

THỰC TRẠNG VÀ NHU CẦU TẬP LUYỆN THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA NỮ SINH VIÊN KHÔNG CHUYÊN GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM HÀ NỘI 2

Đỗ Đức Hùng*

Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu thường quy đề tài đã xác định được thực trạng và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên không chuyên GDTC Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2, là cơ sở cho việc đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC trong Nhà trường.

Từ khóa: Nhận thức, nhu cầu, TDTT ngoại khóa, sinh viên.

Situation and demands of extracurricular exercise and sports of female non-specialized students in physical education at Hanoi National University of Education 2

Summary:

Through regular research methods, the topic has identified the status and demand of extracurricular sports and physical training of female non-specialized students in Physical Education at Hanoi National University of Education 2. The results are the basis for proposing measures to improve the quality of physical education work in the school.

Keywords: Awareness, demands, extracurricular sports, students.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Kết quả khảo sát GDTC tại Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2 cho thấy, hiện nay việc phân phối thời gian học theo chương trình GDTC với các môn học khác chưa được hợp lý, hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên không chuyên GDTC còn trì trệ, một số câu lạc bộ (CLB) thể thao còn hạn chế ở quy mô, số lượng và chất lượng, chủ yếu phục vụ cho số sinh viên có năng khiếu thể thao nhằm thành lập các đội tuyển tham gia thi đấu các giải thể thao ngoài trường như: CLB Bóng chuyền, CLB Cầu lông, CLB Bóng đá, CLB Thể dục Aerobic... Do vậy không tạo được phong trào TDTT rộng khắp nhằm thu hút số lượng lớn sinh viên tập luyện nâng cao sức khỏe và phát triển các tố chất thể lực cần thiết. Chính vì vậy, việc đánh giá thực trạng nhận thức, thực trạng tập luyện và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên không chuyên GDTC Trường Đại học Sư phạm

Hà Nội 2 là vấn đề mang tính cấp thiết, làm cơ sở để đề xuất các biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC của Trường

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Với mục đích xác định thực trạng nhận thức, thực trạng tham gia tập luyện và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên không chuyên GDTC Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2, chúng tôi đã khảo sát bằng phiếu hỏi 700 nữ sinh viên không chuyên GDTC khóa Đại học 40. Thời điểm khảo sát được tiến hành tháng 11 năm 2015. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1 và 2.

Kết quả ở bảng 1 cho thấy:

*NCS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: dohunggdct@gmail.com

BÀI BÁO KHOA HỌC

Bảng 1. Thực trạng nhận thức và tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		m _i	%
1	Vai trò của tập luyện TDTT ngoại khóa (n=700)		
1.1	Tăng cường sức khỏe	680	97.14
1.2	Hoàn thiện thể chất	675	96.42
1.3	Hoàn thành tốt chương trình giáo dục thể chất bắt buộc	586	83.71
1.4	Nâng cao thành tích thể thao	362	51.71
1.5	Giảm căng thẳng, mệt mỏi vì áp lực thi cử	615	87.85
1.6	Vui chơi, giải trí	653	93.28
2	Tầm quan trọng của TDTT ngoại khóa (n= 700)		
2.1	Rất quan trọng	354	50.57
2.2	Quan trọng	300	42.86
2.3	Không quan trọng	46	6.57
3	Mức độ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n= 700)		
3.1	Thường xuyên	104	14.86
3.2	Không thường xuyên	211	30.14
3.3	Không tham gia	385	55.00
4	Hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa (n=315)		
4.1	Rất hứng thú	104	33.01
4.2	Hứng thú	125	39.68
4.3	Không hứng thú	86	27.30
5	Các môn thể thao ngoại khóa (n=315)		
5.1	Điền kinh (đi bộ, chạy)	72	22.85
5.2	Thể dục		
	- Buổi sáng	45	14.28
	- Aerobic	62	19.68
	- Thể hình	32	10.15
5.3	Bơi	48	15.23
5.4	Bóng đá	12	3.81
5.5	Bóng chuyền	74	23.49
5.6	Bóng rổ	16	5.07
5.7	Bóng bàn	17	5.39
5.8	Cầu lông	44	13.96
5.9	Đá cầu	26	8.25
5.10	Quần vợt	11	3.49
5.11	Xe đạp	25	7.93
5.12	Các môn võ	9	2.85
5.13	Các môn thể thao dân tộc	17	5.39
5.14	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	5	1.58
5.15	Các môn thể thao khác	9	2.85
6	Động cơ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=315)		
6.1	Ham thích TDTT	212	67.30
6.2	Nhận thấy tác dụng rèn luyện thân thể	295	93.65
6.3	Để đối phó trong thi, kiểm tra	41	13.01
6.4	Sử dụng tích cực thời gian nhàn rỗi	141	44.76
6.5	Muốn vận động vui chơi	226	71.74
6.6	Muốn có sức khỏe tốt để học tập, lao động	272	86.34
6.7	Muốn trở thành VĐV thể thao nghiệp dư	73	23.17
6.8	Rèn luyện ý chí	133	42.22
6.9	Trở thành con người phát triển toàn diện	249	79.04
6.10	Động cơ khác	40	12.69

- Về vai trò của tập luyện TDTT ngoại khóa: Hầu hết các nữ sinh viên đều nhận thức được vai trò của việc tập luyện TDTT ngoại khóa để tăng cường sức khỏe (97,14%), hoàn thiện thể chất (96,42%), ngoài ra còn góp phần hoàn thành tốt chương trình GDTCt bắt buộc, vui chơi, giải trí, giảm căng thẳng, mệt mỏi vì áp lực thi cử và nâng cao thành tích thể thao.

- Về tầm quan trọng của tập luyện TDTT ngoại khóa: Đa số sinh viên đánh giá ở mức rất quan trọng (50,57%) và quan trọng (42,86%), mức không quan trọng chiếm tỷ lệ rất thấp (6,57%).

Trên đây là những kết quả phản ánh nhận thức đúng đắn của nữ sinh viên, và là điều kiện thuận lợi cho việc phát triển phong trào TDTT ngoại khóa.

- Về mức độ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa: chỉ có 14,86% sinh viên thường xuyên tập luyện, số sinh viên không thường xuyên tập luyện chiếm 30,14%, và đặc biệt có tới 55% nữ sinh viên không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa.

- Về hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa: có 33,01% sinh viên rất hứng thú, 39,68% sinh viên hứng thú và 27,30% nữ sinh viên cho rằng không hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa.

- Về kết quả khảo sát các môn thể thao ngoại khóa của nữ sinh viên đã tham gia tập luyện cho thấy, chỉ có 7 môn thể thao được các sinh viên tham gia tập luyện chiếm tỷ lệ từ 10,15% - 23,49%, bao gồm: Bóng chuyền, Điền kinh, Thể dục Aerobic, Bơi, Thể dục buổi sáng, Cầu lông, Thể dục thể hình. Các môn thể thao còn lại được các nữ sinh viên lựa chọn tham gia tập luyện chiếm tỷ lệ thấp, từ 1,58% đến 8,25%, đó là: Đá cầu, Xe đạp, Bóng bàn, Bóng rổ, Quần vợt, Bóng đá, các môn võ...

- Động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2 khá đa dạng và được chia thành 3 nhóm: Nhóm thứ nhất, chiếm tỷ lệ từ 86,34% đến 93,65%, bao gồm: Nhận thấy tác dụng rèn luyện thân thể; Muốn có sức khỏe tốt để học tập, lao động; Nhóm thứ hai, chiếm tỷ lệ từ 44,76% đến 79,04%, bao gồm: Sử dụng tích cực thời gian nhàn rỗi; Trở thành con người phát triển toàn diện; Ham thích TDTT; Muốn vận động vui chơi; Nhóm thứ ba là những nguyên nhân động

cơ chiếm tỷ lệ thấp, từ 13,01% đến 42,22%, bao gồm: Để đối phó trong thi, kiểm tra; Muốn trở thành VĐV thể thao nghiệp dư; Rèn luyện ý chí.

Kết quả ở bảng 2 cho thấy:

- Nữ sinh viên không có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa chiếm tỷ lệ 65,43% và chỉ có 34,57% nữ sinh viên không có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa.

- Đa số sinh viên có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa theo 2 hình thức: theo lớp (50,57%) và theo câu lạc bộ (57%).

- Các môn thể thao ngoại khóa mà nữ sinh viên có nhu cầu tập luyện cao hơn là: Aerobic (36,57%), Điền kinh (57,93%), Bóng chuyền (11,14%), Cầu lông (7,85%) và Bơi (7,14%); kế đến là các môn: Thể dục thể hình (5,85%), các môn thể thao dân tộc (5,14%), Xe đạp (4,28%), Đá cầu (4,42%)... và môn thể mà sinh viên có nhu cầu thấp nhất là Cờ (1%).

Từ những kết quả nêu trên cho thấy, mặc dù nữ sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2 có nhận thức tương đối tốt về vai trò và tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT ngoại khóa, song nhu cầu tham gia hoạt động TDTT ngoại khóa chưa cao (chỉ chiếm 65,43%). Số lượng sinh viên tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên còn rất thấp, đồng thời sinh viên cũng chưa tạo được hứng thú bền vững khi tập luyện TDTT ngoại khóa. Ngoài ra, cũng chỉ rõ, nữ sinh viên mong muốn tập luyện TDTT ngoại khóa với hình thức theo câu lạc bộ và lớp, nhóm là chủ yếu. Các môn thể thao mà nữ sinh viên có nhu cầu tập luyện cao tập trung vào các môn thể thao hiện đại như: Aerobic, Điền kinh, Bóng chuyền, Cầu lông và Bơi. Điều này cho thấy cần phải xác định rõ nguyên nhân, trở ngại của sinh viên khi tham gia TDTT ngoại khóa để có thể động viên, khuyến khích đồng đảo sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa hơn nữa.

KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã xác định được thực trạng nhận thức và nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Sư phạm 2. Đây là cơ sở khoa học thực tiễn quan trọng để đề ra các giải pháp phù hợp với nhu cầu tập luyện, thu hút được đông đảo nữ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa theo sở thích và nguyện vọng. Đồng thời, khắc phục

Bảng 2. Kết quả khảo sát nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2 (n=700)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		m _i	%
1	Nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa		
1.1	Có	458	65.43
1.2	Không	242	34.57
2	Nhu cầu về hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa		
2.1	Theo nhóm	184	26.29
2.2	Theo lớp	354	50.57
2.3	Câu lạc bộ	399	57.00
2.4	Đội thể thao	118	16.86
3	Nhu cầu tập luyện các môn thể thao ngoại khóa		
3.1	Điền kinh (đi bộ, chạy)	80	11.42
3.2	Thể dục		
	- Buổi sáng	52	7.42
	- Aerobic	256	36.57
	- Thể hình	41	5.85
3.3	Bơi	50	7.14
3.4	Bóng đá	12	1.71
3.5	Bóng chuyền	78	11.14
3.6	Bóng rổ	22	3.14
3.7	Bóng bàn	20	2.85
3.8	Cầu lông	55	7.85
3.9	Đá cầu	31	4.42
3.10	Quần vợt	18	2.57
3.11	Xe đạp	30	4.28
3.12	Các môn võ	12	1.71
3.13	Các môn thể thao dân tộc	36	5.14
3.14	Cờ (cờ vua, cờ tướng)	7	1.00
3.15	Các môn khác	11	1.57

được tình trạng số lượng nữ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa thường xuyên còn hạn chế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD-ĐT (2008), *Quy định tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên, Ban hành kèm theo Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 của Bộ trưởng Bộ GD-ĐT.*

2. Lê Trường Sơn Chân Hải (2003), “Tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa các môn thể thao như một biện pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Hà Nội”, *Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.*

3. Nguyễn Công Huy (2013), “Xây dựng chương trình hoạt động thể thao ngoại khóa nhằm nâng cao chất lượng môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Xây

dựng”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.*

4. Nguyễn Đức Thành (2013), “Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên ở một số trường đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh”, *Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.*

5. Đặng Minh Thành (2018), “Đổi mới nội dung và phương pháp tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho sinh viên tỉnh Sóc Trăng”, *Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.*

6. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2006), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 26/5/2021, phản biện ngày 9/6/2021, duyệt in ngày 29/6/2021)