

ĐỀ XUẤT XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH THỂ THAO NÂNG CAO CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHẠM VĂN ĐỒNG

Nguyễn Ngọc Chung

Trường Đại học Phạm Văn Đồng

Email: NNChung@pdu.edu.vn

Ngày nhận bài: 28/08/2024; Ngày nhận đăng: 04/02/2025

Tóm tắt

Bài viết tập trung đánh giá thực trạng về nội dung chương trình và giờ học môn Giáo dục thể chất của Trường Đại học Phạm Văn Đồng. Từ đó, tác giả nghiên cứu đề xuất thay đổi nội dung và giờ học môn Giáo dục thể chất cho phù hợp với trình độ của từng sinh viên. Nội dung thay đổi gồm: 3 mục tiêu; 9 nội dung chương trình thể thao nâng cao và 29 nội dung chi tiết; 5 nội dung tiêu chí đánh giá năng lực cho người học.

Từ khóa: Chương trình thể thao nâng cao; Giáo dục thể chất; sinh viên

Proposal to build an advanced physical education curriculum for the students of Pham Van Dong University

Nguyen Ngoc Chung

Pham Van Dong University

Received: August 28, 2024; Accepted: February 4, 2025

Abstract

The article focuses on assessing the current status of the contents of the teaching curriculum and the hours of learning physical education at Pham Van Dong University. From which, the author proposed to change the contents and hours of learning physical education to suit each student's learning abilities. The proposed changes include 3 goals, 9 contents of advanced sports program and 29 detailed contents, 5 contents of criteria for assessing students' capacities.

Keywords: advanced sports program; Physical education; students

1. Đặt vấn đề

Chương trình môn học Giáo dục thể chất (GDTC) của Trường Đại học Phạm Văn Đồng gồm 3 học phần (bắt buộc) với thời lượng 90 tiết. Chương trình và các giờ học môn GDTC được xây dựng và tổ chức giảng dạy cho tất cả các sinh viên; chưa có chương trình giảng dạy và các hình thức hoạt động riêng cho các nhóm đối tượng khác nhau. Việc bồi dưỡng cho nhóm Thể thao nâng cao (TTNC) chưa được quan tâm đúng mức. Công tác chuẩn bị các đội tuyển thể thao chỉ được thực hiện trong thời gian ngắn trước giải. Trong các giờ học GDTC, sinh viên nhóm TTNC vẫn phải tập luyện cùng chương trình với các sinh viên khác nên họ không phát huy được hết khả năng của mình trong thi đấu cũng như

vai trò trong các hoạt động thể thao của tập thể. Chính vì vậy xây dựng chương trình TTNC cho sinh viên Trường Đại học Phạm Văn Đồng là vấn đề mang tính cấp thiết.

2. Phương pháp nghiên cứu

Phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng nghiên cứu: Chương trình TTNC cho sinh viên Trường Đại học Phạm Văn Đồng.

3. Kết quả nghiên cứu và thảo luận

3.1. Thực trạng các hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên nhóm TTNC

Để có cái nhìn cụ thể hơn về việc tham gia các hoạt động TTNC và thể thao của sinh viên nhóm TTNC, làm cơ sở thực tiễn cho việc xây dựng chương trình TTNC, tác giả phỏng vấn 220 sinh viên nhóm TTNC (thành viên các đội tuyển thể thao cấp khoa trở lên).

Kết quả phỏng vấn sinh viên nhóm TTNC được tổng hợp ở bảng 1 cho thấy:

Đa số sinh viên nhóm TTNC chưa hài lòng với nội dung và hình thức GDTC. Có đến 62.73% số sinh viên trả lời không hài lòng, 30.45% trả lời bình thường và chỉ có 6.82% cảm thấy hài lòng.

Trong các giờ học GDTC thì đa số sinh viên nhóm TTNC đều dễ dàng thực hiện 88.18% các bài tập nặng, khó; có đến 10.45% đánh giá quá dễ thực hiện; chỉ có 1.73% gắng sức mới hoàn thành.

Nhận định của sinh viên nhóm TTNC về mức độ khó của các nội dung thi và kiểm tra cũng cho kết quả tương tự. Không có sinh viên nào đánh giá các nội dung thi và kiểm tra ở mức khó; 46.36% đánh giá ở mức bình thường; có đến 53.64% đánh giá ở mức độ quá dễ.

Tất cả các sinh viên nhóm TTNC được hỏi đều đăng ký được đúng môn thể thao yêu thích của mình ở các học phần GDTC tự chọn. Tuy nhiên vì phải đăng ký chung với tất cả các sinh viên khác trong khi số lớp học ở mỗi môn tự chọn có hạn nên chỉ có 54.10% số sinh viên nhóm TTNC đăng ký được đúng theo kỳ học và có 45.90% phải đợi đến những kỳ sau. Kết quả này cũng phần nào cho thấy sự đam mê, mong muốn và quyết tâm được tập luyện đúng môn thể thao yêu thích và có năng khiếu của sinh viên nhóm TTNC.

Việc sinh viên nhóm TTNC chưa hài lòng với các nội dung và hình thức GDTC cùng với việc dễ dàng thực hiện các bài tập khó trong các giờ học cũng như bài kiểm tra, phần nào cho thấy quan điểm phân hóa đối tượng người học chưa được vận dụng trong công tác GDTC và thể. Trường chỉ có chương trình GDTC chung cho tất cả sinh viên. Chưa có nội dung, hình thức cũng như yêu cầu riêng cho những nhóm sinh viên đặc biệt như nhóm TTNC.

Bảng 1. Tổng hợp ý kiến việc học GDTC của sinh viên nhóm TTNC (n=220)

TT	Nội dung	Mức độ	Số người	Tỷ lệ
1	Mức độ hài lòng về nội dung và hình thức GDTC	Hài lòng	15	6.82%
		Bình thường	67	30.45%
		Không hài lòng	138	62.73%
2	Việc thực hiện các bài tập	Không thể hoàn thành	0	0%
		Gắng sức mới hoàn thành	3	1.37%

	nặng, khó trong giờ học	Dễ dàng thực hiện	194	88.18%
		Quá dễ thực hiện	23	10.45%
3	Độ khó của các bài kiểm tra và thi	Quá khó	0	0%
		Khó	0	0%
		Bình thường	102	46.36%
		Quá dễ	118	53.64%
4	Đăng ký môn thể thao yêu thích ở học phần tự chọn	Đăng ký được ngay	119	54.10%
		Chờ kỳ sau mới đăng ký được	101	45.90%
		Không đăng ký được, phải học môn khác	0	0%

3.2. Xây dựng chương trình TTNC cho sinh viên Trường Đại học Phạm Văn Đồng

Xác định mục tiêu, nội dung của chương trình TTNC và tiêu chí đánh giá:

- Mục tiêu: Kiến thức, kỹ năng, thái độ.

- Nội dung: Qua nghiên cứu bước đầu xây dựng nội dung giáo dục của chương trình TTNC gồm 9 nội dung cơ bản cùng với 29 nội dung chi tiết kèm theo. Tổng hợp ý kiến đánh giá của cán bộ quản lý (CBQL) tại bảng 2 cho thấy: Các nội dung xây dựng bước đầu nhận được sự tán thành cao với tỷ lệ “đồng ý” từ 83,33% đến 100%; “phân vân” từ 8.33% đến 16.67%; không ai không đồng ý. Kết quả này cho thấy các nội dung bồi dưỡng mà tác giả xây dựng bước đầu đủ cơ sở khoa học để đưa vào chương trình. Đây là nền tảng quan trọng mang tính định hướng để xây dựng chương trình TTNC ở từng môn cụ thể.

Bảng 2. Ý kiến đánh giá của CBQL về nội dung chương trình TTNC (n=12)

TT	Nội dung cơ bản	Nội dung chi tiết	Đồng ý		Phân vân		Không đồng ý	
			SL	%	SL	%	SL	%
1	Kiến thức cơ bản về Lý luận và phương pháp TDDT	Các khái niệm cơ bản về thể dục thể thao;	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Biết sử dụng các phương tiện GDTC trong tập luyện;	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Các phương pháp và nguyên tắc GDTC	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
		Khái niệm về tổ chức thể lực và phương pháp tập luyện	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
2	Kiến thức cơ bản về Y học TDDT	Ảnh hưởng của tập luyện thể thao đến hệ thần kinh, hô hấp, tuần hoàn.	11	91.67%	1	8.33%	0	0%

		Các trạng thái sinh lý của cơ thể trong hoạt động thể dục thể thao (trước, trong, sau vận động).	12	100%	0	0%	0	0%
		Nguyên nhân, biện pháp phòng ngừa và sơ cứu những chấn thương thường gặp, đặc biệt trong hoạt động tập luyện và thi đấu môn TTNC.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
3	Kiến thức cơ bản về môn thể thao nâng cao	Đặc điểm của môn TTNC	12	100%	0	0%	0	0%
		Ý nghĩa, vai trò của môn thể thao với đời sống xã hội	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Sơ lược lịch sử phát triển	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
4	Thế lực chung và thế lực chuyên môn	Phát triển toàn diện thế lực chung theo tiêu chuẩn	12	100%	0	0%	0	0%
		Khắc phục hạn chế và phát huy tối đa thế lực chuyên môn theo sở trường	12	100%	0	0%	0	0%
		Phương pháp tập luyện thế lực	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
5	Kỹ thuật cơ bản của môn TTNC	Ý nghĩa và nguyên lý của các kỹ thuật cơ bản	12	100%	0	0%	0	0%
		Thực hiện tốt kỹ thuật cơ bản	12	100%	0	0%	0	0%
		Thực hiện được một số kỹ thuật khó (nâng cao).	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Biết được các phương pháp tập luyện kỹ thuật cơ bản.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
6	Chiến thuật của môn TTNC	Kiến thức cơ bản về chiến thuật của môn TTNC	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Vận dụng được kỹ thuật trong thực hiện các chiến thuật thi đấu cơ bản.	12	100%	0	0%	0	0%
		Biết lựa chọn các hành động chiến thuật phù hợp trong thi đấu.	11	91.67%	1	8.33%	0	0%

7	Luật thi đấu	Trang bị những hiểu biết cơ bản về luật thi đấu.	12	100%	0	0%	0	0%
		Vận dụng luật giải thích các tình huống trong thực tiễn thi đấu.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
8	Phương pháp trọng tài (cấp độ phong trào)	Hiểu được quyền hạn và nhiệm vụ của trọng tài.	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Sử dụng đúng các ký hiệu và các thiết bị hỗ trợ trọng tài.	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Vận dụng luật trong xử lý những tình huống trong thực tiễn thi đấu.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
9	Công tác tổ chức các hoạt động tập luyện và thi đấu các môn thể thao nâng cao ở các cấp độ phong trào..	Biết xây dựng kế hoạch tập luyện cá nhân và nhóm.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
		Xây dựng điều lệ giải thi đấu	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Biết xếp lịch, tổng hợp kết quả thi đấu	10	83.33%	2	16.67%	0	0%
		Biết chuẩn bị cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện và thi đấu.	10	83.33%	2	16.67%	0	0%

- Tiêu chí đánh giá: Về nội dung kiểm tra đánh giá: Căn cứ vào mục tiêu và nội dung chi tiết, tác giả xây dựng nội dung đánh giá gồm 5 mặt năng lực với các tiêu chí đánh giá cụ thể dưới đây:

Trình độ thể lực chung: Sử dụng 4/6 test gồm: Bật xa tại chỗ (BXTC); Chạy 30m xuất phát cao (XPC); chạy con thoi 4 x 10m; Chạy tùy sức 5 phút (Bộ GD & ĐT, 2008).

Kỹ thuật cơ bản và thể lực chuyên môn: Được xây dựng cụ thể ở từng môn thể thao cụ thể;

Năng lực tổ chức hoạt động tập luyện: Đánh giá thông qua khả năng xây dựng kế hoạch và nội dung tập luyện (theo thang điểm 10);

Năng lực tổ chức thi đấu môn TTNC được đánh giá qua 2 tiêu chí: Khả năng soạn thảo điều lệ các giải thi đấu TTNC (thang điểm 10); Khả năng xếp lịch thi đấu và tổng hợp kết quả thi đấu (thang điểm 10);

Năng lực trọng tài thi đấu môn thể thao nâng cao được đánh giá qua 2 tiêu chí: Khả năng vận dụng luật và xử lý các tình huống nảy sinh (thang điểm 10); Tư thế tác phong điều khiển cuộc thi đấu trên sân (theo thang điểm 10).

Tổng hợp ý kiến đánh giá của các cán bộ quản lý tại bảng 3 cho thấy các tiêu chí đánh giá mà tác giả bước đầu đưa ra đã nhận được sự nhất trí cao với tỷ lệ “đồng ý” từ 91.67% đến 100%; chỉ có 8.33% “phân vân” ở 2 tiêu chí; và không có ai “không đồng ý”.

Các tiêu chí này là cơ sở định hướng cho việc xây dựng các nội dung kiểm tra đánh giá trong chương trình TTNC ở từng môn thể thao.

Bảng 3. Tổng hợp ý kiến của cán bộ quản lý về nội dung kiểm tra đánh giá (n=12)

TT	Nội dung đánh giá	Tiêu chí cụ thể	Đồng ý		Phân vân		Không đồng ý	
			SL	%	SL	%	SL	%
1	Trình độ thể lực chung	Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Sử dụng 4/6 test: BXTC; Chạy 30m XPC; Chạy con thoi 4 x 10m; Chạy 5 phút	12	100%	0	0%	0	0%
2	Kỹ thuật cơ bản và thể lực chuyên môn	Được xây dựng cụ thể ở từng môn thể thao được lựa chọn	12	100%	0	0%	0	0%
3	Năng lực tổ chức hoạt động tập luyện	Đánh giá thông qua khả năng xây dựng kế hoạch và nội dung tập luyện (theo thang điểm 10)	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
4	Năng lực tổ chức hoạt động thi đấu môn TTNC	Khả năng soạn thảo điều lệ các giải thi đấu thể thao (thang điểm 10)	11	91.67%	1	8.33%	0	0%
		Khả năng xếp lịch thi đấu và tổng hợp kết quả thi đấu (điểm 10)	12	100%	0	0%	0	0%
5	Năng lực trọng tài thi đấu TTNC	Khả năng vận dụng luật và xử lý các tình huống nảy sinh (thang điểm 10)	12	100%	0	0%	0	0%
		Tư thế tác phong điều khiển cuộc đấu trên sân (theo thang điểm 10)	12	100%	0	0%	0	0%

Dựa trên những nội dung của chương trình TTNC, tác giả đã xây dựng hai chương trình thí điểm là bóng chuyền nâng cao và bóng đá nâng cao. So với chương trình GDTC hiện hành của nhà trường thì chương trình TTNC tác giả đã xây dựng có nội dung đầy đủ và chuyên sâu rõ rệt.

3.3. Kết quả nghiên cứu

- Chương trình, giờ học môn GDTC áp dụng cho tất cả sinh viên là chưa phù hợp: sinh viên nhóm TTNC vẫn phải tập luyện cùng chương trình với các sinh viên khác nên họ không phát huy được hết khả năng của mình trong thi đấu cũng như vai trò trong các hoạt động thể thao của tập thể.

- Kết quả nghiên cứu:

+ Mục tiêu của chương trình gồm: Kiến thức, kỹ năng, thái độ.

+ Nội dung: 9 nội dung cơ bản và 29 nội dung chi tiết: 1. Kiến thức cơ bản về Lý luận và Phương pháp thể dục thể thao; 2. Kiến thức cơ bản về Y học thể dục thể thao; 3. Kiến thức cơ bản về môn TTNC; 4. Thể lực chung và thể lực chuyên môn; 5. Kỹ thuật cơ bản của môn TTNC; 6. Chiến thuật của môn TTNC; 7. Luật thi đấu; 8. Phương pháp trọng tài (cấp độ phong trào); 9. Tổ chức hoạt động tập luyện và thi đấu của môn TTNC ở cấp độ phong trào.

+ Nội dung kiểm tra đánh giá người học qua 5 mặt năng lực: 1. Trình độ thể lực chung; 2. Kỹ thuật cơ bản và thể lực chuyên môn; 3. Năng lực tổ chức hoạt động tập luyện; 4. Năng lực tổ chức thi đấu môn TTNC cấp cơ sở; 5. Năng lực trọng tài thi đấu môn TTNC cấp cơ sở.

4. Kết luận

- 9 nội dung cơ bản và 29 nội dung chi tiết đã góp phần nâng cao trình độ thể lực chung, thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của sinh viên nhóm TTNC. Sinh viên nhóm thể thao nâng cao bước đầu đã có năng lực nhất định về nghiệp vụ thể thao.

- Cảm nhận của sinh viên sau khi tham gia chương trình: Trình độ thể lực, kỹ chiến thuật được nâng cao, họ cảm thấy hài lòng, yêu thích các hoạt động của chương trình.

- Kết quả này cho thấy chương trình thí điểm đã đạt được hiệu quả nhất định theo đúng hướng mục tiêu đề ra □

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Ban hành quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Giáo dục và Đào tạo.*

Nguyễn Xuân Sinh và cộng sự (2012), *Giáo trình lý luận và phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, NXB TĐTT Hà Nội.