

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG PHONG TRÀO TẬP LUYỆN NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN HỌC VIỆN Y DƯỢC HỌC CỔ TRUYỀN VIỆT NAM

Trương Hữu Hòa*

Tóm tắt:

Bằng những phương pháp thường quy, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng phong trào tập luyện ngoại khóa của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam, kết quả nghiên cứu là cơ sở để lựa chọn các biện pháp nâng cao hiệu quả tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam.

Từ khóa: Thực trạng, phong trào, tập luyện, ngoại khóa, môn Taekwondo, sinh viên, Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam.

Reality of extracurricular training activities of Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy students

Summary:

By the common research methods, we have evaluated the real situation of extracurricular training activities by the students of Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy. On such basis, we have selected solutions to improve the extracurricular training efficiency of Martial Art subject (Wing Chun) by the students of Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy.

Keywords: Real situation, activities, Taekwondo, students, Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thông qua thực tế quá trình giảng dạy tại Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam chúng tôi nhận thấy: Bộ môn Giáo dục thể chất và Quốc phòng luôn cải tiến chương trình giảng dạy, đề ra các biện pháp đồng bộ từ khâu xây dựng chương trình môn học đến khâu tổ chức tập luyện nhằm phát triển phong trào Thể dục thể thao (TDTT) trong Nhà trường, tuy vậy hoạt động tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên vẫn còn hạn chế nên có ảnh hưởng không tốt đến thể lực và sức khỏe của sinh viên. Với điều kiện cơ sở vật chất và sân bãi tập luyện của Nhà trường hiện nay, cần phải sớm nghiên cứu, đưa ra các biện pháp đẩy mạnh phong trào TDTT ngoại khóa, tạo điều kiện cho sinh viên, cán bộ, công nhân viên của trường có điều kiện vui chơi, rèn luyện TDTT sau một ngày học tập và làm việc căng thẳng.

Để đẩy mạnh phong trào tập luyện ngoại trong sinh viên một cách có hiệu quả đòi hỏi các nhà làm công tác chuyên môn cần thay đổi cách thức quản lý, đề ra các biện pháp cụ thể phù hợp

với điều kiện thực tiễn của trường cũng như sức khỏe và sở thích của sinh viên nhằm phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa, trong đó môn võ Vịnh Xuân quyền được ưa thích nhưng chưa được tổ chức rộng rãi trong sinh viên.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để giải quyết nhiệm vụ nghiên cứu nêu trên trong quá trình nghiên cứu, đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng về chương trình GDTC và tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

1.1. Thực trạng chương trình GDTC

Hiện nay, đối với hệ đại học, chương trình GDTC gồm: Quỹ thời gian trong toàn khóa học là 150 tiết, được chia thành 05 học phần. Điểm trung bình trung 05 học phần là điểm kết thúc môn học để xếp loại và cấp chứng chỉ GDTC.

*ThS, Học viện Y dược học Cổ truyền Việt Nam

Nội dung thực hành trong giờ học chính khóa chỉ dừng lại ở mức giới thiệu kỹ thuật cho sinh viên là chính, chưa coi trọng việc hình thành kỹ năng và hoàn thiện kỹ xảo chuyên môn. Bên cạnh đó, việc phát triển thể lực cho sinh viên cũng chưa

được đầu tư nhiều nên nhìn chung thể lực của sinh viên còn hạn chế. Nội dung cụ thể trong chương trình GDTC của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Nội dung chương trình giáo dục thể chất cho sinh viên Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

TT	Học phần	Môn học	Nội dung			Tổng
			Lý thuyết	Thực hành	Tổng	
1	I	Lý thuyết chung về GDTC	6	-	30	6
		Thể dục cơ bản và phát triển chung	2	10		12
		Kỹ thuật chạy cự ly ngắn	2	10		12
2	II	Võ Taekwondo	2	16	30	18
		Cầu lông	2	10		12
3	III	Võ Taekwondo	2	16	30	18
		Kỹ thuật chạy 1500 m (nam)-800 m (nữ)	2	10		12
4	IV	Bóng chuyền	2	16	30	18
		Nhảy xa	2	10		12
5	V	Bóng bàn	2	16	30	18
		Nhảy xa	2	10		12
Tổng			26	124	150	

Bảng 2. Thống kê các CLB TDTT của Học viện Y Dược Học Cổ Truyền Việt Nam

TT	Số CLB	Số hội viên	Lịch sinh hoạt
1	CLB Taekwondo	180	2 ngày / tuần
2	CLB võ (vịnh xuân quyền)	102	2 ngày / tuần
3	CLB Bóng bàn	35	theo chu kỳ thi đấu
4	CLB Cầu lông	32	theo chu kỳ thi đấu
5	CLB Bóng đá	75	3 ngày / tuần
6	CLB đá cầu	36	theo chu kỳ thi đấu

1.2. Thực trạng tổ chức hoạt động ngoại khoá cho sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

* Công tác tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa Nhà trường đang tổ chức và duy trì các CLB TDTT được chúng tôi thống kê tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Phong trào tập luyện ngoại khóa các môn thể thao của trường còn thấp, phần lớn các CLB hoạt động không thường xuyên ngoại trừ 03 gồm: CLB Taekwondo, CLB Bóng đá, CLB võ (vịnh xuân quyền), còn lại các CLB khác khi có giải thi đấu mới tập trung đội tuyển nên số lượng sinh viên tham gia là rất ít.

* Thực trạng mức độ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

Đánh giá thực trạng mức độ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam một cách khách quan và chính xác nhất, chúng tôi tìm hiểu về mức độ thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa và chỉ trả lời ở 3 mức độ: thường xuyên (2-3 buổi/tuần); không thường xuyên và không tập luyện. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng mức độ tập luyện TDTT ngoại khoá của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam (n= 500)

TT	Giới tính	n	Thường xuyên (2-3 buổi/ tuần)		Không thường xuyên		Không tập luyện	
			m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Nam	195	18	9.23	97	49.74	80	41.03
2	Nữ	305	16	5.25	176	57.7	113	37.05
Tổng		500	34	6.8	273	54.6	193	38.6

Qua bảng 3 cho thấy: Trong số 500 sinh viên được hỏi chỉ có 34 em thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khoá, trong đó có 18 nam, chiếm 9.23% và 16 nữ, chiếm 5.25%. Số sinh viên không thường xuyên tập luyện TDTT chiếm tỷ lệ khá cao (54.6%), trong đó có 97 nam và 176 nữ. Qua tìm hiểu cho thấy hầu hết những sinh viên này chỉ thỉnh thoảng tập luyện là vì chương trình học tập căng thẳng ở trường, sức khỏe không đảm bảo, không có người hướng dẫn tập luyện cũng như không tham gia câu lạc bộ.

Với 193/500 ý kiến trả lời không tập luyện thể thao chiếm (38.6%) là một sự thật đáng lo

ngại cho việc giữ gìn và nâng cao sức khỏe của sinh viên.

* Thực trạng động cơ tham gia TDTT ngoại khoá của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam.

Để tìm hiểu thực trạng về động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 307 sinh viên có tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa về động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa, kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Thực trạng động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam (n= 307)

TT	Nội dung	Kết quả phỏng vấn			
		Nam (n= 115)		Nữ (n=192)	
		m _i	%	m _i	%
1	Nâng cao thành tích thể thao	14	12.17	20	10.42
2	Giảm căng thẳng, vui chơi, giải trí	43	37.39	79	41.15
3	Tăng cường sức khỏe	23	20.00	38	19.79
4	Có hứng thú và thấy vai trò to lớn của TDTT	25	21.74	37	19.27
5	Giao lưu bạn bè	10	8.70	18	9.38
6	Sinh viên tham gia nhiều hơn 2 động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa	65	56.52	99	51.56

Qua bảng 4 cho thấy: Động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên rất phong phú và đa dạng, với nhiều mục đích khác nhau, nên sự lựa chọn của sinh viên cũng hoàn toàn khác nhau. Mục đích tập luyện TDTT ngoại khóa để giảm căng thẳng, vui chơi, giải trí chiếm tỷ lệ cao nhất 37.39% (nam), 41.15% (nữ) ý kiến của sinh viên; Tăng cường sức khỏe chỉ chiếm 20.00% (nam), 19.79% (nữ) ý kiến của sinh viên và động cơ giao lưu bạn bè chiếm tỷ lệ thấp nhất trong các nội dung được hỏi chỉ có 8.70% (nam), 9.38% (nữ) ý kiến của sinh viên; số sinh viên

tham gia nhiều hơn 2 động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa chiếm tỷ lệ cao nhất 56.52% (nam), 51.56% (nữ) ý kiến của sinh viên.

* Nguyên nhân ảnh hưởng đến việc tập luyện ngoại khóa

Thực trạng nguyên nhân ảnh hưởng đến việc tập luyện ngoại khóa do nhiều yếu tố cùng chi phối. Có thể thấy rõ qua bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Những nguyên nhân được đánh giá là ảnh hưởng đến tập luyện ngoại khóa chủ yếu gồm: Thiếu giáo viên có chuyên môn hướng dẫn; rèn luyện thân thể của sinh viên

Bảng 5. Nguyên nhân ảnh hưởng đến việc tập luyện ngoại khoá của sinh viên Học Viện Y Dược Học Cổ truyền Việt Nam (n= 500)

Nội dung phỏng vấn	Số ý kiến	%
- Thiếu giáo viên có chuyên môn hướng dẫn	252	50.4
- Không có thời gian	87	17.4
- Không có đủ điều kiện sân bãi dụng cụ tập luyện	246	49.2
- Không có tổ chức	34	6.80
- Chưa có nhiều Câu lạc bộ võ (vịnh xuân quyền) cho sinh viên lựa chọn	26	5.20

không có tổ chức; không có điều kiện sân bãi dụng cụ tập luyện và cũng một phần do chương trình học tập nặng nề, nên thiếu thời gian.

2. Thực trạng và nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

2.1. Thực trạng phong trào tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

Thực trạng phong trào tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam được chúng tôi thống kê từ năm 2012-2014 và được trình bày tại bảng 6.

Qua bảng 6 cho thấy: Trong những năm qua, phong trào tập luyện môn võ Vịnh Xuân quyền của cán bộ, giáo viên, sinh viên Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam đã có những bước khởi sắc, có được điều đó là do sự quan tâm đầu tư của Ban giám đốc học viện, cũng như sự nỗ lực cố gắng của đội ngũ giáo viên giảng dạy. Hình thức tổ chức các nội dung của phong trào tập luyện võ Vịnh Xuân quyền của Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam giai đoạn 2012-2014 đều tăng, nhưng số lượng thành viên tham gia tăng thêm không đáng kể.

Bảng 6. Thực trạng phong trào tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học Viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam giai đoạn 2012-2014

TT	Nội dung	Năm		
		2012	2013	2014
1	Số người tham gia tập luyện võ (vịnh xuân quyền) thường xuyên	160	178	198
2	Số cuộc thi đấu	1	2	2
	Trong trường	1	2	2
	Ngoài trường	0	0	0
3	Số sinh viên được tập luyện nâng cao	70	82	87

Bảng 7. Nhu cầu tham gia tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học Viện Y Dược Học Cổ truyền Việt Nam (n= 500)

TT	Nội dung phỏng vấn	Số ý kiến	%
1	Sự ham thích tập luyện ngoại khóa môn võ (vịnh xuân quyền)		
	- Thích	432	86.4
2	Nhu cầu về hình thức tham gia tập luyện môn võ (vịnh xuân quyền)		
	- Câu lạc bộ	429	85.8
	- Lớp, nhóm có giáo viên hướng dẫn	55	11
	- Tự phát	16	3.3



Vịnh Xuân quyền hiện đang là môn võ thuật được phát triển mạnh mẽ tại học viện Y học Cổ truyền Việt Nam (Ảnh minh họa)

2.2. Đánh giá nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

Đánh giá nhu cầu tham gia tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam thông qua phỏng vấn 500 sinh viên các khóa. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 7.

Qua bảng 7 cho thấy: Nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam là rất cao. Hầu hết số sinh viên đều ham thích tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền tỷ lệ 86.4%. Như vậy môn võ Vịnh xuân quyền đã thu hút được sự quan tâm của đông đảo sinh viên; Nhu cầu tham gia tập luyện dưới các hình thức câu lạc bộ, lớp ngoại khóa có giáo viên hướng dẫn được sinh viên đánh giá rất cao, vượt xa so với số lượng sinh viên tham gia tập luyện thực tế.

KẾT LUẬN

1. Thực trạng hoạt động ngoại khóa của sinh viên học viện Y Dược Học Cổ truyền Việt Nam còn hạn chế về số lượng tham gia cũng như hình thức tổ chức tập luyện.

2. Những yếu tố ảnh hưởng chính đến phong trào tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền là do: Thiếu giáo viên có chuyên môn hướng dẫn; rèn luyện thân thể của sinh viên không có tổ chức; không có điều kiện sân bãi dụng cụ tập luyện và cũng một phần do chương trình học tập nặng nề nên thiếu thời gian.

3. Điều tra thực trạng cho thấy phong trào tập luyện ngoại khóa môn võ Vịnh Xuân quyền của sinh viên còn thấp trong khi nhu cầu tập luyện của sinh viên là rất cao. Chính vì vậy, lựa chọn những biện pháp phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa môn Vịnh Xuân quyền tại Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định Số: 53/2008/QĐ-BGDĐT quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HSSV, ngày 18/9/2008.*

2. Nguyễn Thế Tĩnh (2011), “Nghiên cứu ứng dụng giải pháp nâng cao chất lượng hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Đại Học Sư Phạm - Đại Học Huế”, *Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3. Phùng Văn Mỹ (2005), "Bước đầu tìm hiểu một số chỉ tiêu thể lực trong sinh viên Đại học Thái Nguyên", *Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

4. Vũ Đức Thu, Vũ Bích Huệ (2003), *Tình hình phát triển thể chất học sinh, sinh viên ở nước ta trong những thập kỉ qua*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 8/11/2016, Phản biện ngày 20/11/2016, duyệt in ngày 15/1/2017)