

CHIẾN LƯỢC PHÁT TRIỂN BỘ MÔN GYM FITNESS TRONG TRƯỜNG HỌC NHẪM NÂNG TẦM THỂ CHẤT, VÓC DÁNG NGƯỜI VIỆT NAM

ThS. Nguyễn Minh Hiếu¹

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) giữ vai trò đặc biệt quan trọng trong việc phát triển toàn diện cho học sinh, sinh viên các trường phổ thông và chuyên nghiệp, bởi nó là cơ sở để họ phát triển thể lực, hình thành những kỹ năng vận động cần thiết và nâng cao phẩm chất tâm lý, đạo đức... học đặc biệt trong hoàn cảnh hội nhập hiện nay công nghiệp hóa và hiện đại hóa đất nước. Bên cạnh đó, phát triển sân chơi thể thao học đường là một xu hướng mới của giáo dục hiện đại, với nhiều tiềm năng và lợi ích đối với học sinh. Hoạt động thể thao, GDTC và bộ môn Gym Fitness trong trường học đã góp phần phát triển thể lực, nâng cao tầm vóc của học sinh, sinh viên. Không những thế còn góp phần giáo dục đạo đức, lối sống lành mạnh, qua đó đẩy lùi các tệ nạn xã hội có thể xâm nhập trong nhà trường.

Cùng với quá trình hội nhập quốc tế về kinh tế, “hội nhập quốc tế giáo dục” đang là một trong những vấn đề được chú trọng hàng đầu Việt Nam. Nếu như trước đây, khi lựa chọn trường học cho con mình, phụ huynh thường có tâm lý lựa chọn “trường điểm”, “thành tích thi các giải HSG”... thì hiện nay, phụ huynh quan tâm nhiều hơn đến phương pháp giáo dục khoa học, nhất là các hoạt động giáo dục thể chất, kỹ năng vận động nhằm giúp học sinh phát triển toàn diện. Bất kịp xu thế đó, nhiều trường học, tiên phong là các trường quốc tế đang ngày càng thúc đẩy mạnh hoạt động thể chất cho học sinh.

Phát triển sân chơi thể thao học đường là một xu hướng mới của giáo dục hiện đại, với nhiều tiềm năng và lợi ích đối với học sinh, cải thiện sức khỏe, tăng cường kỹ năng xã hội và tạo ra một môi trường học tập tích cực:

Phát triển sân chơi thể thao học đường giúp học sinh tăng cường sức khỏe và thể chất.

Phát triển kỹ năng xã hội.

Tăng cường giáo dục văn hóa

Tạo ra một môi trường học tập tích cực

Tạo ra các cơ hội, hội nhập quốc tế.

Phát triển sân chơi thể thao học đường cũng tạo ra các cơ hội nghề nghiệp cho học sinh.

2. NỘI DUNG

2.1. Lợi ích của bộ môn Gym Fitness đối với thể chất học sinh

Gymnasium (viết tắt là Gym) được kết hợp từ hai nghĩa “các động tác vận động cơ thể” và “không mặc quần áo” (theo nghĩa trang phục thông thường), gọi chung là nơi tập thể dục trong nhà.

Fitness: Fitness là sự phù hợp, vừa vặn, cân đối, sung sức. Theo định nghĩa trong từ điển, Fitness chỉ một người sở hữu thể trạng cân đối, khỏe và có lối sống lành mạnh. Nghĩa chung của Fitness là một bộ môn thể thao giúp con người hoàn thiện cơ thể, giúp họ sống khỏe và tốt hơn.

Gym Fitness là một bộ môn thể dục phát triển nhanh chóng trên toàn cầu và đã chứng minh được hiệu quả trong cải thiện sức khỏe và vóc dáng. Đối với học sinh, việc tham gia Gym Fitness có nhiều lợi ích quan trọng:

2.2. Cơ hội và thách thức của việc phát triển bộ môn Gym Fitness trong trường học

2.2.1. Cơ hội

Nhu cầu tập luyện của học sinh, sinh viên ngày càng tăng:

Xã hội ngày càng phát triển, đời sống vật chất và tinh thần của con người ngày càng được chú trọng phát triển hơn. Nhu cầu của con người bây giờ không chỉ là nhu cầu cơ bản tối thiểu như ăn no, mặc ấm mà phải bao gồm cả nhu cầu và mong muốn có được cuộc sống tốt đẹp hơn cả về thể chất và tinh thần. Một trong những nhu cầu đó chính là nhu cầu về chăm sóc sức khỏe

và ngoại hình. Đặc biệt, giới học sinh sinh viên hiện nay, với điều kiện cuộc sống ngày càng cao thì việc chăm sóc sức khỏe tốt là một nhu cầu quan trọng và ngày càng gia tăng. Đặc biệt là giúp các bạn sinh viên có sức khỏe tốt, dáng đẹp, để đảm bảo nhiều thuận lợi hơn trong học tập và công việc sau khi ra trường. Do đó các trung tâm Thể dục thẩm mỹ đang ngày càng trở nên quen thuộc với giới trẻ nhằm đáp ứng nhu cầu này. Theo dự báo của các chuyên gia, trong vài năm tới, đi cùng với sự phát triển của giáo dục đào tạo đại học thì số lượng trên sẽ còn gia tăng hơn nữa về sinh viên lẫn người dân.

Trong cuộc khảo sát gần đây được tiến hành bởi Q&Me – công ty chuyên về lĩnh vực nghiên cứu thị trường tại Việt Nam (2021), Fitness là loại hình thể dục phổ biến nhất với 83% người lựa chọn, trong đó được lựa chọn nhiều nhất là Đi bộ, Chạy bộ và Đạp xe. Tiếp theo là Thể thao với tỷ lệ 37% người lựa chọn. Trong đó, Đá banh, Cầu lông, Bóng chuyền là những môn thể thao được chơi nhiều nhất. Võ thuật ít phổ biến hơn, chỉ với 11% người lựa chọn. Trong đó, Taekwondo, Karate, Boxing là những môn võ được yêu thích.

Cần lớn hơn cung:

Tuy nhu cầu của học sinh, sinh viên ngày càng cao nhưng vốn là những người chưa tạo ra thu nhập, các bạn vẫn còn phụ thuộc vào gia đình nên vẫn còn e dè khi quyết định đến với các trung tâm TDTM, đó là một trong những yếu tố quan trọng mà các doanh nghiệp cần lưu ý khi muốn chinh phục đối tượng này. Hiện nay, đã có một số trường đại học đưa vào sử dụng phòng tập Gym và các môn thể thao khác như Yoga, Aerobic,... như đại học Tôn Đức Thắng, đại học Hồng Bàng, đại học Thăng Long, đại học Võ Trường Toản,... với nhiều chính sách ưu đãi về học phí cho sinh viên để tạo điều kiện cho các bạn rèn luyện sức khỏe và vóc dáng. Tuy nhiên, con số này vẫn còn ít nên chưa đáp ứng được hết một lượng lớn nhu cầu của sinh viên.

Việt Nam có nền thể thao phát triển và tiềm năng về nguồn nhân lực trong lĩnh vực thể dục và thể thao. Việc đưa bộ môn Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất sẽ tạo ra cơ hội

phát triển cho các huấn luyện viên và chuyên gia thể dục, đồng thời tạo ra một nguồn hỗ trợ cho ngành thể dục và thể thao nói chung.

2.2.2. Thách thức

Thiếu cơ sở hạ tầng và trang thiết bị:

Một trong những khó khăn lớn khi đưa bộ môn Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất là thiếu cơ sở hạ tầng và trang thiết bị phù hợp. Để thực hiện các bài tập Gym Fitness, cần có không gian rộng, các thiết bị tập luyện chất lượng và huấn luyện viên được đào tạo chuyên nghiệp

Định kiến về việc tập Gym Fitness:

Một số người vẫn còn có định kiến rằng tập Gym Fitness chỉ dành cho người muốn rèn luyện cơ bắp và có thể không phù hợp cho học sinh. Điều này có thể tạo ra khó khăn trong việc thúc đẩy sự chấp nhận và tham gia của học sinh và phụ huynh.

Đào tạo và giáo viên chuyên môn:

Để đưa bộ môn Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất, cần có đội ngũ giáo viên được đào tạo chuyên môn về Gym Fitness. Điều này đòi hỏi sự đầu tư và nỗ lực từ phía hệ thống giáo dục để đảm bảo chất lượng đào tạo và sự phát triển bền vững của bộ môn này.

Vấn đề liên quan đến khung pháp lý:

Việc đưa Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất có thể gặp phải một số khó khăn pháp lý:

+ **Chương trình giáo dục:** Việc đưa thể hình và Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất yêu cầu sự điều chỉnh và thay đổi chương trình học. Các quy định về giáo dục và chương trình học có thể cần phải điều chỉnh để thích nghi với việc giảng dạy Gym Fitness.

+ **Quy định an toàn:** Để đảm bảo an toàn cho học sinh, cần phải tuân thủ các quy định an toàn trong việc thực hiện các bài tập và hoạt động Gym Fitness. Điều này có thể liên quan đến quy định về trang thiết bị, không gian vận động, và sự giám sát của người hướng dẫn.

+ **Thủ tục hành chính:** Trong một số trường hợp, việc đưa Gym Fitness vào chương trình giáo dục có thể yêu cầu sự phê duyệt hoặc chứng nhận từ các cơ quan chức năng. Điều này

có thể liên quan đến việc tham khảo các quy định của bộ giáo dục hoặc các tổ chức thể thao và thể dục chuyên nghiệp.

Tuy nhiên, các khó khăn pháp lý này không phải là không thể vượt qua. Việc đưa Gym Fitness vào chương trình giáo dục thể chất có thể được thực hiện thông qua việc nghiên cứu và thảo luận với các chuyên gia pháp lý, bộ giáo dục và các bên liên quan để đảm bảo tuân thủ các quy định và quyền hạn pháp lý. Đồng thời, việc tăng cường ý thức về tầm quan trọng của thể chất và sức khỏe trong giáo dục có thể giúp tạo đà để thúc đẩy sự chấp nhận và hỗ trợ cho việc đưa Gym Fitness vào chương trình giáo dục.

2.3. Thiết kế triển khai chương trình Gym Fitness trong trường học

2.3.1. Phát triển Khu Gym Fitness trong trường học - xu hướng đầu tư mới

Mô hình khu thể thao, Gym trong trường học đang trở thành một xu hướng đầu tư mới vì nó cung cấp nhiều lợi ích cho cả giáo dục và sức khỏe của học sinh. Điều này đem lại cơ hội cho những nhà đầu tư thông minh, và dưới đây là một số phân tích về tiềm năng phát triển của mô hình này:

Khách hàng tiềm năng đông đảo.

Trường học là nơi tập trung đông đảo học sinh và giáo viên, đây là đối tượng khách hàng tiềm năng cho các khu thể thao - gym trong trường học. Học sinh và giáo viên thường có nhu cầu rèn luyện sức khỏe, nâng cao thể lực và giảm stress, các khu thể thao - gym trong trường học có thể đáp ứng nhu cầu này.

Tăng cường cạnh tranh cho các trường học.

Việc đầu tư vào khu thể thao, gym trong trường học cũng giúp tăng cường cạnh tranh giữa các trường học. Các trường học cung cấp các dịch vụ thể thao và gym tốt sẽ thu hút học sinh và phụ huynh hơn, từ đó cải thiện chất lượng giáo dục và cải thiện năng suất của học sinh.

Tạo ra nguồn thu nhập ổn định bền vững.

Nếu được quản lý và kinh doanh hiệu quả, các khu phức hợp thể thao - gym trong trường học có thể mang lại lợi nhuận cao trường học.

Nhiều trường học đã hợp tác với các đơn vị có kinh nghiệm vận hành khu thể thao - gym mà không trực tiếp vận hành, điều này cũng giúp trường có khoản thu nhập cố định từ chi phí cho thuê để đầu tư các hoạt động khác cho trường học.

Tiềm năng tăng doanh số bán hàng

Các khu thể thao - gym trong trường học có thể tăng doanh số bán hàng của các sản phẩm và dịch vụ khác như đồ ăn và thức uống, sản phẩm thể thao và quần áo thể thao. Đây là một cơ hội để tăng doanh thu và lợi nhuận cho các nhà đầu tư.

Tăng khả năng tiếp cận khách hàng tại địa phương.

Khu thể thao - gym trong trường học không chỉ cung cấp dịch vụ thể thao cho học sinh mà còn cung cấp tiện ích cho cả trường học và cộng đồng xung quanh. Điều này giúp giảm chi phí quảng bá và tăng khả năng tạo ra lợi nhuận.

Cơ hội phát triển thương hiệu.

Đầu tư vào các khu thể thao - gym trong trường học cũng là cơ hội để tạo dựng thương hiệu và uy tín trong lĩnh vực thể thao và sức khỏe. Điều này cung cấp các cơ hội để tạo ra một thương hiệu tốt và tạo sự khác biệt so với các đối thủ cạnh tranh khác trên thị trường.

2.3.2. Trường học đưa bộ môn Gym Fitness vào giảng dạy như thế nào

Các trường Đại học đã phát triển mô hình Gym Fitness trong trường học như thế nào?

Trên thế giới, đã có rất nhiều ngôi trường đại học có phòng tập Gym trong trường phục vụ cho sinh viên rèn luyện thể dục thể thao. Những phòng thể chất này cung cấp những trang thiết bị hiện đại và đa dạng phù hợp với nhu cầu của nhiều người.

Ở Việt Nam, nắm bắt thị hiếu đối với bộ môn thể chất này cũng như tạo sự thuận tiện cho các bạn sinh viên có nhu cầu, một số trường đại học ở Việt Nam như trường Đại học Bách Khoa, Trường Đại học Tôn Đức Thắng, Trường ĐH Quốc tế Hồng Bàng, Trường Đại học Công Đoàn, Trường ĐH Kinh tế - Tài Chính Trường Đại học Thăng Long đã mở những phòng tập Gym trong diện tích của trường.

Ở các trường đại học trên thế giới, các phòng tập Gym cho sinh viên cũng như cán bộ trường được xem là một vấn đề thiết yếu trong công tác nâng cao thể dục thể chất nên được đầu tư rất bài bản và có quy mô tốt. Tuy nhiên, ở Việt Nam điều này vẫn còn nhiều bất cập. Sở dĩ các trường đại học được đề cập như trên có phòng tập Gym bởi các trường này đáp ứng được nhiều điều kiện như có diện tích lớn, nguồn tài chính dồi dào, sinh viên có điều kiện tốt và có nhu cầu, bản chất và tinh thần thể dục thể thao của trường...

Vì phòng tập nằm trong khuôn khổ trường đại học, người tập phần lớn là sinh viên, ý thức cao nên vấn đề an toàn, an ninh ít nhiều được đảm bảo. Tuy nhiên, như đã phân tích ở trên, các phòng tập Gym ở các trường đại học cũng chỉ thuộc vào diện quy mô vừa và nhỏ, vì thế nó cũng sẽ tồn đọng những vấn đề mà các trung tâm vừa và nhỏ đã mắc phải như phương pháp giảng dạy còn chưa khoa học, chất lượng huấn luyện viên còn chưa cao và không đảm bảo mục tiêu của người học...

Mở rộng thị trường sản phẩm và dịch vụ liên quan:

Khi nhu cầu tập Gym tăng lên, thị trường các sản phẩm và dịch vụ liên quan cũng sẽ phát triển. Đứng trước cơ hội vàng đó, Các Doanh nghiệp Gym Fitness cần nhắc tận dụng thời cơ đưa ra các gói dịch vụ phù hợp, ưu tiên tuyển dụng nguồn HLV chính qui chất lượng kết hợp với truyền thông Marketing nhắm đến đối tượng tuổi teen nhằm tạo ra “đại dương xanh” cho mình sẽ là một chiến lược kinh doanh hiệu quả.

Cơ hội lớn của giáo dục Đại Học Việt Nam.

Gym Fitness đã và đang dần được xã hội công nhận như một nghề chính thống và dần trở nên phổ biến và được trân trọng hơn. Để phát triển bộ môn này trong các trường học đòi hỏi một lực lượng giáo viên Gym Fitness được đào tạo bài bản chính qui. Nhưng có một thực tế hiện nay số lượng giáo viên chính qui đủ tiêu chuẩn giảng dạy bộ môn Gym Fitness còn rất hạn chế?

Từ đó cho thấy tiềm năng lớn cho các trường Đại Học đã và đang có kế hoạch mở các ngành

đào tạo bài bản và chính qui như: Cử nhân Gym Fitness, Quản lý thể thao, Kinh Tế thể thao... như ĐH Hồng Bàng, ĐH Tôn Đức Thắng, ĐH Hoa Sen, ĐH Trà Vinh....mở ra cơ hội nghề nghiệp mới cho các bạn sinh viên khi lựa chọn ngành học đầy tiềm năng này.

3. KẾT LUẬN

Gym Fitness là một bộ môn thể dục phát triển nhanh chóng trên toàn cầu và đã chứng minh được hiệu quả trong cải thiện sức khỏe và vóc dáng. Đối với học sinh, việc tham gia Gym Fitness có nhiều lợi ích quan trọng. Đầu tiên, giúp cải thiện sức mạnh và sức bền, tăng cường khả năng vận động và linh hoạt. Nhờ vào việc thực hiện các bài tập tập trung vào cơ bắp, học sinh có thể phát triển cơ thể và nâng cao khả năng chịu đựng trong hoạt động hàng ngày. Thứ hai, Gym Fitness cung cấp cho họ một cách để giảm căng thẳng và tăng cường tinh thần. Việc tập luyện thường xuyên có thể giúp giảm stress, tạo ra sự thư giãn và cải thiện tâm trạng tổng thể. Cuối cùng, bộ môn này cũng khuyến khích các học sinh thực hiện một lối sống lành mạnh và cân đối, góp phần vào việc hình thành thói quen tốt về dinh dưỡng và chăm sóc sức khỏe.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. <https://moet.gov.vn/giaoducquocdan/giao-duc-the-chat/Pages/Default.aspx?ItemID=7596>
2. <https://www.brandsvietnam.com/cong-dong/topic/318721-Q-Me-Thoi-quen-va-muc-do-quan-tam-den-the-duc-the-thao-cua-nguoi-Viet-Nam>
3. <https://danviet.vn/tphcm-truong-hoc-dua-gym-vao-giang-day-nhu-the-nao-20230401093338683.htm>

Nguồn bài báo: Bài báo được trích dẫn từ đề tài nghiên cứu luận văn thạc sĩ giáo dục học (2023): “Hành vi người dùng dịch vụ Gym Fitness tại công ty cổ phần Diamond Health & Beauty”, tác giả Nguyễn Minh Hiếu.

Ngày nhận bài: 16/9/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.