

Thực trạng về hoạt động tập luyện ngoại khóa thể dục thể thao của học sinh trung học cơ sở tỉnh Hải Dương

NCS. Chủ Đức Vinh; PGS.TS. Phạm Xuân Thành

TÓM TẮT:

Tập luyện thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa được xác định là một trong những giải pháp quan trọng nhằm phát triển thể chất cho học sinh (HS). Để có cơ sở thực tiễn phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa (TLNK) môn Vovinam cho học sinh trung học cơ sở (THCS) tỉnh Hải Dương, nghiên cứu đã tiến hành khảo sát, đánh giá thực trạng về cơ cấu, động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa các môn thể thao nói chung và môn Vovinam nói riêng của học sinh THCS tỉnh Hải Dương.

Từ khóa: Ngoại khóa thể dục thể thao; cơ cấu tập luyện; động cơ tập luyện; Vovinam.

ABSTRACT:

The extracurricular sport training has identified as one of the important solutions for physical development for the students. In order to have a practical basis for developing the movement to practice extracurricular Vovinam courses for the high school students in Hai Duong province, the study has conducted to survey and evaluate the status of the structure and motivation to participate in extracurricular training to the sports in general and Vovinam in particular of the high school students in Hai Duong province.

Keywords: extracurricular sports; Training structures; motivation; Vovinam.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện TDTT có vai trò to lớn trong việc nâng cao sức khỏe toàn diện cho con người. Sức khỏe toàn diện là sự phát triển đầy đủ các tố chất thể lực như: sức nhanh, sức mạnh, sức bền bỉ dẻo dai và sự khéo léo. Những yếu tố này chỉ có thể đạt được nhờ luyện tập TDTT thường xuyên. Khi con người có sức khỏe toàn diện thì sẽ nâng cao được năng lực thể chất (NLTC). NLTC có vai trò hết sức quan trọng trong cuộc sống, trong lao động, trong công tác và trong học tập. Muốn có NLTC tốt đòi hỏi con người phải có lòng kiên trì, phải có quyết tâm cao trong việc rèn luyện thân thể.

Để có căn cứ đề xuất một số giải pháp phát triển phong trào TLNK môn Vovinam cho HS THCS tỉnh Hải Dương, việc đánh giá thực trạng về hoạt động TLNK các môn thể thao là nội dung nghiên cứu quan trọng. Bài viết tiến hành đánh giá khái quát thực trạng nhu cầu, động cơ tham gia TLNK TDTT của HS THCS tỉnh Hải Dương, làm cơ sở để ứng dụng triển khai các giải pháp phát triển phong trào TLNK môn Vovinam cho HS trong các nhà trường hiện nay. Từ những lí do trên đề tài tiến hành nghiên cứu: “**Thực trạng về hoạt động TLNK TDTT của HS THCS tỉnh Hải Dương**”.

Quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu,

phỏng vấn tọa đàm, điều tra xã hội học, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Kết quả xác định động cơ tham gia TLNK TDTT

Nghiên cứu đã tiến hành xác định động cơ tham gia TLNK các môn thể thao của 2150 HS theo 2 nhóm tiêu chí gồm: nhóm động cơ chủ quan (ĐCCQ) và nhóm động cơ khách quan tham gia TLNK các môn thể thao của HS THCS tỉnh Hải Dương. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 1 cho thấy:

ĐCCQ tham gia tập luyện của cả 4 đối tượng HS khối 6, khối 7, khối 8 và khối 9 các trường THCS trên địa bàn tỉnh Hải Dương chủ yếu là do động cơ ham thích thể thao (chiếm 32.98%), tăng cường sức khỏe (chiếm tỷ lệ 23.12%), do nhu cầu nâng cao năng lực vận động (chiếm tỷ lệ 21.40%). Ngoài ra, cũng có số rất ít ý kiến cho rằng, động cơ tham gia TLNK TDTT là để phòng chống bệnh tật (chiếm tỷ lệ 8.37%), do mục tiêu làm đẹp giảm béo (chiếm tỷ lệ 5.21%), do thói quen vận động (chiếm tỷ lệ 4.93%), do nhu cầu học tập (chiếm tỷ lệ 2.51%), do các động cơ khác (chiếm tỷ lệ 1.49%).

Như vậy có thể thấy rằng, về cơ bản, HS THCS trên địa bàn tỉnh Hải Dương cũng có nhận thức được

vai trò, tác dụng của TLNK TDDT đến việc tăng cường sức khoẻ và phục vụ học tập, trong đó đa phần HS đều rất ham thích TLNK các môn thể thao.

Khi xem xét đến yếu tố ĐCKQ tham gia TLNK các môn thể thao cho thấy: đa số ý kiến cho rằng, việc tập luyện ngoại khoá các môn thể thao là do yếu tố giáo dục của nhà trường (chiếm tỷ lệ 34.37%), do sự hấp dẫn của các môn thể thao tham gia tập luyện (chiếm tỷ lệ 27.40%), do ảnh hưởng của các trường học khác (chiếm tỷ lệ 13.72%), do ảnh hưởng của gia đình, bạn bè (chiếm tỷ lệ 10.84%); do ảnh hưởng của các phương tiện thông tin đại chúng (chiếm tỷ lệ 9.44%). Ngoài ra số ít các ý kiến còn lại cho rằng, việc tham gia TLNK các môn thể thao là do tác động của các ngôi sao thể thao trong và ngoài nước, các

VĐV đỉnh cao (chiếm tỷ lệ 2.00%); do các yếu tố khác tác động (chiếm tỷ lệ 2.23%).

Tóm lại có thể thấy, đa số HS đều nhận thức được vai trò, tác dụng của TLNK các môn thể thao đến sức khoẻ, nâng cao năng lực vận động phục vụ học tập, đồng thời cũng do sự ham thích các môn thể thao.

2.2. Kết quả xác định thực trạng về tần suất, thời gian và hình thức tham TLNK TDDT

Để xác định thực trạng về tần suất và thâm niên tham gia TLNK các môn thể thao của HS THCS tỉnh Hải Dương, nghiên cứu cũng tiến hành khảo sát trên đối tượng 2150 HS các khối lớp 6, 7, 8 và 9 (tính cả thời gian tham gia TLNK thường xuyên ở các cấp học trước đây - cấp Tiểu học). Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2 cho thấy:

Bảng 1. Kết quả khảo sát động cơ tham gia TLNK các môn thể thao của HS THCS tỉnh Hải Dương

T T	Nội dung phỏng vấn	Khối 6 (n = 510)		Khối 7 (n = 560)		Khối 8 (n = 550)		Khối 9 (n = 530)		Tổng cộng (n = 2150)	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Động cơ chủ quan:										
	Ham thích.	180	35.29	196	35.00	168	30.55	165	31.13	709	32.98
	Tăng cường sức khoẻ	120	23.53	142	25.36	114	20.73	121	22.83	497	23.12
	Làm đẹp, giảm béo.	12	2.35	23	4.11	43	7.82	34	6.42	112	5.21
	Nâng cao năng lực vận động.	100	19.61	118	21.07	127	23.09	115	21.70	460	21.40
	Chống suy nhược, nhiễm bệnh.	45	8.82	33	5.89	44	8.00	58	10.94	180	8.37
	Thói quen vận động	34	6.67	28	5.00	21	3.82	23	4.34	106	4.93
	Nhu cầu học tập.	10	1.96	12	2.14	23	4.18	9	1.70	54	2.51
Động cơ khác.	9	1.76	8	1.43	10	1.82	5	0.94	32	1.49	
2.	Động cơ khách quan:										
	Nhờ giáo dục trường học	184	36.08	178	31.79	186	33.82	191	36.04	739	34.37
	Ảnh hưởng của truyền thông	53	10.39	47	8.39	65	11.82	38	7.17	203	9.44
	Ảnh hưởng của các trường học	80	15.69	83	14.82	68	12.36	64	12.08	295	13.72
	Ảnh hưởng của gia đình, bạn bè	54	10.59	67	11.96	57	10.36	55	10.38	233	10.84
	Sự hấp dẫn của môn thể thao	124	24.31	158	28.21	147	26.73	160	30.19	589	27.40
	Ảnh hưởng của ngôi sao thể thao	7	1.37	14	2.50	12	2.18	10	1.89	43	2.00
	Động cơ khác	8	1.57	13	2.32	15	2.73	12	2.26	48	2.23

Bảng 2. Tần suất tham gia tập TLNK trong tuần và thâm niên tham gia TLNK các môn thể thao của HS THCS tỉnh Hải Dương (n = 2150)

T T	Nội dung phỏng vấn	Khối 6 (n = 510)		Khối 7 (n = 560)		Khối 8 (n = 550)		Khối 9 (n = 530)		Tổng cộng (n = 2150)	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Số buổi tập luyện trong 1 tuần										
	Tập 1 buổi	243	47.65	273	48.75	262	47.64	240	45.28	1018	47.35
	Tập từ 2 - 3 buổi	131	25.69	129	23.04	128	23.27	179	33.77	567	26.37
	Tập 4 buổi	117	22.94	137	24.46	134	24.36	84	15.85	472	21.95
	Tập trên 4 buổi	19	3.73	21	3.75	26	4.73	27	5.09	93	4.33
2.	Thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá										
	Tập dưới 1 năm	33	5.89	24	4.29	25	4.55	18	3.40	100	4.65
	Tập từ 1 đến 2 năm	149	26.61	138	24.64	133	24.18	113	21.32	533	24.79
	Tập từ trên 2 năm đến 3 năm	218	38.93	209	37.32	233	42.36	266	50.19	926	43.07
	Tập trên 3 năm	110	19.64	189	33.75	159	28.91	133	25.09	591	27.49

Đa số HS các khối 6, 7, 8 và 9 các trường THCS trên địa bàn tỉnh Hải Dương khi được hỏi đều cho rằng, số buổi TLNK các môn thể thao với tần suất tập luyện 1 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 47.35%, trong đó HS khối 7 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 48.75%); tiếp đến là tần suất tập luyện từ 2 - 3 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 26.37%, trong đó HS khối 9 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 33.77%), tiếp đến là số HS có tần suất tập luyện 4 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 21.95%, trong đó chiếm tỷ lệ cao hơn cả là đối tượng HS khối 7 là 24.46%), còn lại số ít HS tham gia tập luyện trên 4 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 4.33%).

Về thâm niên tham gia TLNK các môn thể thao cho thấy, có sự tương đồng giữa thâm niên tập luyện và tần suất TLNK của HS. Đa số HS được hỏi đều cho rằng có thâm niên tập luyện từ trên 2 năm đến 3 năm (chiếm tỷ lệ 43.07%, trong đó đối tượng HS khối 9 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 50.19%); tiếp đến là số HS có thâm niên tập luyện trên 3 năm (chiếm tỷ lệ 27.49%, trong đó đối tượng HS khối 7 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 33.75%); từ 1 đến 2 năm chiếm tỷ lệ 24.79% (trong đó HS khối 6 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 26.61%), dưới 1 năm chiếm tỷ lệ thấp (4.65%). Như vậy có thể thấy, đa số HS các trường THCS trên địa bàn tỉnh Hải Dương đã ý thức được tác dụng của TLNK đến rèn luyện thể lực, sức khỏe, cũng như ham thích tập luyện các môn thể thao. Đa số các em đều

đã từng tham gia TLNK các môn thể thao từ cấp học tiểu học (trước khi chuyển sang cấp học THCS) với thâm niên từ 2 - 3 năm.

2.3. Kết quả xác định thực trạng về môn thể thao, hình thức tham gia và nhu cầu TLNK các môn thể thao

Nghiên cứu tiến hành khảo sát về thực trạng các môn thể thao thường xuyên tham gia TLNK, hình thức và nhu cầu tham gia TLNK các môn thể thao nếu như được nhà trường tổ chức. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3 cho thấy:

Về các môn thể thao thường xuyên TLNK thì nhu cầu tập luyện của các em được thể hiện cho 9 môn. Song phải nói rằng, với 3 môn Điền kinh, Bóng rổ, Cờ Vua có số HS thường xuyên tập luyện chiếm tỷ lệ thấp hơn cả; nhóm thứ 2 là các môn: Bơi lội, Bóng bàn, Bóng đá, Cầu lông có tỷ lệ HS tập luyện cao hơn song cũng còn thấp (tỷ lệ dưới 25.00%). Chiếm tỷ lệ cao nhất là nhóm các môn: Vovinam và các môn Võ khác có số HS ưa thích tập luyện nhiều hơn cả (Vovinam chiếm tỷ lệ 64.70%, các môn Võ khác 36.79%).

Về hình thức tham gia tập luyện: đa số HS đều tham gia TLNK các môn thể thao dưới hình thức tự tập (chiếm tỷ lệ 58.51%) hoặc tập luyện theo chương trình tự chọn của môn thể dục (chiếm tỷ lệ 26.14%), tự tập

Bảng 3. kết quả khảo sát về nhu cầu và hình thức TLNK các môn thể thao của HS THCS tỉnh Hải Dương (n = 2150)

TT	Nội dung phỏng vấn	Khối 6 (n = 510)		Khối 7 (n = 560)		Khối 8 (n = 550)		Khối 9 (n = 530)		Tổng cộng (n = 2150)	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Môn thể thao TLNK										
	Bóng đá	119	23.33	123	21.96	111	20.18	109	20.57	462	21.49
	Bóng bàn	81	15.88	92	16.43	67	12.18	57	10.75	297	13.81
	Cờ vua	79	15.49	49	8.75	43	7.82	33	6.23	204	9.49
	Cầu lông	101	19.80	91	16.25	54	9.82	67	12.64	313	14.56
	Vovinam	320	62.75	360	64.29	378	68.73	333	62.83	1391	64.70
	Các môn võ thuật khác	198	38.82	164	29.29	209	38.00	220	41.51	791	36.79
	Bơi lội	143	28.04	116	20.71	132	24.00	122	23.02	513	23.86
	Điền kinh	19	3.73	23	4.11	22	4.00	36	6.79	100	4.65
	Bóng rổ	24	4.71	43	7.68	54	9.82	47	8.87	168	7.81
Các môn thể thao khác	32	6.27	21	3.75	12	2.18	25	4.72	90	4.19	
2.	Hình thức tham gia TLNK										
	Tự tập luyện	297	58.24	318	56.79	302	54.91	341	64.34	1258	58.51
	Tập luyện theo nhóm	45	8.82	57	10.18	60	10.91	38	7.17	200	9.30
	Tập luyện theo lớp năng khiếu	0	0.00	0	0.00	22	4.00	18	3.40	40	1.86
	Tập luyện theo đội tuyển	24	4.71	30	5.36	25	4.55	11	2.08	90	4.19
	Tập theo giờ học tự chọn	144	28.24	155	27.68	141	25.64	122	23.02	562	26.14
3.	Nhu cầu TLNK theo câu lạc bộ										
	Rất muốn	416	74.29	442	78.93	423	76.91	435	82.08	1716	79.81
	Bình thường	82	14.64	106	18.93	118	21.45	87	16.42	393	18.28
	Không cần thiết	12	2.14	12	2.14	9	1.64	8	1.51	41	1.91

Bảng 4. Kết quả khảo sát hs về các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động ngoại khóa tdtđ tại các trường thcs trên địa bàn tỉnh Hải Dương (n = 2150)

TT	Yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động ngoại khóa TDTT	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Không có giáo viên hướng dẫn	1039	48.33
2	Không có thời gian	918	42.70
3	Không có đủ điều kiện sân bãi dụng cụ tập luyện	149	6.93
4	Không được sự ủng hộ bạn bè	23	1.07
5	Không ham thích môn thể thao nào	21	0.98

theo nhóm (chiếm tỷ lệ 9.30%), trong khi đó với số lượng từ 1.86% đến 4.19% số HS tham gia TLNK dưới hình thức đội tuyển hoặc lớp năng khiếu thể thao của nhà trường, thì qua khảo sát cho thấy, số HS này được nhà trường tuyển chọn vào các đội tuyển tham gia thi đấu các giải thể thao của huyện, tỉnh trong chương trình Hội khoẻ Phù Đổng cấp tỉnh, và chỉ tham gia tập luyện vào thời điểm nhất định trước khi thi tham gia thi đấu. Qua kết quả ở bảng 3 còn cho thấy, nhà trường chưa tổ chức các hình thức TLNK theo mô hình câu lạc bộ thể thao cho HS. Do đó, để tạo điều kiện cũng như thu hút HS tham gia TLNK các môn thể thao, việc quan tâm xây dựng mô hình tổ chức, quản lý phong trào TLNK một cách có tổ chức là hết sức cần thiết. Mặc dù vậy, theo hướng dẫn của Ngành Giáo dục và Đào tạo, một số trường cũng đã tổ chức cho HS TLNK môn Vovinam theo hình thức nội dung tự chọn trong chương trình môn học thể dục (chiếm tỷ lệ 26.14%). Khi tìm hiểu về nhu cầu tham gia tập luyện dưới các hình thức câu lạc bộ thể thao thì được số HS đánh giá rất cao, số phiếu hỏi có nguyện vọng tham gia chiếm tỷ lệ đến 79.81%.

2.4. Khảo sát ý kiến của HS về các yếu tố ảnh hưởng đến TLNK TDTT

Nghiên cứu đã tiến hành phỏng vấn 2150 HS các khối lớp 6 đến khối lớp 9 về các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động TLNK TDTT. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4 cho thấy:

Khi tìm hiểu ý kiến đánh giá của HS về yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động ngoại khóa TDTT, những yếu tố

chính được đa số các ý kiến đánh giá lựa chọn bao gồm: do chương trình học tập văn hoá nặng nề nên không sắp xếp được thời gian để tham gia TLNK (chiếm tỷ lệ 42.70%), không có tổ chức, giáo viên hướng dẫn (chiếm tỷ lệ 48.33%), không có điều kiện sân bãi dụng cụ tập luyện (chiếm tỷ lệ 6.93%), số rất ít các ý kiến còn lại cho rằng do không ham thích TLNK môn thể thao nào (chiếm tỷ lệ 0.98%) và do không được bạn bè ủng hộ (chiếm tỷ lệ 1.07%).

3. KẾT LUẬN

- Công tác GDTC nói chung và hoạt động TLNK TDTT nói riêng cho HS THCS tỉnh Hải Dương về cơ bản đã thu được những kết quả nhất định như: phần lớn các em HS đều ham thích tập luyện TDTT, và nhận thức được tác dụng của tập luyện TDTT đến sức khỏe và phát triển thể lực. Các em HS tham gia TLNK các môn thể thao với một động cơ tốt và cơ cấu tương đối đồng đều, trong đó, môn Vovinam được các em HS ham thích TLNK hơn hẳn so với các môn thể thao khác.

- Kết quả khảo sát ý kiến của HS đã đánh giá được các điều kiện CSVC, các điều kiện đảm bảo về cán bộ cho hoạt động ngoại khóa TDTT còn nhiều khó khăn. Hầu hết các trường chưa bố trí được đội ngũ giáo viên TDTT tham gia phụ trách, hướng dẫn HS TLNK một cách có hiệu quả. Chưa xây dựng được mô hình câu lạc bộ TDTT nhằm tạo điều kiện và thu hút HS tham gia TLNK TDTT, trong khi nhu cầu tham gia câu lạc bộ TDTT của HS là tương đối cao (chiếm tỷ lệ 79.81%).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Văn Lâm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình thể dục thể thao trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 2. Nguyễn Xuân Sinh, Nguyễn Găng (2001), *"Nghiên cứu hiệu quả hoạt động ngoại khóa theo loại hình CLB TDTT hoàn thiện đối với sự phát triển thể chất của các trường đại học ở thành phố Huế"*, Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, sức khỏe trong trường học các cấp (lần III), Nxb TDTT, Hà Nội.
 3. Nguyễn Đức Thành (2013), *Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa của SV một số trường đại học ở thành phố Hồ Chí Minh*, Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
- Nguồn bài báo: bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: "Nghiên cứu phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa môn Vovinam cho học sinh trung học cơ sở tỉnh Hải Dương" - Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT. Đề tài luận án bước đầu đã hoàn thành, dự kiến bảo vệ trước Hội đồng đánh giá luận án cấp cơ sở và Hội đồng cấp Viện trong năm 2019.*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 12/7/2019; ngày phản biện đánh giá: 16/9/2019; ngày chấp nhận đăng: 26/10/2019)