

Thực trạng hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Khánh Hòa

ThS. Lê Quang Chung, TS. Đàm Trung Kiên ■

TÓM TẮT:

Nghiên cứu đã xác định được 6 yếu tố để đánh giá thực trạng hoạt động thể thao ngoại khóa (TTNK) của sinh viên (SV) trường Đại học Khánh Hòa (ĐHKH) bao gồm: Loại hình hoạt động trong ngày; Tính chuyên cần tập luyện TTNK; Mức độ tham gia tập luyện môn thể thao; Hình thức tập luyện TTNK; Thái độ nhận thức của SV về hoạt động TTNK và Nhu cầu tập luyện TTNK của SV. Kết quả nghiên cứu đã phản ánh nhu cầu mong muốn tập luyện của SV trong hoạt động TTNK.

Từ khóa: Thể thao ngoại khóa, thể chất, sinh viên, Đại học Khánh Hòa.

ABSTRACT:

The study has identified 6 factors to evaluate the status of extracurricular sports activities of Khanh Hoa University students, including: Type of activities in the day; Diligence in extracurricular sports training; Level of participation in sports practice; Forms of extracurricular sports training; Students' cognitive attitudes about extracurricular sports activities and their need to practice sports. The research results have reflected the desire of students to practice in extracurricular sports activities.

Keywords: extracurricular sports, fitness, students, Khanh Hoa University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa (còn gọi là hoạt động TTNK - Luật TDDT - 2006) thực hiện theo kế hoạch của nhà trường và các cấp quản lý giáo dục, bao gồm: Tự luyện tập, luyện tập có hướng dẫn, luyện tập theo nội dung tiêu chuẩn rèn luyện thân thể áp dụng cho từng lứa tuổi, luyện tập các môn thể thao.

Trường ĐHKH là một trong những trường trên địa bàn Tỉnh thực hiện nghiêm túc chủ trương của Bộ GD&ĐT về tổ chức hoạt động đào tạo. Do đó, đánh giá thực trạng là vấn đề quan trọng nhất để hoạt động TTNK được tổ chức có hiệu quả, đó là hoạt động này phải có nội dung và hình thức phù hợp nhằm lôi cuốn được đông đảo SV tham gia. Trong đó, việc thường xuyên nghiên cứu, tìm hiểu các vấn đề đang tồn tại



trong công tác TTNK, để đưa ra các biện pháp, giải pháp khắc phục là một trong những vấn đề cần được quan tâm thực hiện trong công tác đào tạo của nhà trường. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng, tính cấp thiết của vấn đề nghiên cứu, cũng như xuất phát từ những đòi hỏi của thực tiễn nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Thực trạng hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Khánh Hòa.

Trong quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, điều tra xã hội học, phỏng vấn và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng tham gia các loại hình giải trí trong ngày của SV trường ĐHKH

Thông qua tham khảo ý kiến của các giảng viên, chuyên gia và tiến hành phỏng vấn 340 SV để đánh giá thực trạng tham gia các loại hình giải trí trong ngày của SV trường ĐHKH. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả thống kê thực trạng tham gia các loại hình giải trí trong ngày của SV trường ĐHKH (n = 340)

TT	Hoạt động giải trí	Trung bình (giờ; phút)
1	Truy cập internet	3.50
2	Xem tivi /Nghe nhạc	2.45
3	Gặp gỡ bạn bè	2.05
4	Xem phim	2.09
5	Chơi game	2.11
6	Tập luyện TDDT	30 - 45 phút
7	Hoạt động khác	2.50

Qua bảng 1 cho thấy, vấn đề SV sử dụng nhiều thời gian nhất là internet (3,5 giờ), xem ti vi/ nghe nhạc và gặp gỡ bạn bè (2,09 giờ và 2,45 giờ), nhưng dành cho tập luyện TDDT ít nhất (từ 30 – 45 phút) bao gồm cả học TDDT chính khóa lẫn tập luyện ngoại khóa. Như vậy cần phải cải thiện về tập luyện TDDT cho SV để thay đổi hình thức sinh hoạt chưa tích cực, đồng thời nâng cao chất lượng GDTC.

2.2. Thực trạng tính chuyên cần tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH

Nghiên cứu tiếp tục đánh giá thực trạng tính chuyên cần tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH. Kết quả được trình bày ở bảng 2

Quan bảng 2 cho thấy: Có đến 75.88% SV thỉnh thoảng tập luyện hoặc không bao giờ tham gia tập luyện TTNK. Trong khi đó chỉ có 24.12% SV tham gia tập luyện TTNK thường xuyên.

2.3. Thực trạng môn TTNK và mức độ tập luyện của SV trường ĐHKH

Đánh giá thực trạng môn TTNK và mức độ tập luyện của SV trường ĐHKH. Kết quả được trình bày ở bảng 3

Qua bảng 3 cho thấy: Khi theo dõi, kiểm tra thông tin trên số lượng SV thường xuyên tham gia hoạt động TTNK tại trường thấy một thực trạng là: ở các môn thể thao SV lựa chọn phân bố không đều, tập trung nhiều nhất ở hoạt động đi bộ hoặc chạy bộ (chiếm tỷ lệ 19.12%), tiếp theo là môn bóng đá (13.53%), môn võ thuật (10.88%)... thấp nhất là môn bóng rổ chỉ có 4.71%.

2.4. Thực trạng các hình thức tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH

Đánh giá thực trạng các hình thức tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH. Kết quả được trình bày ở bảng 4

Qua bảng 4 cho thấy: các SV thường xuyên tập

Bảng 2. Thống kê kết quả khảo sát tính chuyên cần tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH (n = 340)

TT	Mức độ hoạt động	Ý kiến	Tỷ lệ %
1	Thường xuyên	82	24.12
2	Thỉnh thoảng	191	56.18
3	Không bao giờ	67	19.71

Bảng 3. Thống kê các môn TTNK và mức độ tập luyện của SV trường ĐHKH (n = 340)

T	Môn thể thao	Số lượng	Tỷ lệ %	Xếp hạng
1	Bóng đá	46	13.53	2
2	Võ thuật	37	10.88	3
3	Cầu lông	35	10.29	4
4	Bóng chuyền	27	7.94	7
5	Bơi lội	25	7.35	8
6	Đi bộ/chạy bộ	65	19.12	1
7	Thể dục thể hình	32	9.41	6
8	Bóng rổ	16	4.71	10
9	Bóng bàn	22	6.47	9
10	Aerobic	35	10.29	4

Bảng 4. Thống kê các hình thức tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH (n = 340)

T	Loại hình tập luyện	Số lượng	Tỷ lệ %	Xếp hạng
1	Tự tập	81	23.82	1
2	Có hướng dẫn	57	16.76	4
3	Thông qua hoạt động thi đấu	27	7.94	6
4	Theo đội tuyển	35	10.29	5
5	Theo nhóm, lớp	68	20.00	3
6	Theo câu lạc bộ	72	21.18	2

luyện TDDT được chúng tôi nghiên cứu có hình thức tập luyện TTNK rất đa dạng, song tập trung chủ yếu dưới hình thức tự tập (chiếm tỷ lệ 23.82%), tập theo câu lạc bộ (21.18%), tập theo nhóm/ lớp (20%), còn lại là các hoạt động theo đội tuyển, thi đấu...trong đó tập có người hướng dẫn chỉ chiếm tỷ lệ 16.76%.

3.5. Thực trạng thái độ nhận thức của SV về hoạt động TTNK của SV trường ĐHKH

Đánh giá thực trạng thái độ nhận thức của SV về hoạt động TTNK của SV trường ĐHKH. Kết quả được trình bày ở bảng 5

Qua bảng 5 cho thấy: SV thích sự nhiệt tình của giảng viên đã giúp họ nâng cao khả năng tham gia các hoạt động TTNK. Các SV cũng thích hoạt động GDTC/TTNK vì họ có thể thiết lập mối quan hệ tốt

Bảng 5. Kết quả thống kê thái độ của SV về hoạt động TTNK

TT	Nội dung đánh giá	TB
1	Giảng viên của tôi quan tâm đến những bạn không thực hiện được các hoạt động thể chất tốt	4.15
2	Tình bạn tốt có thể xây dựng thông qua việc tham gia vào các môn thể thao và trò chơi, các hoạt động TTNK,...	4.05
3	Tôi hài lòng với lớp học GDTC/ TTNK của tôi được học	4.12
4	GDTC/ TTNK thì cung cấp thêm cho tôi nhiều cơ hội học tập để tôi tham gia	4.24
5	Tôi chú ý học tập hơn trong giờ học GDTC/ TTNK	4.17
6	Tôi thích GDTC/ TTNK vì nó giúp tôi rèn luyện kỷ luật cá nhân	4.15
7	Giảng viên GDTC của tôi nhiệt tình trong việc giảng dạy	4.03
8	Tôi cảm thấy thích thú với khi học lớp GDTC/ TTNK	3.97
9	Giảng viên GDTC/ TTNK của tôi đã giúp tôi nâng cao kỹ năng trong các hoạt động thể chất và các trò chơi khi tôi yêu cầu	3.83
10	Tôi có thể sử dụng kiến thức trong quá trình học GDTC/ TTNK khi tôi hoàn thành khóa học của mình	3.84
11	Hoạt động GDTC/ TTNK sẽ làm phong phú cuộc sống của tôi	3.82
12	Hai giờ một tuần hoạt động GDTC/ TTNK là không đủ cho sức khỏe của mỗi người	3.78
13	Tôi thích GDTC/ TTNK vì nó giúp tôi phòng ngừa bệnh tật	3.75
14	Tôi cảm thấy GDTC/ TTNK liên quan đến trình độ nhận thức của mỗi người	3.66
15	Tham gia các hoạt động GDTC/ TTNK giúp chúng tôi hình thành thái độ tốt hơn trong cuộc sống	3.68
16	Giảng viên của chúng tôi dễ trong giờ học GDTC/ TTNK	3.63
17	Là một SV, sức khỏe tốt và sự thích nghi tốt là điều quan trọng nhất trong cuộc sống của tôi	3.62
18	Tôi thích GDTC/ TTNK vì nó giúp tôi tránh xa những thói quen không tốt trong cuộc sống	3.61
19	Tôi không thích các hoạt động GDTC/ TTNK vì nó bắt tôi phải làm các hoạt động mà tôi ghét nhất	3.60
20	Tôi ghét phải tham dự lớp GDTC/ TTNK bởi vì tôi không muốn dùng quá nhiều sức của mình trong giờ học	3.62
21	Kỹ năng trong hoạt động thể chất và từ các trò chơi được cung cấp trong lớp GDTC/ TTNK là cần thiết cho cuộc sống của tôi	3.57
22	Tôi thích học GDTC/ TTNK vào buổi sáng vì nó mang lại nhiều lợi ích tích cực cho tôi	3.48
23	Tôi cảm thấy bối rối khi tôi thực hiện sai các bài tập của Giảng viên GDTC/ TTNK đưa ra	3.44
24	Tôi thích GDTC/ TTNK vì tôi chơi tốt trong các hoạt động thể thao	3.39
25	Tôi muốn tham gia vào GDTC/ TTNK vì thiết bị và cơ sở vật chất tập luyện luôn luôn mới	3.32
26	Tôi muốn tham dự lớp GDTC/ TTNK ngay cả khi được tổ chức bên ngoài trung tâm, trường học,...	3.27
27	Các lớp học, các hoạt động GDTC/ TTNK không cung cấp điều gì có giá trị cho SV sau khi học	3.25
28	Bởi vì chi phí của các thiết bị, cơ sở vật chất quá cao, nên không có đủ các thiết bị, cơ sở vật chất cần thiết cho tập luyện GDTC/ TDTT ngoại khóa cho SV sử dụng	3.23
29	Tôi thấy rằng dành thời gian cho việc tham gia GDTC/TTNK có được nhiều lợi ích hơn dành cho việc những khác	3.21
30	Ai cũng có thể tham gia các hoạt động như tập thể dục và tham gia các trò chơi để có một cơ thể khỏe mạnh mà không cần tham gia các lớp giáo dục thể chất/ TTNK	3.14
	Tổng	3.68

thông qua sự tham gia vào các hoạt động đa dạng đã hình thành thái độ tích cực. Qua thống kê tại bảng 5, với tổng điểm trung bình là 3.68 cho thấy SV có thái độ tích cực đối với hoạt động TTNK. Qua nghiên cứu có thể suy luận những SV tham gia phỏng vấn đã hiểu được tầm quan trọng của hoạt động TTNK và họ tiếp tục tham gia vào các hoạt động ngay cả bên ngoài lớp học.

2.6. Thực trạng nhu cầu tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH

Chúng tôi sử dụng thang đo dùng để đánh giá nhu cầu tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH, được xây dựng dựa trên lý thuyết gồm 30 yếu tố ban đầu được hình thành từ các nguồn: Câu hỏi mở; cơ sở lý thuyết của các đề tài nghiên cứu trước đây. Sau khi kiểm định Cronbach Alpha và phân tích nhân tố (EFA) thu được 7 nhóm nhu cầu: sức khỏe, xã hội, khẳng định, thể hiện, nội tâm, an toàn, tự tin. Với 22 yếu tố về nhu cầu tham gia tập luyện TTNK của SV. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Thống kê về nhu cầu tập luyện TTNK của SV trường ĐHKH (n = 340)

TT	Tên các nhóm nhu cầu	Nội dung các nhóm
1	SỨC KHỎE	Tập luyện TTNK để chữa bệnh
		Tập luyện TTNK để ăn khỏe, ngủ ngon
		Tập luyện TTNK vì nó giúp tôi phản xạ và phản ứng nhanh với các tình huống vận động
		Tập luyện TTNK vì nó là một môn chơi lành mạnh
		Tập luyện TTNK để tăng sức đề kháng và tăng cường sức khỏe
2	XÃ HỘI	Tập luyện TTNK vì mong muốn trở thành người nổi tiếng
		Tập luyện TTNK vì mọi người quan tâm đến tôi
		Tập luyện TTNK vì ảnh hưởng của thần tượng thể thao
3	KHẲNG ĐỊNH	Tập luyện TTNK là do thói quen của tôi
		Tập luyện TTNK vì nó giúp tôi hoàn thiện về tính cách
		Tập luyện TTNK để giải trí
		Tập luyện TTNK để có sức khỏe
4	THỂ HIỆN	Tập luyện TTNK vì tôi muốn mọi người thích tôi
		Tập luyện TTNK vì nó giúp tôi có nhiều bạn bè và nhiều mối quan hệ xã hội
		Tập luyện TTNK vì tôi muốn mình giống như thần tượng
		Tập luyện TTNK vì nó làm cho tôi không thua thiệt bạn bè
5	NỘI TÂM	Tập luyện TTNK vì nó làm tôi tự tin trong cuộc sống
		Tập luyện TTNK để tránh các cám dỗ và thói hư tập xấu khác
6	AN TOÀN	Tập luyện TTNK do sự lôi kéo của bạn bè
		Tập luyện TTNK để kéo dài tuổi thọ
7	TỰ TIN	Tôi cảm thấy hạnh phúc khi tập luyện TTNK trước mọi người
		Tập luyện TTNK vì mong muốn cống hiến cho mọi người xem những khả năng của tôi

Qua bảng 6 cho thấy: Nhu cầu khi tham gia tập luyện TTNK của SV khá đa dạng. Trong đó, SV có nhu cầu cao nhất là “về khẳng định” (TB=4.62), xếp thứ 2 là “về thể hiện” (TB=4.42), đứng thứ 3 là “về nội tâm” (TB=4.14), tiếp theo là “về sức khỏe” (TB=3.92), vị trí thứ 5 là “về xã hội” (TB=3.74), kế tiếp là “về an toàn” (TB=3.61) và cuối cùng là “về tự tin” (TB=3.50).

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã xác định được 6 yếu tố để đánh giá

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Đăng Chiêu (2009), “Thực trạng công tác GDTC của một số trường đại học tại TP.HCM và các giải pháp”, đề tài khoa học cấp Bộ.
 2. Phạm Khánh Minh (2001), *Nghiên cứu cải tiến tổ chức và quản lý các hoạt động TDTT ngoại khóa để nâng cao thể lực của SV Trường ĐH Mở - Địa chất*, luận văn thạc sĩ, Trường ĐH TDTT I.
 3. Trần Văn Mạnh (2007), *Nghiên cứu tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa góp phần nâng cao thể chất SV trường đại học Xây dựng*.
 4. Nguyễn Xuân Sinh, Nguyễn Găng (2001), “Nghiên cứu hiệu quả hoạt động ngoại khóa theo loại hình CLB TDTT hoàn thiện đối với sự phát triển thể chất của các trường đại học ở Thành phố Huế”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, sức khỏe trong trường học các cấp (lần III)*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.184 - 186.
- Nguồn bài báo: trích từ kết quả nghiên cứu của luận án: “Nghiên cứu giải pháp phát triển thể lực cho sinh viên các trường Đại học Tỉnh Khánh Hòa”, ThS. Lê Quang Chung, Đại học Khánh Hòa.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 26/9/2020; ngày phản biện đánh giá: 12/10/2020; ngày chấp nhận đăng: 14/12/2020)