

# Đánh giá hiệu quả các giờ tập luyện ngoại khóa thể dục thể thao của sinh viên Học viện An ninh Nhân dân trong năm học 2023-2024

Lã Trọng Nghĩa\*

\*ThS. Khoa QS, VT-TDĐT Học viện An ninh Nhân dân

Received: 01/9/2024; Accepted: 6/9/2024; Published: 12/9/2024

**Abstract:** 3 groups of criteria were identified to evaluate the effectiveness of extracurricular physical education and sports activities of students at People's Security Academy in the 2023-2024 school year, including: Group of criteria to meet school physical education and sports; group of criteria to meet required goals; group of criteria to meet individual needs.

Extracurricular physical education and sports activities of People's Security Academy students in the 2023-2024 school year compared to before have had positive changes that have been proven and brought about effectiveness, including: 1) The physical performance of students who participated in extracurricular activities was better than those who did not participate in extracurricular physical education and sports at  $p < 0.05$ ; 2) The rate of students who were attracted and switched to participating in extracurricular activities such as experimental group increased by 9.78%; 3) The number of students participating in sports teams increased by 2.20%; 4) Extracurricular activities in physical education and sports have met personal needs with  $t = 2.55 \rightarrow 6.80$  at  $p < 0.05$ ; 6) Awareness of the role and positivity of students in participating in personal extracurricular activities in physical education and sports has been higher than in the previous school year.

**Keywords:** Effective, extracurricular, Sports, People's Security Academy, 2023-2024.

## 1. Đặt vấn đề

Đánh giá chương trình môn học là một công tác quan trọng trong việc xác định rõ ràng hiệu quả và các vấn đề tồn tại của chương trình đó trong thực tiễn hoạt động giáo dục. Chính vì vậy, việc đánh giá phải được chú trọng tiến hành trong từng quá trình và cũng cần phải bao phủ toàn bộ các nội dung giáo dục, mục tiêu, nội dung, kiến thức, phương pháp dạy học, tài liệu giảng dạy và kết quả học, tập luyện môn học. Đối với các môn học Giáo dục Thể chất, ngoại khóa thể thao là một trong các nội dung học tập quan trọng, có ý nghĩa quan trọng trong việc nâng cao năng lực vận động thể thao và thể lực của người học. Thêm vào đó, để đảm bảo kết quả đánh giá khách quan chương trình môn học cần có bộ công cụ thống nhất, đảm bảo mục tiêu đào tạo, đảm bảo chất lượng đào tạo, đảm bảo hiệu quả hiệu suất đào tạo.

Xuất phát từ thực tiễn đó, nghiên cứu này xác định mục tiêu là đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa (TLNK) Thể dục Thể thao (TDĐT) cho sinh viên (SV) học tại Học viện An ninh Nhân dân (HVANND) trong năm học 2023-2024. Kết quả đánh giá có ý nghĩa quan trọng trong việc xem xét,

hoàn thiện chương trình giảng dạy môn Giáo dục Thể chất hiện hành và đảm bảo các mục tiêu đào tạo tổng thể của đơn vị.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu, đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn; Quan sát sư phạm; Kiểm tra sư phạm; Thực nghiệm sư phạm và Toán học thống kê.

### 2.2. Xác định các tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả TLNK TDĐT năm 2023-2024 cho SV HVANND

Để lựa chọn được tiêu chuẩn phù hợp làm công cụ, thước đo đánh giá hiệu quả chương trình TLNK TDĐT cho SV HVANND. Thông qua quá trình đọc, phân tích và tổng hợp các tài liệu chuyên môn, nghiên cứu xác định được 8 tiêu chuẩn có tính khả thi cao, có tính phù hợp với đặc điểm công tác Giáo dục Thể chất tại HVANND và đặc điểm thể chất của SV học tại HVANND thời điểm hiện tại. Nhằm đảm bảo các tiêu chuẩn trên phù hợp nhất đối với đối tượng nghiên cứu thực tiễn, nghiên cứu tiến hành khảo sát và phỏng vấn chuyên gia nhằm đảm bảo giá trị lợi

ích liên quan đến trình độ, nhận thức và kinh nghiệm thực tiễn của các chuyên gia xác định các tiêu chuẩn phù hợp với nghiên cứu và đối tượng, nhóm chuyên gia được xác định gồm các Huấn luyện viên Thể thao, giảng viên môn Giáo dục Thể chất tại HVANND và đã lựa chọn được 8/8 tiêu chuẩn đạt tổng điểm tối đa 92.38→100%. Kết quả được mô tả cụ thể ở bảng 2.1.

**Bảng 2.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả TLNK TDTT năm 2023-2024 cho SV HVANND (n=35)**

T	Nội dung	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết		Σ điểm	%
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
<b>Mục tiêu Giáo dục Thể chất trường học</b>									
1	Phát triển thể lực	27	81	8	16	0	0	97	92.38
2	Phát triển phong trào TDTT ngoại khóa	32	96	3	6	0	0	102	97.14
3	Phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu thể thao	30	90	5	10	0	0	100	95.24
<b>Chuẩn đầu ra môn học Giáo dục Thể chất</b>									
1	Thông qua các nội dung kiểm tra đánh giá môn học	35	105	0	0	0	0	105	100
<b>Nhu cầu cá nhân</b>									
1	Đáp ứng nhu cầu vận động	35	105	0	0	0	0	105	100
2	Tăng tính tự tin cá nhân	35	105	0	0	0	0	105	100
3	Mở rộng giao lưu	32	96	3	6	0	0	102	97.14
4	Giáo dục đạo đức, quy tắc thể thao	33	99	2	4	0	0	103	98.10

**2.3. Đánh giá hiệu quả TLNK TDTT về thể lực trước năm 2023-2024 của SV HVANND**

Trước năm học 2023-2024: Nghiên cứu tiến hành kiểm tra 2 tiêu chuẩn về thực trạng thể lực và hiệu quả giáo dục đạo đức, các tiêu chuẩn còn lại sẽ được tiến hành kiểm tra đánh giá sau khi kết thúc thực nghiệm.

**Bảng 2.2. Kết quả kiểm tra thể lực của nhóm đối chứng (NĐC) và nhóm thực nghiệm (NTN) ở thời điểm trước năm học 2023-2024 (Σ<sub>n</sub>=124)**

Đối tượng/Test	NTN	Cv	NĐC	Cv	t	p
SV nam (n <sub>NTN</sub> =n <sub>NĐC</sub> =32)	Bật xa tại chỗ (cm)	197.96 ±10.3	5.2	200.96 ±8.57	4.26	1.55 >0.05
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	974.38 ±87.42	8.97	996.69 ±88.9	8.92	1.24 >0.05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	14.12 ±1.26	8.92	14.32 ±1.36	9.47	0.77 >0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.73 ±1.03	6.52	15.46 ±0.97	6.25	1.33 >0.05
SV nữ (n <sub>NTN</sub> =n <sub>NĐC</sub> =30)	Bật xa tại chỗ (cm)	143.93 ±13.32	9.26	147.23 ±7.3	4.96	1.44 >0.05

SV nữ (n <sub>NTN</sub> =n <sub>NĐC</sub> =30)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	807 ±63	8	814 ±77	9	0.47	>0.05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	14.61 ±1.12	7.68	14.48 ±0.95	6.56	0.61	>0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	13.52 ±1.23	9.09	13.73 ±1.13	8.22	0.81	>0.05

Kết quả bảng 2.2 cho thấy: Ở thời điểm trước năm học 2023-2024, ở cả SV nam và nữ ở tất cả các chỉ tiêu kiểm tra ở cả 2 nhóm đều có hệ số Cv≤10% và t<sub>tính</sub> đều không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (p>0.05).

**2.4. Đánh giá hiệu quả TLNK TDTT trong năm 2023-2024 của SV HVANND**

Sau năm học 2023-2024, nghiên cứu tiến hành kiểm tra đánh giá hiệu quả hoạt động ngoại khóa tự nguyện của SV thông qua các tiêu chuẩn đã được lựa chọn. Kết quả ở bảng 2.3.

**Bảng 2.3. Kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của SV 2 nhóm nghiên cứu sau năm học 2023-2024**

Test đánh giá thể lực	NTN	NĐC	t	p	
SV nam (n <sub>NTN</sub> =31, n <sub>NĐC</sub> =32)	Bật xa tại chỗ (cm)	207.04±7.04	203.37±10.02	2.04	<0.05
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1052.24±77.12	1013.42±77.75	2.42	<0.05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.00±1.18	13.45±0.74	2.17	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.63±1.54	16.89±1.70	2.18	<0.05
SV nữ (n <sub>NTN</sub> =31, n <sub>NĐC</sub> =30)	Bật xa tại chỗ (cm)	156.30±7.17	150.60±11.98	2.64	<0.05
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	905.48±82.33	865.76±99.24	2.00	<0.05
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.31±0.96	14.01±1.03	3.27	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.02±1.28	14.36±1.58	2.09	<0.05

Qua bảng 2.3 cho thấy: Sau 1 năm, kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của SV cho thấy NTN có TLNK TDTT với NĐC không tham gia tập ngoại khóa TDTT đã có sự khác biệt tại p<0.05.

Để đánh giá mức độ tham gia ngoại khóa TDTT của SV, nghiên cứu đã khảo sát và so sánh số lượng SV tham gia trước và trong năm học 2023-2024 của tổng số SV tại HVANND đang học môn Giáo dục Thể chất. Kết quả ở bảng 2.4.

**Bảng 2.4. Số lượng SV tham gia tập luyện thường xuyên của trước và trong năm học 2023-2024**

Đối tượng	Số SV tập luyện thường xuyên			
	Năm 2023-2024	Trước	Mức tăng	%
NTN	91	92	1	1,09
NĐC	83	92	9	9,78
Σ	174	184	10	10,87

Qua bảng 2.4 cho thấy: Sau 1 năm học thực nghiệm, số lượng SV tham gia tập ở NĐC cao hơn NTN 9.78%, điều đó cho thấy sự hấp dẫn, tính, hiệu quả của các hoạt động ngoại khóa mới trong năm 2023-2024 đã thu hút nhiều SV hơn ở NĐC sang các hoạt động của NTN.

Thông qua khảo sát thực tế về việc phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu TDTT thu được cho thấy, số lượng SV được tham dự các giải thi đấu TDTT các cấp tăng lên đáng kể (NTN tăng 8.79%, NĐC tăng 6.02%), số SV tham gia các đội tuyển TDTT ở NTN tăng thêm 2.20%. Như vậy có thể nhận thấy, trong năm học 2023-2024 các kế hoạch ngoại khóa môn TDTT cho SV HVANND đã có hiệu quả trong việc phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao của môn TDTT.

Để đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu cá nhân, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn SV đã và đang học môn Giáo dục Thể chất theo chương trình hiện hành tại HVANND, cụ thể đối tượng phỏng vấn gồm 174 SV học môn Giáo dục Thể chất năm học 2023-2024. Nhóm đối tượng tham gia phỏng vấn được thông báo các vấn đề cụ thể liên quan đến nghiên cứu, sau đó tiến hành phát phiếu phỏng vấn trực tiếp thông qua các buổi lên lớp trực tiếp của tác giả nghiên cứu và một số đồng nghiệp. Quá trình thực hiện phỏng vấn được quan sát và điều chỉnh cũng như tư vấn giải thích nhằm đảm bảo nhận thức của đối tượng phỏng vấn đúng với vấn đề nghiên cứu đưa ra và cần giải quyết. Nghiên cứu sử dụng thang đo likert 5 mức độ: Mức 1: Rất đồng ý (5 điểm); Mức 2: Đồng ý (4 điểm); Mức 3: Trung bình (3 điểm); Mức 4: Không đồng ý (2 điểm); Mức 5: Rất không đồng ý (1 điểm). Kết quả thu được như sau:

Bảng 2.5. Kết quả khảo sát đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu cá nhân

T	T	Nội dung	NĐC (n=83)			NTN (n=91)			t
			Min	Max	Điểm TB	Min	Max	Điểm TB	
1		Thỏa mãn nhu cầu vận động	2	5	4.23	3	5	4.57	3.45
2		Phát huy truyền thống gia đình, quê hương	2	5	4.27	3	5	4.45	4.30
3		Thể hiện sự tự tin	2	5	3.67	3	5	4.09	3.70
4		Mở rộng mối quan hệ giao lưu với bạn bè	1	5	3.73	2	5	4.15	2.70
5		Được giáo dục về đạo đức, tinh thần Thể thao	1	5	3.25	2	5	4.23	6.80
6		Ý kiến khác	1	5	2.89	1	3	2.65	2.55

Qua bảng 2.5 cho thấy: Kết quả phỏng vấn SV ở NTN có đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu cá

nhân cao hơn NĐC và không có ý kiến khác. Như vậy hoạt động TLNK TDTT năm 2023-2024 của SV HVANND đã thu hút nhiều SV so với trước.

Để làm rõ hơn quan điểm từ cán bộ giảng dạy và quản lý, nghiên cứu tiến hành tọa đàm tham dò ý kiến, kết quả thu được cho thấy các giảng viên tham gia ngoại khóa TDTT cho SV tại HVANND đánh giá cao hơn về tính tích cực, nhu cầu và số lượng tham gia so với năm học trước.

### 3. Kết luận

Xác định được 3 nhóm tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả hoạt động TLNK TDTT của SV tại HVANND năm học 2023-2024 gồm: Nhóm tiêu chuẩn đáp ứng TDTT trường học; nhóm tiêu chuẩn đáp ứng mục tiêu yêu cầu cần đạt; nhóm tiêu chuẩn đáp ứng nhu cầu cá nhân.

Hoạt động TLNK TDTT của SV HVANND năm học 2023-2024 so với trước đã có những thay đổi theo hướng tích cực được chứng minh và mang lại hiệu quả gồm: 1) Thành tích thể lực của NTN có tham gia ngoại khóa tốt hơn NĐC không tham gia ngoại khóa TDTT tại  $p < 0.05$ ; 2) Tỷ lệ NĐC bị hấp dẫn và chuyển sang tham gia hoạt động ngoại khóa như NTN tăng 9.78%; 3) số SV tham gia các đội tuyển TDTT ở đã tăng thêm 2.20%; 4) Hoạt động ngoại khóa TDTT đã đáp ứng nhu cầu cá nhân với  $t_{\text{tính}} = 2.55 \rightarrow 6.80$  tại  $p < 0.05$ ; 6) Nhận thức về vai trò và tính tích cực của SV trong việc tham gia ngoại khóa cá nhân về TDTT đã cao hơn so với năm học trước.

### Tài liệu tham khảo

- [1]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT Quy định về kiểm tra đánh giá thể lực HS, SV, Hà Nội.*
- [2]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2011), *Thông tư số 58/2011/TT-BGDĐT ngày 12/12/2011 về Quy chế đánh giá xếp loại học sinh THCS, THPT, Hà Nội.*
- [3]. Lê Khánh Bằng (1993), *Tổ chức quá trình dạy học đại học*, NXB ĐH Quốc gia Hà Nội.
- [4]. Phạm Đình Bâm, Đặng Đình Minh (1998), *Giáo trình quản lý TDTT (dùng cho SV ĐH TDTT)*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [5]. Hoàng Công Dân (2001), *Nghiên cứu cải tiến tiêu chuẩn đánh giá thể lực SV Đại học Mỏ - Địa chất cơ sở nhóm nghề đặc thù*, Tuyển tập nghiên cứu khoa học Giáo dục Thể chất và sức khỏe trong nhà.
- [6]. Nguyễn Đại Dương và Cộng sự (1999), *Nghiên cứu diễn biến thể lực chung của SV Khoa học TDTT*, NXB Hà Nội.