

# ĐỀ XUẤT BIỆN PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Thị Lợi<sup>(1)</sup>

## Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 12/03/2026

Ngày phản biện: 17/04/2026

Ngày đăng: 28/05/2026

## Tác giả liên hệ:

Nguyễn Thị Lợi

Email: loint@hcmue.edu.vn

Tập 3, số 3 (2026), trang 109-112

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14079>

*Bản quyền © 2026. 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:

Thông qua việc sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong lĩnh vực giáo dục thể chất (GDTC), đề tài đã lựa chọn và xây dựng nội dung 6 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh. Đây là cơ sở khoa học quan trọng để nâng cao chất lượng và hiệu quả công tác GDTC trong Nhà trường.

**Từ khóa:** Biện pháp, chất lượng, giáo dục thể chất, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.

## Measures to improve the quality of physical education for students at Ho Chi Minh City University of Education

Nguyen Thi Loi<sup>(1)</sup>

## Article Information:

Received: 12/03/2026

Review date: 17/04/2026

Published: 28/05/2026

## Corresponding Author:

Nguyen Thi Loi

Email: loint@hcmue.edu.vn

Vol.3, Issue 3 (2026), pp 109-112

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14079>

*Copyright © 2026. 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:

Through the use of conventional scientific research methods in the field of physical education, the study selected six measures to improve the quality of physical education for students at Ho Chi Minh City University of Education. These findings provide an important scientific basis for improving the quality and effectiveness of physical education activities in the university.

**Keywords:** Measures, quality, physical education, Ho Chi Minh City University of Education.

<sup>(1)</sup>ThS Trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

## **ĐẶT VẤN ĐỀ**

Giáo dục thể chất (GDTC) là một bộ phận quan trọng của nền giáo dục quốc dân, giữ vai trò trực tiếp trong việc nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, hình thành phẩm chất, ý chí và lối sống lành mạnh cho người học. Trong bối cảnh đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo hiện nay, GDTC không chỉ góp phần hoàn thiện mục tiêu giáo dục toàn diện mà còn là giải pháp quan trọng nhằm nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, đáp ứng yêu cầu phát triển đất nước trong thời kỳ công nghiệp hóa, hiện đại hóa và hội nhập quốc tế. Đảng và Nhà nước ta đã ban hành nhiều chủ trương, chính sách khẳng định vai trò của công tác GDTC và thể thao trường học như: Luật Thể dục, Thể thao năm 20026 và Luật Thể dục, Thể thao sửa đổi năm 2018; Kết luận số 70-KL/TW ngày 31/01/2024 của Bộ Chính trị về phát triển thể dục, thể thao trong giai đoạn mới; cùng các quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo về tăng cường GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường.

Trong các cơ sở giáo dục đại học, GDTC có ý nghĩa đặc biệt quan trọng đối với sinh viên – lực lượng trí thức trẻ tương lai của đất nước. Thông qua các hoạt động học tập và rèn luyện thể chất, sinh viên không chỉ được nâng cao thể lực, phòng chống các nguy cơ bệnh học đường và suy giảm sức khỏe do ít vận động, mà còn hình thành kỹ năng sống, tinh thần tập thể, ý thức kỷ luật và khả năng thích ứng với áp lực học tập, nghề nghiệp. Đối với sinh viên các trường sư phạm, việc nâng cao chất lượng GDTC còn góp phần hình thành tác phong sư phạm, năng lực tổ chức hoạt động giáo dục và xây dựng lối sống tích cực cho đội ngũ giáo viên tương lai.

Tại Trường Đại học Sư phạm Tp. Hồ Chí Minh, công tác GDTC đã được triển khai theo đúng chương trình và quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Nhà trường từng bước quan tâm đầu tư cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên và tổ chức các hoạt động thể thao cho sinh viên. Tuy nhiên, thực tiễn giảng dạy và kết quả đánh giá cho thấy chất lượng GDTC vẫn còn một số hạn chế như: thể lực của một bộ phận sinh viên chưa đáp ứng yêu cầu; tỷ lệ sinh viên đạt chuẩn ngay từ lần kiểm tra đầu chưa cao; mức độ tham gia hoạt

động thể thao ngoại khóa còn hạn chế; động cơ và hứng thú học tập môn GDTC của một số sinh viên chưa thực sự tích cực. Bên cạnh đó, tác động của môi trường học tập hiện đại, áp lực học tập chuyên môn, xu hướng ít vận động và sự gia tăng thời gian sử dụng thiết bị công nghệ cũng ảnh hưởng đáng kể đến hiệu quả rèn luyện thể chất của sinh viên.

Những vấn đề trên đặt ra yêu cầu cần nghiên cứu, lựa chọn và ứng dụng các biện pháp có cơ sở khoa học, phù hợp với điều kiện thực tiễn của Nhà trường nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên. Việc nghiên cứu các biện pháp nâng cao chất lượng GDTC không chỉ góp phần cải thiện hiệu quả môn học mà còn có ý nghĩa thiết thực trong việc nâng cao sức khỏe, thể lực, phát triển toàn diện cho sinh viên, đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục đại học trong giai đoạn hiện nay.

## **PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU**

Quá trình nghiên cứu sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn toạ đàm; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

## **KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

### **1. Lựa chọn biện pháp**

Với mục đích lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng GDTC tại Trường Đại học Sư phạm Tp. Hồ Chí Minh, căn cứ vào thực trạng công tác GDTC, cũng như các nguồn tư liệu khác nhau, đề tài đã tổng hợp được 6 biện pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC cho khách thể nghiên cứu. Trên cơ sở đó, tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 40 cán bộ quản lý, giảng viên GDTC của các trường đại học trên địa bàn Tp. Hồ Chí Minh. Nội dung phỏng vấn được đánh giá theo thang đo Likert 5 mức: Rất đồng ý - 5 điểm; Đồng ý - 4 điểm; Trung lập - 3 điểm; Không đồng ý - 2 điểm – Rất không đồng ý – 1 điểm. Với quy ước, những biện pháp đạt mức rất tốt (4,21 – 5 điểm) sẽ được lựa chọn. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy, cả 6 biện pháp đều đạt ở mức rất tốt theo thang đo Likert (từ 4,30 – 4,93 điểm). Đồng thời, khi so sánh các ý kiến đồng ý và rất đồng ý với các mức ý kiến còn lại

**Bảng 1. Kết quả lựa chọn các biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh (n = 40)**

TT	Biện pháp	Kết quả đánh giá					Điểm trung bình	Mức đánh giá	$\chi^2$
		5	4	3	2	1			
1.	Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC	37	2	1	0	0	4.9	Rất tốt	36.1
2.	Nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên GDTC	32	3	2	2	1	4.58	Rất tốt	22.5
3.	Hoàn thiện nội dung chương trình giảng dạy GDTC	28	3	4	3	2	4.3	Rất tốt	12.1
4.	Đẩy mạnh hoạt động thi đấu và phong trào tập luyện TDTT ngoại khoá	38	1	1	0	0	4.93	Rất tốt	36.1
5.	Bảo đảm kinh phí cho tổ chức và quản lý hoạt động GDTC	32	2	4	2	0	4.6	Rất tốt	19.6
6.	Nâng cao thể lực cho sinh viên	29	4	3	2	2	4.4	Rất tốt	16.9

cho thấy, sự khác biệt này ở các biện pháp đều có ý nghĩa thống kê, với  $P < 0,05$  ( $\chi^2$  tính đều  $> \chi^2$  bảng = 3,841). Do vậy, cả 6 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Tp. Hồ Chí Minh đều thỏa mãn yêu cầu lựa chọn đề ra.

## 2. Xây dựng nội dung từng giải pháp đã lựa chọn

### Biện pháp 1. Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC

**Mục đích:** Nâng cao chất lượng dạy học và tập luyện GDTC thông qua việc bảo đảm đầy đủ, đồng bộ và an toàn về sân bãi, trang thiết bị, đáp ứng yêu cầu chương trình và nhu cầu tập luyện của sinh viên.

**Nội dung:** Rà soát hiện trạng sân bãi, dụng cụ, trang thiết bị GDTC; Đầu tư, sửa chữa, nâng cấp các công trình thể thao theo lộ trình; Bổ sung dụng cụ tập luyện phù hợp với các học phần GDTC; Xây dựng quy định sử dụng, bảo quản cơ sở vật chất hiệu quả.

**Tổ chức thực hiện:** Nhà trường xây dựng kế hoạch đầu tư trung hạn, dài hạn.

Khoa GDTC phối hợp phòng chức năng đề xuất nhu cầu cụ thể.

Phân công cán bộ phụ trách quản lý, bảo trì định kỳ.

### Biện pháp 2. Nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên GDTC

**Mục đích:** Phát triển đội ngũ giảng viên GDTC có trình độ chuyên môn, nghiệp vụ và năng lực sư phạm đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục đại học.

**Nội dung:** Bồi dưỡng chuyên môn, nghiệp vụ, phương pháp giảng dạy hiện đại; Khuyến khích giảng viên tham gia nghiên cứu khoa học, hội thảo chuyên môn; Đánh giá, xếp loại giảng viên gắn với hiệu quả giảng dạy; Tạo điều kiện học tập nâng cao trình độ sau đại học.

**Tổ chức thực hiện:** Nhà trường ban hành kế hoạch đào tạo, bồi dưỡng giảng viên; Khoa GDTC tổ chức sinh hoạt chuyên môn định kỳ; Giảng viên chủ động tự học, tự bồi dưỡng và nghiên cứu.

### Biện pháp 3. Hoàn thiện nội dung chương trình giảng dạy GDTC

**Mục đích:** Đổi mới nội dung chương trình GDTC theo hướng khoa học, linh hoạt, phù hợp với thể lực và nhu cầu của sinh viên.

**Nội dung:** Rà soát, điều chỉnh chương trình theo chuẩn đầu ra; Tăng cường nội dung tự chọn, đa dạng môn thể thao; Kết hợp lý thuyết với thực hành, ứng dụng thực tiễn; Lồng ghép giáo dục sức khỏe, lối sống lành mạnh.

**Tổ chức thực hiện:** Khoa GDTC chủ trì xây dựng, cập nhật chương trình; Tổ chuyên môn góp ý, thẩm định nội dung; Triển khai thí điểm và điều chỉnh sau đánh giá.

**Biện pháp 4. Đẩy mạnh hoạt động thi đấu và phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa**

**Mục đích:** Tăng cường thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa, tạo môi trường rèn luyện thân thể thường xuyên, góp phần nâng cao thể lực, tinh thần thi đua và lối sống lành mạnh cho sinh viên.

**Nội dung:** Duy trì và phát triển các câu lạc bộ TDTT ngoại khóa theo môn thể thao; Tổ chức các giải thi đấu, hội thao sinh viên định kỳ trong và ngoài nhà trường; Đa dạng hóa hình thức tập luyện và thi đấu phù hợp với nhu cầu sinh viên; Khuyến khích sinh viên tham gia phong trào TDTT tự nguyện, thường xuyên.

**Tổ chức thực hiện:** Khoa GDTC phối hợp với Đoàn Thanh niên, Hội Sinh viên xây dựng kế hoạch hoạt động ngoại khóa hằng năm; Phân công giảng viên hướng dẫn chuyên môn cho các câu lạc bộ và đội tuyển; Bảo đảm cơ sở vật chất, kinh phí và công tác quản lý, đánh giá hiệu quả hoạt động.

**Biện pháp 5. Bảo đảm kinh phí cho tổ chức và quản lý hoạt động GDTC**

**Mục đích:** Bảo đảm nguồn kinh phí ổn định, hợp lý cho việc tổ chức, quản lý và phát triển hoạt động GDTC.

**Nội dung:** Lập dự toán kinh phí cho giảng dạy và hoạt động TDTT; Sử dụng kinh phí đúng mục đích, hiệu quả; Huy động các nguồn kinh phí hợp pháp khác; Tăng cường công tác kiểm tra, giám sát tài chính.

**Tổ chức thực hiện:** Nhà trường phê duyệt và phân bổ kinh phí hằng năm; Khoa GDTC quản lý, sử dụng kinh phí theo quy định; Thực hiện công khai, minh bạch trong chi tiêu.

**Biện pháp 6. Nâng cao thể lực cho sinh viên**

**Mục đích:** Cải thiện và phát triển thể lực toàn diện cho sinh viên, góp phần nâng cao sức khỏe và hiệu quả học tập.

**Nội dung:** Tổ chức kiểm tra, đánh giá thể lực định kỳ; Xây dựng các bài tập phù hợp từng đối tượng sinh viên; Hướng dẫn sinh viên phương pháp tự rèn luyện; Tư vấn chế độ vận động và sinh hoạt hợp lý.

**Tổ chức thực hiện:** Giảng viên GDTC trực tiếp hướng dẫn và theo dõi; Khoa GDTC xây dựng kế hoạch kiểm tra thể lực hàng năm; Sinh viên chủ động tham gia và tự đánh giá kết quả.

**KẾT LUẬN**

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 6 biện pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, đó là: 1) Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ hoạt động GDTC; 2) Nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên GDTC; 3) Hoàn thiện nội dung chương trình giảng dạy GDTC; 4) Đẩy mạnh hoạt động thi đấu và phong trào tập luyện TDTT ngoại khóa; 5) Bảo đảm kinh phí cho tổ chức và quản lý hoạt động GDTC; 6) Nâng cao thể lực cho sinh viên. Các biện pháp nêu trên đảm bảo độ tin cậy thống kê cần thiết trong quá trình lựa chọn. Đây là cơ sở khoa học quan trọng để đẩy mạnh công tác giáo dục thể chất trong Nhà trường.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ Chính trị. (2024). *Kết luận số 70-KL/TW ngày 31 tháng 01 năm 2024 về phát triển thể dục, thể thao trong giai đoạn mới*. Hà Nội, Việt Nam: Bộ Chính trị.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2008). *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT về tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*. Hà Nội, Việt Nam: Bộ Giáo dục và Đào tạo.
3. 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 thao trong nhà trường*. Hà Nội, Việt Nam: Bộ Giáo dục và Đào tạo.
4. Quốc hội. (2006). *Luật Thể dục, thể thao* (Luật số 77/2006/QH11 ngày 29/11/2006). Hà Nội, Việt Nam: Quốc hội.
5. Quốc hội. (2018). *Luật sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Thể dục, thể thao* (Luật số 26/2018/QH14 ngày 14 tháng 6 năm 2018). Hà Nội, Việt Nam: Quốc hội.
6. Thủ tướng Chính phủ. (2024). *Quyết định số 1705/QĐ-TTg ngày 31/12/2024 phê duyệt Chiến lược phát triển giáo dục đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045*. Hà Nội, Việt Nam: Văn phòng Chính phủ.