

NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN HỌC VIỆN CÔNG NGHỆ BƯU CHÍNH VIỄN THÔNG CƠ SỞ HÀ NỘI

ThS. Nguyễn Đức Thịnh

Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông

Tóm tắt: sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường dùng trong lĩnh vực giáo dục thể chất và thể dục thể thao, thông qua đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông, đề tài lựa chọn được 6 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên nhà trường.

Abstract: using scientific research methods commonly used in the field of physical education and sports, through the assessment of the current state of physical education for students of the Posts and Telecommunications Institute of Technology. The topic selected 6 solution to improve the effectiveness of physical education for students.

Keywords: solution, effectiveness, physical education, students, Posts and Telecommunication Institute of Technology.

Từ khóa: giải pháp, hiệu quả, giáo dục thể chất, sinh viên, Học viện công nghệ Bưu chính Viễn thông

ĐẶT VẤN ĐỀ

Mục tiêu hàng đầu của sự nghiệp giáo dục và đào tạo là tạo ra con người mới phát triển toàn diện đáp ứng nhu cầu của xã hội đó là những con người có trí thức khoa học, có đạo đức xã hội chủ nghĩa, có khả năng thẩm mỹ và có sức khỏe. Trong hệ thống giáo dục nội dung đặc trưng của giáo dục thể chất được gắn liền với giáo dục trí dục, đức dục, mỹ dục và giáo dục lao động. Giáo dục thể chất là một trong những nội dung quan trọng, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện học sinh trong nhà trường. Chính vì vậy, Nghị quyết số 08/NQ-TW về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020 đã nhấn mạnh “Thực hiện tốt giáo dục thể chất theo chương trình nội khóa; phát triển mạnh các hoạt động

thể thao của học sinh, sinh viên, bảo đảm mục tiêu phát triển thể lực toàn diện và kỹ năng vận động cơ bản của học sinh, sinh viên và góp phần đào tạo năng khiếu và tài năng thể thao”.

Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông là đơn vị đào tạo, nghiên cứu trọng điểm, chủ lực của Ngành thông tin và truyền thông Việt Nam, là trường đại học trọng điểm quốc gia trong lĩnh vực ICT. Trong những năm qua, công tác GDTC của nhà trường đã được quan tâm, chú trọng. Tuy nhiên, qua khảo sát thực trạng cho thấy công tác GDTC còn một số hạn chế do các nguyên nhân chủ quan và khách quan, cần thiết phải có các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo của nhà trường.

Vấn đề nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên trong các trường đã được nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu như: Nguyễn Duy Linh (2005), Lê Tiến Dũng (2005), Phùng Xuân Dũng (2017),... Những công trình trên có ý nghĩa to lớn trong việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho học sinh, sinh viên. Nhận thức được điều đó, xuất phát từ yêu cầu nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh, sinh viên của nhà trường, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: **“Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông”**.

Mục đích: Trên cơ sở khảo sát thực trạng, đề tài đề xuất một số giải pháp phù hợp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông, góp phần nâng cao hiệu quả đào tạo của nhà trường.

Phương pháp nghiên cứu: Đề giải quyết các mục tiêu nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC ở Học viện Công nghệ BCVT

1.1. Thực trạng cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên GDTC của Học viện

Cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho tập luyện giữ vai trò rất quan trọng là điều kiện trực tiếp phục vụ cho công tác giảng dạy của giáo viên. Qua khảo sát cho thấy: cơ sở vật chất của Học viện đã được đầu tư. Tuy nhiên, với số lượng sinh viên tham gia học tập lớn thì sân bãi, dụng cụ tập luyện như vậy là chưa đáp ứng được yêu cầu giảng dạy và tập luyện TDDT.

Qua khảo sát cho thấy số lượng giáo viên GDTC của Học viện là 06 giáo viên. Trong khi đó tổng số đầu lớp phải học nội dung GDTC là 70 lớp/kỳ. Tổng số sinh viên trung bình hàng năm phải học nội dung môn học GDTC trên 3.500. Tính trung bình 1 giáo viên gần 600 sinh viên /12 lớp. Tổng số giờ của giáo viên là trên 700 giờ/năm, so với giờ tiêu chuẩn quy định là 280. Như vậy giáo viên giảng dạy vượt giờ trung bình 420 giờ.

1.2. Đánh giá thực trạng về thái độ và kết quả học tập, rèn luyện thể chất của sinh viên Học viện Công nghệ BCVT

Bảng 1. Kết quả học tập môn GDTC từ 2019 đến 2022

TT	Khóa	Năm học	Số lượng sinh viên	Kết quả							
				Giỏi		Khá		Trung bình		Không đạt	
				SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %
1	19	2019 – 2020	1800	112	6,2	600	33,3	875	48,6	213	11,8
2	20	2020 – 2021	1850	140	7,6	650	35,1	880	47,6	180	9,7
3	21	2021 – 2022	1900	125	6,6	645	33,9	910	47,9	220	11,6

Đặc thù của Học viện Công nghệ BCVT đa phần là sinh viên nam chiếm khoảng 70% còn lại là học sinh nữ. Thông qua bảng 4 nhận thấy tỷ lệ các em sinh viên có kết quả

học tập đạt giỏi chiếm tỷ lệ % còn thấp, tỷ lệ đạt giỏi chỉ có 6,2%, tỷ lệ đạt khá là 33,3, số học sinh đạt điểm trung bình chiếm 48,6% và tỷ lệ không đạt chiếm tỷ lệ khá cao 11,8%.

Như vậy, có thể thấy số sinh viên không đạt vẫn còn tỷ lệ lớn do nhiều nguyên nhân khách quan và chủ quan khác nhau như tình trạng sức khỏe, động cơ tham gia tập luyện TDTT, nhận thức của sinh viên về công tác GDTC và TDTT chưa cao, dẫn đến ý thức

kém trong học tập chính khoá và tập luyện ngoại khoá.

Số người tham gia tập luyện ngoại khoá TDTT.

Kết quả khảo sát được thể hiện tại bảng 2.

Bảng 2. Số lượng sinh viên tập luyện theo các môn thể thao ở Học viện

TT	Môn	Năm 2020 ¹		Năm 2021 ²		Năm 2022 ³		W% ₁₋₂	W% ₂₋₃
		n	%	n	%	n	%		
1	Bóng đá	500	27.8	520	28.11	550	28.9	1.18	2.94
2	Bóng rổ	75	4.2	80	4.324	85	4.5	3.71	3.40
3	Bóng chuyền	135	7.5	140	7.568	150	7.9	0.90	4.23
5	Điền kinh	300	16.7	340	18.38	350	18.4	9.77	0.23
6	Cầu lông	120	6.7	125	6.757	130	6.8	1.34	1.26
7	Đá cầu	55	3.1	60	3.243	70	3.7	5.96	12.73
8	Xà đơn, xà kép	145	8.1	155	8.378	160	8.4	3.93	0.51
9	Môn khác	470	26.1	430	23.24	405	21.3	11.62	8.65
	Tổng	1800		1850		1900			

Từ bảng 2 cho thấy mặc dù cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ được trang bị tương đối đầy đủ, nhưng số lượng người tham gia tập luyện TDTT và ở các môn thể thao cụ thể tăng ít và tăng không đồng đều ở các môn thể thao, chủ yếu tập trung ở các môn như: Bóng đá, bóng chuyền... số lượng sinh viên nữ hoạt động ngoại khoá TDTT còn ít do tâm lý e ngại và không có khu tập dành riêng cho nữ.

Một số câu lạc bộ thể thao đã được thành lập như câu lạc bộ: bóng đá, cầu lông, bóng rổ ...nhưng quá trình hoạt động do khó khăn về kinh phí, điều kiện sân bãi tập luyện, lịch học của sinh viên còn đầy kín nên chưa hiệu quả.

Các đội tuyển thể thao nhà trường trước khi đi thi đấu chỉ được tập trung tập luyện

trước 1 đến 2 tuần, các vận động viên không được tập luyện một cách thường xuyên có hệ thống nên thành tích thi đấu chưa cao .

Thực trạng thể lực của sinh viên Học viện Công nghệ BCVT.

Để đánh giá hiệu quả của việc tập luyện theo của sinh viên, đề tài tiến hành kiểm tra thực trạng thể lực chung của sinh viên, đề tài sử dụng 4/6 test đánh giá theo các tiêu chí tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về đánh giá xếp loại thể lực học sinh sinh viên. Các test kiểm tra bao gồm Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m XPC (s), Chạy 4x10m (s), Chạy tùy sức 5 phút (m). Kết quả trình bày tại bảng 3

*Bảng 3. Tổng hợp kết quả kiểm tra đánh giá xếp loại thể lực của sinh viên
Học viện Công nghệ BCVT*

Khoá học	Giới tính	Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%
K19	Nam 359 SV	99	27.58	151	42.06	109	30.36
	Nữ 150 SV	40	26.67	65	43.33	45	30.00
K20	Nam 389 SV	103	26.48	160	41.13	126	32.39
	Nữ 109 SV	26	23.85	53	48.62	30	27.52
K21	Nam 432 SV	107	24.77	160	37.04	165	38.19
	Nữ 101 SV	27	26.73	42	41.58	32	31.68

Từ kết quả ở bảng 3 cho thấy: Nhìn chung, tỷ lệ sinh viên không đạt tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực HSSV còn khá cao ở các năm học. Số sinh viên không đạt chiếm tỷ lệ từ 27,5% đến 38,1%. Tuy nhiên, thực tế kiểm tra cho thấy, kết quả của sinh viên tăng dần từ năm thứ 1 đến hết năm thứ 2 và lại có xu hướng giảm dần từ năm thứ 3, đặc biệt là các chỉ tiêu sức bền. Điều đó phản ánh một thực tế khách quan rằng: chỉ khi nào sinh viên đang theo học các môn TDTT thì thể lực chung được tăng lên và thành tích cũng tăng lên theo.

Như vậy:

Thực trạng thể lực sinh viên trường Học viện Công nghệ BCVT còn ở mức thấp. Chưa đáp ứng được yêu cầu nâng cao chất lượng giáo dục nói chung và GDTC nói riêng.

- Việc thực hiện nội dung chương trình giáo dục thể chất còn chưa được triệt để và ít được đổi mới, các điều kiện bảo đảm đồng bộ về cán bộ, cơ sở vật chất và kinh phí còn nhiều khó khăn và hạn chế ảnh hưởng không nhỏ tới việc học tập, tự rèn luyện nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực của sinh viên.

- Nội dung ngoại khoá, tự rèn luyện thể

lực của sinh viên, các môn thể thao để học tập của sinh viên còn hạn chế nên không gây được sự chú ý của đông đảo sinh viên, nhất là những môn sinh viên có nhiều ưa thích như: Bóng đá, cầu lông, bóng chuyền...

Do vậy, cần có những giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên góp phần nâng cao hiệu quả giáo dục và đào tạo.

2. Lựa chọn một số giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Học viện Công nghệ BCVT

Thông qua các nguồn tư liệu, kết quả nghiên cứu thực trạng công tác GDTC của Học viện Công nghệ BCVT mà chúng tôi đã tìm hiểu ở phần trên, kết hợp với kết quả phỏng vấn thông qua hình thức phiếu hỏi các cán bộ có trách nhiệm trong nhà trường và cán bộ giảng dạy trong bộ môn Giáo dục thể chất Học viện Công nghệ BCVT, chúng tôi đã tổng hợp được 6 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Học viện Công nghệ BCVT. Để lựa chọn được các giải pháp phù hợp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên, đề tài tiến hành phỏng vấn chuyên gia, giảng viên. Kết quả trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các giải pháp được trình bày tại bảng (n = 30)

TT	Giải pháp	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Tổ chức tuyên truyền nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của công tác GDTC và TDTT, từ đó xây dựng động cơ rèn luyện đúng đắn.	26	86,7
2	Tăng cường cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho hoạt động ngoại khoá.	25	83
3	Tổ chức các câu lạc bộ thể thao có sự hướng dẫn của giáo viên	25	83
4	Tăng cường tổ chức các giải thi đấu, giao lưu TDTT trong và ngoài trường.	27	90
5	Có chế độ khuyến khích cho sinh viên tập luyện ngoại khoá	30	100
6	Mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu thể thao trong sinh viên, xây dựng các đội tuyển thể thao cho trường.	24	80,0

Kết quả tại bảng 4 cho thấy cả 6 giải pháp đều được các chuyên gia, giảng viên đánh giá là phù hợp và cần thiết để nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên nhà trường với tỷ lệ đồng ý từ 80 đến 100%. Như vậy, đề tài lựa chọn được các giải pháp sau:

Nhóm giải pháp 1: Tổ chức tuyên truyền động viên nhận thức về vị trí, vai trò tác dụng của TDTT, từ đó xây dựng động cơ rèn luyện đúng đắn.

* **Mục đích:** Tuyên truyền nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo nhà trường, các tổ chức đoàn thể, phòng ban có liên quan đến phong trào TDTT của nhà trường, cũng như tuyên truyền nâng cao ý thức học tập của sinh viên, nhận thức vị trí và vai trò của rèn luyện nâng cao sức khoẻ và xây dựng lối sống lành mạnh. Khuyến khích và tạo điều kiện tăng cường hoạt động thể thao lành mạnh của sinh viên.

* **Nội dung tổ chức thực hiện:**

- Đài phát thanh trường, câu lạc bộ truyền thông đảm nhận phát vào các ngày 2, 4, 6 hàng tuần luôn đưa tin về các hoạt động

TDTT của nhà trường, tuyên dương thành tích của các gương mặt thể thao tiên tiến, xuất sắc của trường.

- Trong các giờ học nội khóa, các đồng chí giáo viên lên lớp luôn giáo dục ý thức cho sinh viên và nâng cao nhận thức về tác dụng của TDTT trong cuộc sống cũng như sau này ra công tác. Từ đó giúp sinh viên xác định được nhiệm vụ học tập và tích cực tập luyện TDTT

Nhóm giải pháp 2: Đảm bảo cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho hoạt động ngoại khoá

* **Mục đích:** Để nâng cao chất lượng công tác GDTC và thể thao sinh viên, phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất kinh phí phục vụ cho giảng dạy môn học thể dục nội khoá và tự tập luyện thể thao của sinh viên. Do vậy, cần phải xây dựng các hệ thống sân bãi thể thao để phục vụ cho giảng dạy các môn thể thao tự chọn và phát triển phong trào thể thao trong sinh viên.

* **Nội dung tổ chức thực hiện:**

- Cải tạo nâng cấp sân bãi để có thể tận dụng tối đa điều kiện của nhà trường phục vụ giảng dạy và tập luyện.

- Kiến nghị nhà trường trong quy hoạch xây dựng chung trong toàn trường, đảm bảo có kế hoạch sử dụng một cách chủ động khu GDTC.

- Đảm bảo mua sắm đầy đủ trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện TDTT nhằm đảm bảo chất lượng giảng dạy và tập luyện.

- Định mức hoá kinh phí cho kế hoạch phát triển phong trào thể thao cùng với việc tăng cường công tác xã hội hoá các hoạt động TDTT của sinh viên.

Nhóm giải pháp 3: Thành lập các câu lạc bộ thể thao có sự hướng dẫn của giáo viên TDTT

* **Mục đích:** Nhằm thúc đẩy phong trào hoạt động tập luyện TDTT ngoại khoá, thu hút ngày càng đông sinh viên tham gia tập luyện, đáp ứng nhu cầu tập luyện của sinh viên, tổ chức cho sinh viên tập luyện một cách khoa học và hiệu quả, nâng cao thể lực cho sinh viên, giảm bớt sự căng thẳng trong giờ học các nội dung văn hoá trên giảng đường. Góp phần tạo ra sân chơi bổ ích và lành mạnh cho sinh viên. Nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường.

* **Nội dung tổ chức thực hiện:** Tiến hành tổ chức nghiên cứu thành lập các câu lạc bộ TDTT, đề xuất ý kiến đối với Ban giám hiệu nhà trường về việc thành lập các CLB TDTT cho phù hợp với điều kiện của nhà trường cũng như nguyện vọng của sinh viên. Xây dựng nội quy, quy chế, chương trình hoạt động của câu lạc bộ một cách cụ thể về thời gian, sở thích, điều kiện cơ sở vật chất của trường.

- Tuyên truyền thu hút học sinh tham gia

tập luyện trong các câu lạc bộ thể dục thể thao

Nhóm giải pháp 4: Có chế độ khuyến khích cho sinh viên tập ngoại khoá

* **Mục đích:** Nhằm mục đích giúp cho các em nâng cao thể lực, ý thức đạo đức, kỷ luật, hăng hái trong quá trình hoạt động ngoại khóa một cách tích cực

* **Nội dung tổ chức thực hiện:** Tổ môn thể dục thường xuyên theo dõi và động viên các em tập luyện, tạo điều kiện sân bãi, dụng cụ và có đề xuất lên nhà trường phương án thưởng điểm rèn luyện cho những sinh viên tích cực tham gia hoạt động ngoại khóa. Các khoa, Đoàn thanh niên có những chế độ quan tâm tới sinh viên.

Nhóm giải pháp 5: Tăng cường tổ chức các giải thi đấu, giao lưu TDTT trong và ngoài trường

* **Mục đích:** Tạo yếu tố và động lực thúc đẩy khuyến khích sinh viên tích cực rèn luyện, thi đấu nhằm hoàn thiện kỹ năng, kỹ xảo và phát triển thể chất.

**** Nội dung tổ chức thực hiện:***

Khoa GDQP-QS xây dựng kế hoạch tổ chức các giải thi đấu nội bộ của trường một số môn thể thao như: Bóng chuyền, bóng đá, cầu lông. Bên cạnh đó, căn cứ vào kế hoạch của Hội thể thao Đại học và Chuyên nghiệp Hà Nội thành lập các đội tuyển và tổ chức tập luyện tham gia thi đấu các giải sinh viên khu vực Hà Nội và toàn quốc.

Nhóm giải pháp 6: Mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu thể thao trong sinh viên, xây dựng các đội tuyển thể thao cho nhà trường.

* **Mục đích:** Tạo không khí thi đua sôi nổi trong toàn nhà trường, làm phong phú đời sống văn hoá, tinh thần. Tuyển chọn những

cá nhân xuất sắc thành lập đội tuyển, tổ chức đội tuyển TDTT của nhà trường thi đấu các giải đấu ngoài trường.

*** Nội dung tổ chức thực hiện:** Nhằm mục đích kỷ niệm các ngày lễ lớn của đất nước, ngày thành lập trường đưa ra các nội dung thi đấu thể thao, các giải đấu truyền thống hàng năm, qua đó tạo sân chơi lành mạnh bổ ích cho các sinh viên tham gia.

- Thủ trưởng nhà trường thường xuyên có sự chỉ đạo đối với công tác tổ chức các giải đấu

- Tích cực kêu gọi thu hút nhà tài trợ kinh phí cho các giải đấu TDTT trong nhà trường

KẾT LUẬN

Thực trạng công tác GDTC cho sinh viên Học viện Công nghệ BCVT còn chưa tương

xứng với yêu cầu nhiệm vụ đào tạo và sự quan tâm của Đảng uỷ, Ban Giám đốc. Chương trình môn học GDTC theo quy định của Bộ giáo dục đào tạo tuy đảm bảo được về nội dung và thời gian tập luyện nhưng chất lượng chưa cao. Các hoạt động thể thao ngoại khoá chưa thu hút được nhiều sinh viên. Việc rèn luyện thân thể hàng ngày chưa thành nề nếp trong đa số sinh viên do vậy còn khá nhiều sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực HSSV theo quy định của Bộ Giáo dục Đào tạo.

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 06 những giải pháp hoạt động ngoại khoá nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên trường Học viện Công nghệ BCVT

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Ban chấp hành Trung ương Đảng (2013), Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 4/11/2013 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo
- [2]. Nguyễn Ngọc Cừ, Dương Nghiệp Chí (2001), *Nâng cao tầm vóc của cơ thể người*, Viện khoa học Thể dục Thể thao Hà Nội, Tài liệu chuyên đề số 1+2
- [3]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 3. *Ban hành Quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh sinh viên.*
- [4]. Nguyễn Găng (2000), *“Nghiên cứu xây dựng mô hình câu lạc bộ TDTT hoàn thiện trong các trường Đại học và chuyên nghiệp Thành phố Huế”*, Luận văn Thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT I.
- [5]. Thủ tướng Chính phủ, Quyết định số 641/QĐ-TTg ngày 28/4/2011 về việc *phê duyệt Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030.*
- [6]. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể dục thể thao*, Nxb. Thể dục Thể thao, Hà Nội
- [7]. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội

Bài nộp ngày 15/8/2022, phản biện ngày 07/10/2022, duyệt đăng ngày 30/10/2022