thứ 6 thì chưa có trường nào sử dụng cụ thể:

Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền: Thường xuyên và hiệu quả 5%, Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả 65%, Không sử dụng 30%.

Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT: Thường xuyên và hiệu quả 7,5%, Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả 72,5%, Không sử dụng 20%.

Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách: Thường xuyên và hiệu quả 15%, Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả 77,5%, Không sử dụng 7,5%.

Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa: Thường xuyên và hiệu quả 15%, Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả 75%, Không sử dụng 10%.

Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị: Thường xuyên và hiệu quả 20%, Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả 75%, Không sử dụng 5%.

Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TĐTT của nhà trường: 100% không sử dụng.

Giải pháp khác: Không.

3.1.9. Các yếu tố và nguyên nhân làm ảnh hưởng đến hiệu quả công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Để xác định được các yếu tố và nguyên nhân làm ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC ở các trường Đại học – Cao đẳng nói chung và các trường Đại học tại thành phố Vinh nói riêng, trước hết đề tài đã tiến hành phân tích tổng hợp các tài liệu liên quan. Đồng thời tìm hiểu và quan sát các hoạt động dạy và học GDTC của các trường chuyên nghiệp trong thành phố và lân cận, cũng như phỏng vấn trực tiếp 40 cán bộ tham gia giảng dạy, quản lý công tác GDTC ở các trường Đại học tại thành phố Vinh và các chuyên gia ngoài trường trên địa bàn thành phố Vinh. Để tìm hiểu vấn đề này, chúng tôi đưa ra 11 yếu tố để phỏng vấn các chuyên gia, cán bộ giảng dạy và quản lý thể thao. Những người được hỏi chọn một trong ba mức độ: Rất quan trọng, bình thường và không quan trọng. Kết quả được trình bày ở bảng 3.16 và bảng 3.17.

Bảng 3.16. Kết quả phỏng vấn các yếu tố làm ảnh hưởng đến hiệu quả công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40)

TT	Các yếu tố	Kết quả trả lời phỏng vấn					
		Rất quan trọng		Bình thường		Không quan trọng	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	<i>Nhận thức về vị trí vai trò của GDTC trong cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên.</i>	40	100	0	0	0	0
2	<i>Nội dung chương trình, phương pháp giảng dạy và quỹ thời gian dành cho môn học GDTC</i>	38	95	02	5	0	0
3	Chất lượng và số lượng giảng viên giảng dạy môn GDTC	26	65	12	30	02	5
4	<i>Cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC và các hoạt động thể thao</i>	37	92,5	03	7,5	0	0
5	Kinh phí dành cho tập luyện và thi đấu thể thao	31	77,5	08	20	01	5
6	<i>Chế độ chính sách dành cho giảng viên và những người làm công tác TDTT</i>	34	85	06	15	0	0
7	Hệ thống quản lý công tác GDTC	23	57,5	11	27,5	06	15
8	<i>Cần phải tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa</i>	40	100	0	0	0	0
9	Sự quan tâm của các cấp lãnh đạo trong nhà trường cũng như nhận thức của người học về công tác GDTC.	30	75	08	20	02	5
10	<i>Sự phát triển kinh tế và phong trào thể thao ở các địa phương</i>	36	90	04	10	0	0
11	<i>Thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn GDTC của sinh viên</i>	38	95	02	5	0	0

Từ kết quả ở bảng 3.16 cho chúng ta thấy có tới 85% đến 100% các chuyên gia và giảng viên đồng ý quan điểm cho rằng có 7/11 yếu tố ảnh hưởng trực tiếp đến công tác GDTC đó là:

Nhận thức về vị trí vai trò của GDTC trong cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên.

Nội dung chương trình, phương pháp giảng dạy và quỹ thời gian dành cho môn học GDTC

Thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn GDTC của học sinh, sinh viên

Cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC và các hoạt động thể thao

Chế độ chính sách dành cho giảng viên và những người làm công tác GDTC

Cần phải tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa

Sự phát triển kinh tế và phong trào thể thao ở các địa phương.

Bảng 3.17 Kết quả phỏng vấn nguyên nhân làm hạn chế đến chất lượng giáo dục thể chất của sinh viên ở các trường Đại học tại thành phố Vinh (n=40)

TT	Nguyên nhân	Kết quả trả lời	
		m _i	%
1	<i>Nhận thức về vai trò của TDTT còn hạn chế trong sinh viên</i>	37	92,5
2	<i>Nội dung chương trình giảng dạy chưa thích hợp</i>	36	90
3	Chất lượng và số lượng giảng viên chưa đáp ứng yêu cầu giảng dạy	6	15
4	<i>Thiếu cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện không đảm bảo</i>	39	97,5
5	<i>Các hoạt động ngoại khóa chưa được phát triển sâu rộng trong nhà trường</i>	40	100
6	<i>Giảng viên không được bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ thường xuyên</i>	36	90
7	Thiếu sự quan tâm sát sao của nhà trường	30	75
8	Kinh phí dành cho các hoạt động TDTT	27	67,5

Thông qua bảng 3.17 cho chúng ta thấy: Những nguyên nhân ảnh hưởng đến chất lượng đào tạo GDTC tập trung vào 5 nguyên nhân cơ bản sau:

Có 100% cho rằng do các hoạt động ngoại khóa chưa được phát triển sâu rộng trong sinh viên toàn trường.

Có 97,5% cho rằng do thiếu cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện không đảm bảo.

Có 95% cho rằng do nhận thức về vai trò của TDTT còn hạn chế trong sinh viên.

Có 90% cho rằng do nội dung chương trình giảng dạy chưa thích hợp

Có 90% cho rằng giảng viên không được bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ thường xuyên.

Tóm lại: Từ việc phỏng vấn tìm hiểu các nguyên nhân thực tế đặt ra cần thiết phải phân tích nghiên cứu cụ thể để từng bước tác động, đầu tư và nâng cao dần các hoạt động dạy học cũng như các phong trào tập luyện TĐTT chung của nhà trường đặc biệt là cần thay đổi nội dung chương trình giảng dạy cho phong phú và phù hợp nhằm kích thích hứng thú cho người học phát huy những sở trường của người học. Đồng thời tổ chức các hoạt động TĐTT ngoại khóa để lôi kéo sinh viên tránh xa các trò tiêu khiển như chơi điện tử, vào Facebook, nhậu nhẹt đàn đúm...

Bàn luận phân đánh giá thực trạng:

Như vậy để đánh giá thực trạng công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh chúng tôi đánh giá thông qua: Thứ nhất là phỏng vấn các chuyên gia, các nhà quản lý và những người làm công tác TĐTT ở các trường đại học tại thành phố Vinh; Thứ hai là đánh giá thực tế qua khảo sát về thực trạng công tác GDTC ở các trường; Thứ ba là thông qua phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác GDTC ở các trường.

Qua nghiên cứu thực trạng công tác GDTC của các trường đại học tại thành phố Vinh còn nhiều khó khăn thiếu thốn về cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ học tập. Bất cập về khung chương trình chưa theo quy định của Bộ GD&ĐT, tổ chức giảng dạy chưa hợp lý với việc giảng dạy quần chiếu trong 1 hoặc 2 học kỳ, cách tính tiết quy chuẩn cũng như chế độ đãi ngộ cho giảng viên chưa theo các văn bản của Nhà nước – Bộ - Ngành. Nội dung chương trình còn đơn điệu chưa đa dạng phong phú chưa hướng tới chương trình tự chọn nhiều. Điều này làm giảm sự hứng thú tích cực của người học qua đó chất lượng giờ học cũng chưa cao. Ban giám hiệu các trường chưa thực sự đề cao tầm quan trọng của GDTC trong nhà trường. Các trường hầu như hàng năm không cử cán bộ giáo viên TĐTT đi tập huấn chuyên môn nghiệp vụ trao đổi kinh nghiệm và Hội thảo khoa học chuyên ngành do các đơn vị cấp trên và các trường khác tổ chức. Bên cạnh đó sinh viên cũng chưa nhận thức đúng đắn về tầm quan trọng của GDTC nên chưa có tính tự giác trong các hoạt động thể thao nội - ngoại khóa.

Số lượng sinh viên tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa còn ít và ở mức độ tự phát chưa có tính tổ chức bài bản. Các giải thể thao của sinh viên do các trường tổ chức còn ít và không ổn định. Đặc biệt trường Đại học Y khoa Vinh chưa có sân

vận động nên mỗi năm chỉ tổ chức được 1 giải bóng chuyền cho sinh viên.

Thực trạng trình độ thể chất của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh được thể hiện ở các chỉ số như:

Thể hình sinh viên của 4 trường đại học tại thành phố Vinh từ chiều cao, cân nặng chúng tôi đánh giá qua chỉ số BMI là tương đối đồng đều. Đánh giá về chức năng cơ thể với điều kiện không có máy để đo dung tích sống nên luận án chúng tôi đánh giá qua chỉ số công năng tim, chỉ số công năng tim của 4 trường đại học tại thành phố Vinh tương đối đồng đều. Bên cạnh đó chỉ số BMI và công năng tim của sinh viên các trường đại học ở thành phố Vinh đều nằm ở mức bình thường.

Thể lực chung của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh qua 5 test thể lực được đánh giá:

Đối với sinh viên nam: Sinh viên nam của các trường có trình độ thể lực không chênh lệch nhiều, so với tiêu chuẩn đánh giá thể lực theo Quyết định 53/2008/QĐ của Bộ GD&ĐT thì thực trạng thể lực của nam sinh viên các trường mới đạt ở test bật xa tại chỗ và chạy 30m xuất phát cao. Riêng sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh sinh viên nam mới đạt ở test bật xa tại chỗ.

Đối với sinh viên nữ: Sinh viên nữ của các trường đại học tại thành phố Vinh mới đạt ở test bật xa tại chỗ còn các test khác đều không đạt.

Qua đó cho thấy thể hình của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh nằm ở mức độ bình thường. Thể lực của sinh viên các trường chưa đủ tiêu chuẩn ở mức đạt trừ test bật xa tại chỗ và test chạy 30m xuất phát cao đối với nam sinh viên trường Đại học Vinh, SPKT Vinh và Kinh tế Nghệ An.. Như vậy tố chất thể lực của sinh viên các trường mới đạt ở tố chất sức mạnh tốc độ của chân và sức nhanh. Còn tố chất sức mạnh bền, tố chất khéo léo năng lực phối hợp vận động và sức bền chung còn yếu kém.

Kết quả xếp loại thể lực của 5 test theo Quyết định 53/2008/QĐ của Bộ GD&ĐT sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh như sau:

Sinh viên nam:

Trường Đại học Vinh loại tốt 8,65%, loại đạt 50,82%, loại không đạt chiếm 40,53%.

Trường Đại học SPKT Vinh loại tốt 13,26%, loại đạt 52,61%, loại không đạt chiếm 34,13%.

Trường Đại học Y khoa Vinh loại tốt 8,30%, loại đạt 39,79%, loại không đạt chiếm 51,91%.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An loại tốt 9,11%, loại đạt 50,44%, loại không đạt chiếm 40,45%.

Sinh viên nữ:

Trường Đại học Vinh loại tốt 6,43%, loại đạt 41,57%, loại không đạt chiếm 52,00%.

Trường Đại học SPKT Vinh loại tốt 11,58%, loại đạt 43,95%, loại không đạt chiếm 44,47%.

Trường Đại học Y khoa Vinh loại tốt 5,13%, loại đạt 33,42%, loại không đạt chiếm 61,45%.

Trường Đại học Kinh tế Nghệ An loại tốt 9,69%, loại đạt 37,81%, loại không đạt chiếm 52,50%.

Thực trạng về tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên các trường còn thấp mới mang tính tự phát chưa có sự tổ chức bài bản. Trường Đại học Vinh có 34,20% sinh viên có tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần; Trường Đại học SPKT Vinh có 44,5% sinh viên có tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần; Trường Đại học Y khoa Vinh có 17,45% sinh viên có tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần; Trường Đại học Kinh tế Nghệ An có 37,4% sinh viên có tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần.

Như vậy với chương trình giảng dạy nội khóa hiện tại và sinh viên không tham gia tập luyện TT ngoại khóa thì trình độ thể lực chung của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh đang rất kém. Tỷ lệ không đạt so với tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT đề ra đang chiếm tỷ lệ cao đặc biệt là sinh viên nữ.

3.2. Nghiên cứu lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất ở các trường Đại học tại thành phố Vinh.

Giáo dục thể chất trong hệ thống giáo dục nói chung và trong nhà trường nói riêng có ý nghĩa rất to lớn trong việc phát huy và bồi dưỡng nhân tố con người, góp phần không nhỏ nâng cao thể lực, giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hoá và phát huy tinh thần dân tộc của con người Việt Nam, tăng cường và giữ vững an ninh quốc phòng cho đất nước. Công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh cũng là một trong những vấn đề được lãnh đạo các trường và những người làm công tác giáo dục tỉnh nhà quan tâm. Để giải quyết

mục tiêu này tôi tiến hành nghiên cứu và đề xuất một số giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh.

3.2.1. Cơ sở lý luận đề xuất giải pháp.

3.2.1.1. Cơ sở pháp lý

Cơ sở pháp lý đề xuất giải pháp dựa trên những quan điểm, đường lối lãnh đạo của Đảng và Nhà nước, của các Bộ ngành liên quan về việc nâng cao chất lượng giáo dục nói chung và GDTC nói riêng. Cũng như các văn bản hướng dẫn thực hiện, các quy chế nội bộ của các trường đại học tại thành phố Vinh về công tác GDTC.

Nghị quyết 14/2005/NQ-CP của Chính phủ ban hành ngày 02/11/2005, Về đổi mới cơ bản và toàn diện giáo dục đại học Việt Nam giai đoạn 2006 – 2020. [58]

Nghị quyết số 08 – NQ/TW của Bộ Chính trị, ngày 1/12/2011 về tăng cường lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020. Theo đó, Giáo dục thể chất nội khóa là môn học chính khóa thuộc chương trình giáo dục nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho mọi người thông qua các bài tập và trò chơi vận động, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục con người phát triển toàn diện, đáp ứng nhu cầu phát triển tinh thần và thể chất cho học sinh, sinh viên. Không những thế, GDTC và thể thao trường học phải là nền tảng để phát triển thể thao thành tích cao. [48]

Nghị quyết số 29-NQ/TW ban hành ngày 04/11/2013, Nghị quyết Hội nghị Trung ương 8 khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo. [49]

Nghị quyết số 44/NQ-CP ban hành ngày 09/06/2014 của Chính Phủ về việc ban hành chương trình hành động của chính phủ thực hiện nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 của Hội nghị lần thứ VIII Ban chấp hành Trung ương khóa XI về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế. [50]

Quyết định số 2198/QĐ-TTg ngày 03/12/2010, của Thủ tướng Chính phủ về phê duyệt phát triển TDTT đến năm 2020. Trong “*Chiến lược phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020*” dành một phần quan trọng cho GDTC và hoạt động thể thao trường học. Chiến lược đã đề cập đến những tồn tại của công tác TDTT trường học: “*Công tác GDTC trong nhà trường và các hoạt động thể thao ngoại khóa của HSSV chưa được coi trọng, chưa đáp ứng yêu cầu duy trì và nâng cao sức khỏe cho học sinh,*

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 học sinh tham gia các hoạt động TDTT ngoại khóa”. [59]

Quyết định số 711/QĐ- TTg ngày 13/06/2012, của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt chiến lược phát triển giáo dục 2011-2020. [61]

Quyết định số 2160/QĐ- TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ phê duyệt “Quy hoạch phát triển Thể dục thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030”. [62]

Nghị định số 11/2015/NĐ-CP, của Thủ tướng Chính phủ quy định về Giáo dục thể chất và hoạt động Thể thao trong nhà trường. [63]

Thông tư số 25/2015/BGD&ĐT, của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc Quy định chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học. [18]

Quy chế nội bộ của các trường đại học tại thành phố Vinh được ban hành hàng năm về hướng dẫn và quy định cho công tác GDTC ở các trường. [55]

3.2.1.2. Cơ sở thực tiễn

Qua nghiên cứu và phân tích tổng hợp tài liệu tham khảo chúng tôi đã định hướng được các yêu cầu khi lựa chọn giải pháp cần chú trọng tính thực tiễn, tính khả thi, tính hợp lý, tính đa dạng và đặc thù giữa các trường. Bởi đặc thù ngành nghề đào tạo của các trường là khác nhau nhưng đều tuân theo đường lối chính sách của Đảng và Nhà nước cũng như các Bộ ngành.

Qua kết quả phỏng vấn các chuyên gia, các nhà quản lý, những người làm công tác TDTT ở các trường đại học tại thành phố Vinh và qua phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác GDTC ở các trường. Cũng như qua thực tế đánh giá thực trạng công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh. Từ đó lựa chọn những giải pháp khoa học, hợp lý, sát với thực tế cần thiết trước mắt và lâu dài.

Căn cứ vào kết quả nghiên cứu liên quan đến luận án của các tác giả đã công bố về việc đánh giá thực trạng và lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng GDTC của các trường đại học, cao đẳng để chúng tôi tham khảo và sàng lọc những giải pháp có tính khả thi với luận án.

3.2.2. Lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất ở các trường đại học tại thành phố Vinh

Từ nghiên cứu cơ sở lý luận và thực tiễn trên, đề tài luận án đề xuất các nhóm giải pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC các trường đại học tại thành phố Vinh như sau:

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDTT

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường.

Từ những nhóm giải pháp trên chúng tôi xây dựng mẫu phiếu và phỏng vấn 40 cán bộ quản lý và giảng dạy GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh. Người được phỏng vấn trả lời bằng cách cho điểm theo thang độ Likert (5 mức):

1 điểm:	Rất không đồng ý
2 điểm:	Không đồng ý
3 điểm:	Bình thường
4 điểm:	Đồng ý
5 điểm:	Rất đồng ý

Đánh giá tổng hợp theo mức điểm trung bình được tiến hành theo 5 mức:

Rất không đồng ý:	Từ 1.00-1.80 điểm
Không đồng ý:	Từ 1.81-2.60 điểm
Bình thường:	Từ 2.61-3.40 điểm
Đồng ý:	Từ 3.41-4.20 điểm
Rất đồng ý:	Từ 4.21-5.00 điểm

Chúng tôi căn cứ vào kết quả phỏng vấn để lựa chọn những nhóm giải pháp được đánh giá từ mức đồng ý trở lên là những nhóm giải pháp nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.18.

Bảng 3.18. Kết quả phỏng vấn lựa chọn nhóm giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất ở các trường đại học tại thành phố Vinh (n=40)

TT	Giải pháp	Rất đồng ý		Đồng ý		Bình thường		Không đồng ý		Rất không đồng ý		Đánh giá tổng hợp	
		m _i	Điểm	m _i	Điểm	m _i	Điểm	m _i	Điểm	m _i	Điểm	Điểm TB	Mức
1.	Nhóm GP1. Giải pháp về thông tin tuyên truyền	37	185	2	8	1	3	0	0	0	0	4,90	Rất đồng ý
2.	Nhóm GP2. Giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDDT	32	160	3	12	2	6	2	4	1	1	4,58	Rất đồng ý
3.	Nhóm GP3. Giải pháp về cơ chế chính sách	28	140	3	12	4	12	3	6	2	2	4,30	Rất đồng ý
4.	Nhóm GP4. Giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa	38	190	1	4	1	3	0	0	0	0	4,93	Rất đồng ý
5.	Nhóm GP5. Giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị	32	160	2	8	4	12	2	4	0	0	4,60	Rất đồng ý
6.	Nhóm GP6. Giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDDT của nhà trường	29	145	4	16	3	9	2	4	2	2	4,40	Rất đồng ý

Qua bảng 3.18 cho thấy: Cả 6 nhóm giải pháp được lựa chọn và đề xuất đều được các cán bộ quản lý và giảng dạy GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh đánh giá ở mức rất đồng ý và được lựa chọn để nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh

Sau khi lựa chọn được các nhóm giải pháp qua phỏng vấn, chúng tôi tiến hành xác định mức độ tin cậy của các nhóm giải pháp nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh bằng hệ số Cronbach's Alpha theo quy ước của DeVellis (1991). Kết quả được trình bày tại bảng 3.19 dưới đây.

Bảng 3.19. Kết quả kiểm định mức độ tin cậy của các nhóm giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất ở các trường đại học tại thành phố Vinh

Giá trị Cronbach Alpha		Số biến quan sát		
0.724		6		
Tổng các mục thống kê				
Biến quan sát	Trung bình thang đo nếu loại biến	Phương sai thang đo nếu loại biến	Tương quan tổng thể	Giá trị Cronbach Alpha nếu loại biến
Nhóm GP1	15.96	11.244	.503	.674
Nhóm GP2	15.53	11.682	.492	.679
Nhóm GP3	15.91	10.663	.549	.658
Nhóm GP4	15.81	11.816	.425	.696
Nhóm GP5	16.85	11.172	.335	.705
Nhóm GP6	15.67	11.292	.491	.677

Kết quả tại bảng 3.19 cho thấy: 6 nhóm giải pháp được lựa chọn đủ độ tin cậy, thể hiện ở hệ số Cronbach's Alpha tổng = 0.724 > 0.60 theo quy định và hệ số tương quan của các biến thành phần với biến tổng đạt từ 0.335 tới 0.549 > 0.30. Điều này chứng tỏ 6 nhóm giải pháp chúng tôi đề xuất có hệ số tin cậy cao và không có nhóm giải pháp nào bị loại bỏ. Như vậy, qua nghiên cứu phân tích tổng hợp tài liệu, qua thực tiễn và phỏng vấn bằng phiếu hỏi cũng như qua việc tọa đàm trao đổi trực tiếp với các đối tượng được phỏng vấn cho thấy cần phải sử dụng các nhóm giải pháp sau vào việc nâng cao chất lượng công tác GDTC cho các trường đại học tại thành phố Vinh:

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TĐTT của nhà trường.

3.2.3. Mục đích, nội dung và cách thực hiện các nhóm giải pháp được lựa chọn.

Từ các nhóm giải pháp được lựa chọn ở trên chúng tôi tiến hành xây dựng các giải pháp cụ thể để tiến hành thực nghiệm trên đối tượng nghiên cứu nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC cho các trường đại học tại thành phố Vinh.

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền

Với sự phát triển như vũ bão của công nghệ trong xã hội ngày nay, công tác truyền thông tin là rất quan trọng. Bằng các biện pháp trực tiếp hay gián tiếp chúng ta cần đưa những thông tin cần truyền tải đến mọi người càng nhanh càng tốt và cần sâu rộng ý nghĩa.

Mục đích của nhóm giải pháp: Nâng cao nhận thức về tầm quan trọng, mục đích và ý nghĩa của hoạt động TĐTT nói chung và giáo dục thể chất trong trường học nói riêng đến từng cán bộ, giảng viên và sinh viên nhà trường.

Nội dung của nhóm giải pháp: Thực hiện công tác tuyên truyền qua các phương tiện thông tin như loa phát thanh, trên Website, các buổi sinh hoạt chính trị của Đoàn - Hội, các giải thể thao...

Cách thực hiện: Với nhóm giải pháp này luận án thực hiện với 02 giải pháp.

Giải pháp 1: Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, lợi ích, tầm quan trọng của việc tập luyện TĐTT thông qua các buổi sinh hoạt tuần công dân của sinh viên đầu năm học, trong các buổi sinh hoạt lớp, sinh hoạt cộng đồng, các CLB đội nhóm, trên website. Tuyên truyền bằng băng rôn ở cổng trường, khu vực sân vận động và các

tuyến đường chính trong trường, qua hệ thống loa phát thanh của nhà trường, đặc biệt trong khu nội trú của sinh viên.

Giải pháp 2: Tổ chức cuộc thi tìm hiểu về TĐTT, cuộc thi triển lãm ảnh về những hình ảnh của Bác Hồ tập luyện TĐTT, những hình ảnh vượt khó của những người khiếm khuyết vượt qua khó khăn nhờ tập luyện thể thao... Tổ chức giao lưu với các VĐV tiêu biểu, các đội tuyển đạt thành tích xuất sắc... Đặc biệt tuyên dương khen thưởng kịp thời những cá nhân, tập thể có thành tích xuất sắc trong các hoạt động TĐTT của nhà trường.

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT

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 mang lại hiệu quả trong giáo dục – đào tạo, cơ cấu tổ chức phải hợp lý và nhà quản lý giáo dục phải có khả năng định hướng, đưa ra được những quyết sách đúng đắn để định hướng đi cho nền giáo dục, giám sát, đôn đốc, thúc đẩy mọi thành phần tham gia vào công việc giáo dục.

Căn cứ Quyết định 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt “Quy hoạch phát triển TĐTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030” thì tỷ lệ giảng viên TĐTT trên số sinh viên bậc đại học là: đạt 1/500 vào năm 2015; đạt 1/400 vào năm 2020 và đạt 1/300 vào năm 2030.[62]

Mục đích của nhóm giải pháp: Xây dựng cơ cấu đội ngũ giảng viên đảm bảo về số lượng và chất lượng. Bố trí phân công các công việc tối ưu nhằm phát huy mọi năng lực của từng người. Xây dựng môi đoàn kết trong đơn vị cùng nhau đóng góp sức lực trí tuệ xây dựng đơn vị ngày càng lớn mạnh và nâng cao chất lượng đào tạo.

Nội dung của nhóm giải pháp: Tổ chức hoàn thiện ổn định đội ngũ quản lý các khoa, tổ bộ môn, các trợ lý từ đó giao nhiệm vụ cụ thể cho các cá nhân phụ trách. Quy hoạch công tác cán bộ kế cận, có kế hoạch tuyển dụng hợp lý, đẩy mạnh công tác bồi dưỡng nâng cao trình độ cho cán bộ, giảng viên.

Cách thực hiện: Với những yêu cầu đó nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và

đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT chúng tôi tiến hành thực hiện 06 giải pháp cụ thể sau:

Giải pháp 1: Sắp xếp, kiện toàn bộ máy quản lý của các khoa(hoặc bộ môn) TĐTT ở các trường đại học tại thành phố Vinh hợp lý hơn.

Giải pháp 2: Dựa vào đề án phát triển của nhà trường và đề án tuyển sinh hàng năm để có kế hoạch quy hoạch và tuyển dụng phát triển cán bộ quản lý và giảng viên TĐTT đảm bảo về số lượng và chất lượng.

Giải pháp 3: Xây dựng kế hoạch thúc đẩy cán bộ quản lý và giảng viên đi học tập bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ và lý luận chính trị đạt chuẩn theo quy định của Bộ - Ngành và Nhà nước.

Giải pháp 4: Hàng năm cử cán bộ đi tham gia tập huấn và dự Hội thảo khoa học chuyên ngành ở các lớp do Bộ, Ngành và các trường có uy tín tổ chức. Đồng thời mở các lớp tập huấn chuyên môn nghiệp vụ về công tác GDTC cho cán bộ quản lý và giảng viên trong tỉnh và trên cả nước.

Giải pháp 5: Giảng viên thường xuyên cập nhật những thông tin về luật, kỹ, chiến thuật, kỹ lục mới nhất về TĐTT để giới thiệu qua bài giảng phù hợp cho từng đối tượng. Qua đó đổi mới phương pháp giảng dạy và hình thức tổ chức dạy học theo hướng tích cực tạo sự hứng thú cho sinh viên nhằm phát huy tính chủ động sáng tạo tự giác của sinh viên.

Giải pháp 6: Thực hiện mỗi cán bộ, giảng viên là một tấm gương sáng cho sinh viên noi theo. Cán bộ, giảng viên luôn luôn đi đầu trong tự học tập tu dưỡng về đạo đức, lối sống và chuyên môn nghiệp vụ. Sẵn sàng đi đầu trong việc rèn luyện TĐTT hàng ngày, hòa quyện với các hoạt động học tập và phong trào TĐTT của sinh viên...

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách.

Trong sự phát triển của nền công nghiệp hóa hiện đại hóa đất nước thì việc hoạch định chiến lược phát triển và được đưa vào hệ thống chính sách đường lối nhà nước thì mới có các cơ chế chính sách phát triển bền vững và ổn định. Trong tình hình hiện nay để phát triển TĐTT 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 TĐTT. 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. Thể dục thể thao trường học là bộ phận cơ bản của nền TDTT nước nhà. Quan tâm và lãnh đạo công tác TDTT trường học tốt sẽ có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm thúc đẩy giáo dục thể chất, nâng cao sức khỏe, 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.

Mục đích của nhóm giải pháp: Là cơ sở pháp lý để các trường thực hiện tốt công tác đào tạo cũng như đảm bảo công bằng về chế độ chính sách của Đảng và Nhà nước cũng như Bộ - Ngành ban hành. Nhằm nâng cao tinh thần cho mọi cán bộ giảng viên yên tâm cống hiến cho công tác GDTC của nhà trường.

Nội dung của nhóm giải pháp: Nắm vững các Nghị quyết, chính sách của Đảng và Nhà nước; các Thông tư, Quyết định của Chính phủ và Bộ - Ngành về công tác GDTC và thể thao trường học. Từ đó đề xuất xây dựng thể chế các văn bản hỗ trợ cán bộ, giảng viên và sinh viên thực hiện tốt hơn công tác GDTC của nhà trường.

Cách thực hiện: Với tầm quan trọng đó nhóm giải pháp này chúng tôi tiến hành thực hiện 03 giải pháp cụ thể sau:

Giải pháp 1: Phổ biến cụ thể rộng rãi về các Nghị quyết, chính sách của Đảng và Nhà nước; các Thông tư, Quyết định của Chính phủ và Bộ GD&ĐT; các văn bản quy định nội bộ của các trường đại học tại thành phố Vinh về công tác GDTC và thể thao trường học. Từ đó có kế hoạch cụ thể và có các biện pháp rõ ràng để thực hiện tốt nhiệm vụ trong công tác nâng cao chất lượng công tác GDTC và các hoạt động TDTT nhà trường.

Giải pháp 2: Thể chế cụ thể các văn bản và hướng dẫn của Đảng, Nhà nước, Bộ ngành về quy định chặt chẽ chi tiết chức năng nhiệm vụ của công tác GDTC và các hoạt động TDTT trong các trường đại học tại thành phố Vinh.

Giải pháp 3: Tham mưu cho lãnh đạo nhà trường xây dựng và ban hành các văn bản về chế độ chính sách cho cán bộ, giảng viên đảm bảo công bằng về: giờ chuẩn, tiết dạy quy chuẩn, quy đổi giờ ngoại khóa, quy đổi giờ công tác trọng tài thể thao, đảm bảo chế độ bồi dưỡng giảng dạy thực hành, chế độ trang phục; ưu tiên cho sinh viên các đội tuyển có thành tích xuất sắc và vận động viên có đẳng cấp.

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa

Trong công tác GDTC ở trường học thì nội dung chương trình giảng dạy và phương pháp giảng dạy rất quan trọng. Là yếu tố cốt lõi giữ vai trò quyết định đến chất lượng của mặt giáo dục này. Nội dung phong phú đa dạng và thích hợp sẽ thu hút và kích thích được sinh viên tham gia vào các hoạt động thể thao nội hay ngoại khóa một cách tự giác và hứng khởi. Bên cạnh đó cần phải đảm bảo được thời gian học tập thì mới phát triển được thể chất cho sinh viên.

Mục đích của nhóm giải pháp: Giúp người học nâng cao kiến thức cơ bản về TDTT, đồng thời rèn luyện hình thành kỹ năng kỹ xảo vận động. Tạo dựng lòng đam mê tập luyện thể thao nâng cao sức khỏe góp phần tiến tới mục tiêu giáo dục toàn diện Đức – Trí – Thể – Mỹ.

Nội dung của nhóm giải pháp: Rà soát lại chương trình từ đó xây dựng sửa đổi theo chương trình GDTC phù hợp với mục tiêu của nhà trường và nhu cầu xã hội. Đáp ứng nhu cầu tập luyện thể thao của sinh viên và cán bộ nhà trường.

Cách thực hiện: Với nhóm giải pháp này chúng tôi tiến hành thực hiện 04 giải pháp cụ thể sau:

Giải pháp 1: Các trường đại học tại thành phố Vinh cần thống nhất xây dựng và ban hành chương trình GDTC nội khóa theo đúng quy định mới nhất của Bộ GD&ĐT phù hợp với điều kiện thực tiễn.

Giải pháp 2: Cần xây dựng nội dung chương trình GDTC nội khóa theo hướng môn học tự chọn đa dạng phong phú giúp sinh viên phát huy sở trường tăng cường sự hứng thú học tập cho sinh viên. Đồng thời thường xuyên rà soát điều chỉnh nội dung chương trình cho phù hợp với xu thế thời đại với nhu cầu xã hội.

Giải pháp 3: Cải tiến nội dung và hình thức tổ chức TDTT ngoại khóa theo hướng đa dạng phong phú các môn thể thao, ưu tiên các môn thể thao quần chúng, thành lập các câu lạc bộ thể thao có giáo viên hướng dẫn.

Giải pháp 4: Tổ chức Hội thao cho sinh viên toàn trường nhân dịp các ngày lễ lớn, đồng thời tổ chức giao lưu thi đấu các giải thể thao giữa các khoa trong trường và giữa các trường với nhau thường xuyên liên tục. Thành lập các đội tuyển thể thao của nhà trường, có kế hoạch tập luyện và thi đấu cụ thể.

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị

Cơ sở vật chất, trang thiết bị là phương tiện lao động sư phạm của nhà giáo dục và học sinh, sinh viên. 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 v.v... 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. Với môn học GDTC chủ yếu là thực hành thì cơ sở vật chất trang thiết bị đóng vai trò to lớn.

Mục đích của nhóm giải pháp: Sử dụng hiệu quả cơ sở vật chất hiện có, đầu tư thêm cơ sở vật chất trang thiết bị dụng cụ phục vụ công tác giảng dạy, học tập và nghiên cứu khoa học của nhà trường được tốt hơn.

Nội dung của nhóm giải pháp: Rà soát sửa chữa duy tu các công trình thể thao, các trang thiết bị dụng cụ tập luyện thể thao sẵn có. Đồng thời tăng cường xây dựng các công trình thể thao, mua sắm các trang thiết bị dụng cụ thể thao nâng cao chất lượng đào tạo và phong trào thể thao của nhà trường.

Cách thực hiện: Với nhóm giải pháp này chúng tôi tiến hành thực hiện với 03 giải pháp cụ thể sau:

Giải pháp 1: Khai thác tối đa và thường xuyên vệ sinh, bảo trì, bảo dưỡng những dụng cụ cơ sở vật chất hiện có nhằm đảm bảo an toàn phục vụ cho công tác học tập và giảng dạy nội khóa, ngoại khóa cho sinh viên.

Giải pháp 2: Đầu tư sửa chữa nâng cấp, xây dựng mới sân bãi nhằm phục vụ đa dạng hóa các môn thể thao tự chọn đáp ứng nhu cầu tập luyện cho sinh viên. Đồng thời mua sắm mới dụng cụ trang thiết bị các môn thể thao đảm bảo về số lượng và chất lượng.

Giải pháp 3: Xây dựng mục tiêu phân đấu các trường đại học tại thành phố Vinh đảm bảo diện tích dành cho hoạt động TDTT của sinh viên theo Quyết định 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ (đạt 03m²/1SV vào năm 2020, 04m²/1SV vào năm 2030).[62]

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường.

Trong xu thế đổi mới phát triển giáo dục và đào tạo phải gắn liền trước hết với sự đổi mới quản lý hệ thống giáo dục quốc dân sao cho phù hợp với sự phát triển kinh tế xã hội của đất nước theo chủ trương của Đảng và Nhà nước. Chính phủ quy hoạch phát triển giáo dục đào tạo cũng như TDTT là sự phối hợp chặt chẽ giữa các cơ quan Đảng, chính quyền các ngành, các tổ chức xã hội ở các cấp theo trách nhiệm được phân công. Do đó về thực chất kể cả giáo dục đào tạo cũng như TDTT cũng cần được xã hội hóa, hiểu một cách đầy đủ hơn là các tầng lớp nhân dân, các thành phần kinh tế, các tổ chức xã hội, các cá nhân cần tham gia tích cực và sâu rộng hơn trong việc đóng góp kinh phí và các nguồn lực vật chất cho giáo dục đào tạo. TDTT là một sợi dây kết nối nhanh và hiệu quả nhất giữa các tầng lớp, tổ chức xã hội, các quốc gia với nhau. Bởi vậy, các trường đại học cũng cần thiết mở rộng hợp tác, kết nối nhằm tăng cường tình đoàn kết và học tập trao đổi kinh nghiệm lẫn nhau thông qua giao lưu các hoạt động TDTT.

Mục đích của nhóm giải pháp: Nhằm kết nối giao lưu thể thao tạo điều kiện thuận lợi trong việc phát triển hai bên cùng có lợi. Với mục đích nâng cao số lượng và chất lượng cơ sở vật chất và các hoạt động thể thao của nhà trường. Đồng thời tạo điều kiện thuận lợi cho các cơ quan đoàn thể, các doanh nghiệp tuyển dụng lựa chọn được nguồn lực lao động chất lượng cao từ các trường.

Nội dung của nhóm giải pháp: Tổ chức giao lưu học tập kinh nghiệm thông qua tập luyện và thi đấu thể thao. Từ đó kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp và cá nhân cùng chung tay đóng góp một phần kinh phí vào các hoạt động thể thao của nhà trường.

Cách thực hiện: Với nhóm giải pháp này chúng tôi tiến hành thực hiện 04 giải pháp cụ thể sau:

Giải pháp 1: Tổ chức giao lưu thi đấu thể thao giữa sinh viên, cán bộ với các cơ quan Đảng, chính quyền, ngành, các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp... Các trường đặc biệt chú trọng giao lưu hợp tác với các đơn vị, các tổ chức, doanh nghiệp phù hợp với ngành nghề sinh viên các trường đào tạo.

Giải pháp 2: Kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp, các cá nhân đóng

hành với các hoạt động của sinh viên như (hỗ trợ vật chất cho sinh viên có hoàn cảnh khó khăn, khen thưởng những sinh viên có thành tích xuất sắc, tài trợ cho các hoạt động văn hóa văn nghệ, TDTT của sinh viên...).

Giải pháp 3: Kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp, các cá nhân hợp tác đầu tư xây dựng sân bãi, các công trình thể thao với mục tiêu hai bên cùng có lợi.

Giải pháp 4: Kết nối hợp tác đào tạo nguồn nhân lực cho các cơ quan Đảng, chính quyền, ngành, các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên trong quá trình học tập trao đổi kinh nghiệm, thực tập, thực tế và công tác sau khi ra trường.

3.2.4. Phỏng vấn các chuyên gia và cán bộ giảng viên về các giải pháp của 6 nhóm giải pháp đã lựa chọn.

Từ những giải pháp trên chúng tôi xây dựng mẫu phiếu và phỏng vấn 40 cán bộ quản lý và giảng dạy GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh. Người được phỏng vấn trả lời bằng cách cho điểm theo thang độ Likert (5 mức):

1 điểm:	Rất không đồng ý
2 điểm:	Không đồng ý
3 điểm:	Bình thường
4 điểm:	Đồng ý
5 điểm:	Rất đồng ý

Đánh giá tổng hợp theo mức điểm trung bình được tiến hành theo 5 mức:

Rất không đồng ý:	Từ 1.00-1.80 điểm
Không đồng ý:	Từ 1.81-2.60 điểm
Bình thường:	Từ 2.61-3.40 điểm
Đồng ý:	Từ 3.41-4.20 điểm
Rất đồng ý:	Từ 4.21-5.00điểm

Chúng tôi căn cứ vào kết quả phỏng vấn để lựa chọn những giải pháp được đánh giá từ mức đồng ý trở lên là những giải pháp nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.20.

Bảng 3.20. Kết quả phỏng vấn các giải pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC các trường đại học tại thành phố Vinh (n=40)

STT	Nhóm giải pháp	Điểm TB	Mức đánh giá
I.	Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền		
1	NGP1.GP1	4,70	Rất đồng ý
2	NGP1.GP2	4,80	Rất đồng ý
II.	Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDTT		
1	NGP2.GP1	4,53	Rất đồng ý
2	NGP2.GP2	4,70	Rất đồng ý
3	NGP2.GP3	4,58	Rất đồng ý
4	NGP2.GP4	4,30	Rất đồng ý
5	NGP2.GP5	4,48	Rất đồng ý
6	NGP2.GP6	4,93	Rất đồng ý
III.	Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách		
1	NGP3.GP1	4,83	Rất đồng ý
2	NGP3.GP2	4,90	Rất đồng ý
3	NGP3.GP3	4,93	Rất đồng ý
IV.	Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa		
1	NGP4.GP1	4,65	Rất đồng ý
2	NGP4.GP2	4,93	Rất đồng ý
3	NGP4.GP3	4,88	Rất đồng ý
4	NGP4.GP4	4,90	Rất đồng ý
V.	Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị		
1	NGP5.GP1	4,65	Rất đồng ý
2	NGP5.GP2	4,78	Rất đồng ý
3	NGP5.GP3	4,90	Rất đồng ý
VI.	Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường		
1	NGP6.GP1	4,48	Rất đồng ý
2	NGP6.GP2	4,93	Rất đồng ý
3	NGP6.GP3	4,88	Rất đồng ý
4	NGP6.GP4	4,93	Rất đồng ý

Qua bảng 3.20 cho thấy tất cả các giải pháp thuộc các nhóm giải pháp được lựa chọn và đề xuất đều được các cán bộ quản lý và giảng dạy GDTC ở các trường đại học

tại thành phố Vinh đánh giá ở mức rất đồng ý và được lựa chọn để nâng cao chất lượng GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh.

Tuy nhiên, để đảm bảo độ tin cậy trong quá trình phỏng vấn, chúng tôi tiến hành kiểm tra mức độ tin cậy của các giải pháp thông qua hệ số Cronbach's Alpha. Kết quả được trình bày tại bảng 3.21 dưới đây.

Bảng 3.21. Kết quả kiểm định mức độ tin cậy của các giải pháp pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất các trường đại học tại thành phố Vinh

Giá trị Cronbach Alpha		Số biến quan sát		
.715		22		
Tổng các mục thống kê				
Biến quan sát	Trung bình thang đo nếu loại biến	Phương sai thang đo nếu loại biến	Tương quan tổng thể	Giá trị Cronbach Alpha nếu loại biến
NGP1.GP1	63.60	118.375	.415	.693
NGP1.GP2	63.78	117.616	.418	.703
NGP2.GP1	64.82	113.895	.545	.690
NGP2.GP2	63.94	116.830	.471	.692
NGP2.GP3	64.21	116.242	.516	.691
NGP2.GP4	63.77	116.407	.564	.689
NGP2.GP5	64.15	114.342	.574	.689
NGP2.GP6	64.06	118.852	.396	.694
NGP3.GP1	65.08	116.067	.388	.696
NGP3.GP2	63.90	113.948	.618	.688
NGP3.GP3	64.08	113.621	.650	.687
NGP4.GP1	64.15	113.816	.598	.688
NGP4.GP2	64.30	116.525	.430	.693
NGP4.GP3	63.61	118.302	.502	.691
NGP4.GP4	63.78	116.878	.522	.690
NGP5.GP1	63.88	115.647	.566	.689
NGP5.GP2	63.55	116.691	.548	.690
NGP5.GP3	63.67	117.092	.509	.691
NGP6.GP1	63.71	117.054	.513	.691
NGP6.GP2	64.28	111.320	.678	.685
NGP6.GP3	63.60	118.375	.415	.693
NGP6.GP4	63.78	117.616	.418	.693

Kết quả tại bảng 3.21 cho thấy: 22 giải pháp của 6 nhóm giải pháp được lựa chọn đủ độ tin cậy, thể hiện ở hệ số Cronbach's Alpha tổng = 0.715 > 0.60 theo quy định và

hệ số tương quan của các biến thành phần với biến tổng đạt từ 0.388 tới 0.678 > 0.30. Như vậy qua khảo sát chúng tôi chọn 22 giải pháp trong 6 nhóm giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho các trường đại học tại thành phố Vinh là rất cần thiết. Các giải pháp này đã được các nhà quản lý và giảng viên các trường đại học tại thành phố Vinh lựa chọn ở mức độ rất đồng ý.

Bàn luận: Qua nghiên cứu lý luận, thực tiễn cũng như nguyên tắc đề xuất các nhóm giải pháp, chúng tôi đã lựa chọn được 6 nhóm giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho các trường đại học tại thành phố Vinh gồm:

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDDT

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDDT của nhà trường.

Với 6 nhóm giải pháp này luận án đã xây dựng và phỏng vấn lựa chọn được 22 giải pháp cụ thể được nêu ở trên. Qua đó chúng tôi phân tích bàn luận các nhóm giải pháp đã lựa chọn cụ thể như sau:

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền

Tuyên truyền thông tin là hoạt động có mục đích của một chủ thể nhằm truyền bá những tri thức, giá trị tinh thần, tư tưởng đến đối tượng, biến những tri thức, giá trị tinh thần, tư tưởng đó thành nhận thức, niềm tin, tình cảm, cổ vũ đối tượng hành động theo những định hướng do chủ thể tuyên truyền đặt ra. Thông tin tuyên truyền thông qua những hình thức, công cụ riêng, chủ yếu là các biện pháp trực quan, tác động trực tiếp vào nhận thức, tư tưởng, tình cảm của sinh viên, lôi cuốn họ vào những hoạt động theo mục tiêu đã định. Đây là một trong những giải pháp rất quan trọng trong việc giúp sinh viên nhận thức đúng đắn về ý nghĩa, tầm quan trọng của TDDT đến sức khỏe của con người. Qua đó thúc đẩy tinh thần tập luyện TDDT thường xuyên liên tục của các em cũng như giúp các em có được những kiến thức, kinh nghiệm tập luyện các môn TT từ đó các em có thể truyền tải lan tỏa đến những người khác. Với nhóm giải pháp này, bên cạnh những nhóm pháp đã trình bày thì giáo viên giảng dạy TDDT cần nêu

cao ý nghĩa, tầm quan trọng của môn GDTC trong những giờ lên lớp. Bởi đây là cách tuyên truyền trực tiếp nhanh nhất về vai trò của tập luyện TDTT đối với mọi người.

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDTT

Cơ cấu tổ chức hợp lý khoa học, đội ngũ cán bộ quản lý và giảng viên đảm bảo về số lượng và chất lượng với thực tiễn thì sẽ đáp ứng được nhu cầu nâng cao chất lượng công tác GDTC của các trường. Bởi đây là đội ngũ tiên phong trong mọi công việc khi họ được sắp xếp vị trí công việc hợp lý, được tham gia học tập bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, được làm việc trong một môi trường thuận lợi về tinh thần và vật chất thì ắt sẽ thành công. Qua thực trạng chúng tôi nhận thấy với cơ cấu tổ chức và đội ngũ giảng viên ở các trường đại học tại thành phố Vinh cụ thể: Trường Đại học Vinh 22GV/16.076 sinh viên = 731SV/GV; Đại học SPKT Vinh 06 GV/5.818 sinh viên = 970SV/GV; Đại học Y khoa Vinh 04 GV/4.224 sinh viên = 1056SV/GV; Đại học kinh tế Nghệ An 08 GV/7.632 sinh viên = 954SV/GV. Như vậy dựa vào quy hoạch phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030 của Thủ tướng Chính phủ thì tỷ lệ giảng viên TDTT trên số sinh viên của các trường đại học tại thành phố Vinh hiện nay tỷ lệ còn cao, cho nên về số lượng GV còn thiếu rất nhiều. Chính vì vậy các trường đại học tại thành phố Vinh cần có kế hoạch tuyển dụng giảng viên nhằm bảo đảm số lượng giảng viên để thực hiện mục tiêu nâng cao chất lượng công tác GDTC trường học.

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách

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; 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. Hiện nay với cách tính giờ quy chuẩn từ 1 tiết giảng thành tiết chuẩn của các trường đại học tại thành phố Vinh thì rất thiệt thòi cho giảng viên. Đơn cử tại trường Đại học Vinh 1 tín chỉ học thực hành giảng viên lên lớp 22,5 tiết và được tính 15,6 tiết chuẩn tương đương 1tiết giảng/0,7 tiết chuẩn. Theo Quyết định 51/QĐ-TTg ngày 16/11/2012 của Thủ tướng Chính phủ quy định tiền bồi dưỡng 1% lương cơ bản cho 1 tiết giảng thực hành thì tại trường Đại học Vinh chi trả cho giảng viên luôn thấp hơn. Diễn hình như hiện nay

mức lương tối thiểu 1.390.000đ nghĩa là 1 tiết dạy thực hành phải trả cho giảng viên là 13.900đ nhưng nhà trường chỉ trả 10.000đ/1 tiết. Tại trường Đại học Y khoa Vinh giảng viên giảng dạy 4 tín chỉ 165 tiết cả thực hành và lý thuyết nhà trường quy đổi thành 49,5 tiết chuẩn, như vậy 1 tiết dạy = 0,3 tiết chuẩn. Tại trường Đại học SPKT Vinh nhà trường không tách số giờ hoạt động chuyên môn tính riêng cho các hoạt động chuyên môn như dự hội họp, tập huấn chuyên môn...mà cộng tổng vào giờ chuẩn và dùng giờ giảng dạy để trừ vào giờ hoạt động chuyên môn. Với cách tính của các trường như vậy rất thiệt thòi cho giảng viên, chính vì vậy chúng tôi đề xuất các biện pháp trên với mong muốn các trường đại học tại thành phố Vinh cần nghiên cứu các quyết định của Chính phủ, Bộ, Ngành... và thống nhất tham mưu với lãnh đạo các trường quy định lại cơ chế chính sách cho giảng viên TDDT tại các trường được phù hợp và đảm bảo quyền lợi cho giảng viên.

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa

Với nhóm giải pháp này các trường cần xây dựng chương trình nội khóa theo hướng các môn thể thao tự chọn nhằm phát huy tính tích cực sáng tạo của sinh viên. Tạo mọi điều kiện thuận lợi cho sinh viên được lựa chọn những môn thể thao mà bản thân yêu thích. Bên cạnh đó cần xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa và tổ chức tập luyện theo hình thức CLB có giáo viên quản lý và hướng dẫn bài bản. Hiện tại phong trào tập luyện TDDT ngoại khóa ở các trường đại học tại thành phố Vinh còn yếu kém với 4 trường đại học chỉ có 04 CLB thể thao thường xuyên tập luyện thì quá ít so với số lượng sinh viên hiện có của các trường. Chính vì vậy với các giải pháp đưa ra các trường cần phải chú trọng phát triển và nâng cấp cả về số lượng lẫn chất lượng CLB TDDT mà sinh viên yêu thích như: Bóng đá, Bóng chuyền da, Bóng chuyền hơi, Bóng rổ, Aerobic, Thể hình, các môn Võ, Cầu lông...Nhằm đa dạng hóa các môn đáp ứng nhu cầu tập luyện của sinh viên qua đó thu hút sinh viên tham gia luyện tập thường xuyên liên tục tránh xa được các tệ nạn xã hội cũng như nâng cao sức khỏe cho sinh viên. Đồng thời qua đó có thể lựa chọn được các sinh viên ưu tú của các môn thể thao để thành lập các đội tuyển thể thao của khoa và nhà trường tham gia thi đấu các giải thể thao do các cấp tổ chức được tốt hơn. Để thúc đẩy phong trào tập luyện TDDT được thường xuyên liên tục trong sinh viên, các trường cần đưa tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho HS-SV theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT vào thực hiện kiểm tra mỗi năm một lần, cùng với kết quả học tập theo chương trình nội khóa để cấp

chúng chỉ GDTC làm điều kiện công nhận tốt nghiệp cuối khóa.

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị

Với thực trạng cơ sở vật chất của các trường đại học tại thành phố Vinh như hiện nay chưa đảm bảo về số lượng cũng như chất lượng để tổ chức giảng dạy nội khóa và ngoại khóa cho sinh viên. Chính vì vậy với nhóm giải pháp đưa ra các giải pháp nhằm đề xuất các trường cần mua sắm đầu tư cơ sở vật chất trang thiết bị nhiều hơn nữa để phục vụ nhu cầu giảng dạy và tập luyện của sinh viên được tốt hơn. Qua khảo sát thực trạng cho chúng ta thấy điển hình như trường Đại học Y khoa Vinh hiện nay cơ sở vật chất thiếu thốn trầm trọng, chưa hề có nhà thi đấu, sân vận động. Các sân học tập như bóng chuyền, cầu lông chỉ mới tận dụng khoảng trống trong khu giảng đường để dựng cột làm sân cho sinh viên tập luyện mà thôi. Diện tích đất các trường dành cho hoạt động TDTT còn hạn hẹp chưa đảm bảo tỷ lệ theo đề án phê duyệt của Thủ tướng. Kinh phí cấp cho các hoạt động TDTT của các trường cũng rất ít, điều này làm ảnh hưởng đến phong trào TDTT của các trường nghiêm trọng. Với số lượng tham gia các giải thể thao do tỉnh, khu vực, bộ hay ngành tổ chức hầu như các trường chỉ mới tham gia 1-2 giải do tỉnh tổ chức. Bên cạnh đó các giải thể thao do trường tổ chức cũng rất ít mỗi năm chỉ từ 1-2 giải thể thao cho sinh viên thi đấu thì quá ít. Đây cũng là một nguyên nhân làm cho phong trào luyện tập TDTT ngoại khóa của sinh viên yếu kém. Bởi được thi đấu các giải thể thao cũng là một động lực cho mọi người luyện tập TDTT thường xuyên hơn.

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường.

Thực trạng cho thấy phong trào TDTT trong các trường Đại học còn nhiều hạn chế, nguồn nhân lực tài chính của các cơ sở đào tạo còn hạn hẹp, cơ sở vật chất trang thiết bị, dụng cụ tập luyện TDTT còn lạc hậu và thiếu thốn nó ảnh hưởng trực tiếp đến công tác GDTC và phong trào TDTT trong sinh viên. Việc huy động sự đóng góp các tổ chức xã hội, đoàn thể và của các cá nhân hỗ trợ, ủng hộ cho các hoạt động học tập và thi đấu TDTT của các trường đại học là một việc rất thiết thực. Trước sự khó khăn đó, tùy thuộc vào đặc thù những ngành nghề các trường đào tạo để liên hệ các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp hay các cá nhân hợp tác đào tạo và hỗ trợ lẫn nhau trong mọi công việc và hoạt động phong trào văn hóa văn nghệ -TDTT.

Với nhóm giải pháp này các trường cần chú trọng kêu gọi các tổ chức xã hội,

các doanh nghiệp và các cá nhân đối tác như:

Các ngân hàng đang trả lương cho cán bộ giảng viên nhà trường, các ngân hàng đang trực tiếp phối hợp thu học phí và các loại phí từ sinh viên của các trường.

Các doanh nghiệp liên quan đến ngành nghề đào tạo của các trường như các công ty xây dựng, các công ty du lịch, các công ty liên quan đến tài chính, tín dụng, các Showroom và gara ô tô, các nhà máy điện, cơ khí, các phòng khám và bệnh viện...

Với phương châm hỗ trợ lẫn nhau cùng phát triển các trường sẽ có thêm kinh phí để tổ chức giảng dạy và hoạt động phong trào TDTT tốt hơn. Các đối tác sẽ có cơ hội hợp tác làm ăn cũng như việc tuyển dụng nguồn nhân lực chất lượng cao cho công ty đơn vị mình. Bên cạnh đó các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp có điều kiện được tập luyện và thi đấu giao lưu thể thao với cán bộ và sinh viên nhà trường tăng thêm tình đoàn kết và nâng cao sức khỏe.

3.3. Hiệu quả của các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh.

Với điều kiện cơ sở vật chất, con người, kinh phí nghiên cứu và khả năng của bản thân không thể thực hiện một lúc tất cả các giải pháp đã lựa chọn ở các trường đại học tại thành phố Vinh trong một thời điểm. Chính vì vậy, căn cứ vào thực tiễn các trường đại học tại thành phố Vinh, bên cạnh thực hiện thường xuyên giải pháp thông tin tuyên truyền đây là chủ trương đường lối là kim chỉ nam cho mọi hoạt động TDTT của các trường. Thì trước mắt chúng tôi tiến hành thực nghiệm ở trường Đại học Vinh với 02 giải pháp sau:

Giải pháp 3 của nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa đó là:

Giải pháp 3: Cải tiến nội dung và hình thức tổ chức TDTT ngoại khóa theo hướng đa dạng phong phú các môn thể thao, ưu tiên các môn thể thao quần chúng, thành lập các câu lạc bộ thể thao có giáo viên hướng dẫn.

Giải pháp 2 của nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường

Giải pháp 2: Kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp, các cá nhân đồng hành với các hoạt động của sinh viên như (hỗ trợ vật chất cho sinh viên có hoàn cảnh khó khăn, khen thưởng những sinh viên có thành tích xuất sắc, tài trợ cho các hoạt động văn hóa văn nghệ, TDTT của sinh viên...).

3.3.1. Xây dựng kế hoạch thực nghiệm

Thực nghiệm sư phạm là quá trình ứng dụng các giải pháp đã lựa chọn nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh. Mục đích của thực nghiệm là kiểm chứng tính hiệu quả và tính khả thi của các giải pháp đã lựa chọn. Đây là quá trình tác động có định hướng để đạt được mục đích đề ra là nâng cao thể lực, kỹ năng thực hành các môn TT, nâng cao kết quả học tập môn GDTC của sinh viên và đẩy mạnh phong trào hoạt động TDTT của nhà trường.

Đề tiên hành thực nghiệm các giải pháp đã lựa chọn trong luận án này chúng tôi tiến hành xây dựng kế hoạch cụ thể:

Với giải pháp về chương trình ngoại khóa: Chúng tôi phối hợp với Đoàn thanh niên trường Đại học Vinh thành lập các CLB TT ngoại khóa gồm CLB Bóng chuyền, CLB Bóng chuyền hơi, CLB Bóng đá, CLB Taekwondo, CLB Aerobic, CLB Bóng rổ, CLB cầu lông và CLB Yoga- Zumba - Gym tại trung tâm thể thao HD của nhà trường.

Tổ chức thực hiện các giải pháp: Chúng tôi phối hợp với Đoàn thanh niên nhà trường làm công tác tuyên truyền quảng bá thành lập CLB đến từng đoàn viên thông qua treo băng rôn khẩu hiệu và triệu tập cuộc họp cán bộ Đoàn của các Liên chi đoàn và Chi đoàn để triển khai. Đoàn trường làm công tác tổ chức, cho sinh viên đăng ký CLB, thu một ít kinh phí phục vụ cho việc đặt đồng phục tập luyện và mua sắm thêm một số dụng cụ cần thiết. Giáo viên và sinh viên chuyên ngành khoa GDTC đảm nhiệm công tác hướng dẫn tập luyện các môn thể thao theo kế hoạch.

Chương trình các môn thể thao ngoại khóa: Sau khi chúng tôi xác định thành lập các CLB thể thao ngoại khóa cho sinh viên thì chúng tôi đã thông qua BCN khoa GDTC để cử giảng viên biên soạn chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa trên và đã được Hội đồng khoa học khoa GDTC phê duyệt (ở phần phụ lục).

Kế hoạch thực nghiệm: Có tới 8 CLB TT được sinh viên đăng ký tập luyện ngoại khóa, chúng tôi xây dựng kế hoạch TN mỗi tuần 3 buổi và kéo dài trong 10 tháng. Nhưng chúng tôi chọn 4 CLB để thực hiện đánh giá các test thể lực theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT, các CLB khác vẫn tiến hành tập luyện ngoại khóa bình thường. Kế hoạch tập luyện của 4 CLB thực nghiệm được cụ thể ở bảng 3.22 sau:

Bảng 3.22: Kế hoạch tập luyện các môn thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Vinh.

TT	Câu lạc bộ	Kế hoạch tập luyện ngoại khóa theo tuần					
		Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
1	Bóng chuyền	x		x		x	
2	Bóng đá		x		x		x
3	Võ Taekwondo	x		x		x	
4	Aerobic		x		x		x

(Giờ tập luyện: Mùa đông từ 17h30-19h30; Mùa hè từ 18h00-20h00)

Như vậy, với kế hoạch trên chúng tôi tiến hành cho sinh viên trường Đại học Vinh tập luyện theo chương trình ngoại khóa từ tháng 09 năm 2017 đến tháng 06 năm 2018 theo lịch trình cụ thể:

CLB Bóng chuyền và CLB Võ Taekwondo: Tập luyện ngoại khóa tuần 03 buổi thứ 2, thứ 4, thứ 6, mỗi buổi 120 phút.

CLB Bóng đá và CLB Aerobic: Tập luyện ngoại khóa tuần 03 buổi thứ 3, thứ 5, thứ 7, mỗi buổi 120 phút.

Tổ chức thực hiện các giải pháp xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường: Với giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường chúng tôi phối hợp với Trung tâm dịch vụ - Hỗ trợ sinh viên và Quan hệ Doanh nghiệp của trường Đại học Vinh để tiến hành thực hiện các giải pháp đã lựa chọn trên. Để triển khai các giải pháp trên chúng tôi tiến hành liệt kê các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp và cá nhân có liên quan mật thiết trong mọi lĩnh vực hợp tác với nhà trường. Từ đó lên kế hoạch phối hợp giao lưu thể thao và kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của sinh viên nhà trường.

Khách thể nghiên cứu: Căn cứ vào điều kiện thực tiễn cơ sở vật chất, sân bãi, chương trình giảng dạy chính khóa cũng như nhu cầu tập luyện các môn thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Vinh. Luận án tiến hành thực nghiệm trên sinh viên khóa 58(khóa tuyển sinh năm 2017) của trường Đại học Vinh với 250 sinh viên(trong đó có 128 nam, 122 nữ) và được chia thành 4 nhóm thực nghiệm và 2 nhóm đối chứng.

Nhóm thực nghiệm 1(TN1): Gồm 42 sinh viên nam học CLB bóng chuyền

Nhóm thực nghiệm 2(TN2): Gồm 43 sinh viên nam học CLB bóng đá

Nhóm thực nghiệm 3(TN3): Gồm 40 sinh viên nữ học CLB Aerobic

Nhóm thực nghiệm 4(TN4): Gồm 40 sinh viên nữ học CLB Taekwondo

Nhóm đối chứng 1(ĐC1): Gồm 43 nam không tham gia học CLB ngoại khóa của chúng tôi tổ chức.

Nhóm đối chứng 2(ĐC2): Gồm 42 nữ không tham gia học CLB ngoại khóa của chúng tôi tổ chức.

Hai nhóm đối chứng không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa do chúng tôi tổ chức mà có thể tự tập luyện theo tính tự phát hoặc không tập luyện TDTT ngoại khóa.

Thời gian thực nghiệm chương trình ngoại khóa từ tháng 09 năm 2017 đến tháng 06 năm 2018.

Các chỉ số đánh giá thể lực theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT gồm: Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (giây); Chạy con thoi 4 x 10m(giây); Chạy tùy sức 5 phút (m)

Trước khi thực nghiệm luận án đã lựa chọn đối tượng thực nghiệm và kiểm tra trình độ thể lực chung của các nhóm sinh viên theo CLB được thể hiện ở bảng 3.23 và 3.24 dưới đây:

Bảng 3.23: So sánh kết quả 5 test thể lực chung trước thực nghiệm của Nam sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng.

Test		Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
ĐC1 (n=43)	$\bar{X} \pm \delta$	14,81 ± 0,72	202,2 ± 4,36	5,76 ± 0,17	13,62 ± 0,35	859,2 ± 18,3
	$C_v \%$	4,86	2,16	2,95	2,57	2,13
TN1 (n=42)	$\bar{X} \pm \delta$	14,91 ± 0,80	204,0±4,26	5,80±0,14	13,54±0,41	855,6±18,1
	$C_v \%$	5,37	2,09	2,41	3,03	2,11
	$T_{Tinh 1}$	0,61	1,93	1,19	0,98	0,91
TN2 (n=43)	$\bar{X} \pm \delta$	15,02 ± 0,85	200,9±3,55	5,72±0,12	13,51±0,31	865,4±20,75
	$C_v \%$	5,66	1,77	2,10	2,29	2,40
	$T_{Tinh 2}$	1,24	1,52	1,29	1,55	1,47
$T_{Bảng}$		2,023				
P		>0,05				

Qua bảng 3.23 chúng ta thấy trình độ thể lực chung ở 5 test của nam sinh viên

nhóm thực nghiệm 1 và nhóm thực nghiệm 2 so với nhóm đối chứng 1 không có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$ khi $T_{\text{Tinh 1}}$ và $T_{\text{Tinh 2}} < T_{\text{Bảng}}$. Bên cạnh đó giá trị hệ số biến sai C_v của các test đều nhỏ hơn 10%, điều này chứng tỏ trình độ thể lực chung trước thực nghiệm của nam sinh viên các nhóm là tương đối đồng đều. Từ đó chúng ta có thể tiến hành thực nghiệm và so sánh song song trên các nhóm đối tượng trên.

Bảng 3.24: So sánh kết quả 5 test thể lực chung trước thực nghiệm của Nữ sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng.

Test		Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
ĐC2 (n=42)	$\bar{X} \pm \delta$	12,74 ± 0,73	153,8 ± 3,40	6,87 ± 0,13	14,43 ± 0,31	765,7 ± 15,0
	C_v %	5,85	2,21	1,89	2,15	1,96
TN3 (n=40)	$\bar{X} \pm \delta$	12,95 ± 0,62	153,2±3,10	6,92±0,14	14,56±0,38	762,2±20,94
	C_v %	4,78	2,02	2,02	2,61	2,75
	$T_{\text{Tinh 3}}$	0,64	0,83	1,72	1,69	0,87
TN4 (n=40)	$\bar{X} \pm \delta$	13,03 ± 0,78	155,1±3,61	6,81±0,15	14,29±0,38	769,8±19,15
	C_v %	5,99	2,33	2,20	2,66	2,49
	$T_{\text{Tinh 4}}$	1,77	1,67	1,94	1,89	1,08
$T_{\text{Bảng}}$		2,023				
P		>0,05				

Qua bảng 3.24 chúng ta thấy trình độ thể lực chung ở 5 test của nữ sinh viên nhóm thực nghiệm 3 và nhóm thực nghiệm 4 so với nhóm đối chứng 2 không có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$ khi $T_{\text{Tinh 3}}$ và $T_{\text{Tinh 4}} < T_{\text{Bảng}}$. Bên cạnh đó giá trị hệ số biến sai C_v của các test đều nhỏ hơn 10%, điều này chứng tỏ trình độ thể lực chung trước thực nghiệm của nữ sinh viên các nhóm là tương đối đồng đều. Từ đó chúng ta có thể tiến hành thực nghiệm và so sánh song song trên các nhóm đối tượng trên.

Như vậy sinh viên nam và nữ của các nhóm thực nghiệm và đối chứng được đánh giá là tương đương nhau không có sự khác biệt về trình độ thể lực trước thực nghiệm.

3.3.2. Kết quả sau thực nghiệm

Từ kế hoạch thực nghiệm được thể hiện ở bảng 3.22 chúng tôi tiến hành giảng dạy các CLB ngoại khóa theo lịch mỗi tuần 3 buổi, mỗi buổi tập luyện 120 phút thực nghiệm trong 10 tháng theo chương trình và giáo án của giáo viên khoa GDTC. Song song với thực nghiệm các CLB thể thao ngoại khóa thì luận án chúng tôi tiến hành thực nghiệm các biện pháp xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường.

Sau thực nghiệm luận án tiến hành kiểm tra và đánh giá về các chỉ số như:

Đánh giá về trình độ thể lực chung ở 5 test của sinh viên nhóm thực nghiệm.

Đánh giá về số lượng và chất lượng các CLB thể thao được thành lập mới, số lượng sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa.

Đánh giá về thành tích của các đội tuyển thể thao của nhà trường và các giải thể thao do nhà trường tổ chức.

Đánh giá về kết quả học tập của sinh viên thực nghiệm so với sinh viên các khóa trước đã học xong chương trình GDTC nội khóa.

Đánh giá hiệu quả việc kêu gọi nguồn kinh phí tài trợ cho các hoạt động TDDT của nhà trường từ các tổ chức xã hội, doanh nghiệp, các cá nhân...

3.3.2.1. Đánh giá trình độ thể lực chung của sinh viên các câu lạc bộ ngoại khóa sau thực nghiệm.

Sau thực nghiệm luận án tiến hành kiểm tra trình độ thể lực chung của sinh viên các CLB thể thao ngoại khóa với 5 test như trước thực nghiệm và kết quả được thể hiện ở bảng 3.25 dưới đây:

Bảng 3.25: So sánh kết quả 5 test thể lực chung sau thực nghiệm của sinh viên nam và nữ trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm và đối chứng.

Giới tính	Nhóm	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	
Nam	ĐC1 (n=43)	$\bar{X} \pm \delta$	15,63 ± 0,52	207,3 ± 4,0	5,73 ± 0,13	13,48 ± 0,39	866,6 ± 18,55
	TN1 (n=42)	$\bar{X} \pm \delta$	18,45 ± 0,56	230,5±4,19	5,43±0,10	12,71±0,31	942,2±16,16
		T _{Tinh 1}	23,90	26,07	12,00	10,13	20,05
	TN2 (n=43)	$\bar{X} \pm \delta$	19,07 ± 0,53	227,8±3,84	5,37±0,16	12,44±0,33	956,4±16,60
		T _{Tinh 2}	30,44	24,23	11,61	13,51	23,66
	Nữ	ĐC2 (n=42)	$\bar{X} \pm \delta$	13,19 ± 0,64	155,2 ± 3,56	6,78 ± 0,14	14,22 ± 0,56
TN3 (n=40)		$\bar{X} \pm \delta$	16,43 ± 0,52	164,3±3,30	6,51±0,13	13,04±0,43	839,2±15,45
		T _{Tinh 3}	24,92	12,00	9,00	10,72	20,61
TN4 (n=40)		$\bar{X} \pm \delta$	16,28 ± 0,65	167,1±4,11	6,32±0,19	12,67±0,48	854,7±16,66
		T _{Tinh 4}	21,60	13,92	12,43	13,47	10,395
T _{Bảng}		2,708					
P		<0,01					

Qua bảng 3.25 chúng ta thấy trình độ thể lực chung ở 5 test của:

Sinh viên nam ở nhóm thực nghiệm 1 và nhóm thực nghiệm 2 so với nhóm đối chứng 1 sau thực nghiệm ở 5 test thể lực có sự khác biệt rất lớn ở ngưỡng xác suất $P > 0,01$ khi $T_{\text{Tinh 1}}$ và $T_{\text{Tinh 2}} > T_{\text{Bảng}}$.

Sinh viên nữ ở nhóm thực nghiệm 3 và nhóm thực nghiệm 4 so với nhóm đối chứng 2 sau thực nghiệm ở 5 test thể lực có sự khác biệt rất lớn ở ngưỡng xác suất $P > 0,01$ khi $T_{\text{Tinh 3}}$ và $T_{\text{Tinh 4}} > T_{\text{Bảng}}$.

Như vậy sau thực nghiệm trình độ thể lực chung của sinh viên nam và nữ ở các nhóm thực nghiệm đã cải thiện rõ rệt. Điều này chứng tỏ dưới tác động của việc luyện tập thể thao ngoại khóa thường xuyên dưới sự hướng dẫn của giáo viên, sinh viên đã nâng cao được thể lực cho bản thân rất đáng kể.

Từ kết quả này chúng tôi đánh giá nhịp tăng trưởng của các nhóm sau thực nghiệm được thể hiện ở bảng 3.26 và 3.27 dưới đây:

Bảng 3.26: Nhịp độ tăng trưởng các test thể lực của Nam sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Nhóm		Test thể lực	Trước thực nghiệm \bar{X}	Sau thực nghiệm \bar{X}	Nhịp độ tăng trưởng \bar{W}
Đối chứng 1 (n=43)		Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	14,81	15,63	5,39
		Bật xa tại chỗ (cm)	202,2	207,3	2,49
		Chạy 30m xuất phát cao (giây)	5,76	5,73	0,52
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	13,62	13,48	1,03
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	859,2	866,6	0,86
Thực nghiệm	TN1 (nhóm CLB Bóng chuyền)	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	14,91	18,45	21,22
		Bật xa tại chỗ (cm)	204,0	230,5	12,20
	TN2 (nhóm CLB Bóng đá)	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	5,80	5,43	6,59
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	13,54	12,71	6,32
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	855,6	942,2	9,63
	TN2 (nhóm CLB Bóng đá)	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	15,02	19,07	23,76
		Bật xa tại chỗ (cm)	200,9	227,8	12,55
		Chạy 30m xuất phát cao (giây)	5,72	5,37	6,31
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	13,51	12,44	8,25
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	865,4	956,4	9,99

Từ bảng 3.26 cho chúng ta thấy sau thực nghiệm nhịp độ tăng trưởng của các nhóm cụ thể như sau:

Nhóm đối chứng 1: Nhịp độ tăng trưởng không đáng kể ở 5 test thể lực với trung bình là 2,06%, cao nhất là test nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s) tăng trưởng 5,39% thấp nhất là test chạy 30m xuất phát cao 0,52%.

Nhóm thực nghiệm 1 (CLB bóng chuyền): Nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực chung là 11,19% trong đó test nằm ngửa gập bụng tối đa tăng cao nhất với 21,22% và test chạy con thoi 4x10m tăng thấp nhất với 6,32%.

Nhóm thực nghiệm 2 (CLB bóng đá): Nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực chung là 12,17% trong đó test nằm ngửa gập bụng tối đa tăng cao nhất với 23,76% và test chạy 30m xuất phát cao tăng thấp nhất với 6,31%.

Như vậy nhịp độ tăng trưởng ở hai nhóm thực nghiệm nam là CLB bóng chuyền và CLB bóng đá tăng rất cao so với nhóm đối chứng. Điều này chứng tỏ sau thực nghiệm qua tác động của việc luyện tập TDTT ngoại khóa thường xuyên liên tục đã nâng cao trình độ thể lực chung của đối tượng thực nghiệm.

Bảng 3.27: Nhịp độ tăng trưởng các test thể lực của Nữ sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Nhóm		Test thể lực	Trước thực nghiệm \bar{X}	Sau thực nghiệm \bar{X}	Nhịp độ tăng trưởng \bar{W}
Đối chứng 2		Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	12,74	13,19	3,47
		Bật xa tại chỗ (cm)	153,8	155,2	0,91
		Chạy 30m xuất phát cao (giây)	6,87	6,78	1,32
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	14,43	14,22	1,47
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	765,7	770,6	0,64
Thực nghiệm	TN3 (nhóm CLB Aerobic)	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	12,95	16,43	23,69
		Bật xa tại chỗ (cm)	153,2	164,3	6,99
		Chạy 30m xuất phát cao (giây)	6,92	6,51	7,68
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	14,56	13,04	11,01
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	762,2	839,2	9,62
	TN4 (nhóm CLB Taekwondo)	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	13,03	16,28	22,18
		Bật xa tại chỗ (cm)	155,1	167,1	7,55
		Chạy 30m xuất phát cao (giây)	6,81	6,32	7,46
		Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	14,29	12,67	12,02
		Chạy tùy sức 5 phút (m)	769,8	854,7	10,45

Từ bảng 3.27 cho chúng ta thấy sau thực nghiệm nhịp độ tăng trưởng của các nhóm cụ thể như sau:

Nhóm đối chứng 2: Nhịp độ tăng trưởng không đáng kể ở 5 test thể lực với trung bình là 1,56%, cao nhất là test nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s) tăng trưởng 3,47% thấp nhất là test chạy tùy sức 5 phút 0,64%.

Nhóm thực nghiệm 3 (CLB Aerobic): Nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực chung là 11,80% trong đó test nằm ngửa gập bụng tối đa tăng cao nhất với 23,69% và test bật xa tại chỗ tăng thấp nhất với 6,99%.

Nhóm thực nghiệm 4 (CLB Taekwondo): Nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực chung là 11,91% trong đó test nằm ngửa gập bụng tối đa tăng cao nhất với 22,18% và test chạy 30m xuất phát cao 7,46%.

Như vậy nhịp độ tăng trưởng ở hai nhóm thực nghiệm nữ là CLB aerobic và CLB Taekwondo tăng rất cao so với nhóm đối chứng. Điều này chứng tỏ sau thực nghiệm qua tác động của việc luyện tập TDTT ngoại khóa thường xuyên liên tục đã nâng cao trình độ thể lực chung của đối tượng thực nghiệm.

Qua bảng 3.26 và 3.27 luận án chúng tôi đánh giá nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực ở các nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm được thể hiện ở bảng 3.28 dưới đây:

Bảng 3.28. So sánh nhịp độ tăng trưởng trung bình 5 test thể lực của các nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

Giới tính	Test	Nhịp độ tăng trưởng trung bình \bar{W}	
		Nhóm đối chứng	Nhóm thực nghiệm
Nam	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	5,39	22,59
	Bật xa tại chỗ (cm)	2,49	12,38
	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	0,52	6,45
	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	1,03	7,29
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	0,86	9,81
Nữ	Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s)	3,47	22,94
	Bật xa tại chỗ (cm)	0,91	7,27
	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	1,32	7,57
	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	1,47	11,52
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	0,64	10,04

Qua bảng 3.28 chúng ta thấy nhịp độ tăng trưởng trung bình của nhóm thực nghiệm nam (CLB bóng chuyền và bóng đá) ở 5 test thể lực cụ thể:

Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s) là 22,59%

Bật xa tại chỗ (cm) là 12,38%

Chạy 30m xuất phát cao (giây) là 6,45%

Chạy con thoi 4 x 10m (giây) là 7,29%

Chạy tùy sức 5 phút (m) là 9,81%

Nhịp độ tăng trưởng trung bình của nhóm thực nghiệm nữ (CLB Aerobic và Taekwondo) ở 5 test thể lực cụ thể:

Nằm ngửa gập bụng tối đa (lần/30s) là 22,94%

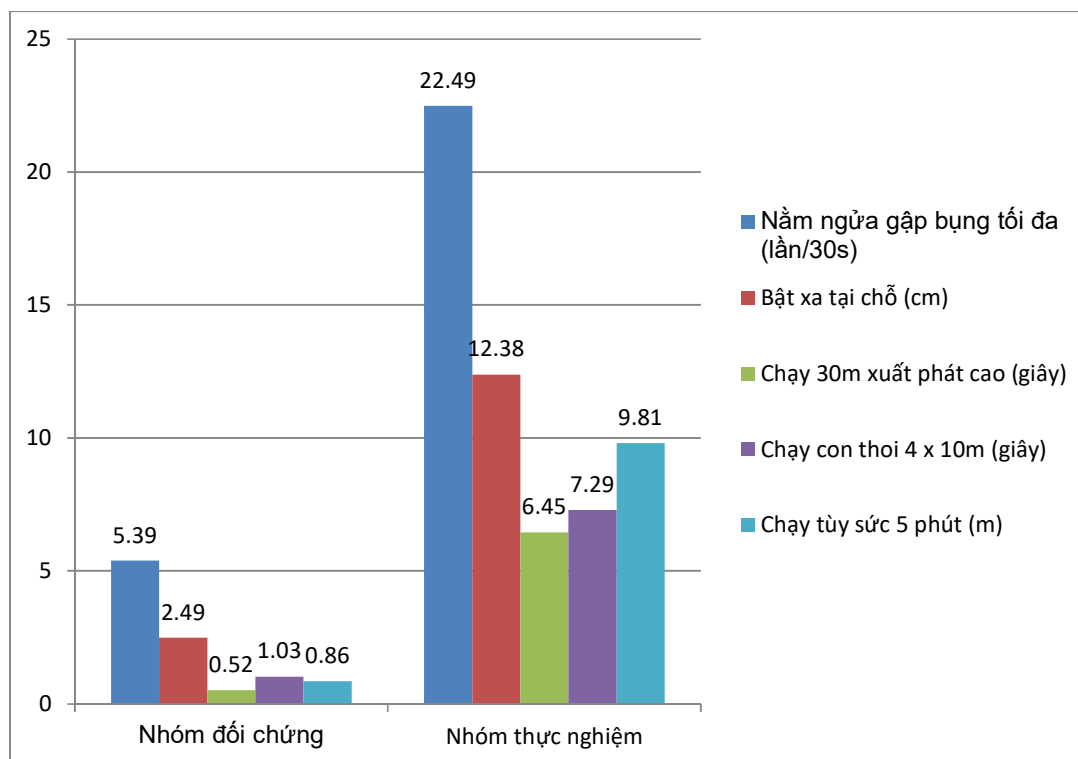
Bật xa tại chỗ (cm) là 7,27%

Chạy 30m xuất phát cao (giây) là 7,57%

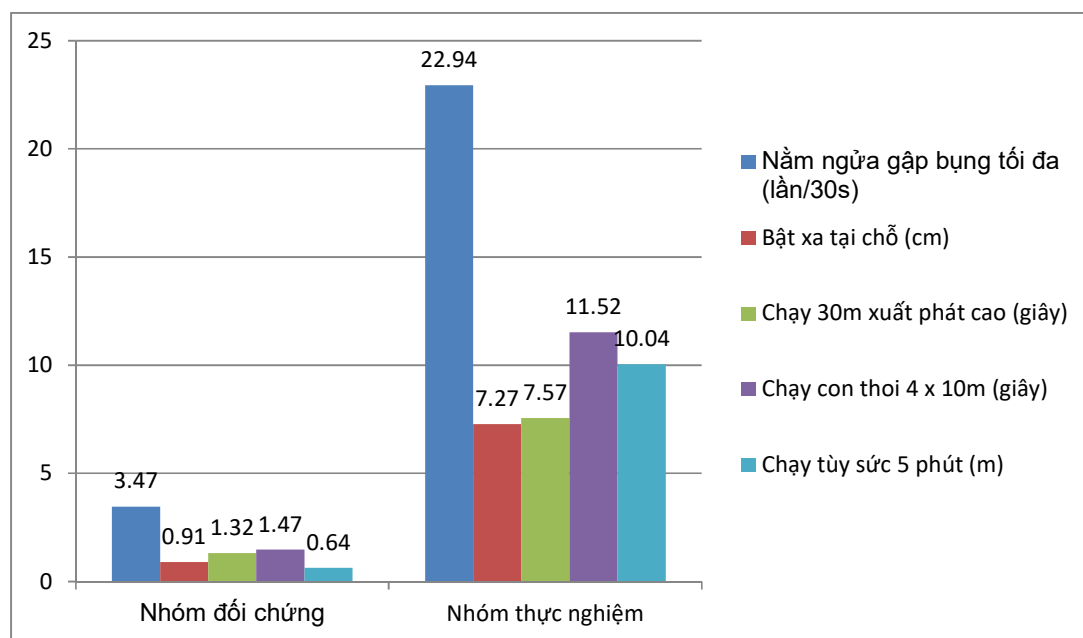
Chạy con thoi 4 x 10m (giây) là 11,52%

Chạy tùy sức 5 phút (m) là 10,04%

Kết quả so sánh nhịp độ tăng trưởng trung bình của 5 test thể lực ở các nhóm thực nghiệm và đối chứng được thể hiện qua biểu đồ 3.9 và 3.10 dưới đây:



Biểu đồ 3.9. Nhịp độ tăng trưởng của 5 test thể lực giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng đối với sinh viên nam



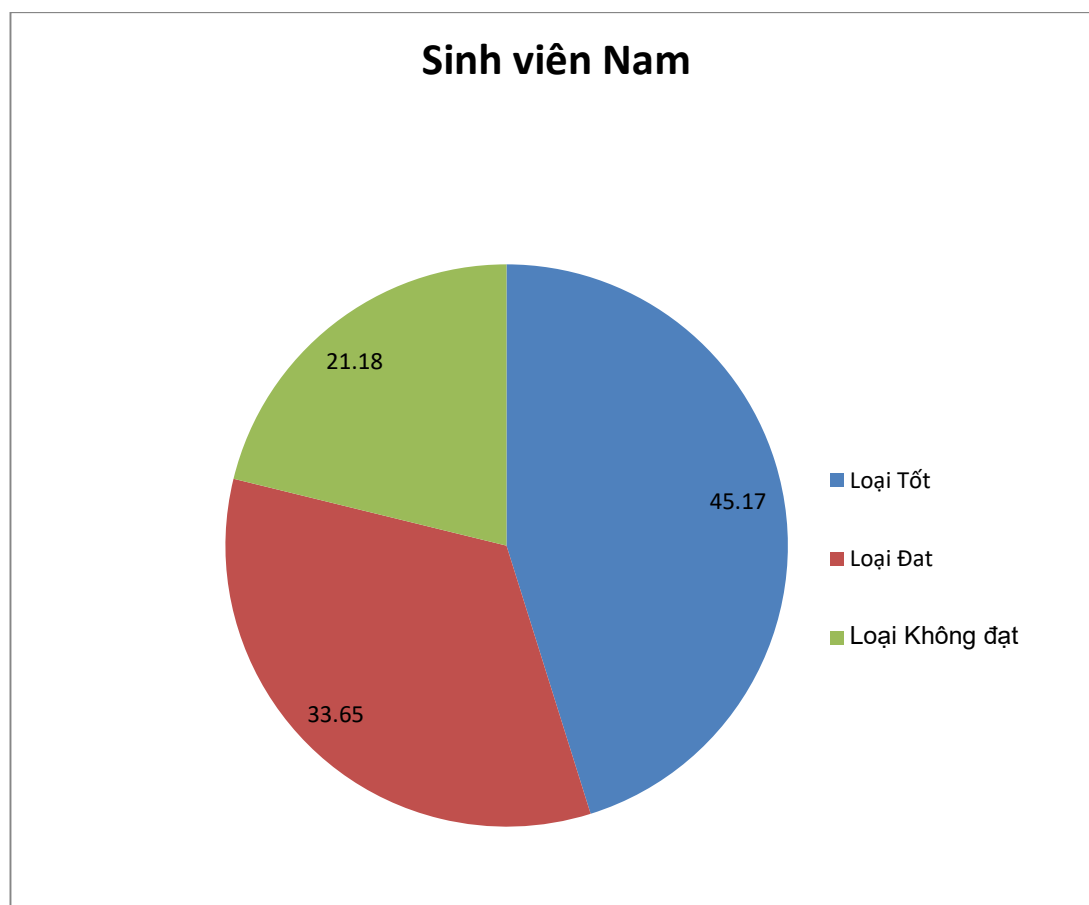
Biểu đồ 3.10. Nhịp độ tăng trưởng của 5 test thể lực giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng đối với sinh viên nữ

Từ kết quả trên chúng tôi đem so sánh với tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ GD&ĐT theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT được thể hiện ở bảng 3.29 dưới đây:

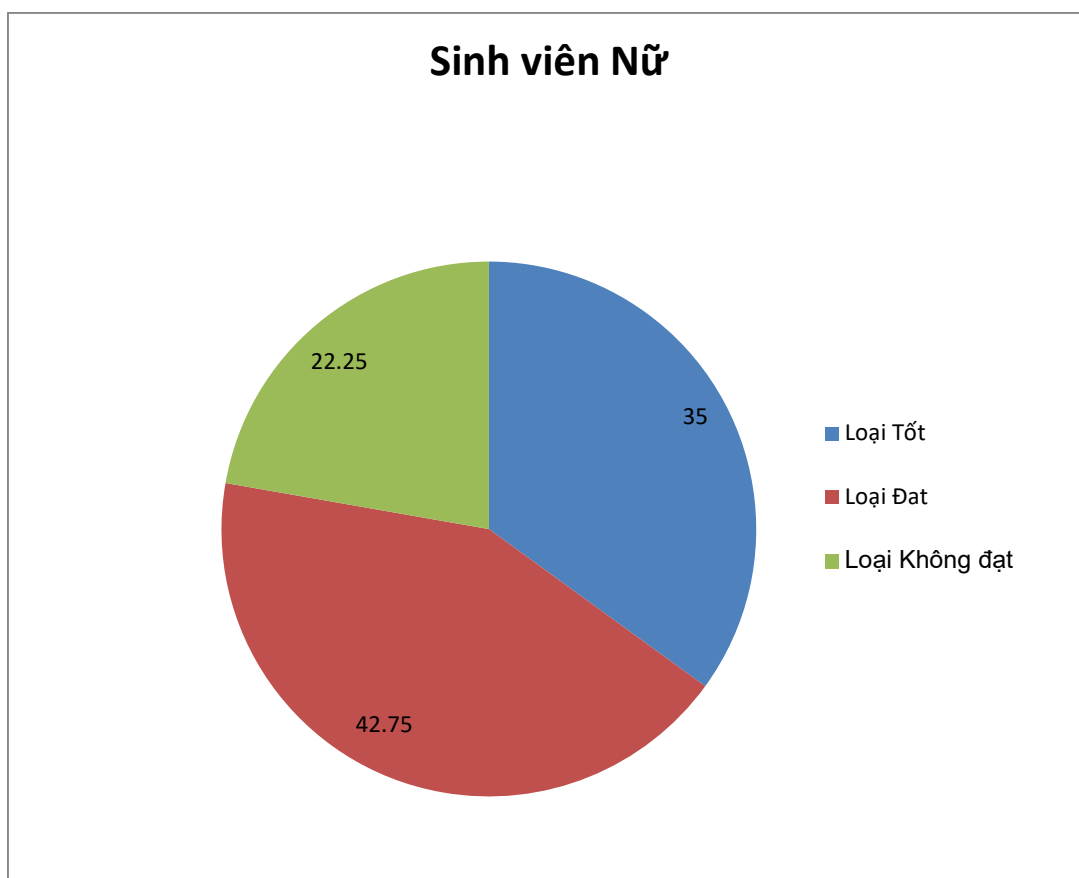
Bảng 3.29: So sánh giá trị trung bình các test với tiêu chuẩn đánh giá thể lực của sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm.

Giới tính	Các test	\bar{X}	Loại tốt		Loại đạt		Không đạt	
			m_i	%	m_i	%	m_i	%
Nam n = 85	Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	18,76	39	45,88	33	38,82	13	15,30
	Bật xa tại chỗ (cm)	229,15	51	60,00	20	23,53	14	16,47
	Chạy 30m XPC (s)	5,40	33	38,82	37	43,53	15	17,65
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12,58	36	42,35	22	25,88	27	31,77
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	949,30	33	38,82	31	36,47	21	24,71
	Tỷ lệ % của 5 test			45,17		33,65		21,18
Nữ n = 80	Nằm ngửa gập bụng 30s(lần)	16,36	30	37,50	38	47,50	12	15,00
	Bật xa tại chỗ (cm)	165,70	31	38,75	34	42,50	15	18,75
	Chạy 30m XPC (s)	6,42	26	32,50	38	47,50	16	20,00
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12,86	32	40,00	29	36,25	19	23,75
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	846,95	21	26,25	36	45,00	23	28,75
	Tỷ lệ % của 5 test			35,00		42,75		22,25

Qua bảng 3.29 chúng ta thấy sau thực nghiệm, nhóm thực nghiệm nam trung bình ở 5 test thể lực đều ở mức đạt theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ GD&ĐT. Tỷ lệ % loại tốt chiếm 45,17%, loại đạt chiếm 33,65%, loại không đạt còn 21,18%. Ở nhóm thực nghiệm nữ trung bình ở test chạy tùy sức 5 phút chưa đạt, các test còn lại đều đạt so với tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT. Tỷ lệ % loại tốt chiếm 35,00%, loại đạt chiếm 42,75%, loại không đạt còn 22,25%. Như vậy sau thực nghiệm thể lực của sinh viên trường Đại học Vinh ở nhóm thực nghiệm hầu hết đã đạt so với tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT đề ra. Với kết quả này chứng tỏ sinh viên thường xuyên tập luyện TDDT sẽ phần nào đảm bảo được thể lực tối thiểu của Bộ GD&ĐT đặt ra, làm góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC ở các trường đại học. Kết quả được thể hiện qua biểu đồ 3.11 và 3.12 dưới đây:



Biểu đồ 3.11. Tỷ lệ % xếp loại trình độ thể lực của sinh viên nam trường Đại học Vinh sau thực nghiệm



Biểu đồ 3.12. Tỷ lệ % xếp loại trình độ thể lực của sinh viên nữ trường Đại học Vinh sau thực nghiệm

3.3.2.2. Đánh giá về số lượng, chất lượng các câu lạc bộ thể thao được thành lập mới, số lượng sinh viên tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa và thành tích của các đội tuyển thể thao nhà trường.

Sau 10 tháng thực nghiệm với giải pháp xây dựng các CLB thể thao ngoại khóa có giáo viên hướng dẫn chúng tôi đã thu được kết quả rất khả quan về phong trào tập luyện TT ngoại khóa của sinh viên. Ngoài 08 CLB thể thao được tổ chức bài bản và có giáo viên hướng dẫn đó là: CLB Bóng chuyền, CLB Bóng chuyền hơi, CLB Bóng đá, CLB Taekwondo, CLB Aerobic, CLB Bóng rổ, CLB cầu lông và CLB Yoga- Zumba - Gym tại trung tâm thể thao HD của nhà trường. Thì các đội bóng đá FC của sinh viên nhà trường thi đấu mỗi tuần 2-3 buổi cũng tăng lên rất nhiều. Bao gồm FC theo các trường THPT của những sinh viên đang học ở các trường ĐH-CD tại thành phố Vinh và FC theo các lớp sinh viên tại trường Đại học Vinh...Số lượng sinh viên tham gia các hoạt động TT ngoại khóa, số CLB thể thao mới thành lập và các giải thể thao được nhà trường tổ chức cũng như các đội tuyển thể thao của trường tham gia các giải thể

thao cấp trên tổ chức được thể hiện ở bảng 3.30 dưới đây:

Bảng 3.30: Số lượng sinh viên trường Đại học Vinh tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa và thành tích các giải thể thao được tổ chức sau thực nghiệm.

T T	Nội dung		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm	
			m_i	%	m_i	%
1	Tổng số sinh viên được phỏng vấn		762		762	
2	Số sinh viên tham gia các hoạt động TT	Ngoại khóa	261	34,2	436	57,22
		Thi đấu TT cấp trường	11	1,44	72	9,45
		Đội tuyển trường	02	0,26	5	0,66
		Tổng số SV tham gia các HĐ TT	274	35,96	513	67,32
3	Số lượng CLB TT hoạt động thường xuyên		01		08	
4	Số lượng giải thể thao do trường tổ chức		02		05	
5	Số lượng đội tuyển trường tham gia các giải thể thao		02		05	
6	Thành tích của các đội tuyển thể thao trường		1 nhì, 1 ba		4 nhất, 1 nhì	

Qua kết quả ở bảng 3.30 trên cho chúng ta thấy với việc tổ chức các CLB thể thao ngoại khóa cho sinh viên luyện tập đã thúc đẩy phong trào tập luyện TT của sinh viên toàn trường.

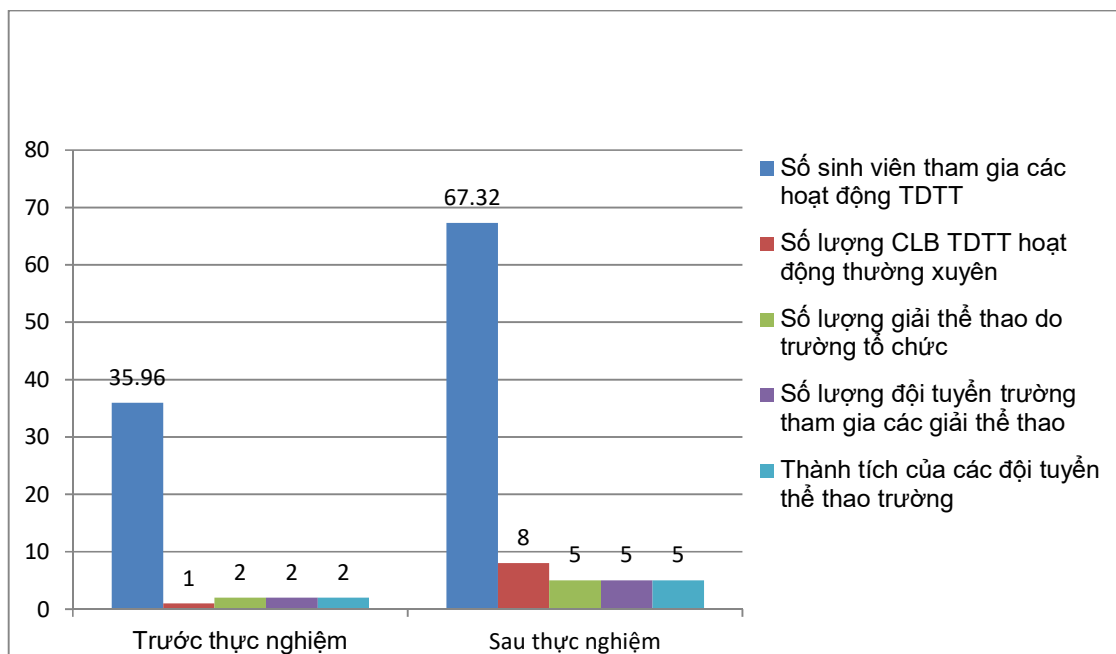
Sau thực nghiệm chúng tôi đã phát phiếu phỏng vấn sinh viên về việc tham gia tập luyện TT ngoại khóa trong tuần thường xuyên và đã thu được kết quả rất khả quan khi số lượng được tăng lên rất đáng kể. Trước thực nghiệm là 34,2% số sinh viên có tham gia tập luyện TT ngoại khóa từ 1 buổi trở lên trong tuần nay đã tăng lên 57,22% sau thực nghiệm.

Bên cạnh đó chúng tôi cùng với Đoàn trường phối hợp tổ chức các giải thể thao cho sinh viên nhà trường tham gia luyện tập và thi đấu. Trong thời gian từ tháng 10/2017 đến 06/2018 chúng tôi đã tổ chức được 05 giải thể thao cho sinh viên toàn trường của 12 khoa, viện bao gồm: Bóng đá, Bóng chuyền, Bóng bàn, Cầu lông, Việt dã (tăng 03 giải so với trước TN đó là Bóng bàn, Cầu lông, Việt dã). Với số lượng VĐV tham gia là 880 VĐV cụ thể: Toàn trường có 12 khoa - viện, mỗi đơn vị có 80 VĐV cả nam và nữ (bóng đá 24VĐV, bóng chuyền 20 VĐV, bóng bàn 08 VĐV, cầu lông 08 VĐV, việt dã 20 VĐV. Riêng khoa Xây dựng không có đội nữ và khoa Giáo

dục không có đội nam). Trong số sinh viên chúng tôi phỏng vấn sau thực nghiệm thì có 72 sinh viên được tham gia thi đấu các giải thể thao do nhà trường tổ chức chiếm 9,45% so với 1,44% trước thực nghiệm Có 05 sinh viên nằm trong các đội tuyển thể thao của trường tham gia các giải thể thao cấp trên tổ chức chiếm 0,66% so với 0,26% trước thực nghiệm.

Qua các CLB thể thao được tổ chức tập luyện cũng như các giải thể thao tổ chức cho sinh viên toàn trường chúng tôi đã lựa chọn được các VĐV ưu tú của các môn thể thao để thành lập đội tuyển tham gia các giải do Tỉnh đoàn tổ chức giải Việt dã, Hội sinh viên tỉnh tổ chức giải Bóng chuyền nam nữ và Truyền hình Nghệ An tổ chức giải Bóng đá nam cúp truyền hình (tăng 02 giải so với trước TN đó là giải Bóng đá và Việt dã).

Với sự thành công trong việc tổ chức các giải thể thao cho sinh viên giữa các khoa – viện trong trường thi đấu đã tạo tiền đề cho sự thành công của các đội tuyển thể thao nhà trường thi đấu các giải trong tỉnh tổ chức. Đội tuyển bóng chuyền nam và nữ đều dành giải nhất, đội tuyển việt dã nam và nữ dành giải nhất toàn tỉnh, đội tuyển bóng đá nam dành giải nhì. Số lượng sinh viên tham gia các hoạt động ngoại khóa và thành tích thể thao của trường Đại học Vinh trước và sau thực nghiệm được thể hiện cụ thể ở biểu đồ 3.13 dưới đây:



Biểu đồ 3.13. Số lượng sinh viên trường Đại học Vinh tham gia các hoạt động TT ngoại khóa và thành tích các giải thể thao được tổ chức trước và sau thực nghiệm.

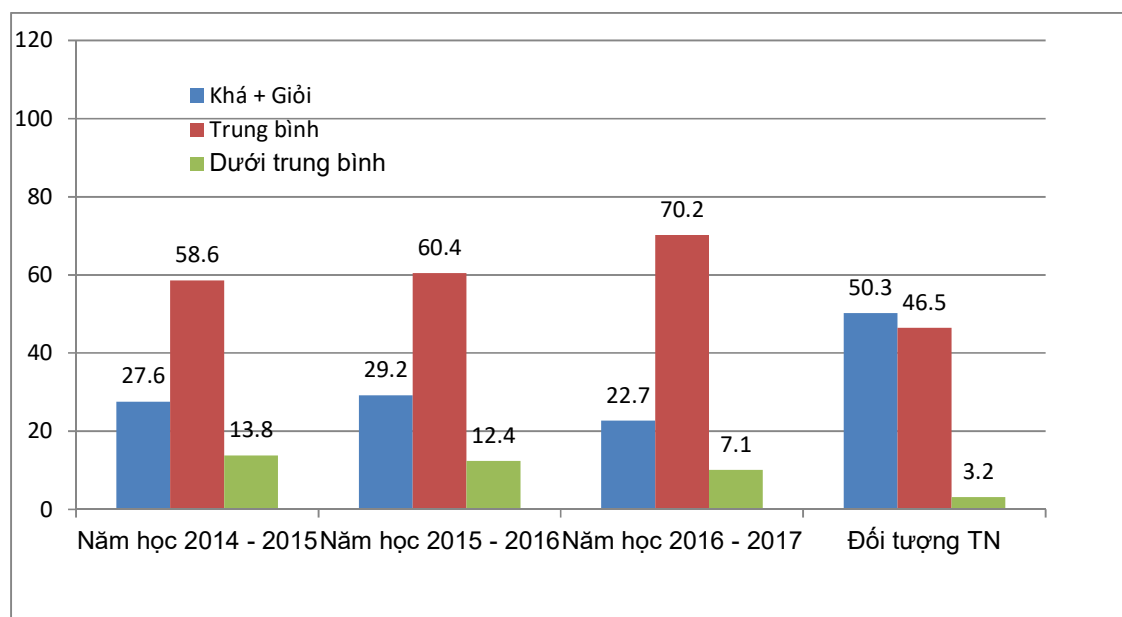
3.3.2.3. *Đánh giá về kết quả học tập của sinh viên thực nghiệm so với sinh viên các khóa trước khi đã học xong chương trình GDTC nội khóa.*

Do chương trình GDTC nội khóa của trường Đại học Vinh là học tập trung trong 1 học kỳ nên đối tượng thực nghiệm là sinh viên năm thứ nhất (khóa 58) khi chưa học môn GDTC nội khóa. Sau khi tiến hành thực nghiệm với việc tổ chức các CLB thể thao ngoại khóa xong mới học môn GDTC tập trung vào kỳ 1 năm học 2018-2019. Chính vì vậy chúng tôi đem so sánh kết quả học tập của sinh viên khóa 58 (được tổ chức tham gia các CLB thể thao ngoại khóa) với sinh viên các khóa trước đã học xong chương trình GDTC khi chưa tham gia các CLB thể thao để tập luyện ngoại khóa. Kết quả được thể hiện ở bảng 3.31 dưới đây:

Bảng 3.31. So sánh kết quả học tập thực hành giáo dục thể chất của sinh viên khóa 58 với các năm học trước ở trường Đại học Vinh sau thực nghiệm.

Năm học	Loại		
	Khá + giỏi (%)	Trung bình (%)	Dưới TB (%)
Năm học 2014-2015	27,6	58,6	13,8
Năm học 2015-2016	29,2	60,4	12,4
Năm học 2016-2017	22,7	70,2	7,1
Đối tượng TN (Khóa 58)	50,3	46,5	3,2

Từ bảng 3.31 cho chúng ta thấy kết quả học tập thực hành GDTC của sinh viên khóa 58 là đối tượng thực nghiệm được tăng lên rất cao so với sinh viên các khóa trước cụ thể: Sau thực nghiệm sinh viên đối tượng thực nghiệm có kết quả học tập thực hành môn GDTC đạt loại khá và giỏi là 50,3%(điểm A,B); loại trung bình 46,5%(điểm C); loại dưới trung bình 3,2%(điểm D,F). Như vậy số lượng sinh viên không đạt môn GDTC và phải học lại đã giảm rất nhiều chỉ còn 3,2%, bên cạnh đó loại khá và giỏi đã tăng lên rất cao với 50,3%. Điều này chứng tỏ dưới tác động của việc đẩy mạnh phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên sẽ giúp cho sinh viên nâng cao thể lực chung qua đó nâng cao kết quả học tập thực hành môn GDTC trong nhà trường. Kết quả học thực hành môn GDTC của sinh viên nhóm thực nghiệm trường Đại học Vinh so với sinh viên các năm học trước được thể hiện ở biểu đồ 3.14 dưới đây:



Biểu đồ 3.14: So sánh kết quả học thực hành giáo dục thể chất của nhóm thực nghiệm so với sinh viên các năm học trước.

3.3.2.4. Đánh giá hiệu quả việc kêu gọi nguồn kinh phí tài trợ cho các hoạt động thể dục thể thao của nhà trường từ các tổ chức xã hội, doanh nghiệp, các cá nhân.

Thực hiện chủ trương xã hội hoá về TDTT là quá trình huy động mọi tầng lớp xã hội cộng đồng có trách nhiệm phát triển TDTT giáo dục và vận động mọi tầng lớp nhân dân tích cực tự giác rèn luyện thân thể, xây dựng một xã hội hoạt động TDTT vì mục tiêu sức khoẻ, là quá trình đa dạng hoá về hình thức tổ chức và đổi mới về cơ chế quản lý hoạt động TDTT. Trong hệ thống giáo dục nước nhà nói chung và các trường đại học nói riêng việc xã hội hóa các hoạt động TDTT của nhà trường là rất cần thiết. Nhằm góp phần hỗ trợ phần nào gánh nặng chi phí các hoạt động TDTT của người học cho các cơ sở đào tạo. Đồng thời tăng thêm cơ sở vật chất, trang thiết bị cũng như kinh phí phục vụ tốt hơn cho các hoạt động TDTT của nhà trường. Để việc kêu gọi các nhà tài trợ cho hoạt động TDTT của sinh viên và cán bộ nhà trường luận án chúng tôi nhắm tới các tổ chức xã hội, doanh nghiệp, cá nhân có mối liên hệ mật thiết trong việc tương tác các dịch vụ của sinh viên, cán bộ và nhà trường như: Các ngân hàng, công ty xây dựng, thương mại, công ty du lịch, công ty máy tính, điện máy, công ty may mặc trang phục, các trung tâm và CLB thể thao trong và ngoài tỉnh... Hiệu quả của biện pháp kêu gọi sự chung tay từ các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp và cá nhân tài trợ kinh phí cho các hoạt động TDTT của trường Đại học Vinh trong hai năm học vừa qua được thể hiện ở bảng 3.32 dưới đây:

Bảng 3.32: Số lượng kinh phí các tổ chức xã hội, doanh nghiệp và cá nhân tài trợ cho các hoạt động thể dục thể thao trường Đại học Vinh.

T T	Đối tượng tài trợ	Năm học 2017 - 2018		Năm học 2018 - 2019	
		m_i	%	m_i	%
1	Các DN và TCXH ngoài trường	93.500.000	53,92	204.000.000	85,53
2	Các cá nhân ngoài trường	34.600.000	19,95	6.000.000	2,52
3	Các đơn vị trong trường	10.000.000	5,77	10.000.000	4,19
4	Các cá nhân trong trường	35.300.000	20,36	18.500.000	7,76
5	Tổng	173.400.000		238.500.000	

(Danh sách các DN, TCXH, cá nhân tài trợ được thể hiện cụ thể ở phụ lục...)

Qua bảng 3.32 chúng ta thấy hiệu quả của việc xã hội hóa trong việc góp phần nâng cao số lượng và chất lượng các giải thể thao của nhà trường là rất đáng khích lệ với nguồn kinh phí cụ thể:

Năm học 2017-2018 chúng tôi kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của nhà trường là 173.400.000đ trong đó:

Từ các doanh nghiệp, tổ chức xã hội ngoài trường: 93.500.000đ chiếm 53,92%

Từ các cá nhân ngoài trường: 34.600.000đ chiếm 19,95%

Từ các đơn vị trong trường: 10.000.000đ chiếm 5,77%

Từ các cá nhân trong trường: 35.300.000đ chiếm 20,36%

Năm học 2018-2019 chúng tôi kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của nhà trường là 238.500.000đ trong đó:

Từ các doanh nghiệp, tổ chức xã hội ngoài trường: 204.000.000đ chiếm 85,53%

Từ các cá nhân ngoài trường: 6000.000đ chiếm 2,52%

Từ các đơn vị trong trường: 10.000.000đ chiếm 4,19%

Từ các cá nhân trong trường: 18.500.000đ chiếm 7,76%

Như vậy bên cạnh các doanh nghiệp, các tổ chức xã hội, cá nhân ngoài trường thì các công đoàn cơ sở và cá nhân trong trường cũng chung tay với các hoạt động TDTT của nhà trường. Chúng ta thấy việc kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của sinh viên và cán bộ nhà trường bước đầu là rất hiệu quả và ý nghĩa thiết thực. Bên cạnh giúp cho Đoàn thanh niên và Công đoàn trường có thêm kinh phí tổ chức các giải thể thao được thành công và bài bản chuyên nghiệp hơn thì Ban tổ chức các giải thể thao đã trao những phần quà học bổng cho sinh viên có hoàn cảnh khó khăn vươn lên trong học tập từ nguồn kinh phí được tài trợ trên.

Bàn luận hiệu quả của các giải pháp đã lựa chọn sau thực nghiệm:

Cùng với các giải pháp thông tin tuyên truyền và 2 giải pháp chúng tôi thực nghiệm tại trường Đại học Vinh luận án đã tiến hành thực nghiệm trong 10 tháng và cho kết quả rất khả quan. Bước đầu chúng tôi đã thành lập và duy trì được 08 CLB thể thao tập luyện thường xuyên liên tục có giáo viên hướng dẫn đó là: CLB Bóng chuyền, CLB Bóng chuyền hơi, CLB Bóng đá, CLB Taekwondo, CLB Aerobic, CLB Bóng rổ, CLB cầu lông và CLB Yoga- Zumba – Gym. Qua các CLB TDTT ngoại khóa đã thành lập luận án đã kêu gọi được một lượng sinh viên tham gia nhiệt tình vào các hoạt động TDTT ngoại khóa. Làm tăng thêm thành tích phong trào TDTT của nhà trường đồng thời giúp cho sinh viên tránh xa được các tệ nạn xã hội, những thói hư tật xấu, những bệnh thường gặp trong giới trẻ khi lười vận động suốt ngày ôm máy tính, điện thoại hay nằm ì trên giường...

Sau thực nghiệm, luận án chúng tôi đã thu được kết quả cụ thể:

Số lượng sinh viên toàn trường tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa đã tăng lên rất nhiều 67,32% so với 35,96% trước thực nghiệm.

Số lượng giải thể thao do trường Đại học Vinh tổ chức đã tăng lên 05 giải/năm so với 02 giải/ năm như những năm trước.

Số lượng giải thể thao mà các đội tuyển của trường tham gia các giải thể thao do các cấp tổ chức đã tăng lên 05 giải/năm so với 02 giải/năm như những năm trước.

Kết quả đạt được cũng rất cao với 04 giải nhất và 01 giải nhì so với 01 giải nhì và 01 giải ba trước thực nghiệm.

Sau thực nghiệm thể lực chung của sinh viên nhóm thực nghiệm đã tốt hơn rất nhiều ở trung bình 5 test cụ thể: Đối với sinh viên nam thể lực loại tốt là 45,17% so với 8,65% trước thực nghiệm, loại đạt là 33,65% so với 50,82%, loại không đạt là 21,18% so với 40,53% trước thực nghiệm; Đối với sinh viên nữ thể lực loại tốt là 35,00% so với 6,43% trước thực nghiệm, loại đạt là 43,75% so với 41,57%, loại không đạt là 21,25% so với 52,0% trước thực nghiệm.

Sinh viên khóa 58(khóa thực nghiệm) sau khi tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa rồi mới học môn GDTC nội khóa thì kết quả học tập đã tốt hơn rất nhiều. Kết quả loại khá+giỏi chiếm 50,3%, loại trung bình 46,5%, loại dưới trung bình 3,2% so với năm học 2016-2017 đó là loại khá+giỏi chiếm 22,7%, loại trung bình 70,2%, loại dưới trung bình 10,1%.

Với giải pháp xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường chúng tôi đã phối hợp với Trung tâm dịch vụ - Hỗ trợ sinh viên và QHDN của trường để kêu gọi tài trợ cho các giải thi đấu thể thao của trường tổ chức cũng như các đội tuyển thể thao của trường tham gia các giải thể thao cấp tỉnh và khu vực. Năm học 2017-2018 chúng tôi đã kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của nhà trường là 173.400.000đ và năm học 2018-2019 chúng tôi đã kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của nhà trường là 218.500.000đ từ các cá nhân, tập thể doanh nghiệp và tổ chức xã hội cũng như các cá nhân và tập thể trong trường. Từ nguồn kinh phí đó đã giúp cho việc tổ chức các giải thể thao của trường cũng như đội tuyển tham gia các giải cấp trên được tốt hơn, đạt nhiều thành tích hơn. Bên cạnh đó thông qua việc trao giải thể thao của các đội và cá nhân đạt thành tích tốt trong thi đấu thể thao.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

KẾT LUẬN

Qua quá trình nghiên cứu luận án chúng tôi đi đến một số kết luận sau:

Kết luận thứ 1: Chương trình giảng dạy GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh chưa bám sát hướng dẫn của Bộ GD&ĐT, tổ chức giảng dạy quần chiếu trong 1-2 học kỳ là bất hợp lý. Tính giờ quy chuẩn cho giảng viên còn thấp, nội dung giảng dạy chưa đa dạng phong phú chưa hướng đến các môn thể thao tự chọn. Cơ sở vật chất còn thiếu về số lượng và kém về chất lượng đặc biệt là trường ĐH Y khoa Vinh. Các giải thể thao của sinh viên do các trường tổ chức còn ít và không ổn định. Thực trạng trình độ thể lực chung của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh được đánh giá còn yếu khi kiểm tra 5 test thì mới đạt ở test bật xa tại chỗ các test còn lại đều không đạt. Đối chiếu kết quả xếp loại thể lực của 5 test với Quyết định 53/2008/QĐ của Bộ GD&ĐT sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh thể lực loại không đạt còn chiếm tỷ lệ rất cao.

Thực trạng về tập luyện TDDT ngoại khóa của sinh viên các trường còn thấp mới mang tính tự phát chưa có sự tổ chức bài bản. Tỷ lệ trung bình số lượng sinh viên tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa tối thiểu 1 buổi/tuần mới đạt 33,39% là rất thấp so với tiêu chuẩn hướng tới của Chính phủ đề ra.

Kết luận thứ 2: Luận án đã lựa chọn được 06 nhóm giải pháp với 22 giải pháp thích hợp nhằm nâng cao công tác GDTC ở các trường đại học tại thành phố Vinh đó là:

Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về thông tin tuyên truyền có 2 giải pháp

Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDDT có 6 giải pháp

Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách có 3 giải pháp

Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa có 4 giải pháp

Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị có 3 giải pháp

Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDDT của nhà trường có 4 giải pháp.

Với 2 giải pháp đã lựa chọn để tiến hành thực nghiệm trong 10 tháng và đã thu

được kết quả rất khả quan. Bước đầu chúng tôi đã thành lập và duy trì được 08 CLB thể thao tập luyện thường xuyên liên tục có giáo viên hướng dẫn đó là: CLB Bóng chuyền, CLB Bóng chuyền hơi, CLB Bóng đá, CLB Taekwondo, CLB Aerobic, CLB Bóng rổ, CLB cầu lông và CLB Yoga- Zumba – Gym.

Kết luận thứ 3: Sau thực nghiệm, luận án chúng tôi đã thu được kết quả cụ thể:

Số lượng sinh viên toàn trường tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa đã tăng lên rất nhiều 67,32% so với 35,96% trước thực nghiệm.

Số lượng giải thể thao do trường Đại học Vinh tổ chức và tham gia các giải thể thao cấp trên tổ chức đã tăng lên 05 giải/năm so với 02 giải/ năm như những năm trước. Và kết quả đạt được cũng rất cao với 04 giải nhất và 01 giải nhì so với 01 giải nhì và 01 giải ba so với trước thực nghiệm.

Sau thực nghiệm thể lực chung của sinh viên nhóm thực nghiệm đã tốt hơn rất nhiều ở 5 test cụ thể: Sinh viên nam loại tốt là 45,17% so với 8,65% trước TN, loại không đạt còn 21,18% so với 40,53 trước TN; Sinh viên nữ loại tốt là 35% so với 6,43% trước TN, loại không đạt còn 22,25% so với 52% trước TN.

Kết quả học môn GDTC nội khóa của nhóm thực nghiệm đã tốt hơn rất nhiều so với các năm học trước cụ thể loại khá+giỏi chiếm 50,3%, loại trung bình 46,5%, loại dưới trung bình còn 3,2%.

Với giải pháp xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường trong hai năm học 2017-2018 và 2018-2019 chúng tôi đã kêu gọi tài trợ cho các hoạt động TDTT của nhà trường với tổng kinh phí 391.900.000đ từ các cá nhân, tập thể doanh nghiệp và tổ chức xã hội cũng như các cá nhân và tập thể trong trường.

Như vậy với việc áp dụng một số giải pháp trên luận án đã cho thấy hiệu quả đạt được là rất khả thi. Từ việc tổ chức các CLB thể thao ngoại khóa tạo sân chơi cho sinh viên, đến việc tăng cường thể lực và thành tích học tập môn GDTC cũng như tạo quỹ học bổng cho sinh viên nhà trường.

KIẾN NGHỊ

Từ những kết quả nghiên cứu trên luận án đưa ra một số kiến nghị sau:

Qua kết quả đạt được chúng tôi kiến nghị các trường đại học khác tại thành phố Vinh trước mắt nên áp dụng với 2 giải pháp trên cùng với giải pháp thông tin tuyên truyền nhằm góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC của nhà trường. Các

giải pháp còn lại tùy thuộc vào điều kiện và thời điểm để tiến hành thực hiện hợp lý.

Các trường đại học tại thành phố Vinh hàng năm nên đưa việc kiểm tra đánh giá thể lực chung của sinh viên theo bộ tiêu chuẩn của Bộ đề ra, qua đó thúc đẩy tinh thần tự giác tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên liên tục nhằm nâng cao sức khỏe của sinh viên.

Trường Đại học Vinh tổ chức giảng dạy quán chiểu trong 1 học kỳ hoặc 6 tuần thì luận án đề xuất thời gian đó chỉ nên tổ chức giới thiệu và hướng dẫn cho sinh viên các kỹ thuật cơ bản và phương pháp tập luyện. Không tổ chức thi đánh giá sau khi học xong, mà để cho sinh viên sau khi học xong tự luyện tập TDTT ngoại khóa và sẽ tổ chức thi đánh giá vào năm cuối trước khi cấp chứng chỉ GDTC để tốt nghiệp ra trường.

**DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH CỦA TÁC GIẢ
CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN**

1. Văn Đình Cường (2019), “Thực trạng và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh” *Tạp chí khoa học Đào tạo và huấn luyện thể thao trường ĐH TDTT Bắc Ninh số 04-2019, trang 49-51.*
2. Văn Đình Cường (2019), “Thực trạng thể lực chung của sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh” *Tạp chí khoa học Đào tạo và huấn luyện thể thao trường ĐH TDTT Bắc Ninh số 05-2019, trang 32-37.*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tiếng Việt:

1. Nguyễn Kỳ Anh, Vũ Đức Thu, *Định hướng chiến lược tăng cường giáo dục, bảo vệ, chăm sóc sức khỏe học sinh trong nhà trường phổ thông các cấp*, Nxb TĐTT Hà Nội.
2. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao* (Phạm Ngọc Trân dịch), Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa (1994), *Chỉ thị số 36-CT/TW ngày 24/3/1994 về công tác TĐTT trong giai đoạn mới*.
4. Ban Chấp hành Trung ương Đảng khóa XI (2013), *Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 của Hội nghị lần thứ 8 Ban chấp hành Trung ương Đảng khóa XI về đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và Đào tạo*.
5. Phạm Đình Bẩm (1998), *Quản lý TĐTT (Giáo trình dành cho sinh viên đại học TĐTT)*, Nxb TĐTT Hà Nội.
6. Phạm Đình Bẩm (2005), *Một số vấn đề cơ bản về quản lý TĐTT (Sách chuyên khảo dùng cho chuyên ngành quản lý TĐTT bậc sau đại học)*, Nxb TĐTT Hà Nội.
7. Bộ Giáo dục và Đào tạo (1995), *Quyết định số 3244/GD-ĐT ngày 12 tháng 9 năm 1995 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành tạm thời Bộ chương trình Giáo dục Đại học đại cương (giai đoạn I) dùng cho các trường Đại học và trường Cao đẳng Sư phạm*.
8. Bộ Giáo dục và Đào tạo (1997), *Quyết định số 1262/GD-ĐT ngày 12 tháng 4 năm 1997 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Chương trình Giáo dục thể chất giai đoạn II các trường đại học và cao đẳng (không chuyên thể dục thể thao)*.
9. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2001), *Quy chế giáo dục thể chất và Y tế thể thao, ban hành theo Quyết định số 14/2001 ngày 03 tháng 5 năm 2001*.
10. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2001), *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội.
11. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2003), *Quyết định số 32/2003/QĐ-BGD&ĐT ngày 11/7/2003 về việc Ban hành quy chế tổ chức và hoạt động của trường, lớp năng khiếu TĐTT trong giáo dục phổ thông*.

12. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2004), *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.
13. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2005), *Chỉ thị số 12/2005/CT-BGD&ĐT ngày 07/4/2005 về việc tăng cường công tác GDTC và hoạt động thể thao nhằm hưởng ứng “Năm quốc tế về Thể thao và GDTC-2005 ” của Liên hiệp quốc.*
14. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2006), *Chương trình giáo dục phổ thông- Môn thể dục*, NXB Giáo dục Việt Nam.
15. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 về ban hành Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên.*
16. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên, ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008.*
17. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2012), *Báo cáo tổng kết công tác giáo dục thể chất và phong trào Hội khỏe phù đổng trong trường phổ thông giai đoạn 2008-2012*, Cần Thơ, tháng 8/2012.
18. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/BGD&ĐT, V/v: Quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học.*
19. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2017), *Quyết định số 1611/QĐ-BGD&ĐT ngày 10/5/2017 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”*
20. Chủ tịch Hội đồng nhà nước (1992), *Hiến pháp nước cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.
21. Chủ tịch nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam (2005), *Luật giáo dục*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội.
22. Văn Đình Cường (2014), *Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên hệ không chuyên trường Đại học Vinh*, đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TDTT Bắc Ninh.
23. Đặng Văn Chung (1979), *Sức khỏe và bảo vệ sức khỏe*, Nxb Y học, Hà Nội.

24. Lương Kim Chung (1998), “Suy nghĩ về sự phát triển thể chất đối với nguồn lao động tương lai”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
25. Đại học Vinh (2015), *Chiến lược phát triển Đại học Vinh, giai đoạn 2015-2020*.
26. Đảng cộng sản Việt Nam (1996), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ VIII*, NXB Sự thật, Hà Nội.
27. Đảng cộng sản Việt Nam (2001), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ IX*, NXB Sự thật, Hà Nội.
28. Đảng Cộng sản Việt Nam (2002), “*Kết luận của Hội nghị lần thứ sáu Ban chấp hành TW khóa IX về việc tiếp tục thực hiện Nghị quyết TW hai khóa VIII, phương hướng phát triển GD&ĐT, khoa học công nghệ từ nay đến năm 2010*”, Tạp chí Cộng sản, Hà Nội.
29. Đảng Cộng sản Việt Nam (2004), *Chỉ thị của Ban Bí thư số 40/CT-TW ngày 15/6/2004 về việc xây dựng, nâng cao chất lượng đội ngũ nhà giáo và cán bộ quản lý giáo dục*.
30. Đảng cộng sản Việt Nam(2006), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ X*, NXB Sự thật, Hà Nội.
31. Phạm Minh Hạc (2001), *Về phát triển toàn diện con người thời kỳ công nghiệp hóa, hiện đại hóa*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội.
32. Lê Trường Sơn Chân Hải (2012), *Đổi mới chương trình GDTC cho SV các trường đại học sư phạm vùng trung bắc theo hướng bồi dưỡng nghiệp vụ tổ chức hoạt động TDTT trường học*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
33. Hoàng Hà (2016), *Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác Giáo dục thể chất các trường thành viên Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
34. Lưu Quang Hiệp (2000), *Y học thể dục thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
35. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr. 27.
36. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà

Nội.

37. Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp TĐTT trong nhà trường*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr. 3.
38. Bùi Văn Kiên (2010), *Nghiên cứu ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên không chuyên thể thao trường Đại học Quy Nhơn*, đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TĐTT Bắc Ninh.
39. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của học sinh, SV trước thềm thế kỷ 21*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
40. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình TĐTT trường học*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
41. Luật Giáo dục (2005), Nxb Giáo dục Hà Nội.
42. *Mác - Ăng-Ghen toàn tập, tuyển tập 23*, (1995), Nxb chính trị quốc gia sự thật, Hà Nội.
43. Đặng Đình Minh (2014), *Giáo trình đường lối TĐTT của Đảng cộng sản Việt Nam*, Nxb TĐTT Hà Nội.
44. Hoàng Công Minh (2016), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên trường Đại học SPKT Vinh*, đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TĐTT Bắc Ninh.
45. Nguyễn Thị Thanh Nhàn (2011), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp*, đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TĐTT Bắc Ninh.
46. Nguyễn Cẩm Ninh, Phạm Đình Bẩm và cộng sự (2015), *Giáo trình quản lý TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội.
47. Nghị quyết Đại hội Đảng lần thứ IX (2001), Nxb Chính trị Quốc gia Hà Nội.
48. Nghị quyết số 08-NQ-TW, 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.
49. Nghị quyết số 29-NQ-TW ngày 04/11/2013, Hội nghị Trung ương 8 khóa XI về đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và đào tạo.
50. Nghị quyết số 44/NQ-CP về việc ban hành chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 29-NQ-TW ngày 04/11/2013.
51. Hà Thế Ngữ, Đặng Vũ Hoạt (1988), *Giáo dục học*, Nxb Giáo dục, TP.HCM,

trang 156 – 157.

52. Novicóp. A.D, Mátveep L.P (1990), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*
(Phạm Trọng Thanh, Lê Văn Lãm dịch), tập 1, Nxb TĐTT, Hà Nội.
53. P.Ph. Lexgaphoto (1991), *Tuyển tập tác phẩm sư phạm, tập I*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
54. Nguyễn Tiên Phong (2010), *Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên, Trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh - Đại học Thái Nguyên* đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TĐTT Bắc Ninh.
55. Quy chế nội bộ các trường đại học tại thành phố Vinh, tỉnh Nghệ An.
56. Lê Thanh (2004), *Giáo trình phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội.
57. 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 TĐTT.*
58. Thủ tướng chính phủ(2005), ban hành *Nghị quyết 14/2005/NQ-CP về đổi mới cơ bản và toàn diện giáo dục đại học Việt Nam giai đoạn 2006-2020.*
59. Thủ tướng Chính phủ (2010), *Chiến lược phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, ban hành theo Quyết định số 2198 QĐ-TTg ngày 03 tháng 12 năm 2010.*
60. Thủ tướng Chính phủ (2012), *Quyết định số 51/QĐ-TTg ngày 16/11/2012 về quy định chế độ bồi dưỡng và chế độ trang phục đối với viên giảng viên TĐTT.*
61. Thủ tướng chính phủ (2012), *Quyết định số 711/QĐ- TTg ngày 13/06/2012 của Thủ tướng chính phủ phê duyệt chiến lược phát triển giáo dục 2011-2020.*
62. Thủ tướng chính phủ (2013), *Quyết định số 2160/QĐ- TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng chính phủ phê duyệt “Quy hoạch phát triển Thể dục thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030”.*
63. Thủ tướng Chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP, Quy định về giáo dục thể chất và hoạt động Thể thao trong nhà trường.*
64. Nguyễn Hoàng Thụ (2009), *Nghiên cứu các giải pháp xã hội hoá để phát triển bóng đá đối với trẻ em 3- 10 tuổi của Nghệ An* luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TĐTT, Hà Nội.
65. Nguyễn Đức Tiến (2013), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể*

chất cho sinh viên trường Đại học Thương Mại, đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TDTT Bắc Ninh.

66. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
67. Đỗ Văn Tùng (2015), “*Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên trường Đại học Nông Lâm – Đại học Huế*” đề tài luận văn Thạc sỹ Đại học TDTT Bắc Ninh.
68. Hoàng Trọng, Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008), *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS*, Nxb Hồng Đức.
69. Trương Anh Tuấn (2011), “*Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác TDTT trường học*”, Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế kỷ niệm 35 năm thành lập trường ĐHSPTDTT Thành phố Hồ Chí Minh.
70. Từ điển Bách khoa Việt Nam (2002), *Từ điển Bách khoa*, Tập 2, Nxb Từ điển Bách khoa.
71. Ủy ban Thể dục thể thao (1999), *Xây dựng và phát triển nền Thể dục thể thao Việt Nam dân tộc, khoa học và nhân dân*, NxbTDTT, Hà Nội.
72. Ủy ban Thể dục thể thao (2006), *Luật Thể dục thể thao và các văn bản thi hành luật*, NxbTDTT, Hà Nội.
73. Vũ Đức Văn (2008), *Nghiên cứu một số giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho học sinh trung học cơ sở của thành phố Hải Phòng*, luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
74. *Văn kiện Đại hội Đảng khóa VII (1991)*, Nxb Chính trị Quốc gia Hà Nội.
75. Viện ngôn ngữ học (2010), *Từ điển tiếng Việt*, Nxb Từ điển bách khoa.

Tiếng Anh:

76. Benjamin S.D (1996), *Evaluation to improve learning*, Mogaw-Hill book, New York, tr. 187-189.

Tiếng Trung:

77. 刘卫国教授、2017、如何开展学校体育校本教研、体育方法论出版社 (GS Lưu Vệ Quốc 2017, Nâng cao chất lượng và phát triển giáo dục thể chất trường học, NXB Phương pháp luận TDTT).
78. 陈艺仁、2018、体育与健康提质方案、全国运动生物力学学术交流大会

(Trần Nghĩa Nhân 2018, Phương án nâng cao chất lượng giáo dục thể chất và sức khỏe sinh viên – Báo cáo Hội nghị sinh lý vận động học toàn quốc)

Websites

79. Phạm Hồng Chương (2014), *Chủ tịch Hồ Chí Minh bàn về vị trí, vai trò của TDTT*, [Http://www.upes1.edu.vn](http://www.upes1.edu.vn)
80. 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)
81. Châu Giang (2012), *Giáo dục thể chất - yếu tố không thể thiếu trong đào tạo phát triển toàn diện của sinh viên trong nhà trường*. [Http://www.vnq.edu.vn](http://www.vnq.edu.vn).
82. 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).
83. Lê Quý Phương (2012), *Quản lý Nhà nước về Thể dục thể thao*.
[Https://www.google.com.vn](https://www.google.com.vn).

PHỤ LỤC 1

TRƯỜNG ĐH TDTT BẮC NINH CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM

Độc lập – Tự do – Hạnh phúc

Vinh, ngày 16 tháng 9 năm 2017.

PHIẾU PHỎNG VẤN

(Dành cho GV và các nhà quản lý TDTT ở các trường ĐH tại tp Vinh)

Kính gửi: Thầy(Cô)

- Họ và tên: Thâm niên công tác:.....
- Trình độ học vấn:Học hàm/học vị:.....
- Đơn vị công tác:

Để giúp chúng tôi hoàn thành tốt đề tài: **“Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh”**, với tinh thần đóng góp và xây dựng kính mong thầy (cô) vui lòng trả lời một số câu hỏi sau (Lựa chọn phương án nào thì đánh dấu x vào ô tương ứng).

1. Theo thầy (cô) sự ảnh hưởng của các yếu tố dưới đây tác động đến hiệu quả công tác GDTC tại các trường ĐH ở mức độ nào?

TT	Yếu tố	Nhiều	Trung bình	Ít
1	Nhận thức về vị trí vai trò của GDTC trong cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên.			
2	Nội dung chương trình, phương pháp giảng dạy và quỹ thời gian dành cho môn học GDTC			
3	Chất lượng và số lượng giảng viên giảng dạy môn GDTC			
4	Cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC và các hoạt động thể thao			
5	Kinh phí dành cho tập luyện và thi đấu thể thao			
6	Chế độ chính sách dành cho giảng viên và những người làm công tác TDTT			
7	Hệ thống quản lý công tác GDTC và hoạt động TDTT			
8	Cần phải tổ chức các hoạt động thể thao ngoại khóa			

9	Sự quan tâm của các cấp lãnh đạo trong nhà trường cũng như nhận thức của người học về công tác GDTC.			
10	Sự phát triển kinh tế và phong trào thể thao ở các địa phương			
11	Thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn GDTC của sinh viên			

2. Theo thầy (cô) những nguyên nhân nào làm hạn chế đến chất lượng GDTC của sinh viên tại các trường ĐH.

TT	Nguyên nhân	Phương án trả lời
1	Nhận thức về vai trò TDDT của sinh viên còn hạn chế	
2	Nội dung chương trình, phương pháp giảng dạy chưa thích hợp	
3	Chất lượng và số lượng giảng viên chưa đáp ứng yêu cầu giảng dạy	
4	Thiếu cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện không đảm bảo	
5	Các hoạt động ngoại khóa chưa được phát triển	
6	Giảng viên không được bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ thường xuyên	
7	Thiếu sự quan tâm sát sao của nhà trường	
8	Kinh phí dành cho các hoạt động TDDT	

3. Theo thầy (cô) sự ảnh hưởng của các chỉ số hình thái và chức năng cơ thể tác động đến hiệu quả công tác GDTC tại các trường ĐH ở mức độ nào?

TT	Chỉ số	Nhiều	Trung bình	Ít
1	Chiều cao cơ thể			
2	Cân nặng			
3	Chỉ số BMI ($BMI = CN_{(kg)} / CC \times CC_{(m)}$)			
4	Dung tích sống tương đối			
5	Chỉ số công năng tim			

4. Theo thầy (cô) sự quan tâm của lãnh đạo nhà trường tới các hoạt động TDDT ở mức độ nào?

Rất quan tâm Quan tâm Bình thường Không quan tâm

5. Theo thầy (cô) nội dung chương trình giảng dạy GDTC cho sinh viên hiện tại là:

Phù hợp

Chưa phù hợp

6. Thầy (cô) cho biết chất lượng giờ học GDTC của nhà trường hiện nay được đánh giá ở mức độ nào?

Tốt

Trung bình

Yếu

7. Theo thầy (cô) cơ sở vật chất sân bãi dụng cụ của nhà trường phục vụ cho các hoạt động TDTT hiện tại là:

Đủ

Thiếu

Quá thiếu

8. Theo thầy (cô) những nguyên nhân nào dưới đây gây ảnh hưởng đến giờ học GDTC của nhà trường chưa được tốt?

- Do điều kiện cơ sở vật chất thiếu về số lượng và kém về chất lượng
- Do đội ngũ giáo viên chưa đáp ứng được yêu cầu giảng dạy
- Do các hoạt động ngoại khóa chưa phát triển
- Do giáo viên không được bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ thường xuyên
- Do nhận thức về vai trò của TDTT còn hạn chế trong sinh viên.
- Do chưa có sự liên kết, phối hợp với các cơ quan chức năng, tổ chức xã hội và giữa các trường ĐH với nhau ở TP Vinh .

9. Theo thầy (cô) thì những giải pháp nào sau đây đã và đang được sử dụng để nâng cao công tác GDTC ở trường thầy (cô) đang công tác.

T T	Các giải pháp	Mức độ					
		Thường xuyên và hiệu quả		Có nhưng không thường xuyên và chưa hiệu quả		Không sử dụng	
1	Giải pháp về thông tin tuyên truyền						
2	Giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TDTT						
3	Giải pháp về cơ chế chính sách						
4	Giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa						
5	Giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị						
6	Giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường						
7	Giải pháp khác...						

10. Theo thầy (cô) với thực trạng hiện nay, nên lựa chọn các giải pháp nào dưới đây để nâng cao chất lượng GDTC trong các trường ĐH và ở mức độ nào?

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
7.	Giải pháp về thông tin tuyên truyền					
8.	Giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT					
9.	Giải pháp về cơ chế chính sách					
10.	Giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa					
11.	Giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị					
12.	Giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TĐTT của nhà trường					

11. Theo thầy (cô) với thực trạng hiện nay, nên lựa chọn các biện pháp nào trong các giải pháp nêu trên để nâng cao chất lượng GDTC trong trường ĐH và ở mức độ nào?

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
I.	<i>Giải pháp về thông tin tuyên truyền</i>					
	<i>Biện pháp 1:</i> Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, lợi ích, tầm quan trọng của việc tập luyện TĐTT					
	<i>Biện pháp 2:</i> Tổ chức cuộc thi tìm hiểu về TĐTT, cuộc thi triển lãm ảnh về những hình ảnh của Bác Hồ tập luyện TĐTT...					
II.	<i>Giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, giảng viên TĐTT</i>					
	<i>Biện pháp 1:</i> Sắp xếp, kiện toàn bộ máy quản lý của các khoa(hoặc bộ môn) TĐTT ở các trường đại học tại					

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
	thành phố Vinh hợp lý hơn.					
	<i>Biện pháp 2:</i> Có kế hoạch quy hoạch và tuyển dụng phát triển cán bộ quản lý và giảng viên TDDT đảm bảo về số lượng và chất lượng.					
	<i>Biện pháp 3:</i> Xây dựng kế hoạch thúc đẩy cán bộ quản lý và giảng viên đi học tập bồi dưỡng nâng cao trình độ					
	<i>Biện pháp 4:</i> Hàng năm cử cán bộ đi tham gia tập huấn và dự Hội thảo khoa học chuyên ngành ở các lớp do Bộ, ngành và các trường có uy tín tổ chức.					
	<i>Biện pháp 5:</i> Giảng viên thường xuyên cập nhật những thông tin về luật, kỹ, chiến thuật, kỷ lục mới nhất về TDDT để giới thiệu qua bài giảng phù hợp cho từng đối tượng.					
	<i>Biện pháp 6:</i> Thực hiện mỗi cán bộ, giảng viên là một tấm gương sáng cho sinh viên noi theo.					
III.	<i>Giải pháp về cơ chế chính sách</i>					
	<i>Biện pháp 1:</i> Phổ biến cụ thể rộng rãi về các Nghị quyết, chính sách của Đảng và Nhà nước; các Thông tư, Quyết định của Chính phủ và Bộ GD&ĐT...					
	<i>Biện pháp 2:</i> Thẻ chế cụ thể các văn					

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
	bản và hướng dẫn của Đảng, Nhà nước, Bộ ngành về quy định chặt chẽ chi tiết chức năng nhiệm vụ của công tác GDTC và các hoạt động TDTT trong các trường đại học tại thành phố Vinh.					
	<i>Biện pháp 3:</i> Tham mưu cho lãnh đạo nhà trường xây dựng và ban hành các văn bản về chế độ chính sách cho cán bộ, giảng viên					
IV.	<i>Giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa</i>					
	<i>Biện pháp 1:</i> Các trường đại học tại thành phố Vinh cần thống nhất xây dựng và ban hành chương trình GDTC nội khóa theo đúng quy định mới nhất của Bộ GD&ĐT phù hợp với điều kiện thực tiễn					
	<i>Biện pháp 2:</i> Cần xây dựng nội dung chương trình GDTC nội khóa theo hướng môn học tự chọn đa dạng phong phú giúp sinh viên phát huy sở trường tăng cường sự hứng thú học tập cho sinh viên					
	<i>Biện pháp 3:</i> Cải tiến nội dung và hình thức tổ chức TDTT ngoại khóa theo hướng đa dạng phong phú các môn thể thao, ưu tiên các môn thể thao quần chúng, thành lập các câu lạc bộ thể thao có giáo viên hướng					

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
	dẫn.					
	<i>Biện pháp 4:</i> Tổ chức Hội thao cho sinh viên toàn trường, đồng thời tổ chức giao lưu thi đấu các giải thể thao giữa các khoa trong trường và giữa các trường với nhau, thành lập các đội tuyển thể thao của nhà trường.					
V.	<i>Giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị</i>					
	<i>Biện pháp 1:</i> Khai thác tối đa và thường xuyên vệ sinh, bảo trì, bảo dưỡng những dụng cụ cơ sở vật chất hiện có nhằm đảm bảo an toàn phục vụ cho công tác học tập và giảng dạy nội khóa, ngoại khóa cho sinh viên.					
	<i>Biện pháp 2:</i> Đầu tư sửa chữa nâng cấp, xây dựng mới sân bãi nhằm phục vụ đa dạng hóa các môn thể thao tự chọn đáp ứng nhu cầu tập luyện cho sinh viên.					
	<i>Biện pháp 3:</i> Xây dựng mục tiêu phấn đấu các trường đại học tại thành phố Vinh đảm bảo diện tích dành cho hoạt động TDTT của sinh viên theo Quyết định 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 của Thủ tướng Chính phủ					
VI.	<i>Giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDTT của nhà trường</i>					

TT	Giải pháp	Mức độ				
		Rất đồng ý	Đồng ý	Bình thường	Không đồng ý	Rất không đồng ý
	<i>Biện pháp 1:</i> Tổ chức giao lưu thi đấu thể thao giữa sinh viên, cán bộ với các cơ quan Đảng, chính quyền, ngành, các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp...					
	<i>Biện pháp 2:</i> Kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp, các cá nhân đồng hành với các hoạt động TĐTT của sinh viên					
	<i>Biện pháp 3:</i> Kêu gọi các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp, các cá nhân hợp tác đầu tư xây dựng sân bãi, các công trình thể thao với mục tiêu hai bên cùng có lợi.					
	<i>Biện pháp 4:</i> Kết nối hợp tác đào tạo nguồn nhân lực cho các cơ quan Đảng, chính quyền, ngành, các tổ chức xã hội, các doanh nghiệp nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên trong quá trình học tập trao đổi kinh nghiệm, thực tập, thực tế và công tác sau khi ra trường.					

Xin trân trọng cảm ơn thầy (cô)!

Người được phỏng vấn

Người phỏng vấn

Văn Đình Cường

7. Theo các em nội dung giảng dạy môn GDTC hiện nay tại trường đã phù hợp với sở thích của các em hay chưa?

Phù hợp Chưa phù hợp

8. Theo các em sân bãi cơ sở vật chất phục vụ học tập môn GDTC hiện nay tại trường đã đủ và đảm bảo chất lượng hay chưa?

Đầy đủ và tốt Còn thiếu và chất lượng vừa phải Còn thiếu và chất lượng kém

9. Ở trường ĐH các em đã được tham gia thi đấu và giao lưu các giải thể thao trong và ngoài trường hay chưa?

Chưa bao giờ Có nhưng còn ít Đã được tham gia nhiều

10. Các em đánh giá thế nào về công tác lên lớp giờ học GDTC chính khóa của giáo viên ở trường em. (chọn 1 trong hai phương án Đạt và Không đạt)

TT	Nội dung phỏng vấn	Phương án lựa chọn	
		Đạt	Không đạt
I.	<i>Công tác chuẩn bị cho giờ học của giảng viên</i>		
1	Lên xuống lớp đúng giờ, tác phong nhanh nhẹn chuyên nghiệp.		
2	Trang phục đúng quy định với một GV giảng dạy TD.		
3	Kiến thức chuyên môn tốt, làm chủ được mọi tình huống trong giờ giảng.		
4	Làm mẫu kỹ thuật các động tác TD chuẩn		
II	<i>Tinh thần trách nhiệm và sự nhiệt tình của GV trong giờ dạy</i>		
1	Cao		
2	Bình thường		
3	Thiếu trách nhiệm		
III	<i>Ý kiến về giờ học TDTT chính khóa</i>		
1	Sinh động		
2	Bình thường		
3	Thiếu sinh động		

11. Các em đánh giá thế nào về thực trạng công tác GDTC ở trường các em?

TT	Thực trạng công tác GDTC	Mức độ				
		Rất tốt	Tốt	TB	Yếu	Kém
I.	<i>GDTC chính khóa</i>					
1	Thời lượng học tập (tổng số tiết)					
2	Phân phối chương trình (số tiết/kỳ)					
3	Mật độ vận động trong giờ học					
4	Nội dung đa dạng phong phú					
5	Hiệu quả về kỹ thuật và thể lực					
II.	<i>GDTC ngoại khóa</i>					
1	Nội dung chương trình					
2	Hình thức tổ chức các hoạt động					
3	Phong trào TDTT của nhà trường					
4	Thành tích thể thao của nhà trường					
III.	<i>Đội ngũ giảng viên</i>					
1	Phương pháp giảng dạy của giảng viên					
2	Trình độ của giảng viên					
3	Nghịệp vụ sư phạm của giảng viên					
4	Tinh thần và trách nhiệm của giảng viên					
IV.	<i>Dụng cụ cơ sở vật chất trang thiết bị</i>					
1	Số lượng sân bãi, dụng cụ					
2	Chất lượng sân bãi, dụng cụ					
3	Vệ sinh và an toàn của sân bãi					

Người được phỏng vấn

Người phỏng vấn

Th.Sỹ Văn Đình Cường

PHỤ LỤC 3

TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC HỌC SINH, SINH VIÊN (Theo quyết định số 53/2008/QĐ – BGD&ĐT)

Điều 6. Tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với Nam từ 6 tuổi đến 20 tuổi

Tuổi	Phân loại	Lực bóp tay thuận (kg)	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
6	Tốt	> 11,4	> 9	> 110	< 6,50	< 13,30	> 750
	Đạt	≥ 9,2	≥ 4	≥ 100	≤ 7,50	≤ 14,30	≥ 650
7	Tốt	> 13,3	> 10	> 134	< 6,30	< 13,20	> 770
	Đạt	≥ 10,9	≥ 5	≥ 116	≤ 7,30	≤ 14,20	≥ 670
8	Tốt	> 15,1	> 11	> 142	< 6,00	< 13,10	> 800
	Đạt	≥ 12,4	≥ 6	≥ 127	≤ 7,00	≤ 14,10	≥ 700
9	Tốt	> 17,0	> 12	> 153	< 5,70	< 13,00	> 850
	Đạt	≥ 14,2	≥ 7	≥ 137	≤ 6,70	≤ 14,00	≥ 750
10	Tốt	> 18,8	> 13	> 163	< 5,60	< 12,90	> 900
	Đạt	≥ 15,9	≥ 8	≥ 148	≤ 6,60	≤ 13,90	≥ 790
11	Tốt	> 21,2	> 14	> 170	< 5,50	< 12,70	> 940
	Đạt	≥ 17,4	≥ 9	≥ 152	≤ 6,50	≤ 13,20	≥ 820
12	Tốt	> 24,8	> 15	> 181	< 5,40	< 12,50	> 950
	Đạt	≥ 19,9	≥ 10	≥ 163	≤ 6,40	≤ 13,10	≥ 850
13	Tốt	> 30,0	> 16	> 194	< 5,30	< 12,30	> 960
	Đạt	≥ 23,6	≥ 11	≥ 172	≤ 6,30	≤ 13,00	≥ 870
14	Tốt	> 34,9	> 17	> 204	< 5,20	< 12,10	> 980
	Đạt	≥ 28,2	≥ 12	≥ 183	≤ 6,20	≤ 12,90	≥ 880
15	Tốt	> 40,9	> 18	> 210	< 5,10	< 12,00	> 1020
	Đạt	≥ 34,0	≥ 13	≥ 191	≤ 6,20	≤ 12,80	≥ 910
16	Tốt	> 43,2	> 19	> 215	< 5,00	< 11,90	> 1030
	Đạt	≥ 36,9	≥ 14	≥ 195	≤ 6,00	≤ 12,70	≥ 920
17	Tốt	> 46,2	> 20	> 218	< 4,90	< 11,85	> 1040
	Đạt	≥ 39,6	≥ 15	≥ 198	≤ 5,90	≤ 12,60	≥ 930
18	Tốt	> 47,2	> 21	> 222	< 4,80	< 11,80	> 1050
	Đạt	≥ 40,7	≥ 16	≥ 205	≤ 5,80	≤ 12,50	≥ 940
19	Tốt	> 47,5	> 22	> 225	< 4,70	< 11,75	> 1060
	Đạt	≥ 41,4	≥ 17	≥ 207	≤ 5,70	≤ 12,40	≥ 950
20	Tốt	> 48,7	> 23	> 227	< 4,60	< 11,70	> 1070
	Đạt	≥ 42,0	≥ 18	≥ 209	≤ 5,60	≤ 12,30	≥ 960

Điều 7. Tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với Nữ từ 6 tuổi đến 20 tuổi

Tuổi	Điểm	Lực bóp tay thuận (kg)	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
6	Tốt	> 10,4	> 6	> 100	< 7,50	< 13,50	> 700
	Đạt	≥ 8,3	≥ 3	≥ 95	≤ 8,50	≤ 14,50	≥ 600
7	Tốt	> 12,2	> 7	> 124	< 7,30	< 13,40	> 760
	Đạt	≥ 9,9	≥ 4	≥ 108	≤ 8,30	≤ 14,40	≥ 640
8	Tốt	> 13,8	> 8	> 133	< 7,00	< 13,30	> 770
	Đạt	≥ 11,3	≥ 5	≥ 118	≤ 8,00	≤ 14,30	≥ 670
9	Tốt	> 15,5	> 9	> 142	< 6,70	< 13,20	> 800
	Đạt	≥ 12,8	≥ 6	≥ 127	≤ 7,70	≤ 14,20	≥ 690
10	Tốt	> 17,6	> 10	> 152	< 6,60	< 13,10	> 810
	Đạt	≥ 14,7	≥ 7	≥ 136	≤ 7,60	≤ 14,10	≥ 700
11	Tốt	> 20,6	> 11	> 155	< 6,50	< 13,00	> 820
	Đạt	≥ 16,9	≥ 8	≥ 140	≤ 7,50	≤ 14,00	≥ 710
12	Tốt	> 23,2	> 12	> 161	< 6,40	< 12,80	> 830
	Đạt	≥ 19,3	≥ 9	≥ 144	≤ 7,40	≤ 13,80	≥ 730
13	Tốt	> 25,8	> 13	> 162	< 6,30	< 12,70	> 840
	Đạt	≥ 21,2	≥ 10	≥ 145	≤ 7,30	≤ 13,70	≥ 750
14	Tốt	> 28,1	> 14	> 163	< 6,20	< 12,60	> 850
	Đạt	≥ 23,5	≥ 11	≥ 146	≤ 7,20	≤ 13,60	≥ 770
15	Tốt	> 28,5	> 15	> 164	< 6,10	< 12,40	> 860
	Đạt	≥ 24,5	≥ 12	≥ 147	≤ 7,10	≤ 13,40	≥ 790
16	Tốt	> 29,0	> 16	> 165	< 6,00	< 12,30	> 890
	Đạt	≥ 26,0	≥ 13	≥ 148	≤ 7,00	≤ 13,30	≥ 810
17	Tốt	> 30,3	> 17	> 166	< 5,90	< 12,20	> 920
	Đạt	≥ 26,3	≥ 14	≥ 149	≤ 6,90	≤ 13,20	≥ 830
18	Tốt	> 31,5	> 18	> 168	< 5,80	< 12,10	> 930
	Đạt	≥ 26,5	≥ 15	≥ 151	≤ 6,80	≤ 13,10	≥ 850
19	Tốt	> 31,6	> 19	> 169	< 5,70	< 12,00	> 940
	Đạt	≥ 26,7	≥ 16	≥ 153	≤ 6,70	≤ 13,00	≥ 870
20	Tốt	> 31,8	> 20	> 170	< 5,60	< 11,90	> 950
	Đạt	≥ 26,9	≥ 17	≥ 155	≤ 6,60	≤ 12,90	≥ 890

PHỤ LỤC 4

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB BÓNG RỔ

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những tri thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng rổ; đồng thời giúp người tập rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Bóng rổ
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Bóng rổ
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng rổ một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Bóng rổ và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết:

- Giới thiệu lịch sử phát triển, các khái niệm cơ bản trong môn Bóng rổ
- Giới thiệu sơ lược một số kỹ thuật cơ bản trong môn bóng rổ
- Luật thi đấu môn Bóng rổ
- Phương pháp tổ chức thi đấu – trọng tài các môn Bóng rổ

3.2. Thực hành

Bài 1: Kỹ thuật bắt bóng

- Phân loại kỹ thuật bắt bóng;
- Phân tích kỹ thuật bắt bóng.
- Phương pháp giảng dạy kỹ thuật bắt bóng

Bài 2: Kỹ thuật chuyền bóng

- Phân loại kỹ thuật chuyền bóng;
- Phân tích kỹ thuật chuyền bóng.
- Phương pháp giảng dạy kỹ thuật chuyền bóng

Bài 3: Kỹ thuật dẫn bóng

- Phân loại kỹ thuật dẫn bóng

- Phân tích kỹ thuật dẫn bóng.
- Phương pháp giảng dạy kỹ thuật dẫn bóng

Bài 4: Kỹ thuật ném rổ

- Những yếu tố để ném rổ chính xác;
- Những điểm cần lưu ý khi ném rổ;
- Phân loại kỹ thuật ném rổ;
- Phân tích kỹ thuật ném rổ;
- Phương pháp giảng dạy;
- Sai lầm thường mắc ở người mới tập và phương pháp sửa chữa.
- Ôn tập.

Bài 5: Chiến thuật tấn công nhanh

- Khái niệm
- Hình thức tấn công nhanh
- Đường lối chiến thuật tấn công nhanh
- Phương pháp giảng dạy - huấn luyện chiến thuật tấn công nhanh

Bài 6: Chiến thuật phòng thủ khu vực

- Khái niệm
- Hình thức phòng thủ khu vực
- Phương pháp giảng dạy - huấn luyện phòng thủ khu vực

Bài 7: Chiến thuật phòng thủ kèm người

- Khái niệm
- Hình thức phòng thủ kèm người
- Phương pháp giảng dạy - huấn luyện phòng thủ kèm người

Bài 8: Chiến thuật tấn công khu vực Khái niệm

- Hình thức tấn công khu vực
- Phương pháp giảng dạy - huấn luyện tấn công khu vực

Bài 9: Chiến thuật phòng thủ hỗn hợp

- Khái niệm
- Hình thức phòng thủ hỗn hợp
- Phương pháp giảng dạy - huấn luyện phòng thủ hỗn hợp

Bài 10: Tổ chức thi đấu

4. Nguồn học liệu

[1]. *Huấn luyện Bóng Rổ hiện đại _ Hiệp hội HLV bóng rổ thế giới*. NXB TĐTT Hà Nội.2001

[2]. *Hệ thống các bài tập kỹ thuật bóng rổ* _ Đinh Can. NXB TĐTT Hà Nội.1998

[3].*Basketball Fundamentals* _ Jon Oliver. 2000

[4]. *Luật Bóng Rổ* _ NXB TĐTT.2004

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB CẦU LÔNG

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những kiến thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tập luyện, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Cầu lông; đồng thời giúp sinh viên rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

3. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Cầu lông
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Cầu lông
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Cầu lông một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Cầu lông và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Vị trí, tác dụng và lịch sử phát triển Cầu lông.
- Các nguyên lý cơ bản của kỹ thuật cầu lông.
- Các kỹ thuật cơ bản – Phương pháp tập luyện cầu lông

3.2. Thực hành

Bài 1. Cách cầm cầu, vợt và tư thế cơ bản

- Cách cầm cầu
- Cách cầm vợt
- Các tư thế cơ bản cơ bản
- Sai lầm và cách sửa

Bài 2. Kỹ thuật di chuyển

- Đơn bước
- + Tiến đánh phải
- + Tiến đánh trái
- + Lùi đánh phải
- + Lùi đánh trái
- Đa bước

- + Di chuyển ngang
- + Di chuyển tiến lùi
- Bước nhảy
- + Nhảy về trước
- + Di chuyển có bước đệm
- + Di chuyển bật nhảy lên cao
- Tổ chức tập luyện
- + Bước đệm
- + Bước chụm chân
- + Bước chéo chân
- + Bước vượt
- + Sai lầm và cách sửa

Bài 3. Kỹ thuật phát cầu

- Kỹ thuật phát cầu bằng mặt phải của vợt (cao sâu thuận tay)
- Kỹ thuật phát cầu bằng mặt trái của vợt (trái tay)
- Sai lầm và cách sửa

Bài 4. Chiến thuật cầu lông

- Khái niệm chiến thuật
- Những yêu cầu khi vận dụng chiến thuật
- Chiến thuật trong đánh đơn
- Chiến thuật trong đánh đôi
- Phương pháp giảng dạy chiến thuật

Bài 5. Phương pháp tổ chức thi đấu; Luật-trọng tài cầu lông

- Phương pháp tổ chức thi đấu
- Phương pháp thi đấu đồng đội
- Phương pháp đấu loại
- Phương pháp thi đấu vòng tròn

4. Nguồn học liệu

[1]. Bành Mỹ Lệ - Hậu Chính Khánh 2000; *Cầu lông*; NXB TDTT Hà Nội.

[2]. Nguyễn Hạc Thúy; 2003 *Huấn luyện kỹ chiến thuật cầu lông hiện đại* NXB TDTT Hà Nội.

[3]. Đào Chí Thành; 2004 Huấn luyện chiến thuật thi đấu cầu lông NXB TDTT Hà Nội.

[4]. Ủy ban thể dục thể thao; 2004, *Luật cầu lông*; NXB TDTT Hà Nội.

[5]. Bộ môn Cầu lông – Quần vợt; 2004, Giáo trình giảng dạy phổ tu cầu lông, Trường Đại học TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB BÓNG CHUYỀN-BÓNG CHUYỀN HƠI

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những kiến thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tập luyện, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng chuyền; đồng thời giúp sinh viên rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Bóng chuyền
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Bóng chuyền
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng chuyền một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Bóng chuyền và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Lịch sử phát triển môn bóng chuyền trên thế giới và Việt Nam
- Kỹ thuật - chiến thuật bóng chuyền
- Luật - PP thi đấu, trọng tài bóng đá

3.2. Thực hành

Bài 1. Kỹ thuật di chuyển - chuyền bóng - đệm bóng

- Kỹ thuật di chuyển trong bóng chuyền
- Kỹ thuật chuyền bóng
- Kỹ thuật đệm bóng

Bài 2. Kỹ thuật chuyền bóng cao tay

- Khái niệm
- Đặc điểm và vận dụng
- Nguyên lý kỹ thuật chuyền bóng cao tay
- Phân tích lý kỹ thuật chuyền bóng cao tay

Bài 3. Kỹ thuật đệm bóng thấp tay bằng 2 tay

- Khái niệm
- Đặc điểm và vận dụng

- Phân tích kỹ thuật đệm bóng thấp tay bằng 2 tay

Bài 4. Kỹ thuật đập bóng

- Khái niệm
- Phân loại đập bóng
- Phân tích lý kỹ thuật
- Phân tích lý kỹ thuật đập móc cầu

Bài 5. Chắn bóng

- Khái niệm
- Đặc điểm và vận dụng
- Phân tích kỹ thuật chắn bóng cá nhân
- Phân tích kỹ thuật chắn bóng tập thể

Bài 6. Phát bóng

- Khái niệm
- Đặc điểm và vận dụng
- Phân tích kỹ thuật phát bóng thấp tay trước mặt
- Phân tích kỹ thuật phát bóng cao tay trước mặt

Bài 7. Phương pháp tổ chức thi đấu; Luật-trọng tài Bóng chuyên

- Tổ chức thi đấu

- Công tác trọng tài

4. Nguồn học liệu

- [1]. Sách dùng cho sinh viên đại học TDTT. Nhà xuất bản TDTT năm 1978
- [2]. Giáo trình bóng chuyên NXB TDTT năm 2006
- [3]. Luật bóng chuyên NXB TDTT năm 2007

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB BÓNG ĐÁ

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những kiến thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tập luyện, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng đá; đồng thời giúp sinh viên rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Bóng đá
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Bóng đá
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Bóng đá một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Bóng đá và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Lịch sử phát triển môn bóng đá trên thế giới và Việt Nam
- Kỹ thuật - chiến thuật bóng đá
- Luật - PP thi đấu, trọng tài bóng đá

3.2. Thực hành

Bài 1. Kỹ thuật di chuyển- tâng bóng- dẫn bóng

- Kỹ thuật di chuyển trong bóng đá
- Kỹ thuật tâng bóng
- Kỹ thuật dẫn bóng

Bài 2. Kỹ thuật đá bóng

- Kỹ thuật đá bóng bằng lòng
 - Kỹ thuật đá bóng mu trong
 - Kỹ thuật đá bóng mu giữa
 - Kỹ thuật đá bóng má ngoài

Bài 3. Kỹ thuật dừng bóng

- Kỹ thuật dừng bóng bằng ngực
 - Kỹ thuật dừng bóng bằng đùi

- Kỹ thuật dùng bóng bằng chân

Bài 4. Kỹ thuật đánh đầu

- Kỹ thuật đánh đầu trán giữa

- Kỹ thuật đánh đầu trán bên

Bài 5. Kỹ thuật ném biên- thủ môn

- Kỹ thuật ném biên

- Kỹ thuật thủ môn

Bài 6. Chiến thuật- trọng tài- thi đấu

- Chiến thuật bóng đá

- Trọng tài và thi đấu bóng đá

Bài 7. Phương pháp tổ chức thi đấu; Luật-trọng tài Bóng chuyên

- Tổ chức thi đấu

- Công tác trọng tài

4. Nguồn học liệu

[1]. Nguyễn Thiết Tình Huấn luyện và giảng dạy bóng đá NXB TDTT Hà Nội, 1997

[2]. Nguyễn Trương Tuấn, giáo trình bóng đá khoa GDTC trường đại học Vinh, 1997

[3]. Lịch sử và từ điển bóng đá thế giới, NXB TDTT, Hà Nội, 2001

[4]. Luật bóng đá 5, 7, 11 người. NXB TDTT Hà Nội 2006

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB VÕ TAEKWONDO

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những kiến thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tập luyện, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Taekwondo; đồng thời giúp sinh viên rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Taekwondo
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Taekwondo
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Taekwondo một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Taekwondo và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Sơ lược nguồn gốc lịch sử môn Taekwondo
- Ý nghĩa, tác dụng của tập luyện Taekwondo
- Thuật ngữ các kỹ thuật cơ bản
- Cách phòng ngừa chấn thương và xử lý chấn thương trong tập luyện
- Biểu diễn Taekwondo
- Giới thiệu về luật thi đấu và phương pháp tổ chức thi đấu.

3.2. Thực hành

Bài thực hành 1: Nhập môn, bước đầu học cơ bản các kỹ thuật đấm, kỹ thuật đá(1) của môn Taekwondo.

Bài thực hành 2:

- Học các kỹ thuật đỡ
- Ôn tập

Bài thực hành 3:

- Học các kỹ thuật tấn
- Ôn tập

Bài thực hành 4:

- Kết hợp kỹ thuật tấn và kỹ thuật đỡ

- Ôn tập

Bài thực hành 5:

- Kết hợp kỹ thuật tấn và kỹ thuật đấm

- Ôn tập

Bài thực hành 6:

- Học di chuyển kết hợp kỹ thuật tấn và kỹ thuật đỡ, đấm.

- Ôn tập

Bài thực hành 7:

- Học kỹ thuật đá(2)

- Ôn tập

Bài thực hành 8:

- Học nội dung các đòn đối luyện

- Ôn tập

Bài thực hành 9:

- Học bài quyền số 1

- Ôn tập

Bài thực hành 10:

- Học bài quyền số 2

- Ôn tập

4. Nguồn học liệu

[1] Nguyễn Văn Chung, *Giáo trình Taekwondo*, Nxb TDTT, 1999.

[2] Đào Xên, Nguyễn Toàn Thắng, *Giáo trình Taekwondo*, Nxb TDTT, 1997

[3]. Nguyễn Hùng Sơn (1992). *Kỹ thuật Taekwondo*. Nxb TDTT, 1992

[4]. Hồ Hoàng Khánh, *Căn bản Taekwondo*. Nxb TDTT, 1995

[5]. Ryu Kyung Woo, *Taekwondo*, Nxb Phương Đông, 2006

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB AEROBIC

1. Mô tả môn học

Đây là môn học trang bị cho sinh viên những kiến thức về các nội dung kỹ thuật, rèn luyện thể lực chuyên môn, phương pháp tập luyện, phương pháp tổ chức thi đấu-trọng tài môn Aerobic; đồng thời giúp sinh viên rèn luyện năng lực sử dụng kiến thức vào thực tiễn một cách có hiệu quả nhất trong lĩnh vực chuyên môn của mình.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn Aerobic
- Nắm được các đặc điểm và khả năng hoạt động của môn Aerobic
- Biết sử dụng thành thạo phương pháp tập luyện, tổ chức thi đấu-trọng tài môn Aerobic một cách có hiệu quả nhất trong thực tiễn
- Hình thành được lý luận và phương pháp giảng dạy môn Aerobic và đáp ứng những yêu cầu về thực tiễn trong trường học và xã hội

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Lịch sử phát triển, tác dụng đặc điểm, phân loại thể dục Aerobic
 - + Lịch sử phát triển thể dục Aerobic
 - + Tác dụng đặc điểm, phân loại thể dục Aerobic
- Phương pháp biên soạn
 - + Chọn nhạc
 - + Lựa chọn đội hình và tháp
 - + Lựa chọn số lượng động tác khó thuộc các nhóm A,B,C,D
- Lựa chọn các động tác thể dục cơ bản, bước chuyển, tư thế và sắp xếp các tổ hợp

3.2. Thực hành

Bài thực hành 1:

Giới thiệu các bước cơ bản của Aerobic

Bài thực hành 2:

- Biên soạn động tác
- Ôn tập

Bài thực hành 3:

- Biên soạn đội hình

- Ôn tập

Bài thực hành 4:

- Trang trí nghệ thuật, lựa chọn âm thanh
- Ôn tập

Bài thực hành 5:

- Các bài tập về chỉ huy thường thức
- Ôn tập

Bài thực hành 6:

- Thực hành các thuật ngữ chuyên môn với đội hình tương ứng
- Ôn tập

Bài thực hành 7:

- Bài tập phát triển chung

- Ôn tập

Bài thực hành 8:

- Những bài tập đội hình đội ngũ thông thường - Ôn tập

- Kiểm tra giữa kỳ lần 2

Bài thực hành 9:

- Những bài tập biến hóa đội hình theo hàng - Bài liên kết
- Những bài tập biến hóa đội hình theo vòng – Bài liên kết

Bài thực hành 10:

- Tổ chức thi đấu

- Công tác trọng tài

4. Nguồn học liệu

[1]. Giáo trình Thể dục Aerobic - NXB TĐTT, Hà Nội - 2014.

[2]. Luật Thể dục Aerobic hội khỏe phù đồng toàn quốc, Tổng cục TĐTT, liên đoàn thể dục Việt Nam, ban hành ngày 20/10/2015.

[3]. Video tham khảo.

CHƯƠNG TRÌNH TỔNG QUÁT CLB THỂ DỤC THỂ HÌNH - YOGA

1. Mô tả môn học

Môn học này cung cấp cho người học những kiến thức cơ bản và nâng cao về Thể hình và Yoga, cung cấp cho người học thân hình vừa cân đối rắn chắc vừa uyển chuyển và khéo léo, giáo dục lòng kiên trì, dũng cảm và linh hoạt.

2. Mục tiêu môn học

- Nắm được những kiến thức cơ bản về môn TDTH và Yoga
- Nắm vững các thuật ngữ cơ bản và nội dung của TDTH và Yoga
- Nguyên lý kỹ thuật của TDTH và các bó cơ trên cơ thể
- Xây dựng tác phong nghiêm túc, tính kiên trì, thái độ làm việc nghiêm túc, tự giác và có ý thức kỷ luật tốt.

3. Nội dung giảng dạy

3.1. Lý thuyết

- Khái niệm, phân loại và lịch sử TDTH, Yoga
- Nguyên lý kỹ thuật và các thuật ngữ cơ bản, cách giải thích
- Giới thiệu và phân tích vị trí chức năng của các bó cơ điển hình; dụng cụ tập luyện
- Giới thiệu về yoga (nguồn gốc, triết lý, định nghĩa, lợi ích).
- Giới thiệu qua về tư thế ngồi thoải mái để bắt đầu bài hít thở

3.2. Thực hành TDTH

Bài thực hành 1:

- Làm quen với dụng cụ tập luyện TDTH, thực hành quan sát các bó cơ điển hình
- Các bài tập khởi động, cách phòng tránh chấn thương trong tập luyện TDTH

Bài thực hành 2:

- Tập các bài tập nhóm cơ tay, vai
- Ôn tập

Bài thực hành 3:

- Tập các bài tập nhóm cơ ngực, lưng, bụng
- Ôn tập

Bài thực hành 4:

- Tập các bài tập nhóm cơ mông, đùi, chân
- Ôn tập

Bài thực hành 5:

- Bài tập hỗn hợp
- Ôn tập

3.3. Thực hành Yoga

Bài thực hành 1:

- Giới thiệu về phép hít thở cơ hoành, tầm quan trọng của hơi thở trong triết lý và trong giải phẫu.

- Thực hành hít thở 2 thì (Nằm, ngồi).
- Khởi động (cổ, vai, hông, gối, cổ chân)
- Giới thiệu asana Dáng Yoga.
- Giới thiệu về các tư thế thư

Bài thực hành 2:

- Ứng dụng định tuyến trong luyện tập yoga và áp dụng trong đời sống hàng ngày.
- Giới thiệu về cột sống, nguyên tắc luyện tập để bảo vệ cột sống (vùng core)
- Ôn Thế

Bài thực hành 3:

- Định tuyến
- Tadasana và biến thể
- Giới thiệu về CMT và lợi ích.
- Mèo
- Tắm ván cao
- Chó úp mặt
- Bụng (Nâng 1 chân)

Bài thực hành 4:

- Mèo, tắm ván, chó úp mặt
- Trường tấn thấp
- Kegel
- Vươn, gập trong CMT

Bài thực hành 5:

- Vươn, gập

- Trường tấn thấp
- Mèo, tám ván cao.
- Nâng chân
- Kegel
- Rắn

Bài thực hành 6:

- Chào mặt trời (1 vòng)
- Ngồi đầu bò (chân xếp bằng).
- Tổ hợp Bụng trên, bụng dưới, lưng bụng.

Bài thực hành 7:

- Chiến binh 2, chiến binh nhón gót
- Chào mặt trời (1 vòng biến thể thêm trụ chiến binh.
- Tổ hợp hông đùi
- Tổ hợp bụng

Bài thực hành 8:

Cánh công.

- CMT biến thể thêm cánh công
- Ôn tổ hợp hông đùi
- Kegel

4. Nguồn học liệu

[1]. Plankhop, Hướng dẫn tập luyện Thẻ đục thể hình, NXB TĐTT Hà Nội, 2002.

[2]. Lý Thu Tuyên, Thẻ đục thể hình – phương pháp tập luyện, NXB TĐTT Hà Nội, 2007.

[3]. Iyengar B.K.S (2004), *Kỹ thuật thực hành yoga toàn tập*, NXB Phụ nữ.

[4]. Joshi K.S. (2008), *Yoga trong đời sống hàng ngày*, NXB TĐTT, Hà Nội.

[5] Nguyễn Văn Phương và Nguyễn Thiện Tín (2006), *Hatha Yoga con đường cho nền tảng sức khỏe bền vững*, NXB Văn hóa văn nghệ.

[6]. Video các bài tập Thẻ hình và Yoga.