

# THỰC TRẠNG CÔNG TÁC PHÁT TRIỂN THỂ LỰC TRONG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN HỌC VIỆN NÔNG NGHIỆP VIỆT NAM

Phạm Quốc Đạt\*; Trần Văn Hậu\*  
Nguyễn Tiến Tuân\*; Trương Đức Thăng\*\*

## Tóm tắt:

Thực trạng công tác phát triển thể lực trong GDTC cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam được đánh giá qua các nội dung: Thể lực chung của sinh viên; nội dung, phân phối chương trình và phương tiện GDTC; đội ngũ giảng viên và cơ sở vật chất đảm bảo cho quá trình đào tạo. Kết quả nghiên cứu là cơ sở thực tiễn cho việc đề xuất các giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên trong nhà trường.

**Từ khóa:** Phát triển thể lực, yếu tố ảnh hưởng, Học viện Nông nghiệp Việt Nam

## Actual situation of developing fitness in physical education for students Vietnam National University of Agriculture

### Summary:

The reality of fitness development in physical education for students at Vietnam National University of Agriculture is assessed through the following contents: general fitness of students; content, curriculum and aids of PE program; teaching staff and facilities to ensure the training process. The research results are the practical basis for proposing solutions to improve physical fitness for students in the school.

**Keywords:** Fitness development, influencing factors, Vietnam National University of Agriculture.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể dục thể thao là một bộ phận không thể thiếu trong công cuộc xây dựng nền văn hoá mới, con người mới, là một phương tiện tối ưu không chỉ để nâng cao sức khoẻ, khả năng vận động, giáo dục phẩm chất đạo đức, ý chí cho con người, mà còn góp phần phát triển năng lực trí tuệ, trong đó, Giáo dục thể chất (GDTC) đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển thể lực và hoàn thiện nhân cách, thể chất cho sinh viên.

Học viện Nông nghiệp Việt Nam là một trong những trường đào tạo nhiều ngành nghề, lực lượng sinh viên đông đảo. Hiện nay công tác GDTC trong Học viện Nông nghiệp Việt Nam còn có nhiều hạn chế, nhận thức của sinh viên về vai trò, tác dụng của môn học còn khiêm tốn, chưa đầy đủ, kết quả đạt được so với tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho HSSV theo quy định của Bộ

Giáo dục và Đào tạo còn thấp, đặc biệt là sinh viên các khóa mới. Nguyên nhân chủ yếu là do số lượng lớn sinh viên được nhập học từ các vùng kinh tế khó khăn dẫn đến chất lượng đầu vào thấp và phân tán, đồng thời thiết kế nội dung các giờ học GDTC chưa tập trung cao cho việc phát triển thể lực của sinh viên. Chính vì vậy nhiệm vụ nâng cao thể lực chung cho sinh viên là việc làm rất cần thiết và cấp thiết. Đánh giá thực trạng công tác phát triển thể lực trong GDTC cho sinh viên là vấn đề cần được giải quyết trước tiên để làm cơ sở khoa học thực tiễn cho việc nghiên cứu đề xuất các giải pháp nâng cao thể lực chung cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu, phương pháp phỏng vấn,

\*ThS, Học viện Nông nghiệp Việt Nam

\*\*TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng nghiên cứu: Thực trạng phát triển thể lực cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam.

Đối tượng khảo sát: 60 nam sinh viên năm 1, 56 nam sinh viên năm 2 và 52 sinh viên năm 3.

Các test đánh giá thể lực và tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, gồm: Chạy 30m XPC (s), Bật xa tại chỗ (cm), Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl), Lực bóp tay thuận (kG), Chạy tùy sức 5 phút (m) và Chạy con thoi 4x10m (s). Thời điểm kiểm tra: sau khi kết thúc nội dung môn học GDTC tương ứng với các khóa học.

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

**1. Thực trạng các yếu tố chi phối hiệu quả công tác phát triển thể lực trong Giáo dục thể chất cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

Trên cơ sở phân tích, xác định các yếu tố chính ảnh hưởng, chi phối hiệu quả công tác phát triển thể lực trong GDTC cho sinh viên, đề tài tiến hành đánh giá thực trạng các yếu tố đã được lựa chọn.

#### 1.1. Thực trạng chương trình GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam

Chương trình GDTC có ảnh hưởng trực tiếp tới hiệu quả công tác GDTC nói chung và kết quả phát triển thể lực chung của sinh viên nói riêng. Đề tài đã tiến hành nghiên cứu nội dung và phân phối chương trình GDTC hiện đang ứng dụng tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

Kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy, về cơ bản, nội dung chương trình GDTC khá đa dạng, gồm nhiều môn học khác nhau, bao gồm cả giờ chính khóa và ngoại khóa; thời gian phân phối các nội dung đáp ứng yêu cầu qui định của Bộ Giáo dục và Đào tạo với tổng cộng 150 tiết

**Bảng 1. Nội dung và phân phối thời gian học tập trong chương trình GDTC cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

TT	Nội dung	Tổng số tiết	Học theo tín chỉ				
			I	II	III	IV	V
<b>I</b>	<b>Môn bắt buộc</b>	<b>90</b>					
1	Lý thuyết GDTC - Chạy cự ly trung bình	30	*				
2	Chạy 100m – Nhảy xa	30	*				
3	Thể dục	30	*				
<b>II</b>	<b>Các môn TT tự chọn</b>	<b>60</b>					
1	Bóng đá 1, 2	60		30	30	**	**
2	Bóng chuyền 1, 2	60		30	30	**	**
3	Bóng rổ 1, 2	60		30	30	**	**
4	Cầu lông 1, 2	60		30	30	**	**
5	Cờ vua 1, 2	60		30	30	**	**
<b>III</b>	<b>Ngoại khoá:</b>						
	- Bóng đá - Cầu lông - Bóng chuyền - Bóng rổ - Bóng bàn - Điền kinh - Khiêu vũ thể thao, Aerobic,.. - Võ thuật	320	75	75	70	70	30
<b>Σ</b>	<b>TỔNG</b>	<b>470</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>60</b>

Ghi chú: \* - Nội dung bắt buộc tùy theo nhóm/lớp ấn định từ học kỳ I.

\*\* - Chọn 1 trong số 5 nội dung tự chọn, từ học kỳ II trở đi.

## BÀI BÁO KHOA HỌC

trong 5 học kỳ, trong đó có 8 tiết lý thuyết và 142 tiết thực hành; Thời gian học tập môn GDTC được sắp xếp 2 tiết 1 tuần. Với thời lượng 2 tiết / tuần tuy phù hợp với qui định nhưng là rất thấp để phát triển thể lực, hơn thế, để tạo hứng thú và nâng cao thể lực cho sinh viên thì nội dung các buổi học phải được bố trí, sắp xếp một cách khoa học, hợp lý, đặc biệt là việc phân phối thời lượng và áp dụng các phương tiện phát triển thể lực, nếu không hiệu quả giờ học sẽ không cao.

### 1.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam

Đội ngũ giảng viên, những người trực tiếp tham gia giảng dạy môn GDTC là một trong những nhân tố quan trọng, quyết định tới hiệu quả của công tác GDTC nói chung và phát triển thể lực cho sinh viên nói riêng. Đề tài đã tiến hành nghiên cứu thực trạng đội ngũ giảng viên bộ môn GDTC theo các tiêu chí số lượng, trình độ và thâm niên công tác. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

**Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

Trình độ học vấn	Số lượng	Tỷ lệ %	Thâm niên công tác					
			Dưới 5 năm		5 - 15 năm		Trên 15 năm	
			Người	%	Người	%	Người	%
Cử nhân	6	35.3	7	41.2	7	41.2	3	17.6
Thạc sĩ	11	64.7						
Tiến sĩ	0	0.0						
<b>Tổng</b>	<b>17</b>							

Kết quả khảo sát thu được ở bảng 2 cho thấy: Bộ môn GDTC hiện có 17 giảng viên, trong đó 11 giảng viên có trình độ Thạc sĩ chiếm 64.7 %, 6 giảng viên trình độ Cử nhân chiếm 35.3 %. Số giảng viên công tác dưới 5 năm là 07 người chiếm 41.2 %, công tác 5 - 15 năm là 07 người chiếm 41.2 %, còn lại có 03 người đã giảng dạy trên 15 năm, chiếm 17.6 %.

Như vậy có thể thấy, đội ngũ giảng viên GDTC phần lớn có trình độ học vấn tốt và có kinh nghiệm giảng dạy nhiều năm. Lực lượng

này có thể cho phép hoàn thành tốt các nhiệm vụ GDTC theo chương trình mà nhà trường đã xây dựng.

### 1.3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC

Để tìm hiểu thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC đề tài đã tiến hành thống kê về số lượng và chất lượng các sân tập phục vụ môn học GDTC của trường, kết quả được trình bày ở bảng 3.

**Bảng 3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

TT	Sân	Số lượng	Chất lượng
1	Bóng đá	3	Khá
2	Bóng chuyền	3	Khá
3	Bóng rổ	1	Khá
4	Bóng bàn	2	Tốt
5	Điền kinh	6	Khá
6	Cầu lông	3	Tốt
7	Thể dục	4	Tốt

Kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy, các sân bãi phục vụ môn học GDTC của trường có chất lượng khá tốt, tuy số lượng còn hạn chế, nhưng về cơ bản có thể đảm bảo phục vụ cho việc tổ chức các giờ học. Tuy nhiên, để nâng cao chất lượng các giờ GDTC, qua đó góp phần nâng cao thể lực chung cho sinh viên, thì cần phải lựa chọn và sắp xếp các nội dung, sử dụng phương pháp lên lớp phù hợp để tận dụng tối đa điều kiện cơ sở vật chất hiện có.

**1.4. Thực trạng các bài tập phát triển thể lực chung cho sinh viên trong các giờ học GDTC của Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

Để thực hiện nhiệm vụ này đề tài đã tiến hành nghiên cứu nội dung các giáo án giảng dạy của các giáo viên bộ môn GDTC, qua đó thống kê các bài tập đang được sử dụng để giảng dạy, huấn luyện nâng cao thể lực chung cho nam sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam. Kết quả thu được trình bày ở bảng 4.

**Bảng 4. Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên trong các giờ học GDTC tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

TT	Bài tập	Số lần lặp lại
1	Chạy 400 m	1 lần
2	Bật cóc	2 x 15 lần (nam) / 2 x 10 lần (nữ)
3	Lò cò một chân	2 x 20m
4	Chạy zích zắc	2 x 20m (nam) / 2 x 15m (nữ)

Kết quả thu được ở bảng 4 cho thấy số lượng bài tập được sử dụng cho phát triển thể lực chung của sinh viên còn rất hạn chế, đơn điệu, chưa phát triển toàn diện các tố chất thể lực của sinh viên, đặc biệt, các bài tập phát triển sức mạnh thân, sức mạnh tốc độ, sức bền ưa khí và trò chơi vận động còn chưa được quan tâm.

Để làm rõ hơn mức độ tác động của các bài tập, chúng tôi đã phân tích sâu hơn về lượng vận động được sử dụng thông qua quan sát sự phạm. Kết quả cho thấy, thời lượng 2 tiết / tuần và 15 phút / giáo án dành riêng cho phát triển thể lực là rất thấp, không đáp ứng được yêu cầu của lý luận chuyên ngành, hơn thế, với số lượng bài tập còn hạn chế, đơn điệu đã không tạo được hứng thú, tính tích cực của sinh viên, dẫn đến mật độ vận động và cường độ vận động thấp. Đây chính là một trong những nguyên nhân quan trọng ảnh hưởng tới sự phát triển thể lực chung của sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam thời gian qua. Vì vậy, để nâng cao được thể lực cho nam sinh viên, cần thiết phải nghiên cứu lựa chọn các bài tập phù hợp, toàn diện để ứng dụng vào các giờ học GDTC.

**2. Thực trạng trình độ thể lực của nam sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam qua các năm học**

Kết quả kiểm tra theo các test phản ánh các tố chất thể lực của sinh viên và đánh giá theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể được trình bày ở bảng 5.

Kết quả thu được ở bảng 5 cho thấy: trình độ thể lực chung của nam sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam có sự phát triển qua từng năm, tuy nhiên, kết quả kiểm tra ở các nội dung còn thấp, nhiều sinh viên chưa đạt được tiêu chuẩn rèn luyện do Bộ GD&ĐT quy định, đặc biệt là sinh viên năm thứ nhất và năm thứ hai. Cụ thể: Tỷ lệ sinh viên không đạt tiêu chuẩn ở năm thứ nhất từ 40% - 55%, năm thứ 2 từ 30.4% - 42.9%, năm thứ 3 giảm còn từ 28.8% - 34.6%. Trong đó các tố chất sức mạnh, sức mạnh tốc độ và sức bền có sự phát triển thấp.

**KẾT LUẬN**

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến sự phát triển thể lực của sinh viên như nội dung và phân phối chương trình GDTC, đội ngũ giảng viên và cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC của Học viện Nông nghiệp Việt Nam về cơ bản đã đảm bảo được yêu cầu quy định của Bộ Giáo Dục và Đào tạo. Tuy nhiên, hệ thống bài tập phát triển thể lực còn nhiều hạn chế đã dẫn đến trình độ thể lực còn thấp, nhiều sinh viên chưa đạt được

**Bảng 5. Kết quả kiểm tra thực trạng thể lực của nam sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam**

TT	Nội dung	Kết quả					
		Không đạt	%	Đạt	%	Tốt	%
<b>Sinh viên năm thứ nhất K58 (n=60)</b>							
1	Chạy 30m XPC (s)	31	<b>51.70</b>	23	<b>38.30</b>	6	<b>10.00</b>
2	Bật xa tại chỗ (cm)	33	<b>55.00</b>	20	<b>33.30</b>	7	<b>11.70</b>
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	30	<b>50.00</b>	25	<b>41.70</b>	5	<b>8.30</b>
4	Lực bóp tay thuận(Kg)	28	<b>47.00</b>	25	<b>41.00</b>	7	<b>12.00</b>
5	Chạy tùy sức 5 phút(m)	33	<b>55.00</b>	21	<b>35.00</b>	6	<b>10.00</b>
6	Chạy con thoi 4x10m(s)	24	<b>40.00</b>	28	<b>46.70</b>	8	<b>13.30</b>
<b>Sinh viên năm thứ hai K57 (n=56)</b>							
1	Chạy 30m XPC (s)	24	<b>42.90</b>	26	<b>46.40</b>	6	<b>10.90</b>
2	Bật xa tại chỗ (cm)	23	<b>41.10</b>	26	<b>46.20</b>	7	<b>12.70</b>
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	24	<b>42.90</b>	27	<b>48.20</b>	5	<b>8.90</b>
4	Lực bóp tay thuận(Kg)	24	<b>42.90</b>	26	<b>46.20</b>	6	<b>10.90</b>
5	Chạy tùy sức 5 phút(m)	23	<b>41.10</b>	26	<b>46.20</b>	7	<b>12.70</b>
6	Chạy con thoi 4x10m(s)	17	<b>30.40</b>	32	<b>57.10</b>	7	<b>12.70</b>
<b>Sinh viên năm thứ ba K56 (n=52)</b>							
1	Chạy 30m XPC (s)	18	<b>34.60</b>	28	<b>53.80</b>	6	<b>11.60</b>
2	Bật xa tại chỗ (cm)	18	<b>34.60</b>	29	<b>55.70</b>	5	<b>9.70</b>
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	17	<b>32.70</b>	30	<b>57.60</b>	5	<b>9.70</b>
4	Lực bóp tay thuận(Kg)	20	<b>38.00</b>	25	<b>48.00</b>	7	<b>13.60</b>
5	Chạy tùy sức 5 phút(m)	17	<b>32.70</b>	29	<b>55.70</b>	6	<b>11.60</b>
6	Chạy con thoi 4x10m(s)	15	<b>28.80</b>	30	<b>57.60</b>	7	<b>13.60</b>

tiêu chuẩn rèn luyện do Bộ GD&ĐT quy định, đặc biệt là ở năm thứ nhất và năm thứ hai.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Kỳ Anh, Vũ Đức Thu (1994), “Những giải pháp thực thi nhằm cải tiến nâng cao chất lượng GDTC trong các trường Đại học”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Phạm Minh Hạc (2001), *Về phát triển toàn diện con người thời kỳ Công nghiệp hóa – Hiện đại hóa*, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội.

3. Vũ Đào Hùng (1998), *Phương pháp nghiên cứu khoa học TĐTT*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

4. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải, Vũ Bích Huệ (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của sinh viên Việt nam trước thềm thế kỷ 21*, Nxb Hà Nội.

(Bài nộp ngày 6/4/2021, phản biện ngày 2/6/2021, duyệt in ngày 29/6/2021

Chịu trách nhiệm chính: Phạm Quốc Đạt;  
Email: Pqdat@vnua.edu.vn)