

THỰC TRẠNG TỰ HỌC HỌC PHẦN VỆ SINH THỂ DỤC THỂ THAO CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH THEO MÔ HÌNH ĐÀO TẠO TÍN CHỈ

Đào Thị Phương Chi*

Tóm tắt:

Nghiên cứu về thực trạng tự học môn Vệ sinh TDTT trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học theo mô hình đào tạo tín chỉ đã cho thấy phần lớn sinh viên chưa nhận thức được tầm quan trọng của việc tự học, kỹ năng tự học còn hạn chế. Kết quả nghiên cứu là cơ sở lựa chọn các biện pháp để nâng cao chất lượng tự học học phần Vệ sinh TDTT cho sinh viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Từ khoá: Thực trạng, tự học, vệ sinh TDTT, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Actual self-study situation of the Sports Hygiene learning module of Bac Ninh Sports University students with the model of credit training

Summary:

The topic has done research on the self-study status of Sports Hygiene learning module in the context of university education innovation according to the model of credit training. The research results are the basis for selecting measures to improve the self-study quality the Sports Hygiene learning module of Bac Ninh Sports University students with the model of credit training.

Keywords: Actual situation, self-study, and sports hygiene, Bac Ninh Sports University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực hiện chủ trương của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh triển khai thực hiện “Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ” theo Quyết định 43/2007/QĐ-BGD&ĐT. Bản chất của mô hình đào tạo này là phát huy tính tích cực chủ động của sinh viên, trong đó tự học là hình thức chiếm thời lượng gấp hai lần số giờ trên lớp và là yếu tố quyết định kết quả học tập.

Vệ sinh TDTT là môn khoa học thuộc lĩnh vực Y sinh TDTT, nằm trong hệ thống các môn khoa học cơ sở ngành TDTT. Trong chương trình đào tạo đại học hệ chính quy, Vệ sinh TDTT nghiên cứu về mối liên hệ giữa môi trường với cơ thể người tập luyện TDTT. Sinh viên đạt chuẩn đầu ra được trang bị toàn diện cả mặt kiến thức, kỹ năng, thái độ trong công tác đảm bảo vệ sinh tập luyện và thi đấu TDTT.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn toạ đàm; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng phân phối, tổ chức giờ tự học học phần Vệ sinh TDTT của sinh viên Đại học TDTT Bắc Ninh theo mô hình đào tạo tín chỉ

Qua chuẩn đầu ra của học phần Vệ sinh TDTT cho thấy, sinh viên đạt chuẩn được trang bị toàn diện cả mặt kiến thức, kỹ năng, thái độ trong công tác đảm bảo vệ sinh tập luyện và thi đấu TDTT. Mục tiêu đặt ra phù hợp với điều kiện thực tiễn của nhà trường, phù hợp với lượng kiến thức cũng như mức độ hiểu biết của sinh viên.

Học phần có 2 tín chỉ, thời gian thực hiện bài giảng trên lớp rất hạn hẹp, lượng kiến thức được

*ThS, Trường Đại học Thủ Đức. Email: phuongchi26@gmail.com



Việc tự học có vai trò quan trọng trong kết quả học tập của sinh viên

Bảng 1. Chuẩn đầu ra (CĐR) của học phần Vệ sinh TDTT

Mã CĐR	Nội dung chuẩn đầu ra
Về kiến thức	
CĐR1	Hiểu các yêu cầu về vệ sinh trong sinh hoạt, hoạt động TDTT
CĐR2	Vận dụng các nguyên tắc vệ sinh vào việc đánh giá, xây dựng chế độ sinh hoạt, tập luyện của vận động viên (VĐV)
CĐR3	Giải thích, đánh giá ảnh hưởng của các yếu tố tác động từ môi trường và cơ chế thích ứng của cơ thể
Về kỹ năng	
CĐR4	Thực hiện đúng các nguyên tắc vệ sinh vào thực tế sinh hoạt, tập luyện để phòng ngừa bệnh tật, chấn thương, nâng cao sức khỏe và thành tích thể thao
CĐR5	Đánh giá việc thực hiện các nguyên tắc vệ sinh trong sinh hoạt, tập luyện của VĐV
Năng lực tự chủ và trách nhiệm	
CĐR6	Hướng dẫn, tuyên truyền các cách thức đảm bảo vệ sinh trong sinh hoạt, tập luyện
CĐR7	Tuân thủ các nguyên tắc về vệ sinh trong việc tổ chức, quản lý giảng dạy, huấn luyện

trang bị khá lớn, liên quan đến nhiều chuyên ngành khác nhau. Các nội dung tương như khá gần gũi với đa số sinh viên nhưng để hiểu rõ bản chất, cơ chế lại rất phức tạp. Để đạt được mục tiêu môn học thì việc tự học của sinh viên là rất quan trọng, đòi hỏi phải có đủ thời gian, gắn liền với thực tiễn, có kế hoạch và phương thức tự học phù hợp. Bên cạnh đó, quá trình dạy học, kiểm tra đánh giá cần được thiết kế và thực hiện hợp lý, khoa học để sinh viên đạt được chuẩn đầu ra.

2. Thực trạng việc tự học môn Vệ sinh TDTT của sinh viên ĐH TDTT Bắc Ninh

Phỏng vấn sinh viên về việc tự học học phần Vệ sinh TDTT được tiến hành tại thời điểm khi học phần kết thúc. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Ở học phần Vệ sinh TDTT, đa số sinh viên chỉ học những nội dung liên quan đến việc thi, kiểm tra. Kỹ năng tiếp nhận và xử lý thông tin, giải quyết vấn đề trong tự học của sinh viên

Bảng 2. Nội dung chi tiết và phân bổ thời gian học phần Vệ sinh TDTT (số tiết)

Nội dung dạy học	Hình thức tổ chức dạy học					CĐR
	Lên lớp			Thực hành	Tự học	
	Lý thuyết	Bài tập	Thảo luận			
1. Đại cương về vệ sinh TDTT						
1.1. Khái niệm, ý nghĩa	2				4	CĐR1,2,3
1.2. Nhiệm vụ						
1.3. Phương pháp nghiên cứu						
2. Vệ sinh cá nhân						
2.1. Khái niệm, ý nghĩa, nội dung	2		4		12	CĐR1,2,3,4,5,6,7
2.2. Vệ sinh thân thể						
2.3. Vệ sinh trang phục thể thao						
2.4. Chế độ sinh hoạt của VĐV						
3. Vệ sinh dinh dưỡng						
3.1. Vai trò, nhu cầu chất dinh dưỡng	2	2			8	CĐR1,2,4,5,6,7
3.2. Giá trị dinh dưỡng và đặc điểm vệ sinh của thực phẩm						
3.3. Khẩu phần ăn cho VĐV						
4. Vệ sinh môi trường						
4.1. Đại cương về môi trường	2			2	8	CĐR1,3,4,5,6
4.2. Vệ sinh không khí						
4.3. Vệ sinh môi trường nước						
4.4. Vệ sinh môi trường đất và nhà ở						
5. Vệ sinh tập luyện						
5.1. Vệ sinh sân bãi, dụng cụ	2		2		8	CĐR1,4,5,6,7
5.2. Nguyên tắc vệ sinh tập luyện						
6. Vệ sinh buổi tập						
6.1. Cấu trúc buổi tập	2				4	CĐR1,4,5,6,7
6.2. Đặc điểm, nội dung, ý nghĩa các phần cấu trúc buổi tập						
6.3. Những điều cần lưu ý						
7. Vệ sinh tập luyện với các lứa tuổi và giới tính						
7.1. Đại cương về lứa tuổi	2		2		8	CĐR1,3,4,5,7
7.2. Đặc điểm các giai đoạn phát triển cơ thể và vệ sinh tập luyện						
8. Vệ sinh tập luyện trong môi trường khắc nghiệt						
8.1. Yêu cầu chung về đảm bảo vệ sinh trong tập huấn TT	2	2			8	CĐR1,2,3,4,7
8.2. Vệ sinh tập luyện trong điều kiện nóng ẩm						
8.3. Vệ sinh tập luyện trên cao nguyên						
8.4. Vệ sinh tập luyện trong điều kiện thay đổi múi giờ						

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng tự học học phần Vệ sinh TDĐT (n = 118)

TT	Nội dung	Ý kiến lựa chọn		
		m _i	%	
1	Mục đích tự học?	Thi qua môn học	68	58.00
		Được điểm cao, bằng giỏi	50	42.00
		Theo phong trào	7	6.00
		Phục vụ cuộc sống	59	50.00
		Trở thành cán bộ TDĐT giỏi	54	46.00
2	Động cơ tự học?	Thỏa mãn nhu cầu hiểu biết	34	29.00
		Hoàn thành khóa học	50	42.00
		Đáp ứng nguyện vọng của gia đình	54	46.00
		Có cơ hội việc làm	79	67.00
		Được giảng viên ghi nhận	52	44.00
		Được bạn bè tôn trọng	37	31.00
		Được khen thưởng	18	15.00
3	Thái độ tự học?	Có hứng thú	20	17.00
		Nếu bắt buộc thì thực hiện	79	67.00
		Chán nản	41	35.00
		Thiếu tự tin	45	38.00
4	Hình thức tự học?	Độc lập, không theo kế hoạch	34	29.00
		Có kế hoạch riêng	12	10.00
		Theo hướng dẫn của giảng viên	50	42.00
		Học theo nhóm trên lớp	86	73.00
		Học theo nhóm riêng	0	0.00
		Tham gia câu lạc bộ học tập	0	0.00
5	Nội dung tự học?	Theo lịch trình môn học	12	10.00
		Do giảng viên yêu cầu	81	69.00
		Theo đề cương ôn tập	77	65.00
		Vấn đề bản thân quan tâm, hứng thú	32	27.00
		Liên quan đến việc làm sau này	45	38.00
		Các vấn đề mang tính thời sự	25	21.00
6	Phương tiện sử dụng để tự học?	Giáo trình	118	100.00
		Sách tham khảo	13	11.00
		Tài liệu điện tử	64	54.00
		Tài liệu hướng dẫn	18	15.00
		Tạp chí chuyên ngành	0	0.00
		Phim ảnh, báo chí	17	14.00
		Từ thực tiễn sinh hoạt, tập luyện	50	42.00
7	Mức độ đáp ứng của các phương tiện tự học?	Cung cấp đủ thông tin	54	46.00
		Nhiều quá, không chọn lọc được	27	23.00
		Thiếu thông tin cần thiết	34	29.00
		Sử dụng không hiệu quả	44	37.00
8	Thời gian dành cho việc tự học?	Rất ít	22	19.00
		1 tiết tự học / 1 tiết học trên lớp	64	54.00
		2 tiết tự học / 1 tiết học trên lớp	15	13.00
		3 tiết tự học / 1 tiết học trên lớp	5	4.00
		Không xác định được	12	10.00
9	Địa điểm tự học?	Trên lớp học	86	73.00
		Thư viện	15	13.00
		Phòng riêng	32	27.00
		Phòng chung	79	67.00
		Tại nơi làm thêm, phòng tập	7	6.00
		Tại bất cứ nơi nào	12	10.00

10	Tự học vào lúc nào?	Theo thời gian biểu	9	8.00
		Lúc rảnh rỗi	59	50.00
		Khi có hứng thú	54	46.00
		Khi có bạn cùng học	27	23.00
		Khi sắp phải trả bài	111	94.00
11	Vai trò của tự học đến kết quả học phần?	Rất quan trọng	18	15.00
		Quan trọng	34	29.00
		Bình thường	66	56.00
		Không quan trọng	0	0.00
12	Làm gì để tự học Vệ sinh TĐTT tốt hơn?	Định hướng rõ ràng mục tiêu	37	31.00
		Được quan tâm, động viên	73	62.00
		Hướng dẫn sử dụng phương tiện	79	67.00
		Xác định cụ thể nội dung tự học	57	48.00
		Có sự kiểm tra, đánh giá việc tự học	32	27.00
		Có địa điểm tự học phù hợp	74	63.00
		Có phong trào tự học	44	37.00
		Có nhóm, câu lạc bộ học tập	27	23.00

chưa tốt. So với yêu cầu của học phần tín chỉ thì việc dành thời gian tự học không đạt yêu cầu, số đông sinh viên chỉ tự học trên lớp theo yêu cầu của giáo viên trong giờ học và chỉ tự học khi sắp đến hạn phải nộp bài, sắp kiểm tra, sắp thi. Nhận thức của sinh viên về vai trò của tự học môn học là chưa cao.

Để xác định được nguyên nhân của thực trạng trên, chúng tôi tiến hành phân tích kết quả thực trạng, phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia và một số sinh viên. Kết quả thu được các nguyên nhân chính gồm:

Đa số sinh viên vẫn chưa làm quen được với môi trường giáo dục đại học

Nhiều sinh viên có mục đích, động cơ học tập chưa đúng đắn, thiếu tích cực.

Trong điều kiện được tự do thoải mái, không có động lực phấn đấu, đa số sinh viên chưa ý thức được vai trò tự giác của bản thân trong học tập và rèn luyện.

Thiếu môi trường học tập cạnh tranh

Sinh viên chưa được trang bị đầy đủ về kỹ năng tự học.

Sử dụng các phương tiện hỗ trợ cho quá trình tự học chưa hiệu quả.

Chưa đảm bảo các điều kiện phục vụ cho việc tự học.

Giảng viên trong quá trình lên lớp chưa có phương pháp giảng dạy, kiểm tra đánh giá phù hợp để phát huy tính tích cực tự học của sinh viên.

KẾT LUẬN

Để đạt chuẩn đầu ra của học phần Vệ sinh TĐTT theo yêu cầu của đào tạo theo tín chỉ cần có phương thức tổ chức dạy học và kiểm tra đánh giá phù hợp, phát huy năng lực tự học, tự sáng tạo của sinh viên.

Kết quả điều tra thực trạng cho thấy, phần lớn sinh viên chưa nhận thức được tầm quan trọng của việc tự học Vệ sinh TĐTT theo mô hình đào tạo tín chỉ; xác định mục đích, động cơ học tập chưa vì nâng cao hiểu biết, hoàn thiện bản thân, tính chủ động và tự giác trong tự học chưa cao, chưa thực hiện thời gian tự học theo đúng yêu cầu; kỹ năng tự học của sinh viên còn nhiều hạn chế, chưa phân biệt được bản chất hoạt động học tập của sinh viên với học sinh phổ thông.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), “Quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ”, *Quyết định 43/2007/QĐ-BGD&ĐT*.

2. Vũ Chung Thủy, Bùi Quang Ngọc (2014), *Giáo trình Vệ sinh TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội

3. Nguyễn Cảnh Toàn (2004), *Học và dạy cách học*, Nxb Đại học Sư phạm.

4. Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, Khoa Y sinh học TĐTT (2018), *Chương trình Vệ sinh TĐTT*.

5. Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh (2008), *Chương trình đào tạo cử nhân TĐTT*.