

LỰA CHỌN GIẢI PHÁP NÂNG CAO THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP NAM ĐỊNH

ThS. Hoàng Hoài Nam¹; ThS. Trần Mạnh Huân²

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong thể dục thể thao chúng tôi tiến hành nghiên cứu cơ sở lý luận lựa chọn giải pháp và cơ sở thực tiễn lựa chọn giải pháp. Chúng tôi đã lựa chọn được 08 giải pháp nâng cao thể chất cho sinh viên trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp Nam Định. Đồng thời tiến hành xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao thể chất cho sinh viên trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp Nam Định nhằm góp phần nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật - công nghiệp Nam Định.

Từ khóa: Giải pháp, giáo dục thể chất, sinh viên, Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật - công nghiệp Nam Định...

Abstract: Using routine scientific research methods in Physical Education and Sports, we conducted theoretical and practical studies to select solutions for improving physical fitness. We identified 08 solutions to enhance the physical fitness of students at Nam Dinh University of Economic and Technical Industry. Concurrently, we developed the content for these physical fitness enhancement solutions for students at Nam Dinh University of Economic and Technical Industry, thereby contributing to the increased effectiveness of physical education at the university.

Keywords: Solutions, physical education, students, Nam Dinh University of Economic and Technical Industry.

1. Đặt vấn đề

Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp Nam Định (ĐH KTKTCN ND) là một trong những cơ sở đào tạo về đội ngũ Kỹ sư và Cử nhân ngành Kỹ thuật và Kinh tế lớn trên toàn quốc. Công tác Giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên (SV) được nhà trường luôn chú trọng đầu tư phát triển trong quá trình đào tạo, như đầu tư về cơ sở vật chất, trang thiết bị giảng dạy cũng như về chất lượng đội ngũ cán bộ giáo viên. Nhưng do điều kiện khó khăn chung của tỉnh nhà, công tác GDTC của nhà trường vẫn còn rất nhiều hạn chế, cần phải được đánh giá một cách nghiêm túc để tìm ra những giải pháp (GP) phát triển một cách phù hợp và hiệu quả, đáp ứng được nhu cầu giảng dạy và đào tạo của nhà trường cũng như của xã hội.

Xuất phát từ thực tiễn chúng tôi lựa chọn nghiên cứu: **Lựa chọn GP nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND.**

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sự phạm, nhân trắc, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

2. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

2.1. Lựa chọn GP nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND

Căn cứ vào những cơ sở khoa học về lý luận và thực

tiên nghiên cứu tiến hành lựa chọn GP nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND thông qua phỏng vấn (bằng phiếu hỏi) đối với các giáo viên, giảng viên dạy GDTC, các cán bộ quản lý, giáo viên lâu năm ở các môn khác và có tham gia hoạt động thể dục thể thao (TDTT). Kết quả được trình bày tại bảng 1

Qua bảng 1 cho thấy: Có 8 GP được ưu tiên thực hiện (có số ý kiến lựa chọn ở mức rất tốt đạt trên 80%). Nội dung cụ thể của tám GP đã lựa chọn như sau:

GP 1: Tổ chức giáo dục, tuyên truyền tăng cường nhận thức về vai trò của GDTC trong nhà trường

Mục đích, yêu cầu: Nhằm phổ biến rộng rãi những tri thức thể dục thể thao cho mọi người; Tổ chức giáo dục, tuyên truyền đưa TDTT vào cuộc sống hàng ngày để tăng cường sức khỏe, nâng cao thể chất cho SV. Yêu cầu SV hiểu rõ: Tầm quan trọng của TDTT đối với sức khỏe, giải trí TDTT, kinh tế TDTT...

Nội dung: Trước khi học các môn TDTT, giáo viên lên lớp giảng về vai trò, tác dụng của công tác TDTT trong cuộc sống cũng như trong công tác sau này. Tuyên truyền sâu rộng nâng cao nhận thức của SV về TDTT bằng các hoạt động thi đấu của các chuyên khoa, giải thể thao của trường. Động viên kịp thời các cá nhân, tập thể có thành tích đóng góp cho hoạt động TDTT của trường.

1, 2: Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND (n = 21)

| TT | Giải Pháp | Rất tốt | | Tốt | | Trung bình | |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|--------|---------|------------|---------|
| | | Ý kiến | Tỉ lệ % | Ý kiến | Tỉ lệ % | Ý kiến | Tỉ lệ % |
| 1 | Tổ chức giáo dục, tuyên truyền, tăng cường nhận thức về vai trò của GDTC. | 21 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2 | Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, phối kết hợp với Công Đoàn, Đoàn TN. | 18 | 85.7 | 3 | 14.2 | 0 | 0 |
| 3 | Tăng cường bổ sung số lượng giáo viên và nâng cao trình độ cho giáo viên TDDT | 21 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 4 | Bắt buộc mỗi người phải tham gia một môn thể thao tự chọn. | 10 | 47.6 | 7 | 33.3 | 4 | 19.0 |
| 5 | Cải tiến giờ học nội khoá, đưa vào giáo án phân tập thể lực với tỉ lệ nhất định. | 20 | 95 | 1 | 4.7 | 0 | 0 |
| 6 | Tổ chức đẩy mạnh và làm phong phú các hình thức hoạt động ngoại khoá. | 21 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7 | Đảm bảo cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho công tác thể dục thể thao. | 21 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 8 | Điểm tổng kết môn học GDTC được tính vào điểm trung bình chung học tập. | 12 | 57.1 | 6 | 28.5 | 3 | 14.2 |
| 9 | Cải tiến phương pháp giảng dạy và kiểm tra đánh giá kết quả học tập của sinh viên | 19 | 90.4 | 2 | 9.5 | 0 | 0 |
| 10 | Tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài trường | 20 | 95 | 1 | 4.7 | 0 | 0 |

Cách thức thực hiện: Tổ chức giáo dục, tuyên truyền về lợi ích tác dụng của TDDT trên mạng thông tin của nhà trường. Thông qua sách báo, tạp chí, các phong trào thi đua có lồng ghép nội dung hoạt động TDDT, giúp cho SV có nhận thức về môn GDTC...

GP 2: Tăng cường công tác lãnh đạo của Đảng, chính quyền, phối hợp với công Đoàn, Đoàn thanh niên nhà trường

Mục đích, yêu cầu: Tạo sự quan tâm của lãnh đạo nhà trường, Công đoàn, Đoàn thanh niên đối với công tác TDDT nói chung và công tác GDTC nói riêng. Yêu cầu: Đảm bảo được hiệu quả trong công tác GDTC của Nhà trường.

Nội dung: Khoa GDTC trình Lãnh đạo nhà trường về các văn bản liên quan đến việc thực hiện nhiệm vụ GDTC trong trường học, trong đó có pháp lệnh TDDT. Điều 16 trong pháp lệnh quy định nhà trường có trách nhiệm: “Thực hiện chương trình GDTC cho người học, tổ chức hoạt động TDDT ngoại khoá, xây dựng cơ sở vật chất cần thiết đáp ứng việc giảng dạy và hoạt động TDDT toàn trường”. Tham mưu đề xuất với các cấp uỷ Đảng, chính quyền để ra các quyết định, nghị quyết về công tác TDDT trong nhà

trường. Tham gia vào việc xây dựng kế hoạch TDDT của trường trong từng học kỳ và năm học.

Cách thức thực hiện: Lãnh đạo nhà trường kiểm tra, đôn đốc, đánh giá thực hiện các nghị quyết và kế hoạch hoạt động TDDT

GP 3. Tăng cường bổ sung số lượng giáo viên và nâng cao trình độ cho giáo viên TDDT

Mục đích, yêu cầu: Nâng cao chất lượng chuyên môn, nghiệp vụ, trình độ cho đội ngũ giáo viên. Yêu cầu: Đáp ứng được những đòi hỏi về khả năng chuyên môn, công tác quản lý bộ môn.

Nội dung: Đề xuất với Ban giám hiệu nhà trường cử giáo viên TDDT đi học lớp tập huấn chuyên môn do Hội TDDT Đại học và Chuyên nghiệp tổ chức hàng năm. Kiến nghị với nhà trường cho giáo viên TDDT làm thêm giờ (có bồi dưỡng) để hướng dẫn tập thể lớp, khoá có nhu cầu tập luyện ngoại khóa nâng cao thể lực.

Cách thức thực hiện: Tiến hành công tác thanh tra, kiểm tra chuyên môn thường xuyên, từng học kỳ phải có kế hoạch dự giờ theo quy định của Bộ GD&ĐT.

GP 4. Đảm bảo cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho công tác thể dục thể thao.

Mục đích, yêu cầu: Đáp ứng nhu cầu giảng dạy

của giáo viên GDTC, tập luyện TDTT của SV và TDTT ngoại khoá. Yêu cầu: Đảm bảo được hiệu quả trong công tác giảng dạy và tập luyện các nội dung thể thao nội khoá, ngoại khoá của nhà trường.

Nội dung: Để nâng cao chất lượng GDTC và phong trào tập luyện các môn thể thao cho SV, phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho giảng dạy môn học nội khoá cũng như tập luyện các môn thể thao thể mạnh và tự tập luyện của SV. Cải tạo nâng cấp sân bãi để có thể tận dụng tối đa điều kiện phục vụ giảng dạy và các phong trào tập luyện của SV Nhà trường.

Cách thức thực hiện: Vận động các đơn vị: Ban Quản lý SV, Đoàn thanh niên... tổ chức SV các buổi lao động công ích. Khuyến khích các cá nhân SV, các tập thể lớp mua sắm dụng cụ tập luyện cá nhân. Cần tăng cường sự hỗ trợ của hội phụ huynh SV, các tổ chức xã hội để xây dựng cơ sở vật chất thể dục thể thao cho nhà trường. Định mức hoá kinh phí cho kế hoạch phát triển phong trào tập luyện các môn thể thao thể mạnh thể thao cùng với việc tăng cường công tác xã hội hoá các hoạt động thể thao của SV.

GP 5. Cải tiến giờ học nội khoá, đưa vào giáo án phần tập thể lực với các bài tập đa dạng phù hợp với đối tượng.

Mục đích, yêu cầu: Nâng cao chất lượng giảng dạy học tập nội khoá. Tăng cường thể lực cho SV. Trang bị cho các em những kiến thức, kỹ năng kỹ xảo vận động mang tính chất thực dụng nghề nghiệp, các phương pháp tập luyện và các bài tập thể lực đa dạng để vận dụng trong hoạt động ngoại khoá.

Nội dung: Tổ chức dự giờ, hội thảo chuyên môn. Tăng tỷ lệ thời gian tập thể lực trong mỗi buổi học. Trang bị phương pháp tập luyện và các bài tập thể lực cho SV.

Cách thức thực hiện: Tham gia dự giờ giảng của đồng nghiệp, tham gia thi giáo viên dạy giỏi cấp trường, bộ môn.

GP 6. Tổ chức đẩy mạnh và làm phong phú các hình thức hoạt động ngoại khoá cho SV.

Mục đích, yêu cầu: Giúp củng cố và nâng cao kết quả học tập trên lớp, hình thành thói quen và lòng say mê tập luyện, giữ gìn và nâng cao sức khoẻ, thoải mái được nhu cầu vận động.

Nội dung: Thành lập các câu lạc bộ số môn thể thao được ưa thích trong trường như cầu lông, bóng chuyền, bóng đá. Tổ chức nhiều giải thi đấu nội bộ, nhiều loại hình thi đấu để tạo khí thế sôi nổi và động cơ tập luyện cho SV. Tích cực tham gia các giải bên ngoài, giải SV toàn quốc để kích thích, tạo động lực cho những SV nhiệt tình tập luyện, những em có

thành tích tốt.

Cách thức thực hiện: Thành lập câu lạc bộ số môn thể thao tự chọn của nhà trường, cử giáo viên bộ môn tham gia hướng dẫn câu lạc bộ số môn thể thao.

GP 7. Cải tiến phương pháp giảng dạy và kiểm tra đánh giá kết quả học tập của SV.

Mục đích, yêu cầu: Đổi mới các phương pháp dạy học và lựa chọn nguyên tắc dạy học, hình thức tổ chức giảng dạy GDTC phù hợp.

Nội dung: Nghiên cứu, cải tiến phương pháp giảng dạy hiệu quả nhất. Cải tiến việc kiểm tra đánh giá chất lượng GDTC theo 3 mặt sau:

- + Lý thuyết
- + Thực hành
- + Trình độ thể lực.

Cách thức thực hiện: Viết sáng kiến kinh nghiệm về đổi mới phương pháp dạy học GDTC;... Vận dụng đạt kết quả tốt những phương pháp dạy học vào soạn giáo án, giảng dạy.

GP 8. Tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài trường.

Mục đích, yêu cầu: Tạo ra yếu tố và động lực thúc đẩy khuyến khích SV tích cực rèn luyện, thi đấu nhằm hoàn thiện kỹ năng, kỹ xảo và phát triển thể chất cho SV.

Nội dung: Thành lập đội tuyển các môn thể thao cho trường. Phấn đấu 100% số lớp tổ chức TDTT ngoại khoá. Hàng năm xây dựng lịch trình các môn thể thao thi đấu trong và ngoài trường. Có kế hoạch tập luyện đội tuyển các môn thể thao.

Cách thức thực hiện: Thành lập câu lạc bộ số môn thể thao tự chọn của nhà trường, cử giáo viên bộ môn tham gia hướng dẫn câu lạc bộ số môn thể thao.

Lãnh đạo nhà trường, đoàn Thanh niên và lãnh đạo khoa phối hợp thực hiện tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài trường để mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu thể thao trong SV.

2.2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các GP nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND

2.1. Tổ chức thực nghiệm.

Để xác định hiệu quả của các GP đã lựa chọn nhằm phát triển thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND, chúng tôi tiến hành lựa chọn 130 SV của khoá 7. Thời gian thực nghiệm được tiến hành trong 2 học kỳ, từ tháng 8 năm 2014 đến tháng 5 năm 2015. Đối tượng thực nghiệm được chia làm nhóm:

- Nhóm đối chứng: gồm 65 em của lớp TIN7a1 trong đó có 45 SV nam và 20 SV nữ .
- Nhóm thực nghiệm: gồm 65 em của lớp TIN7a2

trong đó có 50 SV nam và 15 SV nữ với việc ứng dụng các GP đã lựa chọn.

2.2.2. Kết quả thực nghiệm.

Để kết quả thực nghiệm phản ánh đúng thực tiễn và khách quan, trước thực nghiệm, nghiên cứu tiến hành kiểm tra trình độ thể lực của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đánh giá, xếp loại thể lực SV, sinh viên. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Trước thực nghiệm cho thấy, $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$. Như vậy, sự khác biệt giữa các nhóm là không có ý nghĩa thống kê. Hay nói cách khác là trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu ở giai đoạn trước thực nghiệm là tương đương nhau.

Sau khi kết thúc quá trình thực nghiệm, chúng tôi

tiến hành kiểm tra và so sánh trình độ thể lực của hai nhóm. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm được thể hiện ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Sau thực nghiệm ở tất cả các nội dung kiểm tra giữa nhóm thực nghiệm và đối chứng đều thể hiện $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$. Điều này cho thấy kết quả kiểm tra thể lực của các nhóm thực nghiệm là cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng. Như vậy, các GP lựa chọn bước đầu đã khẳng định được tính hiệu quả trong thực nghiệm.

Với mục đích xác định ảnh hưởng của các GP đã lựa chọn đến thể chất của SV trường ĐH KTKTCN NĐ, chúng tôi tiếp tục tiến hành đánh giá chất lượng học tập của các nhóm theo tiêu chuẩn RLTT (ở cả 4 nội dung kiểm tra), cũng như điểm thi (lý thuyết + thực hành) sau giai đoạn thực nghiệm. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4.

Bảng 2. Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng ở trước thực nghiệm.

| TT | Nội dung | Nhóm đối chứng | | Nhóm thực nghiệm | | Độ tin cậy | |
|------------|-------------------------|----------------|-------------|------------------|-------------|------------|----------|
| | | $\bar{\chi}$ | $\pm\delta$ | $\bar{\chi}$ | $\pm\delta$ | <i>t</i> | <i>P</i> |
| Nam | | n = 45 | | n = 50 | | | |
| 1 | Chạy 30m XPC (s) | 5.63 | ± 0.23 | 5.68 | ± 0.27 | 0.85 | >0,05 |
| 2 | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 922.4 | ± 28.5 | 927.2 | ± 28.8 | 0.73 | >0,05 |
| 3 | Bật xa tại chỗ (cm) | 210.3 | ± 10.3 | 212.7 | ± 10.8 | 0.97 | >0,05 |
| 4 | Chạy con thoi 4x10m (s) | 12.38 | ± 0.47 | 12.46 | ± 0.35 | 0.82 | >0,05 |
| Nữ | | n = 20 | | n = 15 | | | |
| 1 | Chạy 30m XPC (s) | 6.82 | ± 0.34 | 6.89 | ± 0.38 | 0.74 | >0,05 |
| 2 | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 842.5 | ± 28.9 | 848.1 | ± 29.3 | 0.73 | >0,05 |
| 3 | Bật xa tại chỗ (cm) | 149.7 | ± 10.7 | 147.6 | ± 10.9 | 0.74 | >0,05 |
| 4 | Chạy con thoi 4x10m (s) | 13.75 | ± 0.78 | 13.55 | ± 0.64 | 1.07 | >0,05 |

Bảng 3. Kết quả kiểm tra thể lực sau thực nghiệm của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm

| TT | Nội dung | Nhóm đối chứng | | Nhóm thực nghiệm | | Độ tin cậy | |
|------------|-------------------------|----------------|-------------|------------------|-------------|------------|----------|
| | | $\bar{\chi}$ | $\pm\delta$ | $\bar{\chi}$ | $\pm\delta$ | <i>t</i> | <i>P</i> |
| Nam | | n = 45 | | n = 50 | | | |
| 1 | Chạy 30m XPC (s) | 5.53 | ± 0.25 | 5.38 | ± 0.21 | 2.75 | <0,05 |
| 2 | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 928.5 | ± 18.5 | 939.6 | ± 16.8 | 2.66 | <0,05 |
| 3 | Bật xa tại chỗ (cm) | 212.6 | ± 8.8 | 218.7 | ± 7.5 | 3.16 | <0,05 |
| 4 | Chạy con thoi 4x10m (s) | 12.30 | ± 0.38 | 12.10 | ± 0.14 | 2.93 | <0,05 |
| Nữ | | n = 20 | | n = 15 | | | |
| 1 | Chạy 30m XPC (s) | 6.70 | ± 0.36 | 6.46 | ± 0.30 | 2.76 | <0,05 |
| 2 | Chạy tùy sức 5 phút (m) | 848.6 | ± 16.5 | 861.7 | ± 17.6 | 2.92 | <0,05 |
| 3 | Bật xa tại chỗ (cm) | 153.2 | ± 8.9 | 159.4 | ± 7.7 | 2.84 | <0,05 |
| 4 | Chạy con thoi 4x10m (s) | 13.48 | ± 0.52 | 13.10 | ± 0.43 | 3.04 | <0,05 |

Bảng 4. So sánh kết quả học tập của các nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm

| Đối tượng | Nhóm | Nội dung | Tham số | Độ tin cậy | |
|-----------|-----------------------|-----------|--------------------------|------------|-------|
| | | | ($\bar{x} \pm \delta$) | t | P |
| Nam | Thực nghiệm n = 45 | Lý thuyết | 5,76 ± 1,47 | 2,234 | <0,05 |
| | | Thực hành | 6,87 ± 1,85 | | |
| | Đối chứng n = 50 | Lý thuyết | 5,23 ± 1,29 | 3,512 | |
| | | Thực hành | 5,70 ± 1,62 | | |
| Nữ | Thực nghiệm n = 20 | Lý thuyết | 6,38 ± 1,25 | 4,327 | <0,05 |
| | | Thực hành | 6,87 ± 0,92 | | |
| | Đối chứng n = 15 | Lý thuyết | 5,28 ± 1,13 | 3,512 | |
| | | Thực hành | 5,78 ± 1,42 | | |

Qua bảng 4 cho thấy: Giá trị trung bình trong các nhóm đều đạt tiêu chuẩn RLTT. Tuy nhiên, còn xuất hiện những SV đạt ở chỉ tiêu này, song lại không đạt ở các chỉ tiêu khác. Điều này đã dẫn đến số lượng SV không đạt cả 4 nội dung vẫn xuất hiện trong các nhóm. Điểm đáng chú ý ở đây là, chỉ tiêu sức mạnh tay trong 2 nhóm thực nghiệm đều đạt yêu cầu (100%) so với tiêu chuẩn RLTT. Kết quả đạt yêu cầu RLTT trong cả 4 nội dung ở nhóm thực nghiệm cao hơn nhóm đối chứng (thực nghiệm: 76,9; đối chứng: 46,2 %). Mặt khác, điểm kiểm tra thực hành và lý thuyết của các nhóm thực nghiệm và đối chứng đều thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$ ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$), ở đây kết quả học tập của nhóm thực nghiệm là cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng.

3. KẾT LUẬN

Căn cứ vào những cơ sở lý luận và thực tiễn, đã lựa chọn được 08 GP nâng cao thể chất cho SV trường ĐH KTKTCN ND

Thông qua thực nghiệm cho thấy việc áp dụng đồng bộ các GP đã mang lại những tác dụng tích cực. Bước đầu khẳng định các GP đề ra mang tính đúng đắn và phù hợp, góp phần nâng cao thể chất của SV và phát triển phong trào TDTT trong điều kiện hiện nay của nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về kiểm tra đánh giá thể lực HSSV ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008*.
2. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí (2007), *“Thể thao trường học ở Việt Nam và một số quốc gia trên thế giới”*,

Tạp chí Khoa học thể thao, số1, tr.52 – 56, Viện Khoa học thể thao, Hà Nội.

4. Thủ tướng chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường*.

5. Thủ tướng Chính phủ (2016), *Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 phê duyệt Đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025*.

Nguồn bài báo: trích từ kết quả luận văn thạc sĩ, tại trường Đại học Bắc Ninh: “Nghiên cứu GP nâng cao thể chất cho SV trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp Nam Định”. Tác giả: Hoàng Hoài Nam. Bảo vệ năm 2014.

Ngày nhận bài: 10/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.

