

Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Kinh tế Quốc dân

ThS. Phạm Đức Cường; ThS. Chu Đức Hiền; ThS. Nguyễn Kiên Sao ■

TÓM TẮT:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đã đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên (SV) trường Đại học Kinh tế quốc dân (ĐHKQTĐ). Đồng thời lựa chọn được 05 nhóm giải pháp (GP) nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV trường ĐHKQTĐ.

Từ khóa: Công tác giáo dục thể chất, SV Trường Đại học Kinh tế quốc dân.

ABSTRACT:

By using regular scientific research, the thesis has assessed the current physical education for students of the National Economics University. At the same time, 5 groups of solutions were selected to improve the efficiency of physical education for students of NEU.

Keywords: solutions, extracurricular sport activities, students, National Economics University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giảng dạy GDTC và tổ chức các hoạt động thể thao trong trường ĐHKQTĐ là một hoạt động sự phạm mang tính nhân văn nhằm hoàn thiện và phát triển thể chất, nhân cách cho SV, góp phần thực hiện nhiệm vụ “nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài” xây dựng lớp cán bộ có đủ sức khỏe cũng như nghị lực và ý chí làm chủ nhân của xã hội tương lai, đáp ứng nhu cầu phát triển kinh tế đất nước trong thời kỳ hội nhập. Để thực hiện được mục đích trên, Bộ môn GDTC trường ĐHKQTĐ đã tiến hành áp dụng chương trình GDTC với các hoạt động TDTT trong SV để phát triển toàn diện cả thể dục và thể thao. Hoạt động TDTT ngoại khóa là các hoạt động nằm ngoài chương trình học chính khóa có liên quan đến tất cả các hoạt động văn hóa - thể thao - giải trí - xã hội ngoài giờ học trên lớp. Đây là một trong những sân chơi để SV tự nguyện tham gia theo nhu



(Ảnh minh họa)

cầu, khả năng của bản thân. Đối với SV, hoạt động ngoại khóa đóng vai trò rất lớn không chỉ trong quá trình tham gia học tập tại giảng đường đại học mà còn sau khi ra trường. Từ những lý do trên, đề tài tiến hành nghiên cứu “Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho SV trường ĐHKQTĐ”.

Trong quá trình thực hiện đề tài, đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm, thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn các GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cho SV trường ĐHKQTĐ

Thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan và phân tích thực trạng tập luyện TDTT ngoại khóa của

SV trường ĐHKQTĐ trong thời gian qua, đề tài đã tiến hành lựa chọn các GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cho SV của nhà trường. Nhằm mục đích tìm hiểu cơ sở thực tiễn của các GP đã lựa chọn, đề tài đã tiến hành phỏng vấn 30 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy tại các trường như: trường ĐHKQTĐ, trường Đại học TDTT Bắc Ninh, trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, trường Đại học TDTT Đà Nẵng, trường Đại học Sư phạm Hà Nội...

Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ ưu tiên của các GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cho SV ở 3 mức độ ưu tiên:

- Mức ưu tiên 1: GP rất cần thiết.
- Mức ưu tiên 2: GP cần thiết.
- Mức ưu tiên 3: GP không cần thiết.

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn, nghiên cứu đã lựa chọn và xây dựng nội dung chi tiết cho các GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa một cách có hiệu quả nhằm thu hút số lượng SV tham gia, từ đó nâng cao hiệu quả học tập các môn học GDTC trong chương trình đào tạo của nhà trường. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả bảng 1, đề tài đã lựa chọn 5 nhóm GP với 7 GP cụ thể trong việc tổ chức, quản lý tập luyện ngoại khóa cho SV Trường ĐHKQTĐ. Đó là:

* Nhóm GP 1: nâng cao chất lượng hoạt động của

đội tuyển, đội đại biểu, các lớp tự chọn, có giáo viên hướng dẫn, sau đó lớp tự quản. Bao gồm các GP với nội dung như sau:

* GP Tổ chức các đội tuyển thể thao:

- Nội dung GP:

+ Tăng cường sự quan tâm lãnh đạo của các cấp uỷ đảng, chính quyền, đoàn thể về sự cần thiết có đội tuyển thể thao của nhà trường. Thường xuyên làm tốt công tác giáo dục chính trị tư tưởng cho đội ngũ cán bộ giảng viên, VĐV trong đội tuyển.

+ Bám sát kế hoạch thi đấu của ngành, địa phương, thực hiện nghiêm túc sự chỉ đạo của lãnh đạo nhà trường.

+ Các giáo viên xây dựng kế hoạch, chương trình huấn luyện theo từng năm, từng quý, từng tháng, từng tuần và trực tiếp tham gia huấn luyện theo chuyên môn, đảm bảo nguyên tắc, phương pháp huấn luyện, cải tiến, áp dụng các phương pháp huấn luyện mới.

+ Tăng cường, đẩy mạnh công tác huấn luyện thể lực chung và chuyên môn cho SV.

+ Củng cố, hoàn thiện kỹ thuật động tác, hình thành kỹ xảo vận động, tâm lý thi đấu, kỹ chiến thuật cho SV.

+ Tham gia thi đấu giao lưu, cọ sát nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ, kinh nghiệm thi đấu.

* GP Tổ chức các lớp đại trà để nâng cao trình độ.

- Nội dung GP:

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cho SV trường ĐHKQTĐ (n = 30)

TT	Các GP	Rất cần		Cần		Không cần	
		n	%	n	%	n	%
1	Nhóm GP 1: Nâng cao chất lượng hoạt động của đội tuyển, đội đại biểu, các lớp tự chọn, nâng cao có giáo viên hướng dẫn, sau đó lớp tự quản:						
	GP duy trì và nâng cao chất lượng hoạt động của đội đại biểu, đội tuyển.	23	76.67	4	13.33	3	10.00
	GP tổ chức các lớp tự chọn, nâng cao trình độ.	22	73.33	5	16.67	3	10.00
2	Nhóm GP 2: Tổ chức các loại hình CLB chuyên ngành, CLB sở thích:						
	GP thành lập, đưa vào hoạt động các CLB theo chuyên ngành.	25	83.33	3	10.00	2	6.67
	GP thành lập, đưa vào hoạt động các CLB sở thích.	23	76.67	6	20.00	1	3.33
3	Nhóm GP 3: Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng:						
	GP cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật.	25	83.33	3	10.00	2	6.67
	GP tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng.	24	80.00	5	16.67	1	3.33
4	Nhóm GP 4: Tổ chức các hoạt động thi đấu nghiệp vụ sư phạm nâng cao, thi đấu giao lưu, các giải truyền thống toàn trường của các môn thể thao	23	76.67	6	20.00	1	3.33
5	Nhóm GP 5: Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại bộ môn GDTC	25	83.33	3	10.00	2	6.67

+ Bộ môn bám sát sự chỉ đạo của Ban giám hiệu, Phòng Đào tạo nhà trường, chủ động xây dựng kế hoạch, chương trình học tập các lớp tự chọn nâng cao giờ học ngoại khoá.

+ Thường xuyên giáo dục, quan tâm đến xây dựng ý thức tự giác tích cực, xác định được rõ mục đích, động cơ tập luyện ngoại khoá cho SV.

+ củng cố phát triển thể lực chung và chuyên môn, hoàn thiện, nâng cao khả năng thực hiện kỹ thuật động tác cho SV.

+ Các giờ học giáo viên bộ môn tập trung hướng dẫn nội dung buổi tập, hướng dẫn cán bộ lớp, Đoàn thanh niên duy trì hoạt động tập luyện của giờ học ngoại khoá.

+ Kiểm tra đánh giá, thưởng điểm gắn với kết quả học tập chính khóa

◦ Nhóm GP 2: tổ chức các loại hình câu lạc bộ (CLB) chuyên ngành, CLB sở thích. Bao gồm các GP sau:

* GP thành lập, đưa vào hoạt động các CLB thể thao theo hình thức xã hội hoá.

- Nội dung GP:

+ Tuyên truyền nâng cao nhận thức về loại hình hoạt động thể thao ngoại khoá.

+ Bám sát sự chỉ đạo của Đảng uỷ, Ban giám hiệu, thành lập Ban chủ nhiệm CLB và các thành viên, có quy chế, chương trình hoạt động cụ thể

+ Tổ chức các hoạt động ngoại khoá, góp phần hoàn thiện các nội dung học tập của giờ học chính khóa và rèn luyện các tiêu chuẩn rèn luyện thân thể.

+ Tổ chức xây dựng các CLB thể thao toàn trường và tại các khoá học.

+ Tổ chức hướng dẫn các hoạt động tự tập luyện, rèn luyện thân thể.

+ Mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu thể thao SV, lôi cuốn đông đảo SV tham gia và cổ vũ. Xây dựng các đội tuyển đại biểu tập luyện và thi đấu thường xuyên.

* GP pháp thành lập, đưa vào hoạt động các CLB sở thích.

- Nội dung GP:

+ Thành lập Ban chủ nhiệm các CLB, giao cho Đoàn Thanh niên phụ trách.

+ Xây dựng nội quy, quy chế, chương trình hoạt động của các CLB phù hợp thời gian, điều kiện thực tiễn và sở thích của SV.

+ Làm tốt công tác tuyên truyền về mục đích, ý nghĩa của việc tham gia hoạt động tại các CLB như: Khiêu vũ quốc tế, trang trí khánh tiết, cắm hoa nghệ thuật...

+ Thường xuyên mở lớp và duy trì hoạt động đều đặn, hiệu quả để tạo được hứng thú của SV.

◦ Nhóm GP 3: cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng, bao gồm các GP sau:

* GP cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật.

- Nội dung GP:

+ Tiến hành cải tạo, sửa chữa nâng cấp cơ sở tập luyện: Sân bãi, nhà tập... để có thể tận dụng tối đa điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường phục vụ giảng dạy chính khoá và hoạt động tập luyện ngoại khóa.

+ Xây dựng phương án sử dụng sân bãi, nhà tập theo từng đối tượng tập luyện, quy chế sử dụng trang thiết bị.

+ Kiến nghị nhà trường trong quy hoạch xây dựng nhà trường, đảm bảo có kế hoạch xây dựng mới nhà thi đấu, phòng tập, sân điền kinh, sân bóng đá.

+ Thường xuyên kiểm tra, sửa chữa hệ thống điện chiếu sáng cho các sân bóng chuyền, sân cầu lông, nhà tập đa năng...

+ Sửa chữa, mua mới trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện trong giờ học chính khóa, cũng như ngoại khoá đủ về số lượng và đảm bảo tiêu chuẩn chất lượng.

+ Tạo điều kiện cho mượn dụng cụ, mở nhà tập, sân bãi tập luyện... để SV có điều kiện tập luyện thoả mái trong thời gian rảnh rỗi.

+ Việc áp dụng những phương tiện kỹ thuật trong quá trình tập luyện và thi đấu là một GP rất cần thiết để thu nhận những tài liệu khách quan về số lượng và chất lượng động tác. Nhờ phương tiện kỹ thuật HLV, giảng viên có thể phát hiện và sửa chữa được những sai sót kỹ thuật động tác trong tập luyện và thi đấu một cách dễ dàng hơn. Đối với SV thì điều đó lại càng quan trọng.

* GP tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng.

- Nội dung GP:

+ Tiếp tục vận dụng các chế độ chính sách đã được thực hiện, xây dựng và ban hành chính sách đãi ngộ cụ thể, trước mắt và lâu dài để đáp ứng được nhu cầu, nguyện vọng của đội ngũ cán bộ, giảng viên, huấn luyện viên SV và vận động viên các đội tuyển.

+ Huy động tài trợ tài chính, giải thưởng...

+ Có chế độ động viên, khen thưởng kịp thời, thoả đáng (về tinh thần và vật chất), tạo động cơ thúc đẩy quá trình huấn luyện, giảng dạy, tập luyện và thi đấu của giáo viên và SV. Bên cạnh đó, có những hình thức giáo dục chính trị tư tưởng, đạo đức, kỷ luật

nhằm giữ vững kỷ cương trong công tác giáo dục bồi dưỡng những phẩm chất chính trị, đạo đức, tác phong sư phạm cho người cán bộ văn hoá trong tương lai.

◦ Nhóm GP 4: tổ chức các hoạt động thi đấu nghiệp vụ sư phạm nâng cao, thi đấu giao lưu, các giải truyền thống toàn trường của các môn thể thao.

- Nội dung GP:

+ Bám sát kế hoạch giảng dạy, học tập trong và ngoài trường, kế hoạch năm học và sự chỉ đạo của Đảng uỷ - Ban giám hiệu để xây dựng kế hoạch tổ chức các hoạt động thi đấu hợp lý, hiệu quả.

+ Để việc tập luyện thi đấu thể thao của SV trở thành nội dung của đời sống văn hoá thể thao mang tính thường xuyên, liên tục của SV, nhà trường, Bộ môn GDTC thường xuyên tổ chức các giải nghiệp vụ sư phạm, truyền thống hàng năm, giao hữu qua đó tạo sân chơi lành mạnh cho SV.

+ Hướng dẫn, tạo điều kiện cho các khoá, các lớp tổ chức các cuộc thi đấu nội bộ.

◦ Nhóm GP 5: cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Bộ môn GDTC.

- Nội dung GP:

+ Xây dựng cơ cấu tổ chức quản lý của Bộ môn GDTC: Với mục đích phân công trách nhiệm cho từng nhóm, từng cán bộ giảng dạy, đảm bảo hoàn thành các nhiệm vụ, chức trách của giáo viên là giảng dạy nội khoá, xây dựng kế hoạch phát triển phong trào TDTT của nhà trường. Tổ chức hướng dẫn phong trào tập luyện ngoại khóa của SV và huấn luyện các đội đại biểu tham gia các giải thể thao của ngành và địa phương.

+ Công tác cán bộ: cần tăng cường công tác giáo dục tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của giáo viên đối với việc nâng cao chất lượng GDTC của SV

và phong trào TDTT của nhà trường. Tổ chức các hoạt động sinh hoạt chuyên môn nghiệp vụ, cử cán bộ đi học các lớp bồi dưỡng chuyên môn, hoàn thiện chương trình và học trên đại học. Có kế hoạch tiếp nhận và bồi dưỡng giáo viên trẻ có trình độ lý luận và chuyên môn giỏi, có nhiệt tình ý thức trách nhiệm cao và có khả năng tổ chức các hoạt động thể thao quần chúng đáp ứng yêu cầu cần mở rộng và nâng cao chất lượng công tác GDTC và phong trào TDTT của nhà trường trong những năm tới.

2.2. Ứng dụng và xác định hiệu quả của GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa cho SV trường ĐHKQTĐ

2.2.1. Tổ chức thực nghiệm

Đối tượng thực nghiệm (TN) gồm 263 SV (76 nam, 187 nữ) năm thứ hai được lựa chọn ngẫu nhiên

Thời gian tổ chức TN sư phạm được tiến hành từ tháng 03 đến tháng 6 năm 2019. Khi xác định hiệu quả của GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa đã lựa chọn, đề tài căn cứ vào kết quả học tập trong chương trình GDTC và kiểm tra đánh giá theo nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo quy định của Bộ GD&ĐT.

Trước khi tiến hành TN sư phạm, đề tài tiến hành kiểm tra, đánh giá xếp loại trình độ chuyên môn và trình độ thể lực theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, từ đó làm căn cứ để so sánh kết quả kiểm tra đánh giá sau TN.

Các đối tượng TN này đều được áp dụng GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa mà quá trình nghiên cứu của đề tài đã xây dựng. Đồng thời được tham gia các CLB, các đội đại biểu với GP nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa một cách chặt chẽ với có sự phối hợp

Bảng 2. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực trước TN của đối tượng nghiên cứu (n_{nam} = 76; n_{nữ} = 187)

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Số người đạt yêu cầu	Tỷ lệ %
1	Lực bóp tay thuận (kg).	Nam	≥ 1.40	41.87 \pm 4.56	53	69.74
		Nữ	≥ 26.70	26.78 \pm 2.83	128	68.45
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s).	Nam	≥ 17	16.73 \pm 1.84	36	47.37
		Nữ	≥ 16	15.57 \pm 1.77	89	47.59
	Bật xa tại chỗ (cm).	Nam	≥ 207	219.21 \pm 25.32	59	77.63
		Nữ	≥ 153	153.38 \pm 18.04	144	77.01
3	Chạy 30m XPC (s).	Nam	≤ 5.70	5.72 \pm 0.67	38	50.00
		Nữ	≤ 6.70	6.72 \pm 0.79	92	49.20
4	Chạy con thoi 4 x 10m (s).	Nam	≤ 12.40	12.67 \pm 1.32	35	46.05
		Nữ	≤ 13.00	13.21 \pm 1.59	86	45.99
5	Chạy tùy sức 5 phút (m).	Nam	≥ 950	936.65 \pm 109.03	29	38.16
		Nữ	≥ 870	855.44 \pm 92.13	67	35.83

Bảng 3. Kết quả kiểm tra đánh giá sau TN của đối tượng nghiên cứu (nam = 76; nữ = 187)

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tiêu chuẩn RLTT mức đạt	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		Sự khác biệt		Trước TN		Sau TN		W%
				Trước TN	Sau TN	t	P	Số người đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	Số người đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	
1	Lực bóp tay thuận (kg).	Nam	≥ 41.40	41.87 \pm 4.56	43.24 \pm 3.07	2.177	<0.05	53	69.74	68	89.47	24.793
		Nữ	≥ 26.70	26.78 \pm 2.83	27.41 \pm 1.95	2.507	<0.05	128	68.45	145	77.54	12.454
2	Năm ngửa gấp bụng (lần/30s).	Nam	≥ 17	16.73 \pm 1.84	17.26 \pm 1.23	2.080	<0.05	36	47.37	45	59.21	22.222
		Nữ	≥ 16	15.57 \pm 1.77	15.94 \pm 1.13	2.395	<0.05	89	47.59	105	56.15	16.495
3	Bật xa tại chỗ (cm).	Nam	≥ 207	219.21 \pm 25.32	226.25 \pm 16.09	2.045	<0.05	59	77.63	68	89.47	14.173
		Nữ	≥ 153	153.38 \pm 18.04	156.95 \pm 11.16	2.304	<0.05	144	77.01	172	91.98	17.722
4	Chạy 30m XPC (s).	Nam	≤ 5.70	5.72 \pm 0.67	5.53 \pm 0.39	2.132	<0.05	38	50.00	46	60.53	19.048
		Nữ	≤ 6.70	6.72 \pm 0.79	6.56 \pm 0.47	2.346	<0.05	92	49.20	116	62.03	23.077
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s).	Nam	≤ 12.40	12.67 \pm 1.32	12.27 \pm 0.87	2.176	<0.05	35	46.05	43	56.58	20.513
		Nữ	≤ 13.00	13.21 \pm 1.59	12.92 \pm 0.92	2.188	<0.05	86	45.99	97	51.87	12.022
5	Chạy tùy sức 5 phút (m).	Nam	≥ 950	936.65 \pm 109.03	966.72 \pm 68.73	2.034	<0.05	29	38.16	33	43.42	12.903
		Nữ	≥ 870	855.44 \pm 92.13	875.63 \pm 62.26	2.483	<0.05	67	35.83	77	41.18	13.889

đồng bộ của các đơn vị có liên quan trong nhà trường.

2.2.2. Kết quả TN sơ phạm.

* Kết quả kiểm tra trước TN.

Trước khi tiến hành TN, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu theo các nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ GD&ĐT để làm cơ sở so sánh với kết quả kiểm tra đánh giá sau TN trên đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 2

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, số SV có trình độ thể lực ở mức đạt yêu cầu so với nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể ở các nội dung kiểm tra còn thấp (thấp nhất là nội dung đánh giá sức bền - chạy 5 phút chiếm tỷ 38.16% số học sinh đạt yêu cầu đối với nam và 35.83% đối với nữ; cao nhất là nội dung đánh giá sức mạnh chi dưới - bật xa tại chỗ nam chiếm tỷ lệ 77.63% đối với nam và 77.01% đối với nữ).

* Kết quả kiểm tra sau TN.

Sau khi kết thúc thời gian TN, để đánh giá hiệu quả các GP tổ chức, quản lý hoạt động tập luyện TDTT ngoại khoá đã xây dựng, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực theo nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể và kết quả học tập các môn học GDTC. Qua đó so sánh với kết quả kiểm tra trước TN của đối tượng nghiên cứu và kết quả học tập của các SV khóa trước. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3, 4, 5 và biểu đồ 1.

Từ kết quả thu được ở các bảng 3, 4, 5 và biểu đồ 1 cho thấy:

Về kết quả kiểm tra trình độ thể lực theo các nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể cho thấy, sau TN, trình độ thể lực của cả nam, nữ đối tượng TN đã có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$), đồng thời tỷ lệ số SV đạt yêu cầu ở các nội dung kiểm tra đạt kết quả cao.

3. KẾT LUẬN

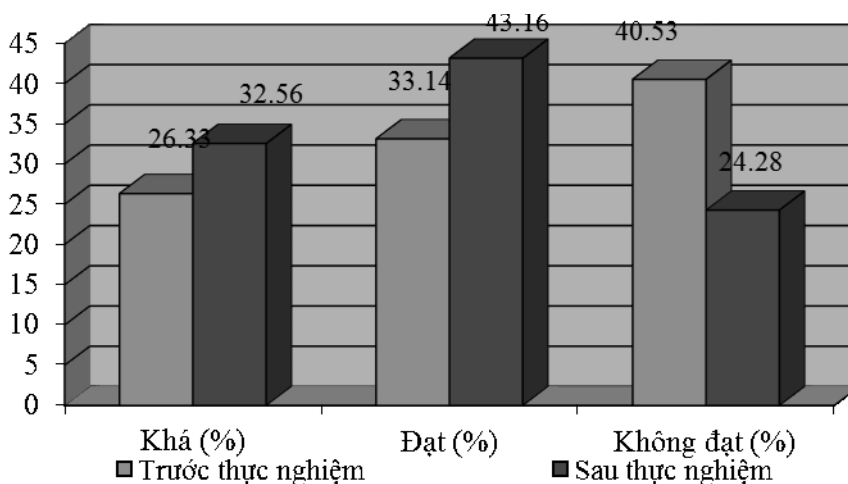
Thông qua quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 05 nhóm GP với những chỉ dẫn cụ thể để tổ chức, quản lý hoạt động tập luyện TDTT ngoại khoá nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHKQTĐ. Qua quá trình TN đã khẳng định được tính hiệu quả, nâng cao chất lượng GDTC cho SV trong nhà trường, thể hiện qua chất lượng các môn học GDTC, trình độ thể lực của SV và phong trào tập luyện TDTT nói chung và hoạt động thi đấu các môn thể thao nói riêng đã được tăng lên đáng kể.

Bảng 4. Kết quả đánh giá xếp loại tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của đối tượng TN trước và sau TN

Nội dung	Kết quả đánh giá xếp loại (n = 263)					
	Trước TN			Sau TN		
	Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)	Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)
Tiêu chuẩn rèn luyện thân thể	26.33	33.14	40.53	32.56	43.16	24.28

Bảng 5. Kết quả học tập lý thuyết và thực hành các môn GDTC của đối tượng nghiên cứu sau TN với SV các khoa trước đây

Môn	Nội dung	SV các khoa trước (n = 802)			Đối tượng TN (n = 263)		
		Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)	Khá (%)	Đạt (%)	Không đạt (%)
GDTC	Lý thuyết	5.39	55.87	38.74	17.14	57.36	25.50
	Thực hành	13.04	69.76	17.20	35.67	58.63	5.70


Biểu đồ 1.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008, về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV, Hà Nội.*
- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008, về ban hành Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, SV, Hà Nội.*
- Phùng Xuân Dũng (2017), *Nghiên cứu GP nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho SV trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Bắc Ninh.
- Lê Đông Dương (2017), *Nghiên cứu GP nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho học sinh các trường tiểu học tỉnh Thanh Hóa*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
- Nguyễn Đức Thành (2012), *Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa của SV ở 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: trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài cơ sở cấp trường “Nghiên cứu GP nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Kinh tế quốc dân”, ThS. Phạm Đức Cường, 2019.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 12/7/2020; ngày phản biện đánh giá: 18/9/2020; ngày chấp nhận đăng: 12/10/2020)