

Lựa chọn một số biện pháp nâng cao mật độ vận động trong giờ học giáo dục thể chất cho sinh viên Học viện Tài chính

TÓM TẮT:

Mật độ vận động (MĐVD) trong giờ học GDTC là tỷ lệ thời gian dành cho việc thực hiện bài tập trên tổng số thời gian bài tập, đây là một yếu tố quan trọng quyết định đến hiệu quả GDTC cho sinh viên (SV). Hiện nay, do điều kiện cơ sở vật chất và một số yếu tố chuyên môn, nên mật độ vận động của SV trong giờ học còn nhiều hạn chế. Kết quả nghiên cứu của đề tài đã đề xuất được một số biện pháp chuyên môn nhằm nâng cao MĐVD trong giờ học GDTC cho SV Học viện Tài chính (HVTC) phù hợp với điều kiện thực tiễn của nhà trường, góp phần nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường hiện nay.

Từ khóa: Mật độ vận động trong giờ học giáo dục thể chất, Học viện Tài chính, thực trạng.

ABSTRACT:

Total time of exercise for physical education lectures is time to do some exercises on total time for exercises and also is an important element making physical education effect for students. Now, the exercise time of students has been limited in the class by the material condition and professional knowledge elements. Our research results have proposed some professional knowledge methods to increase exercise time in physical education lectures for students of Financial Academy to make more suitable with present conditions and also contributing to increase physical education effect in the university.

Keywords: total time of exercise for physical education lectures, Financial Academy, current situation.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

HVTC là một trong những trường đầu ngành về lĩnh vực tài chính và ngân hàng, có nhiệm vụ đào tạo các tiến sĩ, thạc sĩ, cử nhân về khoa học tài chính và ngân hàng cho cả nước. Trong nhiều năm qua, trường đã có phong trào học tập và rèn luyện thể dục thể thao

ThS. Ngô Quang Trung ■



(Ảnh minh họa)

(TĐTT) mạnh trong các trường đại học. Với cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ dành cho TĐTT còn hạn chế nhưng đã phần nào đáp ứng được công tác giảng dạy nội khoá cũng như hoạt động ngoại khoá, phong trào TĐTT của cán bộ giáo viên, SV trong nhà trường. Nhiều năm liên tục trường đạt danh hiệu tiên tiến xuất sắc về TĐTT.

MĐVD trong giờ học GDTC là tỷ lệ thời gian dành cho việc thực hiện bài tập trên tổng số thời gian bài tập, đây là một yếu tố quan trọng quyết định đến hiệu quả GDTC cho SV. Hiện nay, do điều kiện cơ sở vật chất và một số yếu tố chuyên môn, nên MĐVD của SV trong giờ học còn nhiều hạn chế. Phong trào TĐTT nói chung và các giờ học GDTC của trường gặp nhiều khó khăn và thiếu thốn về địa điểm sân bãi tập luyện, số lượng SV, SV lại nhiều dẫn đến MĐVD của SV trong các giờ học còn thấp. Từ thực tế đó đòi hỏi nhà trường phải nhanh chóng tìm ra các biện pháp chuyên môn có hiệu quả để nâng cao MĐVD trong các giờ học GDTC hiện

nay trong nhà trường góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC cho SV.

Các phương pháp nghiên cứu chủ yếu gồm: quan sát sư phạm, phỏng vấn, kiểm tra sư phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở khoa học đề xuất biện pháp.

Để thực hiện được mục đích và nhiệm vụ của công tác GDTC trong nhà trường, các phương tiện TDTT được sử dụng theo các định hướng sau:

- Giúp SV mở rộng kiến thức rèn luyện thân thể, kỹ năng và hiểu biết về phương pháp tổ chức hoạt động TDTT, phục vụ và nâng cao sức khỏe cho bản thân, tích cực rèn luyện thân thể, tập luyện có hệ thống theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể.

- Sử dụng các hoạt động TDTT như biện pháp nghỉ ngơi tích cực để nâng cao khả năng lao động trí óc của SV. Sử dụng các bài tập TDTT như phương tiện chống sự căng thẳng tâm lý, hiện tượng lo lắng, xúc động, và đồng thời giúp SV tổ chức được cuộc sống lành mạnh.

Xây dựng các biện pháp định hướng nâng cao MĐVĐ trong các giờ học GDTC, trước hết phải dựa trên quan điểm đường lối lãnh đạo của Đảng cộng sản Việt Nam về công tác TDTT và chiến lược phát triển con người toàn diện, đã được được quán triệt trong các văn kiện các đại hội Đảng, chỉ thị của Ban Bí thư TW Đảng và của Thủ tướng Chính phủ về công tác TDTT trong giai đoạn mới, đã chỉ rõ trách nhiệm các ngành giáo dục đào tạo và TDTT đối với công tác GDTC. Thực hiện chủ trương đó Bộ Giáo dục và Đào tạo đã hướng dẫn công tác GDTC trường học nhằm đảm bảo các vấn đề giảng dạy nội khoá, ngoại khoá, công tác lãnh đạo tư tưởng và các điều kiện đảm bảo, kiện toàn lại tổ chức quản lý.

Mặt khác, xây dựng các biện pháp định hướng nâng cao MĐVĐ trong các giờ học GDTC, phải căn

cứ vào các điều kiện bảo đảm về cơ sở vật chất của HVTC Hà Nội. Trên cơ sở đã phân tích về nguyên nhân chủ quan, khách quan ảnh hưởng tới chất lượng công tác GDTC SV. Trong đó, thực trạng về cơ sở vật chất sân bãi dụng cụ, kinh phí, phương tiện giảng dạy, đội ngũ cán bộ giáo viên, chính sách đãi ngộ, công tác tổ chức quản lý giờ học TDTT... là những nguyên nhân ảnh hưởng đến việc nâng cao MĐVĐ trong giờ học GDTC.

Để xác định cơ sở thực tiễn, đề tài tiến hành phỏng vấn 30 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy tại các trường Đại học TDTT. Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ ưu tiên của các biện pháp chuyên môn nâng cao MĐVĐ trong giờ học GDTC mà đề tài đưa ra ở 3 mức:

- Mức 1: (Biện pháp rất cần thiết).
- Mức 2: (Biện pháp cần thiết).
- Mức 3: (Biện pháp không cần thiết).

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả bảng 1 cho thấy, có 4/5 biện pháp chuyên môn mà đề tài đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn với trên 70% ý kiến xếp ở mức độ rất cần thiết. Đồng thời, qua tọa đàm trực tiếp với các đối tượng phỏng vấn cho thấy, các ý kiến trả lời đều cho rằng, để nâng cao MĐVĐ trong giờ học GDTC, cần thiết phải áp dụng đồng thời tất cả các biện pháp trên vào thực tiễn quá trình tổ chức, quản lý giờ học GDTC trong nhà trường.

2.2. Đề xuất một số biện pháp chuyên môn nhằm nâng cao MĐVĐ trong các giờ học GDTC cho đối tượng nghiên cứu

Trên cơ sở đánh giá thực trạng công tác giảng dạy môn học GDTC cho đối tượng nghiên cứu, đồng thời thông qua việc nghiên cứu cơ sở lý luận và thực tiễn công tác tổ chức, quản lý giờ học GDTC, đề tài tiến hành đề xuất một số biện pháp chuyên môn nhằm nâng

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về các biện pháp đề xuất (n = 30)

TT	Các biện pháp	Rất cần		Cần		Không cần	
		n	%	n	%	n	%
1	<i>Biện pháp 1:</i> nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC trong nhà trường.	25	83.33	3	10.00	2	6.67
2	<i>Biện pháp 2:</i> đảm bảo cơ sở vật chất, phương tiện chuyên môn phục vụ công tác GDTC	23	76.67	4	13.33	3	10.00
3	<i>Biện pháp 3:</i> đào tạo, bồi dưỡng nâng cao năng lực chuyên môn của đội ngũ cán bộ, giáo viên	22	73.33	5	16.67	3	10.00
4	<i>Biện pháp 4:</i> cải tiến phương pháp giảng dạy môn thể dục.	24	80.00	5	16.67	1	3.33
5	<i>Biện pháp 5:</i> tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá, xây dựng các câu lạc bộ thể thao và tổ chức các giải thể thao.	8	26.67	3	10.00	19	63.33

cao MĐVD trong giờ học GDTC cho SV trường HVTC như sau:

** Biện pháp 1: nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC trong nhà trường.*

Với mục đích là 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 SV, 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 các hoạt động văn hoá thể thao của SV.

** Biện pháp 2: đảm bảo cơ sở vật chất, phương tiện chuyên môn phục vụ công tác GDTC.*

Để nâng cao chất lượng GDTC và thể thao SV, phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất kinh phí phục vụ cho giảng dạy môn học thể dục nội khoá, cũng như các hoạt động ngoại khoá và tự tập luyện thể thao của SV. 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 SV.

- 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 nhà trường, đảm bảo có kế hoạch xây dựng nhà tập, phòng tập GDTC.

- Đảm bảo mua sắm trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện đủ về số lượng và đảm bảo được chất lượng.

- 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 thể thao của SV.

** Biện pháp 3: đào tạo, bồi dưỡng nâng cao năng lực chuyên môn của đội ngũ cán bộ, giáo viên.*

Cần tăng cường công tác giáo dục tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của giáo viên đối với việc nâng cao

chất lượng GDTC của SV và phong trào TDTT của nhà trường. Tổ chức các hoạt động sinh hoạt chuyên môn nghiệp vụ, cử cán bộ đi học các lớp bồi dưỡng chuyên môn, hoàn thiện chương trình và học trên đại học. Có kế hoạch tiếp nhận và bồi dưỡng giáo viên trẻ có trình độ lý luận và chuyên môn giỏi, có nhiệt tình ý thức trách nhiệm cao và có khả năng tổ chức các hoạt động thể thao quần chúng, để thay thế kế cận đội ngũ giáo viên lớn tuổi, đáp ứng yêu cầu cần mở rộng và nâng cao chất lượng công tác GDTC và phong trào TDTT của nhà trường trong những năm tới.

** Biện pháp 4: cải tiến phương pháp giảng dạy môn GDTC.*

Kế hoạch giảng dạy nội khoá phải được thực hiện theo chương trình GDTC của Bộ GD-ĐT. Giờ học thể dục phải đảm bảo giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của việc tập luyện nâng cao sức khoẻ, giáo dục đạo đức cách mạng. Trang bị hình thành và nâng cao các kỹ năng vận động cơ bản, giáo dục toàn diện các tố chất vận động cho SV. Trang bị những kiến thức lý luận về phương pháp tập luyện nâng cao sức khoẻ.

Do vậy giờ học thể dục phải đảm bảo tính hấp dẫn và có lượng vận động phù hợp cần thiết để giúp SV hoàn thành chương trình GDTC, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể và nâng cao được sức khoẻ.

Trong nhóm phương pháp này cần:

- Cải tiến phương pháp tổ chức giờ học GDTC.
- Có chính sách kích thích tính chuyên cần của SV.
- Có nội dung bài tập phong phú, tăng tính hấp dẫn của giờ học.
- Đưa nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thân thể vào nội dung buổi tập và nội dung kiểm tra đánh giá môn học.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 04 biện pháp chuyên môn với những chỉ dẫn cụ thể để nâng cao MĐVD trong các giờ học GDTC cho SV HVTC.

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. PGS.TS. Phạm Đình Bẩm (2000), *Giáo trình quản lý TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.
3. Phương Thị Hoà, Vũ Đức Thu (1998), *Nghiên cứu thực trạng và quy hoạch phát triển cơ sở vật chất TDTT trường học đến năm 2000 và định hướng đến 2025*, Tuyển tập nghiên cứu khoa học - giáo dục thể chất sức khoẻ trong nhà trường các cấp - Nxb TDTT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: “Nghiên cứu biện pháp nâng cao mật độ vận động trong giờ học giáo dục thể chất cho sinh viên Học viện Tài chính Hà Nội”. Luận văn thạc sĩ Khoa học giáo dục, cao học khóa 24, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 3/3/2019; ngày phản biện đánh giá: 16/4/2019; ngày chấp nhận đăng: 21/5/2019)