

Giải pháp nâng cao tính tích cực trong hoạt động ngoại khóa các môn thể thao của sinh viên khoa Giáo dục thể chất Trường Đại học Quảng Nam

Dương Thị Mỹ Ngọc*

*ThS. Trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng

Received: 02/6/2023; Accepted: 12/6/2023; Published: 22/6/2023

Abstract: Using scientific research methods to assess the current situation of extracurricular sports activities of students of Quang Nam University, through the status of extracurricular sports activities of students. From there, 7 solutions were selected to improve the positivity in extracurricular activities and sports for students of Quang Nam University.

Keywords: Student; public education, positivity; extracurricular activities; sport.

1. Đặt vấn đề

Hoạt động ngoại khóa (HĐNK) đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển phong trào TĐTT. HĐNK có ảnh hưởng tích cực, thu hút sinh viên (SV) tham gia với niềm ham mê, tự nguyện, thực sự phát huy được tính sáng tạo, tích cực học tập đồng thời hình thành được các kỹ năng cần thiết trong học tập, trong cuộc sống cho SV.

Tính tích cực trong HĐNK rất quan trọng vì vậy, cần có phương pháp hợp lý để thúc đẩy và phát huy vai trò của tính tích cực trong SV.

Đề tài sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp phỏng vấn; phương pháp thực nghiệm sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Thực trạng về hoạt động thể thao ngoại khóa của Trường Đại học Quảng Nam.

2.1.1. Thực trạng cơ sở vật chất, trang thiết bị kỹ thuật phục vụ công tác GDTC của Trường Đại học Quảng Nam.

Bảng 2.1. Thực trạng cơ sở vật chất, trang thiết bị kỹ thuật phục vụ công tác GDTC của Trường Đại học Quảng Nam.

TT	Sân bãi - dụng cụ	Số lượng		Chất lượng
		2020	2021	
1	Sân bóng đá (sân lớn)	1	1	Sân cỏ nhân tạo, có khai thác dịch vụ
2	Sân bóng chuyền	1	2	Sân bê tông
3	Sân cầu lông	2	3	2 mặt thảm + 1 mặt bê tông
4	Bể bơi	1	1	Bể 50m

5	Sân bóng rổ	1	2	Mặt bê tông
6	Đường chạy	2	3	Đường nhựa
7	Dụng cụ nhảy cao	2	4	Nệm
8	Hố nhảy xa	3	4	Cát
9	Xà kép - xà lệch	5	5	Sắt

Kết quả bảng 2.1 cho thấy CSVC sân bãi dụng cụ tập luyện của nhà trường tuy đã có đầu tư và tăng về số lượng nhưng chưa đáp ứng được nhu cầu học tập và rèn luyện, giải trí của SV.

Diện tích đất, công trình thể thao phục vụ cho tập luyện ngoại khóa còn hạn chế. Mật độ giảng dạy cao, dẫn đến sân bãi dụng cụ không đáp ứng đủ. Vì vậy việc đổi mới và cải tiến phương pháp giảng dạy dựa trên cơ sở vật chất hiện có của nhà trường là rất cần thiết.

Nhìn chung qua khảo sát chúng ta có thể thấy rằng chất lượng CSVC phục vụ cho công tác GDTC của nhà trường còn một số hạn chế nên phần nào đã gây ra ảnh hưởng tới chất lượng GDTC chung của nhà trường.

2.1.2. Thực trạng về động cơ, nhu cầu tập luyện TĐTT của sinh viên Trường Đại học Quảng Nam.

Để đánh giá thực trạng nhu cầu tập luyện TĐTT của sinh viên Trường Đại học Quảng Nam, đề tài tiến hành điều tra 231 SV năm thứ nhất và năm thứ hai (trong đó có 117 SV nữ và 114 sinh viên nam) của Nhà trường về nhu cầu tập luyện TĐTT, động cơ tập luyện, các môn thể thao yêu thích, nhu cầu tham gia các câu lạc bộ thể thao và đánh giá về những yếu tố ảnh hưởng tới việc tham gia tập luyện TĐTT của sinh viên. Kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 2.2.

Bảng 2.2. Thực trạng động cơ, nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khoá của sinh viên Trường Đại học Quảng Nam (n=231)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Bạn có muốn tham gia tập luyện TDTT không?		
	- Có nhu cầu tham gia tập luyện	157	67.97%
	- Ít có nhu cầu tham gia tập luyện	58	25.11%
	- Không có nhu cầu tham gia tập luyện	16	6.93%
2	Bạn tham gia tập luyện TDTT có thường xuyên không?		
	- Thường xuyên (từ 3 buổi/tuần trở lên)	35	15.15%
	- Không thường xuyên (từ 1 đến 2 buổi/tuần)	64	27.71%
	- Thỉnh thoảng (1 tới 2 buổi/ tháng)	132	57.14%
3	Động cơ tập luyện TDTT của bạn là gì?		
	- Do yêu thích TDTT	85	36.80%
	- Do nhận thức được tác dụng của TDTT tới sức khỏe	42	18.18%
	- Do theo bạn bè	16	6.93%
	- Do bắt buộc phải học môn thể dục	88	38.10%
4	Bạn muốn tham gia tập luyện môn thể thao ngoại khóa gì?		
	Cầu lông	32	13.85%
	Bóng đá	96	41.56%
	Điền kinh	22	9.52%
	Bóng chuyền	38	16.45%
	Bóng rổ	34	14.72%
	Thể dục, thể hình	32	13.85%
	Cờ vua	17	7.36%
	Các môn thể thao khác	28	12.12%
5	Bạn có thích tham gia các câu lạc bộ thể thao không?		
	- Có	107	46.32%
	- Không	124	53.68%
6	Theo bạn, những yếu tố nào ảnh hưởng tới nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên?		
	- Không yêu thích môn thể thao nào	52	22.51%
	- Không có thời gian tập	69	29.87%
	- Không được sự ủng hộ của gia đình, bạn bè	24	10.39%
	- Không đủ sân bãi, dụng cụ tập luyện	47	20.35%
	- Không có giảng viên hướng dẫn	52	22.51%
	- Không nhận thức được tầm quan trọng của tập luyện TDTT tới sức khỏe	43	18.61%
- Các nguyên nhân khác	39	16.88%	

Qua đó cho thấy đa số các sinh viên có nhu cầu tập luyện TDTT, tuy nhiên chưa thường xuyên, chưa tạo thành thói quen tập luyện hàng ngày, hàng tuần. Nhiều sinh viên ý thức được việc tập luyện, nâng cao thể chất, nhưng bên cạnh đó cũng còn khá lớn sinh viên không quan tâm nhiều đến việc chăm sóc sức khỏe, việc học tập, tập luyện chỉ là bắt buộc...

2.1.3. Thực trạng về hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Quảng Nam.

Để đánh giá thực trạng đội ngũ sinh viên tham gia hoạt động TDTT ngoại khóa của Trường Đại học Quảng Nam, đề tài tiến hành phỏng vấn 231 sinh viên về môn thể thao tập luyện ngoại khóa. Kết quả được trình bày ở bảng 2.3.

Bảng 2.3. Thực trạng sinh viên tham gia hoạt động TDTT ngoại khóa của Trường Đại học Quảng Nam (n=231)

TT	Môn	Số sinh viên tham gia tập luyện					
		Nam (n=117)		Nữ (n=114)		Tổng số	
		n	%	n	n	%	n
1	Cầu lông	16	13.68%	23	20.18%	39	16.88%
2	Bóng đá	37	31.62%	10	8.77%	47	20.35%
3	Điền kinh	11	9.40%	14	12.28%	25	10.82%
4	Bóng chuyền	13	11.11%	6	5.26%	19	8.23%
5	Bóng bàn	9	7.69%	7	6.14%	16	6.93%
6	Thể dục	14	11.97%	17	14.91%	31	13.42%
7	Bơi lội	11	9.40%	24	21.05%	35	15.15%
8	Cờ vua	6	5.13%	13	11.40%	19	8.23%

Qua bảng 2.3 cho thấy: sinh viên Trường Đại học Quảng Nam, môn thể thao có tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện nhiều nhất là Bóng đá, Cầu lông, thể dục (thể hình, thẩm mỹ) và điền kinh. Các môn còn lại có tỷ lệ người tham gia tập luyện ít hơn. Tuy nhiên tỷ lệ tập các môn thể thao khác cũng chiếm khá lớn.

Như vậy, các môn thể thao có tỷ lệ sinh viên tập luyện đông nhất trong toàn trường vẫn là các môn Bóng đá, Thể dục, Điền kinh, Cầu lông, sau đó tới các môn như Bóng chuyền, Bóng bàn, Cờ vua.

2.2. Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Quảng Nam.

Căn cứ vào cơ sở lý luận và thực tiễn công tác giảng dạy môn GDTC tại Trường Đại học Quảng Nam, chúng tôi đã tổng hợp được 11 giải pháp có tính khả thi để nâng cao tính tích cực trong hoạt động ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Quảng Nam. Để lựa chọn những giải pháp đem lại hiệu quả cao nhất, phù hợp với điều kiện thực tiễn tại Trường

Đại học Quảng Nam, bằng phương pháp phỏng vấn, chúng tôi đã tham khảo ý kiến các giảng viên môn GDTC có nhiều kinh nghiệm, các nhà quản lý giáo dục tại Trường Đại học Quảng Nam và một số trường Đại học lân cận... kết quả phỏng vấn như sau:

Bảng 2.4. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao tính tích cực trong hoạt động ngoại khóa cho SV Trường Đại học Quảng Nam (n = 23).

TT	Giải pháp	Kết quả phỏng vấn	
		n	%
1	Tăng cường sự hỗ trợ, ủng hộ của Lãnh đạo Nhà trường về GDTC nói chung và ngoại khóa thể thao nói riêng	20	86.96%
2	Nâng cao chất lượng, trình độ chuyên môn cho đội ngũ GV GDTC.	18	78.26%
3	Thường xuyên tổ chức các giải thi đấu thể thao cho sinh viên theo nhiều hình thức	22	95.65%
4	Nâng cao nhận thức về lợi ích, tác dụng của việc thường xuyên tập luyện Thể thao.	20	86.96%
5	Tăng cường hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên	23	100.00%
6	Tăng cường diện tích sân bãi và quy hoạch bố trí sân tập.	21	91.30%
7	Thành lập các đội tuyển, câu lạc bộ thể thao tham dự các giải đấu được tổ chức định kỳ cho SV các trường ĐH	23	100.00%
8	Chia sẻ những sáng kiến kinh nghiệm, nghiên cứu về ngoại khóa thể thao trong trường và với các trường bạn.	18	78.26%
9	Tăng số môn Thể thao tự chọn	22	95.65%
10	Đa dạng hóa nội dung, hình thức các hoạt động ngoại khóa	21	91.30%
11	Tăng cường cơ sở vật chất trang thiết bị phục vụ học tập và hoạt động thể thao	23	100.00%

Qua bảng 2.4, chúng tôi đã lựa chọn được 7 giải pháp được các chuyên gia đánh giá cao về tính khả thi và tính hiệu quả nếu được ứng dụng trong thực tiễn tại Trường Đại học Quảng Nam. Các giải pháp được chọn có số phiếu bình chọn từ 90% ý kiến đồng

ý trở lên, gồm có: 1) Thường xuyên tổ chức các giải thi đấu thể thao cho sinh viên theo nhiều hình thức; 2) Tăng cường hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên; 3) Tăng cường diện tích sân bãi và quy hoạch bố trí sân tập; 4) Thành lập các đội tuyển, câu lạc bộ thể thao tham dự các giải đấu được tổ chức định kỳ cho SV các trường ĐH; 5) Tăng số môn Thể thao tự chọn; 6) Đa dạng hóa nội dung, hình thức các hoạt động ngoại khóa; 7) Tăng cường cơ sở vật chất trang thiết bị phục vụ học tập và hoạt động thể thao.

3. Kết luận

Thực trạng công tác GDTC ở Trường Đại học Quảng Nam còn nhiều tồn tại: cơ sở vật chất, phương tiện phục vụ công tác giảng dạy và học tập môn học GDTC còn chưa đầy đủ; phần lớn sinh viên có cái nhìn chưa đúng về tầm quan trọng của GDTC dẫn đến kết quả học tập chưa tốt; phong trào TDTT của nhà trường cũng còn chưa được quan tâm nhiều. Quá trình nghiên cứu đã chọn lựa được 7 giải pháp nâng cao nâng cao tính tích cực trong hoạt động ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Quảng Nam. Chúng tôi tin tưởng việc ứng dụng 7 phương pháp trên sẽ mang lại hiệu quả cao hơn trong hoạt động ngoại khóa nói riêng và công tác GDTC nói chung cho sinh viên Trường Đại học Quảng Nam.

Tài liệu tham khảo

1. Trần Thị Mỹ An (2021), *Biện pháp nâng cao tính tự giác tích cực trong giờ Thể dục của học sinh trường THPT Thanh Oai B – Hà Nội*.
2. Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Văn Kiên (2010), *Các biện pháp nhằm phát huy tính tích cực của SV trường THPT Yên Khánh B – Ninh Bình trong học tập môn Thể dục*.
4. Thông tư số 08/2021/TT-BGDĐT ngày 18 tháng 3 năm 2021 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy chế đào tạo trình độ Đại học.
5. Lưu Quang Hiệp (1994), *Tập bài giảng sinh lý học TDTT*, Tài liệu dùng cho các học viên cao học TDTT, Hà Nội.
6. Lê Văn Lắm chủ biên và các tác giả (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của học sinh, sinh viên trước thềm thế kỷ 21*, NXB TDTT Hà Nội.
7. Lưu Quang Hiệp, Nguyễn Chung Thủy, Lê Đức Chương, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học thể dục thể thao, SGK dùng cho sinh viên các trường đại học TDTT*, NXB TDTT Hà Nội.
8. Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Giáo trình phương pháp NCKH TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.