LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên
Tư tưởng Hồ Chí Minh về giáo dục thể chất tuổi trẻ học đường

6. Bùi Văn Mạnh; Phạm Trường Nam
Phát triển thể thao gắn liền với công nghệ kỹ thuật số

10. Trần Thủy
Tiềm năng trong phát triển du lịch gắn với các môn thể thao tại tỉnh Quảng Bình

BÀI BÁO KHOA HỌC

13. Nguyễn Văn Phúc
Đề xuất mô hình giảm thiểu rủi ro pháp lý trong hoạt động thể dục thể thao tại Việt Nam

16. Đỗ Hữu Trường; Phạm Kiên Cường
Đánh giá thực trạng hoạt động sự kiện thể thao của vùng Trung du và Miền núi Bắc bộ

19. Đặng Văn Dũng; Phạm Việt Hùng
Một số kinh nghiệm từ mô hình đào tạo nguồn dự bị thể thao thành tích cao của Liên bang Nga

23. Nguyễn Ngọc Bính
Thực trạng phát triển thể chất của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Thái Nguyên

27. Trần Trọng Thân; Đoàn Hùng Tráng
Phân tích hiệu quả dạy học môn Khiêu vũ Bbachata cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp theo phương pháp lớp học đảo ngược

33. Trần Gia Kiên; Trần Thanh Tùng; Trần Đức Luân; Vũ Thanh Hùng; Nguyễn Minh Quang; Trần Văn Hải
Đề xuất giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội

38. Phạm Tất Thắng
Thực trạng hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Hà Nội

42. Bùi Danh Tuyên
Xây dựng tiêu chuẩn kiểm tra– đánh giá kết quả học tập học phần Bóng đá cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ Đông Á

47. Nguyễn Hữu Trung
Hiệu quả phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Đội tuyển Bóng ném Trường Đại học Thể thao Thanh niên và Du lịch Nga trong chu kỳ huấn luyện năm

52. Bounnuang Kamphengthong
Giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể dục thể chất cho học sinh Trung học phổ thông Thủ đô Viêng chăn - Lào

56. Phonesooksin TESO
Thực trạng thể chất và đặc điểm phát triển thể lực của sinh viên Trường Đại học Quốc gia Lào

61. Nguyễn Thị Thu Trang
Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Câu lạc bộ Cầu lông Học viện Y Dược học cổ truyền Việt Nam

65. Trần Thị Hồng Việt; Đinh Thị Mai Anh
Thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của nam vận động viên Bóng bàn lứa tuổi 14 -15

69. Lê Thị Uyên Phương; Huỳnh Văn Minh; Trần Thị Thùy Linh; Nguyễn Phan Bảo Thành; Nguyễn Thị Diễm Thương
Đánh giá các yếu tố nguy cơ ở người cao tuổi bị tăng huyết áp độ 1 tại thành phố Huế

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

74. Minh Đức
Công tác tuyển sinh và những kết quả đạt được trong giai đoạn hình thành và xây dựng Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (1959-1964)

77. Nguyễn Phương Thảo; Phạm Việt Hà
Bài tập giúp cơ thể thon gọn cho nữ

80. Thể lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen
Ho Chi Minh's ideology on physical education of school youth

6. Bui Van Manh; Pham Truong Nam
Sports development is associated with digital technology

10. Tran Thuy
Exploiting the potential in tourism development associated with sports in Quang Binh province

ARTICLES

13. Nguyen Van Phuc
Proposing a model to minimize legal risks in sports activities in Vietnam

16. Do Huu Truong; Pham Kien Cuong
Assessing the current status of sports event activities in the Northern Midlands and Mountains region

19. Dang Van Dung; Pham Viet Hung
Some experiences from the Russian Federation's high-performance sports reserve training model

23. Nguyen Ngoc Binh
Current status of physical development of high school students in Thai Nguyen province

27. Tran Trong Than; Doan Hung Trang
Analyzing the effectiveness of teaching Bachata Dance for students at the University of Economics and Industrial Technology using the flipped classroom method

33. Tran Gia Kien; Tran Thanh Tung; Tran Duc Luan; Vu Thanh Hung; Nguyen Minh Quang; Tran Van Hai
Proposing solutions to improve the effectiveness of extracurricular sports activities for students at Hanoi University

38. Pham Tat Thang
Extracurricular sports activities of female students at Hanoi University

42. Bui Danh Tuyen
Developing testing standards - evaluating the learning outcomes of the Football module for students at Dong A University of Technology

47. Nguyen Huu Trung
Effective physical development for first-year male students of the Handball Team of the Russian University of Youth Sports and Tourism during the training cycle of the year

52. Bounnuang Kamphengthong
Solutions to improve the quality of physical education for high school students in Vientiane Capital - Laos

56. Phonesooksin TESO
Physical status and physical development characteristics of students at the National University of Laos

61. Nguyen Thi Thu Trang
Selecting and applying exercises to develop professional physical fitness for male students of the Badminton Club of Vietnam Academy of Traditional Medicine and Pharmacy

65. Tran Thi Hong Viet; Dinh Thi Mai Anh
Current status of professional physical fitness of 14-year-old male Table Tennis players -15

69. Le Thi Uyen Phuong; Huynh Van Minh; Tran Thi Thuy Linh; Nguyen Phan Bao Thanh; Nguyen Thi Diem Thuong
Evaluate risk factors in Elderly suffered from stage 1 hypertension in Hue city

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

74. Minh Duc
Enrollment work and results achieved during the formation and construction phase of Bac Ninh Sports University (1959-1964)

77. Nguyen Phuong Thao; Pham Viet Ha
Exercises help women slim their bodies

80. Rules of writing and posting.

ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG TẬP LUYỆN THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÀ NỘI

Trần Gia Kiên[1]; Trần Thanh Tùng[2]; Trần Đức Luân[1]
Vũ Thanh Hùng[1]; Nguyễn Minh Quang[1]; Trần Văn Hải[1]

Tóm tắt:
Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường được sử dụng trong nghiên cứu khoa học TDTT, chúng tôi đã lựa chọn và xây dựng được nội dung của 07 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội. Kiểm định lý thuyết cho thấy, các giải pháp đều có tính hệ thống, khoa học, tính hiệu quả và tính thực tiễn, khả thi.
Từ khóa: Giải pháp, thể thao ngoại khóa, Trường Đại học Hà Nội.

Proposing solutions to improve the effectiveness of extracurricular sports activities for students at Hanoi University

Summary:
Using scientific research methods commonly used in scientific research, we selected and built the content of 07 solutions to improve the effectiveness of extracurricular sports activities for students. Hanoi University. Theoretical testing shows that the solutions are systematic, scientific, effectiveness , practicality, and feasibility.
Keywords: Solutions, extracurricular sports, Hanoi University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong chiến lược phát triển kinh tế – xã hội của đất nước, Đảng và Nhà nước ta luôn coi trọng vị trí con người. Thực hiện mục tiêu đào tạo người học trở thành công dân có trách nhiệm, đề cao bản sắc dân tộc và giá trị con người Việt Nam khi hội nhập thế giới, giỏi chuyên môn và tinh thông ngoại ngữ, Trường Đại học Hà Nội đã xây dựng các chương trình đào tạo ở tất cả các ngành theo hướng tiên tiến, áp dụng các phương pháp giảng dạy hiện đại từ các nước có nền giáo dục phát triển, phù hợp với môi trường giáo dục và con người Việt Nam.

Để con người phát triển toàn diện, cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần và có đạo đức thì GDTC có vai trò đặc biệt quan trọng và luôn được Đảng ủy, Ban giám hiệu Nhà trường quan tâm. Tuy nhiên, qua thực tế giảng dạy cho thấy, kết quả học tập môn GDTC của sinh viên (SV) vẫn còn thấp, tỷ lệ SV đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo còn hạn chế. Một trong những nguyên nhân là do hoạt động thể thao ngoại khóa (TTNK) của SV còn chưa mạnh, quy trình quản lý, chỉ đạo, tổ chức các hình thức luyện tập, hoạt động TTNK chưa thực sự hợp lý.

Xuất phát từ thực tiễn đó, chúng tôi tiến hành đề xuất một số giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TTNK cho SV Trường Đại học Hà Nội.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm và toán học thống kê.

Đối tượng phỏng vấn: 5 chuyên gia GDTC (nhóm 1), 20 cán bộ quản lý, giảng viên GDTC Trường Đại học Hà Nội (nhóm 2).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn và xây dựng nội dung giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội

Việc lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TTNK được tiến hành theo các bước: i. Xác định căn cứ lý luận và thực

[1]ThS,[2]TS, Trường Đại học Hà Nội

tiễn để xây dựng giải pháp, trong đó căn cứ thực tiễn chính là những mặt còn hạn chế từ kết quả nghiên cứu thực trạng công tác GDTC cho SV của Nhà trường; ii. Lựa chọn qua tham khảo tài liệu; iii. Lựa chọn qua phỏng vấn bằng phiếu hỏi tới các chuyên gia, giảng viên GDTC. Kết quả đã lựa chọn được 07 giải pháp thuộc 2 nhóm: Giải pháp phát huy ưu điểm và khắc phục các hạn chế từ các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động tập luyện TTNK và nhóm giải pháp tăng cường các hoạt động tập luyện.

Trên cơ sở các giải pháp đã lựa chọn được qua phỏng vấn, để thuận lợi và thống nhất cách thức triển khai các giải pháp trong quá trình ứng dụng vào thực tế, chúng tôi tiến hành xây dựng chi tiết nội dung từng giải pháp theo cấu trúc gồm: Mục đích; Nội dung; Đơn vị phối hợp thực hiện; Hình thức tổ chức và Phương pháp kiểm tra, đánh giá.

Nhóm giải pháp phát huy ưu điểm và khắc phục hạn chế từ các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động tập luyện TTNK

Giải pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TTNK

Mục đích: Việc nâng cao nhận thức về tầm quan trọng, mục đích và ý nghĩa của hoạt động TDTT, GDTC nói chung và hoạt động tập luyện TTNK trong trường học nói riêng là động lực giúp hình thành động cơ tham gia tập luyện TTNK tích cực và bền vững.

Nội dung: Nội dung tuyên truyền cụ thể:

Tuyên truyền về mục đích, lợi ích, tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT; về nhiệm vụ, mục tiêu của GDTC nói chung và hoạt động tập luyện TTNK;

Tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT; Tổ chức triển lãm những hình ảnh về Bác Hồ tập luyện TDTT, những hình ảnh vượt khó tham gia tập luyện thể thao của những người khiếm khuyết, hình ảnh những VĐV tiêu biểu, thành đạt để truyền cảm hứng…

Tổ chức giao lưu với các VĐV tiêu biểu, các đội tuyển đạt thành tích xuất sắc…Đặc biệt, tuyên dương khen thưởng kịp thời những cá nhân, tập thể có thành tích xuất sắc trong các hoạt động TDTT của nhà trường.

Đơn vị phối hợp thực hiện: Đoàn Thanh niên, Hội SV, các Khoa, Bộ môn GDTC-QP, và các giảng viên GDTC phối hợp thực hiện.

Hình thức tổ chức: Thực hiện tuyên truyền qua các phương tiện thông tin đại chúng như loa phát thanh, trên Website, pano, áp phích, băng rôn, tuyên truyền kết hợp tại các buổi sinh hoạt chính trị của Đoàn - Hội, sinh hoạt các CLB, đội nhóm, các giải thi đấu thể thao.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số lượng pano, áp phích, lượt bài đăng trên website, facebook; Số đợt thi tìm hiểu và số buổi giao lưu thể thao; Số SV tham gia tập luyện TTNK.

Giải pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TTNK

Mục đích: Cải tiến chế độ, chính sách thỏa đáng cho đội ngũ cán bộ, giáo viên, sinh viên tham gia các hoạt động tập luyện, thi đấu nhằm tạo động lực thúc đẩy và sự công bằng.

Nội dung:

+ Tiếp tục vận dụng các chế độ chính sách đã được thực hiện, xây dựng và ban hành chính sách đãi ngộ cụ thể, trước mắt và lâu dài để đáp ứng được nhu cầu, nguyện vọng của cán bộ, giáo viên và SV.

+ Sử dụng tối ưu nguồn tài chính theo qui định, huy động nguồn tài trợ…

+ Có chế độ động viên, khen thưởng kịp thời, thỏa đáng, tạo động cơ thúc đẩy các hoạt động TTNK. Bên cạnh đó, có những hình thức giáo dục, kỷ luật nhằm giữ vững kỷ cương trong công tác giáo dục bồi dưỡng những phẩm chất chính trị, đạo đức, tác phong, lối sống cho những người chủ tương lai của đất nước.

Các đơn vị phối hợp thực hiện:

+ Ban giám hiệu ban hành quy chế thưởng và chính sách;

+ Phòng Hành chính – tổng hợp, Bộ môn GDTC-QP, Ban chủ nhiệm CLB cùng tham mưu, đề xuất và tiếp nhận thi hành các quyết định;

+ Phòng CTHSSV, Công đoàn, Đoàn TNCSHCM theo dõi đánh giá, động viên khen thưởng về mặt đoàn thể;

+ Các đơn vị cùng phối hợp huy động nguồn tài trợ từ các tổ chức, cá nhân trong XH.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số lượng văn bản được ban hành; số lượng sinh viên được khen thưởng..

Giải pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu

quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động tập luyện TTNK

Mục đích: Tạo môi trường và điều kiện cần thiết phục vụ giảng dạy chính khóa, cũng như các hoạt động ngoại khóa của SV.

Nội dung giải pháp:

+ Tiến hành cải tạo, sửa chữa nâng cấp các cơ sở tập luyện: sân tập, nhà tập, dụng cụ tập luyện… nhằm tận dụng, phát huy tối đa điều kiện cơ sở vật chất hiện có của Nhà trường;

+ Xây dựng phương án sử dụng sân tập, nhà tập theo từng đối tượng tập luyện,

+ Kiến nghị Nhà trường có kế hoạch xây mới, mua sắm bổ sung, cải tạo, nâng cấp các cơ sở tập luyện đảm bảo tiêu chuẩn chất lượng theo thiết chế thể thao tại cơ sở đào tạo;

+ Đổi mới qui chế tạo điều kiện cho SV mượn dụng cụ, phương tiện tập luyện;

+ Mở rộng khung thời gian tập luyện TTNK với sự hướng dẫn của giảng viên GDTC, HDV (Căn cứ thời khoá biểu, sắp xếp 3 giờ/ tuần tập luyện thể thao ngoại khóa);

Các đơn vị phối hợp thực hiện:

+ Ban giám hiệu nhà trường chỉ đạo;

+ Phòng Hành chính tổng hợp, Phòng Tài chính kế toán, Bộ môn GDTC-QP, ban chủ nhiệm CLB: tham mưu, đề xuất và tiếp nhận thi hành các quyết định;

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số lượng cơ sở vật chất được cải tạo, số lượng quy chế sử dụng, khai thác cơ sở vật chất được ban hành, số lượt sinh viên sử dụng cơ sở vật chất

Giải pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng đội ngũ giảng viên, hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TTNK

Mục đích: Tạo điều kiện để các giảng viên GDTC cập nhật các kiến thức mới, trao đổi học thuật, kinh nghiệm về dạy và học môn GDTC cũng như tổ chức các hoạt động TTNK.

Nội dung giải pháp:

+ Mở lớp bồi dưỡng hướng dẫn viên từ nguồn SV chuyên ngành GDTC có chuyên môn tốt và tự nguyện tham gia, qua đó đồng thời nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ của SV chuyên ngành;

+ Cử giảng viên tham gia các lớp bồi dưỡng nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ;

+ Khuyến khích và tạo điều kiện để giảng viên tự học tập, tự bồi dưỡng chuyên môn nghiệp vụ;

+ Tổ chức sinh hoạt chuyên môn thường kỳ trong Bộ môn GDTC-QP;

+ Căn cứ thiết chế về giảng viên tại cơ sở đào tạo để đề xuất bổ sung theo năm học;

Các đơn vị phối hợp thực hiện: Ban giám hiệu chỉ đạo; Bộ môn GDTC-QP thực hiện;

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số lượng giảng viên, hướng dẫn viên được bổ sung và được tham gia tập huấn, bồi dưỡng nâng cao trình độ.

Nhóm giải pháp tăng cường các hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa

Giải pháp 5. Tổ chức đa dạng các hoạt động tập luyện TTNK đáp ứng nhu cầu của sinh viên

Mục đích: Đa dạng các hoạt động và khung giờ tập luyện giúp SV chủ động, tích cực tham gia, từ đó thu hút và gia tăng số lượng SV tham gia tập luyện TTNK.

Nội dung giải pháp:

+ Tổ chức đa dạng các môn TTNK theo nhu cầu của SV;

+ Tổ chức đa dạng các hình thức hoạt động TTNK (theo nhóm, lớp, CLB, đội tuyển, giao lưu và thi đấu thể thao …);

+ Khuyến khích SV tự tập luyện ngoại khóa;

Các đơn vị phối hợp thực hiện: Ban giám hiệu chỉ đạo, Bộ môn GDTC-QP thực hiện.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số lượng các môn thể thao được tập luyện tại Trường; Số lượng CLB được thành lập mới; Số lượng sinh viên tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa tại Trường.

Giải pháp 6. Tổ chức, nâng cao chất lượng hoạt động của các câu lạc bộ, đội tuyển các môn thể thao

Mục đích: Nhằm đáp ứng mục tiêu đào tạo là giỏi một môn, biết nhiều môn, đạt được thành tích cao, nâng cao chất lượng đào tạo, chuẩn bị lực lượng tham gia thi đấu đối ngoại nâng cao vị thế nhà trường

Nội dung giải pháp:

+ Tăng cường sự quan tâm lãnh đạo của các cấp ủy Đảng, chính quyền, đoàn thể đối với các đội tuyển các môn thể thao của nhà trường và của CLB. Thường xuyên làm tốt công tác giáo dục chính trị tư trưởng cho đội ngũ cán bộ giảng

Tổ chức đa dạng các hoạt động tập luyện TTNK nhằm nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TTNK cho SV Trường Đại học Hà Nội

viên, VĐV trong đội tuyển

+ Bám sát kế hoạch thi đấu của ngành, thành phố, Bộ môn GDTC-QP phối hợp cùng ban chủ nhiệm CLB xây dựng kế hoạch, chương trình, nội dung huấn luyện theo từng năm, từng quý, từng tháng, từng tuần và trực tiếp tham gia huấn luyện, đảm bảo các nguyên tắc và phương pháp huấn luyện, có cải tiến và ưu tiên áp dụng các phương pháp huấn luyện mới;

+ Đẩy mạnh công tác phát hiện, bồi dưỡng, tuyển chọn SV có năng khiếu thể thao;

+ Tăng cường tham gia thi đấu giao lưu nhằm nâng cao trình độ chuyên môn, nghiệp vụ, kinh nghiệm thi đấu cho VĐV các đội tuyển.

Các đơn vị phối hợp thực hiện: Bộ môn GDTC-QP, Ban chủ nhiệm CLB đề xuất, chỉ đạo thành lập các đội tuyển thể thao là thế mạnh và truyền thống của Nhà trường hoạt động dưới hình thức CLB. Triển khai các hoạt động chuyên môn (tuyển chọn, xây dựng kế hoạch, chương trình, nội dung huấn luyện, tổ chức huấn luyện…).

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Thông qua kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện và thông qua thành tích thi đấu đạt được trong các giải tham gia.

Giải pháp 7. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội

Mục đích: Tạo môi trường hoạt động thi đấu phong phú và đa dạng để thu hút SV và biến việc tập luyện TTNK của SV trở thành nội dung của đời sống văn hóa thể thao mang tính thường xuyên, liên tục, đồng thời qua đó tuyển chọn SV vào các đội tuyển.

Nội dung giải pháp:

+ Bám sát kế hoạch giảng dạy- học tập trong và ngoài trường để xây dựng kế hoạch tham gia các hoạt động thi đấu các môn thể thao của các đội tuyển Trường theo kế hoạch của ngành, khối ngành, liên trường;

+ Bộ môn GDTC-QP phối hợp với và các đơn vị trong Trường, lãnh đạo các khóa, các Khoa xây dựng kế hoạch và tổ chức các giải truyền thống, các cuộc thi đấu nội bộ nhân dịp các ngày lễ, ngày kỷ niệm, qua đó tạo sân chơi lành mạnh cho đội ngũ cán bộ, giáo viên và SV;

Các đơn vị phối hợp thực hiện: Ban giám hiệu chỉ đạo, các đơn vị chức năng phối hợp thực hiện.

Phương pháp kiểm tra, đánh giá: Số giải thể thao tham gia và số giải thi đấu được tổ chức hàng năm, số lượng sinh viên và đội tuyển tham gia các giải, thành tích đạt được.

2. Kiểm chứng lý thuyết các giải pháp

Kiểm chứng lý thuyết được tiến hành trên cơ sở phỏng vấn 5 chuyên gia (nhóm 1), 20 cán bộ quản lý, giảng viên GDTC Trường Đại học Hà Nội (nhóm 2). Kiểm chứng đánh giá các giải pháp bằng điểm theo thang độ Likert 5 mức trên các mặt: Tính hệ thống và khoa học; Tính hiệu quả; Tính thực tiễn và khả thi. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Kết quả kiểm chứng lý thuyết các giải pháp nâng cao hiệu quả tập luyện TTNK cho SV Trường Đại học Hà Nội cho thấy, cả 2 nhóm đối tượng mà chúng tôi phỏng vấn đều đánh giá các giải pháp mà đề tài xây dựng có tính hệ thống, khoa học, tính hiệu quả và tính thực tiễn, khả thi. Như vậy, các giải pháp đã lựa chọn của đề tài hoàn toàn có khả năng áp dụng vào thực tế và mang lại hiệu quả cao.

Bảng 1. Kết quả kiểm chứng lý thuyết các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội (n=25)

TT	Giải pháp	Tính hệ thống và khoa học		Tính hiệu quả		Tính thực tiễn và khả thi	
		Nhóm 1	Nhóm 2	Nhóm 1	Nhóm 2	Nhóm 1	Nhóm 2
1	Giải pháp 1. Tuyên truyền nâng cao nhận thức về tầm quan trọng và tác dụng của tập luyện TTNK	4.05	4.06	4.16	4.13	4.22	4.22
2	Giải pháp 2. Đảm bảo cơ chế, chính sách cho hoạt động TTNK	4.12	4.17	4.17	4.2	4.13	4.16
3	Giải pháp 3. Tăng cường và nâng cao hiệu quả sử dụng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động tập luyện TTNK	4.22	4.21	4.22	4.25	4.08	4.08
4	Giải pháp 4. Tăng cường chất lượng và số lượng ngũ giảng viên, hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TTNK	4.26	4.22	4.3	4.3	4.17	4.31
5	Giải pháp 5. Tổ chức đa dạng các hoạt động tập luyện TTNK đáp ứng nhu cầu của SV	4.15	4.18	4.19	4.16	4.31	4.17
6	Giải pháp 6. Tổ chức, nâng cao chất lượng hoạt động của các câu lạc bộ, đội tuyển các môn thể thao	4.25	4.09	4.36	4.09	4.24	4.23
7	Giải pháp 7. Mở rộng và tăng cường tổ chức các hoạt động thi đấu thể thao cho SV Trường Đại học Hà Nội	4.25	4.27	4.25	4.11	4.16	4.18
Trung bình		**4.19**	**4.17**	**4.24**	**4.18**	**4.19**	**4.19**

KẾT LUẬN

Nghiên cứu lựa chọn được 07 giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện TTNK cho SV Trường Đại học Hà Nội, đồng thời xây dựng nội dung cụ thể của từng giải pháp.

Kết quả kiểm nghiệm lý thuyết các giải pháp bước đầu đã cho thấy các giải pháp đảm bảo tính hệ thống, khoa học, tính hiệu quả và tính thực tiễn, khả thi..

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Thủ tướng Chính phủ (2013), *Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 về phê duyệt Quy hoạch phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030*.

2. Thủ tướng Chính phủ (2016), *Quyết định 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 về Phê duyệt Đề án tổng thể phát triển giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2025*.

3. Nguyễn Cẩm Ninh, Phạm Đình Bẩm và cộng sự (2015), *Giáo trình quản lý TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 5/6/2024, phản biện ngày 18/7/2024, duyệt in ngày 28/8/2024
Chịu trách nhiệm chính: Trần Gia Kiên
Email: kientg@hanu.edu.vn)

Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859-4417

Số 4 -2024
(83)