

# THỰC TRẠNG VÀ GIẢI PHÁP NÂNG CAO ĐỘNG LỰC, THÁI ĐỘ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN HỌC VIỆN NGÂN HÀNG PHÂN VIỆN BẮC NINH

Nguyễn Thành Viên<sup>(1)</sup>

## Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 12/06/2025

Ngày phản biện: 23/07/2025

Ngày đăng: 29/09/2025

## Tác giả liên hệ:

Nguyễn Thành Viên

Email: viennt.bn@hvn.edu.vn

Tập 2, số 5 (2025), trang 63-69

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13885>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

## Tóm tắt:

Bài viết phân tích thực trạng động lực và thái độ học tập môn Giáo dục thể chất (GDTC) của sinh viên Học viện Ngân hàng – Phân viện Bắc Ninh (HVNH-PVBN), dựa trên khảo sát 1.000 sinh viên và phỏng vấn 30 chuyên gia, giảng viên tại một số trường đại học. Kết quả xử lý bằng SPSS cho thấy còn tồn tại những hạn chế về nhận thức, phương pháp giảng dạy, điều kiện cơ sở vật chất và động cơ học tập của sinh viên. Trên cơ sở đó, nghiên cứu đề xuất 04 nhóm giải pháp trọng tâm cùng hệ thống chỉ tiêu định lượng nhằm nâng cao động lực, thái độ học tập môn GDTC của sinh viên HVNH – PVBN.

**Từ khóa:** GDTC, động lực, thái độ học tập, sinh viên, Học viện Ngân hàng, giải pháp.

## Current situation and solutions to improve motivation and attitude towards physical education of students of Banking Academy - Bac Ninh Branch

Nguyen Thanh Vien<sup>(1)</sup>

## Article Information:

Received: 13/06/2025

Review date: 23/07/2025

Published: 29/09/2025

## Corresponding Author:

Nguyen Thanh Vien

Email: minhuyen@gmail.com

Vol.2, Issue 5 (2025), pp 63-69

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13885>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

## Summary:

The article analyzes the current situation of motivation and attitude towards studying Physical Education (PE) of students of Banking Academy - Bac Ninh Branch, based on a survey of 1,000 students and interviews with 30 experts and lecturers at a number of universities. The results processed by SPSS show that there are still limitations in perception, teaching methods, facilities and learning motivation of students. On that basis, the study proposes 04 groups of key solutions and a system of quantitative indicators to improve motivation and attitude towards studying PE of students of Banking Academy - Bac Ninh Branch.

**Keywords:** Civic education, motivation, learning attitude, students, Banking Academy, Bac Ninh, solutions.

<sup>(1)</sup>ThS, Bộ môn Cơ bản, Học viện Ngân hàng – Phân viện Bắc Ninh

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất là một thành tố quan trọng trong giáo dục toàn diện đại học. Bên cạnh việc cải thiện thể lực, GDTC còn hỗ trợ sinh viên tăng cường sức khỏe tinh thần, nâng cao hiệu suất học tập chuyên ngành. Mặc dù được khẳng định qua nhiều văn bản chỉ đạo của Đảng và Nhà nước, thực tế cho thấy nhiều sinh viên tại HVNH-PVBN chưa có thái độ tích cực với môn GDTC. Nhiều sinh viên coi nhẹ, học đối phó, dẫn đến hiệu quả học tập và rèn luyện chưa cao.

Nghiên cứu này nhằm khảo sát khách quan thái độ học tập GDTC của sinh viên, phân tích các yếu tố ảnh hưởng, từ đó đề xuất giải pháp khả thi giúp nâng cao động lực và thái độ học tập, xây dựng môi trường rèn luyện toàn diện cho sinh viên tại HVNH-PVBN.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: (1) Phân tích và tổng hợp tài liệu; (2) Điều tra xã hội học: tiến hành khảo sát định lượng 1.000 sinh viên bằng bảng hỏi theo thang đo Likert 5 mức độ; (3) Phỏng vấn sâu 30 chuyên gia và giảng viên một số trường Đại học và 20 sinh viên tiêu biểu nhằm khai thác nhận thức, hành vi học tập và đề xuất cải tiến; (4) Toán học thống kê: xử lý dữ liệu bằng phần mềm SPSS thông qua thống kê mô tả và phân tích mức độ ảnh hưởng của các yếu tố đến thái độ học tập môn GDTC.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Đánh giá thực trạng và các yếu tố tác động đến động lực và thái độ học tập môn GDTC của sinh viên

#### 1.1. Cơ sở lựa chọn các tiêu chí đánh giá

Để xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá phù hợp, nghiên cứu dựa trên cơ sở lý luận của tâm lý học giáo dục và lý luận dạy học, trong đó nhận thức, thái độ và hành vi được xác định là ba thành tố cơ bản phản ánh quá trình học tập. Bên cạnh đó, nhóm nghiên cứu tham khảo nhiều công trình trong và ngoài nước về GDTC, qua đó tổng hợp những tiêu chí phổ biến thường dùng để đo lường hiệu quả giảng dạy, mức độ tham gia và động lực học tập.

Trên cơ sở đó, nhóm nghiên cứu đã tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia và giảng viên của một

số trường đại học để lựa chọn các tiêu chí phù hợp với sinh viên HVNH-PVBN.

Kết quả phỏng vấn cho thấy 100% chuyên gia và giảng viên đều đồng ý và rất đồng ý với hệ thống tiêu chí (xem bảng 1). Điều này khẳng định tính khoa học, bao quát và khả thi của bộ tiêu chí trong việc đánh giá thực trạng cũng như xác định các yếu tố ảnh hưởng đến thái độ học tập môn GDTC.

#### 1.2. Nhận thức về môn GDTC

Dựa trên hệ thống tiêu chí đã lựa chọn, nhóm nghiên cứu khảo sát sinh viên về vai trò của môn GDTC, qua đó tác động tới động cơ học tập và mức độ hứng thú.

Kết quả khảo sát cho thấy (bảng 2):

- 87,7% sinh viên đồng ý GDTC giúp cải thiện sức khỏe → nhận thức đúng đắn và tương đối rõ ràng về lợi ích của môn học.

- Có 44,4% sinh viên đánh giá GDTC quan trọng ngang các môn chuyên ngành → cho thấy môn học chưa được coi trọng đúng mức.

- 57,6% sinh viên học GDTC chỉ để đủ điểm → phản ánh động cơ học tập còn hạn chế, thiếu sự tự giác, tích cực trong học tập.

- Gần 70% sinh viên bày tỏ sự hứng thú với nội dung mang tính giải trí, sáng tạo → đặt ra yêu cầu đổi mới nội dung và phương pháp giảng dạy nhằm tăng sức hấp dẫn.

Như vậy, mặc dù sinh viên có nhận thức tích cực về lợi ích sức khỏe, song thái độ học tập vẫn thiên về đối phó, thiếu động cơ tích cực nội tại.

#### 1.3. Thái độ và hành vi học tập của sinh viên

Để đánh giá thái độ và hành vi học tập, nhóm nghiên cứu khảo sát mức độ thể hiện theo 4 mức: thường xuyên – thỉnh thoảng – hiếm khi – không bao giờ.

Phân tích số liệu cho thấy:

- 52,8% sinh viên đi học đúng giờ thường xuyên, nhưng chỉ 39,6% tích cực tham gia tập luyện → biểu hiện sự giảm sút trong tính chủ động, tích cực.

- Có đến 56,5% sinh viên hiếm khi hoặc không bao giờ tự luyện tập ngoài giờ → phản ánh sự thiếu tự giác, động lực nội tại yếu.

- 27,9% sinh viên từng nghỉ học không phép → ý thức và kỷ luật học tập chưa cao.

- Hoạt động CLB/ngoại khóa chưa thực sự phổ biến, chỉ 24,4% tham gia thường xuyên →

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các tiêu chí đánh giá thực trạng và các yếu tố tác động đến động lực và thái độ học tập môn GDTC của SV Học viên Ngân hàng - Phân viên Bắc Ninh (đơn vị: %)**

| Nhóm tiêu chí                     | Tiêu chí cụ thể                                     | Rất không đồng ý | Không đồng ý | Phân vân | Đồng ý | Rất đồng ý |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------|--------------|----------|--------|------------|
| Nhận thức môn GDTC                | GDTC giúp cải thiện sức khỏe                        | 0                | 0            | 0        | 40     | 60         |
|                                   | GDTC quan trọng ngang với các môn chuyên ngành      | 0                | 0            | 0        | 36.7   | 63.3       |
|                                   | Học GDTC chủ yếu để đủ điểm, không thật sự hứng thú | 0                | 0            | 0        | 43.3   | 56.7       |
|                                   | Môn GDTC có tính giải trí, sáng tạo                 | 0                | 0            | 0        | 33.3   | 66.7       |
| Thái độ, hành vi học tập môn GDTC | Đi học đúng giờ, đầy đủ                             | 0                | 0            | 0        | 46.7   | 53.3       |
|                                   | Tích cực tham gia bài tập                           | 0                | 0            | 0        | 40     | 60         |
|                                   | Tự luyện tập ngoài giờ                              | 0                | 0            | 0        | 43.3   | 56.7       |
|                                   | Từng bỏ tiết, nghỉ không phép                       | 0                | 0            | 0        | 50     | 50         |
|                                   | Tham gia CLB/thể thao ngoại khóa                    | 0                | 0            | 0        | 40     | 60         |
| Các yếu tố ảnh hưởng              | Nhận thức cá nhân                                   | 0                | 0            | 0        | 36.7   | 63.3       |
|                                   | Áp lực học các môn chuyên ngành                     | 0                | 0            | 0        | 43.3   | 56.7       |
|                                   | Phương pháp giảng dạy                               | 0                | 0            | 0        | 40     | 60         |
|                                   | Cơ sở vật chất                                      | 0                | 0            | 0        | 46.7   | 53.3       |
|                                   | Sức khỏe, thể trạng cá nhân                         | 0                | 0            | 0        | 40     | 60         |

**Bảng 2. Nhận thức về môn GDTC của sinh viên (đơn vị: %)**

| STT | Nội dung khảo sát                                   | Rất không đồng ý (0) | Không đồng ý (1) | Phân vân (2) | Đồng ý (3) | Rất đồng ý (4) |
|-----|-----------------------------------------------------|----------------------|------------------|--------------|------------|----------------|
| 1   | GDTC giúp cải thiện sức khỏe                        | 1.2                  | 2.5              | 8.6          | 41.3       | 46.4           |
| 2   | GDTC quan trọng ngang với các môn chuyên ngành      | 12.3                 | 18.1             | 25.2         | 27.8       | 16.6           |
| 3   | Học GDTC chủ yếu để đủ điểm, không thật sự hứng thú | 8.1                  | 12.6             | 21.7         | 35.4       | 22.2           |
| 4   | Môn GDTC có tính giải trí, sáng tạo                 | 3.4                  | 7.8              | 19.3         | 40.6       | 28.9           |

**Bảng 3. Mức độ thể hiện thái độ, hành vi học tập môn GDTC của sinh viên  
(đơn vị: %)**

| STT | Nội dung khảo sát                | Thường xuyên | Thỉnh thoảng | Hiếm khi | Không bao giờ |
|-----|----------------------------------|--------------|--------------|----------|---------------|
| 1   | Đi học đúng giờ, đầy đủ          | 52.8         | 28.6         | 13.4     | 5.2           |
| 2   | Tích cực tham gia tập luyện      | 39.6         | 34.1         | 18.2     | 8.1           |
| 3   | Tự luyện tập ngoài giờ           | 18.2         | 25.3         | 34.6     | 21.9          |
| 4   | Tùng bỏ tiết, nghỉ không phép    | 5.6          | 22.3         | 34.2     | 37.9          |
| 5   | Tham gia CLB/thể thao ngoại khóa | 24.4         | 30.8         | 26.7     | 18.1          |

**Bảng 4. Các yếu tố ảnh hưởng và mức độ tác động đến động lực và thái độ học tập môn GDTC của sinh viên**

| STT | Nhóm yếu tố ảnh hưởng           | Điểm trung bình (0–4) | Mức độ ảnh hưởng |
|-----|---------------------------------|-----------------------|------------------|
| 1   | Nhận thức cá nhân               | 3.4                   | Rất cao          |
| 2   | Áp lực học các môn chuyên ngành | 3.2                   | Rất cao          |
| 3   | Phương pháp giảng dạy           | 3.1                   | Cao              |
| 4   | Cơ sở vật chất                  | 2.8                   | Cao              |
| 5   | Sức khỏe, thể trạng cá nhân     | 2.5                   | Trung bình       |

chứng tỏ phong trào thể thao ngoài giờ chưa đủ hấp dẫn.

Nhìn chung, thái độ và hành vi học tập GDTC của sinh viên còn thiếu tính tích cực, chủ động, chưa hình thành thói quen rèn luyện thường xuyên.

#### **1.4. Tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến thái độ học tập môn GDTC**

Để xác định mức độ tác động, nhóm nghiên cứu khảo sát theo thang đo Likert 5 mức (0 – không ảnh hưởng đến 4 – ảnh hưởng rất lớn).

Kết quả cho thấy:

- Nhận thức cá nhân (3,4 điểm) và áp lực học các môn chuyên ngành (3,2 điểm) là hai yếu tố có tác động rất cao, cho thấy ý thức sinh viên và khối lượng học tập chính khóa ảnh hưởng mạnh mẽ đến động lực và thái độ của sinh viên đối với GDTC.

- Phương pháp giảng dạy (3,1 điểm) và cơ sở vật chất (2,8 điểm) có tác động cao, khẳng định

sự cần thiết phải đổi mới phương pháp giảng dạy và nâng cấp điều kiện học tập.

- Sức khỏe, thể trạng cá nhân (2,5 điểm) chỉ ở mức trung bình, nhưng vẫn là yếu tố quan trọng, đặc biệt với sinh viên có thể trạng yếu.

Khái quát các tồn tại

Qua kết quả phân tích, có thể tóm lược các tồn tại chính như sau:

- Nhận thức: Sinh viên chưa đánh giá đúng tầm quan trọng của GDTC, nhiều em học chỉ để đối phó.

- Hành vi học tập: Thiếu tính tự giác, chủ động; tham gia ngoại khóa thấp.

- Yếu tố ảnh hưởng: Áp lực môn học chuyên ngành, phương pháp giảng dạy và cơ sở vật chất chưa đáp ứng tốt, ảnh hưởng đến động lực và thái độ học tập.

Tóm lại, sinh viên HVNH – PVBN chưa hình thành được thói quen rèn luyện chủ động và bền vững; động lực học tập còn thấp; cơ sở

vật chất và phương pháp tổ chức giảng dạy chưa tạo sức hút mạnh mẽ. Từ thực trạng trên, cần thiết phải đề xuất các giải pháp khả thi nhằm nâng cao động lực và thái độ học tập môn GDTC cho sinh viên.

## **2. Một số giải pháp nâng cao động lực và thái độ học tập môn GDTC**

Căn cứ vào kết quả khảo sát và phân tích, để cải thiện thái độ và tăng cường động lực học tập môn GDTC cho sinh viên HVNH – PVBN, nhóm nghiên cứu đề xuất các giải pháp sau:

### ***Giải pháp 1: Khắc phục nhận thức & động cơ yếu***

- *Mục tiêu:* Giúp sinh viên hiểu rõ vai trò, ý nghĩa lâu dài của GDTC trong phát triển sức khỏe và năng lực toàn diện.

- *Nội dung thực hiện:*

+ Tổ chức các buổi truyền thông, tọa đàm, workshop về sức khỏe, lối sống lành mạnh, vai trò của vận động thể chất.

+ Lồng ghép các chủ đề GDTC với phát triển kỹ năng mềm, tinh thần đồng đội, khả năng chịu áp lực và phục hồi tinh thần.

+ Tuyên truyền bằng hình ảnh, video, phản hồi tích cực từ sinh viên – cựu sinh viên về lợi ích của việc học và rèn luyện thể chất.

- *Tổ chức thực hiện:* Bộ môn GDTC phối hợp Phòng Công tác sinh viên, Đoàn Thanh niên và cố vấn học tập.

### ***Giải pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy***

- *Mục tiêu:* Tăng tính hấp dẫn, linh hoạt, phù hợp với tâm lý và nhu cầu người học.

- *Nội dung thực hiện:*

+ Thiết kế học phần GDTC theo hướng mở, cho phép sinh viên lựa chọn môn học theo sở thích (ví dụ: Pickleball, Yoga, nhảy hiện đại, Bóng rổ, Bóng đá nghệ thuật...).

+ Ứng dụng công nghệ số trong dạy học (clip hướng dẫn, học liệu điện tử, đánh giá trực tuyến).

+ Áp dụng các phương pháp tích cực: học qua trải nghiệm, trò chơi vận động, học theo nhóm.

- *Tổ chức thực hiện:* Bộ môn GDTC chủ trì, đề xuất và triển khai thử nghiệm, lấy ý kiến phản hồi để điều chỉnh.

### ***Giải pháp 3: Cải thiện cơ sở vật chất***

- *Mục tiêu:* Tạo môi trường học tập tích cực, thuận lợi cho hoạt động vận động và rèn luyện thể chất.

- *Nội dung thực hiện:*

+ Đầu tư, nâng cấp sân bãi, trang thiết bị luyện tập phù hợp với từng nội dung học.

+ Bố trí thời khóa biểu hợp lý để sinh viên không bị quá tải giữa các môn chuyên ngành và GDTC.

+ Tăng cường ánh sáng, mái che, khu vực nghỉ ngơi nhằm hỗ trợ sức khỏe trong quá trình học.

- *Tổ chức thực hiện:* Ban Giám đốc Phân viện phối hợp phòng Quản trị – Thiết bị, Bộ môn GDTC.

### ***Giải pháp 4: Tăng cường hoạt động ngoại khóa & hình thành thói quen rèn luyện***

- *Mục tiêu:* Hình thành thói quen vận động thường xuyên và nâng cao tinh thần tự giác rèn luyện.

- *Nội dung thực hiện:*

+ Tổ chức các giải thể thao sinh viên, ngày hội thể thao, giải đấu liên chi, giao lưu với trụ sở HV và một số trường trong khu vực.

+ Phát triển các câu lạc bộ thể thao tự quản, khuyến khích sinh viên chủ động thành lập nhóm luyện tập.

+ Xây dựng hệ thống ghi nhận điểm rèn luyện hoặc cộng điểm chuyên cần cho sinh viên tích cực tham gia hoạt động ngoại khóa.

- *Tổ chức thực hiện:* Đoàn Thanh niên, Hội Sinh viên, Bộ môn GDTC phối hợp triển khai.

## **3. Đề xuất hệ thống chỉ tiêu đánh giá hiệu quả thực hiện giải pháp**

Để đo lường mức độ hiệu quả và khả năng thực thi của các giải pháp đã đề xuất, nhóm nghiên cứu xây dựng hệ thống chỉ tiêu định lượng cho từng nhóm giải pháp (bảng 5). Các chỉ tiêu này đảm bảo tính cụ thể, khả thi, có thể theo dõi hàng năm và phù hợp với điều kiện thực tiễn tại HVNH – PVBN.

## **4. Hiệu quả triển khai các nhóm giải pháp**

Để đánh giá hiệu quả thực hiện, nhóm nghiên cứu theo dõi tiến độ các chỉ tiêu qua từng năm học, từ 2023–2024 đến 2024–2025, và đối chiếu với mục tiêu đặt ra cho năm học 2025–2026. Bảng 6 và biểu đồ 1 trình bày cụ thể giúp nhận diện rõ xu hướng thay đổi, mức độ tiến bộ cũng như những chỉ tiêu cần tiếp tục nỗ lực để đạt chuẩn.

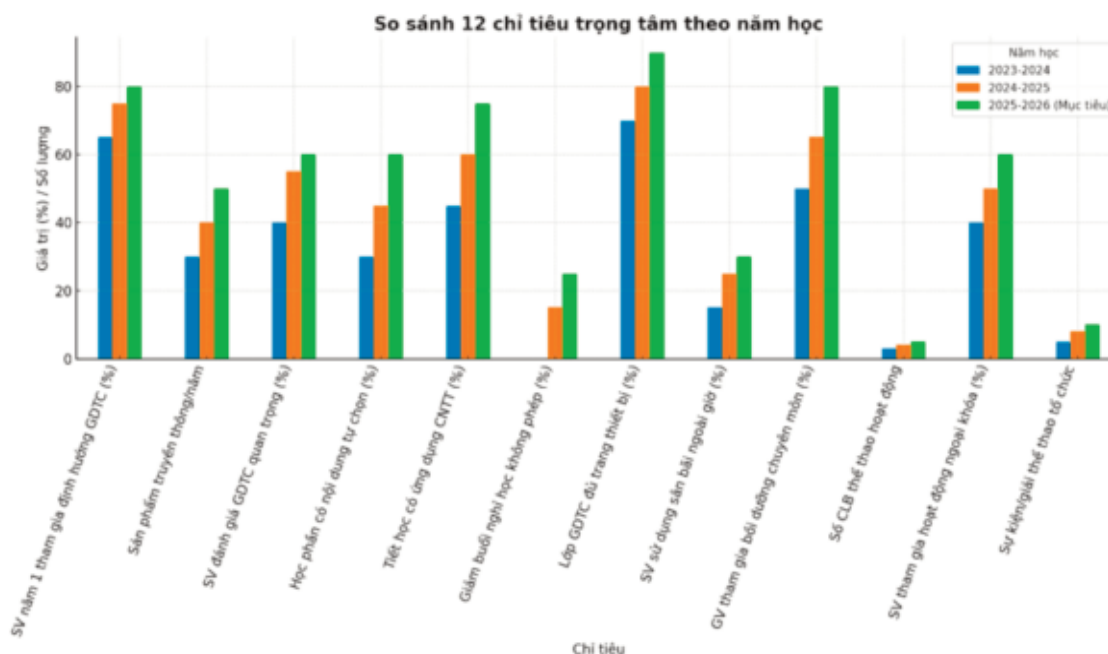
Kết quả cho thấy bốn nhóm giải pháp đã được triển khai hiệu quả và có xu hướng cải thiện rõ

**Bảng 5. Hệ thống chỉ tiêu đánh giá hiệu quả giải pháp**

| <b>Giải pháp</b>                                                    | <b>Chỉ tiêu đánh giá cụ thể</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Khắc phục nhận thức & động cơ yếu                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <math>\geq 80\%</math> sinh viên năm thứ nhất tham gia chuyên đề định hướng GDTC.</li> <li>– Triển khai <math>\geq 50</math> sản phẩm truyền thông/năm (bài viết, infographic, video, poster).</li> <li>– Tăng <math>\geq 20\%</math> sinh viên đánh giá GDTC là môn học quan trọng (so với năm trước).</li> </ul> |
| 2. Đổi mới phương pháp giảng dạy                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <math>\geq 60\%</math> học phần GDTC có nội dung tự chọn theo sở thích.</li> <li>– <math>\geq 75\%</math> số tiết học GDTC ứng dụng CNTT (video, phần mềm, quiz trực tuyến...).</li> <li>– Giảm <math>\geq 25\%</math> số buổi nghỉ học không phép của sinh viên.</li> </ul>                                       |
| 3. Cải thiện cơ sở vật chất                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <math>\geq 90\%</math> lớp GDTC có đủ trang thiết bị, dụng cụ phục vụ học tập.</li> <li>– <math>\geq 30\%</math> sinh viên sử dụng sân bãi thể thao ngoài giờ.</li> <li>– <math>\geq 80\%</math> giảng viên GDTC tham gia bồi dưỡng chuyên môn ít nhất 1 lần/năm.</li> </ul>                                       |
| 4. Tăng cường hoạt động ngoại khóa & hình thành thói quen rèn luyện | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Thành lập và duy trì <math>\geq 5</math> CLB thể thao sinh viên hoạt động hiệu quả.</li> <li>– <math>\geq 60\%</math> sinh viên tham gia ít nhất một hoạt động thể thao ngoại khóa/năm học.</li> <li>– Tổ chức <math>\geq 10</math> sự kiện/giải thể thao cấp Phân viện hoặc nội bộ hàng năm.</li> </ul>           |

**Bảng 6. Hiệu quả triển khai các nhóm giải pháp theo năm học**

| <b>Giải pháp</b>                                                    | <b>2023–2024</b>                                                                                                | <b>2024–2025</b>                                                                                           | <b>Mục tiêu 2025–2026</b>                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Khắc phục nhận thức & động cơ yếu                                | ~40% SV đánh giá GDTC là môn học quan trọng; một số hoạt động truyền thông bước đầu được triển khai.            | ~55% SV đánh giá cao GDTC; số lượng sản phẩm truyền thông tăng, SV năm nhất tham gia định hướng nhiều hơn. | $\geq 60\%$ SV coi GDTC là môn học quan trọng; $\geq 80\%$ SV năm nhất tham gia chuyên đề định hướng; $\geq 50$ sản phẩm truyền thông/năm. |
| 2. Đổi mới phương pháp giảng dạy                                    | Khoảng 30% học phần có nội dung tự chọn; ~45% tiết học ứng dụng CNTT; tình trạng nghỉ học không phép còn nhiều. | ~45% học phần có nội dung tự chọn; ~60% tiết học ứng dụng CNTT; số buổi nghỉ học không phép giảm 15%.      | $\geq 60\%$ học phần có nội dung tự chọn; $\geq 75\%$ tiết học ứng dụng CNTT; số buổi nghỉ học không phép giảm $\geq 25\%$ .               |
| 3. Cải thiện cơ sở vật chất                                         | ~70% lớp có đủ trang thiết bị; ~15% SV sử dụng sân bãi ngoài giờ; ~50% GV tham gia bồi dưỡng chuyên môn.        | ~80% lớp có đủ trang thiết bị; ~25% SV sử dụng sân bãi ngoài giờ; ~65% GV tham gia bồi dưỡng.              | $\geq 90\%$ lớp có đủ trang thiết bị; $\geq 30\%$ SV sử dụng sân bãi ngoài giờ; $\geq 80\%$ GV tham gia bồi dưỡng 1 lần/năm.               |
| 4. Tăng cường hoạt động ngoại khóa & hình thành thói quen rèn luyện | 3 CLB thể thao hoạt động; ~40% SV tham gia ngoại khóa; tổ chức 5 sự kiện/giải thể thao.                         | 4 CLB thể thao duy trì ổn định; ~50% SV tham gia ngoại khóa; tổ chức 8 sự kiện/giải thể thao.              | $\geq 5$ CLB thể thao duy trì hiệu quả; $\geq 60\%$ SV tham gia ngoại khóa; tổ chức $\geq 10$ sự kiện/giải thể thao/năm.                   |



**Biểu đồ 1. Hiệu quả triển khai các giải pháp thông qua hệ thống chỉ tiêu đánh giá (2023–2026)**

riết qua từng năm học. Nhận thức và động cơ học tập của sinh viên được nâng cao; phương pháp giảng dạy đổi mới, ứng dụng CNTT nhiều hơn; cơ sở vật chất và điều kiện học tập được cải thiện; các hoạt động ngoại khóa ngày càng đa dạng, thu hút sinh viên tham gia.

Tuy nhiên, một số chỉ tiêu cụ thể như tỷ lệ sinh viên tham gia ngoại khóa thường xuyên và mức độ coi trọng GDTC so với môn chuyên ngành vẫn cần tiếp tục được chú trọng để đạt mục tiêu năm 2025–2026.

### KẾT LUẬN

Sinh viên HVNH-PVBN đã nhận thức rõ những lợi ích về sức khỏe mà môn GDTC mang lại. Tuy nhiên, mức độ coi trọng môn học, động cơ học tập cũng như thói quen rèn luyện thường xuyên vẫn còn hạn chế. Các yếu tố ảnh hưởng chủ yếu đến động lực, thái độ học tập được xác định bao gồm: nhận thức cá nhân, áp lực từ các môn chuyên ngành, phương pháp giảng dạy và điều kiện cơ sở vật chất.

Nhóm nghiên cứu đã xây dựng và triển khai đồng bộ bốn giải pháp: (1) Khắc phục nhận thức & động cơ yếu; (2) Đổi mới phương pháp giảng dạy; (3) Cải thiện cơ sở vật chất; (4) Tăng cường hoạt động ngoại khóa & hình thành thói quen rèn luyện. Kết quả triển khai bước đầu cho thấy

các giải pháp này mang lại hiệu quả tích cực, thể hiện qua sự cải thiện về động lực, thái độ học tập, điều kiện cơ sở vật chất cũng như phong trào thể thao ngoại khóa của SV HVNH-PVBN.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ban hành Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên*.
2. Lê Văn Đậu (2020), Physical education for students: Researching one university in Vietnam. ResearchGate. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/343550528\\_Physical\\_Education\\_for\\_Students\\_Researching\\_one\\_University\\_in\\_Vietnam](https://www.researchgate.net/publication/343550528_Physical_Education_for_Students_Researching_one_University_in_Vietnam)
3. Đinh Trà Giang (2022), “Đánh giá thực trạng một số yếu tố tác động đến chất lượng môn Giáo dục thể chất của sinh viên Trường Đại học Thương mại”, *Tạp chí Công Thương*, Retrieved from <https://tapchicongthuong.vn/danh-gia-thuc-trang-mot-so-yeu-to-tac-dong-den-chat-luong-mon-giao-duc-the-chat-cua-sinh-vien-truong-dai-hoc-thuong-mai-89165.htm>
4. Lê Thị Hồng (2001), *Tâm lý học thể dục thể thao và tâm lý học sư phạm*, Nxb TĐTT, Hà Nội.