

# MỘT SỐ GIẢI PHÁP PHÁT TRIỂN THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CHO SINH VIÊN HỌC VIỆN NGÂN HÀNG

Nguyễn Đức Quỳnh\*  
Trần Anh Dũng\*\*

## Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu cơ bản, căn cứ cơ sở lý luận và thực tiễn, đề tài đã lựa chọn và xây dựng được 4 giải pháp với những chỉ dẫn cụ thể để phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng và đưa vào ứng dụng trong thực tiễn đã mang lại kết quả khả thi.

**Từ khóa:** Giải pháp, TDTT ngoại khóa, Học viện Ngân hàng.

## Solutions to develop extracurricular sports for students at Banking Academy

### Summary:

Through basic research methods and relying on theoretical and practical bases, the topic has selected and developed 4 solutions with specific instructions to develop extracurricular sports for students at Banking Academy. The practical application of solutions has shown feasible results.

**Keywords:** Solutions, extracurricular sports, Banking Academy.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác GDTC nội khóa và hoạt động TDTT ngoại khóa tại Học viện Ngân hàng luôn được Ban Giám đốc quan tâm, tạo điều kiện phát triển; hoạt động thi đấu thể thao đã trở thành một trong những phương tiện giao lưu quan trọng trong sinh viên và cán bộ giảng viên; cơ sở vật chất phục vụ hoạt động dạy và học môn học GDTC không ngừng được cải tiến. Tuy nhiên, vẫn còn một số tồn tại cơ bản:

Giữa GDTC nội khóa và ngoại khóa thiếu sự liên kết, đồng bộ; đa số sinh viên không thực hiện giờ tự học đối với môn học; Phong trào, chất lượng và hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa chưa cao.

Trong thực tiễn công tác giảng dạy chúng tôi nhận thấy, ngoài các giờ học nội khóa thì nhu cầu hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên là rất lớn, đây là khoảng thời gian các em được vui chơi, giao lưu, được rèn luyện thêm về thể lực, kỹ năng vận động và tăng cường sức khỏe. Tuy vậy, sự phát triển của TDTT ngoại khóa vẫn chưa đáp ứng được nhu cầu thực tế. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng, tính bức thiết của vấn đề, căn cứ vào nhu cầu thực tiễn, chúng tôi tiến hành nghiên cứu giải pháp phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng.

\*ThS, Khoa Lý luận chính trị - Học viện Ngân hàng

\*\*CN, Khoa Quốc phòng An ninh - Học viện Ngân hàng

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp kiểm chứng sư phạm tự nhiên; Phương pháp toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Lựa chọn các giải pháp phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng

Việc lựa chọn các giải pháp phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng được tiến hành theo các bước: Xác định căn cứ cơ sở lý luận và thực tiễn để đề xuất giải pháp; Lựa chọn qua tham khảo tài liệu; Lựa chọn qua phỏng vấn bằng phiếu hỏi trên diện rộng (chuyên gia, cán bộ, giảng viên và sinh viên). Kết quả đã lựa chọn được 4 giải pháp phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng.

### 2. Xây dựng nội dung các giải pháp phát triển hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng

#### 2.1. Giải pháp 1: Nâng cao nhận thức của sinh viên về vai trò và tác dụng của tập luyện TDTT ngoại khóa

*Mục đích:*

Làm cho lực lượng cán bộ quản lý, giáo viên, sinh viên hiểu rõ quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác GDTC trong trường học các cấp, từ đó tạo động cơ tập luyện TDDT đúng đắn và thói quen tập luyện bền vững cho cán bộ, giảng viên và sinh viên.

*Nội dung:*

Tăng cường tuyên truyền, quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDDT trong trường học.

Tuyên truyền nâng cao nhận thức của cán bộ quản lý, giáo viên, sinh viên về tầm quan trọng của việc tập luyện TDDT đối với sức khỏe và cuộc sống.

Tuyên truyền về các giải thi đấu thể thao trong và ngoài Học viện, các đội tuyển thể thao của Học viện, các tấm gương và hình ảnh đẹp về thể thao, từ đó có tác động trực tiếp và thay đổi nhận thức của sinh viên.

*Tổ chức thực hiện:*

Tuyên truyền trên hệ thống loa phát thanh của Học viện về các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDDT trong trường học; tầm quan trọng của TDDT và việc tập luyện TDDT hàng ngày; về các giải thi đấu thể thao của sinh viên và đặc biệt khi có đội tuyển thể thao của Học viện NH tham gia thi đấu.

Tuyên truyền bằng hệ thống hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng của việc tập luyện TDDT với sức khỏe.

Tạo Fanpage để kết nối những người yêu thích TDDT và muốn tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa.

Lập Group facebook để cùng nhau chia sẻ những hoạt động, bài viết, hình ảnh đẹp về TDDT...

Giảng viên giảng dạy GDTC phải có nhiệm vụ thông qua bài giảng liên hệ với thực tế giúp sinh viên hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của tập luyện TDDT. Đặc biệt, thông qua các giờ học lý thuyết môn GDTC để sinh viên nắm rõ các cơ sở khoa học sinh học của GDTC, các nguyên lý của vận động (kỹ năng, kỹ xảo vận động); Tác dụng của vận động đối với cơ thể và các hệ cơ quan trong cơ thể; Cách vệ sinh sức khỏe sau vận động, giúp sinh viên hiểu và biết vận dụng các phương pháp phòng và tránh chấn thương trong tập luyện TDDT, cũng như

biết cách sơ cứu khi bị chấn thương.

Cộng điểm rèn luyện cho những sinh viên tích cực tham gia các hoạt động TDDT của Học viện.

Cộng điểm chuyên cần, điểm kiểm tra cho những sinh viên ham học hỏi, tìm hiểu, theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng hàng ngày, đọc thêm sách báo về các thông tin TDDT trong nước và thế giới.

*Đơn vị phối hợp:* Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng Quản lý người học, Đoàn thanh niên, Hội sinh viên, tổ chức thực hiện.

*Tiêu chí đánh giá giải pháp:* Đánh giá tần số thực hiện tuyên truyền: số buổi phát thanh, thời gian mỗi buổi, đánh giá qua số lượng người truy cập và số thành viên của fanpage...

Đánh giá qua nhận thức tích cực của sinh viên về vị trí, vai trò của TDDT ngoại khóa.

### **2.2. Giải pháp 2: Đổi mới hình thức và tổ chức tập luyện TDDT ngoại khóa**

*Mục đích:*

Đổi mới hình thức và tổ chức tập luyện TDDT ngoại khóa nhằm đáp ứng nguyện vọng, nhu cầu của sinh viên, giúp sinh viên có những lựa chọn phù hợp với điều kiện bản thân. Tăng thời gian tập luyện ngoại khóa bù đắp những khiếm khuyết trong giờ nội khoá. Tăng cường, bổ sung các bài tập phát triển các tố chất thể lực góp phần nâng cao thể lực chung cho sinh viên Học viện Ngân hàng.

*Nội dung:*

Căn cứ vào thời khoá biểu sắp xếp 1 tuần 1 - 2 giờ ngoại khoá cho sinh viên.

Thành lập Câu lạc bộ TDDT sinh viên có giáo viên chuyên môn phụ trách và hướng dẫn để thu hút, lôi cuốn sinh viên tham gia tập luyện ngoại khóa nhằm phát triển phong trào TDDT trong sinh viên.

Tổ chức các nhóm, lớp tập luyện vào giờ ngoại khóa có giáo viên hướng dẫn.

Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao trong Học viện như: Tổ chức thi đấu giữa các Khoa và giải thi đấu thể thao sinh viên toàn Học viện, giao lưu mở rộng với các ngân hàng, các trường đại học trong khu vực Hà Nội.

*Tổ chức thực hiện:*

Phối hợp giữa giáo viên TDDT với hướng dẫn viên để sắp xếp thời gian hợp lý cho việc tổ chức hoạt động ngoại khóa. Các giờ ngoại khóa

đều có sự giám sát của giáo viên TDTT, cùng với sự hỗ trợ từ các thành viên trong đội tuyển thể thao của Học viện với tư cách hướng dẫn viên.

Giờ ngoại khoá, các giáo viên phải chuẩn bị nội dung cụ thể cho mỗi buổi tập, sẵn bãi dụng cụ và điều hành tập luyện một cách có tổ chức, được giáo viên điểm danh theo dõi để có điểm thưởng (chuyên cần, điểm kiểm tra) cho nội dung học chính khóa.

Bộ môn GDTC cử giảng viên tổ chức hướng dẫn và lên kế hoạch tập luyện cho các CLB thể thao. Bầu ra ban lãnh đạo CLB là các em sinh viên để CLB chủ động hoạt động và phát huy tính tích cực, sáng tạo của sinh viên dưới sự hỗ trợ về mặt chuyên môn của giảng viên Bộ môn GDTC.

Tổ chức các giải thi đấu thể thao toàn Học viện định kỳ hàng năm và yêu cầu tất cả các khoa phải có thành viên tham gia. Đây không chỉ là biện pháp kích thích sinh viên trực tiếp tham gia tập luyện để thi đấu, mà còn giúp các em tiếp xúc với môn thể thao thông qua hoạt động cổ vũ cho đồng đội, từ đó thêm yêu thích và tham gia TDTT.

Phối hợp với Công đoàn ngành Ngân hàng tổ chức các buổi giao lưu thể thao với các chi nhánh thuộc Ngân hàng Nhà nước để tăng cường mối quan hệ, tạo cơ hội tìm kiếm việc làm cho sinh viên sau khi tốt nghiệp.

Phối hợp với các trường đại học trong khu vực Hà Nội tổ chức các buổi giao lưu thể thao theo từng môn, ưu tiên các môn thể thao phổ biến và được nhiều sinh viên yêu thích tham gia tập luyện. Với những môn thể thao có tổ chức tập luyện theo hình thức đội tuyển ở nhiều trường, có thể tổ chức giao lưu giữa các đội tuyển.

Đăng cai tổ chức các giải thi đấu của sinh viên các trường Đại học, Học viện và Cao đẳng khu vực Hà Nội.

*Đơn vị phối hợp:*

Bộ môn GDTC, văn phòng Đảng, Đoàn, đội tuyển thể thao, Đoàn thanh niên, Phòng Quản lý người học phối hợp thực hiện.

*Tiêu chí đánh giá giải pháp:*

Số lượng sinh viên tham gia ngoại khóa, số môn thể thao được tổ chức trong toàn Học viện.

Số lượng CLB, số thành viên tham gia.

Số lượng các buổi giao lưu, số giải thi đấu

thể thao được tổ chức, số lượng sinh viên tham gia và thành tích đạt được.

**2.3. Giải pháp 3: Nâng cao số lượng, chất lượng giảng viên, người hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa tại Học viện Ngân hàng**

*Mục đích:*

Đội ngũ giảng viên, hướng dẫn viên TDTT ngoại khóa đủ về số lượng và đảm bảo về chất lượng chuyên môn là điều kiện cần thiết, đảm bảo cho sự phát triển sâu, rộng và bền vững phong trào TDTT ngoại khóa của sinh viên.

*Nội dung:*

Khuyến khích các giảng viên có trình độ, kinh nghiệm tham gia vào hướng dẫn hoạt động TDTT ngoại khóa. Coi đây là một trong những tiêu chí điểm cộng trong tính điểm KPI của Học viện.

Cử các giáo viên tham dự các lớp học bồi dưỡng nghiệp vụ sư phạm, tập huấn công tác huấn luyện và trọng tài.

Mời các HLV, VĐV có trình độ cao cộng tác với Học viện mở các lớp, CLB Yoga, Khí công, Zumba Dance... dành cho CB, GV và sinh viên Học viện Ngân hàng.

Bồi dưỡng tình nguyện viên (là những SV trong đội tuyển thể thao của Học viện) có khả năng hướng dẫn và trợ giảng cho giáo viên trong các giờ ngoại khóa.

*Tổ chức thực hiện:*

Liên hệ với Tổng cục TDTT, Vụ GDTC và các Liên đoàn thể thao để cử giáo viên tham gia công tác trọng tài các giải thể thao của ngành, của khu vực Hà Nội và của sinh viên toàn quốc.

Mời các VĐV có đẳng cấp quốc gia và quốc tế về Học viện thi đấu giao hữu để giúp nâng cao nghiệp vụ chuyên môn cho giảng viên.

Tiếp tục vận dụng các chế độ chính sách đã được thực hiện. Từng bước 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 giảng viên, HDV, trong đó đề xuất với Ban giám đốc Học viện được tính giờ huấn luyện, hướng dẫn ngoại khóa cho CB, GV.

Có chế độ động viên, khen thưởng kịp thời, thỏa đáng, tạo động cơ thúc đẩy quá trình huấn luyện, giảng dạy, tập luyện và thi đấu của CB, giảng viên và sinh viên.

Quy đổi thành tích thi đấu của CB, GV và sinh viên thành giờ nghiên cứu khoa học.

## BÀI BÁO KHOA HỌC

Vận động, thu hút kinh phí hỗ trợ từ các tổ chức xã hội trong và ngoài Học viện.

*Đơn vị phối hợp:*

Bộ môn GDTC phối hợp với Công đoàn Học viện, Viện nghiên cứu khoa học, Phòng đào tạo, Phòng tổ chức cán bộ tổ chức thực hiện.

*Tiêu chí đánh giá giải pháp:*

Đánh giá về kết quả thông qua số lượng và chất lượng đội ngũ giáo viên, HDV tham gia hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa.

### **2.4. Giải pháp 4: Đổi mới cơ chế quản lý và cải tạo, nâng cấp CSVC phục vụ công tác TDTT ngoại khóa**

*Mục đích:*

Nâng cao số lượng và chất lượng sân tập, trang thiết bị, dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và hoạt động ngoại khóa nhằm tạo môi trường và điều kiện để nâng cao hiệu quả công tác GDTC nội khóa và hoạt động TDTT ngoại khóa.

*Nội dung:*

Quản lý và khai thác tốt sân vận động và nhà thể chất, cải tạo và nâng cấp sân tập để tận dụng và phát huy tối đa điều kiện hiện có phục vụ giảng dạy nội khóa và hoạt động TDTT ngoại khóa cho CB, GV và SV.

Xây dựng kế hoạch mua sắm bổ sung trang thiết bị, dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện TDTT đủ về số lượng và đảm bảo về chất lượng.

Sử dụng hiệu quả nguồn kinh phí của Học viện dành cho công tác GDTC và các hoạt động TDTT. Huy động kinh phí từ các nguồn của các tổ chức và cá nhân.

*Tổ chức thực hiện:*

- Cơ chế quản lý: Bộ môn GDTC đề xuất với Ban giám đốc cho phép quản lý và khai thác các công trình TDTT của Học viện để chủ động kế hoạch giảng dạy nội khóa và các hoạt động TDTT ngoại khóa; Tạo điều kiện cho sinh viên mượn dụng cụ, mở nhà tập, sân quần vợt... để sinh viên được chủ động tập luyện TDTT ngoại khóa trong thời gian rảnh rỗi.

- Về cơ sở vật chất: Bộ môn GDTC đề xuất với Ban giám đốc Học viện cho sửa chữa cải tạo gầm nhà D6 thành phòng tập GYM để thu hút đông đảo CB, GV, SV tham gia tập luyện sau giờ làm việc; hằng năm mua sắm bổ xung trang thiết bị, dụng cụ phục vụ giảng dạy nội khóa, cũng như hoạt động TDTT ngoại khóa.

- Về kinh phí: Bộ môn GDTC đề xuất Ban giám đốc Học viện quan tâm tạo điều kiện về kinh phí tổ chức các hoạt động TDTT trong Học viện, tham gia các giải thể thao do ngành Ngân hàng và Bộ giáo dục - Đào tạo tổ chức...

*Đơn vị phối hợp:*

Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng quản trị, Trung tâm hỗ trợ đào tạo, Phòng Tài chính kế toán tổ chức thực hiện.

*Tiêu chí đánh giá giải pháp:*

Đánh giá thông qua số lượng, chất lượng các công trình, dụng cụ (bóng, lưới, cầu...), số kinh phí chi cho hoạt động TDTT hàng năm.

## **KẾT LUẬN**

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn và xây dựng được 04 giải pháp phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên Học viện Ngân hàng. Để tạo được hiệu quả, các giải pháp phải được triển khai đồng bộ với sự hỗ trợ, phối hợp từ phía Ban giám đốc, Phòng đào tạo, Viện Nghiên cứu khoa học, Phòng quản trị, Trung tâm hỗ trợ đào tạo, Bộ môn GDTC để phát triển TDTT ngoại khóa cho sinh viên.

## **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Trần Kim Cương (2008) “Thực trạng tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa trong các trường học tỉnh Ninh Bình”, *Tạp chí Khoa học thể thao (6), Viện Khoa học thể dục thể thao*, Hà Nội, tr 56-60.

2. Nguyễn Quang Huy (2010), “Thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa của học viên quân sự Học viện Kỹ thuật quân sự”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, y tế trường học (lần V)*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

3. Phùng Xuân Dũng (2017), “Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội”, *Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh*, Hà Nội.

4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 12/6/2021, phản biện ngày 16/6/2021, duyệt in ngày 29/6/2021)

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Đức Quỳnh  
Email: [nguyenquynh@gmail.com](mailto:nguyenquynh@gmail.com))