

Giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Hải Phòng

Nguyễn Hữu Toán*

*TS.Trường Đại học Hải Phòng

Received: 28/3/2024; Accepted: 8/4/2024; Published: 18/4/2024

Abstract: Vietnam is in the process of industrializing and modernizing the country. The industrialization and modernization of the country requires comprehensive human development, especially health. Therefore, Physical Education and Sports activities in universities receive a lot of attention from school leaders.

However, physical education at Hai Phong University still has many limitations. Finding solutions to improve the quality of learning physical education subjects for students is a necessary requirement. This article studies the current status of physical education and proposes solutions to improve the quality of physical education at Hai Phong University.

Keywords: Current status of extracurricular sports; quality of physical education; maritime students; Physical improvement solutions.

1. Đặt vấn đề

Giáo dục thể chất (GDTC) trong trường đại học là một quá trình sư phạm nhằm bảo vệ, tăng cường sức khỏe, hoàn thiện thể chất, rèn luyện nhân cách và trang bị những kỹ năng vận động cần thiết cho sinh viên. Thể chất và sự phát triển thể chất là một bộ phận quan trọng của giáo dục sức khỏe. Thể chất phát triển theo qui luật tự nhiên và chịu ảnh hưởng rất lớn của giáo dục. Trong đó GDTC đóng vai trò quyết định đến quá trình phát triển thể chất và tăng cường sức khỏe cho con người.

Việt Nam đang trong quá trình thực hiện công nghiệp hoá, hiện đại hoá đất nước. Sự nghiệp công nghiệp hoá hiện đại hoá đất nước đòi hỏi giáo dục phải tạo ra những con người phát triển toàn diện, đặc biệt là sức khỏe. Vì vậy, Giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động Thể dục thể thao (TDTT) trong các trường đại học đã được các cấp lãnh đạo và nhà trường khá quan tâm. Tuy nhiên, công tác GDTC tại Trường Đại học Hải Phòng còn hạn chế. Việc tìm ra các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng học tập môn học GDTC cho sinh viên, là một yêu cầu cần thiết và cấp bách hiện nay nhằm đóng góp chung vào sự phát triển giáo dục thể chất là một việc làm cần thiết. Trên cơ sở nghiên cứu thực trạng công tác GDTC và thể thao ở Trường Đại học Hải Phòng, đề tài tìm ra một số biện pháp nhằm khắc phục những mặt hạn chế và phát huy những mặt tích cực. Từ đó góp phần nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất nói riêng và công tác đào tạo của nhà trường nói chung.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Thực trạng về công tác giáo dục thể chất của nhà trường

a) Thực trạng chung

Công tác giáo dục thể chất được lãnh đạo nhà trường quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới nội dung chương trình giảng dạy, nâng cao trang thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và xây dựng nhiều công trình thể thao hiện đại, đã và đang phục vụ tốt cho công tác giảng dạy nội khóa và hoạt động ngoại khóa...; Tuy nhiên qua khảo sát thực tế cho thấy còn một số hạn chế sau: Nhận thức của sinh viên về vai trò, vị trí và tầm ảnh hưởng của TDTT còn chưa đầy đủ. Nội dung chương trình, kế hoạch giảng dạy GDTC còn chưa đồng bộ, thiếu tính phối hợp giữa các bộ phận chức năng. Phong trào TDTT còn mang tính tự phát. Việc kiểm tra, đánh giá công tác rèn luyện thân thể của sinh viên theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể trong một bộ phận cán bộ nhà trường có lúc còn coi nhẹ, chưa được quan tâm đúng mức nên còn nhiều sinh viên không đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể...

b) Kết quả học tập môn học GDTC của sinh viên

Khảo sát kết quả thi cuối kỳ của sinh viên (bảng 1) cho thấy: : tỷ lệ sinh viên không đạt yêu cầu còn khá cao. Thực trạng trên xuất phát từ nhiều nguyên nhân nhưng một trong những nguyên nhân cơ bản là nhận thức của sinh viên về công tác GDTC và TDTT chưa cao, dẫn đến ý thức kém trong học tập chính khoá và tập luyện ngoại khoá nên kết quả thi cuối kì còn nhiều hạn chế.

Bảng 2.1. Kết quả học tập môn GDTC 2023 - 2024

Khoa học	Giỏi, Khá		Đạt		Không đạt	
	số sv	%	số sv	%	số sv	%
Năm thứ 1 - 372 SV	100	26.8	198	53.2	74	13.8
Năm thứ 2 - 533 SV	165	30.9	279	52.3	89	16.6
Năm thứ 3 - 498 SV	153	30.7	260	52.2	85	17.0

* Nguồn: Kết quả thi cuối kỳ của sinh viên ĐHHP

c) Số sinh viên tham gia tập luyện ngoại khoá TDTT

Qua khảo sát thực tế, lấy số liệu ở phòng Chính trị và công tác học sinh, sinh viên, Đoàn thanh niên. Số lượng sinh viên tham gia tập luyện Thể thao ngoại khoá tại Trường Đại học Hải Phòng trong những năm qua được chúng tôi đánh giá rất thấp, tinh thần thái độ tập luyện không cao. Kết quả được trình bày trình bày tại bảng 2.2

Bảng 2.2. Tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện ngoại khoá Thể thao

TT	Năm	Số lượng SV	Số lượng SV tập luyện TDTT	Tỷ lệ %
1.	2018	7860	528	6.7
2.	2019	7600	537	7.1
3.	2020	8100	553	6.8
4.	2021	9700	574	5.9
5.	2022	9634	590	6.1
6.	2023	10226	611	5.9

* Kết quả nghiên cứu của đề tài cấp cơ sở, tại trường ĐHHP

Qua bảng 2 cho thấy tỷ lệ số sinh viên luyện ngoại khoá TDTT còn rất thấp có xu hướng tăng chậm theo từng năm. Mặc dù vậy, so với tổng số sinh viên hiện có của nhà trường (khoảng trên 10.000 SV) tỉ lệ này chỉ chiếm chưa đến 10%.

Thực trạng này là do những nguyên nhân sau :

- Do nhận thức của sinh viên về công tác TDTT và GDTC còn chưa cao.

- Thiếu các loại hình câu lạc bộ, các hình thức ngoại khoá phù hợp với nhu cầu và điều kiện của trường.

- Thiếu cán bộ giáo viên hướng dẫn ngoại khoá và phát triển phong trào tập luyện cho sinh viên.

d) Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn RLTT năm học 2022-2023

Khảo sát kết quả kiểm tra tiêu chuẩn RLTT của sinh viên 2 khoa KT và khoa Xây dựng (bảng 2.3) cho thấy: Nhìn chung, tỷ lệ sinh viên không đạt tiêu chuẩn RLTT (một nội dung bắt buộc) của sinh viên còn khá cao ở các năm học, ở các test kiểm tra, số sinh viên không đạt tiêu chuẩn RLTT chiếm tỷ lệ từ 27,5% đến 38,1%. Tuy nhiên thực tế kiểm tra cho

thấy, thành tích của sinh viên tăng dần từ năm thứ 1 đến hết năm thứ 2 và lại có xu hướng giảm dần từ năm thứ 3 và năm thứ tư, đặc biệt là các chỉ tiêu sức bền. Điều đó phản ánh một thực tế khách quan rằng: chỉ khi nào sinh viên đang theo học các môn TDTT thì trình độ thể lực được tăng lên và thành tích cũng tăng lên theo.

Bảng 2.3. Kết quả kiểm tra tiêu chuẩn RLTT năm học 2022-2023 tại Trường Đại học Hải Phòng (khoa KT và khoa Xây dựng)

Năm học	Giới tính	Giỏi		Khá		Đạt		Không đạt	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1.	Nam 359 SV	32	8.9	67	18.6	151	42	109	30.3
	Nữ 150 SV	12	8	28	18.7	65	43.3	45	30
2.	Nam 389 SV	31	7.9	72	18.5	160	41.1	126	32.3
	Nữ 109 SV	9	8.2	17	15.5	53	48.6	30	27.5
3.	Nam 432 SV	35	8.1	72	16	160	37	165	38.1
	Nữ 101 SV	11	10.8	16	15.8	42	41.5	32	31.6

2.2. Đề xuất giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Hải Phòng

Để có thể lựa chọn được các giải pháp mang tính khoa học, hợp lí và khả thi, ngoài việc dựa vào cơ sở khoa học và cơ sở thực tiễn, chúng tôi đã tiến hành khảo sát, tham quan một số trường Đại học thuộc khu vực Thành phố Hải Phòng, đồng thời tham khảo các công trình nghiên cứu khoa học về các giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất và thể dục thể thao từ đó chúng tôi đề xuất 5 nhóm giải pháp đó là:

- Tuyên truyền nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò và tác dụng của giáo dục thể chất trong nhà trường;

- Cải tiến phương pháp giảng dạy và kiểm tra, đánh giá kết quả;

- Tăng cường hoạt động ngoại khoá, xây dựng các Câu lạc bộ TDTT;

- Tăng cường và khai thác tối đa cơ sở vật chất phục vụ GDTC;

- Nâng cao trình độ chuyên môn cho cán bộ, giáo viên.

- Thông qua phương pháp phỏng vấn bằng phiếu hỏi những giải pháp đã được đề xuất thì tất cả các nhóm giải pháp mà chúng tôi đề xuất đã được đánh giá tương đối cao ở mức độ ưu tiên 1 (ở mức cần thiết) từ 90 – 100 %.

2.3. Đánh giá kết quả ứng dụng các giải pháp bằng kiểm tra thể lực và tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của sinh viên trường ĐHHP

Sau khi triển khai các nhóm giải pháp mà đề tài lựa chọn đưa vào ứng dụng trong một năm, chúng tôi tiến hành kiểm tra các chỉ số theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể. Kết quả như sau:

a) *Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm trước thực nghiệm (bảng 2.4) cho thấy: Kết quả kiểm tra thể lực ban đầu theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của sinh viên cả nam và nữ của hai nhóm đối chứng và thực nghiệm trước thực nghiệm cho thấy sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$. Hay nói cách khác là trình độ thể lực của hai nhóm trước thực nghiệm là tương đương nhau.*

Bảng 2.4. Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm trước thực nghiệm (kỳ 1, năm học 2023 - 2024)

TT	Nội dung	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
		\bar{X}	$\pm \delta$	\bar{X}	$\pm \delta$	t	P
Nam		n = 35		n = 35			
1.	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.41	0.43	5.49	0.45	0.76	> 0.05
2.	Lực bóp tay thuận (kg)	40.24	2.32	40.88	2.81	1.04	> 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	210.54	17.31	214.62	16.08	1.02	> 0.05
4.	Chạy tuý sức 5 phút (m)	953.76	42.87	966.92	44.75	1.25	> 0.05
Nữ		n = 30		n = 30			
1.	Chạy 30m xuất phát cao (s)	6.43	0.59	6.51	0.57	0.54	> 0.05
2.	Lực bóp tay thuận (kg)	26.32	1.51	26.78	1.55	1.16	> 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	146.89	10.75	152.08	11.08	1.84	> 0.05
4.	Chạy tuý sức 5 phút (m)	887.85	43.66	899.54	44.72	1.02	> 0.05

* Nguồn: Kiểm tra, đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn RLTT hàng năm (Đề tài cấp cơ sở)

b) *Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau thực nghiệm* : Sau khi triển khai các nhóm giải pháp mà đề tài lựa chọn đưa vào ứng dụng trong một năm, chúng tôi tiến hành kiểm tra các chỉ số theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể (bảng 5) cho thấy: Kết quả kiểm tra thể lực của hai nhóm sau thực nghiệm cho kết quả tốt: tất cả các nội dung kiểm tra đều có sự khác biệt có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$. Điều này có thể khẳng định rằng: Thể lực của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng sau thực nghiệm.

Bảng 2.5. Kết quả kiểm tra thể lực của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm sau thực nghiệm (kỳ 1, năm học 2023 - 2024)

TT	Nội dung	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Độ tin cậy	
		\bar{X}	$\pm \delta$	\bar{X}	$\pm \delta$	t	P
Nam		n = 35		n = 35			
1.	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.19	0.42	4.94	0.44	2.43	< 0.05

2.	Lực bóp tay thuận (kg)	41.37	2.85	43.29	2.54	3.01	< 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	215.61	15.77	223.45	15.02	2.13	< 0.05
4.	Chạy tuý sức 5 phút (m)	957.94	54.13	986.23	47.32	2.38	< 0.05
Nữ		n = 30		n = 30			
1.	Chạy 30m xuất phát cao (s)	6.29	0.55	5.94	0.51	2.57	< 0.05
2.	Lực bóp tay thuận (kg)	27.53	1.68	28.94	1.66	3.27	< 0.05
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	157.11	10.82	162.96	10.54	2,12	< 0.05
4.	Chạy tuý sức 5 phút (m)	898.13	46.07	928.04	43.12	2.59	< 0.05

* Nguồn: Kiểm tra, đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn RLTT hàng năm (Đề tài cấp cơ sở)

c) *Đánh giá kết quả chỉ tiêu RLTT và học tập môn GDTC của hai nhóm sau thực nghiệm (bảng 6) cho thấy: sau quá trình thực nghiệm, số sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể và học tập môn GDTC ở các nội dung của nhóm thực nghiệm đều cao hơn hẳn nhóm đối chứng.*

Bảng 2.6. Kết quả xếp loại theo tiêu chuẩn RLTT nhóm thực nghiệm và đối chứng

Nhóm	Giới tính	Tốt		Đạt		Không đạt	
		n	%	n	%	n	%
Thực nghiệm	Nam 35	4	11.4	30	85.7	1	2.8
	Nữ 30	5	16.7	23	76.7	2	6.6
Đối chứng	Nam 35	2	5.7	22	62.8	11	31.4
	Nữ 30	3	10.0	20	66.7	7	23.3

* Nguồn: Đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn RLTT hàng năm (Đề tài cấp cơ sở)

3. Kết luận

Qua nghiên cứu, chúng tôi đã lựa chọn được 5 nhóm giải pháp. Kiểm nghiệm thực tiễn 5 nhóm giải pháp này đã khẳng định được tính hiệu quả hơn hẳn thông qua kết quả đánh giá thể lực và kết quả so sánh tiêu chuẩn rèn luyện thân thể do Bộ GD&ĐT ban hành.

Tài liệu tham khảo

- Bộ Giáo dục và Đào tạo, “Đề án đổi mới Giáo dục Đại học Việt nam giai đoạn từ 2006 đến 2020” .
- Bộ GD&ĐT (2008), Quyết định số 53/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS,SV.
- Tuyển tập nghiên cứu khoa học Giáo dục thể chất, sức khỏe trường học các cấp, Nxb TĐTT, Hà nội (2001).
- Phạm Danh Tôn (1994), Lý luận và phương pháp GDTC (Tài liệu dành cho Cao học).
- Nguyễn Đức Văn (2001), Phương pháp thống kê trong TĐTT, Nxb TĐTT, Hà Nội.