

BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUẢN LÝ VÀ CÔNG NGHỆ HẢI PHÒNG

TS. Nguyễn Thị Thu Hiền¹; ThS Phạm Thị Hương²

Tóm tắt: Bằng cơ sở lý luận và thực tiễn chúng tôi đã lựa chọn được 6 biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng và ứng dụng 4 biện pháp vào thực nghiệm trong vòng 9 tháng đã cho kết quả khả quan, nhóm thực nghiệm được áp dụng các biện pháp so với nhóm đối chứng được học tập trong điều kiện hiện hành đã có thể lực tốt hơn rõ rệt ($p < 0.001$).

Từ khóa: Biện pháp, chất lượng giáo dục thể chất, sinh viên, Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

Summary: By theoretical and practical basis, we have selected 6 measures to improve the quality of physical education for students of Hai Phong University of Management and Technology and applied 4 measures in practice. within 9 months gave positive results, the experimental group that applied the measures compared with the control group who studied in the current conditions had significantly better physical fitness ($p < 0.001$).

Keywords: Measures, quality of physical education, students, Hai Phong University of Management and Technology

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng (ĐHQH&CNHP) là một trong 20 trường Đại học ngoài công lập được thành lập đầu tiên trên cả nước. Trong những năm gần đây trường ĐHQH&CNHP, với quyết tâm được thể hiện trong Nghị quyết hội nghị cán bộ viên chức, người lao động hàng năm của nhà trường là đào tạo phải lấy chất lượng làm thước đo uy tín.

Giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường thuộc hệ thống giáo dục quốc dân đã chỉ rõ, Thể dục thể thao (TDTT) trường học là một bộ phận quan trọng trong việc thực hiện mục tiêu phát triển con người toàn diện, góp phần nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài để đáp ứng yêu cầu xây dựng và bảo vệ tổ quốc. Tuy nhiên trong quá trình giảng dạy sinh viên học môn GDTC còn thấy bộc lộ một số hạn chế, mâu thuẫn như: nội dung chương trình môn học, công tác quản lý, điều kiện cơ sở vật chất còn hạn chế, phương pháp và nội dung dạy học chưa phù hợp... do vậy chất lượng của môn GDTC chưa đáp ứng được yêu cầu đặt ra. Xuất phát từ lý do trên tôi lựa chọn nghiên cứu biện pháp nâng cao chất lượng môn học GDTC cho sinh viên ĐHQH&CNHP.

Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng để giải quyết vấn đề: phân tích và tổng hợp tài liệu; quan sát sư phạm; kiểm tra sư phạm; thực nghiệm sư phạm; toán học thống kê.

1: Trường Cao đẳng Hải Dương

2: Trường Đại học Quản lý và Công nghệ Hải Phòng

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên ĐHQH&CNHP

Để xác định các biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên ĐHQH&CNHP một cách phù hợp và đem lại hiệu quả chúng tôi tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, các giảng viên trực tiếp giảng dạy GDTC trong và ngoài nhà trường. Tổng số có 30 người tham gia phỏng vấn, kết quả phỏng vấn được xử lý bằng chỉ số X^2 nhằm so sánh mức trả lời “rất cần thiết”, “cần thiết” với mức “không cần thiết” và “cần thiết”. Mục đích phỏng vấn lần này nhằm lựa chọn ra đúng những biện pháp có tính khả thi phù hợp với thực trạng và xu thế phát triển của nhà trường. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Kết quả tại bảng 1 cho thấy có 6/7 biện pháp được xác định là rất cần thiết và cần thiết đạt tỷ lệ hơn 60% ý kiến tán thành trở lên với $X^2 = 16.1-30$ và có ý nghĩa thống kê ($p < 0.001$). Riêng biện pháp thứ 6 được xác định là không cần thiết ($p > 0.001$). Để nâng cao tính khả thi của các biện pháp, chúng tôi chỉ lựa chọn các biện pháp có 60% ý kiến “cần thiết” trở lên. Từ kết quả trên chúng tôi lựa chọn được 6/7 biện pháp là những biện pháp có mật độ tán đồng tập trung cao để ứng dụng nâng cao chất lượng môn GDTC cho sinh viên ĐHQH&CNHP đó là các biện pháp sau:

Biện pháp 1: Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa, tác dụng của

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên ĐHQ&CNHP

TT	Nội dung phỏng vấn	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết		X ²
		n	%	n	%	n	%	
1	Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa, tác dụng của môn GDTC	27	90.00	3	10.00	0	0.00	30
2	Từng bước đổi mới nội dung chương trình và hình thức tổ chức học môn GDTC	29	96.67	1	3.33	0	0.00	30
3	Tăng cường đội ngũ và chất lượng giáo viên	26	86.67	4	13.33	0	0.00	30
4	Tăng cường công tác quản lý	25	83.33	5	16.67	0	0.00	30
5	Trang bị, bổ sung, nâng cấp, cải tạo cơ sở vật chất kỹ thuật, sân bãi phục vụ cho việc giảng dạy và học tập TDDT	27	90.00	3	10.00	0	0.00	30
6	Cải tiến công tác tuyển sinh, giảm số lượng tuyển sinh hàng năm	0	0.00	2	6.67	28	93.33	22.5
7	Khuyến khích sinh viên tham gia tập luyện môn GDTC và tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài nhà trường theo chủ trương xã hội hóa	18	60.00	8	26.67	4	13.33	16.1

môn GDTC.

Biện pháp 2: Từng bước đổi mới nội dung chương trình và hình thức tổ chức học môn GDTC.

Biện pháp 3: Tăng cường đội ngũ và chất lượng giáo viên.

Biện pháp 4: Tăng cường công tác quản lý.

Biện pháp 5: Trang bị, bổ sung, nâng cấp, cải tạo cơ sở vật chất kỹ thuật, sân bãi phục vụ cho việc giảng dạy và học tập TDDT.

Biện pháp 6: Khuyến khích sinh viên tham gia tập luyện môn GDTC và tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài nhà trường theo chủ trương xã hội hóa

2.2. Ứng dụng và kiểm nghiệm các biện pháp vào thực tiễn

2.2.1 Tổ chức thực nghiệm

Việc ứng dụng các biện pháp vào thực nghiệm được tiến hành trong thời gian là 9 tháng (tương ứng với 1 năm học) tại trường ĐHQ&CNHP. Để quá trình thực nghiệm được khách quan chính xác, chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên 124 sinh viên năm thứ nhất chia thành 2 nhóm (nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng mỗi nhóm 62 sinh viên) để tiến hành nghiên cứu. Hai nhóm này có số lượng nam nữ đồng đều. Nhóm đối chứng học chương trình cũ, không áp dụng các biện pháp, nhóm thực nghiệm học theo chương trình cũ và có áp dụng các biện pháp lựa chọn.

Nội dung thực nghiệm cụ thể của nhóm thực

nhệm được tác động của 4 biện pháp: biện pháp thứ nhất, biện pháp thứ tư, biện pháp thứ năm, biện pháp thứ sáu, còn lại 2 biện pháp do ngoài tầm kiểm soát nên không đưa vào.

Biện pháp 1: Bằng nhiều hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa, tác dụng của môn GDTC như: Thông qua giờ học nội khóa, các buổi sinh hoạt hàng tuần, các bản tin thể thao, các buổi sinh hoạt câu lạc bộ (6 buổi), các cuộc hội thảo (2 lần) và thi tìm hiểu về TDDT (3 lần)...kết quả cho thấy tỷ lệ sinh viên nghỉ giờ học nội khóa giảm hẳn xuống và không khí tập luyện trong toàn trường sôi động hơn trước...

Biện pháp 4: Tăng cường công tác quản lý, giám sát sinh viên trong giờ học chính khóa. Khuyến khích sinh viên tập luyện TDDT ngoại khóa (124 sinh viên thường xuyên). Kết quả số sinh viên đủ điều kiện thi cao, không có sinh viên nào không đủ điều kiện thi, thu hút được nhiều sinh viên tham gia tập luyện ngoài giờ (sinh viên ngoài nhóm thực nghiệm).

Biện pháp 5: Trang bị, bổ sung, nâng cấp, cải tạo cơ sở vật chất kỹ thuật, sân bãi phục vụ cho việc giảng dạy và học tập TDDT cụ thể đã tiến hành xây dựng mới một sân bóng chuyền và 2 sân cầu lông ở khu ký túc xá của sinh viên. Cải tạo quy hoạch đường chạy, sân bóng đá, bóng rổ. Mua sắm thêm dụng cụ tập luyện và giảng dạy phục vụ môn GDTC. Đề án xây dựng và cải tạo nhà đa năng phục vụ công tác GDTC đã được phê duyệt.

Biện pháp 6: Khuyến khích sinh viên tham gia tập luyện môn GDTC và tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài nhà trường theo chủ trương xã hội hóa:

+ Về việc khuyến khích sinh viên tham gia tập luyện môn thể thao tự chọn: Sau khi triển khai chúng tôi nhận được nhiều danh sách đăng ký tham gia tập luyện với các môn thể thao khác nhau của nhóm sinh viên nhóm thực nghiệm. Trên cơ sở đăng ký này bộ môn TDTT quốc phòng đã xây dựng kế hoạch cử giáo viên hướng dẫn. Phong trào tập luyện và tự tập luyện của sinh viên nhóm thực nghiệm sôi nổi hẳn lên.

+ Về việc tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài nhà trường: Trong quá trình thực nghiệm nhóm thực nghiệm được giao lưu các môn thể thao với các câu lạc bộ trong trường như: cầu lông, bóng đá, bóng chuyền, điền kinh... và được đi giao lưu 2 lần với các câu lạc bộ ngoài nhà trường (1 lần với trường Đại học xây dựng, 1 lần với trường Đại học Giao thông vận tải). Qua các cuộc thi đấu đã tạo nên được sự phấn khởi, hứng thú, yêu thích và tinh thần đoàn kết, sự giao lưu giữa các lớp, các khóa với nhau.

2.2.2 Kết quả thực nghiệm

* So sánh trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm trước thực nghiệm:

Trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm ĐHQH&CNHP trước thực nghiệm được kiểm tra thông qua các test do Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định tại Quyết định số 53/2018/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả được trình bày tại bảng 2 và 3.

Kết quả thu được tại bảng 2 và 3 cho thấy các tiêu chí rèn luyện thân thể của sinh viên nam và nữ của nhóm đối chứng và thực nghiệm trước thực nghiệm tuy có sự khác biệt nhưng không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$. Hay nói cách khác là trình độ thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm tương đương nhau.

* So sánh trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm

- So sánh giá trị trung bình: Sau khi triển khai các biện pháp trong vòng 9 tháng chúng tôi tiến hành kiểm tra các test theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, số liệu thu được trình bày tại bảng 4 và 5.

Qua kết quả tại bảng 4 và 5 cho ta thấy: Sau thực

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

TT	Chỉ số	Nhóm thực nghiệm (n=32)		Nhóm đối chứng (n=32)		t	p
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	26.48	2.555	26.45	2.261	0.05	> 0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	13.00	1.175	12.81	1.685	0.52	> 0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	170.81	8.676	170.03	8.756	3.36	> 0.05
4	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	5.70	0.768	5.60	0.332	0.68	> 0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.27	0.387	12.19	0.316	0.91	> 0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	738.31	33.731	733.28	33.144	0.60	> 0.05

Bảng 3. Kết quả kiểm tra thể lực của nam sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm trước thực nghiệm

TT	Chỉ số	Nhóm thực nghiệm (n=30)		Nhóm đối chứng (n=30)		t	p
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	43.43	5.128	43.36	5.973	0.05	> 0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	20.83	1.319	20.93	1.503	-0.27	> 0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	233.83	21.351	223.8	22.249	1.78	> 0.05
4	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.52	0.3	4.61	0.40	-0.99	> 0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	10.86	0.583	10.97	0.50	-0.78	> 0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	992.43	48.249	999.63	53.996	-0.54	> 0.05

nghiệm, thể lực của nam nữ sinh viên nhóm thực nghiệm đã tăng trưởng rõ rệt ở các chỉ tiêu được kiểm tra, tốt hơn hẳn nhóm đối chứng, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0.05$, ngoại trừ chỉ tiêu

nằm ngửa gập bụng (nữ), lực bóp tay thuận và chạy 5 phút tùy sức (nam) tuy tốt hơn nhưng khác biệt chưa có ý nghĩa thống kê với $p > 0.05$.

- So sánh tự đối chiếu: Kết quả trước và sau thực

Bảng 4. Kết quả kiểm tra thể lực của nữ sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm

TT	Chỉ số	Nhóm thực nghiệm (n=32)		Nhóm đối chứng (n=32)		t	p
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	27.96	3.087	26.37	2.086	2.41	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	13.31	1.775	12.81	1.720	1.14	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	182.81	16.257	171.99	9.444	3.38	< 0.05
4	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	5.29	0.265	5.62	0.346	-4.28	< 0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	11.93	0.361	12.22	0.245	-3.76	< 0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	896.91	57.496	797.34	82.587	5.6	< 0.05

Bảng 5. Kết quả kiểm tra thể lực của nam sinh viên nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm

TT	Chỉ số	Nhóm thực nghiệm (n=30)		Nhóm đối chứng (n=30)		t	p
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	44.77	5.515	44.24	6.868	0.33	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	23.6	2.512	21.83	1.863	3.10	< 0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	248.67	18.578	225.8	19.121	4.70	< 0.05
4	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.11	0.245	4.56	0.332	-5.9	< 0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	10.39	0.548	11.01	0.539	-4.42	< 0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1006.13	48.921	983.7	86.716	1.23	> 0.05

Bảng 6. So sánh thể lực của nam và nữ sinh viên nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm (n=62)

TT	Các test kiểm tra	Giới tính	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		W%	t	p
			\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$			
1.	Lực bóp tay thuận (kg)	Nam	43.36	5.97	44.24	6.87	2.01	0.53	> 0.05
		Nữ	26.45	2.26	26.37	2.09	0.3	-0.15	> 0.05
2.	Nằm ngửa gập bụng (lần)	Nam	20.93	1.50	21.83	1.86	4.21	2.06	< 0.05
		Nữ	12.81	1.68	12.81	1.73	0.54	0.16	> 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	223.8	22.25	225.8	19.12	0.89	0.37	> 0.05
		Nữ	170.03	8.76	171.99	9.44	0.91	0.69	> 0.05
4.	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	Nam	4.61	0.40	4.56	0.33	-1.1	-0.53	> 0.05
		Nữ	5.60	0.33	5.62	0.35	0.36	0.24	> 0.05
5.	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam	10.97	0.50	11.01	0.54	0.36	0.30	> 0.05
		Nữ	12.19	0.32	12.22	0.24	0.25	0.42	> 0.05
6.	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	999.63	53.99	983.7	86.72	-1.61	-0.85	> 0.05
		Nữ	733.28	33.14	797.34	82.59	8.37	4.07	< 0.05

nhận được tổng hợp tại bảng 6.

Kết quả tại bảng 6 cho thấy các chỉ số thể lực trước và sau thực nghiệm của nhóm đối chứng ở đa số các test đều tăng nhưng không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$ ngoại trừ test nằm ngửa gập bụng ở nam và chạy tùy sức 5 phút (m) ở nữ có $p < 0.05$. Như vậy dạy và học bình thường theo các biện pháp hiện hành không có đổi mới các biện pháp tác động, không đảm bảo cho sinh viên trường ĐHQH&CNHP có sự tiến triển bền vững về thể lực. Nhịp tăng trưởng bình quân chỉ đạt ở nam 0.79%, ở nữ 1.79%.

Ở nhóm thực nghiệm kết quả trước và sau thực nghiệm được trình bày tại bảng 7.

Qua kết quả tại bảng 7 cho thấy các chỉ số thể lực trước và sau thực nghiệm của nhóm thực nghiệm đều

tăng với $t_{\text{thực nghiệm}} > t_{\text{đối chứng}}$ ở đa số các test kiểm tra đều có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$, ngoại trừ test lực bóp tay thuận (kg) ở nam và test nằm ngửa gập bụng (lần), chạy tùy sức 5 phút (m) ở nữ ($p > 0.05$). Nhịp tăng trưởng bình quân ở nam là 6.16% và nữ 7.38%.

So sánh về phân loại thể lực:

+ Theo từng chỉ tiêu: Phân loại ở từng test của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm của sinh viên trường ĐHQH&CNHP được trình bày tại bảng 8. Qua kết quả tại bảng 8 ta thấy ở các test nhóm thực nghiệm đạt loại tốt cao hơn hẳn nhóm đối chứng và loại không đạt ở các test của nhóm thực nghiệm gần như không có, chỉ có test lực bóp tay thuận, chạy tùy sức 5 phút có 1/62 chiếm 1.61%, còn nhóm đối chứng loại không đạt ở các test vẫn còn cao chiếm từ 1.60% đến 8.44%.

Bảng 7. So sánh thể lực của nam và nữ sinh viên nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm (n=62)

TT	Các test kiểm tra	Giới tính	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		W%	t	p
			\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$			
1.	Lực bóp tay thuận (kg)	Nam	43.43	5.13	44.77	5.52	3.04	0.97	> 0.05
		Nữ	26.48	2.56	27.96	3.09	5.44	2.09	< 0.05
2.	Nằm ngửa gập bụng (lần)	Nam	20.83	1.32	23.6	2.51	12.47	5.35	< 0.05
		Nữ	13.00	1.17	13.31	1.77	2.36	0.82	> 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	233.83	21.35	248.67	18.58	6.15	2.87	< 0.05
		Nữ	170.81	8.68	182.81	16.26	6.79	3.68	< 0.05
4.	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	Nam	4.52	0.3	4.11	0.24	9.5	-5.8	< 0.05
		Nữ	5.70	0.77	5.29	0.26	7.46	-2.85	< 0.05
5.	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam	10.86	0.58	10.39	0.55	4.42	-3.22	< 0.05
		Nữ	12.27	0.39	11.93	0.36	2.81	-3.63	< 0.05
6.	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	992.43	48.25	1006.13	48.92	1.37	1.09	< 0.05
		Nữ	738.31	33.73	896.91	57.50	19.40	13.46	> 0.05

Bảng 8. So sánh thể lực của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm theo từng chỉ tiêu

Chỉ số	Nhóm thực nghiệm (n=62)						Nhóm đối chứng (n=62)						X ²
	Tốt		Đạt		Không đạt		Tốt		Đạt		Không đạt		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Lực bóp tay thuận (kg)	16	25.8	45	72.58	1	1.60	6	9.67	53	88.48	3	4.83	5.62
Nằm ngửa gập bụng (lần)	13	20.96	49	79.03	0	0.00	3	4.83	55	88.70	4	6.45	10.84
Bật xa tại chỗ (cm)	20	32.25	42	67.74	0	0.00	6	9.67	54	87.09	2	3.22	14.66
Chạy 30 m xuất phát cao (s)	15	24.19	47	75.80	0	0.00	7	11.30	52	83.87	3	4.83	6.16
Chạy con thoi 4x10m (s)	14	22.58	48	77.41	0	0.00	4	6.45	57	91.93	1	1.60	7.34
Chạy tùy sức 5 phút (m)	17	27.41	44	70.96	1	1.60	6	9.67	51	82.25	5	8.06	8.44

Bảng 9. Thể lực chung của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm

Các mức	Nhóm thực nghiệm (n=62)		Nhóm đối chứng (n=62)		So sánh	p
	n	%	n	%	X ²	
≥ Đạt	60	96.77	46	74.19	12.17	<0.001
Chưa đạt	2	3.23	16	25.81		

+ Theo thể lực chung:

Nhìn vào bảng 9 cho thấy thể lực chung của nhóm thực nghiệm đạt 60/62 chiếm 96.77%, còn ở nhóm đối chứng mức độ chưa đạt 46/62 chiếm 74.19%. Điều đó cho thấy sau thực nghiệm thể lực chung của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng với $p < 0.001$.

3. KẾT LUẬN

- Bằng cơ sở lý luận và thực tiễn chúng tôi đã lựa chọn được 6 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường ĐHQL&CNHP đó là:

Biện pháp 1: Đa dạng hóa các hình thức tuyên truyền giáo dục về vai trò, ý nghĩa, tác dụng của môn GDTC.

Biện pháp 2: Từng bước đổi mới nội dung chương trình và hình thức tổ chức học môn GDTC.

Biện pháp 3: Tăng cường đội ngũ và chất lượng giáo viên.

Biện pháp 4: Tăng cường công tác quản lý.

Biện pháp 5: Trang bị, bổ sung, nâng cấp, cải tạo cơ sở vật chất kỹ thuật, sân bãi phục vụ cho việc giảng dạy và học tập TĐTT.

Biện pháp 6: Khuyến khích sinh viên tham gia tập luyện môn GDTC và tăng cường tổ chức thi đấu thể thao trong và ngoài nhà trường theo chủ trương xã hội hóa.

- Do những điều kiện khách quan chúng tôi chỉ ứng dụng 4 biện pháp 1,4,5,6 vào thực nghiệm trong vòng 9 tháng đã cho kết quả khả quan nhóm thực nghiệm được áp dụng các biện pháp so với nhóm đối chứng được học tập trong điều kiện hiện hành đã có thể lực tốt hơn rõ rệt ($p < 0.001$).



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008, Ban hành quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh, sinh viên.
2. Chỉ thị số 17/CT-TW ngày 23/10/2002 của Ban bí thư TW Đảng về phát triển TĐTT đến năm 2010, NXB TĐTT, Hà Nội.
3. Thực trạng thể chất người Việt Nam – Đề tài nghiên cứu cấp ngành do Viện Khoa học TĐTT công bố tháng 8 năm 2021.
4. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2007), Giáo trình đo lường thể thao, NXB TĐTT, Hà Nội.

Nguồn của bài báo: Kết quả của đề tài: “Lựa chọn nghiên cứu biện pháp nâng cao chất lượng môn học GDTC cho sinh viên ĐHQL&CNHP”, Phạm Thị Hương, năm 2020.

Ngày nhận bài: 12/10/2023; Ngày duyệt đăng 5/1/2024