

THỰC TRẠNG PHONG TRÀO TẬP LUYỆN THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA HỌC VIÊN HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

Nguyễn Trác Linh⁽¹⁾; Nguyễn Xuân Thuyết⁽²⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 18/01/2026

Ngày phản biện: 24/02/2026

Ngày đăng: 27/03/2026

Tác giả liên hệ:

Nguyễn Trác Linh

Email: Traclinhnguyen@gmail.com

Tập 3, số 2 (2026), trang 1-8

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14054>

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 cơ bản trong lĩnh vực TDTT đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên Học viện An ninh nhân dân. Kết quả cho thấy tỷ lệ học viên tham gia tập luyện tương đối cao, song mức độ tham gia thường xuyên còn hạn chế, hình thức tập luyện chủ yếu mang tính tự phát, thiếu sự hướng dẫn chuyên môn. Nội dung tập luyện có sự khác biệt theo giới tính, tập trung vào một số môn phổ biến như Võ thuật, Bóng đá, Bóng chuyền. Công tác tổ chức hoạt động và hệ thống câu lạc bộ bước đầu được duy trì nhưng chưa đồng bộ và chưa đáp ứng đầy đủ nhu cầu của học viên. Kết quả nghiên cứu là cơ sở khoa học để đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả phong trào TDTT ngoại khóa của Nhà trường.

Từ khóa: Phong trào TDTT ngoại khóa, Học viện An ninh nhân dân.

The current state of extracurricular sports and physical training activities among students of the People's Security Academy

Nguyen Trac Linh⁽¹⁾; Nguyen Xuan Thuyet⁽²⁾

Article Information:

Received: 18/01/2026

Review date: 24/02/2026

Published: 27/03/2026

Corresponding Author:

Nguyen Trac Linh

Email: Traclinhnguyen@gmail.com

Vol.3, Issue 2 (2026), pp 1-8

DOI:

<https://doi.org/10.64024/upes14054>

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).

Abstract:

Using basic scientific research methods in the field of physical education and sports, this study assesses the current state of extracurricular physical education and sports activities among students at the People's Security Academy. The results show that while the percentage of students participating in training is relatively high, the frequency of participation is limited, and the training methods are mostly spontaneous, lacking professional guidance. Training content differs by gender, focusing on popular sports such as martial arts, football, and volleyball. The organization of activities and the system of clubs are being maintained, but they are not yet synchronized and do not fully meet the needs of the students. The research results provide a scientific basis for proposing solutions to improve the effectiveness of extracurricular physical education and sports activities within the Academy.

Keywords: Current situation, movement, extracurricular sports, People's Security Academy.

⁽¹⁾TS ⁽²⁾ThS Học viện An ninh nhân dân

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong đào tạo lực lượng Công an nhân dân, giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa giữ vai trò quan trọng trong phát triển thể lực, ý chí và bản lĩnh nghề nghiệp cho học viên. Bên cạnh chương trình chính khóa, phong trào TDTT ngoại khóa góp phần hình thành thói quen rèn luyện thường xuyên, nâng cao sức khỏe và khả năng đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ trong thực tiễn công tác. Tuy nhiên, hiệu quả của hoạt động này phụ thuộc vào mức độ tham gia, hình thức tổ chức, điều kiện đảm bảo và sự phù hợp với đặc thù học tập, rèn luyện của học viên. Thực tế cho thấy, mặc dù phong trào TDTT ngoại khóa tại Học viện An ninh nhân dân (ANND) đã được quan tâm triển khai, song vẫn tồn tại những hạn chế nhất định về tính thường xuyên, tính tổ chức và hiệu quả tham gia. Vì vậy, việc nghiên cứu, đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên là cần thiết, nhằm làm rõ các đặc điểm, xu hướng tham gia và những vấn đề đặt ra, từ đó cung cấp cơ sở khoa học cho việc đề xuất giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động trong thời gian tới.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

Nghiên cứu được tiến hành trên mẫu điều tra 1395 học viên Học viện ANND được chọn ngẫu nhiên từ 4 khóa, trong đó có 1160 học viên nam và 235 học viên nữ. Phỏng vấn được tiến hành trên 31 chuyên gia GDTC (là các GS, PGS, TS chuyên nghiên cứu về lĩnh vực GDTC và TDTT trường học).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng mức độ và nội dung tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của học viên Học viện An ninh nhân dân

Khảo sát thực trạng và mức độ nội dung tập luyện TDTT NK của học viên Học viện ANND thông qua điều tra 1395 học viên Học viện ANND, trong đó có 1160 học viên nam và 235 học viên nữ, được tiến hành bằng phiếu hỏi. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Tỷ lệ học viên tham gia tập luyện TDTT NK trung bình đạt 84.73% số học viên. Trong đó tỷ lệ tham gia thường xuyên chỉ đạt 22,93%, tỷ lệ này ở nữ học viên cao hơn nam (30.63% so với 21.37%).

Các môn thể thao được yêu thích tập luyện nhiều nhất ở cả đối tượng nam và nữ là: Võ thuật, Bóng đá, Bóng chuyền, và Điền kinh. Tuy nhiên, tỷ lệ tập luyện các môn thể thao theo giới tính có sự khác nhau đáng kể. Cụ thể: Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ngoại khóa cao nhất ở nam học viên là Võ thuật, Bóng đá, Điền kinh. Còn những môn được số lượng nữ học viên tham gia tập luyện đông là: Thể dục, Võ thuật, Bóng chuyền, và Cầu lông. Sở dĩ các môn thể thao trên có số lượng học viên tham gia tập luyện ngoại khóa đông như vậy là vì đa phần những môn thể thao trên đều có cơ sở vật chất dễ tìm và đơn giản, dễ tập luyện. Không cần đòi hỏi quá cao về cơ sở vật chất.

Có thể thấy rõ điều này qua biểu đồ 1 và 2.

Qua biểu đồ 1 và 2 cho thấy: Tỷ lệ học viên tập luyện ngoại khóa các môn thể thao phân tán ở cả nam và nữ. Trong đó, ở nam học viên có mức độ phân tán cao hơn. Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ở nam và nữ có sự khác biệt ở một số môn nhất định như Bóng đá, Bóng chuyền. Các môn thể thao được cả học viên nam và nữ yêu thích tập luyện gồm: Võ thuật, Cầu lông, Thể dục. Các môn như Bơi lội, Đá cầu, Cờ (Cờ vua và Cờ tướng), Bóng bàn và các môn thể thao khác có số lượng học viên tham gia tập luyện thấp hơn.

2. Thực trạng hình thức và mức độ tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của học viên Học viện An ninh nhân dân

Tiến hành đánh giá thực trạng hình thức và mức độ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (NK) của học viên Học viện ANND thông qua phỏng vấn 1182 học viên có tham gia tập luyện TDTT NK tại Học viện ANND (trong đó có 982 học viên nam và 200 học viên nữ). Kết quả được trình bày tại bảng 2 và bảng 3.

Qua bảng 2 cho thấy, học viên luyện TDTT NK theo nhiều hình thức: Thể dục buổi sáng, TD giữa giờ, đội tuyển thể thao, tập theo nhóm - lớp, CLB thể thao và tự tập luyện, trong đó hình thức được đông đảo học viên tham gia

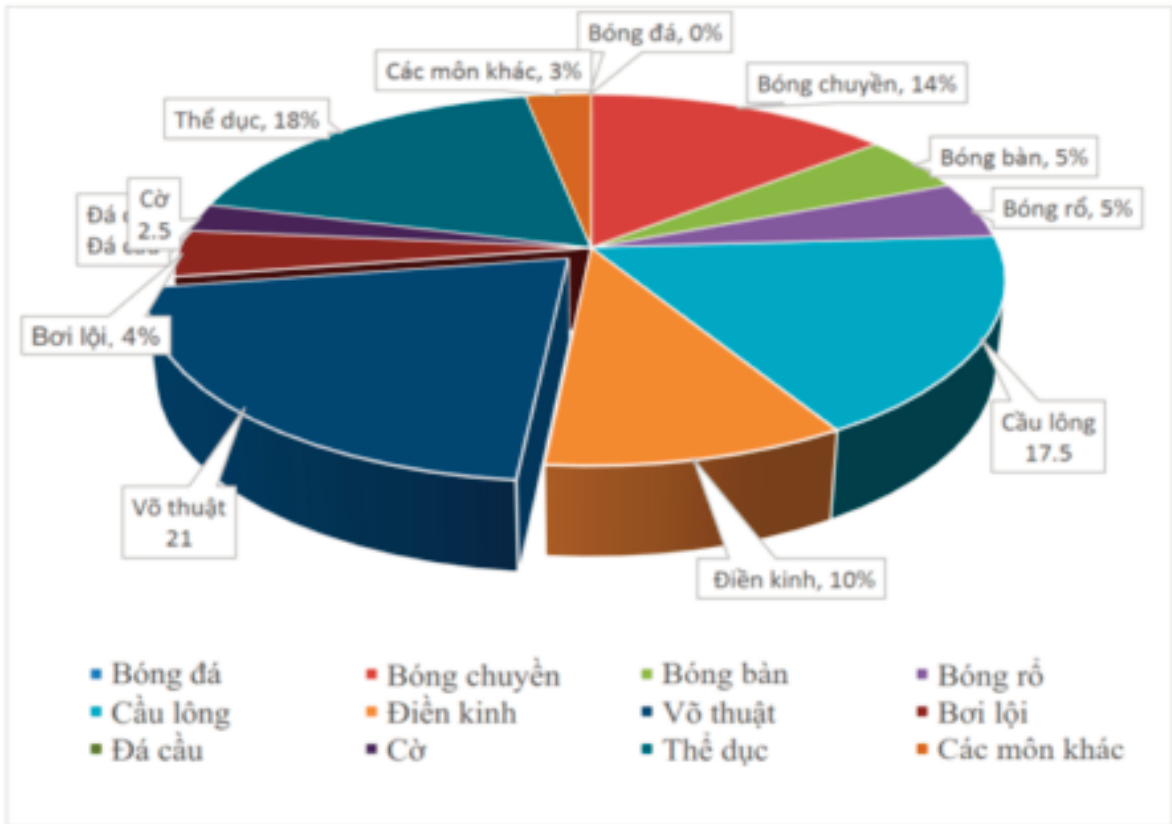
Bảng 1. Thực trạng mức độ và nội dung tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của học viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Nội dung khảo sát	Kết quả khảo sát						χ^2	P
		Tổng số		Giới tính					
				HV nam (n=1160)		HV nữ (n=235)			
		m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %		
1	Mức độ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa								
	Thường xuyên	320	22.93	248	21.37	72	30.63	11.47	<0.05
	Thỉnh thoảng	862	61.0	734	63.0	128	54.4		
	Không bao giờ	213	15.26	178	15.34	35	14.89		
2	Nội dung tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa (n=1182)								
	Bóng đá	100	8.46	100	10.18	0.0	0.0	21.93	< 0.01
	Bóng chuyền	114	9.64	86	8.75	28	14.0		
	Bóng bàn	41	3.46	31	3.15	10	5.0		
	Bóng rổ	40	3.38	30	3.05	10	5.0		
	Cầu lông	90	7.64	55	5.6	35	17.5		
	Điền kinh	95	8.03	75	7.63	20	10.0		
	Võ thuật	521	44.07	479	48.77	42	21.0		
	Bơi lội	33	2.79	25	2.54	8	4.0		
	Đá cầu	25	2.11	25	2.54	0	0.0		
	Cờ (Cờ vua, Cờ tướng)	25	2.11	20	2.03	5	2.5		
	Thể dục (Gym, Aerobic, Dance sport...)	72	6.09	36	3.66	36	18.0		
	Các môn thể thao khác	26	2.19	20	2.03	6	3.0		
	Tổng	1182	84.73	982	83.07	200	16.92		

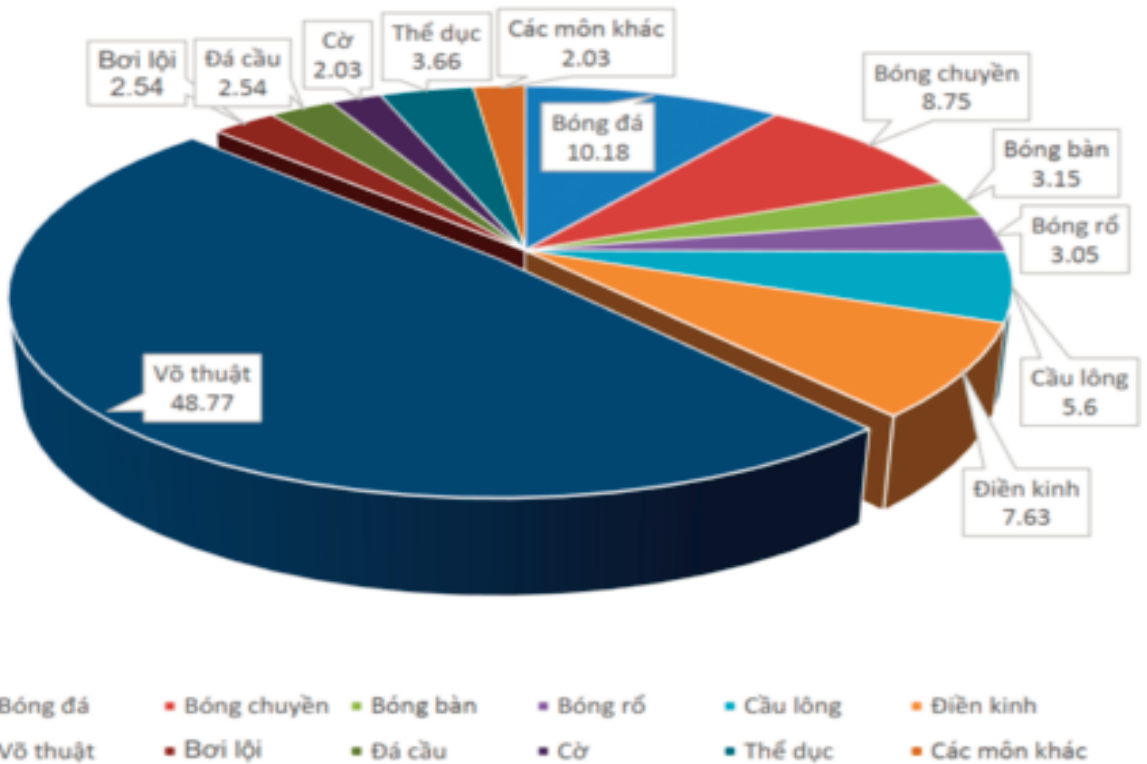
thường xuyên nhất là tự tập luyện. Các hình thức tập luyện theo các CLB thể thao và theo nhóm, lớp cũng được đông đảo học viên tham gia tập luyện, hình thức tập luyện có ít học viên tham gia tập luyện thường xuyên nhất là tập luyện theo đội tuyển thể thao. Có thể giải thích

do đây là hình thức tập luyện có chọn lọc và yêu cầu người tập phải có năng khiếu ở các môn thể thao nhất định và tập luyện theo hình thức nâng cao.

Phân tích các hình thức tập luyện TDTT NK của học viên theo giới tính cho thấy: Hình thức



Biểu đồ 1. Tỷ lệ % học viên nữ tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa các môn thể thao tại Học viện An ninh nhân dân



Biểu đồ 2. Tỷ lệ % học viên nam tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa các môn thể thao tại Học viện An ninh nhân dân

Bảng 2. Thực trạng hình thức và mức độ tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của học viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Nội dung phỏng vấn		Kết quả phỏng vấn							
	Hình thức tập luyện	Mức độ tham gia	Tổng hợp (n=1182)		Giới tính				So sánh	
					Nam (n=982)		Nữ (n=200)			
m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %	χ^2	P			
1	TD buổi sáng	Thường xuyên	165	13.95	128	13.03	37	18.5	11.28	<0.05
		Thỉnh thoảng	862	72.92	734	74.74	128	64.0		
		Không bao giờ	155	13.11	120	12.21	35	17.5		
2	TD giữa giờ	Thường xuyên	160	13.53	126	12.83	34	17.0	10.98	>0.05
		Thỉnh thoảng	872	73.77	738	75.15	134	67.0		
		Không bao giờ	150	12.69	118	12.1	32	16.0		
3	Đội tuyển	Thường xuyên	134	11.33	111	11.30	38	19	20.75	<0.05
		Thỉnh thoảng	928	78.51	771	78.51	135	67.5		
		Không bao giờ	120	10.15	100	10.18	27	13.5		
4	Nhóm, lớp	Thường xuyên	402	34.01	355	36.15	47	23.5	22.79	<0.05
		Thỉnh thoảng	625	52.87	499	50.81	126	63.0		
		Không bao giờ	155	13.11	128	13.03	27	13.5		
5	CLB	Thường xuyên	383	32.40	316	32.17	67	33.5	15.92	<0.05
		Thỉnh thoảng	614	51.94	516	52.54	120	60		
		Không bao giờ	185	15.65	150	15.27	13	6.5		
6	Tự tập	Thường xuyên	433	36.63	360	36.66	63	31.5	17.57	<0.05
		Thỉnh thoảng	551	46.61	455	46.33	117	58.5		
		Không bao giờ	198	16.75	167	17.06	20	10		
7	Các hình thức khác		Không							

tập thể dục buổi sáng, tập luyện thể thao ngoại khóa theo các CLB và tự tập luyện có tỷ lệ nữ tập luyện thường xuyên nhiều hơn nam; hình thức tập luyện theo nhóm, lớp có tỷ lệ nam tập luyện thường xuyên nhiều hơn nữ và hình thức tập luyện theo đội tuyển thể thao có tỷ lệ nam và nữ tập luyện thường xuyên là tương đương nhau.

Ở tất cả các hình thức tập luyện TDTT NK khi tính riêng theo giới tính hay tổng hợp cả học viên nam và nữ thì số người tập luyện thường xuyên vẫn ít hơn so với số tập luyện không thường xuyên, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.001$ khi so sánh bằng tham số χ^2 .



Ngoài các chương trình GDTC và võ thuật bắt buộc, học viên Học viện An ninh nhân dân còn tích cực tham gia nhiều hoạt động TDTT ngoại khóa để rèn luyện thể lực, hỗ trợ chương trình GDTC và võ thuật chính khóa

Bảng 3. Thực trạng hình thức tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa của viên Học viện An ninh nhân dân (n = 1182)

TT	Mức độ hình thức tổ chức	Kết quả		So sánh	
		m _i	%	χ ²	P
1	Không có hướng dẫn	605	51.18	133.69	<0.001
2	Có hướng dẫn	277	23.43		
3	Kết hợp	300	25.38		

Qua bảng 3 cho thấy: Có tới 51.18% học viên tập luyện TDTT NK theo hình thức không có người hướng dẫn. Tỷ lệ học viên tập luyện theo hình thức có người hướng dẫn và kết hợp có và không có người hướng dẫn chiếm tỷ lệ thấp. Những học viên tập luyện TDTT NK theo hình thức có người hướng dẫn và hình thức kết hợp chủ yếu tập trung ở lực lượng học viên tập luyện theo các CLB thể thao và theo hình thức đội

tuyển thể thao. Các hình thức tập luyện khác phần lớn là tự phát là chính.

3. Thực trạng tổ chức và tham gia các giải thi đấu thể thao của học viên Học viện An ninh nhân dân

Tiến hành thống kê thực trạng tổ chức và tham gia các giải thi đấu thể thao của học viên Học viện ANND năm học 2018-2019. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Thực trạng tổ chức và tham gia các giải thi đấu thể thao của học viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Các giải thi đấu	Số giải	Số lượt người tham gia	Thành tích
Giải do các trường tổ chức				
1	Giải thi đấu cấp trường từng môn thể thao	2	258	-
2	Giải thi đấu cấp trường nhiều môn thể thao	1	145	-
3	Giao hữu giữa các trường trong khối	2	219	-
4	Số giải có thi đấu môn Karate	2	235	-
Tổng số:		5	857	
Tham gia thi đấu				
5	Giải cấp ngành	1	55	3 HC các loại
6	Giải cấp trường và liên trường	1	145	9 HC các loại
7	Số giải có thi đấu môn Karate	1	70	-
Tổng số:		3	270	

Qua bảng 4 cho thấy: Về việc tổ chức các giải thi đấu thể thao và thi đấu môn Karate, Học viên Học viện An ninh nhân dân hàng năm đều có tổ chức các giải thi đấu thể thao các cấp, trong đó có cả các giải giao hữu thể thao và các giải thi đấu Karate. Thống kê trong 1 năm học, của ngành và Học viện An ninh nhân dân tổ chức 8 giải thi đấu thể thao các cấp, trong đó có 2 giải đơn môn thể thao và 1 giải thi đấu nhiều môn thể thao, 2 giải thi đấu giao hữu các môn thể thao. Trong 8 giải đấu có 2 giải có thi đấu môn Karate. Như vậy, có thể nói ngành và Học viện An ninh nhân dân tổ chức tương đối nhiều các giải thi đấu thể thao, trong đó môn Karate có tỷ lệ tương đối cao.

Về việc tham gia các giải thi đấu thể thao các cấp: Trong năm học 2018- 2019, học viên Học viện An ninh nhân dân tham gia 02 giải thi đấu thể thao cấp ngành và Học viện, trong đó có 1 giải có thi đấu môn Karate.

Về thành tích đạt được: Học viên Học viện ANND tham gia các giải thi đấu thể thao cấp ngành và cấp Học viện đã bước đầu giành được những thành tích đáng khích lệ.

4. Thực trạng số lượng các Câu lạc bộ các môn thể thao của Học viện An ninh nhân dân

Để có thấy rõ hơn việc tập luyện TDTT NK của học viên Học viện ANND, nghiên cứu đã tiến hành khảo sát số lượng CLB các môn thể thao của Học viện hiện đang duy trì tập luyện, kết quả được thể hiện tại bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Số lượng các môn thể thao có CLB để học viên sinh hoạt còn hạn chế, số học viên tập trung tham gia tập luyện ngoại khóa nhiều hơn ở 02 môn: Bóng đá, Võ, (từ 23.80% đến 28.57%). Đặc biệt là môn võ, trong khi tất cả các môn thể thao khác hầu như mỗi năm học đều có sự biến động. Nhưng đối với môn Võ thì trong tất cả các năm học đều ổn định số lượng CLB ngoại khóa môn thể thao này ở mức cao nhất. Điều này càng cho thấy cần phải tạo điều kiện thuận lợi hơn nữa để giúp cho học viên có điều kiện tham gia tập luyện có chất lượng tốt hơn nữa.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên Học viện



Với đặc điểm hoạt động nhanh, mạnh, dứt khoát, Karate thích hợp hỗ trợ cận chiến trong nhiều tình huống khác nhau

Bảng 5. Kết quả khảo sát thực trạng số lượng các Câu lạc bộ các môn thể thao của Học viện An ninh nhân dân

TT	Câu lạc bộ	2016-2017		2017-2018		2018-2019		2019-2020	
		mi	Tỷ lệ %	mi	Tỷ lệ %	mi	Tỷ lệ %	mi	Tỷ lệ %
1	Bóng bàn	1	6.66	1	6.25	2	10.0	2	9.52
2	Bóng chuyền	2	13.33	2	12.5	3	15.0	3	14.28
3	Bóng đá	3	20.0	3	18.57	4	20.0	5	23.80
4	Bóng rổ	1	6.66	1	6.25	2	10.0	2	9.52
5	Cầu lông	1	6.66	1	6.25	1	5.50	1	4.76
6	Tennis	1	6.66	1	6.25	2	10.0	2	9.52
7	Võ	6	40.0	6	37.5	6	30.0	6	28.57
Tổng		15	100	16	100	20	100	21	100

ANND có tỷ lệ tham gia tương đối cao song số tập luyện thường xuyên còn thấp, nội dung tập luyện đa dạng. Tuy nhiên, tính tổ chức và hiệu quả hoạt động còn hạn chế. Đây là cơ sở thực tiễn quan trọng để tác động các giải pháp nâng cao chất lượng phong trào trong thời gian tới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2020). *Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT ngày 31 tháng 12 năm 2020 quy định về hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường.*

2. Chính phủ. (2015). *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31 tháng 01 năm 2015 quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường.*

3. Dương, N. Chí. (2004). *Đo lường thể thao.* Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.

4. Lê, H. Cương. (2006). *Nghiên cứu một số biện pháp phát triển phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa nhằm nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho các trường cao đẳng tỉnh Nam Định. Trong Tuyển tập nghiên cứu khoa học giáo dục thể chất – y tế trường học (lần IV).* Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.

5. Lê, V. Lãm., & Phạm, X. Thành. (2008). *Giáo trình thể dục thể thao trường học.* Nhà xuất bản Thể dục Thể thao.