

# LỰA CHỌN VÀ ỨNG DỤNG BIỆN PHÁP NÂNG CAO HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO CỦA VIÊN CHỨC, NGƯỜI LAO ĐỘNG BAN ĐẦU TƯ VÀ XÂY DỰNG 307 – BAN QUAN LÝ LÀNG VĂN HÓA – DU LỊCH CÁC DÂN TỘC VIỆT NAM

**ThS. Phạm Hải Yến<sup>1</sup>**

**Tóm tắt:** Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy, chúng tôi đã lựa chọn các biện pháp phù hợp với thực tế để nâng cao hoạt động Thể dục thể thao và ứng dụng tại Ban Đầu tư và Xây dựng 307, Ban quản lý Làng Văn hóa-Du lịch các dân tộc Việt Nam. Đồng thời đánh giá mức độ phù hợp, tính khả thi và hiệu quả các biện pháp đã lựa chọn

**Từ khóa:** Biện pháp, hoạt động thể dục thể thao, Ban đầu tư và xây dựng 307, Ban quản lý, Làng Văn hóa – Du lịch các dân tộc Việt Nam.

**Summary:** Selecting appropriate measures to improve physical education and sports activities and their application at the Investment and Construction Board 307, the Management Board of the Cultural and Tourism Village of Vietnamese Ethnic Groups. At the same time, evaluating the suitability, feasibility, and effectiveness of the selected measures.

**Keywords:** Measures, physical education and sports activities, Investment and Construction Board 307, Management Board, Cultural and Tourism Village of Vietnamese Ethnic Groups.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong xã hội hiện đại, công việc văn phòng ngày càng phổ biến và cũng từ đó, “hội chứng bệnh văn phòng” xuất hiện ngày càng nhiều. Đây là hội chứng bệnh có tính kinh niên, kéo dài cả đời, nếu không biết cách chăm sóc thích hợp có thể đưa đến những biến chứng ảnh hưởng nặng nề đến sức khỏe viên chức, người lao động, giảm hiệu suất lao động.

Để giảm thiểu tình trạng trên hàng năm ban lãnh đạo Làng VH - DL (VH - DL) các dân tộc Việt Nam, Ban Đầu tư và Xây dựng (ĐT & XD) 307 đều tổ chức nhiều hoạt động thể dục thể thao (TDTT) quần chúng bổ ích giúp viên chức người lao động có điều kiện tập luyện duy trì và nâng cao sức khỏe. Tuy nhiên, trên thực tế vẫn còn những khó khăn nhất định như công tác chỉ đạo, quản lý nâng cao hoạt động TDTT quần chúng tại cơ quan, đơn vị. Không ít viên chức tập luyện chủ yếu là tự phát, nhiều môn thể thao không có hướng dẫn viên TDTT, cơ sở vật chất (CSVC) và kinh phí cho hoạt động TDTT còn chưa thật sự dồi dào. Chính điều đó chưa tạo được một phong trào rèn luyện thân thể trong cơ quan đơn vị, việc duy trì và nâng cao thể lực của viên chức, người lao động ít nhiều bị ảnh hưởng.

Ở Việt Nam, các công trình nghiên cứu nâng cao hoạt động TDTT cho viên chức, người lao động trong các đơn vị sự nghiệp công lập còn nhiều hạn chế, chủ yếu nghiên cứu nhiều ở các đối tượng là

học sinh, sinh viên, trong hệ thống giáo dục quốc dân. Đã có một số tác giả quan tâm nghiên cứu như: Bùi Minh Tân (2015), Bùi Thị Hiền Thanh (2015), Phan Quốc Chiến (2013)..., các tác giả chỉ đề cập đến nghiên cứu nhằm nâng cao hiệu quả và một số yếu tố biện pháp cơ bản để phát triển phong trào TDTT quần chúng,... Tuy nhiên, chưa có công trình nào nghiên cứu nâng cao hoạt động TDTT cho viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam.

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn tọa đàm; quan sát sự phạm; kiểm tra sự phạm; phân tích SWOT; thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Cơ sở đề xuất và lựa chọn các biện pháp

#### Cơ sở lý luận:

Để phát triển phong trào TDTT quần chúng, cần đảm bảo các điều kiện về cơ chế, chính sách; về sự quan tâm chỉ đạo của các cấp Đảng, chính quyền; về đội ngũ huấn luyện viên, hướng dẫn viên TDTT; về mở rộng các loại hình câu lạc bộ (CLB) TDTT, đa dạng hình thức tập luyện TDTT; về CSVC, dụng cụ tập luyện; về công tác tuyên truyền ... từ đó, động viên, khuyến khích đông đảo công nhân viên chức, người lao động tham gia tập luyện, nâng cao sức khỏe và thể lực, đáp ứng yêu cầu lao động sản xuất.

**Bảng 1. Lựa chọn các biện pháp nâng cao hoạt động TDTT của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam (n = 31)**

TT	Tên giải pháp	Ưu tiên 1	Ưu tiên 2	Ưu tiên 3	$\sum$ điểm	Tỷ lệ (%)
1	<b>Tăng cường sự lãnh đạo của cấp ủy Đảng, chính quyền Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam đối với công tác TDTT.</b>	21	7	3	80	87.91
2	Nâng cao hiệu quả phối hợp của các cấp, ban ngành trong công tác chăm sóc sức khỏe và phát triển phong trào TDTT cho viên chức, người lao động.	10	14	7	65	71.43
3	<b>Tăng cường tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho viên chức, người lao động về công tác TDTT.</b>	27	3	1	88	96.70
4	<b>Xây dựng các CLB TDTT quần chúng phù hợp với nhu cầu và điều kiện của Ban ĐT&amp;XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam.</b>	18	10	3	77	84.62
5	Nâng cao số lượng và chất lượng đội ngũ hướng dẫn viên TDTT tại các CLB	13	7	11	65	69.9
6	<b>Xây dựng hệ thống thi đấu TDTT nội bộ trong các ban thuộc Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam.</b>	23	6	2	83	91.21
7	Xây dựng một số bài tập thể lực cơ bản để nâng cao thể lực cho viên chức, người lao động Ban ĐT&XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam	12	9	10	64	70.33
8	<b>Tăng cường CSVC, khai thác tốt CSVC hiện có.</b>	22	8	2	84	92.31
9	Tăng cường công tác xã hội hóa TDTT trong nhà máy.	13	6	12	63	69.23

### **Cơ sở pháp lý:**

Luật TDTT được Quốc hội khóa XI thông qua tại kỳ họp thứ 10 ngày 29 tháng 11 năm 2006, Nghị định số 112/2007/NĐ-CP ngày 26 tháng 6 năm 2007 của Chính phủ quy định chi tiết và hướng dẫn thi hành một số điều của Luật TDTT.

Quyết định số 1879/QĐ-BVHTTDL ngày 23 tháng 05 năm 2012 về việc ban hành Kế hoạch tổ chức cuộc vận động “Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại giai đoạn 2012-2020”

### **Cơ sở thực tiễn:**

Nhằm mục đích tìm hiểu cơ sở thực tiễn của các biện pháp đã lựa chọn, luận án đã tiến hành phỏng vấn bằng phiếu, đối tượng phỏng vấn của chúng tôi là 31 nhà khoa học TDTT, cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các nhà chuyên môn hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý TDTT tại trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Ban ĐT&XD 307, Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam. Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ ưu tiên của các biện pháp nâng cao hoạt động TDTT cho viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam. Kết

quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả nghiên cứu tại bảng 1 cho thấy: Đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 05 biện pháp (in đậm tại bảng 1) để nâng cao hoạt động TDTT cho viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam. 03 biện pháp còn lại có số ý kiến lựa chọn thấp nên chúng tôi loại bỏ, không sử dụng.

### **2.2. Xây dựng nội dung các biện pháp**

Căn cứ vào thực trạng cơ cấu tổ chức, thực tiễn phong trào TDTT, các điều kiện về CSVC... của Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam, chúng tôi tiến hành xây dựng nội dung các biện pháp cụ thể như sau:

**Biện pháp 1: Tăng cường sự lãnh đạo của cấp ủy Đảng, chính quyền Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam đối với công tác TDTT**

**Mục đích:** Nâng cao sự lãnh đạo của Đảng, chính quyền đối với công tác TDTT cơ quan.

**Nội dung, cách thức thực hiện:**

Trong kế hoạch cũng như báo cáo tổng kết công tác hàng năm của Đảng ủy, kế hoạch công tác năm

của ban giám đốc phải có nội dung lãnh đạo công tác TDTT trong viên chức, người lao động của cơ quan và có nhiệm vụ, yêu cầu và tổ chức thực hiện.

Nghị quyết lãnh đạo hàng tháng của Đảng ủy, chi ủy cần có nội dung lãnh đạo công tác TDTT.

Các ban đưa công tác TDTT của viên chức, người lao động là một nhiệm vụ của đơn vị trong kế hoạch năm, quý.

**Đánh giá:** Đánh giá qua 2 nội dung:

Công tác TDTT có đưa vào kế hoạch hay không? Mức độ cụ thể như thế nào?

Đánh giá cả viên chức, người lao động về sự quan tâm lãnh đạo công tác TDTT của lãnh đạo cơ quan.

**Biện pháp 2: Tăng cường tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho viên chức, người lao động về công tác TDTT**

**Mục đích:** Mục đích của biện pháp này là làm cho viên chức, người lao động hiểu được vai trò, vị trí của TDTT cũng như biết các hình thức, phương pháp tập luyện TDTT đối với người có sức khỏe yếu, người trung niên và phụ nữ.

**Nội dung, cách thức thực hiện:**

Các đơn vị và đoàn thể (công đoàn, đoàn thanh niên) có trách nhiệm tuyên truyền cho viên chức, người lao động về vị trí, vai trò của công tác TDTT, vận động các đối tượng trong đơn vị tham gia tập luyện TDTT trên các phương tiện thông tin đại chúng như loa phát thanh của cơ quan cũng như trong các buổi họp, sinh hoạt, hoạt động có liên quan;

Công đoàn, đoàn thanh niên có trách nhiệm:

Phối hợp với các đơn vị liên quan phổ biến rộng rãi nghị quyết, kế hoạch của các cấp ủy Đảng, chính quyền về công tác TDTT.

Xây dựng kế hoạch tuyên truyền cụ thể hàng năm, quý, tháng, tuần có sự phê duyệt của cấp có thẩm quyền.

Xây dựng nội dung và tổ chức tuyên truyền về vai trò, vị trí của TDTT; về hình thức phương pháp tập luyện TDTT đối với người có sức khỏe yếu, người trung niên và phụ nữ trên hệ thống loa phát thanh cũng như trong các buổi họp, sinh hoạt, hoạt động có liên quan.

Vận động các đơn vị và đoàn thể (công đoàn, đoàn thanh niên) cùng tham gia tuyên truyền cho viên chức, người lao động về vị trí, vai trò của công tác TDTT.

**Đánh giá:** Nhận thức của viên chức, người lao động về công tác TDTT.

**Biện pháp 3: Xây dựng các CLB TDTT quần**

**chúng phù hợp với nhu cầu và điều kiện của Ban DT&XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

**Mục đích:** Hình thành các CLB TDTT có tổ chức nhằm hướng dẫn, tổ chức tập luyện và thi đấu TDTT.

**Nội dung, cách thức thực hiện:**

Việc thành lập các CLB cần xây dựng và ban hành Quy chế hoạt động của CLB, trong đó quy định rõ ràng về: Cơ cấu tổ chức của CLB, ban chủ nhiệm CLB, đối tượng tham gia, địa điểm, kinh phí đóng góp, hình thức, nội dung hoạt động ...

CLB có nhiệm vụ thường xuyên tổ chức các hoạt động tập luyện và giao lưu thi đấu với các CLB khác, mời những người có trình độ chuyên môn cao hướng dẫn tập luyện để nâng cao kỹ, chiến thuật để thu hút đông đảo viên chức, người lao động tham gia ....

CLB cũng là một tổ chức cùng thực hiện công tác xã hội hóa TDTT như: vận động tài trợ trang thiết bị, dụng cụ tập luyện; kinh phí và các cá nhân tham gia công tác Hướng dẫn viên cũng như tổ chức các giải đấu TDTT phong trào.

Tiến hành xây dựng dự thảo Quy chế hoạt động của CLB.

Vận động những cá nhân yêu thích, có nguyện vọng tham gia gia nhập CLB, bầu ban Chủ nhiệm và các tiểu ban: Chuyên môn- kỹ thuật; Tài chính - vận động tài trợ và các tiểu ban khác nếu hội viên thấy cần thiết đề xuất và được hội nghị thành viên CLB thông qua.

Tổ chức hội nghị bầu Ban chủ nhiệm và các tiểu ban.

Ban chủ nhiệm CLB hoàn thiện hồ sơ đề nghị Ban giám đốc Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam ra quyết định công nhận.

Xây dựng kế hoạch hoạt động của CLB.

Vận động các thành viên và các nhà tài trợ tài trợ kinh phí, CSVC và nhân lực cho hoạt động của CLB.

**Đánh giá:**

Số lượng CLB được thành lập và đi vào hoạt động.

Số lượng người tham gia CLB.

Kinh phí, trang thiết bị, nhân lực do xã hội hóa TDTT mang lại.

**Biện pháp 4: Xây dựng hệ thống thi đấu TDTT nội bộ các ban thuộc Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

**Mục đích:** Xây dựng hệ thống thi đấu thể thao

hàng năm, tổ chức và thu hút đông đảo viên chức, người lao động tham gia tập luyện, thi đấu. Tạo không khí cạnh tranh, thi đua lành mạnh trong cơ quan.

#### **Nội dung, cách thức thực hiện:**

Đề xuất Đảng ủy, Ban giám đốc về xây dựng hệ thống thi đấu thể thao hàng năm của cơ quan, các ban.

Hệ thống thi đấu thể thao hàng năm của cơ quan từ cấp ban, và các giải đấu của toàn cơ quan.

Trước mắt, hệ thống thi đấu thể thao nội bộ của ban gồm những môn có số lượng viên chức, người lao động yêu thích, tham gia tập luyện đông đảo như Tennis, Cầu lông, Bóng bàn, Bóng đá...

#### **Đánh giá:**

Số giải đấu được tổ chức, tham gia.

Số lượng viên chức, người lao động tham gia thi đấu.

#### **Biện pháp 5: Tăng cường CSVC, khai thác tốt CSVC hiện có cho TDTT**

**Mục đích:** Nâng cao hiệu quả khai thác các công trình TDTT, đảm bảo điều kiện về sân bãi, dụng cụ cho hoạt động TDTT của cơ quan.

#### **Nội dung, cách thức thực hiện:**

Đề nghị Đảng ủy, Ban giám đốc có kế hoạch xây dựng, mua sắm trang thiết bị, dụng cụ cho hoạt động TDTT của cơ quan.

Xây dựng kế hoạch khai thác các sân bãi, trang thiết bị TDTT hiện có.

#### **Đánh giá:**

Số lượng sân bãi, trang thiết bị, dụng cụ được xây, mua mới.

### **2.3. Tổ chức thực nghiệm & đánh giá kết quả thực nghiệm**

Sự lãnh đạo công tác TDTT của lãnh đạo ban Đầu tư xây dựng 307 và BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam.

Để làm rõ hơn vấn đề này, chúng tôi tiến hành phỏng vấn cán bộ quản lý và viên chức, người lao động.

Qua thời gian thực nghiệm, số lượng viên chức, người lao động cho rằng lãnh đạo Ban và BQL rất quan tâm tới công tác TDTT đã tăng lên, chiếm 33.3%. Ngược lại, chỉ còn 6.7% cho rằng lãnh đạo Ban và BQL chưa quan tâm tới công tác TDTT.

Qua so sánh bằng chỉ số  $\chi^2$  cho thấy,  $\chi^2$  tính = 9.79 >  $\chi^2$  ở  $d_f=2$ ,  $p=0.05$ .

Sự tăng trưởng về CLB, người tập TDTT tại Ban ĐT & XD 307 và BQL Làng VH - DL các dân tộc

Việt Nam.

Số lượng CLB TDTT tăng 40% từ 4 CLB lên 6 CLB thể thao, cụ thể thêm CLB Bóng chuyền hơi và CLB Chạy việt dã.

Số người tham gia các CLB tăng từ 97 người năm 2020 lên 136 người năm 2021 tương đương 18.174%.

Số lượng môn có Hướng dẫn viên TDTT tăng 10.5%.

Số người tập TDTT thường xuyên và số gia đình thể thao

Tỷ lệ viên chức, người lao động tập luyện TDTT thường xuyên năm 2021 là 63.64%; Tỷ lệ viên chức, người lao động không tập luyện TDTT giảm còn chiếm 9.1%.

Tỷ lệ gia đình thể thao của viên chức, người lao động tăng từ 36.36% năm 2020 lên 54.55% năm 2021.

Qua so sánh bằng chỉ số  $\chi^2$  ở nội dung phỏng vấn *Mức độ tập luyện TDTT* đạt giá trị 16.67 >  $\chi^2$  tại  $d_f=2$  ở ngưỡng xác suất  $P=0.05$ .

Nội dung phỏng vấn *Tỷ lệ thành viên gia đình*  $\chi^2$  đạt giá trị 14.86 >  $\chi^2$  tại  $df=1$  ngưỡng xác suất  $P=0.05$ .

Tăng trưởng về nhận thức, động cơ tập luyện Thể dục thể thao của viên chức Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam

Tỷ lệ số người tập luyện TDTT do yêu thích tăng từ 27.3% lên 45.5% năm 2021; Do nhận thấy tác dụng của tập luyện TDTT 45.4% lên 54.5% năm 2021. Số tập luyện do thời gian rảnh dỗi hay bạn bè lôi kéo đều giảm một cách tối đa.

Qua so sánh bằng chỉ số  $\chi^2$  tính đạt giá trị 13.52 >  $\chi^2$  tại  $d_f=3$  ở ngưỡng xác suất  $P=0.05$ .

So sánh thể lực chung của viên chức Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam trước và sau thực nghiệm.

Căn cứ vào điều kiện thực tiễn của đơn vị, chúng tôi đã sử dụng 05/07 test đánh giá thể lực chung trong đề tài khoa học cấp Bộ: “**Điều tra thể chất và xây dựng hệ thống tiêu chuẩn thể lực chung người Việt Nam**” do GS.TS. Dương Nghiệp Chí làm chủ nhiệm. Các test bao gồm: *Nằm ngửa gập bụng (lần/30giây)*; *Chạy 30m xuất phát cao (giây)*; *Chạy con thoi 4x10m (giây)*; *Bật xa tại chỗ (cm)*; *Chạy tùy sức 5 phút (m)*.

Thời điểm kiểm tra: cuối tháng 10/2021.

Kết quả kiểm tra và so sánh kết quả kiểm tra thể lực trước và sau thực nghiệm của viên chức Ban ĐT

**Bảng 2. Kết quả và so sánh kết quả kiểm tra trước và sau thực nghiệm Nằm ngửa gập bụng (Số lần/30 giây) của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

TT	Độ tuổi	Nam							Nữ						
		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$			
1	33-34	13	3.16	15	2.14	14.29	3.02	<0.05	9	3.64	11	1.32	20.00	1.14	>0.05
2	39-40	12	4.36	14	3.26	15.38	3.14	<0.05	9	3.78	11	2.09	20.00	3.29	<0.05
3	41-45	11	4.28	14	2.67	24.00	2.42	<0.05	-	-	-	-	-	-	-
4	46-50	-	-	-	-	-	-	-	8	3.52	10	1.21	22.22	3.56	<0.05
5	51-55	11	3.21	13	0	16.67	3.27	<0.05	-	-	-	-	-	-	-

**Bảng 3. Kết quả và so sánh kết quả kiểm tra trước và sau thực nghiệm Bật xa tại chỗ (cm) của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

TT	Độ tuổi	Nam							Nữ						
		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$			
1	33-34	181	23.5	187	14.4	3.26	3.49	<0.05	140	23.56	145	17.9	3.51	3.14	<0.05
2	39-40	180	20.6	186	16.3	3.28	3.15	<0.05	136	19.23	141	14.2	3.61	2.09	>0.05
3	41-45	179	23.7	185	13.6	3.30	2.98	<0.05	-	-	-	-	-	-	-
4	46-50	-	-	-	-	-	-	<0.05	119	22.7	123	16.7	3.31	2.21	>0.05
5	51-55	169	24.3	172	15.8	1.76	2.13	<0.05	-	-	-	-	-	-	-

**Bảng 4. Kết quả và so sánh kết quả kiểm tra trước và sau thực nghiệm Chạy 30m xuất phát cao (giây) của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

TT	Độ tuổi	Nam							Nữ						
		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$			
1	33-34	5.86	0.89	5.21	0.45	11.74	2.12	>0.05	6.92	1.12	6.32	1.42	9.06	1.68	>0.05
2	39-40	6.72	1.03	5.96	1.21	11.99	3.09	<0.05	7.85	1.08	6.97	1.33	11.88	3.63	<0.05
3	41-45	6.41	1.23	5.98	1.43	6.94	2.18	>0.05	-	-	-	-	-	-	-
4	46-50	-	-	-	-	-	-	-	8.04	1.21	7.31	1.52	9.51	3.02	<0.05
5	51-55	6.62	1.05	6.05	1.12	9.00	2.98	<0.05	-	-	-	-	-	-	-

& XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam trước và sau thực nghiệm tại các bảng 2 đến bảng 6.

Kết quả nghiên cứu từ bảng 2 đến bảng 6 cho thấy, sau thời gian thực nghiệm thể lực chung của viên chức Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam đạt được tốt hơn so với trước thực nghiệm, sự khác biệt ở nhiều test ở nhiều lứa

tuổi có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất  $P < 0.05$ . Kết quả nghiên cứu này khẳng định tính hợp lý của các biện pháp lựa chọn và ứng dụng trên đối tượng nghiên cứu đã phát huy hiệu quả tích cực, thể lực chung của viên chức Ban ĐT & XD 307, BQL Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam được cải thiện đáng kể so với trước thực nghiệm.

### 3. KẾT LUẬN

**Bảng 5. Kết quả và so sánh kết quả kiểm tra trước và sau thực nghiệm Chạy con thoi 4x10m (giây) của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

TT	Độ tuổi	Nam						Nữ							
		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$			
1	33-34	12.89	1.45	11.52	1.36	11.22	2.97	<0.05	14.84	1.54	13.21	1.52	11.62	<b>3.43</b>	<0.05
2	39-40	13.21	1.27	11.94	1.25	10.10	3.12	>0.05	15.32	1.35	13.67	1.36	11.38	2.65	>0.05
3	41-45	13.56	1.45	12.07	1.67	11.63	3.29	<0.05	-	-	-	-	-	-	-
4	46-50	-	-	-	-	-	-	-	15.89	1.64	14.65	1.44	8.12	3.18	<0.05
5	51-55	14.78	1.53	13.22	1.48	11.14	1.76	>0.05	-	-	-	-	-	-	-

**Bảng 6. Kết quả và so sánh kết quả kiểm tra trước và sau thực nghiệm Chạy tùy sức 5 phút (m) của viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam**

TT	Độ tuổi	Nam						Nữ							
		Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		w	t	p
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$				$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$			
1	33-34	766	115.4	792	132.3	3.34	3.36	<0.05	650	101.3	692	124.3	6.26	4.01	>0.05
2	39-40	708	143.1	781	153.4	9.81	2.14	>0.05	621	121.3	664	104.5	6.69	3.14	>0.05
3	41-45	711	103.2	765	132.4	7.32	3.05	<0.05	-	-	-	-	-	-	-
4	46-50	-	-	-	-	-	-	>0.05	605	121.3	646	109.7	6.55	3.54	>0.05
5	51-55	698	115.4	732	122.5	4.76	4.76	<0.05	-	-	-	-	-	-	-

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 biện pháp nâng cao hoạt động TĐTT cho viên chức, người lao động của Ban ĐT & XD 307, Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam.

Bước đầu ứng dụng các biện pháp trên đối tượng nghiên cứu đã thể phát triển hoạt động TĐTT cho viên chức, người lao động của Ban ĐT & XD 307 qua các nội dung đánh giá sự quan tâm của các cấp lãnh đạo; phong trào TĐTT; thể lực; động cơ tập luyện của viên chức, người lao động.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam (2009), *Quyết định số 147/2009/QĐ-LVH* ngày 23 tháng 7 năm 2009 của Trưởng Ban Quản lý Làng VH - DL các dân tộc Việt Nam về Vị trí, chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và cơ cấu tổ chức của Ban ĐT & XD 307.

2. Phạm Đình Bẩm, *Quản lý Thể dục Thể thao*,

Nxb TĐTT, Hà Nội.

3. Bộ Chính trị (2011), *Nghị quyết số 08-NQ/TW của Bộ Chính trị ngày 01 tháng 12 năm 2011 về việc tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TĐTT đến năm 2020.*

4. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2009), *Thông tư số 02/2009/TT-BVHTTDL, về việc hướng dẫn việc tổ chức và đánh giá phong trào thể dục thể thao quần chúng tại các địa phương, ngày 17/03/2009.*

**Nguồn bài báo:** Bài báo trích từ kết quả đề tài khoa học công nghệ cấp cơ sở “Nghiên cứu biện pháp nâng cao hoạt động TĐTT cho viên chức, người lao động Ban ĐT & XD 307 – Ban Quản lý Làng Văn hóa – Du lịch các Dân tộc Việt Nam”, TS. Nguyễn Ngọc Khôi và Phạm Thùy Vân, Trường ĐH TĐTT Bắc Ninh, 2021.

**Ngày nhận bài: 10/1/2023; Ngày duyệt đăng: 02/4/2023.**