

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

NGUYỄN TUẤN ANH

**NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO THỂ LỰC
CHO NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH BÓNG ĐÁ NGÀNH
GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ
THAO BẮC NINH**

Ngành: Giáo dục học

Mã số: 9140101

TÓM TẮT LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

BẮC NINH - 2020

Công trình được hoàn thành tại: **Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.**

Người hướng dẫn khoa học:

- 1. PGS.TS Phạm Ngọc Viễn**
- 2. PGS.TS Đặng Văn Dũng**

Phản biện 1: **GS.TS Nguyễn Xuân Sinh**

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Phản biện 2: **TS. Trương Anh Tuấn**

Ban Tuyên giáo Trung ương

Phản biện 3: **TS Ngũ Duy Anh**

Bộ Giáo dục & Đào tạo

Luận án sẽ được bảo vệ trước Hội đồng chấm luận án cấp Trường họp tại:

Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh vào hồi 13 giờ 30 ngày 05 tháng 03 năm 2021.

Có thể tìm hiểu luận án tại thư viện:

1. Thư viện Quốc gia Việt Nam.
2. Thư viện Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh.

A. GIỚI THIỆU LUẬN ÁN

MỞ ĐẦU

Tính cấp thiết: Hoạt động TDTT là một hoạt động không thể thiếu được trong đời sống con người. Tập luyện TDTT đem lại cho con người sự hoàn thiện về thể chất và tinh thần, giúp con người phát triển nhân cách toàn diện hơn về mọi mặt. Cùng với các môn thể thao khác, bóng đá là môn thể thao được phát triển rộng rãi và phổ biến trên toàn thế giới, nó chiếm vị trí quan trọng trong hệ thống giáo dục thể chất và giáo dục đạo đức con người.

Bóng đá là môn thể thao có tính toàn cầu, thu hút hàng triệu người trên thế giới tham gia tập luyện. Với hơn 200 quốc gia thành viên, Liên đoàn Bóng đá thế giới (FIFA) có thể tự hào là một trong các tổ chức thể thao hùng mạnh nhất thế giới. Cũng như nhiều quốc gia thành viên của FIFA, ở Việt Nam, bóng đá là môn thể thao có sức cuốn hút xã hội nhất mà khó có môn thể thao nào sánh được. Tuy nhiên, chúng ta cũng phải thừa nhận rằng, dù được Đảng và Nhà nước hết sức quan tâm, chỉ đạo, được toàn dân hết lòng động viên, ủng hộ, bóng đá Việt Nam tuy có những tiến bộ vượt bậc, nhưng sự phát triển và thành tích vẫn còn thấp, chưa đáp ứng được mong muốn của xã hội.

Bộ môn Bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là bộ môn truyền thống có mặt từ những ngày đầu thành lập nhà trường. Trong những năm qua bộ môn đã không ngừng đổi mới phương pháp, phương tiện giảng dạy hiện đại nhằm nâng cao chất lượng đào tạo cho sinh viên chuyên ngành bóng đá.

Một trong những mục tiêu đào tạo ở Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là đào tạo giáo viên thể dục trình độ đại học giảng dạy trong hệ giáo dục Quốc dân, có những phẩm chất cơ bản của người thầy giáo Việt Nam; đặc biệt, sinh viên tốt nghiệp phải có khả năng huấn luyện môn thể thao chuyên ngành nói chung và bóng đá nói riêng theo chương trình giáo dục thể chất (GDTC) các cấp, đạt tiêu chuẩn tương đương vận động viên cấp 2 đối với môn chuyên ngành sau khi tốt nghiệp. Bóng đá là môn thể thao đòi hỏi không những ở VĐV phải có sự hoàn thiện nhiều mặt về kỹ thuật, chiến thuật, ý chí, tâm lý mà còn phải có một nền tảng thể lực sung mãn đối với một sinh viên chuyên ngành bóng đá để đạt được kết quả học tập tốt các em cũng phải đáp ứng được đầy đủ các yêu cầu trên.

Vấn đề phát triển thể lực trong bóng đá hiện nay đã được khá nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu như: Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Đức Dũng, Trần Quốc Tuấn (2000), Phạm Xuân Thành, Phạm Cẩm Hùng (2002), Nguyễn Văn Dũng (2006)... Song đa số các nghiên cứu này chủ yếu chỉ đề cập đến chỉ tiêu đánh giá thể lực của VĐV bóng đá khi xem xét vấn đề trình độ tập luyện, mà chưa đi sâu vào các nội dung và biện pháp phát triển thể lực của sinh viên.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, cùng với tính mới lạ của vấn đề nghiên cứu, với mong muốn đóng góp một phần vào sự phát triển của Nhà trường, nâng cao thể lực cho nam SV chuyên ngành bóng đá Trường đại học TDTT Bắc Ninh,

chúng tôi tiến hành nghiên cứu luận án: “**Nghiên cứu biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh**”.

Mục đích nghiên cứu: Đánh giá thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện bóng đá nói chung và thể lực nói riêng cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá, ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh và đề ra các biện pháp có tính khả thi nhằm phát triển thể lực cho họ phù hợp với mục tiêu đào tạo của nhà trường.

Nhiệm vụ 1: Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến thể lực của nam SV chuyên ngành Bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Nhiệm vụ 2: Lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Nhiệm vụ 3: Ứng dụng và đánh giá hiệu quả của các biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

NHỮNG ĐÓNG GÓP MỚI CỦA LUẬN ÁN

Quá trình nghiên cứu luận án đã hệ thống hóa các văn bản của nhà nước Luận án đã hệ thống được cơ sở lý luận và thực tiễn về công tác giảng dạy bóng đá nói chung và thể lực nói riêng cho sinh viên chuyên ngành bóng đá, ngành GDTC của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Đánh giá được những mặt còn hạn chế trong công tác giảng dạy thể lực, đồng thời nghiên cứu xây dựng được hệ thống các biện pháp có tính khả thi cao, phù hợp với điều kiện thực tiễn của nhà trường nhằm nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá, ngành GDTC, điều này đã đảm bảo các điều kiện nghiên cứu mang tính đặc thù, khách quan của đối tượng nghiên cứu là sinh viên chuyên ngành Bóng đá, ngành GDTC Nhà trường.

Luận án đã đánh giá được toàn diện thực trạng bắt cập trong các khâu của chương trình đào tạo sinh viên chuyên ngành Bóng đá nhà trường trong đó thể lực là một trong những yếu tố quan trọng cấu thành năng lực sư phạm chuyên môn của sinh viên chuyên ngành bóng đá, ngành GDTC của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Có nhiều nguyên nhân khách quan và chủ quan ảnh hưởng đến sự phát triển thể lực của sinh viên, trong đó chủ yếu là nội dung, phương pháp, phương tiện giảng dạy, trong đó xác định được 4 yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất đến phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Đồng thời, lựa chọn được 12 test và xây dựng bảng điểm để đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá theo các học kỳ. Vì vậy các khâu đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên được đánh giá đúng hướng, phù hợp với mục đích đào tạo nếu được giảng dạy (huấn luyện) đảm bảo về mặt khoa học, hợp lý có định tính và định lượng chặt chẽ, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo của trường đại học TDTT Bắc Ninh.

Với 4 biện pháp kèm 14 nhiệm vụ cụ thể nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC mà đề tài đề xuất, phục vụ tích cực cho công

tác giảng dạy và đảm bảo chất lượng theo yêu cầu theo chuẩn đầu ra của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, đặc biệt sẽ góp phần hoàn thành một số kỹ năng, thể lực chuyên môn và thái độ nghề nghiệp của sinh viên sau khi tốt nghiệp. Đồng thời bước đầu nâng cao được tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

CẤU TRÚC CỦA LUẬN ÁN

Luận văn gồm 170 trang A4: Gồm các phần: Mở đầu (05 trang); Chương 1 - Tổng quan vấn đề nghiên cứu (49 trang); Chương 2 - Phương pháp tổ chức nghiên cứu (12 trang); Chương 3 – Kết quả nghiên cứu và bản luận (76 trang); Kết luận và kiến nghị (03 trang). Luận án sử dụng 101 tài liệu, trong đó có 73 tài liệu bằng tiếng Việt, 15 tài liệu bằng tiếng Anh, 05 tài liệu bằng tiếng Nga, 01 tài liệu bằng tiếng Trung và tham khảo 6 trang tin điện tử (Website), 32 bảng số liệu, 18 biểu đồ, 8 hình vẽ.

B. NỘI DUNG LUẬN VĂN

CHƯƠNG 1

TỔNG QUAN VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

Luận án đề cập đến 06 vấn đề: 1.1. Một số khái niệm có liên quan đến vấn đề nghiên cứu; 1.2. Mục tiêu đào tạo và yêu cầu của tập luyện thể lực đối với sinh viên chuyên ngành bóng đá; 1.3. Nhiệm vụ của quá trình giảng dạy môn thể thao chuyên ngành bóng đá cho sinh viên; 1.4. Huấn luyện thể lực trong môn bóng đá; 1.5. Đặc điểm tâm sinh lý của sinh viên; 1.6. Một số công trình nghiên cứu có liên quan

Được trình bày từ cụ thể từ trang 06 đến trang 44 trong luận án

CHƯƠNG 2

PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Luận án sử dụng 07 phương pháp nghiên cứu thường quy gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2.2. Tổ chức nghiên cứu

2.2.1. Đối tượng nghiên cứu: Các tổ chức thể lực của nam SV chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh.

2.2.2. Phạm vi nghiên cứu

Phạm vi nghiên cứu của luận án: Biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC áp dụng trên các khóa Đại học 48 và 49 ngành GDTC.

Khách thể nghiên cứu của luận án gồm:

Các chuyên gia là cán bộ lãnh đạo trường, cán bộ quản lý các phòng, khoa, trung tâm, bộ môn trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Đội ngũ giảng viên tại trường

Đại học TDTT Bắc Ninh; Sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Địa bàn điều tra khảo sát của luận án gồm: Bộ môn Bóng đá, trường Đại học TDTT Bắc Ninh

2.2.3. Địa điểm nghiên cứu

Trường đại học TDTT Bắc Ninh (Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh).

2.2.4. Cơ quan phối hợp nghiên cứu

Các trường đại học chuyên ngành TDTT, các Trung tâm TDTT thuộc các Sở VHTT&DL và các trường học có SV nhà trường tham gia thực tập.

2.2.5. Kế hoạch và thời gian nghiên cứu: Đề tài được tiến hành nghiên cứu từ tháng 8 năm 2012 đến tháng 12 năm 2016.

CHƯƠNG 3

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến thể lực của nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3.1.1. Điều kiện cơ sở vật chất và đội ngũ cán bộ giảng dạy.

Để đánh giá thực trạng công tác huấn luyện thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, luận án tiến hành khảo sát và kiểm tra thực tiễn cơ sở vật chất phục vụ học tập, giảng dạy, tập luyện và thi đấu cũng như đội ngũ cán bộ giáo viên đang trực tiếp tham gia giảng dạy tại bộ môn Bóng đá của nhà trường.

Hiện nay bộ môn bóng đá có 06 giảng viên, đặc biệt 100% giảng viên bộ môn hiện nay đều có trình độ Thạc sĩ trở lên, trong đó có 02 tiến sĩ chiếm 33.3%, 01 nghiên cứu sinh chiếm 17.7%, 3 Thạc sĩ chiếm 50%. Qua biểu đồ cũng cho thấy với độ tuổi trung bình 38 tuổi, đây là độ tuổi trẻ đang rơi độ tuổi vàng của bộ môn hiện nay, độ tuổi cùng trình độ học vấn hiện tại của đội ngũ cán bộ trẻ sẽ góp phần không nhỏ cho sự phát triển của bộ môn trong giai đoạn mới (Biểu đồ 3.1 của luận án).

3.1.2. Thực trạng chương trình đào tạo môn học bóng đá chuyên ngành.

Xác định các căn cứ đánh giá thực trạng chương trình đào tạo môn học bóng đá chuyên ngành:

Thông tư số 57/2012/TT-BGDĐT, ngày 27/12/2012, về sửa đổi quy chế 43/2007/QĐ-BGDĐT về Đào tạo theo hệ thống tín chỉ.

Quyết định số 497/QĐ-ĐHBN-ĐT ngày 21/7/2008 của trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Kết quả tổng hợp phân tích tài liệu có liên quan và kết quả nghiên cứu thực trạng thể lực thuộc đề tài khoa học cơ sở do Bộ môn bóng đá, đá cầu đảm nhiệm.

Thực trạng chương trình đào tạo, cũng như thực tiễn nhu cầu sử dụng bộ tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá, ngành GDTC.

Luận án xác định tiến hành đánh thực trạng chương trình đào tạo môn học bóng đá chuyên ngành cho sinh viên tại trường Đại học TDTT Bắc Ninh cụ thể qua các nội dung sau:

Mục tiêu giảng dạy

Quá trình giảng dạy bóng đá ở trường Đại học TDTT Bắc Ninh nhằm giúp người học:

Có những phẩm chất cơ bản của người thầy giáo Việt Nam.

Đào tạo trình độ đại học phải đảm bảo cho sinh viên có các kiến thức khoa học cơ bản, nắm vững kiến thức bóng đá, có kỹ năng thực hành thành thạo và năng lực giảng dạy bóng đá. Nếu sinh viên tự chọn học môn thể thao nâng cao bóng đá thì phải đảm bảo cho người học có khả năng huấn luyện.

Đạt tiêu chuẩn tương đương vận động viên bóng đá cấp 2.

Có khả năng làm việc độc lập, có phương pháp làm việc khoa học, sáng tạo, có năng lực vận dụng lý thuyết trong công tác chuyên môn.

Có khả năng tự học và học tập suốt đời.

Yếu lĩnh trong chương trình giảng dạy môn bóng đá cho sinh viên chuyên ngành được trình bày qua bảng 3.1 và biểu đồ 3.1 của luận án

Kết quả thu được là cơ sở để đề tài lựa chọn các bài tập phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Tức là các bài tập khi được lựa chọn phải phù hợp và đáp ứng được chuẩn đầu ra của chương trình giảng dạy đã đặt ra. Đặc biệt là các mục tiêu về chuyên môn bóng đá.

Qui định đào tạo

Thực hiện theo Quy chế 43 với thời gian đào tạo.

Hệ đại học chính quy: 240 tiết. Đào tạo chuyên ngành bóng đá bắt đầu từ học kì 1 năm thứ 2 và bao gồm 4 học kỳ theo Quyết định số 497/QĐ-ĐHBN-ĐT ngày 21/7/2008 của trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Phương pháp kiểm tra đánh giá

(1) Thi lý thuyết.

(2) Thi thực hành: Đây chính là vấn đề mới mà chúng tôi cần nghiên cứu để thực thi trong chương trình so với chương trình hiện hành.

(3) Thi đẳng cấp VĐV bóng đá cấp 2.

(4) Thi giáo pháp bóng đá kết thúc khoá.

Tóm lại: Thông qua phân tích các vấn đề trên, chúng tôi rút ra các nhận định sau: Chương trình đào tạo có tồn tại một vài khác biệt. Và điều đó hạn chế việc nâng cao chất lượng đào tạo cho giảng viên TDTT.

Mục tiêu đào tạo để sinh viên tốt nghiệp trường Đại học TDTT Bắc Ninh đủ khả năng giảng dạy trong hệ thống giáo dục còn thấp so với yêu cầu. Nội dung

giảng dạy chương trình bóng đá chưa đa dạng, chưa theo kịp những yêu cầu ngày càng cao của xã hội.

3.1.3. Thực trạng yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá.

Đề tài đã tiến hành xác định yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Đề tài đã xác định được 04 yếu tố có ảnh hưởng lớn đến phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Để đảm bảo căn cứ thực tiễn, đề tài đã tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, giảng viên để làm căn cứ đánh giá ở bước tiếp theo. Tổng số đối tượng phỏng vấn là 45 người trong đó có: 6 chuyên gia chiếm tỷ lệ 13.3%; 16 HLV chiếm tỷ lệ 35.6%; 23 giảng viên chiếm tỷ lệ 51.1%. Kết quả được trình bày ở biểu đồ 3.2 và bảng 3.2 của luận án

Kết quả phỏng vấn xác định thực trạng yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá được chúng tôi trình bày tại bảng 3.3 và biểu đồ 3.3 của luận án

3.1.4. Thực trạng nội dung giảng dạy, huấn luyện thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá.

Từ kết quả thu được ở bảng 3.4 và biểu đồ 3.4 của luận án cho thấy: Chương trình bóng đá dành cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh đã bao hàm đủ kiến thức, kỹ năng và thái độ. Tuy nhiên, chương trình môn học bóng đá của nhà trường còn dành thời lượng nhiều vào giảng dạy kỹ thuật (46.7%) và chiến thuật (23.3%). Nội dung huấn luyện thể lực cho cả 4 học kỳ chiếm tỷ lệ nhỏ (12.5%). Tỷ lệ thời gian như vậy chưa phù hợp với chuẩn đầu ra của môn học bóng đá ngành GDTC.

Đối sánh với thời lượng, giữa các nội dung huấn luyện tố chất thể lực dành cho sinh viên chuyên ngành bóng đá cho thấy chưa có sự cân đối về mặt tỷ lệ. Tuy nhiên, với tổng số 57 bài tập là còn hạn chế so với 435 tiết của chương trình đào tạo. Đồng thời tỷ lệ bài tập dành cho phát triển khả năng khéo léo của sinh viên còn chiếm tỷ gần 1/3 số bài tập là không phù hợp. Chúng tôi cho rằng, cần thiết phải gia tăng số lượng bài tập phát triển thể lực và tần suất sử dụng các bài tập trong giáo án giảng dạy.

Tóm lại: Từ kết quả xác định yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá và thực trạng nội dung giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh cho thấy: thời lượng phân bổ dành cho huấn luyện thể lực chuyên môn còn chưa cân đối; số lượng bài tập sử dụng còn hạn chế và chưa được kiểm chứng một cách khoa học. Do vậy, nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC là hết sức cần thiết nhằm đáp ứng chuẩn đầu ra của môn học (bảng 3.6 và biểu đồ 3.6 của luận án)

3.1.5. Lựa chọn test đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá

3.1.5.1. Xác định cơ sở lựa chọn test đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá

- Căn cứ vào nội quy, quy chế của Bộ Giáo dục & Đào tạo, các quy định của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

- Các căn cứ đánh giá thực trạng chương trình đào tạo môn học bóng đá chuyên ngành tại mục 3.1.1.

- Căn cứ vào nội dung và mục tiêu của chương trình giảng dạy ở mỗi học kỳ học mà lựa chọn các tiêu chí đánh giá phù hợp với điều kiện thực hiện tính khả thi của chương trình môn học.

3.1.5.2. Các yêu cầu cơ bản khi lựa chọn test cho đối tượng nghiên cứu

Trên cơ sở các nguồn tư liệu trong và ngoài nước khác nhau cùng với kinh nghiệm thực tiễn trong công tác giảng dạy môn thể thao chuyên ngành bóng đá cho nam sinh viên ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh, đề tài đã tổng hợp được 12 test đánh giá thể lực sử dụng trong 4 học phần (Bao gồm:

Các test sử dụng trong học kỳ 3 và học kỳ 5:

1. Tăng bóng (số lần) - Đánh giá khả năng khéo léo (Ký hiệu test: TB).

2. Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2x2m x 10 quả (quả) -

Đánh giá sức mạnh (Ký hiệu test: DB).

3. Ném biên (m) - Đánh giá kỹ thuật và sức mạnh thân người (Ký hiệu test: NB).

4. Chạy 1500m (phút, giây) - Đánh giá sức bền (Ký hiệu test: C1500).

5. CoDa test (s) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: CoDa).

6. Chạy biển tốc 20x75m (lần) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: CBTO/1/2).

Các test sử dụng trong học kỳ 4 và học kỳ 6:

1. Đá bóng xa (m) - Đánh giá sức mạnh chuyên môn (Ký hiệu test: DBX).

2. Dẫn bóng tốc độ 30m (s) - Đánh giá sức nhanh, khéo léo (Ký hiệu test: DBTD).

3. Dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s) - Đánh giá tốc độ, khéo léo chuyên môn (Ký hiệu test: DBLC).

4. Chạy 5x30m (s) - Đánh giá sức nhanh chuyên môn (Ký hiệu test: C5x30).

5. Chạy 6x40m (lần) - Đánh giá sức nhanh chuyên môn (Ký hiệu test: C6x40).

6. Chạy 20x100m (lần) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: C20x100).

Để đảm bảo các test lựa chọn đều đánh giá được thể lực cho đối tượng nghiên cứu, đề tài đã phỏng vấn 31 HLV, chuyên gia và kiểm nghiệm thông qua

xác định hệ số tin cậy Cronbach's Alpha bằng phần mềm SPSS. Cả 12 test phỏng vấn đều đảm bảo độ tin cậy ở mức cao với Hệ số tin cậy Cronbach's Alpha là 0.931. Các test phải loại bỏ nếu có giá trị lớn hơn hệ số tin cậy đều lớn hơn 0.931 song đều có giá trị trong khoảng từ 0.922 - 0.929 và tương quan giữa 12 test đó so có giá trị từ 0.606 - 0.803 > 0.4. Do vậy, bước đầu xác định cả 12 test đánh giá thể lực đảm bảo độ tin cậy khi được dùng để phỏng vấn.

Đề lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác các test đánh giá thể lực, đề tài tiến hành phỏng vấn HLV, chuyên gia, giảng viên bằng phiếu phỏng vấn. Thành phần đối tượng phỏng vấn bao gồm 54 người, trong đó có: 11 chuyên gia chiếm tỷ lệ 20.4%; 24 HLV chiếm tỷ lệ 44.4%; 19 giảng viên chiếm tỷ lệ 35.2%. Ở mỗi test phỏng vấn được trả lời theo 5 mức độ của thang đo Likert (C1. Rất không đồng ý; C2. Không đồng ý; C3. Không ý kiến; C4. Đồng ý; C5. Rất đồng ý). Xử lý kết quả phỏng vấn thu được như trình bày ở biểu đồ 3.8. Kết quả thu được ở biểu đồ 3.7 thấy, các test phỏng vấn có giá trị trung bình (Mean) từ 3.81 đến 4.35 với độ lệch chuẩn (SD) từ 0.89 đến 1.12. Đối chiếu với thang đo Likert thì 11 test thuộc mức đánh giá đồng ý (3.41 - 4.20) và 1 test rất đồng ý (4.21 - 5.00). Như vậy, đề tài bước đầu đã lựa chọn được 12 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành giáo dục thể chất Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Đề tài tiến hành tính tương quan của 12 test đã lựa chọn với hiệu suất thi đấu. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.7 của luận án. Qua đó sự khác biệt giữa 12 test đánh giá thể lực với hiệu suất thi đấu với t tính trong khoảng từ 4.694 - 41.153 ở ngưỡng $P < 0.001$. Đồng thời mỗi tương quan giữa hiệu suất thi đấu với 12 với test đánh giá thể lực với r, có 3 test có mỗi tương quan từ 0.616 đến 0.633, còn lại trong khoảng từ 0.758 - 0.990. Đối chiếu với yêu cầu đánh giá về mức độ tương quan thì 12 test đều có mỗi tương quan với hiệu suất thi đấu và bước đầu được lựa chọn để đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Độ tin cậy của test được xác định bằng phương pháp test lặp lại (điều kiện lặp test như nhau ở cả 2 lần lập test, đảm bảo ở lần lập test thứ hai người tập được hồi phục hoàn toàn). Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.8.

Bảng 3.1. Kết quả xác định độ tin cậy các test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n = 38)

TT	Test	Lần 1		Lần 2		r	p
		\bar{X}	$\pm\delta$	\bar{X}	$\pm\delta$		
1	Tâng bóng (số lần)	45.08	7.78	45.79	7.83	0.98	<0.05
2	Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2x2m x10 quả (quả)	6.45	1.25	6.92	1.22	0.84	<0.05

3	Ném biên (m)	12.63	2.60	13.16	2.58	0.95	<0.05
4	Chạy 1500m (phút, giây)	5.18	0.22	5.17	0.24	0.85	<0.05
5	Đá bóng xa (m)	89.58	18.51	90.76	17.88	0.96	<0.05
6	Dẫn bóng tốc độ 30m (s)	4.43	0.23	4.46	0.24	0.81	<0.05
7	Dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s)	7.76	0.39	7.82	0.57	0.81	<0.05
8	Chạy 5×30m (s)	21.83	2.19	21.74	2.18	0.93	<0.05
9	CoDa test (s)	9.68	0.16	9.63	0.19	0.92	<0.05
10	Chạy biến tốc 20×75m (lần)	17.99	2.65	17.72	2.66	0.82	<0.05
11	Chạy 6×40m (lần)	4.32	1.09	4.43	1.05	0.82	<0.05
12	Chạy 20×100m (lần)	17.45	2.16	17.34	2.18	0.83	<0.05

Thông qua việc nghiên cứu cơ sở lý luận và thực tiễn, đề tài đã lựa chọn được 12 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các test được lựa chọn đảm bảo tính thông báo và độ tin cậy thống kê cần thiết.

3.1.6. Thang điểm đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá

Căn cứ vào các kết quả thống kê, yêu cầu chuẩn đầu ra và đặc thù đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng chỉ tiêu, test đã lựa chọn. Còn điểm trung bình chung học phần bao gồm điểm: chuyên cần, giữa kỳ, thi.

Như vậy, bảng điểm đánh giá theo từng chỉ tiêu thể lực, cho phép tính điểm bất kỳ chỉ tiêu nào khi kiểm tra. Việc xây dựng tổng điểm đánh giá trình độ thể lực được tiến hành theo 4 bước sau.

Bước 1: Xác định đối tượng sinh viên thuộc năm thứ mấy

Bước 2: Tính điểm đạt được của từng sinh viên

Bước 3: Tính tổng điểm của các chỉ tiêu

Bước 4: Xây dựng tổng điểm đánh giá cho sinh viên dựa trên tham số \bar{X} và σ đã xác định, theo nguyên tắc 2 xích ma để phân loại mức đánh giá theo 03 mức; Chưa đạt, Đạt, Tốt, và áp dụng thực tiễn trong đánh giá tại bảng 3.11.

Bước 5: Cách tính điểm học phần theo Quy chế 43 và qui định của Hiệu trưởng Đại học TDTT Bắc Ninh.

Kết quả như trình bày ở các bảng 3.9 và bảng 3.10.

Bảng 3.2. Thang điểm đánh giá học kỳ 3 và 4

TT	Test	Học kỳ		Điểm	
		3	4	10	1
1	Tâng bóng (số lần)	x		61	20
2	Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2×2m x 10 quả (quả)	x		10 B	1

3	Ném biên (m)	x		20	11
4	Chạy 1500m (phút, giây)	x		5.16	5.57
5	Đá bóng xa (m)		x	120-129	40-49
6	Dẫn bóng tốc độ 30m (s)		x	4.3	5.2
7	Dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s)		x	7.0	9.5
8	Chạy 5×30m (s)		x	19.5	23.6
9	CoDa test (s)	x		9.65	9.98
10	Chạy biến tốc 20×75m (lần)	x		26	20
11	Chạy 6×40m (lần)		x	5	3
12	Chạy 20×100m (lần)		x	16	13

Bảng 3.3. Thang điểm đánh giá học kỳ 5 và 6

TT	Test	Học kỳ		Điểm	
		5	6	10	1
1	Tâng bóng (số lần)	x		81	30
2	Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2×2m x 10 quả (quả)	x		10	1
3	Ném biên (m)	x		22	10
4	Chạy 1500m (phút, giây)	x		5.12	5.54
5	Đá bóng xa (m)		x		
6	Dẫn bóng tốc độ 30m (s)		x	4.1	5.0
7	Dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s)		x	6.8	9.2
8	Chạy 5×30m (s)		x	19.2	23.2
9	CoDa test (s)	x		9.55	9.88
10	Chạy biến tốc 20×75m (lần)	x		28	25
11	Chạy 6×40m (lần)		x	6	4
12	Chạy 20×100m (lần)		x	20	15

3.1.7. Thực trạng thể lực của nam sinh viên chuyên ngành bóng đá

Để đánh giá thể lực của nam sinh viên chuyên ngành bóng đá đề tài đánh giá 77 sinh viên bao gồm sinh viên chuyên ngành bóng đá khóa đại học 46 và sinh viên chuyên ngành bóng đá khóa đại học 47. Kết quả thu được số lượng sinh viên khóa đại học 46 và đại học 47 ở mức xếp loại chưa đạt chiếm tỷ lệ cao, còn mức xếp loại tốt chiếm tỷ lệ thấp. Kết quả cụ thể như sau: Ở khóa đại học 46: Tỷ lệ sinh viên chưa đạt là 57.9%, đạt là 31.6% và tốt là 10.5%. Ở khóa đại học 47: Tỷ lệ sinh viên chưa đạt là 46.2%, đạt là 41.0% và tốt là 12.8%.

3.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

3.2.1. Căn cứ lựa chọn biện pháp

Mục tiêu của các biện pháp: Mục tiêu của các biện pháp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh đáp ứng thị trường lao động ở Việt Nam.

Yêu cầu của các biện pháp: Các giải pháp được đề xuất phải đáp ứng được những yêu cầu sau đây:

(1) Phù hợp với xu hướng nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(2) Đáp ứng chuẩn đầu ra đối với sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(3) Các biện pháp có tính thực tiễn: Các biện pháp có tính thực tiễn, phù hợp với điều kiện về đội ngũ giảng viên và cơ sở vật chất của trường Đại học TDTT Bắc Ninh; không mâu thuẫn với các giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo đã đề ra trong kế hoạch chiến lược cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(4) Biện pháp phù hợp với chương trình đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả được chúng tôi trình bày tại bảng 3.12 và biểu đồ 3.8

So với với thang đo khoảng cách 5 mức độ thì các điểm đều nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20, thuộc mức đồng ý. Như vậy, các yêu cầu khi lựa chọn các biện pháp đều nhận được sự đồng thuận cao của các đối tượng phỏng vấn. Đề tài sử dụng các yêu cầu này để đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3.2.2. Cơ sở thực tiễn của việc lựa chọn các biện pháp

Căn cứ 4 yêu cầu đã thu được, đề tài đã tiến hành các biện pháp nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các biện pháp được lựa chọn được trình bày tại trang 93 của luận án

Để đánh giá mức độ đồng thuận được xác định thông qua kết quả phỏng vấn, đối tượng phỏng vấn của đề tài là 45 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các chuyên gia được trình bày tại bảng 3.13. Qua bảng 3.13 cho thấy tần suất trả lời ở phương án “Rất đồng ý” là 244 chiếm 38.7%; phương án “Đồng ý” là 278 chiếm tỷ lệ 44.1%; phương án “Không ý kiến” là 80 chiếm tỷ lệ 12.7%. Như vậy, tổng các phương án trả lời rất đồng ý và đồng ý là 82.8%. Như vậy, 4 biện pháp với 14 nhiệm vụ mà đề tài bước đầu xây dựng được đa số các ý kiến đều lựa chọn nhằm phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh được trình bày tại bảng 3.14 và biểu đồ 3.9 của luận án

Xác định độ tin cậy kết quả phỏng vấn, đề tài đã kiểm nghiệm thông qua xác định hệ số tin cậy Cronbach's Alpha ở bảng 3.15 của luận án

Kết quả tính toán Cronbach's Alpha ở bảng 3.15 cho thấy, hệ số tin cậy (Cronbach's Alpha) = 0.924; Biến quan sát phải loại bỏ nếu giá trị lớn hơn hệ số

tin cậy (Hệ số tương quan giữa biến-tổng khi xóa biến) của tất cả các biện pháp và nhiệm vụ đều từ 0.915 đến $0.923 < 0.924$; Hoặc biến quan sát phải loại bỏ nếu tương quan giữa biến đó so với tổng < 0.4 (Hệ số tương quan biến-tổng), song kết quả thu được đều từ 0.505 đến $0.737 > 0.4$. Như vậy, 4 biện pháp và 14 nhiệm vụ mà đề tài đề xuất được lựa chọn và đảm bảo độ tin cậy.

Như vậy từ những kết quả nghiên cứu trên, đề tài đã lựa chọn 4 biện pháp với 14 nhiệm vụ phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các biện pháp bao gồm:

Biện pháp 1: Nâng cao tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ. Bao gồm 5 nhiệm vụ sau:

(BP1.1) Cá thể hóa việc học tập của người học.

(BP1.2) Gắn kết sinh viên trong lớp học chuyên ngành bóng đá.

(BP1.3) Hỗ trợ hoạt động ngoại khóa của sinh viên.

(BP1.4) Sinh viên chủ động lập kế hoạch học tập.

(BP1.5) Nâng cao phương pháp rèn luyện của sinh viên.

Biện pháp 2: Nâng cao năng lực của giảng viên. Bao gồm 4 nhiệm vụ sau:

(BP2.1) Bồi dưỡng trình độ chuyên môn của giảng viên.

(BP2.2) Tham gia vào các công việc của liên đoàn cho giảng viên.

(BP2.3) Đổi mới phương pháp giảng dạy của giảng viên.

(BP2.4) Giảng viên hỗ trợ sinh viên tiếp cận thị trường lao động.

Biện pháp 3: Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC. Bao gồm 3 nhiệm vụ sau:

(BP3.1) Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC.

(BP3.2) Tích hợp vào chương trình đào tạo chuyên ngành bóng đá.

(BP3.3) Đánh giá hiệu quả các bài tập lựa chọn.

Biện pháp 4: Khai thác hiệu quả cơ sở vật chất phục vụ hoạt động dạy học môn chuyên ngành bóng đá. Bao gồm 2 nhiệm vụ sau:

(BP4.1) Khai thác hiệu quả các công trình TDTT trong các giờ tập luyện TDTT ngoại khóa.

(BP4.2) Sử dụng trang thiết bị, dụng cụ luyện tập hợp lý trong giảng dạy và tập luyện TDTT ngoại khóa.

3.2.3. Nội dung các biện pháp

Nội dung của từng biện pháp được chúng tôi trình bày chi tiết từ trang số 102 đến trang 111 của luận án

Biện pháp 1: Nâng cao tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

Biện pháp 2: Nâng cao năng lực của giảng viên.

Biện pháp 3: Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC.

Biện pháp 4: Khai thác hiệu quả cơ sở vật chất phục vụ hoạt động dạy học môn chuyên ngành bóng đá.

3.2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả của các biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

3.2.1. Biện pháp 1: Nâng cao tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ

Để đánh giá tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ, đề tài đã tiến hành vận dụng đánh giá thông qua kết quả phỏng vấn theo thang bậc Likert đối với việc học tập các môn thể thao chuyên ngành của sinh viên.

Kết quả phỏng vấn thu được ở bảng 3.17 cho thấy, tính chủ động của sinh viên trong học tập môn chuyên ngành có kết quả tính chủ động của sinh viên trong học tập môn chuyên ngành đều ở mức rất cao. Song bên cạnh đó thì việc hình thành và giải quyết vấn đề theo nhóm của sinh viên còn hạn chế, có tới 20.78% ý kiến ở mức độ trung lập. Kết quả thu được được trình bày tại biểu đồ 3.10 của luận án

Để so sánh kết quả phỏng vấn sinh viên thu được sau khi áp dụng biện pháp với thời điểm ban đầu được trình bày ở bảng 3.18.

Kết quả thu được cho thấy: Số lượng sinh viên có tính chủ động tăng lên rõ rệt sau thực nghiệm, ngược lại số sinh viên ở mức chưa chủ động giảm xuống so với trước thực nghiệm, chỉ có 6 ý kiến tự đánh giá ở mức chưa chủ động chiếm tỉ lệ 1.6%. Kết quả kiểm định Khi bình phương giữa thời điểm trước và sau thực nghiệm là 144.27 với $P < 0.001$. Như vậy, giữa thời điểm trước và sau thực nghiệm có sự khác biệt và sau thực nghiệm tự đánh giá tính chủ động của sinh viên cao hơn hẳn.

3.2.2. Biện pháp 2: Nâng cao năng lực của giảng viên

Để đánh giá hiệu quả biện pháp nâng cao năng lực của giảng viên, đề tài đã tiến hành đánh giá theo các nhiệm vụ đã lựa chọn. Kết quả thống kê được trình bày ở bảng 3.19.

Bảng 3.4. Kết quả thống kê bước đầu về tổ chức nâng cao năng lực của giảng viên chuyên ngành bóng đá

TT	Nội dung	Kết quả (buổi)		Tăng trưởng (lần)
		Trước khi triển khai	Sau khi triển khai	
1	Bồi dưỡng trình độ chuyên môn của giảng viên	10	30	3
2	Tham gia vào các công việc của liên đoàn cho giảng viên	30	90	3
3	Đổi mới phương pháp giảng dạy của giảng viên	10	20	2
4	Giảng viên hỗ trợ sinh viên tiếp	2	10	5

	cận thị trường lao động			
*	Tổng	52	150	2.89

Từ kết quả thống kê ở bảng 3.19 về kế hoạch bước đầu nhằm thực hiện các biện pháp mà đề tài lựa chọn đã cho thấy có sự chuyển biến tích cực ở tất cả 4 nhiệm vụ cơ bản trong hoạt động nâng cao năng lực cho giảng viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Thể hiện ở mức độ tăng trưởng giữa thời điểm trước khi triển khai và sau khi triển khai các biện pháp. Như vậy, thông qua kết quả bước đầu về kế hoạch triển khai thực hiện các biện pháp đã cho thấy hiệu quả rõ rệt của các biện pháp mà đề tài lựa chọn.

Hiệu quả của biện pháp nâng cao năng lực của giảng viên chuyên ngành bóng đá còn thấy được qua ý kiến phản hồi của sinh viên.

Kết quả đánh giá giảng dạy môn học chuyên ngành bóng đá cho sinh viên trường Đại học TDTT Bắc Ninh thông qua ý kiến phản hồi của sinh viên với 5 câu hỏi nhận định

Mức độ đồng thuận được xác định thông qua kết quả phỏng vấn 77 sinh viên. Kết quả về tần suất trả lời được trình bày tại bảng 3.20.

Kết quả thu được cho thấy: tần suất trả lời ở phương án “Rất đồng ý” là 202 chiếm 52.5%; phương án “Đồng ý” là 126 chiếm tỷ lệ 32.7%; phương án “Không ý kiến” là 34 chiếm tỷ lệ 8.8%. Như vậy, tổng các phương án trả lời rất đồng ý và đồng ý là 85.2%. Như vậy, năng lực giảng viên giảng dạy chuyên ngành bóng đá qua ý kiến phản hồi của sinh viên được đa số các ý kiến đánh giá ở mức cao. Về kết quả trả lời từng tiêu chí được trình bày ở bảng 3.21 của luận án. Đa số ý kiến phản hồi của sinh viên về năng lực giảng viên chuyên ngành bóng đá nằm ở vùng mức độ đồng ý và rất đồng ý chiếm tỷ lệ từ 75.32% đến 90.91%. Còn lại là vùng mức độ không đồng ý chiếm tỷ lệ từ thấp từ 5.19% đến 7.79%. Như vậy, đa số ý kiến đều đánh giá ở đồng ý và rất đồng ý với năng lực giảng viên chuyên ngành bóng đá đã đem lại hiệu quả cho sinh viên trường Đại học TDTT Bắc Ninh;

3.2.3. Biện pháp 3: Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

3.2.3.1. Lựa chọn bài tập

Qua tổng hợp các tài liệu có liên quan tới huấn luyện thể lực, thực tiễn công tác giảng dạy môn bóng đá cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh ở mỗi học kỳ, chúng tôi đã thu thập được 80 bài tập phát triển thể lực chuyên môn, trong đó sức nhanh (SN): 18 bài tập; sức mạnh bền (SMB): 7 bài tập; sức mạnh tốc độ (SMTD): 10 bài tập; sức bền tốc độ (SBTD): 23 bài tập; khéo léo (KL): 22 bài tập.

Đề lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá, đề tài tiến hành

phỏng vấn HLV, trọng tài, cán bộ quản lý chuyên môn, chuyên gia bằng phiếu phỏng vấn. Thành phần đối tượng phỏng vấn bao gồm 45 người. Ở mỗi bài tập phỏng vấn được trả lời theo 5 mức độ của thang đo Likert (C1. Rất không đồng ý; C2. Không đồng ý; C3. Không ý kiến; C4. Đồng ý; C5. Rất đồng ý). Xử lý kết quả phỏng vấn thu được như trình bày ở bảng 3.22.

Bảng 3.5. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức nhanh cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
1	SN01	8.89	6.67	84.44	4.27	1.01
2	SN02	4.44	8.89	86.67	4.24	0.88
3	SN03	6.67	11.11	82.22	4.33	1.07
4	SN04	4.44	6.67	88.89	4.33	0.88
5	SN05	4.44	8.89	86.67	4.38	0.91
6	SN06	4.44	4.44	91.11	4.27	0.84
7	SN07	4.44	11.11	84.44	4.40	0.94
8	SN08	6.67	6.67	86.67	4.20	0.99
9	SN09	4.44	11.11	84.44	4.33	0.93
10	SN10	6.67	17.78	75.56	4.27	1.05
11	SN11	8.89	4.44	86.67	4.31	1.00
12	SN12	4.44	11.11	84.44	4.31	0.92
13	SN13	4.44	13.33	82.22	4.36	0.96
14	SN14	6.67	8.89	84.44	4.20	0.94
15	SN15	4.44	11.11	84.44	4.24	0.91
16	SN16	4.44	4.44	91.11	4.51	0.87
17	SN17	6.67	11.11	82.22	4.27	1.05
18	SN18	8.89	4.44	86.67	4.20	0.97

Kết quả thu được ở bảng 3.22 cho thấy, khi tính điểm trung bình theo thang đo Likert thì cao nhất là 4.36 điểm và thấp nhất là 4.20 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert có 3/18 bài tập nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20 (mức đồng ý), còn 15/18 bài tập có điểm ≥ 4.21 (mức rất đồng ý). Như vậy, đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 18 bài tập sức nhanh để phát triển thể lực cho

nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của trường đại học TDTT Bắc Ninh mà đề tài bước đầu lựa chọn.

Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh bền cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá được trình bày ở bảng 3.23.

Bảng 3.6. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh bền cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
1	1	SMB19	6.67	11.11	82.22	4.33
2	2	SMB20	4.44	8.89	86.67	4.36
3	3	SMB21	4.44	11.11	84.44	4.31
4	4	SMB22	4.44	15.56	80.00	4.24
5	5	SMB23	4.44	6.67	88.89	4.42
6	6	SMB24	4.44	13.33	82.22	4.20
7	7	SMB25	6.67	6.67	86.67	4.36

Kết quả thu được ở bảng 3.23 và biểu đồ 3.13 của luận án cho thấy, khi tính điểm trung bình theo thang đo Likert thì cao nhất là 4.36 điểm và thấp nhất là 4.20 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert có 1/7 bài tập nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20 (mức đồng ý), còn 6/7 bài tập có điểm ≥ 4.21 (mức rất đồng ý). Như vậy, đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 7 bài tập sức mạnh để phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của trường đại học TDTT Bắc Ninh mà đề tài bước đầu lựa chọn.

Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá được trình bày ở bảng 3.24 và biểu đồ 3.14.

Bảng 3.7. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
1	SMTD26	4.44	13.33	82.22	4.31	0.95
2	SMTD27	8.89	13.33	77.78	4.18	1.05
3	SMTD28	4.44	8.89	86.67	4.42	0.92
4	SMTD29	8.89	6.67	84.44	4.22	1.13
5	SMTD30	8.89	2.22	88.89	4.31	0.97
6	SMTD31	8.89	11.11	80.00	4.11	1.01
7	SMTD32	4.44	8.89	86.67	4.40	0.91
8	SMTD33	6.67	8.89	84.44	4.20	0.94

9	SMTD34	4.44	11.11	84.44	4.38	0.94
10	SMTD35	6.67	8.89	84.44	4.20	0.94

Kết quả thu được ở bảng 3.24 và biểu đồ 3.14 của luận án cho thấy: Khi tính điểm trung bình theo thang đo Likert thì cao nhất là 4.36 điểm và thấp nhất là 4.18 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert có 3/10 bài tập nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20 (mức đồng ý), còn 7/10 bài tập có điểm ≥ 4.21 (mức rất đồng ý). Như vậy, đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 10 bài tập sức mạnh tốc độ để phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh mà đề tài bước đầu lựa chọn.

Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá được trình bày ở bảng 3.25 và biểu đồ 3.15.

Bảng 3.8. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
1	SBTD36	4.44	13.33	82.22	4.42	0.97
2	SBTD37	4.44	15.56	80.00	4.20	0.94
3	SBTD38	4.44	6.67	88.89	4.29	0.87
4	SBTD39	4.44	2.22	93.33	4.38	0.83
5	SBTD40	6.67	6.67	86.67	4.29	0.94
6	SBTD41	4.44	20.00	75.56	4.18	0.98
7	SBTD42	6.67	8.89	84.44	4.31	0.97
8	SBTD43	8.89	8.89	82.22	4.22	1.02
9	SBTD44	6.67	6.67	86.67	4.29	0.94
10	SBTD45	6.67	8.89	84.44	4.31	1.04
11	SBTD46	4.44	17.78	77.78	4.22	0.97
12	SBTD47	6.67	6.67	86.67	4.27	0.94
13	SBTD48	4.44	8.89	86.67	4.44	0.92
14	SBTD49	8.89	6.67	84.44	4.20	1.06
15	SBTD50	4.44	4.44	91.11	4.40	0.86
16	SBTD51	4.44	11.11	84.44	4.36	0.93
17	SBTD52	4.44	8.89	86.67	4.42	0.92
18	SBTD53	4.44	8.89	86.67	4.33	0.90
19	SBTD54	4.44	8.89	86.67	4.27	0.89
20	SBTD55	6.67	11.11	82.22	4.29	1.06
21	SBTD56	6.67	8.89	84.44	4.22	0.95
22	SBTD57	6.67	11.11	82.22	4.13	0.94

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
23	SBTD58	6.67	8.89	84.44	4.24	0.96

Kết quả thu được ở bảng 3.25 cho thấy, khi tính điểm trung bình theo thang đo Likert thì cao nhất là 4.44 điểm và thấp nhất là 4.13 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert có 4/23 bài tập nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20 (mức đồng ý), còn 19/23 bài tập có điểm ≥ 4.21 (mức rất đồng ý). Như vậy, đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 23 bài tập sức bền tốc độ để phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của trường đại học TDTT Bắc Ninh mà đề tài bước đầu lựa chọn.

Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển khả năng khéo léo cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá được trình bày ở bảng 3.26 và biểu đồ 3.16.

Bảng 3.9. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phát triển khả năng khéo léo cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
1	1	KL59	6.67	6.67	86.67	4.31
2	2	KL60	4.44	13.33	82.22	4.18
3	3	KL61	6.67	8.89	84.44	4.22
4	4	KL62	8.89	11.11	80.00	4.20
5	5	KL63	8.89	4.44	86.67	4.11
6	6	KL64	4.44	8.89	86.67	4.38
7	7	KL65	4.44	6.67	88.89	4.24
8	8	KL66	4.44	4.44	91.11	4.38
9	9	KL67	6.67	8.89	84.44	4.11
10	10	KL68	4.44	6.67	88.89	4.40
11	11	KL69	4.44	11.11	84.44	4.09
12	12	KL70	4.44	11.11	84.44	4.31
13	13	KL71	4.44	4.44	91.11	4.27
14	14	KL72	4.44	15.56	80.00	4.42
15	15	KL73	6.67	6.67	86.67	4.18
16	16	KL74	4.44	8.89	86.67	4.38
17	17	KL75	4.44	8.89	86.67	4.29
18	18	KL76	4.44	8.89	86.67	4.33
19	19	KL77	6.67	2.22	91.11	4.36
20	20	KL78	4.44	2.22	93.33	4.42

TT	Bài tập	Kết quả phỏng vấn (%)			\bar{X}	δ
		Thấp	Trung lập	Cao		
21	21	KL79	4.44	11.11	84.44	4.33
22	22	KL80	6.67	8.89	84.44	4.27

Kết quả thu được ở bảng 3.16 và biểu đồ 3.16 cho thấy, khi tính điểm trung bình theo thang đo Likert thì cao nhất là 4.42 điểm và thấp nhất là 4.09 điểm. So sánh điểm trung bình theo thang đo Likert có 6/22 bài tập nằm trong khoảng từ 3.41 - 4.20 (mức đồng ý), còn 16/22 bài tập có điểm ≥ 4.21 (mức rất đồng ý). Như vậy, đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 23 bài tập khả năng khéo léo để phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của trường đại học TDTT Bắc Ninh mà đề tài bước đầu lựa chọn.

Tóm lại, thông qua kết quả phỏng vấn, đề tài bước đầu đã lựa chọn được 80 bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá.

3.2.3.2. Tổ chức thực nghiệm sư phạm

Việc nghiên cứu ứng dụng bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh được tiến hành trong thời gian 01 năm học.

Đối tượng thực nghiệm dùng để đánh giá hiệu quả 80 bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh bao gồm khóa các khóa Đại học 47, 48. Phạm vi ứng dụng ở cả 4 học phần.

Các đối tượng thực nghiệm này đều được áp dụng các bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh mà quá trình nghiên cứu của đề tài đã lựa chọn. Kết thúc quá trình học tập ở từng kỳ, đề tài sử dụng 12 test để kiểm tra - đánh giá.

Sau khi kết thúc quá trình thực nghiệm, luận án tiến hành so sánh kết quả đạt được trên đối tượng thực nghiệm. Từ đó đánh giá hiệu quả của các bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Kết quả thực nghiệm được trình bày trong đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành bóng đá thông qua tự đối chiếu của luận án.

3.2.3.3. Đánh giá hiệu quả các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành bóng đá thông qua tự đối chiếu

Đề theo dõi diễn biến thể lực của nam sinh viên chuyên ngành bóng đá, đề tài xác định sự khác biệt về thành tích đạt được giữa đầu học kỳ và kết thúc học kỳ thông qua kiểm định t. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.27 đến bảng 3.30 của luận án

Sử dụng các test và thang điểm đã xây dựng, đề tài so sánh kết quả xếp loại thể lực giữa các sinh viên khóa đại học 48 và đại học 49 với khóa đại học 46 và đại học 47. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.31.

Bảng 3.10. Kết quả xếp loại kiểm tra thể lực sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC

Sinh viên		Xếp loại		
		Chưa đạt	Đạt	Tốt
Đại học 46 và 47 (n=77)	Số lượng	40	28	9
	%	51.9	36.4	11.7
Đại học 48 và 49 (n=77)	Số lượng	5	23	49
	%	6.5	29.9	63.6
$\chi^2 = 55.299$, Bậc tự do = 2, P = 9.819e-13 < 0.001				

Kết quả thu được ở bảng 3.31 cho thấy, khi so khóa đại học 46 và đại học 47 về kết quả xếp loại, số lượng sinh viên khóa đại học 48 và đại học 49 có mức xếp loại tốt chiếm tỷ lệ cao, còn mức xếp loại chưa đạt chiếm tỷ lệ thấp. Kết quả cụ thể như sau:

Ở khóa đại học 46 và đại học 47: Tỷ lệ sinh viên chưa đạt là 51.9%, đạt là 36.4% và tốt là 11.7%.

Ở khóa đại học 48 và đại học 49: Tỷ lệ sinh viên chưa đạt là 6.5%, đạt là 29.9% và tốt là 63.6%.

Kết quả kiểm định Khi bình phương giữa hai nhóm là 55.299 với $P < 0.001$. Như vậy, kết quả xếp loại thể lực giữa sinh viên hai nhóm có sự khác biệt, tức là trình độ thể lực của sinh viên khóa đại học 48 và đại học 49 tốt hơn hẳn sinh viên chuyên ngành bóng đá khóa đại học 46 và đại học 47 ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3.2.4. Biện pháp 4: Khai thác hiệu quả cơ sở vật chất phục vụ hoạt động dạy học môn chuyên ngành bóng đá

Để đánh giá hiệu quả biện pháp nâng cao năng lực của giảng viên, đề tài đã tiến hành đánh giá theo các nhiệm vụ đã lựa chọn. Cụ thể:

(VC1) Khai thác hiệu quả các công trình TDTT trong các giờ tập luyện TDTT ngoại khóa.

(VC2) Sử dụng trang thiết bị, dụng cụ luyện tập hợp lý trong giảng dạy và tập luyện TDTT ngoại khóa.

Kết quả thống kê được trình bày ở bảng 3.32.

Bảng 3.11. Kết quả thống kê bước đầu về khai thác tối đa cơ sở vật chất

TT	Công trình và thiết bị	Mức độ hiệu quả (%)	Tăng trưởng (lần)
----	------------------------	---------------------	-------------------

		<i>Trước khi triển khai</i>	<i>Sau khi triển khai</i>	
1	Sân bóng đá 1	70%	95%	1.36
2	Sân bóng đá 2	75%	95%	1.27
3	Sân bóng đá 3	80%	95%	1.19
	Tổng	225.00%	285.00%	1.27

Từ kết quả thống kê ở bảng 3.32 về kế hoạch bước đầu nhằm thực hiện các biện pháp mà đề tài lựa chọn đã cho thấy, việc khai thác hiệu quả các công trình và thiết bị ở 3 sân bóng đá có sự chuyển biến tích cực trong hoạt động nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Thể hiện ở mức độ tăng trưởng giữa thời điểm trước khi triển khai và sau khi triển khai các biện pháp.

3.3. Bàn luận

3.3.1. Đánh giá thực trạng và lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Thực chất là các phân tích, xác định yếu tố ảnh hưởng đến thể lực của sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh là có mối quan hệ mật thiết với chất lượng đào tạo. Vấn đề chất lượng đào tạo được hình thành bởi tổng hòa nhiều yếu tố phụ thuộc. Tuy nhiên, luận án đã tiến hành phân tích một số các yếu tố ảnh hưởng đến thể lực của sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Từ đó xác định những vấn đề then chốt nhằm đề ra các biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên có tính bao trùm. Trong những phân tích đó nhấn mạnh mức độ phù hợp về các bài tập thể lực sử dụng trong giảng dạy - huấn luyện để thấy rõ ảnh hưởng của các yếu tố này đến việc phát triển thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh. So sánh với các công trình nghiên cứu khác về chất lượng đào tạo nói chung và bài tập phát triển thể lực nói riêng có một số điểm đồng nhất, song điểm khác biệt trong luận án là đảm bảo khả năng phù hợp ở mức độ hệ thống. Tức là phạm vi rộng hơn và toàn diện hơn, nó nhấn mạnh đến cả yếu tố người dạy và người học, cùng các điều kiện đảm bảo. Đồng thời hướng vào chuẩn đầu ra đã được nhà trường thông qua cho môn học chuyên ngành bóng đá. Luận án đã làm rõ các điểm mấu chốt là các biện pháp và hệ thống bài tập mà nhà trường đang sử dụng để phát triển thể lực chuyên môn còn tồn tại hạn chế trong điều kiện chuyển đổi sang đào tạo theo học chế tín chỉ. Bằng các phương pháp khoa học, quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được các test đánh giá trình độ phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh, là cơ sở khoa học cho việc lựa chọn các bài tập thể lực theo học kỳ. Kết quả thu thập được xử lý bằng các phần mềm nên đã làm rõ được độ tin cậy của kết quả phỏng vấn và độ tin cậy của kết quả phân tích nhằm lựa chọn được các test đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Sau khi lựa chọn được nội dung và xây dựng thang đánh giá, đề tài đã sử dụng trong thực tiễn để đánh giá thực trạng thể lực theo học kỳ cho sinh viên chuyên ngành bóng của trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Khi đánh giá, đề tài đã thực hiện đồng thời trên ba khóa học mà không tiến hành trên một khóa học cố định. Điều này là hoàn toàn phù hợp với thực tế giảng dạy và chỉ có như vậy mới có thể áp dụng đồng thời ở 4 học kỳ với thời lượng một năm học. Áp dụng này là hoàn toàn phù hợp với lịch trình, tiến trình giảng dạy và các bài tập vận dụng trong các giáo án tuần.

Thông qua đánh giá thực trạng công tác huấn luyện thể lực, đề tài đã làm sáng tỏ được các vấn đề có ảnh hưởng mạnh mẽ đến đến phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Mà một trong các nguyên nhân là thiếu các biện pháp đồng bộ, các bài tập hiện áp dụng chưa toàn diện và gắn kết chặt chẽ với chuẩn đầu ra ở môn thể thao chuyên ngành. Từ những kết quả thu được và bản luận đã cho thấy đặc thù công tác huấn luyện thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Đồng thời thấy những điểm khác biệt của luận án với các công trình nghiên cứu đã công bố. Từ đó làm rõ được những hạn chế, tồn tại trong phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3.3.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Phát triển thể lực nói chung và thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh là yêu cầu cần hoàn thành của chương trình đào tạo ngành GDTC. Đồng thời việc chuẩn bị thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá của trường Đại học TDTT Bắc Ninh quan hệ chặt chẽ với các yếu tố đảm bảo chất lượng. Đồng thời gắn liền với nâng cao thể chất và tăng cường sức khỏe. Do vậy, nó cần phải có các biện pháp đồng bộ và điều chỉnh kịp thời để hoàn thành được chuẩn đầu ra ở ngay từng tín chỉ. Trong quá trình giảng dạy, huấn luyện không thể coi nhẹ bất kỳ một yếu tố ảnh hưởng nào, mà phải phối hợp hài hòa và đồng bộ nhiều biện pháp khác nhau nhằm phát triển một cách toàn diện trình độ kỹ, chiến thuật và thể lực cho sinh viên chuyên ngành. Từ đó trang bị cho sinh viên những kỹ năng nghề nghiệp phù hợp với nhu cầu xã hội sau khi tốt nghiệp ra trường.

Căn cứ cơ sở lý luận và kết quả đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực của sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh, đề tài đã đề xuất được 4 biện pháp với 14 nhiệm vụ. Các biện pháp lựa chọn có sự hài hòa giữa cả yếu tố chuyên môn và điều kiện đảm bảo. Để xây dựng các biện pháp, đề tài đã có sự định hướng rõ ràng về mục tiêu và yêu cầu của các biện pháp được xây dựng. Cấu trúc mỗi biện pháp được xây dựng gồm 3 phần: mục đích, nội dung và tổ chức thực hiện.

Với phân tích hệ số KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) nhằm xem xét sự thích hợp các nhiệm vụ của biện pháp. Trị số của KMO đạt giá trị trên 0.5 ($0.5 \leq KMO$

≤ 1) là điều kiện đủ để phân tích nhân tố là phù hợp. Đồng thời ở kiểm định Bartlett's đã khẳng định giả thuyết là các nhiệm vụ có tương quan với nhau trong mỗi biện pháp. Cùng với trị số Eigenvalue ≥ 1 và tổng phương sai trích (Total Variance Explained) $\geq 50\%$ đã khẳng định toàn diện về các nhiệm vụ trong mô hình phân tích EFA. Hay nói cách khác là có sự phù hợp trong phân tích 4 biện pháp gắn liền với 14 nhiệm vụ.

Kết quả nghiên cứu của đề tài tiếp cận và phù hợp với việc nâng cao tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ: Nâng cao năng lực của giảng viên, hoàn thiện hệ thống bài tập ứng dụng, hoàn thiện năng lực người học và phát huy hiệu quả cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá. Việc lựa chọn được 4 biện pháp nâng cao thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá sẽ góp phần hoàn thiện công tác hoạch định phát triển trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3.3.3. Về ứng dụng và đánh giá hiệu quả của các biện pháp nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Việc ứng dụng bước đầu các biện pháp trong thực tiễn đã mang lại hiệu quả trực tiếp đối với từng biện pháp, song đều có tác động tích cực đến phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá.

Kết quả ứng dụng các biện pháp đã đem lại hiệu quả tích cực thông qua tính chủ động của sinh viên trong 4 học phần, mức độ chuyển biến rõ rệt. Sinh viên đã nhận thức đầy đủ về mối quan hệ giữa kết quả học tập và nghề nghiệp. Từ đó tích cực, chủ động trong quá trình theo đuổi môn thể thao chuyên ngành trong mỗi học phần và trải nghiệm thực tế. Từ đó tích cực, chủ động học tập đáp ứng chuẩn đầu ra của chương trình môn học và chuẩn bị tích cực cho công việc tương lai của mình. Kết quả này đã cho thấy những ảnh hưởng, tác động tích cực từ các biện pháp được triển khai.

Kết quả lựa chọn được 80 bài tập về cơ bản là phù hợp với những hướng dẫn về kỹ chiến thuật và phương pháp tập luyện trong môn bóng đá. Các bài tập lựa chọn phân theo các tố chất thể lực chuyên môn bóng đá, đa dạng và đáp ứng được các yêu cầu về phát triển các tố chất thể lực chuyên môn theo 4 học kỳ. Các bài tập mà đề tài lựa chọn đã đáp ứng được yêu cầu trong thực tiễn giảng dạy cho sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Tóm lại, kết quả nghiên cứu qua một năm học đã chứng minh bài tập áp dụng có hiệu quả rõ rệt trong phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

A. Kết luận: Từ kết quả nghiên cứu trên luận án rút ra những kết luận sau:

1. Luận án đã xác định được các điều kiện đủ về trình độ giảng viên giảng dạy, cơ sở vật chất sân bãi tập luyện, trong đó xác định được 4 yếu tố có ảnh hưởng lớn nhất đến phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại

học TDTT Bắc Ninh. Đồng thời, lựa chọn được 12 test và xây dựng bảng điểm để đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá theo các học kỳ. Kết quả đánh giá thực trạng công tác huấn luyện thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh còn tồn tại nhiều bất cập: Thời lượng dành cho tập luyện kỹ thuật, chiến thuật chiếm tỷ trọng lớn; Phân bổ thời gian dành trong huấn luyện các tố chất thể lực chưa cân đối, chú trọng quá nhiều đến tố chất khéo léo; Số lượng bài tập chưa đa dạng; Tỷ lệ xếp loại sinh viên về trình độ thể lực chủ yếu ở mức chưa đạt và đạt. Kết quả đánh giá thực trạng đã cho thấy sự cần thiết phải có các biện pháp đồng bộ nhằm phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

2. Thông qua các phương pháp khoa học, luận án đã xác định được 4 biện pháp với 14 nhiệm vụ nhằm phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các biện pháp lựa chọn nhận được sự đồng thuận cao của các đối tượng phỏng vấn. Các biện pháp lựa chọn gồm:

Biện pháp 1: Nâng cao tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ. Bao gồm 5 nhiệm vụ sau:

- (1) Cá thể hóa việc học tập của người học.
- (2) Gắn kết sinh viên trong lớp học chuyên ngành bóng đá.
- (3) Hỗ trợ hoạt động ngoại khóa của sinh viên.
- (4) Sinh viên chủ động lập kế hoạch học tập.
- (5) Nâng cao phương pháp rèn luyện của sinh viên.

Biện pháp 2: Nâng cao năng lực của giảng viên. Bao gồm 4 nhiệm vụ sau:

- (1) Bồi dưỡng trình độ chuyên môn của giảng viên.
- (2) Tham gia vào các công việc của liên đoàn cho giảng viên.
- (3) Đổi mới phương pháp giảng dạy của giảng viên.
- (4) Giảng viên hỗ trợ sinh viên tiếp cận thị trường lao động.

Biện pháp 3: Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC. Bao gồm 3 nhiệm vụ sau:

- (1) Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC.
- (2) Tích hợp vào chương trình đào tạo chuyên ngành bóng đá.
- (3) Đánh giá hiệu quả các bài tập lựa chọn.

Biện pháp 4: Khai thác hiệu quả cơ sở vật chất phục vụ hoạt động dạy học môn chuyên ngành bóng đá. Bao gồm 2 nhiệm vụ sau:

- (1) Khai thác hiệu quả các công trình TDTT trong các giờ tập luyện TDTT ngoại khóa.
- (2) Sử dụng trang thiết bị, dụng cụ luyện tập hợp lý trong giảng dạy và tập luyện TDTT ngoại khóa.

3. Triển khai các biện pháp trong thực nghiệm, luận án đã lựa chọn được 80 bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Bài tập được chia thành: Sức nhanh; Sức mạnh bền; Sức mạnh tốc độ; Sức bền tốc độ; Khả năng khéo léo.

Ứng dụng các biện pháp đã mang lại hiệu quả cao trong phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Đồng thời bước đầu nâng cao được tính chủ động của sinh viên trong đào tạo theo học chế tín chỉ.

Kiến nghị

Từ những kết luận nêu trên, cho phép đi đến những kiến nghị sau:

1. Các biện pháp mà đề tài đã lựa chọn, nhà trường cần triển khai áp dụng nhằm tiếp tục phát triển thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

2. Tùy thuộc vào chuẩn đầu ra, các nội dung đánh giá, thang điểm xây dựng, bộ môn cần điều chỉnh phù hợp trong thi - kiểm tra giữa kỳ và kết thúc học phần nhằm nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC của trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3. Nhà trường cần có những nghiên cứu sâu hơn để cải tiến, xây mới chương trình đào tạo ngành GDTC nói chung và môn thể thao chuyên ngành bóng đá nói riêng để đáp ứng nhu cầu xã hội.

DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN

1. Nguyễn Tuấn Anh (2019), “Nghiên cứu lựa chọn các test đánh giá thể lực cho nam SV chuyên ngành bóng đá ngành giáo dục thể chất Trường Đại học TDTT Bắc Ninh”, *Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện Thể thao*, Số 5/2019, tr. 52 - 55.
2. Nguyen Tuan Anh (2019), “*Physical activity of male students majoring in Football Department of Physical Education, Bac Ninh Sports University and Physical Education, Proceedings*”, International scientific conference sports in the context of the industrial revolution 4.0”, pp. 374-376.