

TỔ CHỨC HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO SINH VIÊN KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH NHẪM NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG ĐÀO TẠO GIÁO DỤC THỂ CHẤT

TS. Đoàn Tiến Trung¹, TS. Hàng Quang Thái²

¹*Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh*

²*Trường Đại học An Giang, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh*

Tóm tắt: Trên cơ sở phân tích, tổng hợp tài liệu, đặc biệt là kết quả nghiên cứu thực trạng công Phương pháp tổ chức quá trình giảng dạy, Công tác cán bộ - Hệ thống tổ chức quản lý - Cơ sở vật chất của trường (như tình hình cán bộ giảng dạy, tổ chức quản lý, cơ sở vật chất...) của trường Đại học Sư phạm Thành Phố Hồ Chí Minh. Qua đó xác định những nguyên nhân cơ bản trực tiếp, đồng thời đề xuất 04 giải pháp đồng bộ nhằm cải tiến, nâng cao chất lượng đào tạo Giáo dục thể chất phát triển thể lực cho sinh viên góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất trong nhà trường, phân tích các cách triển khai cụ thể.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Mục đích giáo dục thể chất của nước ta là: Bồi dưỡng thể hệ trẻ trở thành những người phát triển toàn diện hài hòa về thể chất, có sức khoẻ dồi dào, thể chất cường tráng và kéo dài tuổi thọ.

Khoa GDTC thuộc trường Đại học sư phạm, TPHCM, ngoài việc được nhà trường phân công giảng dạy theo chương trình khung chính khoá của Bộ Giáo Dục - Đào Tạo, cũng như tiến hành tổ chức các giải thể thao truyền thống toàn trường, Khoa còn tổ chức các hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên giáo dục thể chất và động viên sinh viên tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: ***“Tổ chức hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên Khoa Giáo dục Thể chất Trường Đại học Sư Phạm Thành Phố Hồ Chí Minh nhằm nâng cao chất lượng đào tạo Giáo dục thể chất.”***

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp chuyên gia; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng công tác GDTC của Khoa GDTC Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh

1.1. Thực trạng đội ngũ cán bộ giáo viên TDTT của Khoa GDTC Trường ĐHSP TP.HCM

Hiện nay, đội ngũ cán bộ giảng viên của Khoa gồm 33 người trong đó có 31 cán bộ giảng dạy, 2 kỹ thuật viên. Khoa không ngừng nâng cao về trình độ chuyên môn, nghiệp vụ. Toàn Khoa hiện có 01 Phó giáo sư, 18 giảng viên chính, 5 giảng viên Tiến

sĩ, 8 giảng viên đang làm nghiên cứu sinh, 18 giảng viên thạc sĩ. Trong số cán bộ giảng dạy và kỹ thuật viên có 12 nữ và 21 nam. Các cán bộ của Khoa được phân thành 4 bộ môn. Trong số 31 người trực tiếp làm nhiệm vụ chuyên môn của Khoa có 5 người có trình độ Tiến sĩ chiếm tỉ lệ 15,1%, 8 người đang theo học Nghiên cứu sinh chuyên ngành TDDT chiếm tỉ lệ 24,2%, 18 giảng viên có trình độ Thạc sĩ chiếm tỉ lệ 54,5%, cho thấy chất lượng đội ngũ giáo viên của Khoa đáp ứng khá tốt công việc giảng dạy của Trường.

1.2. Thực trạng sân bãi dụng cụ TDDT phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện của Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh.

Để có cơ sở cho việc đánh giá hiệu quả hoạt động TDDT ngoại khóa của sinh viên khoa GDTC, đề tài đã tiến hành tìm hiểu thực trạng cơ sở vật chất của Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh. Nhìn chung, cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ cho giảng dạy và học tập phần nào mới đáp ứng được chỉ ở mức trung bình. Từ thực trạng trên cho thấy về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho giảng dạy và tập luyện chưa đáp ứng được nhu cầu

thực tế giảng dạy và đào tạo do điều kiện khó khăn chung về kinh tế của Nhà trường.

1.3. Thực trạng hoạt động tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa hiện nay của sinh viên khoa GDTC Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh.

Để đánh giá khách quan, đề tài tiến hành phỏng vấn gián tiếp bằng phiếu hỏi sinh viên. Số sinh viên được hỏi hầu hết đều có nhu cầu tập luyện ngoại khóa chiếm 93,51%. Động cơ tham gia tập luyện của sinh viên chủ yếu do ham thích thể thao chiếm 42,43%, có 24,05% số sinh viên được hỏi trả lời tập luyện ngoại khóa có tác dụng rèn luyện thân thể và 26,49% số sinh viên được hỏi cho tập luyện ngoại khóa để nâng cao chất lượng giờ học chính khóa, còn số sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa TDDT do bị lôi cuốn chiếm rất ít chỉ có 7,03%. Điều đó chứng tỏ sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa chủ yếu do sở thích mà chưa có mục đích. Để nắm được tình hình tập luyện ngoại khóa của sinh viên tập trung chủ yếu vào những nội dung nào, đề tài tiến hành phỏng vấn sinh viên về nhu cầu tập luyện ngoại khóa các môn thể thao. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1 Kết quả phỏng vấn nội dung tập luyện TDDT ngoại khóa của sinh viên.

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn (n=370)	
		số phiếu	Tỉ lệ (%)
	Nếu tham gia tập luyện ngoại khóa bạn sẽ tập luyện môn thể thao nào?	Thích học	
1	Bóng đá	296	80.00%
2	Bóng chuyền	312	84.32%
3	Cầu lông	124	33.51%
4	Đá cầu	35	9.46%
5	Bóng rổ	134	36.21%
6	Bóng ném	98	26.49%
7	Bơi	93	25.14%
8	Võ	286	77.26%
9	Bóng bàn	132	35.68%
10	Tự chọn	67	18.11%

Qua bảng 1 thấy: sinh viên chủ yếu tập trung tập ngoại khóa ở những môn có điều kiện sân bãi thuận lợi, những môn thể thao tập thể không đòi hỏi dụng cụ tập luyện nhiều như Bóng đá 80.00%, Bóng chuyền 84.32%, Võ

77.26%. Đây là những môn đã có sẵn sân bãi và khi tập luyện chỉ cần có bóng, sân là có thể cùng nhau tập luyện và thi đấu. Những môn còn lại số lượng sinh viên tham gia tập luyện ít chủ yếu do ít sân bãi dụng cụ để tập luyện.

Bảng 2 Kết quả giám định chất lượng các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT ngoại khóa cho sinh Khoa GDTC Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh (m=7).

Chỉ số	Nội dung giám định (n=3)		
	Tính đồng bộ	Tính hợp lý	Tính khả thi
$\sum x_i$	45	50	63
$\bar{x}$	52,67		
S	170.96		
W*	0,70		

*Ghi chú: Chỉ số W biến thiên trong khoảng $0 \leq W \leq 1$, nếu W lớn hơn 0,5 thì các ý kiến giám định thể hiện tính đồng nhất, W càng tiến gần đến 1 thì tính đồng nhất càng cao.

Từ kết quả bảng 2 thấy, điểm trung bình các nội dung giám định đạt kết quả chiếm 52,67, các nội dung chi tiết đều đạt ở mức trung bình, khá và tốt. Chỉ số W thu được 0,70 cho phép kết luận: ý kiến đánh giá chất lượng giải pháp của các chuyên gia có tính đồng nhất cao.

Như vậy, các giải pháp của đề tài đưa ra bước đầu có cơ sở khoa học để ứng dụng trong thực tiễn nhằm xác định hiệu quả của chúng, gồm có:

- *Giải pháp 1: Tăng cường tuyên truyền giáo dục để nâng cao nhận thức và hiểu biết về nội dung, phương pháp và ý nghĩa của luyện tập TDDT.*

- *Giải pháp 2: Tổ chức hoạt động TDDT ngoại khóa theo kế hoạch đã đề ra với các hình thức tập luyện tập thể có hướng dẫn, quản lý của giáo viên để sau đó lớp tự quản.*

- *Giải pháp 3: Triệt để khai thác hiệu quả sử dụng các công trình, trang thiết bị thể thao hiện có, đồng thời thường xuyên cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật.*

- *Giải pháp 4: Tăng cường và cải tiến hệ thống thi đấu TDDT các giải từ cấp khoa*

đến cấp trường. Khuyến khích khai thác các nguồn kinh phí tài trợ cho các giải đấu.

- *Giải pháp 5: Thành lập, duy trì thường xuyên đội tuyển năng khiếu thể thao của từng môn và cử đội VDV tham gia thi đấu ở cấp thành phố, khu vực và toàn quốc.*

- *Giải pháp 6: Thành lập các CLB thể thao của nhà trường để tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên tham gia tập luyện, thi đấu và giao lưu tại CLB.*

- *Giải pháp 7: Tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý và thỏa đáng cho đội ngũ cán bộ, giảng viên và sinh viên tham gia sinh hoạt tại các CLB.*

Sau khi lựa chọn được các giải pháp, đề tài tiến hành xây dựng nội dung cụ thể và chi tiết cho từng giải pháp đã xác định.

2. Kết quả thực nghiệm sư phạm.

2.1 *Kết quả kiểm tra của nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm.*

Trước khi tiến hành quá trình thực nghiệm tiến hành kiểm tra thể lực của 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Kết quả được trình bày ở bảng 3 và 4

Bảng 3 Kết quả kiểm tra trình độ thể lực trước thực nghiệm của nam nhóm thực nghiệm và đối chứng.

TT	Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 37)		Nhóm đối chứng (n = 37)		t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s).	20.04	1.603	19.79	1.583	0.678	> 0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm).	224.09	11.205	225.12	11.256	0.394	> 0,05
3	Chạy 30m XPC (giây).	4.87	0.244	4.89	0.245	0.351	> 0,05
4	Chạy con thoi 4 x 10m(giây).	11.90	0.595	11.85	0.593	0.362	> 0,05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m).	1002.24	50.112	998.20	49.910	0.348	> 0,05

Các số liệu trong bảng 3 cho thấy các chỉ số thể lực của 5 nội dung kiểm tra đều có $t_{\text{tính}} < t_{\text{bang}} = 2$. Như vậy, trước thực nghiệm thể lực của nam sinh viên của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng tương đương nhau ở ngưỡng xác suất $p > 0,05$ tức khác biệt không có ý nghĩa thống kê.

Bảng 4 Kết quả kiểm tra trình độ thể lực trước thực nghiệm của nữ nhóm thực nghiệm và đối chứng.

TT	Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 09)		Nhóm đối chứng (n = 08)		t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.93	1.345	17.27	1.382	0.480	> 0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	165.72	8.286	166.25	8.413	0.613	> 0,05
3	Chạy 30m XPC (giây)	5.97	0.658	6.01	0.679	0.222	> 0,05
4	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	12.44	0.622	12.54	0.627	0.309	> 0,05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	922.24	46.112	916.17	45.809	0.255	> 0,05

Từ bảng 4 thấy các chỉ số thể lực của 5 nội dung kiểm tra đều có $t_{\text{tính}} < t_{\text{bang}} = 1,960$. Như vậy, trước thực nghiệm thể lực nữ sinh viên của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng tương đương nhau ở ngưỡng xác suất $p > 0,05$, tức sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê.

Bảng 5 Kết quả học tập các môn thực hành của đối tượng nghiên cứu với sinh viên nhóm ĐC trước thực nghiệm (kết quả thi kết thúc học phần của sv qua từng kỳ học).

Nội dung	Sinh viên nhóm thực nghiệm n = 46 (37 nam, 09 nữ)				Sinh viên nhóm đối chứng n = 45 (37 nam, 08 nữ)			
	Giỏi (%)	Khá (%)	TB (%)	Yếu (%)	Giỏi (%)	Khá (%)	TB (%)	Yếu (%)
Thực hành	10.87 %	56.52 %	26.09 %	6.52 %	11.11 %	51.11 %	33.34 %	4.44 %

Quan sát bảng 5 thấy tỉ lệ sinh viên xếp loại giỏi, khá, trung bình, yếu của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm tương đương nhau. Chứng tỏ kết quả học tập môn thực hành của cả 2 nhóm trước thực nghiệm đồng đều nhau.

2.2 Kết quả kiểm tra của nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm. (Sau 1 năm học)

Bảng 6. Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng của nam sau 1 năm học thực nghiệm các giải pháp đã được xây dựng:

TT	Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 37)		Nhóm đối chứng (n = 37)		t	p
		$\bar{x}$	$\pm \delta$	$\bar{x}$	$\pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng. (lần/30s)	23.81	2.143	20.18	2.623	2.538	< 0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm).	241.01	12.051	233.10	11.655	2.870	< 0,05
3	Chạy 30m XPC (giây)	4.23	0.380	4.60	0.828	2.434	< 0,05
4	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	11.42	0.914	11.98	1.078	2.413	< 0,05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m).	1056.12	84.489	1005.78	90.520	2.473	< 0,05

Qua bảng 6 thấy qua thời gian thực nghiệm 01 năm thể lực của hai nhóm đã có khác biệt khá rõ. Thành tích của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các nội dung kiểm tra đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bang}} = 2.048$ tức khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng

Để đánh giá hiệu quả của các giải pháp đã đưa ra, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực của sinh viên theo nội dung, tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của học sinh, sinh viên do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định và kết quả học tập của sinh viên sau 1 năm học có ứng dụng thực nghiệm. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 6 và 7.

xác suất $p < 0,005$. Điều đó chứng tỏ trình độ thể lực của nam sinh viên sau thời gian thực nghiệm có ứng dụng các giải pháp mà đề tài đã đưa ra đã phát triển tốt hơn nhóm đối chứng.

Bảng 7 Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng của nữ sau 1 năm học thực nghiệm các giải pháp đã được xây dựng:

TT	Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm (n = 09)		Nhóm đối chứng (n = 08)		t	p
		$\bar{x}$	$\pm \delta$	$\bar{x}$	$\pm \delta$		
1	Nằm ngửa gập bụng. (lần/30s)	19.12	1.530	17.45	1.396	2.212	< 0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm).	179.03	8.952	169.29	8.465	2.164	< 0,05
3	Chạy 30m XPC (giây)	5.31	0.584	6.11	0.733	2.312	< 0,05
4	Chạy con thoi 4 x 10m(giây)	11.91	0.598	12.51	0.622	2.459	< 0,05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m).	959.16	63.14	915.37	64.569	2.684	< 0,05

Qua bảng 7 thấy qua thời gian thực nghiệm 1 năm thể lực của hai nhóm đã có khác biệt khá rõ. Thành tích của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các nội dung kiểm tra và có $t_{\text{tinh}} > t_{\text{bang}} = 1,960$ khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p < 0,005$. Điều đó chứng tỏ trình độ thể lực của nữ sinh viên nhóm thực nghiệm sau thời gian thực nghiệm có ứng dụng các giải pháp đề tài đã đưa ra đã phát triển hơn so

với nhóm đối chứng không ứng dụng các giải pháp mà đề tài đã đưa ra.

Như vậy, sau một năm tập luyện ngoại khoá có ứng dụng các giải pháp đề tài đưa ra thể lực của nam và nữ nhóm thực nghiệm đã có tăng trưởng hơn nhóm đối chứng khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,005$. Có nghĩa là các giải pháp thực nghiệm có tác dụng nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu của đề tài.

Bảng 8 Kết quả học tập các môn thực hành của đối tượng nghiên cứu sau thời gian thực nghiệm so với sinh viên nhóm ĐC. (kết quả qua từng kỳ học).

Nội dung	Sinh viên nhóm thực nghiệm n = 46 (37 nam, 09 nữ)				Sinh viên nhóm đối chứng n = 45 (37 nam, 08 nữ)			
	Giỏi (%)	Khá (%)	TB (%)	Yếu (%)	Giỏi (%)	Khá (%)	TB (%)	Yếu (%)
Thực hành	37,16 %	52,03 %	10,81 %	0,00 %	21,11 %	42,41 %	34,26 %	2,22 %

Qua bảng 8 thấy: Kết quả học tập ở nội dung thực hành (chịu ảnh hưởng chủ yếu do các yếu tố thể lực) cũng cho kết quả tương tự, tỉ lệ sinh viên đạt loại giỏi, khá ở nhóm thực nghiệm cao hơn nhóm đối chứng và không còn sinh viên xếp loại yếu. Tỉ lệ sinh viên xếp loại TB của nhóm đối chứng cao hơn nhóm thực nghiệm, nhóm đối chứng vẫn còn sinh viên xếp loại yếu chiếm 2,22%.

Từ kết quả thu được trên thấy các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khoá do nghiên cứu đề tài xây dựng sau 1 năm thực nghiệm đã có hiệu quả trong việc nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên chuyên ngành GDTC Trường ĐHSP TP.HCM.

KẾT LUẬN

1. Kết luận

1.1 Thực trạng công tác giáo dục thể chất và tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại

khóa của sinh viên Khoa GDTC Trường ĐHSP TP Hồ Chí Minh còn nhiều hạn chế và tồn tại:

+ Việc thực hiện chương trình giáo dục thể chất chưa triệt để, nội dung và phương pháp tổ chức quá trình giảng dạy chưa đáp ứng được nhiệm vụ và yêu cầu của công tác GDTC.

+ Chưa có các hình thức tổ chức tập luyện ngoại khóa đa dạng và phong phú nhằm thu hút đông đảo sinh viên tham gia tập luyện và tập luyện có hiệu quả.

+ Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác giảng dạy và học tập còn nhiều khó khăn, thiếu thốn.

1.2 Với 07 giải pháp cụ thể đã trình bày đề tài đã ứng dụng 04 giải pháp vào thực tiễn và bước đầu đã được sự đồng ý của giáo viên, các chuyên gia, các nhà quản lý tại các trường Đại học.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Kỳ Anh, Vũ Đức Thu (1994), “Những giải pháp thực thi nhằm cải tiến nâng cao chất lượng GDTC trong các trường Đại học” – Tuyển tập NCKH TDTT, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Khánh Bằng (2000), Nâng cao chất lượng và hiệu quả dạy - học ở Đại học cho phù hợp với những yêu cầu mới của đất nước và thời đại, Hà Nội.
- [3]. Phạm Đình Bẩm (2003), Quản lý TDTT (dùng cho hệ cao học), NXB TDTT, Hà Nội.
- [4]. Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo (1993), Quy chế về công tác GDTC trong nhà trường các cấp (Ban hành kèm theo quyết định số 93QD/RLTT ngày 29/4/1993).
- [5]. Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008) Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT.
- [6]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT về việc “ Ban hành Quy định tổ chức hoạt động TDTT ngoại khoá cho học sinh, sinh viên”.