

NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ 2 TRƯỜNG ĐẠI HỌC KIỂM SÁT HÀ NỘI

TS. Nguyễn Ngọc Minh¹; CN. Vương Sỹ Đại²

¹Đại học Quốc gia Hà Nội;

²Trường Đại học Kiểm sát Hà Nội

Tóm tắt: Dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn, cũng như thông qua các phương pháp khoa học đã lựa chọn được 06 biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội. Các biện pháp này bước đầu đã có đầy đủ cơ sở khoa học để kiểm nghiệm khoa học ứng dụng trong thực tiễn.

Từ khóa: Biện pháp, ngoại khóa, Thể dục thể thao, sinh viên Trường Đại học Kiểm sát Hà Nội

Abstract: Based on theoretical and practical basis, as well as through scientific methods, 06 measures have been selected to improve the effectiveness of extracurricular physical training and sports activities for 2nd year students of the University. Hanoi Police. These measures initially have sufficient scientific basis to test applied science in practice.

Keywords: Measures, extracurricular activities, physical training and sports, students of Hanoi Procuracy University

ĐẶT VẤN ĐỀ

Hoạt động TDTT ngoại khóa là một hoạt động mang tính tự nguyện, tự giác và tự quản của sinh viên. Vai trò của giảng viên trong hoạt động này chỉ mang tính tư vấn, định hướng và dẫn dắt sinh viên hoạt động nhằm mục đích giữ gìn và nâng cao sức khỏe. Hoạt động TDTT ngoại khóa nếu không được xây dựng, sắp xếp phù hợp với nhu cầu, nguyện vọng, sở thích và điều kiện của sinh viên mà chỉ dựa vào chủ quan của giảng viên chắc chắn không bền vững. Mặc dù công tác GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa đã được lãnh đạo nhà trường hết sức quan tâm, thể hiện qua việc thường xuyên đổi mới,

nâng cao trang thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và cả đội ngũ giảng viên. Nhà trường đã được đầu tư cải tạo, xây dựng nhiều công trình TDTT mới đã và đang phục vụ tốt cho công tác giảng dạy nội khóa, hoạt động ngoại khóa, phong trào hoạt động thể thao quần chúng và các giải thi đấu thể thao của sinh viên.... Nhưng thực tế công tác TDTT ngoại khóa còn bộc lộ nhiều hạn chế và chưa đáp ứng được yêu cầu mục tiêu GD&ĐT đã đề ra. Vì vậy, nghiên cứu cần tìm ra các biện pháp đồng bộ nhằm hoàn thiện tổ chức hoạt động TDTT, hình thức ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Kiểm sát Hà Nội là một vấn đề có tính cấp thiết. Với mục đích góp phần thực hiện mục tiêu từng bước đẩy mạnh và

nâng cao chất lượng công tác GDTC trường Đại học Kiểm sát Hà Nội đề tài tiến hành nghiên cứu: **“Nghiên cứu biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Kiểm sát Hà Nội”**.

Đối tượng nghiên cứu: Các biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội

Khách thể nghiên cứu: 30 chuyên gia, các cán bộ quản lý, giảng viên GDTC của một số trường đại học khu vực Hà Nội và 366 sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội

Phương pháp nghiên cứu: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp

Qua phân tích thực trạng công tác GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa của trường Đại học Kiểm sát Hà Nội, căn cứ cơ sở lý luận và thực tiễn, qua tham khảo tài liệu, đề tài đã tổng hợp được 8 biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội. Để lựa chọn được các biện pháp có hiệu quả và phù hợp nhất với điều kiện thực tiễn của nhà trường, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 30 Cán bộ quản lý, chuyên gia, giảng viên GDTC của nhà trường và một số trường Đại học khu vực Hà Nội. Phiếu phỏng vấn được đánh giá ở ba cấp độ đó là: Mức 1: Biện pháp rất cần thiết; Mức 2: Biện pháp cần thiết; Mức 3: Biện pháp không cần thiết.

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn, đề tài tiến hành lựa chọn và xây dựng nội dung chi tiết cho các biện pháp đã lựa chọn nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội (n = 30)

TT	Các biện pháp	Rất cần		Cần		Không cần	
		n	%	n	%	n	%
1	Giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của công tác GDTC trong trường học	30	100	0	0	0	0.00
2	Đầu tư mua sắm CSVC, trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho việc dạy - học môn GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa.	26	86.7	3	10	1	3.3
3	Đào tạo, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho giảng viên GDTC.	27	90	1	3.3	1	6.7
4	Tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa có người hướng dẫn	29	96.7	1	3.3	0	0.00

5	Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khoá dưới hình thức câu lạc bộ thể thao và tổ chức các giải thể thao.	27	90	1	3.3	1	6.7
6	Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao sinh viên với cán bộ và giảng viên trong nhà trường	15	50	5	16.7	10	33.3
7	Tổ chức các giải thi đấu trong toàn trường giữa các khóa, các khoa.	27	90	2	6.7	1	3.3
8	Tổ chức thi đấu giải toàn trường vào một số ngày lễ trong năm và ngày thành lập trường	21	70	9	30	0	0.00

Kết quả ở bảng 1 cho thấy: có 6/8 biện pháp được các Cán bộ quản lý, chuyên gia, giảng viên tán thành cao với kết quả phỏng vấn đạt từ 86.7% đến 100% ở mức rất cần. Căn cứ nguyên tắc lựa chọn biện pháp, đề tài lựa chọn các biện pháp có mức độ ưu tiên cao để áp dụng thực nghiệm nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội, các biện pháp bao gồm:

- **Biện pháp 1:** Giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của công tác GDTC trong trường học;

- **Biện pháp 2:** Đầu tư mua sắm CSVC, trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho việc dạy - học môn GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa.

- **Biện pháp 3:** Đào tạo, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho giảng viên GDTC.

- **Biện pháp 4:** Tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa có người hướng dẫn;

- **Biện pháp 5:** Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa dưới hình thức câu lạc bộ thể thao;

- **Biện pháp 6:** Tổ chức các giải thi đấu trong toàn trường giữa các khóa, các khoa;

2. Xây dựng nội dung các biện pháp

Biện pháp 1: Giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của công tác GDTC

trong trường học.

- **Mục đích:** Tuyên truyền nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo nhà trường, các tổ chức đoàn thể và các đơn vị có liên quan đến phong trào TDTT của nhà trường, cũng như tuyên truyền nâng cao ý thức học tập của sinh viên, nhận thức vị trí và vai trò của rèn luyện nâng cao sức khỏe và xây dựng lối sống lành mạnh.

- **Nội dung biện pháp:**

+ Tăng cường sự quan tâm lãnh đạo của các cấp uỷ Đảng, chính quyền, đoàn thể về tầm quan trọng của rèn luyện thể lực, tập luyện TDTT trong nhà trường. Thường xuyên làm tốt công tác giáo dục chính trị tư tưởng cho đội ngũ cán bộ, giảng viên, sinh viên trong nhà trường.

+ Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tác dụng của tập luyện TDTT, các loại hình hoạt động TDTT ngoại khóa, tuyên truyền vận động sinh viên tham gia tập luyện các môn thể thao, mỗi sinh viên chọn cho mình một môn thể thao thích hợp để tập luyện.

+ Phổ biến lợi ích tác dụng của công tác GDTC và TDTT trong trường học tác động đến sự phát triển thể chất, sức khỏe và các kỹ năng vận động cơ bản của sinh viên.

- **Tổ chức thực hiện:**

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC, Công đoàn, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng, khoa phối hợp thực hiện.

Biện pháp 2: Đầu tư mua sắm CSVC, trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho việc dạy - học môn GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa.

- ***Mục đích:*** Tạo môi trường và điều kiện cơ sở vật chất tốt nhất để đáp ứng nhu cầu học tập môn GDTC và tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên.

- ***Nội dung biện pháp:***

+ Tiến hành cải tạo, sửa chữa nâng cấp cơ sở tập luyện: sân bãi, nhà tập, dụng cụ tập luyện... để có thể tận dụng tối đa điều kiện CSVC của nhà trường phục vụ giảng dạy môn GDTC và hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên.

+ Xây dựng phương án sử dụng sân bãi, nhà tập theo từng đối tượng tập luyện, quy chế sử dụng trang thiết bị, dụng cụ tập luyện.

+ Kiến nghị lãnh đạo nhà trường có kế hoạch xây dựng mới, cải tạo, nâng cấp các sân tập luyện TDTT hiện có.

+ Sửa chữa, mua mới trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện môn GDTC, cũng như hoạt động TDTT ngoại khóa đủ về số lượng và đảm bảo về chất lượng.

+ Thường xuyên kiểm tra, sửa chữa hệ thống điện chiếu sáng cho các sân bãi, nhà tập...

+ Tạo điều kiện cho mượn dụng cụ, phương tiện tập luyện, mở nhà tập... để sinh viên có điều kiện tập luyện thoải mái trong các khung giờ khác nhau.

- ***Tổ chức thực hiện:***

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC, Công đoàn, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng, khoa phối hợp thực hiện.

Biện pháp 3: Đào tạo, bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho giảng viên GDTC.

- ***Mục đích:*** Nâng cao trình độ chuyên môn và nghiệp vụ sư phạm cho giảng viên GDTC, giảm tải về thời gian giảng dạy chính khóa. Tạo điều kiện thuận lợi cho giảng viên GDTC tham gia tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa.

- ***Nội dung biện pháp:***

+ Tăng cường công tác giáo dục tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của giảng viên GDTC đối với việc nâng cao chất lượng công tác GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên của nhà trường.

+ Tăng cường sinh hoạt chuyên môn, tổ chức các chuyên đề bồi dưỡng về chuyên môn.

+ Tăng cường công tác quản lý, thanh tra, kiểm tra hồ sơ giảng dạy của giảng viên GDTC như: Chương trình, kế hoạch, giáo án giảng dạy của giảng viên, nâng cao chất lượng giáo án giảng dạy, tăng cường công tác bình giảng, dự giờ...

- ***Tổ chức thực hiện:***

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC phối hợp với các đơn vị chức năng triển khai thực hiện.

Biện pháp 4: Tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa có người hướng dẫn.

- ***Mục đích:*** Tạo sự hứng thú, say mê tập luyện môn thể thao yêu thích của sinh viên, cũng như đẩy mạnh chất lượng, hiệu quả của hoạt động TDTT ngoại khóa trong nhà trường, góp phần nâng cao hiệu quả học tập giờ học GDTC chính khóa, đạt được tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định.

- ***Nội dung biện pháp:***

+ Tăng cường vai trò, trách nhiệm của giảng viên GDTC đối với việc nâng cao chất lượng hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh

viên của nhà trường.

+ Phân công giảng viên GDTC tham gia hướng dẫn chuyên môn ở các câu lạc bộ TDTT ngoại khóa cho sinh viên.

+ Tổ chức hướng dẫn các hoạt động tự tập luyện, rèn luyện thân thể.

+ Tăng cường hướng dẫn các bài tập, các động tác, các kỹ năng trong tập luyện và vận động để hướng dẫn sinh viên tập luyện môn thể thao yêu thích.

- Tổ chức thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC, Công đoàn, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng, khoa phối hợp thực hiện.

Biện pháp 5: Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khoá dưới hình thức câu lạc bộ thể thao.

- **Mục đích:** Nhằm đáp ứng nhu cầu thiết thực của sinh viên, góp phần nâng cao hiệu quả học tập giờ chính khoá, đạt được tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định của ngành, đạt thành tích cao trong thi đấu các môn thể thao tại các giải thi đấu của ngành tổ chức.

- Nội dung biện pháp:

+ Tuyên truyền nâng cao nhận thức về loại hình hoạt động tập luyện, thi đấu các môn thể thao dưới hình thức câu lạc bộ.

+ Bám sát sự chỉ đạo của các cấp uỷ, Ban giám hiệu, thành lập Ban chủ nhiệm câu lạc bộ và các thành viên, có quy chế, chương trình hoạt động cụ thể.

+ Tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khoá, góp phần hoàn thiện các nội dung học tập của giờ học chính khoá môn GDTC và các tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định.

+ Tổ chức xây dựng các câu lạc bộ thể

thao trong toàn trường cho cán bộ, giảng viên và sinh viên theo các khóa, lớp. Câu lạc bộ này do Đoàn thanh niên và Hội sinh viên quản lý vận hành

+ Động viên và ủng hộ các câu lạc bộ tự phát, tập trung nhưng sinh viên ham thích môn thể thao để hoạt động. Các câu lạc bộ nay đều do sinh viên tự thành lập và vận hành hoạt động.

- Tổ chức thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC, Công đoàn, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng, khoa phối hợp thực hiện.

Biện pháp 6: Tổ chức các giải thi đấu trong toàn trường giữa các khóa, các khoa.

- **Mục đích:** Mở rộng và tăng cường các hoạt động thi đấu các môn thể thao cho sinh viên nhằm thu hút, lôi cuốn đông đảo sinh viên tham gia và cổ vũ. Xây dựng các đội tuyển đại biểu tập luyện và thi đấu thường xuyên.

- Nội dung biện pháp:

+ Xây dựng các đội tuyển đại biểu cho các Khoa, Khóa để tập luyện và thi đấu với các đơn vị khác trong nhà trường.

+ Thường xuyên tổ chức các giải thi đấu trong toàn trường giữa các khóa, các khoa như: Bóng bàn, Bóng chuyền, bóng đá nam. Bóng đá nữ, bóng rổ nam, bóng rổ nữ, cầu lông, điền kinh

- Tổ chức thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn GDTC, Công đoàn, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, các phòng, khoa phối hợp thực hiện.

3. Xác định tính cần thiết và tính khả thi

Trên cơ sở các biện pháp nâng cao hiệu

quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội đã được xây dựng, đề tài phỏng vấn các chuyên gia để trưng cầu ý kiến về tính cần

thiết và tính khả thi của các biện pháp. Các ý kiến của chuyên gia được đánh giá theo thang đo Likert 5 bậc. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Kết quả đánh giá biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội (n=30)

TT	Nội dung	Tính cần thiết		Tính khả thi	
		\bar{X}	δ	\bar{X}	δ
1	Mục đích của biện pháp	4.42	0.31	4.52	0.32
2	Nội dung của biện pháp	4.33	0.38	4.34	0.35
3	Tổ chức thực hiện	4.51	0.36	4.38	0.34

Kết quả trưng cầu ý kiến bảng 2 cho thấy, các biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội được các chuyên gia đồng thuận cao, đánh giá theo thang đo Likert đạt từ 4.33 đến 4.52 ở cả tính cần thiết và tính khả thi.

KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 06 biện pháp tán thành cao từ các chuyên gia,

cán bộ quản lý, giảng viên với kết quả phỏng vấn đạt từ 86.7% đến 100% ở mức rất cần thiết, đánh giá theo thang đo Likert đạt từ 4.33 đến 4.52 ở cả tính cần thiết và tính khả thi. Các biện pháp này được ứng dụng vào thực tiễn nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên năm thứ 2 trường Đại học Kiểm sát Hà Nội. Quá trình nghiên cứu cho thấy các biện pháp bước đầu đã có đầy đủ cơ sở khoa học để kiểm nghiệm khoa học ứng dụng trong thực tiễn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Thủ tướng Chính phủ (2016), *Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 phê duyệt Đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025*
- [2]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho HSSV ban hành theo Quyết định số 23/2008/TTBGDDĐT ngày 23/12/2008.*
- [3]. Phạm Khánh Ninh (2001), *Nghiên cứu cải tiến tổ chức và quản lý các hoạt động TDTT ngoại khóa để nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Đại học Mỏ - Địa chất*, Luận văn Thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT I.
- [4]. Nguyễn Duy Quyết, Lê Văn Lãm (2020), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nxb Thể thao và Du lịch, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, NXB TDTT Hà Nội.
- [6]. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 13/4/2023, phản biện ngày 18/5/2023, duyệt đăng ngày 25/5/2023