

# THỰC TRẠNG CÔNG TÁC PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHO NAM SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHÒNG CHÁY CHỮA CHÁY

Kiều Bình Chính\*

## Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu thường quy đánh giá thực trạng phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy (PCCC) trên các mặt: Chương trình môn học, cơ sở vật chất, đội ngũ giáo viên, thực trạng sử dụng bài tập phát triển thể lực, thực trạng sử dụng phương pháp phát triển thể lực và thực trạng thể lực của sinh viên. Kết quả nghiên cứu là căn cứ khoa học quan trọng để tác động các giải pháp nâng cao hiệu quả phát triển thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

**Từ khóa:** Thực trạng, thể lực, nam sinh viên, Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy...

## Status of physical development for first year male students of the University of Fire Fighting and Prevention

### Summary:

Through regular research methods, assess the state of physical development for first year male students of the University of Fire Fighting and Prevention on the following aspects: Course subjects, facilities and staff teachers, the status of using physical development exercises, the status of using physical development methods and the physical state of students. Research results are an important scientific basis for impacting solutions to improve efficiency of Physical development for research subjects.

**Keywords:** Current situation, physical strength, male students, University of Fire Fighting and Prevention ...

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học PCCC thuộc hệ thống các Trường Công an nhân dân và là cơ sở đào tạo, bồi dưỡng cán bộ, nghiên cứu khoa học về phòng cháy và chữa cháy duy nhất ở Việt Nam. Yêu cầu sinh viên phải có sức khỏe nhất định để có thể phục vụ cho học tập các môn học đại cương, các môn cơ sở ngành và chuyên ngành, trong đó sinh viên phải tham gia học các môn đòi hỏi có thể lực cao như Giáo dục quốc phòng, Võ thuật CAND, Giáo dục thể chất, các môn học chuyên ngành mang tính đặc thù khác.... Chính vì vậy mà yêu cầu về thể lực đối với sinh viên khi tham gia học tập ở trường cũng như sau khi ra trường nhận công tác là rất cao, đòi hỏi sinh viên phải tích cực tham gia học tập, rèn luyện nâng cao thể lực phục vụ cho việc học tập và công tác sau này. Mặt khác, đặc thù của công tác chữa cháy và cứu hộ cứu nạn là phải xử lý các tình huống trong các điều kiện khó khăn như có lửa, có khói, có chướng ngại vật... Bên cạnh đó, trong thực tế có những đám cháy mà các chiến

sỹ PCCC phải thực hiện công tác chữa cháy và cứu hộ cứu nạn kéo dài nhiều tiếng đồng hồ chính vì vậy đòi hỏi các chiến sỹ PCCC phải có một sức bền dẻo dai và sự nhanh nhẹn, tốc độ tương đối cao trong xử lý tình huống một cách nhanh, hiệu quả và an toàn nhất.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Thực trạng về nội dung chương trình môn học GDTC cho sinh viên năm thứ nhất, Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Do đặc thù là môi trường thuộc lực lượng vũ trang mà trực tiếp là Bộ Công An, học viên nhà trường sinh hoạt và học tập tập trung. Ngoài các môn học chuyên ngành, các môn cơ sở ngành và các môn lý luận cơ bản phù hợp với yêu cầu đạo

\*ThS, Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy; Email: kieuchinhbm4@gmail.com

**Bảng 1. Chương trình giảng dạy môn GDTC cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy**

Chương mục	Nội dung	Tổng số	Lý thuyết		Thực hành		Kiểm tra	
			m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
Bài 1	Lý thuyết chung về TĐTT	5	5	6.67	0	0	0	0
Bài 2	Kỹ thuật chạy ngắn	10	1	1.33	8	10.67	1	1.33
Bài 3	Kỹ thuật chạy vượt rào	10	1	1.33	8	10.67	1	1.33
Bài 4	Kỹ thuật xà đơn	10	1	1.33	8	10.67	1	1.33
Bài 5	Kỹ thuật nhảy xa	10	1	1.33	8	10.67	1	1.33
Bài 6	Kỹ thuật nhảy cao	10	1	1.33	8	10.67	1	1.33
Bài 7	Kỹ thuật chạy cự ly trung bình	15	1	1.33	14	18.67	1	1.33
Thi học phần		5	0	0	0	0	5	6.67
<b>Cộng</b>		<b>75</b>	<b>11</b>	<b>14.67</b>	<b>56</b>	<b>74.67</b>	<b>8</b>	<b>10.67</b>

tạo của ngành thì nội dung môn GDTC cũng có những nội dung khác so với các trường đại học khác, và nội dung chương trình đào tạo môn học GDTC được Ban Giám hiệu phê duyệt với các nội dung thể hiện ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Chương trình môn học GDTC cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC gồm 75 giờ GDTC, trong đó chủ yếu là môn Điền kinh và lý thuyết chung về TĐTT. Nội dung phát triển thể lực được giảng dạy vào cuối mỗi buổi học, phát triển tương đối đồng đều các tố chất thể lực. Chương trình môn học đảm bảo yêu cầu của Bộ Giáo dục và Đào tạo, phân bổ chương trình hợp lý với cả giờ học lý

thuyết, thực hành và kiểm tra đánh giá.

Phân tích chi tiết chương trình cho thấy: Nội dung học tập năm thứ nhất chủ yếu tập trung vào việc phát triển các kỹ năng vận động cơ bản và phát triển thể lực cho sinh viên, chưa tập trung vào phát triển các tố chất thể lực đặc thù cần thiết cho sinh viên Trường Đại học PCCC.

**2. Thực trạng về điều kiện cơ sở vật chất phục vụ GDTC của học viên Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy**

Tiến hành đánh giá thực trạng cơ sở vật chất phục vụ GDTC cho học viên thông qua quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giảng viên. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

**Bảng 2. Thực trạng cơ sở vật chất ở cơ sở 1 phục vụ cho việc giảng dạy môn GDTC và hoạt động TĐTT Trường Đại học PCCC**

TT	Cơ sở vật chất	m <sub>i</sub>	Chất lượng
1	Đường chạy cự ly ngắn	2	Trung bình
2	Đường chạy cự ly dài	3	Trung bình
3	Hồ nhảy xa	1	Khá
4	Phòng tạ	1	Khá
5	Sân đá bóng mini	1	Trung bình
6	Sân bóng chuyền	9	Khá
7	Sân cầu lông	6	Khá
8	Sân cầu mây	1	Khá
9	Bàn bóng bàn	5	Trung bình
10	Xà đơn	5	Khá
11	Xà kép	3	Trung bình
12	Tháp tập	1	Trung bình
13	Võ đường	1	Khá

## BÀI BÁO KHOA HỌC

Qua bảng 2 cho thấy: Cơ sở vật chất phục vụ cho tập luyện TDTT của Trường trong những năm gần đây đã có sự phát triển, đảm bảo cho công tác GDTC và hoạt động TDTT của cán bộ, giáo viên và học viên. Diện tích khuôn viên của Trường dành cho việc tập luyện TDTT đáp ứng khoảng 65% - 70% nhu cầu hoạt động của sinh viên. Tuy nhiên dụng cụ tập luyện còn chưa đa dạng, còn thiếu nhiều so với quy định của Bộ Giáo dục & Đào tạo và Tổng cục dạy nghề, việc khai thác và sử dụng các trang thiết bị tập luyện chưa đạt hiệu quả chưa cao.

### 3. Thực trạng đội ngũ giáo viên giảng dạy môn GDTC của Trường Đại học PCCC

**Bảng 3. Đội ngũ giáo viên giảng dạy môn GDTC của Trường Đại học PCCC**

	Giới tính		Trình độ		Chức danh	
	Nam	Nữ	Thạc sĩ	Cử nhân	Trợ giảng	Giảng viên
$m_i$	6	1	4	3	2	5
Tỷ lệ %	85.71	14.29	57.14	42.86	28.57	71.43

Những năm gần đây, số lượng học viên tuyển sinh của Trường hàng năm vẫn tăng, đặc biệt đối hệ trung cấp, đại học ngoài ngành công an. Vì vậy cường độ làm việc của giáo viên là rất cao, số giáo viên trong Bộ môn vừa làm công tác giảng dạy, và làm công tác phong trào, làm trọng tài, huấn luyện các câu lạc bộ, đội tuyển của nhà trường, bên cạnh đó công tác nghiên cứu khoa học cũng chiếm thời gian không nhỏ.

Trong những năm qua, Nhà trường đã có định hướng phát triển công tác cán bộ, giáo viên giảng dạy môn GDTC và hoạt động phong trào TDTT của nhà trường, có kế hoạch tập huấn và bồi dưỡng đội ngũ giáo viên, tiên hành tiếp thu các kiến thức mới xong vẫn còn nhiều hạn chế. Giáo viên đa phần còn trẻ, kinh nghiệm chưa nhiều trong thực tế giảng dạy, thời gian đi thực tế tiếp thu, học hỏi chuyên môn nghiệp vụ không được nhiều, từ đó ảnh hưởng không nhỏ đến chất lượng môn học GDTC và đặc biệt là hoạt động rèn luyện thân thể trong nhà trường.

### 4. Thực trạng sử dụng bài tập phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC

Đánh giá thực trạng sử dụng bài tập phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC thông qua quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên thể dục. Kết quả cho

Môn học GDTC là một môn học thực hành thuộc Bộ môn Quân sự, TDTT của Nhà trường. Môn học GDTC là môn học chính khóa, có vai trò quan trọng trong việc nâng cao thể lực, phát triển các kỹ năng cơ bản cho học viên. Trong những năm gần đây đội ngũ giáo viên bộ môn không ngừng tăng, hiện nay bộ môn có 25 đồng chí, trong đó giáo viên trực tiếp tham gia giảng dạy môn GDTC là 07 đồng chí, 100% giáo viên có trình độ cử nhân trở lên, trong đó có 4 đồng chí có trình độ thạc sĩ, 01 đồng chí đang học cao học, 02 đồng chí có trình độ cử nhân TDTT.

thấy, các bài tập thường được sử dụng gồm:

1. Chạy 100m
2. Chạy 400m
3. Chạy 1500m
4. Nằm sấp chống đẩy
5. Nằm ngửa gập bụng
6. Co tay xà đơn
7. Chống đẩy xà kép
8. Bật bực đôi chân
9. Bật xa tại chỗ
10. Chạy cầu thang
11. Bật cóc tiếp sức
12. Cua đá bóng
13. Cướp cờ

Phân tích thực trạng cho thấy:

Đa số các bài tập được sử dụng thường xuyên trong huấn luyện phát triển thể lực cho học viên năm thứ nhất thuộc nhóm bài tập hỗ trợ và nhóm bài tập căn bản và chủ yếu. Theo các nhà chuyên môn thì nhóm bài tập trò chơi và thi đấu là nhóm bài tập tạo hưng phấn rất cao cho người tập nhưng chưa được sử dụng trong phát triển thể lực cho học viên. Các bài tập với dụng cụ tập luyện cũng rất ít được sử dụng.

Các bài tập được sử dụng trong phát triển thể lực cho học viên còn quá nghèo nàn, không phong phú cả về số lượng và loại bài tập. Điều này dễ dẫn đến sự nhàm chán trong huấn luyện cũng như tính

thích nghi dẫn đến hiệu quả huấn luyện kém.

Các bài tập chưa được phân loại phát triển từng tổ chất thể lực riêng lẻ cũng như chưa được định lượng vận động cụ thể để đảm bảo phát triển các tổ chất thể lực một cách có chủ đích.

Các bài tập được sử dụng theo kinh nghiệm của các HLV chứ chưa có nghiên cứu khoa học nào kiểm định hiệu quả của các bài tập trên đối tượng nghiên cứu.

**5. Thực trạng sử dụng các phương pháp phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC**

Đánh giá thực trạng sử dụng các phương pháp phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC thông qua phân tích giáo án giảng dạy và phỏng vấn trực tiếp các giáo viên thể dục tại Trường. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

**Bảng 4. Thực trạng sử dụng các phương pháp phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy (n=7)**

TT	Phương pháp	Thường xuyên		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
1	Phương pháp tập luyện ổn định liên tục	3	42.86	2	28.57	2	28.57
2	Phương pháp tập luyện ổn định ngắt quãng	3	42.86	2	28.57	2	28.57
3	Phương pháp tập luyện biến đổi liên tục	2	28.57	1	14.29	4	57.14
4	Phương pháp tập luyện biến đổi ngắt quãng	1	14.29	2	28.57	4	57.14
5	Phương pháp tập luyện vòng tròn	1	14.29	2	28.57	4	57.14
6	Phương pháp trò chơi	2	28.57	1	14.29	4	57.14
7	Phương pháp thi đấu	2	28.57	2	28.57	4	57.14

Qua bảng 4 cho thấy: Trong các phương pháp sử dụng trong phát triển thể lực cho học viên, phương pháp được sử dụng phổ biến nhất là phương pháp tập luyện ổn định liên tục và ổn định ngắt quãng. Đây là các phương pháp đơn giản, dễ sử dụng với đông học viên và có hiệu quả tương đối tốt. Tuy nhiên, các phương pháp tập luyện vòng tròn, phương pháp trò chơi và thi đấu là những phương pháp rất tốt trong phát triển thể lực cho học viên, đồng thời lại kích thích hứng thú của học viên trong quá trình tập luyện lại chưa được các thầy cô sử dụng nhiều.

**6. Đánh giá thực trạng thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy**

Đánh giá thực trạng thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC theo quy định về tiêu chuẩn rèn luyện chiến sĩ công an khỏe áp dụng cho nam học viên trong các trường CAND do Bộ Công An quy định (Ban hành kèm theo thông tư liên tịch số 05/2005/TTLT/BCA/UBTDTT). Khảo sát được tiến hành trên 60 nam sinh viên khóa D32 và 60 nam sinh viên D33 thời điểm kết thúc năm học thứ nhất. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

**Bảng 5. Thực trạng trình độ thể lực của 60 nam sinh viên khóa D33 với 60 nam sinh viên khóa D32 với các tiêu chí**

Khóa học	n	Nội dung	Chỉ tiêu	Kết quả				So sánh			
				Đạt	%	Không Đạt	%	$\chi^2$	P		
D33	60	Bật xa tại chỗ (cm)	228.7 ± 14.1	21	35.00	39	65.00	1.541	>0.05		
		Chạy 100m XPC (giây)	15.1 ± 0.6	23	38.30	37	61.70				
		Cơ tay xà đơn (lần)	11.7 ± 1.9	25	41.60	35	58.40				
		Chạy 1500m (giây)	432.5 ± 48.7	25	41.60	35	58.40				
D32	60	Bật xa tại chỗ (cm)	231.2 ± 15.4	25	41.60	35	58.40			1.541	>0.05
		Chạy 100m XPC (giây)	15 ± 0.5	28	46.60	32	53.40				
		Cơ tay xà đơn (lần)	11.5 ± 1.8	28	46.60	32	53.40				
		Chạy 1500m (giây)	425.8 ± 46.9	30	50.00	30	50.00				



**Chiến sĩ công an PCCC phải hoạt động trong môi trường tương đối căng thẳng và nặng nhọc, đòi hỏi phải có nền tảng thể lực tốt, nhanh nhẹn, khéo léo...**

Qua bảng 5 cho thấy:

Sinh viên D33: Ở nội dung bật xa tại chỗ có 21 học viên đạt yêu cầu (chiếm 35%), nội dung chạy 100m XPC có 23 học viên đạt yêu cầu (chiếm 38,3%), nội dung cõ tay xà đơn có 25 học viên đạt yêu cầu (chiếm 41,6%), nội dung chạy cự ly trung bình 1500m có 25 học viên đạt yêu cầu (chiếm 41,6%).

Sinh viên D32: Ở nội dung bật xa tại chỗ có 25 sinh viên đạt yêu cầu (chiếm 41,6%), nội dung chạy 100m XPC có 28 sinh viên đạt yêu cầu (chiếm 46,6%), nội dung cõ tay xà đơn có 28 sinh viên đạt yêu cầu (chiếm 46,6%), nội dung chạy cự ly trung bình có 30 sinh viên đạt yêu cầu (chiếm 50%).

So sánh kết quả kiểm tra của sinh viên D33 và D32 không thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng  $P > 0.05$ .

Qua kết quả kiểm tra cho thấy: Thể lực của sinh viên năm thứ nhất còn kém. Kết quả kiểm tra 4 test đã chỉ rõ số sinh viên đạt chỉ tiêu đánh giá thể lực chỉ từ 35% - 42%.

### **KẾT LUẬN**

1. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển thể lực cho sinh viên cho thấy: Cơ sở vật chất còn hạn chế về số lượng và chất lượng, chưa đáp ứng nhu cầu tập luyện; Chương trình môn học GDTC đảm bảo yêu cầu của Bộ

Giáo dục và Đào tạo; Đội ngũ cán bộ giảng dạy thiếu về số lượng lại phải kiêm nhiệm nhiều nhiệm vụ khác nên ít thời gian học hỏi nâng cao trình độ; việc sử dụng các phương pháp dạy học và các bài tập phát triển thể lực cho sinh viên còn nghèo nàn, mới chỉ được sử dụng theo kinh nghiệm chứ chưa được nghiên cứu xác định hiệu quả.

2. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học PCCC còn từ 50-65% số lượng

học viên chưa đạt tiêu chuẩn theo quy định. Chính vì vậy, việc phát triển thể lực cho sinh viên là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ đại học và trung học chuyên nghiệp. Chỉ thị số 14/ TD-QS ngày 24 tháng 6 năm 1971 về việc thực hiện tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi, theo giới tính và quy định sinh viên tốt nghiệp Đại học phải đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể cấp II.

2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2001), *Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất, y tế trường học*, Nxb TĐTT, Hà Nội

3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học viên, sinh viên*, Quyết định số 53/2008/QĐ – BGDĐT ngày 18/9/2008.

4. Bộ giáo dục và đào tạo 1994, *Văn bản chỉ đạo công tác GDTC trong nhà trường các cấp*.

5. Bộ giáo dục và đào tạo(1996), *quy hoạch phát triển tđtt ngành GD&ĐT thời kỳ 1996-2000 và định hướng 2025*.

(Bài nộp ngày 4/4/2019, Phản biện ngày 18/4/2019, duyệt in ngày 26/4/2019)