

THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỆN LỰC

ThS. Trần Khánh Duy¹

Tóm tắt: Hoạt động Thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa có ý nghĩa rất quan trọng đối với việc rèn luyện sức khỏe tinh thần cho sinh viên (sinh viên) sau những giờ học tập nghiên cứu căng thẳng. Bên cạnh đó, những hoạt động này còn tạo cho sinh viên có một đời sống tinh thần lành mạnh, tạo hứng thú và niềm đam mê trong học tập nghiên cứu. Bài viết nhằm tìm hiểu thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Điện lực (ĐHĐL).

Từ khóa: Thực trạng, Thể dục thể thao ngoại khóa, Trường Đại học Điện lực.

Summary: Extra-curricular sports activities are very important for students' mental health training after stressful study hours. In addition, these activities also give students a healthy spiritual life, creating excitement and passion in learning and research. The article aims to find out the current status of extracurricular sports activities of students of Electric Power University.

Keywords: Reality, Extracurricular sports, Electric Power University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện TDTT ngoại khóa là hình thức tập luyện tự nguyện nhằm củng cố và tăng cường sức khỏe, duy trì và nâng cao khả năng hoạt động thể lực, rèn luyện cơ thể và phòng chữa bệnh tật, giáo dục các tố chất thể lực và ý chí. Do đó yêu cầu buổi tập TDTT ngoại khóa có nội dung đơn giản và hẹp hơn so với buổi tập TDTT ngoại khóa. Hình thức buổi tập này đòi hỏi phát huy được tính tự giác tích cực của cá nhân người tập. Nội dung tập luyện không quy định chặt chẽ mà phù hợp với sở thích, nhu cầu và hứng thú của mỗi người. Hoạt động TDTT ngoại khóa bao gồm các giờ tự học của sinh viên, các buổi tập luyện đội tuyển để tham gia các giải thi đấu. Tuy nhiên, trong thực tiễn ĐHĐL, hình thức tổ chức hướng dẫn sinh viên tập luyện để hoàn thiện các nội dung học tập chính khóa còn chưa có, chưa phát động được phong trào tự tập luyện của sinh viên. Hoạt động xây dựng các CLB thể thao chưa được coi trọng, số lượng sinh viên tham gia còn hạn chế

Việc đánh giá thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL sẽ tìm ra những yếu tố làm hạn chế hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên, là cơ sở thực tiễn để

đề xuất những giải pháp phù hợp và vận dụng vào thực tiễn nhằm góp phần nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cũng như nâng cao thể lực cho sinh viên của Nhà trường

Trong quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng những phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; quan sát sự phạm; phỏng vấn; toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên ĐHĐL

- Cơ sở vật chất tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL

Kết quả khảo sát về thực trạng cơ sở vật chất phục vụ tập luyện ngoại khóa của sinh viên được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Cơ sở vật chất dành cho hoạt động TDTT của trường ĐHĐL có chất lượng ở mức khá và trung bình. Tuy nhiên, vẫn còn thiếu so với cơ cấu đào tạo của trường, mỗi năm trường tuyển sinh được từ 1000 - 1500 sinh viên.

Qua phỏng vấn sinh viên, giảng viên về công suất sử dụng và mức độ đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa cho thấy: Công suất sử

1. Trường Đại học Điện lực

Bảng 1. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ học tập và tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên ĐHDL

Loại hình sân bãi – dụng cụ	Số lượng	Chất lượng	Công suất sử dụng (%)	Mức độ đáp ứng nhu cầu hoạt động ngoại khóa
Sân Bóng đá	1	Trung bình	100	Chưa đáp ứng
Sân Điền kinh	1	Trung bình	100	Chưa đáp ứng
Sân Cầu lông	3	Khá	100	Chưa đáp ứng
Sân Bóng chuyền	2	Khá	100	Chưa đáp ứng
Sân bóng rổ	2	Khá	100	Chưa đáp ứng
Bàn Bóng bàn	6	Khá	100	Chưa đáp ứng

dụng của các sân tập này hiện nay đạt đến 100%, sân bãi được sử dụng liên tục để giảng dạy cho sinh viên, thời gian trống để dành cho ngoại khóa là rất hạn chế (chỉ có vào thời gian buổi sáng sớm hoặc buổi chiều muộn). Cũng vì lý do đó mà việc đáp ứng cho tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên là chưa đáp ứng được, Sân bãi chưa có đủ để đáp ứng sinh viên tham gia tập luyện.

- Mức độ yêu thích, nhu cầu và động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên ĐHDL

Tiến hành khảo sát mức độ yêu thích và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của 750 sinh viên ĐHDL. Kết quả khảo sát được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Về mức độ yêu thích tập luyện TDTT ngoại khóa: Có 29.2% số sinh viên được phỏng vấn trả lời không thích tập luyện TDTT ngoại khóa. Điều này cho thấy số lượng sinh viên yêu thích tập luyện nâng cao thể lực, sức khỏe chiếm tỉ lệ lớn 50.13%. Đây là một lợi thế trong quá trình phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên ĐHDL.

Về nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên ĐHDL: Có tới 67.06% số sinh viên được phỏng vấn trả lời là có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa. Đây cũng là lợi thế lớn trong việc phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa tại trường ĐHDL.

Khảo sát về nhu cầu tần suất tập luyện cho thấy đa số sinh viên có nhu cầu tham gia tập

luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên chiếm 58.84%. Thời điểm tập luyện chủ yếu lựa chọn là buổi chiều (Sau giờ học), địa điểm tập luyện chủ yếu là tại trường chiếm 78.13%. Đây là những định hướng cần thiết trong phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa tại trường ĐHDL.

Về động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHDL: Đa số các em đều có động cơ tích cực và bền vững trong việc tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa như: Tập để nâng cao sức khỏe và thể lực; tập để tạo mối quan hệ giao lưu học hỏi; Tập để có thể hình đẹp; Tập để phát triển khả năng nhận thức... các động cơ đó chiếm đến 70%. Còn lại 30.01% sinh viên được phỏng vấn trả lời là tập TDTT để có thể thi qua học phần. Mặc dù các em không thích tập luyện TDTT ngoại khóa, tuy nhiên đã có ý thức về việc tập luyện để có thể thi qua học phần, đó cũng là một tín hiệu tốt trong việc phát triển phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa.

2.2. Thực trạng tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHDL

Đề tài điều tra thực trạng tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHDL thông qua điều tra 750 sinh viên (500 sinh viên nam và 250 sinh viên nữ). Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy:

Tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT

Bảng 2. Thực trạng mức độ yêu thích, nhu cầu và động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên ĐHDL (n=750)

TT	Nội dung	Kết quả phỏng vấn		
		m _i	%	
1	Mức độ yêu thích tập luyện TDTT (n = 750)			
	Yêu thích	376	50.13	
	Bình thường	155	20.66	
	Không yêu thích	219	29.2	
2	Nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa (n=750)			
	Có nhu cầu	503	67.06	
	Không có nhu cầu	247	32.93	
3	Nhu cầu về thời gian tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=503)			
	Thường xuyên (từ 3 buổi/tuần trở lên)	296	58.84	
	Không thường xuyên (từ 1 đến 2 buổi/tuần)	142	28.23	
	Thỉnh thoảng (1 tới 2 buổi/ tháng)	65	12.92	
4	Nhu cầu về thời điểm tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=503)			
	Sáng sớm (trước giờ học)	76	15.1	
	Buổi chiều (sau giờ học)	342	67.99	
	Buổi tối (sau 8h tối)	85	16.89	
5	Nhu cầu về địa điểm tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=503)			
	Tại các sân tập của trường	393	78.13	
	Các CLB ngoài trường	18	3.57	
	Địa điểm tự do	92	18.29	
6	Động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=503) (Chỉ chọn động cơ lớn nhất)			
	Tập TDTT để thi kết thúc học phần	156	30.01	
	Nâng cao sức khỏe và thể lực	167	33.2	
	Được giao lưu mở rộng mối quan hệ	41	8.15	
	Tập TDTT để có thể hình đẹp	63	12.52	
	Phát triển khả năng nhận thức và các kỹ năng mềm trong cuộc sống	76	15.1	

Bảng 3. Thực trạng tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Trường ĐHĐL (n=750)

TT	Nội dung	Tổng số (n=750)		Giới tính			
		m _i	%	Nam (n=500)		Nữ (n=250)	
				m _i	%	m _i	%
1	Không tham gia tập luyện	520	69.33	430	86	157	62.8
2	Có tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa	230	30.66	167	33.4	63	25.2
Nội dung tập luyện		n=230		n=167		n=63	
1	Bóng đá	25	11.73	27	16.16	0	0
2	Bóng rổ	16	6.95	11	6.58	5	7.93
3	Cầu lông	37	16.08	26	15.56	11	17.46
4	Điền kinh	47	20	35	20.95	12	19.04
5	Võ thuật	16	6.95	13	7.78	3	4.76
6	Bóng bàn	25	10.86	18	10.77	7	11.1
7	Môn thể thao khác	60	26.95	37	22.15	25	39.68

ngoại khóa thấp chỉ đạt 30.66% tổng số sinh viên, trong đó tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của nam cao hơn nữ. Qua phỏng vấn cũng cho thấy: Có 2 lý do các em không tham gia tập luyện ngoại khóa là do sân bãi không đủ để tập luyện và do phải đi làm thêm...

Tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa cao ở các môn Điền kinh (nam chiếm 20.95%, nữ chiếm 19.04%); Cầu lông (nam chiếm 15.56%, nữ chiếm 17.46%); Bóng đá (chủ yếu ở nam chiếm tỷ lệ 15.72%), còn lại là các môn Bóng rổ, Võ thuật, Bóng bàn. Các môn thể thao khác chiếm tỷ lệ ít hơn.

Qua phỏng vấn còn cho thấy lý do các em chọn môn Bóng đá, Điền kinh, Cầu lông tập luyện là do, các môn này không yêu cầu sân bãi đạt chất lượng, chỉ cần có sân là có thể tập luyện, các môn này cũng dễ dàng tập luyện, không yêu cầu kỹ thuật cao.

- Nguyên nhân không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL

Kết quả tìm hiểu các nguyên nhân không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Có 3 nguyên nhân có được các sinh viên đánh giá có mức độ ảnh hưởng lớn tới quá trình tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL đó là không đủ cơ sở vật chất chiếm 24.03%; Không yêu thích chiếm 38.07% và nguyên nhân thứ 3 đó là không có thời gian để tập luyện do phải đi học 16.34%. Còn lại các nguyên nhân như tập luyện gây ảnh hưởng đến việc học; Không có kinh phí tập... đều chiếm tỉ lệ thấp.

3. KẾT LUẬN

Cơ sở vật chất dành cho hoạt động TDTT của trường ĐHĐL chất lượng ở mức khá và trung bình, còn thiếu về số lượng nên chưa đáp ứng nhu cầu hoạt động TDTT NK; Còn 29.2% số sinh viên được hỏi không thích tập luyện TDTT NK; Số lượng sinh viên có nhu cầu nhưng chưa tham gia tập luyện cao; sinh viên có nhu cầu tập luyện sau giờ học, địa điểm tại sân trường; Đa

Bảng 4. Nguyên nhân không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên trường ĐHĐL (n=520)

TT	Nguyên nhân	Kết quả	
		m _i	%
1	Không yêu thích	198	38.07
2	Không có thời gian tập	85	16.34
3	Không được sự ủng hộ của gia đình, bạn bè	4	0.76
4	Không có kinh phí tham gia tập luyện	18	3.46
5	Không đủ cơ sở vật chất tập luyện	125	24.3
6	Không có giáo viên hướng dẫn	20	3.84
7	Tập luyện TDTT ảnh hưởng tiêu cực tới việc học	39	7.5
8	Các nguyên nhân khác	31	5.96

số các em đều có động cơ tích cực và bền vững trong việc tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa. Các nguyên nhân chính sinh viên khiến không tham gia tập luyện TDTT NK gồm: Không đủ cơ sở vật chất; không yêu thích tập luyện TDTT và không có thời gian tập luyện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định 53/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS, sinh viên.*

2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ban hành quy định về*

chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo Đại học, ngày 14/10/2015.

3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài NCKH: “Nghiên cứu lựa chọn giải pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Đại học Điện lực”, Đề tài cấp cơ sở, Trường Đại học Điện lực, nghiệm thu tháng 12/2019). Chủ nhiệm ThS. Trần Khánh Duy.

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



Ảnh minh họa (Nguồn: Internet)