

# Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho nam sinh viên năm thứ hai Học viện y dược học cổ truyền Việt Nam

## TÓM TẮT:

Thông qua sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, quan sát sư phạm, toán học thống kê, nghiên cứu tiến hành lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất (GDTC) cho nam sinh viên (SV) năm thứ hai Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam (HVDHCTVN). Kết quả lựa chọn được 06 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho nam SV năm thứ hai HVDHCTVN

*Từ khóa: biện pháp, giáo dục thể chất, nam SV, Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam.*

## ABSTRACT:

By using methods: Analyzing and synthesizing data, interviewing, educational observing, and statistical mathematics, I select methods that promote physical education's effects for male sophomore of Vietnam University of Traditional Medicine. The result is that 6 methods that promote physical education's effects for male sophomore of Vietnam University of Traditional Medicine are selected.

*Keywords: methods, physical education, male sophomore, Vietnam University of Traditional Medicine.*

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác GDTC đã được các cấp lãnh đạo nhà trường hết sức quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới, nâng cao thiết bị cơ sở vật chất sân bãi dụng cụ. Một số trường đã đầu tư và cải tạo xây dựng nhiều công trình thể dục thể thao rất to và hiện đại đã và đang phục vụ tốt cho công tác giảng dạy nội khoá và hoạt động ngoại khoá. Nhưng thực tế trong công tác GDTC ở các trường còn bộc lộ nhiều hạn chế.

HVDHCTVN là một đơn vị đào tạo ra đội ngũ cán bộ, bác sỹ Y dược học trên cả nước. Hiện nay công tác GDTC còn có nhiều hạn chế, nhận thức của học sinh, SV về vai trò, tác dụng của môn học vẫn mang tính thời sự và chưa được đầy đủ. Nội dung chương trình và kế hoạch giảng dạy còn chưa được

ThS. Nguyễn Thị Hương Giang ■



(Ảnh minh họa)

đồng bộ, phong trào luyện tập thể dục thể thao (TDTT) vẫn còn mang tính tự phát.

Xuất phát từ lý do trên chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho đối tượng nam sinh viên năm thứ hai Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; quan sát sư phạm; phỏng vấn; toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

**2.1. Thực trạng về đội ngũ giảng viên cơ sở vật chất và kết quả học tập GDTC và chất lượng đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV của nam SV năm thứ 2 HVDHCTVN**

**Bảng 1. Chương trình GDTC của SV HVYDHCTVN**

| TT   | Học phần | Môn học                                | Nội dung  |           |      | Tổng |
|------|----------|----------------------------------------|-----------|-----------|------|------|
|      |          |                                        | Lý thuyết | Thực hành | Tổng |      |
| 1    | I        | Lý thuyết chung về GDTC.               | 06        | -         | 30   | 06   |
|      |          | Thể dục cơ bản và phát triển chung.    | 02        | 10        |      | 12   |
|      |          | Kỹ thuật chạy cự ly ngắn.              | 02        | 10        |      | 12   |
| 2    | II       | Võ Taekwondo                           | 02        | 16        | 30   | 18   |
|      |          | Cầu lông.                              | 02        | 10        |      | 12   |
| 3    | III      | Võ Taekwondo                           | 02        | 16        | 30   | 18   |
|      |          | Kỹ thuật chạy 1500 m (nam)-800 m (nữ). | 02        | 10        |      | 12   |
| 4    | IV       | Bóng chuyền                            | 02        | 16        | 30   | 18   |
|      |          | Nhảy xa.                               | 02        | 10        |      | 12   |
| 5    | V        | Bóng bàn.                              | 02        | 16        | 30   | 18   |
|      |          | Nhảy xa                                | 02        | 10        |      | 12   |
| Tổng |          |                                        | 26        | 124       | 150  |      |

- Bộ môn GDTC hiện nay phải đảm nhiệm khối lượng giờ dạy theo quy định của Bộ Giáo dục & Đào tạo là 270 tiết/1 GV/1năm

- Về trình độ chuyên môn của đội ngũ giáo viên (GV): đội ngũ GV cơ bản đã đáp ứng được yêu cầu giảng dạy của Học viện. GV có thâm niên giảng dạy lâu năm (trên 10- 25 năm) số lượng GV có trình độ Thạc sĩ trở lên là 100%, và đội ngũ GV này đều được đào tạo tại các sở có uy tín Trường Đại học TDTT Bắc Ninh và Đại học Sư phạm Hà nội 1, Đại Học sư phạm TDTT TW1, Đại học Sư phạm thái nguyên. Có 10 GV có trình độ thạc sĩ (chiếm tỷ lệ 100 %).

- Cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC tại HVY-DHCTVN hiện chưa đáp ứng yêu cầu của việc dạy và học, gây ảnh hưởng không tốt đến hiệu quả công tác GDTC của Học viện..

- Bộ môn GDTC HVYDHCTVN có chức năng, nhiệm vụ thực hiện công tác giảng dạy theo chương trình khung môn học GDTC của Bộ GD&ĐT quy định, bên cạnh đó thực hiện công tác tổ chức hoạt động ngoại khóa, phong trào TDTT và huấn luyện các đội tuyển tham gia thi đấu các giải thuộc khu vực Hà Nội và toàn quốc. Về chương trình, cơ sở vật chất và đội ngũ giảng viên GDTC: Hiện nay, đối với hệ Đại học chương trình GDTC gồm: Quỹ thời gian trong toàn khoá học là 150 tiết, được chia thành 05 học phần. Điểm trung bình trung của 05 học phần là điểm kết thúc môn học để xếp loại và cấp chứng chỉ GDTC. Nội dung thực hành trong giờ học chính khóa chỉ dừng lại ở mức giới thiệu kỹ thuật cho SV là chính, chưa coi trọng việc hình thành kỹ năng và hoàn thiện kỹ xảo chuyên môn. Bên cạnh đó việc phát triển thể lực cho SV cũng chưa được đầu tư

**Bảng 2. Kết quả học tập môn GDTC của nam SV năm thứ 2 HVYDHCTVN (n = 400 SV)**

| Phân loại               | Kết quả học tập |      |
|-------------------------|-----------------|------|
|                         | n               | %    |
| Giỏi (điểm 8 - 10)      | 28              | 7.0  |
| Khá (điểm 7 - 8)        | 60              | 15.0 |
| Trung bình (điểm 5 - 7) | 212             | 53.0 |
| Yếu (điểm 3 - 5)        | 80              | 20.0 |
| Kém (điểm dưới 3)       | 16              | 4.0  |

nhiều nên nhìn chung thể lực của SV còn hạn chế. Chất lượng, số lượng cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TDTT ngoại khóa cho học SV còn thiếu cả về số lượng và chất lượng so với nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của Nhà trường. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

- Đánh giá kết quả học tập GDTC của nam SV năm thứ 2 HVYDHCTVN được trình bày tại bảng 2 và kết quả đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV được trình bày ở bảng 3.

Thông qua bảng 2 cho thấy: Kết quả học tập trung bình của nam SV năm thứ 2 HVYDHCTVN tập trung chủ yếu ở loại trung bình (chiếm 53.0%), số lượng SV đạt kết quả học tập loại khá và giỏi chỉ chiếm tổng số 22.0% trong khi số lượng học sinh đạt kết quả học tập yếu và kém chiếm tới 24,0%. Điều này chứng tỏ kết quả học tập của nam SV năm thứ hai còn thấp.

Thông qua bảng 3 cho thấy: Nhìn chung, kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV của nam SV năm thứ hai HVYDHCTVN vẫn chủ yếu ở mức trung bình. Tỷ lệ này chiếm từ 52.0% tới 55.0%. Tỷ lệ SV có kết quả kiểm tra ở mức

**Bảng 3. Kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV của nam SV năm thứ hai HVYDHCTVN (n = 400)**

| TT | Nội dung kiểm tra               | Tốt |      | Đạt |      | Không đạt |      |
|----|---------------------------------|-----|------|-----|------|-----------|------|
|    |                                 | n   | %    | n   | %    | n         | %    |
| 1  | Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) | 80  | 20.0 | 220 | 55.0 | 100       | 25.0 |
| 2  | Bật xa tại chỗ (cm)             | 12  | 18.0 | 212 | 53.0 | 116       | 29.0 |
| 3  | Chạy con thoi 4 x 10m (giây)    | 80  | 20.0 | 208 | 52.0 | 112       | 28.0 |
| 4  | Chạy tùy sức 5 phút (m)         | 72  | 18.0 | 212 | 54.0 | 116       | 29.0 |

**Bảng 4. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho nam SV năm thứ hai HVYD-HCTVN (n = 30)**

| TT | Nội dung phỏng vấn                                                                                            | Kết quả phỏng vấn |           |           |           |                 |           |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------|-----------|-----------|-----------------|-----------|
|    |                                                                                                               | Rất cần thiết     | Tỷ lệ (%) | Cần thiết | Tỷ lệ (%) | Không cần thiết | Tỷ lệ (%) |
| 1  | Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa của công tác GDTC                         | 27                | 90.00     | 3         | 10.00     | 0               | 0.00      |
| 2  | Đổi mới phương pháp dạy học môn thể dục chính khóa                                                            | 25                | 83.33     | 4         | 13.33     | 1               | 3.33      |
| 3  | Đổi mới hình thức quản lý, tổ chức hướng dẫn học sinh tập luyện TDTT ngoài giờ học ngoại khóa                 | 27                | 90.00     | 2         | 6.67      | 1               | 3.33      |
| 4  | Khuyến khích mỗi học sinh tập luyện một môn thể thao tự chọn                                                  | 26                | 86.67     | 2         | 6.67      | 2               | 6.67      |
| 5  | Tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài trường theo chủ trương xã hội hóa                          | 25                | 83.33     | 3         | 10.00     | 2               | 6.67      |
| 6  | Sử dụng hợp lý, tận dụng triệt để và bảo quản tốt các trang thiết bị dụng cụ phục vụ công tác GDTC của trường | 26                | 86.67     | 3         | 10.00     | 1               | 3.33      |
| 7  | Tăng cường lực lượng GV                                                                                       | 12                | 40.00     | 5         | 16.67     | 13              | 43.33     |

độ yếu và kém còn cao, trong đó những chỉ tiêu đánh giá sức bền có tỷ lệ SV có kết quả kiểm tra ở mức yếu, kém cao hơn so với những chỉ tiêu đánh giá sức mạnh và sức nhanh.

## 2.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho nam SV năm thứ hai HVYDHCTVN

Trên cơ sở các nguyên tắc và các căn cứ và các nguyên tắc lựa chọn biện pháp, qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các GV hiện làm công tác GDTC tại HVYDHCTVN và các trường Đại học, Cao đẳng lân cận, đề tài lựa chọn được 07 nhóm biện pháp trên đề tài tiến hành phỏng vấn trên diện rộng để lựa chọn những biện pháp phù hợp nhất để nâng cao chất lượng GDTC cho nam SV năm thứ hai HVYDHCTVN. Đối tượng phỏng vấn tập trung vào cán bộ quản lý cán bộ khoa học và các chuyên gia trong và ngoài trường tổng số 30 người, 5 người có trình độ tiến sĩ chiếm 16.7%, 20 người có trình độ thạc sĩ: chiếm 66.6% và 05 người có trình độ cử nhân chiếm 16.7%. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 4.

Riêng nhóm biện pháp là tăng cường GV TDTT nhằm giảm tải số giờ chính khóa và CSVC vốn đang

“quá tải” lại không được chấp nhận. Nguyên nhân do nhu cầu xã hội không ngừng tăng cao và chỉ tiêu biên chế GV TDTT hàng năm của các trường có hạn, hơn nữa, là một trường mới thành lập, lực lượng GV của hầu hết các môn học đều mỏng nên tăng thêm lực lượng GV GDTC là vấn đề thực sự khó khăn.

- So sánh kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nhóm thực nghiệm và đối chứng theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV - thời điểm trước thực nghiệm

Trước thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ phát triển thể chất của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng bằng các Test theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV của bộ giáo dục và đào tạo. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 5

Thông qua bảng 5. cho thấy: Thông qua các test kiểm tra tất cả các chỉ số thu được giữa hai nhóm thực nghiệm không có sự khác biệt thống kê, thể hiện tính đều nhỏ hơn  $t_{(96)}$  ở ngưỡng  $P > 0,05$ . Điều này chứng tỏ rằng, thể lực của cả hai nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm được có trình độ thể lực là tương đương nhau.

**Bảng 5. Kết quả kiểm tra thể lực giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm**

| TT | Test/ Đối tượng              | Nhóm ĐC<br>(n = 100) |             | Nhóm TN<br>(n = 100) |             | Sự khác biệt<br>thống kê |        |
|----|------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|-------------|--------------------------|--------|
|    |                              | $\bar{X}$            | $\pm\delta$ | $\bar{X}$            | $\pm\delta$ | t                        | p      |
| 1  | Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s) | 16.78                | 1.14        | 16.56                | 1.18        | 1.02                     | > 0,05 |
| 2  | Bật xa tại chỗ (cm)          | 219.21               | 18.27       | 220.25               | 16.33       | 1.56                     | > 0,05 |
| 3  | Chạy con thoi 4 x 10m (s)    | 12.67                | 1.35        | 12.59                | 1.12        | 1.32                     | > 0,05 |
| 4  | Chạy tuý sức 5 phút (m)      | 936.65               | 85.1        | 938.63               | 84.7        | 1.07                     | > 0,05 |

**Bảng 6. Kết quả kiểm tra thể lực giữa hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm**

| TT | Test/ Đối tượng              | Nhóm ĐC<br>(n = 100) |             | Nhóm TN<br>(n = 100) |             | Sự khác biệt<br>thống kê |        |
|----|------------------------------|----------------------|-------------|----------------------|-------------|--------------------------|--------|
|    |                              | $\bar{X}$            | $\pm\delta$ | $\bar{X}$            | $\pm\delta$ | t                        | p      |
| 1  | Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s) | 17.02                | 1.42        | 17.76                | 1.25        | 3.367                    | < 0,05 |
| 2  | Bật xa tại chỗ (cm)          | 220.12               | 15.71       | 226.25               | 16.09       | 3.076                    | < 0,05 |
| 3  | Chạy con thoi 4 x 10m (s)    | 12.55                | 1.22        | 12.27                | 1.03        | 3.120                    | < 0,05 |
| 4  | Chạy tuý sức 5 phút (m)      | 945.51               | 82.3        | 966.72               | 79.8        | 3.208                    | < 0,05 |

- So sánh kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nhóm thực nghiệm và đối chứng theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV - thời điểm sau thực nghiệm

Sau 01 học kỳ thực nghiệm áp dụng các biện pháp đã được lựa chọn trong quá trình nghiên cứu, căn cứ vào việc sử dụng các test trong tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, đề tài tiến hành kiểm tra để xác định tính hiệu quả. Kết quả được trình bày tại bảng 6.

Thông qua bảng 6 cho thấy: Sau 01 học kỳ áp dụng các biện pháp đã được lựa chọn, thể lực của nhóm thực nghiệm đã có sự khác biệt rõ rệt so với nhóm đối chứng thể hiện ở t tính > tbảng ở ngưỡng P < 0,05.

Kết quả trên có thể thấy được thể lực của nhóm thực nghiệm so với nhóm đối chứng sau 01 học kỳ

thực nghiệm áp dụng các biện pháp đã lựa chọn có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê, đặc biệt là nội dung bật xa tại chỗ của nữ. Từ kết quả này cho thấy hiệu quả của các biện pháp đã được lựa chọn.

### 3. KẾT LUẬN

- Thực trạng kết quả học tập môn học GDTC và kết quả đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV của SV phổ biến ở mức độ trung bình, tuy nhiên, tỷ lệ SV nợ môn học và chưa đạt mức bình quân của tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV còn cao.

- Quá trình nghiên cứu lựa chọn và bước đầu ứng dụng có hiệu quả được 06 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho nam SV năm thứ hai HVYD-HCTVN.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Đình Bẩm (2005), *Một số vấn đề cơ bản về quản lý Thể dục Thể thao*, Tài liệu chuyên khảo dành cho học viên Cao học TDDT, Nxb TDDT, Hà Nội.
2. Học viên Hành chính Quốc gia - Tài liệu bồi dưỡng về Quản lý hành chính Nhà nước (chương trình chuyên viên) - Phần III - Quản lý nhà nước đối với ngành, lĩnh vực.
3. Đỗ Thái Phong (2012), *"Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho SV Đại học khoa học Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam"*, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDDT Bắc Ninh.
4. Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Giáo trình phương pháp NCKH TDDT*, Nxb TDDT, Hà Nội.
5. Nguyễn Toán - Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp TDDT*, Nxb TDDT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ đề tài thạc sĩ: "Nghiên cứu các biện pháp phát triển thể lực chung cho nam SV năm thứ hai Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam", Nguyễn Thị Hương Giang, 2014.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 21/7/2019; ngày phản biện đánh giá: 12/9/2019; ngày chấp nhận đăng: 26/10/2019)