

TÌM THẤY CƠ HỘI TỪ VÙNG “ĐẠI DƯƠNG XANH” TRONG NGÀNH THỂ DỤC THỂ THAO

ThS. Nguyễn Thị Ngọc Tâm¹

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Vận động là sự hoạt động tích cực của các cơ quan vận động của con người, là phương tiện cơ bản, đặc biệt của quá trình giáo dục thể chất. Bất cứ hoạt động nào của cơ thể được hoàn thành đều thông qua vận động... Vận động cơ thể hợp lý có thể làm cho hình thái cấu trúc xương của trẻ em có chuyển biến tốt như: thành xương dày lên, đường kính to ra, tăng được công năng chống đỡ áp lực, chống cong vẹo, chống gãy xương... Vận động đó là sự thay đổi của tất cả mọi sự vật hiện tượng, mọi quá trình diễn ra trong không gian, vũ trụ từ đơn giản đến phức tạp. Thông qua vận động, vật chất mới biểu hiện và bộc lộ bản chất của mình. Trong bài viết này chúng tôi tiến hành tìm hiểu: Thực trạng vận động của trẻ em ở Việt Nam, cơ hội công việc tiềm năng cho vận động viên đồng thời giới thiệu một số hoạt động tại lớp thể dục phát triển chiều cao.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng vận động của trẻ em ở Việt Nam

2.1.1. Trẻ em thừa cân ngày càng tăng

Thừa cân, béo phì là sự tích tụ mỡ bất thường, vượt quá mức làm ảnh hưởng đến sức khỏe. Hiện nay, thừa cân, béo phì ở trẻ em đang là vấn đề thách thức sức khỏe cộng đồng trên. Theo ước tính của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) năm 2016, có khoảng 41 triệu trẻ dưới 5 tuổi và 340 triệu trẻ em từ 5-19 tuổi bị thừa cân, béo phì. Ở Việt Nam, tỷ lệ thừa cân, béo phì có xu hướng tăng nhanh, đặc biệt là ở khu vực thành phố. Theo kết quả Tổng điều tra Dinh dưỡng toàn quốc 2019 – 2020 của Viện dinh dưỡng quốc gia, tỷ lệ trẻ em thừa cân, béo phì tăng gấp 2,2 lần, từ 8,5% năm 2010 lên thành 19,0% năm 2020.

2.1.2. Trẻ em ngày càng phụ thuộc và nghiện thiết bị thông minh

Theo khảo sát nhiều cha mẹ về sự an toàn trên mạng do Google thực hiện trong năm 2022, độ tuổi trung bình trẻ em Việt Nam sở hữu điện thoại là 9 tuổi, trong khi mức bình quân trên thế giới là 13. Một khảo sát khác của Cục Trẻ em (Bộ Lao động-Thương binh và Xã hội), nhiều trẻ em sử dụng thiết bị để vào mạng xã hội từ 5-7 giờ mỗi ngày.

Số bước đi bộ trung bình của người Việt Nam so với các nước khác trong một ngày



Theo nghiên cứu của Bộ Y tế, khoảng 30% dân số không nhận được khuyến cáo vận động thể chất ít nhất 150 phút mỗi tuần của WHO. Ngoài ra, có khoảng 46% học sinh trung học cơ sở và 39% học sinh tiểu học ở Hà Nội và TP HCM không hoạt động thể chất đủ theo tiêu chuẩn.

2.2. Kinh tế thể thao, thị trường tiềm năng và cơ hội công việc tiềm năng cho vận động viên

2.2.1. Thị trường tiềm năng

Theo báo cáo dân số mới nhất từ Liên Hợp Quốc, tỷ lệ trẻ em dưới 15 tuổi tại VN riêng chiếm đến 25,2% (gần 24 TRIỆU trẻ). Đây là vùng đại dương rộng lớn cho bất cứ cá nhân/doanh nghiệp nào khai thác dịch vụ.

Thêm vào đó, 100% bậc cha mẹ muốn con cao lớn, khỏe đẹp, và họ biết phải “tranh thủ” bồi dưỡng chiều cao càng sớm càng tốt. Khác với người trưởng thành sẽ xếp việc rèn luyện sau rất nhiều ưu tiên. Họ cũng có nhiều lựa chọn khác nhau để tăng cường sức khỏe. Tuy thị trường tiềm năng đối với lĩnh vực thể thao là rất lớn, nhưng lượng PT, HLV thể dục thể thao hiện nay vẫn còn loay hoay trong việc tìm kiếm thị trường và chưa xác định được mục tiêu nghề nghiệp.

2.2.2. Cơ hội công việc tiềm năng cho vận động viên

Tuổi nghề và khả năng thu nhập luôn là thách thức của ngành thể thao. Nhưng bằng niềm đam mê và ý chí kiên cường, chị Nguyễn Thị Ngọc Tâm không chỉ biến mình thành ngoại lệ, mà còn tìm ra thị trường ngách tiềm năng cho bất cứ ai yêu thích ngành này.

Từng là VĐV đạt HCB SEA Games 2007, chị Tâm trải qua nhiều năm tập luyện, thi đấu khắc nghiệt. Nhờ đó, chỉ số AQ trong chị được nâng cao, trui rèn nên SỨC BỀN và QUYẾT TÂM - 2 tố chất quan trọng đưa chị vượt qua 10 năm khởi nghiệp đầy sóng gió.

Năm 2013, nhận ra nhu cầu tăng chiều cao cho con ở tất cả phụ huynh, chị Tâm mạnh dạn mở Trung tâm Thể dục Bằng Tâm với sản phẩm lớp Thể Dục Phát Triển Chiều Cao, tiếp tục sự nghiệp ở vai trò mới: Huấn Luyện Viên kiêm Nhà Sáng Lập - Điều Hành.

Nhận thấy những cơ hội và nguồn lực có sẵn,

Trung tâm Thể dục Bằng Tâm mở rộng thị trường cũng như góp phần tạo nên cộng đồng thể thao khỏe đẹp vui tươi, chúng tôi quyết tâm sáng lập chương trình đào tạo với đội ngũ giáo viên có đủ chuyên môn, đủ nghiệp vụ. Kết hợp kinh nghiệm vận động sở trường, sự am hiểu về ngành và nỗi lòng một người mẹ, chương trình phát triển chiều cao của chị thể hiện rõ hiệu quả, mang về hơn 11.000 lượt học viên, phát triển/nhượng quyền Bằng Tâm ra 12 cơ sở, và được đưa vào nhiều trường học, tổ chức như Tập Đoàn Giáo Dục Nguyễn Hoàng, TT dinh dưỡng TP.HCM, trại hè Thanh Đa (thành đoàn TP.HCM)...

Đến 2023, nhận ra sự chín muồi ở vai trò lãnh đạo sau 2 năm lèo lái Bằng Tâm vượt qua đại dịch khốc liệt, đã khai giảng lớp Đào Tạo HLV phát triển chiều cao, với mong muốn hướng dẫn lộ trình phát triển sự nghiệp huấn luyện, chuyển giao mô hình tạo cơ hội khởi nghiệp cho bất cứ ai yêu thích ngành thể thao.

2.2.3. Lộ trình trở thành huấn luyện (HLV) thành công

* HLV phát triển chiều cao là một nghề

-Xác định mục tiêu học nghề : kinh tế và kỹ năng chuyên môn

-Lập kế hoạch thực hiện mục tiêu

* Lĩnh hội kiến thức cơ bản

Tâm sinh lý lứa tuổi, lý luận thể dục thể thao, giao tiếp sư phạm, giải phẫu sinh lý thể dục thể thao, giáo dục học đại cương, dinh dưỡng cho trẻ phát triển chiều cao, kỹ năng giảng dạy, bài tập phát triển chiều cao

* Thực hành

-Ứng dụng kiến thức vào thực tế

-Tuyển sinh

* Khởi nghiệp nghề HLV phát triển chiều cao

-Huấn luyện viên cá nhân

-Mô hình cơ sở , chuỗi

* Phát triển vững bền

-Tư vấn phát triển công việc

-Tham gia hệ sinh thái Thể dục Bằng Tâm

2.4. Tiếp nhận của học viên và phụ huynh

2.4.1. Kết quả cải thiện của học viên (bảng 1)

2.4.2. Một số hoạt động tại lớp thể dục phát triển chiều cao

HỌ	TÊN	GT	NĂM SINH	Gán bó	Chiều cao		BMI		Vòng bụng	
					Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2
Hoàng Nhật	Minh	Nam	2014	Trên 1 năm	1.255	1.38				
Trần Long	Khoa	Nam	2015	Trên 1 năm	1.4	1.49	26	24	83	80
Mai Đình Khải	Thiên	Nam	2011	Trên 1 năm	1.15	1.24				
Nguyễn Phan Phúc	Khang	Nam	2015	Trên 1 năm	1.13	1.24				
Lương Ngọc	Tâm	Nữ	2012	Trên 1 năm	1.41	1.5			75	71
Hoàng Vũ Thanh	Thảo	Nữ	2009	Trên 1 năm			22	20		



3. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu cho thấy: Ở Việt Nam, tỷ lệ thừa cân, béo phì có xu hướng tăng nhanh, đặc biệt là ở khu vực thành phố. Tỷ lệ trẻ em thừa cân, béo phì tăng gấp 2,2 lần, từ 8,5% năm 2010 lên thành 19,0% năm 2020; Độ tuổi trung bình trẻ em Việt Nam sở hữu điện thoại là 9 tuổi, trong khi mức bình quân trên thế giới là 13.

- Tỷ lệ trẻ em dưới 15 tuổi tại VN riêng chiếm đến 25,2% (gần 24 TRIỆU trẻ); 100% bậc cha mẹ muốn con cao lớn, khỏe đẹp, và bậc cha mẹ biết phải “tranh thủ” bồi dưỡng chiều cao càng sớm càng tốt vì vậy thị trường tiềm năng đối với lĩnh vực thể thao là rất lớn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đặng Hồng Phương (2021), *giáo trình Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất cho trẻ em lứa tuổi mầm non*, Nxb Đại học Sư phạm, Hà Nội.

2. Cao Thị Quỳnh Oanh (2014), *Thực trạng sử dụng bộ chuẩn phát triển trẻ em 5 tuổi*, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

3. Nhiều trẻ Việt Nam lười vận động, nghiện game. Truy xuất: <https://vn-express.net/nhieu-tre-viet-nam-luoi-van-dong-nghien-game-3949244.html>

4. Báo động "bệnh" nghiện thiết bị thông minh ở trẻ em Việt. Truy xuất từ: <https://congly.vn/bao-dong-benh-nghien-thiet-bi-thong-minh-o-tre-em-viet-99130.html>

Nguồn bài báo: Bài báo là kết quả điều tra thực trạng và tổng kết: *Thực trạng vận động của trẻ em ở Việt Nam, cơ hội công việc tiềm năng cho vận động viên đồng thời giới thiệu một số hoạt động tại lớp thể dục phát triển chiều cao*. Tác giả: ThS. Nguyễn Thị Ngọc Tâm, Trung tâm Thể dục Bằng Tâm, năm 2023

Ngày nhận bài: 10/9/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.