

THỰC TRẠNG CÁC YẾU TỐ CHỦ QUAN ẢNH HƯỞNG TỚI HOẠT ĐỘNG THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

Nguyễn Đức Trường⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 20/07/2025

Ngày phản biện: 28/08/2025

Ngày đăng: 31/10/2025

Tác giả liên hệ:

Nguyễn Đức Trường

Email: truongnd@tnue.edu.vn

Tập 15, số 5 (2025), trang 26-32

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13947>

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:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đánh giá được thực trạng 04 yếu tố chủ quan chính ảnh hưởng tới hoạt động thể thao ngoại khóa (TTNK) của sinh viên Đại học Thái Nguyên (ĐHTN) gồm: Nhận thức về vai trò của tập luyện TTNK, thái độ tập luyện, nhu cầu tập luyện, động cơ tập luyện TTNK. Kết quả nghiên cứu là cơ sở quan trọng để đề xuất giải pháp phù hợp, đáp ứng yêu cầu nâng cao hiệu quả hoạt động TTNK của sinh viên ĐHTN.

Từ khóa: Hoạt động TTNK, sinh viên, Đại học Thái Nguyên.

Current state of subjective factors affecting students' extracurricular sports activities at Thai Nguyen University

Nguyen Duc Truong⁽¹⁾

Article Information:

Received: 20/07/2025

Review date: 28/08/2025

Published: 31/10/2025

Corresponding Author:

Nguyen Duc Truong

Email: truongnd@tnue.edu.vn

Vol 15, Issue 5 (2025), pp 26-32

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13947>

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:

Using regular scientific research methods, the study evaluated the current state of four main subjective factors affecting students' extracurricular sports activities at Thai Nguyen University (TNU), including: awareness of the role of extracurricular sports training, training attitude, training needs, and motivation for extracurricular sports training. The research results serve as an important basis for proposing appropriate solutions to improve the effectiveness of extracurricular sports activities for Thai Nguyen University students.

Keywords: extracurricular sports activities, students, Thai Nguyen University.

⁽¹⁾ThS Khoa Thể dục Thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

ĐẶT VẤN ĐỀ

Đại học Thái Nguyên là một trong những trung tâm đào tạo lớn, đa ngành, đa lĩnh vực, đáp ứng nhu cầu nguồn nhân lực chất lượng cao cho sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước; đồng thời nâng cao khả năng cạnh tranh về giáo dục và đào tạo, khoa học và công nghệ trong xu thế hội nhập quốc tế diễn ra ngày càng sâu rộng. Đến nay, ĐHTN có 07 trường Đại học thành viên và nhiều trung tâm trực thuộc.

Môn học Giáo dục thể chất (GDTC) luôn được xác định là một phần không thể tách rời trong chương trình đào tạo. Các trường Đại học trực thuộc ĐHTN đều nghiêm túc triển khai chương trình giảng dạy GDTC theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Tuy nhiên, trong bối cảnh yêu cầu ngày càng cao của mục tiêu đào tạo và sự hạn chế về thời lượng, chất lượng giờ học GDTC chính khóa vẫn còn nhiều hạn chế, chủ yếu dừng lại ở mức truyền thụ kỹ thuật cơ bản. Trong khi đó, hoạt động TTNK – vốn có khả năng bổ trợ và phát triển thể chất, nâng cao thể lực cũng như kết quả học tập vẫn còn rời rạc, thiếu tính hệ thống, chưa thu hút được đông đảo sinh viên tham gia. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TTNK là căn cứ quan trọng để lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TTNK cho sinh viên ĐHTN.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

Mẫu nghiên cứu: kích thước mẫu được xác định theo công thức Yamane Taro (1967) với sai số 5%. Theo đó, mẫu nghiên cứu gồm: 54 CBQL, giảng viên các trường trực thuộc ĐHTN; 2000 SV năm thứ 2 thuộc 6 trường Đại học thành viên và được phân bổ như sau: Đại học Sư phạm: 300 sinh viên; Đại học Nông Lâm: 300 sinh viên; Đại học Kinh tế và Quản trị kinh doanh: 400 sinh viên; Đại học Khoa học: 300 sinh viên; Đại học CNTT&TT: 350 sinh viên; Đại học KTCN: 350 sinh viên.

Thời điểm nghiên cứu: năm học 2022-2023.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Xác định các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Chúng tôi tiến hành xác định các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TTNK của sinh viên ĐHTN thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các cán bộ quản lý, giảng viên GDTC của 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN. Kết quả nghiên cứu bước đầu đã lựa chọn được 04 yếu tố chủ quan chính ảnh hưởng tới hoạt động TTNK của sinh viên ĐHTN.

Để xác định được chính xác, khách quan, đảm bảo độ tin cậy của kết quả lựa chọn, chúng tôi tiến hành phỏng vấn gián tiếp bằng phiếu hỏi tới 24 cán bộ quản lý và 30 giảng viên GDTC đang công tác tại 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN. Chúng tôi đã sử dụng thang đo Likert 5 mức độ cụ thể từ Rất ảnh hưởng đến Rất không ảnh hưởng để xác định mức độ ảnh hưởng của từng yếu tố. Ấn định điểm tương ứng lần lượt là 5, 4, 3, 2 và 1 điểm; Lựa chọn những yếu tố đạt điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức ảnh hưởng và rất ảnh hưởng) để đánh giá thực trạng từng yếu tố. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy cả 04 yếu tố đều đạt điểm TB từ 4.39 đến 4.48 điểm. Căn cứ theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra để lựa chọn 04 yếu tố chủ quan, gồm: (1) Nhận thức về vai trò, tác dụng của tập luyện TTNK; (2) Nhu cầu tập luyện TTNK; (3) Động cơ tập luyện TTNK; (4) Thái độ tập luyện TTNK. Đây được xem là các yếu tố chính ảnh hưởng tới hoạt động TTNK của sinh viên ĐHTN.

2. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

2.1. Thực trạng nhận thức về vai trò tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Để đánh giá được thực trạng nhận thức về vai trò tập luyện TTNK của sinh viên, chúng tôi tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 2000 sinh viên của 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN đã được xác định. Kết quả được trình bày ở bảng 2 và 3.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn xác định yếu tố chủ quan ảnh hưởng tới hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên (n=54)

TT	Yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động TTNK	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
Yếu tố chủ quan								
1	Nhận thức về vai trò, tác dụng của tập luyện TTNK	28	22	3	1	0	239	4.43
2	Nhu cầu tập luyện TTNK	29	23	1	1	0	242	4.48
3	Động cơ tập luyện TTNK	27	22	4	1	0	237	4.39
4	Thái độ tập luyện TTNK	26	24	4	0	0	238	4.41

Bảng 2. Thực trạng nhận thức về vai trò tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên (n=2000)

Nhận thức	Nội dung phỏng vấn	Sinh viên		So sánh	
		m _i	%	χ^2	P
Nhận thức tích cực	Nâng cao sức khỏe	379	18.95	54.71	<0.05
	Vui chơi, giải trí	152	7.60		
	Nâng cao kết quả học tập, thi đấu	409	20.45		
	Rèn luyện ý chí	122	6.10		
	Cơ thể cân đối, hài hòa	112	5.60		
	Tránh xa tệ nạn xã hội	146	7.30		
Tổng		1320	66.00		
Nhận thức tiêu cực	Không có thời gian	166	8.30		
	Nguy hiểm	98	4.90		
	Tốn kém	117	5.85		
	không cần thiết	169	8.45		
	Ảnh hưởng tới việc học tập	130	6.50		
Tổng		680	34.00		

Kết quả bảng 2 cho thấy: Nhận thức của sinh viên về vai trò của tập luyện TTNK là không đồng nhất, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$). Có 1320/2000 sinh viên chiếm tỉ lệ 66% có nhận thức đúng đắn, tích cực về việc tập luyện TTNK. Còn tới 680/2000 sinh viên có nhận thức tiêu cực về vai trò của tập luyện TTNK, chiếm tỉ lệ 34%.

Ở nội dung nhận thức tích cực: đa số sinh viên đều cho rằng tập luyện TTNK giúp nâng

cao kết quả học tập và thi đấu thể thao, chiếm 20.45%; nâng cao sức khỏe có 379/2000 sinh viên, chiếm 18.95%; Còn lại những nhận thức cho rằng có tác dụng: vui chơi giải trí, rèn luyện ý chí, cơ thể cân đối hài hòa, tránh xa tệ nạn xã hội chiếm tỉ lệ từ 5.60% - 7.60%.

Ở nội dung nhận thức tiêu cực: số đông sinh viên cho rằng tập luyện TTNK là không cần thiết có, chiếm tỉ lệ 8.85% ; không có thời gian chiếm 8.30%. Các nhận thức còn lại như: nguy

Bảng 3. Nhận thức về vai trò tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên theo đặc điểm giới tính

Nhận thức	Nội dung phỏng vấn	Giới tính				So sánh	
		Nam (n=1000)		Nữ (n=1000)			
		m _i	%	m _i	%	χ ²	P
Nhận thức tích cực	Nâng cao sức khỏe	191	19.10	185	18.50	12.461	<0.05
	Vui chơi, giải trí	78	7.80	72	7.20		
	Nâng cao kết quả học tập, thi đấu	207	20.70	203	20.30		
	Rèn luyện ý chí	65	6.50	57	5.70		
	Cơ thể cân đối, hài hòa	60	6.00	57	5.70		
	Tránh xa tệ nạn xã hội	73	7.30	72	7.20		
Tổng		674	67.40	646	64.60		
Nhận thức tiêu cực	Không có thời gian	82	8.20	85	8.50		
	Nguy hiểm	44	4.40	54	5.40		
	Tốn kém	55	5.50	63	6.30		
	không cần thiết	80	8.00	89	8.90		
	Ảnh hưởng việc học tập	65	6.50	63	6.30		
Tổng		326	32.60	354	35.40		

hiểm, tốn kém, ảnh hưởng tới việc học tập chiếm tỉ lệ từ 4.90-6.50%.

Kết quả ở bảng 3 cho thấy, khi so sánh giữa hai giới nam và nữ, tỷ lệ giữa nhận thức tích cực của nam và nữ là không tương đồng, trong đó tỉ lệ nhận thức tích cực ở nam 67.40%, ở nữ là 64.46%. Tỷ lệ nhận thức tiêu cực giữa nam và nữ có kết quả: trong đó nam chiếm 32.60%, nữ là 35.40%.

Như vậy, có thể thấy đa số sinh viên có nhận thức đúng về vai trò của tập luyện TTNK, tuy nhiên vẫn còn 1 bộ phận chưa nhận thức đúng đắn về vai trò của tập luyện TTNK. Đây là hạn chế của phong trào TTNK của sinh viên ĐHTN. Kết quả nghiên cứu này tương đồng với nghiên cứu của tác giả Phạm Thanh Lương trong “Nghiên cứu biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho học sinh Trung học phổ thông, tỉnh Quảng Ngãi” với 24.96% học sinh nhận thức chưa đúng về vai trò của tập luyện TDTT ngoại khóa.

2.2. Thực trạng nhu cầu tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Để đánh giá thực trạng nhu cầu hoạt động TTNK của sinh viên ĐHTN, đề tài phỏng vấn 2000 sinh viên của 06 trường Đại học trực thuộc. Kết quả trình bày tại bảng 4.

Kết quả bảng 4 cho thấy:

Về nhu cầu tham gia TTNK: có 1320/2000 sinh viên có nhu cầu, chiếm tỉ lệ 66.00%; sinh viên không có nhu cầu chiếm tỉ lệ 34.00%.

Về thực trạng nhu cầu tham gia tập luyện các môn TTNK là rất tản mạn, không đồng nhất. Các môn thể thao được sinh viên lựa chọn nhiều là: Bóng chuyền (243.41%), Đá cầu (43.18%), Võ thuật (42.88%), Điền kinh (43.11%). Nhóm các môn Bóng rổ, Cầu lông, Bóng đá có tỉ lệ lựa chọn từ 31.14% đến 41.97%, các môn thể thao còn lại như: Bóng bàn, Bơi, Thể dục aerobic, Khiêu vũ thể thao, Cờ vua...tỉ lệ sinh viên lựa chọn chỉ từ 20.30% đến 25.23%. Các môn thể thao này có thể do không hấp dẫn hay khó khăn về điều kiện tập luyện mà chưa được sinh viên lựa chọn nhiều.

Bảng 4. Thực trạng nhu cầu tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Nội dung		Tổng thể (n=2000)		Giới tính				So sánh	
				Nam (n=1000)		Nữ (n=1000)			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ ²	P
Nhu cầu tham gia TTNK	Có nhu cầu	1320	66.00	674	67.40	646	64.60	12.461	<0.05
	Không có nhu cầu	680	34.00	326	32.60	354	35.40		
Nhu cầu tập luyện các môn TTNK	Bóng đá	539	40.83	398	59.05	141	21.83	123.06	<0.05
	Bóng chuyền	573	43.41	367	54.45	206	31.89		
	Cầu lông	554	41.97	355	52.67	199	30.80		
	Võ thuật	566	42.88	302	44.81	264	40.87		
	Bóng rổ	411	31.14	241	35.76	170	26.32		
	Đá cầu	570	43.18	297	44.07	273	42.26		
	Cờ vua	303	22.95	189	28.04	114	17.65		
	Điền kinh	569	43.11	313	46.44	256	39.63		
	Khiêu vũ thể thao	333	25.23	78	11.57	255	39.47		
	Thể dục Aerobic	296	22.42	59	8.75	237	36.69		
	Bóng bàn	287	21.74	183	27.15	104	16.10		
	Bơi	306	23.18	166	24.63	140	21.67		
	Môn thể thao khác	268	20.30	154	22.85	114	17.65		
Tập luyện TTNK theo hình thức	Tập luyện cá nhân	403	30.53	231	57.32	172	42.68	28.37	<0.05
	Tập luyện theo nhóm	652	49.39	368	56.44	284	43.56		
	Tập luyện theo đội tuyển, CLB	265	20.08	142	53.58	123	46.42		

Về nhu cầu tham gia tập luyện TTNK theo hình thức: số sinh viên có nhu cầu tham gia theo nhóm chiếm tỉ lệ 49.39%; nhu cầu tập luyện cá nhân chiếm tỉ lệ 30.53%; nhu cầu tập luyện theo hình thức CLB chiếm tỉ lệ 20.08%.

Theo giới tính có sự chênh lệch khá lớn ($P < 0.05$), trong đó nam sinh viên có nhu cầu tập luyện TTNK cao hơn so với nữ sinh viên (67.40% so với 64.60%), theo đó số sinh viên không có nhu cầu tập luyện ở nam ít hơn nữ (32.60 % so với 35.40%). Về nhu cầu tham gia

tập luyện các môn TTNK theo giới tính không có sự lựa chọn đồng nhất. Các môn TTNK như: Khiêu vũ thể thao, Thể dục Aerobic được nữ lựa chọn nhiều hơn nam, đây là các môn mang tính mềm dẻo, khéo léo, ít đối kháng về sức mạnh, nên phù hợp với đặc điểm của nữ. Các môn như Bóng đá, Bóng rổ, Võ thuật, Đá cầu thì số lượng sinh viên nam lựa chọn lại nhiều hơn, đây là các môn thiên về sức mạnh và mang tính đối kháng trực tiếp, vì vậy số lượng sinh viên nam có nhu cầu tham gia tập luyện cũng nhiều hơn.

Về nhu cầu tham gia tập luyện TTNK theo hình thức: theo hình thức cá nhân, hình thức CLB và nhóm được nam sinh viên lựa chọn nhiều hơn.

Kết quả đánh giá thực trạng nhu cầu tập luyện TTNK của sinh viên ĐHTN tương đồng với kết quả nghiên cứu của tác giả Phạm Thanh Lương với 72.24% học sinh mong muốn được

tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa.

2.3. Thực trạng động cơ tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Để hiểu rõ động cơ của sinh viên khi tham gia hoạt động TTNK, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 1320 sinh viên có tham gia tập luyện TTNK của 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN . Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng động cơ tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên (n=1320)

Động cơ tập luyện thể thao ngoại khóa	Tổng thể		Giới tính				So sánh	
			Nam		Nữ			
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ ²	P
Rèn luyện sức khỏe	872	66.06	461	52.87	411	47.13	25.82	<0.05
Nhận thức được vai trò, tác dụng của TDTT	826	62.58	427	51.69	399	48.31		
Nâng cao thành tích môn học	798	60.45	416	52.13	382	47.87		
Để có cơ thể cân đối, hài hòa	440	33.33	226	51.36	214	48.64		
Để phòng ngừa bệnh tật	364	27.58	189	51.92	175	48.08		
Để giao lưu, kết bạn	435	32.95	230	52.87	205	47.13		
Tập theo phong trào, bạn bè lôi kéo	453	34.32	233	51.43	220	48.57		
Do chương trình GDTC quy định	806	61.06	450	55.83	356	44.17		
Vui chơi, giải trí sau thời gian học tập mệt mỏi	669	50.68	343	51.27	326	48.73		
Thỏa mãn niềm yêu thích thể thao	590	44.70	302	51.19	288	48.81		
Gia đình ép buộc	307	23.26	159	51.79	148	48.21		
Nâng cao kỹ - chiến thuật và năng lực vận động	327	24.77	172	52.60	155	47.40		

Kết quả bảng 5 cho thấy, sinh viên của 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN đã có ý kiến rất khác nhau về động cơ tham gia tập luyện TTNK.

Xét trên tổng số, đa số sinh viên tập luyện với các động cơ tích cực, bền vững chiếm tỉ lệ tương đối cao. Động cơ rèn luyện sức khỏe chiếm tỉ lệ 66.06%, nhận thức được về vai trò, tác dụng của tập luyện TTNK chiếm tỉ lệ 62.58%, tham gia để vui chơi, giải trí sau thời gian học tập mệt mỏi chiếm tỉ lệ 50.68%. Các động cơ tập luyện khác không bền vững như: Tập luyện theo phong trào, bạn bè lôi kéo, tăng cường giao lưu kết bạn, chữa bệnh, gia đình ép buộc... chiếm tỷ lệ thấp hơn, từ 23.26% đến 34.32%.

Xét theo giới tính: kết quả cho thấy, động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa ở nam nhiều hơn ở nữ sinh viên (P<0.05), hay nói cách khác là động cơ tập luyện TDTT ngoại khóa có sự khác biệt rõ ràng.

2.4. Thực trạng thái độ tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên

Để đánh giá thực trạng thái độ tập luyện TTNK, chúng tôi đã phỏng vấn 1320 sinh viên có tham gia tập luyện TTNK của 06 trường Đại học trực thuộc ĐHTN. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Kết quả bảng 6 cho thấy:

Xét tổng thể, sinh viên có thái độ tập luyện

Bảng 6. Thực trạng thái độ tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học Thái Nguyên (n=1320)

Thái độ tập luyện	Tổng thể (n=1320)		Giới tính				So sánh	
			Nam		Nữ			
	m _i	%	m _i	%	n	%	χ ²	P
Tham gia tích cực	176	13.33	92	52.27	84	47.73	12.55	>0.05
Chủ động học tập	202	15.30	109	53.96	93	46.04		
Tìm tòi, sáng tạo	188	14.24	99	52.66	89	47.34		
Tinh thần quyết tâm	156	11.82	81	51.92	75	48.08		
Thụ động	363	27.50	191	52.62	172	47.38		
Chán nản, mệt mỏi, thiếu trách nhiệm	113	8.56	60	53.10	53	46.90		
Lo lắng, căng thẳng	122	9.24	63	51.64	59	48.36		

không đồng nhất. Các biểu hiện cụ thể: sinh viên có thái độ tham gia tích cực chiếm 13.33%, chủ động học tập 15.30%, tìm tòi sáng tạo 14.24%, sinh viên tập luyện với tinh thần quyết tâm 11.82%. Số sinh viên tập luyện TTNK thụ động chiếm tỉ lệ tương đối cao 27.50%, tập luyện với tinh thần chán nản mệt mỏi, thiếu trách nhiệm chiếm 8.56%, lo lắng căng thẳng chiếm 9.24%.

Theo giới tính, ở cả nam và nữ đều có ý kiến về thái độ tập luyện TTNK không đồng nhất, ($P>0.05$, tỉ lệ ở nam cao hơn nữ. Các biểu hiện cụ thể: tập luyện tích cực ở nam là 52.27%, nữ 47.73%; chủ động học tập ở nam là 53.96% ở nữ 46.04%; tìm tòi sáng tạo ở nam là 52.66% ở nữ là 47.34%; tinh thần quyết tâm ở nam là 51.92%, nữ là 48.08%; tập luyện TTNK thụ động ở nam là 49.10%, nữ là 50.90%; chán nản, mệt mỏi thiếu trách nhiệm ở nam là 52.62%, ở nữ là 47.38%; lo lắng, căng thẳng ở nam là 51.64%, ở nữ là 48.36%.

Kết quả trên cũng cho thấy, sinh viên ĐHTN tham gia tập luyện TTNK với thái độ tự giác, tích cực chủ động chiếm tỉ lệ không cao. Đa số sinh viên tập luyện chủ yếu với thái độ thụ động, lo lắng căng thẳng, chán nản, mệt mỏi thiếu trách nhiệm chiếm tỉ lệ 45.30%. Điều này có thể xuất phát từ nhiều nguyên nhân như vì áp lực học hành, thiếu thời gian rảnh rỗi, thiếu cơ sở vật chất, thiếu người hướng dẫn... Ngoài ra, không có không gian tập luyện phù hợp, không tìm được môn thể thao yêu thích hoặc cảm thấy mệt mỏi do thiếu vận động cũng là những lý do phổ biến. Do đó cần phải có các giải pháp cụ thể

đảm bảo tính khoa học và hiệu quả giúp cải thiện thái độ của sinh viên với việc tập luyện TTNK, giúp cho sinh viên yêu thích và tự nguyện tham gia tập luyện.

KẾT LUẬN

Đa số sinh viên đều có nhận thức đúng về vai trò, tác dụng của tập luyện TTNK. Tuy nhiên, vẫn còn một tỉ lệ nhất định nhận thức chưa đúng về vấn đề này; Nhu cầu tập luyện TTNK chiếm tỉ lệ cao, đối với các môn thể thao như: Bóng chuyền, Võ thuật, Đá cầu...; Sinh viên có nhu cầu tập luyện chủ yếu theo hình thức cá nhân và nhóm; Động cơ tham gia tập luyện không đồng nhất; Sinh viên có thái độ tập luyện TTNK thụ động chiếm tỉ lệ tương đối cao.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD&ĐT (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGD-ĐT về việc Ban hành Quy định tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho HS học sinh*.
2. Bộ GD&ĐT (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD-ĐT Ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS-SV*.
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Chính phủ (2015), *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường*.
5. Chính phủ (2016), *Quyết định số 1076/QĐ-TTg 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*.