



## BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN TỈNH NINH BÌNH

Đinh Thị Hoa<sup>1\*</sup>, Lê Hồng Phượng<sup>2</sup>, Đinh Thành Công<sup>3</sup>

Ngày nhận bài: 02/4/2025

Ngày chấp nhận đăng: 23/6/2025

**Tóm tắt:** Bài viết chỉ ra rằng mặc dù hoạt động thể dục thể thao rất quan trọng đối với sự phát triển toàn diện của học sinh, nhưng việc tổ chức hoạt động thể thao tại các trường trung học phổ thông ở Ninh Bình vẫn chưa được quan tâm đúng mức và thiếu sự đầu tư đầy đủ. Điều này dẫn đến tình trạng học sinh chưa thể phát huy hết khả năng thể chất của mình. Để khắc phục những vấn đề trên, bài báo đề xuất một số giải pháp như: cải thiện cơ sở vật chất phục vụ các hoạt động thể thao trong trường, tăng cường thời gian và nội dung chương trình học thể thao, tổ chức các phong trào thể thao bổ ích và phù hợp với nhu cầu học sinh, và nâng cao nhận thức về vai trò của thể thao trong giáo dục. Bên cạnh đó, bài báo nhấn mạnh sự cần thiết của việc tăng cường sự hỗ trợ từ các cấp chính quyền, ngành giáo dục và cộng đồng để thúc đẩy hoạt động thể dục thể thao trong trường học, tạo điều kiện cho học sinh tham gia nhiều hơn và phát triển thể chất toàn diện. Những giải pháp này không chỉ giúp cải thiện chất lượng giáo dục thể chất mà còn đóng góp vào việc phát triển một thế hệ học sinh năng động, khỏe mạnh và có đầy đủ các kỹ năng sống cần thiết.

**Từ khóa:** hiệu quả, hoạt động thể dục thể thao, học sinh trung học phổ thông, thể thao.

### MEASURES TO IMPROVE THE EFFICIENCY OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN NINH BINH PROVINCE

**Abstract:** The article points out that although sports activities are very important for the comprehensive development of students, the organization of sports activities at high schools in Ninh Binh has not been paid enough attention and lack of adequate investment. This leads to a situation where students cannot promote their full physical ability. To overcome the above problems, the article proposes a number of solutions such as: improving facilities for sports activities in the school, increasing the time and content of the sports curriculum, organizing sports movements that are useful and suitable to the needs of students, etc and raising awareness of the role of sports in education. In addition, the article emphasizes the need to strengthen support from all levels of government, education sector and community to promote sports activities in schools, create conditions for students to participate more and develop their physical well-rounds. These solutions not only help improve the quality of physical education, but also contribute to the development of a generation of students who are active, healthy and have all the necessary life skills.

**Keywords:** efficiency, physical training and sports activities, high school students, sports.

<sup>1</sup> Bộ môn Giáo dục Thể chất - Tâm lý, Trường Đại học Hoa Lư, \*Email: [dingthihoa@hluv.edu.vn](mailto:dingthihoa@hluv.edu.vn)

<sup>2</sup> Phòng Chính trị và Công tác học sinh sinh viên, Trường Đại học Hoa Lư

<sup>3</sup> Phòng Hành chính - Quản trị, Trường Đại học Hoa Lư



## ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể dục thể thao trường học bao gồm hoạt động giáo dục thể chất bắt buộc và hoạt động thể dục thể thao tự nguyện của học sinh trong trường học các cấp thuộc hệ thống giáo dục quốc dân, là bộ phận cơ bản và quan trọng của nền thể dục thể thao nước ta. Phát triển thể dục thể thao trường học có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm nâng cao sức khỏe, thể lực, bồi dưỡng các phẩm chất đạo đức nhân cách và lối sống tích cực, lành mạnh cho học sinh góp phần tích cực chuẩn bị nguồn nhân lực có chất lượng cao, mặt khác nhằm góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu, phát triển tài năng thể thao cho đất nước.

Những năm qua, Bộ Giáo dục và Đào tạo đặc biệt quan tâm đến phong trào hoạt động thể dục thể thao trong trường học được xem như một hình thức tích cực giúp các em rèn luyện thể lực, nâng cao kỹ năng sống... Ngoài ra cũng thường xuyên tổ chức các giải thể thao phong trào cho học sinh với nội dung thi đấu đa dạng và phong phú đã động viên khích lệ học sinh tham gia nhiệt tình. Ngoài chương trình đào tạo chính khóa. Nhằm động viên khuyến khích học sinh tự giác tham gia luyện tập thể thao hình thành thói quen rèn luyện thân thể thường xuyên cho học sinh.

Ngày 26 tháng 12 năm 2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã công bố chương trình giáo dục phổ thông mới bao gồm Chương trình tổng thể và 27 Chương trình môn học, hoạt động giáo dục (trong đó có chương trình giáo dục phổ thông môn giáo dục thể chất) kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT. Trong chương trình giáo dục thể chất mới, giáo dục thể chất là môn học bắt buộc, được thực hiện từ lớp 1 đến lớp 12. Môn học này góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục phát triển phẩm chất và năng lực của học sinh, trọng tâm là: Trang bị cho học sinh kiến thức và kỹ năng chăm sóc sức khỏe; kiến thức và kỹ năng vận động; hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao, khả năng lựa chọn môn thể thao phù hợp để luyện tập nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực và tố chất vận động; trên cơ sở đó giúp học sinh có ý thức, trách nhiệm đối với sức khỏe của bản thân, gia đình và cộng đồng, thích ứng với các điều kiện sống, sống vui vẻ, hoà đồng với mọi người. Mục tiêu chung của môn học giáo dục thể chất là giúp học sinh hình thành, phát triển kỹ năng chăm sóc sức khỏe, kỹ năng vận động, thói quen tập luyện thể dục thể thao và rèn luyện những phẩm chất, năng lực để trở thành người công dân phát triển hài hoà về thể chất và tinh thần, đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp xây dựng, bảo vệ Tổ quốc và hội nhập quốc tế, góp phần phát triển tâm vóc, thể lực người Việt Nam; đồng thời phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao. Nội dung giáo dục thể chất được phân chia theo hai giai đoạn: Giai đoạn giáo dục cơ bản và giai đoạn giáo dục định hướng nghề nghiệp (Môn giáo dục thể chất được thực hiện thông qua hình thức câu lạc bộ thể dục thể thao). Chương trình giáo dục thể chất mới được tăng về thời lượng giảng dạy, đa dạng hóa nội dung giảng dạy và đổi mới cách đánh giá kết quả học tập. [2]

Về công tác giáo dục thể chất trường học cả về chính khóa và ngoại khóa đã có nhiều tác giả nghiên cứu như: Hoàng Công Dân (2005) [14], Hoàng Công Dân (2011), [15], Tạ Hồng Hải (2002)... Các tác giả đã đề cập tới những khía cạnh khác nhau của tập luyện thể dục thể thao, nhưng nhìn chung Chưa có tác giả nào quan tâm tới rào cản về hoạt động phong trào thể dục thể thao của học sinh các trường THPT(trung học phổ thông) tỉnh Ninh Bình một tỉnh còn nhiều khó khăn về kinh tế, cũng như cơ sở vật chất phục vụ công tác giáo dục thể chất.

Đối với công tác giáo dục thể chất tại các trường trung học phổ thông tỉnh Ninh Bình thì chưa có đề tài nào đề cập, nghiên cứu hoặc chỉ có một số đề tài nghiên cứu tại một số trường cụ thể. Hoặc chỉ mới dừng lại ở một số sáng kiến kinh nghiệm của các giáo viên Thể dục, đây cũng là một hạn chế lớn.

Với công tác hiện nay tại Sở Giáo dục và Đào tạo tỉnh Ninh Bình, tôi nhận thấy các hoạt động thể dục thể thao của học sinh còn nhiều hạn chế như về phương pháp tổ chức, dụng cụ, trang thiết bị chưa tốt; thể lực chung của các em học sinh chưa đáp ứng được với yêu cầu về khối lượng học tập của các em tại Nhà trường; phụ huynh và ngay cả Nhà trường xem xét đúng mức... Xuất



phát từ những lý do trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: "***Biện pháp nâng cao hiệu quả động thể dục thể thao của học sinh trung học phổ thông trên địa bàn tỉnh Ninh Bình***"

## **MỤC ĐÍCH**

Thông qua nghiên cứu lý luận và thực tiễn, tiến hành đánh giá thực trạng hoạt động thể dục thể thao tại các trường THPT trên địa bàn tỉnh Ninh Bình. Trên cơ sở đó, lựa chọn các biện pháp phù hợp nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao của đối tượng nghiên cứu, góp phần nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất trong các trường THPT tỉnh Ninh Bình.

### **Mục tiêu nghiên cứu:**

Để đạt được mục đích nghiên cứu, đề tài đã đề ra các mục tiêu sau:

**Mục tiêu 1:** Nghiên cứu thực trạng về hoạt động thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình.

**Mục tiêu 2:** Nghiên cứu lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình.

## **ĐỐI TƯỢNG VÀ PHẠM VI NGHIÊN CỨU**

**Đối tượng:** Đối tượng khảo sát thực trạng: 10 Trường THPT trên địa bàn tỉnh Ninh Bình.

**Hoạt động thể dục thể thao:** Các hoạt động thể dục thể thao mà học sinh tham gia trong môi trường học đường, như thể thao ngoài trời, thể dục thể hình, các môn thể thao đồng đội hay cá nhân.

**Rào cản tham gia:** Các yếu tố ảnh hưởng đến khả năng tham gia của học sinh vào các hoạt động thể dục thể thao, bao gồm những rào cản tâm lý, xã hội, cơ sở vật chất, áp lực học tập, hay các yếu tố văn hóa, gia đình.

**Phạm vi:** Phạm vi nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào tập luyện thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình: Chỉ tiến hành nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng trực tiếp tới hoạt động Thể thao của học sinh trong các trường như: thiếu cơ sở vật chất, hạn chế về thời gian và chương trình học, sự thiếu quan tâm của một số bậc phụ huynh và giáo viên, cũng như sự thiếu hụt về nhân lực chuyên môn trong lĩnh vực thể thao...

## **PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU**

Tiến hành xác định các yếu tố ảnh hưởng tới phong trào tập luyện thể dục thể thao trong các trường THPT tỉnh Ninh Bình thông qua tham khảo tài liệu phỏng vấn trực tiếp và gián tiếp các giáo viên Thể dục trên địa bàn tỉnh và các chuyên gia GDTC.

### **1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu**

Các tài liệu tham khảo chủ yếu được thu thập từ Thư viện trường Đại học thể dục thể thao Bắc Ninh, Thư viện Tỉnh Ninh Bình,

Trong quá trình nghiên cứu của đề tài có sử dụng các tài liệu thuộc các lĩnh vực:

- Các tài liệu gồm có: Các chỉ thị, văn bản, quyết định của Đảng và Nhà nước về thể dục thể thao trong giai đoạn mới, định hướng công tác giáo dục thể chất trong trường học các cấp...

- Các sách gồm có: Sách lý luận, tâm lý, sinh lý học, y học, các sách về quản lý thể dục thể thao, phát triển phong trào thể dục thể thao...

- Các đề tài nghiên cứu về lĩnh vực thể dục thể thao trường học, về phát triển phong trào tập luyện thể dục thể thao trong trường học các cấp...

Các tài liệu được trình bày ở phần “Danh mục các tài liệu tham khảo”.



## **2. Phương pháp phỏng vấn**

Để thực hiện khảo sát về các yếu tố khách quan, có thể sử dụng phương pháp khảo sát qua phiếu hỏi kết hợp phỏng vấn. Phiếu hỏi sẽ được phát cho học sinh và giáo viên, với các câu hỏi được chia thành các nhóm

- Câu hỏi về cơ sở vật chất: Mức độ đầy đủ và chất lượng của sân bãi, thiết bị thể thao trong trường.
- Câu hỏi về chương trình giảng dạy: Nội dung chương trình thể dục, các hoạt động thể thao ngoài giờ học, số lượng và chất lượng các môn thể thao được tổ chức trong trường.
- Câu hỏi về giáo viên thể dục: Trình độ chuyên môn và thái độ của giáo viên đối với các hoạt động thể thao.
- Câu hỏi về hỗ trợ tài chính và cộng đồng: Ngân sách dành cho thể dục thể thao, sự hỗ trợ của cộng đồng và các tổ chức bên ngoài trường.
- Câu hỏi về cơ hội tham gia các giải đấu: Cơ hội thi đấu và sự tham gia của học sinh trong các giải thể thao ngoài trường.
- Nhóm các yếu tố chủ quan: Các câu hỏi cần được thiết kế sao cho có thể thu thập đầy đủ thông tin về các yếu tố chủ quan ảnh hưởng đến phong trào thể dục thể thao. Các câu hỏi cần chia thành các nhóm, bao gồm:

### **2.1. Phỏng vấn trực tiếp:**

- Sử dụng trong phỏng vấn sâu 8 chuyên gia giáo dục thể chất và 38 GV thể dục thuộc 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình và xin ý kiến về các nội dung:
- Phỏng vấn trao đổi trực tiếp về các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao
- Đánh giá thực trạng cơ sở vật chất và mức độ đáp ứng của cơ sở vật chất trong hoạt động thể dục thể thao
- Thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình
- Thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình
- Thực trạng kinh phí hoạt động thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình
- Thực trạng nội dung tập luyện thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình

### **2.2. Phỏng vấn gián tiếp:**

- Phỏng vấn được tiến hành bằng thang độ likert 5 mức tương ứng:
- Phỏng vấn 8 chuyên gia giáo dục thể chất, 6 cán bộ quản lý thể dục thể thao và 38 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình để xác định các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao cho học sinh THPT tỉnh Ninh Bình.
- Phỏng vấn 1536 học sinh thuộc 10 trường THPT, 153 phụ huynh học sinh, 15 cán bộ quản lý (Hiệu trưởng, hiệu phó các trường) và 132 giáo viên (trong đó có 38 giáo viên Thể dục và 94 giáo viên các môn khác) về thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao cho học sinh THPT tỉnh Ninh Bình.
- Phỏng vấn 6 chuyên gia giáo dục thể chất, 5 cán bộ quản lý thể dục thể thao và 16 giáo viên Thể dục tại 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình xác định các nguyên tắc và lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao cho học sinh THPT tỉnh Ninh Bình.



### 3.3. Phương pháp toán học thống kê

Phương pháp toán học thống kê được sử dụng trong việc phân tích và xử lý các số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của đề tài. Các tham số đặc trưng mà quá trình nghiên cứu quan tâm là:  $\bar{x}$ ,  $t$ ,  $\delta$ ,  $\chi^2$

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu về các rào cản đối với sự tham gia thể dục thể thao của học sinh trung học phổ thông (THPT) đã chỉ ra rằng có nhiều yếu tố tác động, bao gồm các yếu tố cá nhân, gia đình, nhà trường và xã hội. Những yếu tố này đều có sự ảnh hưởng trực tiếp hoặc gián tiếp đến hành vi tham gia thể thao của học sinh.

#### 1. Thực trạng các yếu tố chính ảnh hưởng đến rào cản hoạt động thể dục thể thao trong các trường THPT tỉnh Ninh Bình

Tiến hành khảo sát thực trạng các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình thông qua khảo sát 1536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình, trong đó có 868 nam và 668 nữ. Phỏng vấn được tiến hành bằng phiếu hỏi thông qua lực lượng công tác viên là giáo viên thể dục tại các Trường. Đối tượng tiến hành phỏng vấn được tiến hành tập huấn kỹ trước khi triển khai các nội dung.

Thời điểm khảo sát: Kết thúc học kỳ I, năm học 2023-2024

**Bảng 1. Các yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới việc phát triển phong trào thể dục thể thao của học sinh trung học phổ thông tỉnh Ninh Bình**

| STT | Câu hỏi khảo sát                                             | Lựa chọn                                                  | Số liệu (%)<br>Nam | Số liệu (%)<br>Nữ | Ghi chú |
|-----|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------|-------------------|---------|
| 1   | Trường của bạn có đủ sân bãi thể thao không?                 | 1. Đầy đủ<br>2. Thiếu một số<br>3. Không có               | 45%<br>40%<br>15%  | 48%<br>35%<br>17% |         |
| 2   | Chất lượng sân bãi thể thao trong trường như thế nào?        | 1. Rất tốt<br>2. Chấp nhận được<br>3. Kém                 | 50%<br>35%<br>15%  | 48%<br>38%<br>14% |         |
| 3   | Trường có đủ thiết bị thể thao cho các môn thể thao không?   | 1. Đầy đủ<br>2. Thiếu một số<br>3. Không đủ               | 40%<br>45%<br>15%  | 42%<br>43%<br>15% |         |
| 4   | Thiết bị thể thao có đảm bảo chất lượng và an toàn không?    | 1. Rất tốt<br>2. Chấp nhận được<br>3. Kém                 | 47%<br>42%<br>11%  | 49%<br>40%<br>11% |         |
| 5   | Thời gian học thể dục có phù hợp với lịch học của bạn không? | 1. Phù hợp<br>2. Không phù hợp<br>3. Khó khăn             | 55%<br>30%<br>15%  | 57%<br>29%<br>14% |         |
| 6   | Nhà trường có quan tâm đầu tư cho thể dục thể thao không?    | 1. Rất quan tâm<br>2. Quan tâm vừa phải<br>3. Ít quan tâm | 42%<br>38%<br>20%  | 40%<br>39%<br>21% |         |



|   |                                                                                    |                                                |                   |                   |  |
|---|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------|-------------------|--|
| 7 | Bạn có cảm thấy áp lực về học tập làm giảm sự tham gia vào thể dục thể thao không? | 1. Rất ít<br>2. Đôi khi<br>3. Rất nhiều        | 60%<br>30%<br>10% | 58%<br>32%<br>10% |  |
| 8 | Bạn có cảm thấy thiếu tự tin khi tham gia thể dục thể thao không?                  | 1. Không<br>2. Thỉnh thoảng<br>3. Thường xuyên | 35%<br>40%<br>25% | 38%<br>42%<br>20% |  |

Qua bảng 1 chúng ta thấy các yếu tố chính ảnh hưởng đến hoạt động thể dục thể thao trong các trường THPT tỉnh Ninh Bình dựa trên các số liệu thu thập từ bảng khảo sát:

Từ bảng khảo sát, chúng ta thấy rằng khoảng 45-50% học sinh (cả nam và nữ) cho rằng trường học của họ thiếu một số sân bãi thể thao hoặc trang thiết bị thể thao. Chất lượng các sân bãi và thiết bị thể thao trong trường học cũng không được đánh giá cao, với khoảng 15-20% học sinh cho rằng sân bãi và thiết bị thể thao không đảm bảo chất lượng và an toàn.

Hầu hết học sinh cho biết trường có đầy đủ hoặc thiếu một số thiết bị thể thao (khoảng 85%), tuy nhiên, vẫn có một tỷ lệ nhỏ cho rằng thiết bị thể thao là không đủ. Điều này cho thấy mặc dù trường học đã cố gắng trang bị đầy đủ thiết bị, vẫn có thiếu sót nhất định trong việc đảm bảo cung cấp đủ cho tất cả học sinh. Về chất lượng và sự an toàn của thiết bị thể thao, kết quả cho thấy đa số học sinh cho rằng thiết bị thể thao có chất lượng tốt hoặc chấp nhận được, với tỷ lệ thấp cho rằng thiết bị thể thao kém (11-15%).

Kết quả cho thấy khoảng 55% học sinh cho rằng thời gian học thể dục là phù hợp với lịch học của họ, một tỷ lệ lớn học sinh hài lòng về vấn đề này. Tuy nhiên, vẫn có một tỷ lệ nhỏ cho rằng không phù hợp hoặc gặp khó khăn trong việc sắp xếp thời gian (15-30%).

Hầu hết học sinh cho rằng nhà trường có quan tâm vừa phải hoặc rất quan tâm đến thể dục thể thao, với tỷ lệ thấp cho rằng nhà trường ít quan tâm. Điều này cho thấy sự quan tâm của trường đối với hoạt động thể thao có thể được đánh giá là tích cực, tuy nhiên vẫn còn không ít học sinh cảm thấy thiếu sự quan tâm đầy đủ.

Một điểm nổi bật là đa số học sinh (khoảng 60%) cho rằng áp lực học tập rất ít hoặc đôi khi làm giảm sự tham gia vào thể dục thể thao. Điều này cho thấy sự ảnh hưởng của học tập lên thể thao là không quá lớn, nhưng vẫn có một phần học sinh cảm thấy có ảnh hưởng đến mức độ tham gia vào các hoạt động thể thao.

#### (1) Thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình

Tiến hành khảo sát phong trào tập luyện thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình thông qua phỏng vấn 1536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình bằng phiếu hỏi và 38 giáo viên thể dục đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả phỏng vấn của 2 nhóm đối tượng. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

**Bảng 2. Kết quả khảo sát phong trào tập luyện thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình**

| Nội dung                          | Học sinh<br>(n=1536) |       | Giáo viên<br>(n=38) |       | So sánh  |   |
|-----------------------------------|----------------------|-------|---------------------|-------|----------|---|
|                                   | mi                   | %     | mi                  | %     | $\chi^2$ | P |
| Yêu thích và nhiệt tình tập luyện | 1000                 | 65,1% | 20                  | 52,6% |          |   |



|                                      |     |       |   |       |      |       |
|--------------------------------------|-----|-------|---|-------|------|-------|
| Bình thường                          | 300 | 19,5% | 8 | 21,1% | 2.76 | >0.05 |
| Chán nản, không thích tập luyện      | 150 | 9,8%  | 5 | 13,2% |      |       |
| Tập luyện chống đối, không tập luyện | 86  | 5,6%  | 5 | 13,2% |      |       |

Qua bảng 2 cho thấy: Đối tượng giáo viên và học sinh có ý kiến đánh giá tương đối đồng nhất về phong trào tập luyện thể dục thể thao của học sinh THPT tỉnh Ninh Bình thể hiện ở  $\chi^2$  tính <  $\chi^2$  bảng ở ngưỡng  $P > 0.05$  khi so sánh kết quả phỏng vấn của 2 nhóm đối tượng. Cả học sinh và giáo viên đều đánh giá, còn xấp xỉ 10% số học sinh có thái độ chưa tốt về phong trào tập luyện thể dục thể thao, chán nản, không thích tập luyện, thậm chí tập luyện chống đối hoặc không tập luyện... Cần có các biện pháp giúp cải thiện thái độ của học sinh với phong trào tập luyện thể dục thể thao, khiến cho học sinh yêu thích và tự nguyện tham gia tập luyện.

## (2) Thực trạng Cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ hoạt động thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình

Thống kê thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động thể dục thể thao của 10 trường THPT trên địa bàn tỉnh Ninh Bình, đồng thời tiến hành phỏng vấn trực tiếp các giáo viên Thể dục của các trường về chất lượng và mức độ đáp ứng của các cơ sở vật chất phục vụ hoạt động thể dục thể thao tại các Trường. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

**Bảng 3. Kết quả thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động thể dục thể thao**

| Loại hình sân bãi – dụng cụ | Kết quả thống kê |     |            |     | Mức độ đáp ứng |
|-----------------------------|------------------|-----|------------|-----|----------------|
|                             | Số lượng         | Tốt | Trung bình | Kém |                |
| Bóng đá (các loại)          | 8                | 5   | 3          | -   | Thấp           |
| Bóng chuyền                 | 12               | 6   | 6          | -   | Thấp           |
| Bóng rổ (các loại)          | 7                | 3   | 4          | -   | Thấp           |
| Đá cầu                      | 13               | 8   | 5          | -   | Thấp           |
| Bóng bàn                    | 8                | 5   | 3          | -   | Thấp           |
| Cầu lông                    | 18               | 11  | 7          | -   | Thấp           |
| Sân tập thể dục             | 10               | 2   | 8          | -   | Thấp           |
| Bể bơi                      | 0                | 0   | 0          | -   | Thấp           |
| Bàn cờ vua                  | 21               | 13  | 8          | -   | Thấp           |
| Nhà tập đa năng             | 6                | 6   | -          | -   | Thấp           |

Qua bảng 3 cho thấy: Mặc dù được Ban giám hiệu các trường quan tâm đầu tư nhưng thực trạng cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động thể dục thể thao của các trường THPT tỉnh Ninh Bình

còn nhiều hạn chế. Cơ sở vật chất phục vụ tập luyện thể dục thể thao của các trường còn thiếu cả về số lượng và chất lượng so với yêu cầu tập luyện của học sinh. Nếu so sánh số lượng sân tập tại các trường (tính cả sân trường) với tỷ lệ quy định của Bộ Giáo dục & Đào tạo với tất cả các trường đều phải có sân tập đảm bảo từ 2m<sup>2</sup>/1 học sinh thì mức độ đáp ứng ở hầu hết các trường đều ở mức độ thấp. Hơn nữa, các cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện này được sử dụng trong cả công tác giáo dục thể chất nội khóa (bắt buộc với học sinh toàn trường, 2 tiết/tuần) và hoạt động thể dục thể thao nên càng không đảm bảo so với yêu cầu quy định.

Như vậy, có thể nhận thấy, cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện thể dục thể thao của các trường THPT tỉnh Ninh Bình còn thiếu cả về số lượng và chất lượng, đáp ứng nhu cầu tập luyện của học sinh ở mức độ thấp. Để nâng cao chất lượng hoạt động TDTT, cần có các biện pháp hiệu quả giúp khắc phục các vấn đề này tại các Trường.

### **(3) Thực trạng đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình**

Thông kê đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên thể dục thể thao tại 10 Trường THPT trên địa bàn tỉnh Ninh Bình, theo số liệu thống kê của Sở GD&ĐT Ninh Bình và khảo sát trực tiếp tại các Trường. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

**Bảng 4: Thông kê đội ngũ giáo viên Thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình năm học 2023-2024.**

| Trường                  | Tổng số | Giới tính |       | Học vị  |         |         | Thâm niên công tác |         | Tập huấn nâng cao trình độ * |
|-------------------------|---------|-----------|-------|---------|---------|---------|--------------------|---------|------------------------------|
|                         |         | Nữ        | Nam   | Tiến sĩ | Thạc sĩ | Cử nhân | >10 năm            | <10 năm |                              |
| Tổng số giáo viên       | 54      | 5         | 49    | 0       | 1       | 53      | 22                 | 31      | 0                            |
| Tỷ lệ %                 | 100     | 9.26      | 90.74 | 0.00    | 1.85    | 98.15   | 40.74              | 57.41   | 0                            |
| Tỷ lệ trung bình/trường | 5.40    | 0.50      | 4.90  | 0.00    | 0.10    | 5.30    | 2.20               | 3.10    | 0.00                         |

(\* Tương đương thống kê từ năm 2022 tới 2024)

Qua bảng 4 cho thấy: kết quả khảo sát của đề tài vào tháng 12/2023”. Về tổng số giáo viên: Trong 10 trường khảo sát có tổng số 164 giáo viên hướng dẫn thể dục thể thao, trong đó có 05 nữ (chiếm 9.26%). Tỷ lệ giáo viên hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao trung bình của mỗi trường đạt 5.4 người/ trường. Như vậy, đa số giáo viên hướng dẫn TDTT tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình là nam. Đây là một lợi thế trong quá trình phát triển phong trào thể dục thể thao vì các giáo viên nam thường có nhiều thời gian hơn trong hoạt động thể dục thể thao. Tuy nhiên, với tổng số trung bình 5.4 giáo viên hướng dẫn TDTT / trường, hướng dẫn tất cả các môn theo nhu cầu của học sinh và tất cả các học sinh thì còn thiếu rất nhiều về số lượng.

Về học vị: có 1/54 giáo viên có trình độ thạc sĩ (chiếm 1.85%), còn lại 53 giáo viên có trình độ cử nhân (chiếm 98.15% tổng số giáo viên). Không có giáo viên trình độ dưới đại học.

Về thâm niên công tác: Có hơn 40% số giáo viên có thâm niên công tác trên 10 năm. Đây là những giáo viên có kinh nghiệm giảng dạy, lại được học tập nâng cao trình độ chuyên môn nên rất phù hợp để hướng dẫn thể dục thể thao cho học sinh. Các giáo viên trong diện khảo sát của luận án đều không được tham gia tập

huấn nâng cao trình độ chuyên môn.

Như vậy, có thể thấy lực lượng giáo viên hướng dẫn thể dục thể thao cho học sinh tại các



trường THPT tỉnh Ninh Bình còn thiếu về số lượng so với nhu cầu thực tế.

#### (4) Thực trạng kinh phí hoạt động thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình

Tiến hành khảo sát thực trạng kinh phí cho hoạt động thể dục thể thao của các trường THPT Tỉnh Ninh Bình cho thấy: Kinh phí dành cho hoạt động GDTC hàng năm của các trường học được Bộ Giáo dục và Đào tạo chỉ đạo rất cụ thể: “Hàng năm, nhà trường dành khoản kinh phí từ nguồn ngân sách được cấp, học phí và các nguồn thu hợp pháp khác để chi cho việc thực hiện các nhiệm vụ của công tác tổ chức các hoạt động học tập, tập luyện và thi đấu thể thao cho học sinh, sinh viên”.

Kinh phí chi cho việc thực hiện các hoạt động tập luyện và thi đấu thể thao được thực hiện theo quy định tại Thông tư số 23/2007/TT-BTC ngày 21/03/2007 của Bộ Tài chính, Thông tư liên tịch số 106/2006/TTLT-BTC-UBDĐT ngày 17/11/2006 của Bộ Tài chính và Ủy ban thể dục thể thao (nay là Tổng cục thể dục thể thao, trực thuộc Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch), Quyết định số 234/2006/QĐ-TTg ngày 18/10/2006 của Thủ tướng Chính phủ và các quy định khác hiện hành. Ngoài ra, kinh phí cho các hoạt động nói trên được trích từ các nguồn sau: “Ngân sách nhà nước theo quy định; Các khoản tài trợ, hỗ trợ của tổ chức, cá nhân trong và ngoài nước theo quy định của pháp luật; Các nguồn thu hợp pháp khác của nhà trường; Các nguồn thu do tự nguyện đóng góp của thành viên hội thể thao, câu lạc bộ thể thao và người tham gia”...

Các nguồn huy động kinh phí cho hoạt động thể dục thể thao của học sinh trước hết là từ Nhà trường, ngoài ra, có thể thu hút kinh phí từ các nguồn như: Phí tham gia các câu lạc bộ thể thao của học sinh, phí sân bãi, bồi dưỡng cán bộ hướng dẫn... hay thu hút tài trợ từ các doanh nghiệp, các nhà tài trợ thông qua các giải thi đấu thể thao tổ chức hàng năm... Tuy nhiên, kinh phí thu được từ tất cả các nguồn trên đều chưa đủ đáp ứng nhu cầu hoạt động thể dục thể thao của học sinh các trường THPT tỉnh Ninh Bình. Nguồn kinh phí các trường chỉ cho hoạt động thể dục thể thao cho học sinh còn rất hạn chế.

#### (5) Thực trạng nội dung tập luyện thể dục thể thao tại các trường THPT tỉnh Ninh Bình

Khảo sát thực trạng mức độ và nội dung tập luyện thể dục thể thao của 1536 học sinh thuộc 10 trường THPT tỉnh Ninh Bình bằng phiếu hỏi Kết quả được trình bày tại Bảng 5.

**Bảng 5. Kết quả thực trạng mức độ và nội dung tập luyện thể dục thể thao**

| Nội dung                                                      |                                              | Giới tính |       |       |       | Tổng số |       | Thứ tự |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------|-------|-------|-------|---------|-------|--------|
|                                                               |                                              | HS nam    |       | HS nữ |       |         |       |        |
|                                                               |                                              | mi        | %     | mi    | %     | mi      | %     |        |
| Nội dung tập luyện (n=1354)<br>(Câu hỏi trả lời nhiều đáp án) | Điền kinh                                    | 81        | 11.60 | 101   | 15.40 | 182     | 13.44 | 5      |
|                                                               | Võ thuật                                     | 109       | 15.62 | 89    | 13.57 | 198     | 14.62 | 3      |
|                                                               | Bơi lội                                      | 38        | 5.44  | 24    | 3.66  | 62      | 4.58  | 14     |
|                                                               | Đá cầu                                       | 95        | 13.61 | 92    | 14.02 | 187     | 13.81 | 4      |
|                                                               | Cờ (cờ vua, cờ tướng)                        | 56        | 8.02  | 15    | 2.29  | 71      | 5.24  | 13     |
|                                                               | Thể dục                                      | 45        | 6.45  | 37    | 5.64  | 82      | 6.06  | 10     |
|                                                               | Bóng đá                                      | 136       | 19.48 | 16    | 2.44  | 152     | 11.23 | 6      |
|                                                               | Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi) | 121       | 17.34 | 104   | 15.85 | 225     | 16.62 | 1      |



|                       |    |       |     |       |     |       |    |
|-----------------------|----|-------|-----|-------|-----|-------|----|
| Bóng bàn              | 53 | 7.59  | 25  | 3.81  | 78  | 5.76  | 11 |
| Bóng rổ               | 26 | 3.72  | 25  | 3.81  | 51  | 3.77  | 17 |
| Cầu lông              | 97 | 13.90 | 106 | 16.16 | 203 | 14.99 | 2  |
| Kéo co                | 52 | 7.45  | 51  | 7.77  | 103 | 7.61  | 9  |
| Đẩy gậy               | 58 | 8.31  | 53  | 8.08  | 111 | 8.20  | 8  |
| Cà kheo               | 59 | 8.45  | 53  | 8.08  | 112 | 8.27  | 7  |
| Đua thuyền            | 38 | 5.44  | 24  | 3.66  | 62  | 4.58  | 14 |
| Lắc thúng             | 72 | 10.32 | 6   | 0.91  | 78  | 5.76  | 12 |
| Các môn thể thao khác | 36 | 5.16  | 19  | 2.90  | 55  | 4.06  | 16 |

Qua bảng 5 cho thấy: Về nội dung tập luyện: Các môn thể thao được đông đảo học sinh yêu thích tập luyện là Bóng đá, Bóng chuyền (Bóng chuyền và bóng chuyền hơi), Cầu lông, Điền kinh, võ thuật, đá cầu, kéo co, đẩy gậy, đi cà kheo... Có một số môn mặc dù được đông đảo học sinh tập luyện nhưng vì chỉ theo khu vực nhất định nên tính tổng thể vẫn chưa có thứ hạng yêu thích cao như môn bóng rổ (được học sinh khu vực thành thị yêu thích tập luyện), môn Đua thuyền, lắc thúng, kéo co, đẩy gậy... được học sinh khu vực miền núi yêu thích tập luyện....

## ***2. Các giải pháp thúc đẩy phong trào thể dục thể thao trong các trường THPT tỉnh Ninh Bình***

Để nâng cao được hiệu quả phong trào thể dục thể thao trong các trường học, chúng tôi đề xuất một số giải pháp sau:

### ***Nhóm biện pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế trong các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao (05 biện pháp)***

Biện pháp 1. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động thể dục thể thao: Cần xây dựng và thực hiện các chính sách rõ ràng, đồng bộ và hợp lý để thúc đẩy phát triển thể dục thể thao, bao gồm các quy định về quản lý, đào tạo, phát triển cơ sở vật chất và khuyến khích sự tham gia của cộng đồng.

Biện pháp 2. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động thể dục thể thao: Cải thiện chất lượng và bảo trì các cơ sở vật chất thể thao hiện có, tối ưu hóa việc sử dụng các thiết bị và không gian, đồng thời xây dựng các cơ sở mới đáp ứng nhu cầu tập luyện, thi đấu.

Biện pháp 3. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện thể dục thể thao: Đào tạo và phát triển đội ngũ huấn luyện viên, giáo viên thể thao có chuyên môn cao, đáp ứng nhu cầu đa dạng của người tham gia thể thao, từ cơ bản đến nâng cao.

Biện pháp 4. Tăng cường nguồn kinh phí cho hoạt động thể dục thể thao: Tìm kiếm và huy động các nguồn tài trợ từ ngân sách nhà nước, các tổ chức xã hội, doanh nghiệp và cá nhân để đầu tư cho các hoạt động thể thao, đảm bảo phát triển lâu dài và bền vững.

### ***Nhóm biện pháp tăng cường các hoạt động thể dục thể thao (03 biện pháp)***

Biện pháp 5. Tổ chức đa dạng các hoạt động thể dục thể thao đáp ứng nhu cầu của học sinh: Thiết kế và tổ chức các hoạt động thể thao phong phú, phù hợp với sở thích và nhu cầu của

học sinh, bao gồm các môn thể thao phổ biến và mới lạ, nhằm khuyến khích học sinh tham gia và rèn luyện thể chất.

Biện pháp 6. Đổi mới nội dung và hình thức tập luyện thể dục thể thao: Cập nhật và sáng tạo nội dung các chương trình tập luyện thể dục thể thao, áp dụng phương pháp huấn luyện hiện đại, kết hợp giữa lý thuyết và thực hành để nâng cao hiệu quả tập luyện và thu hút người tham gia.

Biện pháp 7. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao: Tổ chức nhiều giải thi đấu thể thao ở các cấp độ khác nhau, từ trường học đến cấp quốc gia, khuyến khích tinh thần thể thao và cạnh tranh lành mạnh, đồng thời tạo cơ hội cho học sinh phát huy tài năng.

## KẾT LUẬN

Để phát triển mạnh mẽ phong trào thể dục thể thao trong các trường trung học phổ thông (THPT) tỉnh Ninh Bình, Các biện pháp trên nhằm mục tiêu nâng cao chất lượng và hiệu quả hoạt động thể dục thể thao, đặc biệt trong môi trường học đường, đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển thể chất, tinh thần và năng lực thể thao của học sinh. Việc đảm bảo cơ chế, chính sách hợp lý, tăng cường cơ sở vật chất, phát triển đội ngũ hướng dẫn viên, và mở rộng các hoạt động thể thao không chỉ giúp cải thiện sức khỏe cộng đồng mà còn thúc đẩy phong trào thể thao học đường mạnh mẽ. Đồng thời, việc đổi mới nội dung và hình thức tập luyện, tổ chức đa dạng các hoạt động và thi đấu sẽ tạo cơ hội cho học sinh tham gia tích cực và phát triển toàn diện. Khi các biện pháp này được triển khai đồng bộ và hiệu quả, chắc chắn sẽ góp phần nâng cao chất lượng giáo dục thể chất, giúp học sinh phát triển toàn diện về thể chất, trí tuệ và nhân cách. Các trường học cần cải thiện thêm về cơ sở vật chất thể thao và đảm bảo chất lượng thiết bị thể thao để tạo điều kiện tốt nhất cho học sinh tham gia thể dục thể thao. Cần có các biện pháp giảm bớt áp lực học tập để học sinh có thể tham gia nhiều hơn vào các hoạt động thể thao. Nhà trường cũng cần chú ý đến việc xây dựng môi trường thể thao sao cho học sinh cảm thấy tự tin và thoải mái khi tham gia, đặc biệt là đối với học sinh có tâm lý e ngại.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020). *Chương trình giáo dục phổ thông mới*. NXB Giáo dục.
- [2] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Thông tư số: 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26 tháng 12 năm 2018 ban hành chương trình giáo dục phổ thông*.
- [3] Phan Thị Lan Anh (2019). *"Nghiên cứu thực trạng thể dục trường học Việt Nam"*. Tạp chí Khoa học Thể dục.
- [4] Lê Minh Quang (2021). *Hướng dẫn thực hiện thể dục học đường*. NXB Thanh Niên.
- [5] Trần Nguyên Bảo (2020). *"Rào cản đối với các hoạt động thể chất của thanh thiếu niên"*. Tạp chí Nghiên cứu Giáo dục Châu Á.
- [6] Nguyễn Thị Hoa (2021). *"Nhận thức của học sinh về hoạt động thể chất"*. Tạp chí Nghiên cứu Thanh niên.
- [7] Bùi Văn Thắng (2022). *"Những thách thức trong việc thúc đẩy giáo dục thể chất ở các trường trung học"*. Tạp chí Nghiên cứu Giáo dục Việt Nam.
- [8] Phạm Thanh Cẩm (2012), *Thể thao trường học: Thực trạng và giải pháp*, <http://www.tapchithethao.vn>.
- [9] Trương Anh Tuấn (2011), *"Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng đối với công tác thể dục thể thao trường học"*, Kỷ yếu Hội thảo khoa học quốc tế kỷ niệm 35 năm thành lập Trường Đại học Sư phạm TĐTT TP.HCM.



[10] Thủ tướng chính phủ (1995), *Chỉ thị số 133-TTg ngày 07/3/1995 của Thủ Tướng Chính phủ, về việc xây dựng quy hoạch và phát triển ngành TDTT.*

[11] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*

[12] Thông tư số 11/2013/TT-BGDĐT ngày 18 tháng 5 năm 2013 quy định về điều kiện cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ giảng dạy thể dục trong các cơ sở giáo dục

[13] Chỉ thị số 133/1995/CT-TTg của Thủ tướng Chính phủ ngày 07 tháng 3 năm 1995 *"Các đơn vị cần tiến hành tu sửa, nâng cấp, xây dựng thêm sân bãi, đảm bảo tương đối đầy đủ về dụng cụ và trang thiết bị tập luyện nhằm đa dạng hóa nội dung môn học, đáp ứng nhu cầu học tập và rèn luyện cho học sinh."*

[14] Hoàng Công Dân (2005), *Nghiên cứu phát triển thể chất cho học sinh các trường phổ thông dân tộc nội trú khu vực miền núi phía Bắc từ 15 – 17 tuổi*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

[15] Hoàng Công Dân (2011), *Đào tạo, bồi dưỡng cán bộ thể dục thể thao theo tư tưởng Hồ Chí Minh*. <http://www.tapchithethao.vn>

[16] Tạ Hồng Hải (2002), *Nghiên cứu nâng cao năng lực thể chất của học sinh trung học cơ sở (12-15 tuổi)*, Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

