

Lựa chọn và đánh giá một số biện pháp nâng cao chất lượng Giáo dục Thể chất cho sinh viên Trường Đại học Điện lực

Đỗ Bá Thiệp*

*ThS, Bộ môn GDTC/QPAN Trường Đại học Điện lực

Received: 10/05/2024; Accepted: 15/05/2024; Published: 28/05/2024

Abstract: The research process of the project has selected and built 06 groups of measures with specific instructions to organize and manage Physical Education activities to improve the effectiveness of Physical Education for students. Electricity University, specifically including: 1) Raising awareness of the position and role of financial education; 2) Improve teaching methods; 3) Organize and promote extracurricular activities; 4) Renovate and upgrade reasonable facilities, mechanisms and policies; 5) Organize annual competitions; 6) Improve management organization structure. Through testing 5 of the 6 groups of above measures in practice, it has been confirmed that the effectiveness of improving the quality of Physical Education for students of the University of Electricity and Physical Fitness has increased significantly ($p < 0.05$).

Keywords: Choosing measures, improving quality, Physical Education, Electricity University

1. Đặt vấn đề

Trường Đại học Điện lực là trường chuyên ngành Điện hàng đầu Việt Nam, đào tạo đa hệ, đa ngành, liên thông giữa các hệ. Theo xu hướng chung của ngành Giáo dục và Đào tạo trong nhiều năm qua nhà trường đã tiến hành đổi mới hình thức tổ chức, quản lý, phương pháp dạy và học các môn học nói chung và môn học Giáo dục Thể chất nói riêng và đã đạt được những kết quả đáng khích lệ. Tuy nhiên, căn cứ vào điều kiện thực tiễn của nhà trường về yếu tố cơ sở vật chất, nguồn nhân lực,... và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả của các giờ học chính khoá đối với môn học giáo dục thể chất vẫn còn nhiều hạn chế, chỉ đáp ứng được việc tiếp thu kỹ thuật cơ bản, muốn nâng cao được hiệu quả công tác rèn luyện thể chất nói chung và hiệu quả học tập môn học giáo dục thể chất nói riêng, đáp ứng mục tiêu đào tạo hiện nay của nhà trường, đòi hỏi sinh viên có trình độ thể lực tốt và nhận thức toàn diện các môn Thể thao.

Mục đích của nghiên cứu này là thông qua sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản, tin cậy để lựa chọn và đánh giá một số biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Điện lực, kết quả nghiên cứu có ý nghĩa thực tiễn trong việc hoàn thiện chương trình đào tạo hiện hành.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao, giáo dục thể chất thường quy và tin cậy gồm: Phân tích và tổng hợp tài liệu, Phỏng vấn, Thực nghiệm và Kiểm tra Sư phạm, Toán học Thống kê.

2.2. Lựa chọn các biện pháp phù hợp với sinh viên trường Đại học Điện lực

Thông qua tổng hợp, phân tích các tài liệu chuyên môn và điều kiện thực tế tại trường Đại học Điện lực, nghiên cứu lựa chọn 6 nhóm biện pháp với 8 biện pháp cụ thể trong việc nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Điện lực. Các nhóm biện pháp bao gồm:

- 1) Nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC
- 2) Cải tiến phương pháp giảng dạy
- 3) Tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá
- 4) Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất, tạo cơ chế và chính sách hợp lý
- 5) Tổ chức các hoạt động thi thường niên
- 6) Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý giảng dạy.

Để đảm bảo tính khoa học, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn các chuyên gia giáo dục, các nhà chuyên môn, các giảng viên giảng dạy trực tiếp và một số nhà nghiên cứu có cùng hướng nghiên cứu. Số chuyên gia được phỏng vấn = 30. Hình thức phỏng vấn là liên hệ online. Nội dung phỏng vấn là xác định mức độ

ưu tiên ở 3 mức gồm: Mức ưu tiên 1: Rất cần thiết; Mức ưu tiên 2: Cần thiết; Mức ưu tiên 3: Không cần thiết. Quá trình thực hiện phỏng vấn được thực hiện 1 lần trong thời điểm tháng 2/2023. Kết quả thu được như sau:

Bảng 2.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC cho SV T.DHDL (n = 30)

| Các nhóm biện pháp n | Rất cần | | Cần | | Không cần | | | |
|---|--|-------|-----|-------|-----------|-------|---|-------|
| | n | % | n | % | n | % | | |
| 1) Nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC | 25 | 83.33 | 3 | 10.00 | 2 | 6.67 | | |
| 2) Cải tiến phương pháp giảng dạy | 20 | 66.67 | 6 | 20.00 | 4 | 13.33 | | |
| 3) Tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá | Nâng cao chất lượng hoạt động của đội tuyển, đội đại biểu, các lớp tự chọn, nâng cao có GV hướng dẫn | | 23 | 76.67 | 4 | 13.33 | 3 | 10.00 |
| | Tổ chức các loại hình CLB chuyên ngành, CLB sở thích | | 22 | 73.33 | 5 | 16.67 | 3 | 10.00 |
| 4) Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật, tạo cơ chế và chính sách hợp lý | Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật | | 23 | 76.67 | 6 | 20.00 | 1 | 3.33 |
| | Tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng | | 25 | 83.33 | 3 | 10.00 | 2 | 6.67 |
| 5) Tổ chức các hoạt động thi đấu thường niên | 25 | 83.33 | 3 | 10.00 | 2 | 6.67 | | |
| 6) Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý giảng dạy | 24 | 80.00 | 5 | 16.67 | 1 | 3.33 | | |

Từ kết quả bảng 2.1 cho thấy: Tất cả các biện pháp thuộc các nhóm biện pháp mà đề tài đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn $\geq 65.00\%$ ý kiến xếp ở mức độ rất cần thiết. Đồng thời, qua toạ đàm trực tiếp với các đối tượng phỏng vấn cho thấy, các ý kiến trả lời đều cho rằng, để nâng cao hiệu quả của công tác tổ chức, quản lý tập luyện ngoại khoá cho sinh viên trường Đại học Điện lực, cần thiết phải áp dụng đồng thời tất cả các biện pháp trên vào thực tiễn quá trình tổ chức, quản lý tập luyện ngoại khoá tại nhà trường. Các biện pháp này đều được triển khai, ứng dụng đồng thời vào quá trình tổ chức, quản lý phong trào tập luyện nhằm nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Điện lực.

2.3. Ứng dụng và xác định hiệu quả các biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Điện lực

2.3.1. Tổ chức thực nghiệm sư phạm

Việc nghiên cứu ứng dụng các biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất được tiến hành trong thời gian 5 tháng (năm học 2023-2024) tại trường Đại học Điện lực. Do đó đối tượng thực nghiệm sư phạm được đề tài lựa chọn là 187 sinh viên (85 nữ) năm thứ hai đang học tập tại trường

để đảm bảo khách quan trong quá trình so sánh. Các đối tượng này được chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên.

Thời gian tổ chức thực nghiệm sư phạm được tiến hành từ tháng 09/2023 đến tháng 2/2024.

Trước khi tiến hành thực nghiệm sư phạm, nghiên cứu viên tiến hành kiểm tra, đánh giá xếp loại trình độ chuyên môn và trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn riêng của đề tài, từ đó làm căn cứ để so sánh kết quả kiểm tra đánh giá sau thực nghiệm.

Sau khi kết thúc quá trình thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trên đối tượng thực nghiệm ở các nội dung sau:

- Trình độ thể lực chung, từ đó so sánh với kết quả kiểm tra trước thực nghiệm.

- Kết quả đánh giá, xếp loại học tập các môn học giáo dục thể chất ở các nội dung lý thuyết và thực hành, từ đó so sánh với kết quả học tập.

Các đối tượng thực nghiệm này đều được áp dụng các biện pháp tổ

chức, quản lý nhằm nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất mà quá trình nghiên cứu của đề tài đã xây dựng. Do điều kiện nghiên cứu, vì vậy trong quá trình thực nghiệm, nghiên cứu chỉ có thể tiến hành ứng dụng trong thực tiễn 05 nhóm biện pháp sau:

- 1) Nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC
- 2) Cải tiến phương pháp giảng dạy
- 3) Tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá
- 4) Tổ chức các hoạt động thi thường niên
- 6) Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý giảng dạy.

2.3.2. Kết quả thực nghiệm sư phạm

Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm: Trước khi tiến hành thực nghiệm, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu theo các nội dung, tiêu chuẩn, kết quả thu được như sau:

Bảng 2.2. Kết quả kiểm tra trạng thái thể lực trước thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu (n_{nam} = 102; n_{nữ} = 85)

| TT | Nội dung kiểm tra | Giới | Tiêu chuẩn đạt | Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \sigma$) | n _{đạt} | % |
|----|-------------------|------|----------------|---|------------------|-------|
| 1 | Chạy 50 m XPC (s) | Nam | 7.70 | 7.96 \pm 0.93 | 67 | 65.69 |
| | | Nữ | 9.20 | 9.48 \pm 0.74 | 54 | 63.53 |

| | | | | | | |
|---|-------------------------|-----|--------|--------------|----|-------|
| 2 | Chạy 1000 m (s) | Nam | 230.00 | 237.46±23.87 | 55 | 53.92 |
| | Chạy 500 m (s) | Nữ | 155.00 | 157.35±15.69 | 42 | 49.41 |
| 3 | Bật xa không đà (cm) | Nam | 210.00 | 201.15±21.13 | 71 | 69.61 |
| | | Nữ | 155.00 | 153.36±15.70 | 58 | 68.24 |
| 4 | Co tay xà đơn (lần) | Nam | 8.00 | 7.14±0.83 | 65 | 63.73 |
| | Treo tay xà đơn 90° (s) | Nữ | 5.00 | 4.36±0.48 | 43 | 50.59 |

Từ kết quả thu được ở bảng 2.2 cho thấy, số SV có trình độ thể lực ở mức đạt yêu cầu so với tiêu chuẩn thể lực còn thấp (thấp nhất là đánh giá sức bền - chạy 500m nữ chiếm 49.41% số SV đạt yêu cầu; cao nhất là đánh giá sức mạnh tốc độ - bật xa không đà nam chiếm 69.91%).

Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm: Sau khi kết thúc quá trình thực nghiệm, để đánh giá hiệu quả các biện pháp tổ chức, quản lý hoạt động tập luyện TĐTT, nghiên cứu tiến hành kiểm tra đánh giá lại nhóm đối tượng nghiên cứu, kết quả thu được như sau:

Bảng 2.3. Kết quả kiểm tra và so sánh trạng thái thể lực sau thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu ($n_{nam} = 102$; $n_{nữ} = 85$)

| T | Test | Giới tính | Tiêu chuẩn đạt | Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$) | | Sự khác biệt | | Trước TN | | Sau TN | |
|---|----------------------|-----------|----------------|---|--------------|--------------|-------|-----------|-------|-----------|-------|
| | | | | Trước TN | Sau TN | t | P | $n_{đạt}$ | % | $n_{đạt}$ | % |
| 1 | Chạy 50m XPC (s) | Nam | 7.70 | 7.96±0.93 | 7.71±0.62 | 2.226 | <0.05 | 67 | 65.69 | 89 | 87.25 |
| | | Nữ | 9.20 | 9.48±9.74 | 6.90±0.56 | 2.439 | <0.05 | 54 | 63.53 | 76 | 89.41 |
| 2 | Chạy 1000m (s) | Nam | 230.00 | 237.46±23.87 | 231.13±18.61 | 2.111 | <0.05 | 55 | 53.92 | 77 | 75.49 |
| | | Nữ | 155.00 | 157.35±15.69 | 152.88±12.31 | 2.067 | <0.05 | 42 | 49.41 | 64 | 75.29 |
| 3 | Bật xa không đà (cm) | Nam | 210.00 | 201.15±21.13 | 206.75±16.64 | 2.102 | <0.05 | 71 | 69.61 | 93 | 91.18 |
| | | Nữ | 155.00 | 153.36±15.70 | 157.52±9.53 | 2.089 | <0.05 | 58 | 68.24 | 80 | 94.12 |
| 4 | Co tay xà đơn (lần) | Nam | 8.00 | 7.14±0.83 | 7.36±0.59 | 2.178 | <0.05 | 65 | 63.73 | 87 | 85.29 |
| | | Nữ | 5.00 | 4.36±0.48 | 4.49±0.28 | 2.101 | <0.05 | 43 | 50.59 | 65 | 76.47 |

Từ kết quả thu được ở bảng 2.3 cho thấy: Về kết quả kiểm tra thể lực sau thực nghiệm, thể lực của SV đã có sự khác biệt rõ rệt ($t_{tính} > t_{bảng} = 1.960$ tại $p < 0.05$), đồng thời tỷ lệ SV đạt yêu cầu ở các nội dung kiểm tra cũng cao hơn so với trước thực nghiệm.

Khi xem xét đến kết quả đánh giá xếp loại tiêu chuẩn thể lực cũng cho thấy, tỷ lệ SV đạt các mức khá và đạt yêu cầu đều cao hơn so với thời điểm trước thực nghiệm (32.56 so với 26.33% ở mức khá, 43.16 so với 33.14% ở mức đạt yêu cầu).

Như vậy, từ các kết quả thu được ở trên có thể nhận thấy rằng, các biện pháp tổ chức, quản lý hoạt động tập luyện TĐTT ngoại khoá mà quá trình nghiên cứu của nghiên cứu lựa chọn và xây dựng đã tỏ rõ tính hiệu quả trong việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV T.ĐHĐL.

3. Kết luận

Quá trình nghiên cứu của đề tài đã lựa chọn và xây dựng được 06 nhóm biện pháp với những chỉ dẫn cụ thể để tổ chức, quản lý hoạt động GDTC nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV T.ĐHĐL, cụ thể gồm: 1) Nâng cao nhận thức về vị trí và vai trò của công tác GDTC; 2) Cải tiến phương pháp giảng dạy; 3) Tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá; 4) Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất, tạo cơ chế và chính sách hợp lý; 5) Tổ chức các hoạt động thi thường niên; 6) Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý giảng dạy. Qua kiểm nghiệm 5 trong 6 nhóm biện pháp trên trong thực tiễn đã khẳng định được tính hiệu quả nâng cao chất lượng GDTC cho SV T.ĐHĐL và thể lực mức đạt tăng đáng kể ($p < 0.05$).

Tài liệu tham khảo

- Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Giáo trình phương pháp NCKH TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- Nguyễn Toán - Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- Phạm Ngọc Viễn (1991), *Tâm lý học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- Nguyễn Khắc Anh Vũ (1997), *Nghiên cứu sự biến đổi khả năng hoạt động thể lực và tình trạng sức khoẻ của SV Đại học không chuyên TĐTT*, Luận văn Thạc sĩ GD học, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
- . Gozolin.M (1986), *Học thuyết huấn luyện*, Dịch: Bùi Thế Hiển, Nxb TĐTT, Hà Nội,
- . Lê Bửu, Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Hiệp (1983), *Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, Sở TĐTT thành phố Hồ Chí Minh