

LỰA CHỌN GIẢI PHÁP NÂNG CAO THỂ LỰC CHUNG CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC NÔNG - LÂM BẮC GIANG

TS. Nguyễn Văn Hòa¹; ThS. Dương Thị Nhài²

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy, nghiên cứu đã lựa chọn 07 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Nông - Lâm Bắc Giang (ĐHNLBG). Bước đầu kiểm nghiệm 05 giải pháp đã cho thấy tính khả thi, tính thực tiễn, tính đồng bộ và tính hiệu quả trong nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: giải pháp, giáo dục thể chất, sinh viên, trường Đại học Nông - Lâm Bắc Giang.

Summary: Through standard research methods, the study has identified 7 solutions to enhance the effectiveness of physical education for students at Bac Giang University of Agriculture and Forestry. Initially, testing 5 of these solutions has demonstrated their feasibility, practicality, consistency, and effectiveness in improving the quality of physical education for the research subjects.

Keywords: Solutions, physical education, students, Bac Giang University of Agriculture and Forestry.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Năng lực của sinh viên (SV) được đánh giá trên cả 03 khía cạnh: kiến thức, kỹ năng và thái độ. Sinh viên tốt nghiệp đại học là sản phẩm của đào tạo của các trường Cao đẳng và Đại học; SV tốt nghiệp và tìm được việc làm phù hợp với ngành đào tạo là chứng nhận xã hội có giá trị cao nhất và thuyết phục nhất về chất lượng đào tạo của một trường đại học nói chung và một ngành đào tạo, chuyên ngành đào tạo nói riêng. Trường ĐHNLBG là cơ sở giáo dục đại học đào tạo nguồn nhân lực, ứng dụng chuyển giao khoa học công nghệ chất lượng cao trong lĩnh vực nông, lâm nghiệp của vùng Đông Bắc; Cung cấp cho xã hội các sản phẩm đào tạo, nghiên cứu khoa học, ứng dụng và chuyển giao công nghệ có chất lượng cao, góp phần quan trọng vào sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước trong bối cảnh hội nhập kinh tế thế giới. Trong những năm qua, công tác giáo dục thể chất (GDTC) của Nhà trường còn gặp nhiều khó khăn: Số lượng sinh viên vào trường ngày một tăng vì vậy cơ sở vật chất (CSVC) cũng như đội ngũ giáo viên chưa đáp ứng được yêu cầu của công tác GDTC, các trang thiết bị và dụng cụ tập luyện thể chất còn thiếu, chất lượng chưa tốt vì vậy cũng ảnh hưởng phần nào đến chất lượng GDTC. Chính vì vậy vấn đề định hướng và lựa chọn giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác

GDTC của trường Đại học Nông - Lâm Bắc Giang đáp ứng nhu cầu phát triển và hội nhập xã hội là cần thiết và cấp thiết.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường ĐHNLBG

2.1.1. Lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường ĐHNLBG

Căn cứ các yêu cầu lựa chọn các giải pháp, qua tham khảo tài liệu chuyên môn và qua kết quả điều tra, khảo sát thực trạng công tác GDTC, căn cứ vào điều kiện cụ thể của Trường ĐHNLBG, bước đầu lựa chọn được 07 giải pháp, để tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 17 chuyên gia, nhà quản lý và giảng viên về mức độ ưu tiên cho các giải pháp đã lựa chọn, kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Trong 07 giải pháp đưa ra phỏng vấn, đều có sự tán đồng với số phiếu và điểm cao chiếm tỷ lệ từ 76.5 đến 100%.

2.1.2. Xây dựng nội dung các giải pháp

Giải pháp 1: Cải tiến nội dung, chương trình, phương pháp giảng dạy, dạy học chính khoá cho phù hợp.

1. Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

2. Trường Đại học Nông - Lâm Bắc Giang

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường ĐHNLBG (n=17)

| TT | Các giải pháp | Kết quả trả lời | | | Σ Điểm | Tỷ lệ % |
|---|---|-----------------|-----------|-----------|--------|---------|
| | | Ưu tiên 1 | Ưu tiên 2 | Ưu tiên 3 | | |
| I. Giải pháp mang tính lâu dài. | | | | | | |
| 1. | Cải tiến nội dung, chương trình, phương pháp giảng dạy, dạy học chính khóa cho phù hợp. | 11 | 2 | 4 | 65 | 76.5 |
| 2. | Nâng cao số lượng và trình độ, nêu cao tinh thần trách nhiệm của các nhà quản lý, cán bộ giáo viên TĐTT. Có chế độ chính sách thỏa đáng đối với cán bộ, giáo viên TĐTT. | 13 | 2 | 2 | 73 | 85.9 |
| II. Giải pháp mang tính trước mắt. | | | | | | |
| 3. | Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức về ý nghĩa, vai trò của môn GDTC và tập luyện TĐTT. | 14 | 3 | 0 | 79 | 92.9 |
| 4. | Tăng cường hoạt động ngoại khóa, xây dựng và thành lập các câu lạc bộ TĐTT. | 17 | 0 | 0 | 85 | 100 |
| 5. | Tăng cường và khai thác tối đa cơ sở vật chất. | 15 | 1 | 1 | 79 | 92.9 |
| 6. | Tăng cường tổ chức các giải đấu cấp nhà trường, thường xuyên tổ chức các đội tuyển TĐTT nhà trường tham gia thi đấu các giải đấu bên ngoài. | 14 | 3 | 0 | 79 | 92.9 |
| 7. | Bồi dưỡng, hướng dẫn phương pháp tập luyện TĐTT cho sinh viên. | 16 | 1 | 0 | 83 | 97.6 |

Hình thức tổ chức thực hiện: Bộ môn GDTC tiến hành xây dựng nội dung chương trình môn học GDTC cho phù hợp với điều kiện CSVC của nhà trường, tình trạng thể lực của sinh viên. Thường xuyên tiến hành các cuộc hội thảo, trao đổi để đi đến thống nhất về nội dung phương pháp giảng dạy môn học sao cho hợp lý; Tạo điều kiện cho giáo viên học tập nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ như học cao học, tham gia các lớp tập huấn trọng tài, tập huấn chuyên môn do các Liên đoàn tổ chức.

Giải pháp 2: Nâng cao số lượng và trình độ, nêu cao tinh thần trách nhiệm của các nhà quản lý, cán bộ giáo viên TĐTT. Có chế độ chính sách thỏa đáng đối với giáo viên TĐTT.

Hình thức tổ chức thực hiện: Bộ môn GDTC tham mưu cho Ban giám hiệu nhà trường xây

dựng quy chế khen thưởng, kỷ luật cũng như chế độ chính sách thỏa đáng cho cán bộ giáo viên TĐTT. Đề xuất với ban giám hiệu cho tính giờ của giáo viên tham gia quản lý câu lạc bộ TĐTT vào khối lượng giờ giảng dạy chính. Phân công giáo viên phụ trách tổ chức quản lý hoạt động của các CLB theo đúng chuyên môn của giáo viên và soạn thảo tài liệu môn học theo đúng nội dung chương trình mới; Cán bộ, giáo viên TĐTT tự nêu cao tinh thần trách nhiệm của bản thân đối với công tác GDTC cũng như hoạt động TĐTT trong nhà trường.

Giải pháp 3: Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức về ý nghĩa, vai trò của môn GDTC và tập luyện TĐTT.

Hình thức tổ chức thực hiện: Phối hợp với phòng Công tác chính trị và Quản lý HSSV

tuyên truyền, giáo dục thông qua tuần lễ sinh hoạt công dân đầu năm học hay trong các buổi sinh hoạt định kỳ hàng tháng; Phối hợp với Công đoàn, Đoàn thanh niên Cộng Sản Hồ Chí Minh, Hội Sinh viên tuyên truyền, giáo dục cho các em thông qua tổ chức các hội thao, hội thi... nhân các ngày lễ truyền thống; Triển khai kế hoạch, nội dung, tiêu chuẩn đánh giá thể lực sinh viên ngay từ đầu năm học để sinh viên có kế hoạch tập luyện; Triển khai toàn bộ kế hoạch thi đấu TDTT trong và ngoài trường cho sinh viên ngay từ đầu năm để các lớp, các chi đoàn, các em sinh viên xây dựng kế hoạch tham gia cho lớp, chi đoàn và bản thân.

Giải pháp 4: Tăng cường hoạt động ngoại khóa, xây dựng và thành lập các câu lạc bộ TDTT.

Hình thức tổ chức thực hiện: Xây dựng kế hoạch hoạt động TDTT ngoại khóa cho cả năm học; Phân công giáo viên quản lý và hướng dẫn các hoạt động ngoại khóa; Thành lập các CLB thể thao theo nhu cầu của sinh viên; Thành lập các đội tuyển thể thao của trường, của khoa, của lớp và duy trì tập luyện thường xuyên; Xây dựng hệ thống thi đấu các môn thể thao trong trường nhân các ngày lễ truyền thống trong năm một cách khoa học, hợp lý với kế hoạch hoạt động chung của nhà trường; Nâng cao chất lượng các đội tuyển thể thao của trường để tham gia thi đấu các giải thể thao trong và ngoài tỉnh; Có chế độ khen thưởng động viên kịp thời các tập thể, cá nhân tham gia tốt các hoạt động ngoại khóa TDTT; Tham mưu với Ban giám hiệu tăng cường kinh phí cho các hoạt động ngoại khóa; Kiểm tra thể lực sinh viên hàng năm theo quy định của Bộ GD&ĐT.

Giải pháp 5: Tăng cường và khai thác tối đa cơ sở vật chất.

Hình thức tổ chức thực hiện: Hàng năm cần tham mưu với Đảng ủy, Ban giám hiệu, phòng Hành chính để mua sắm, nâng cấp, sửa chữa CSVC phục vụ cho học tập chính khóa và tập luyện ngoại khóa; Bộ môn GDTC cần phối hợp với phòng Hành chính trong việc quản lý, bảo quản, sử dụng có hiệu quả, đúng chức năng các CSVC hiện có; Khai thác hết chức năng của nhà tập, sân tập, dụng cụ hiện có trong quá trình giảng dạy và tập luyện ngoại khóa;

Giải pháp 6: Tăng cường tổ chức các giải đấu cấp nhà trường, thường xuyên tổ chức các đội tuyển TDTT nhà trường tham gia thi đấu các giải đấu bên ngoài.

Hình thức tổ chức thực hiện: Bộ môn GDTC xây dựng kế hoạch tổ chức thi đấu các giải đấu trình Ban giám hiệu phê duyệt ngay từ đầu năm học; Các đơn vị Bộ môn GDTC, Đoàn Thanh niên, căn cứ kế hoạch tổ chức thi đấu hàng năm của Nhà trường để xây dựng kế hoạch thi đấu trong từng giai đoạn cụ thể; Đoàn Thanh niên phối hợp với các đơn vị kêu gọi nguồn đầu tư kinh phí cho các giải đấu; Căn cứ vào các giải đấu dành cho các trường Đại học và Trung học chuyên nghiệp trong khu vực Trường thành lập đội tuyển và tiến hành tham gia.

Giải pháp 7: Bồi dưỡng, hướng dẫn phương pháp tập luyện TDTT cho sinh viên.

Hình thức tổ chức thực hiện: Hướng dẫn sinh viên phương pháp tập luyện TDTT thông qua những giờ học chính khóa; Phối hợp với các đoàn thể bồi dưỡng phương pháp tập luyện thông qua các hội thao, hội thi; Phối hợp với các khoa, bộ môn để báo cáo phương pháp tự tập luyện cho các lớp thông qua các buổi sinh hoạt định kỳ của các khoa, bộ môn hàng tháng; Phối hợp với đoàn trường để có những bản tin trên mạng nội bộ của nhà trường về phương pháp tập luyện các môn thể thao hàng tuần, hàng tháng.

2.2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả một số giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường ĐHNLBG

Để đánh giá tính hiệu quả của các giải pháp đòi hỏi phải tiến hành ứng dụng một cách đồng bộ và lâu dài. Tuy nhiên, do thời gian tiến hành nghiên cứu, đã tập trung ứng dụng chủ yếu giải pháp phát triển tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên nhà trường: Tuyên truyền cho sinh viên nhận thức về ý nghĩa, vai trò của môn GDTC và tập luyện TDTT; Tăng cường hoạt động ngoại khóa, xây dựng và thành lập các câu lạc bộ TDTT; Tăng cường và khai thác tối đa CSVC; Tăng cường tổ chức các giải đấu cấp nhà trường, thường xuyên tổ chức các đội tuyển TDTT nhà trường tham gia thi đấu các giải đấu bên ngoài; Bồi dưỡng, hướng dẫn phương pháp tập luyện TDTT cho sinh viên.

Bước đầu đã thu được những thành quả nhất

Bảng 2. Kết quả kiểm tra TLC của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm

| TT | Các test | NĐC (n=27) | NTN (n=28) | So sánh | |
|----|--------------------------|---------------|---------------|---------|-------|
| | | | | t | p |
| 1. | Bật xa tại chỗ (cm) | 201.2 ± 19.34 | 202.3 ± 19.21 | 0.98 | >0.05 |
| 2. | Chạy 30 m XPC (s) | 6.22 ± 1.23 | 6.12 ± 1.44 | 0.65 | >0.05 |
| 3. | Chạy con thoi 4x10 m (s) | 13.10 ± 1.32 | 13.39 ± 1.34 | 1.51 | >0.05 |
| 4. | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 894.7 ± 78.4 | 896.7 ± 79.3 | 0.87 | >0.05 |

Bảng 3. Kết quả đánh giá TLC của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

| TT | Các test | NĐC (n=27) | NTN (n=28) | t | P |
|----|-----------------------------|---------------|--------------|------|--------|
| 1. | Bật xa tại chỗ (cm) | 207.9 ± 21.13 | 221.7 ± 21.5 | 2.43 | <0.05 |
| 2. | Chạy 30 m XPC (giây) | 5.83 ± 1.34 | 4.9 ± 1.47 | 2.45 | <0.05 |
| 3. | Chạy con thoi 4x10 m (giây) | 13.1 ± 1.56 | 11.9 ± 1.45 | 2.95 | <0.05 |
| 4. | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 940.6 ± 79.2 | 1009 ± 85.1 | 3.09 | <0.001 |

định đối với công tác GDTC trong nhà trường.

Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Tất cả nam sinh viên thuộc hai nhóm đối chứng và thực nghiệm đều được kiểm tra đánh giá trình độ TLC như kế hoạch. Kết quả kiểm tra ban đầu của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng được trình bày ở bảng 2.

Qua kết quả trình bày ở bảng 2 chứng tỏ, đối với nam sinh viên ở cả 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm đều tương đồng.

Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm

Sau 04 tháng, hết thời gian thực nghiệm cả 2 nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm đều được kiểm tra trình độ thể lực chung qua 5 test như trước thực nghiệm nhằm đánh giá hiệu quả của các giải pháp đã lựa chọn. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng được trình bày ở trong bảng 3.

Kết quả ở bảng 3 cho thấy 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt đáng kể ở tất cả các test thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$ đến $P < 0,001$. Điều này chứng tỏ việc áp dụng các giải pháp đã lựa chọn bước đầu đã có tác động tích cực đến phát triển TLC. Đây là yếu tố tiền đề có tác động tích cực đến sự phát triển TLC một cách toàn diện của sinh viên Trường ĐHNLBG.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 07 giải pháp và tiến hành thực nghiệm 5/7 giải pháp

đã cho thấy trình độ thể lực chung của nhóm thực nghiệm đã tốt hơn nhóm đối chứng, như vậy các giải pháp đã cho thấy sự phù hợp và có thể ứng dụng triển khai trong thực tiễn nhằm nâng cao thể lực chung cho sinh viên Trường ĐHNLBG.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành TW Đảng (2013), *Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 về Đối mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.*

2. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi*, Nxb TDTT, Hà Nội.

3. Nguyễn Xuân Sinh (2007), *Giáo trình nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội

4. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận văn thạc sĩ, tác giả: Dương Thị Nhài; giáo viên chỉ đạo: TS. Nguyễn Văn Hòa; tên đề tài: "Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Nông - Lâm Bắc Giang", đề tài đã bảo vệ năm 2022, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Ngày nhận bài: 3/9/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.