

THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG TẬP LUYỆN NGOẠI KHÓA THỂ DỤC THỂ THAO CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG CHUYÊN CÁC TỈNH BẮC MIỀN TRUNG

Đồng Hương Lan*

Tóm tắt: Tập luyện TDTT ngoại khóa được xác định là một trong những giải pháp quan trọng nhằm phát triển thể chất cho học sinh. Để có cơ sở thực tiễn xây dựng và triển khai giải pháp tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa nhằm phát triển thể chất cho học sinh, quá trình nghiên cứu đã tiến hành khảo sát, đánh giá thực trạng về cơ cấu, động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung.

Từ khóa: Thực trạng, ngoại khóa TDTT; học sinh, trung học phổ thông, Bắc miền Trung.

REAL SITUATION OF EXTRACURRICULAR SPORTS PRACTICE FOR SPECIALIZED HIGH SCHOOL STUDENTS IN NORTH CENTRAL PROVINCES

Summary: Extracurricular sports practice has been identified as one of the important measures to develop student physical strength. For practical basis to build and implement the solutions for extracurricular sports practice in order to improve the student physical strength, the study conducts a survey and makes assessment of the real situation of the structure and the motivation of practicing extracurricular sports of specialized high school students in the North Central provinces.

Keywords: Real situation, sports extracurriculum; students, high school, North Central.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện TDTT có vai trò to lớn trong việc nâng cao sức khỏe toàn diện cho con người, trong đó năng lực thể chất là một mặt cơ bản, giữ vai trò quyết định. Năng lực thể chất có vai trò hết sức quan trọng trong cuộc sống, trong lao động, trong công tác và trong học tập.

Trong công tác GDTC trường học, hoạt động thể thao ngoại khóa có ý nghĩa rất quan trọng đối với việc rèn luyện sức khỏe thể chất, duy trì và nâng cao khả năng hoạt động thể lực; rèn luyện ý chí, giáo dục tính tự lập cũng như tinh thần tập thể trong quá trình tập luyện; rèn luyện sức khỏe tinh thần cho học sinh. Bên cạnh đó, những hoạt động này còn tạo cho học sinh có một đời sống tinh thần lành mạnh, tạo hứng thú và niềm đam mê trong học tập và nghiên cứu. Ngoài ra, tham gia tập luyện ngoại khóa TDTT học sinh còn có thể học được những kỹ năng kỹ xảo vận động mới phức tạp hơn, đáp ứng thực tiễn nhu cầu cuộc sống.

Thực tiễn công tác GDTC trong trường học các cấp, trong đó đặc biệt là tại các trường THPT chuyên còn nhiều hạn chế. Để có căn cứ đề xuất một số giải pháp phát triển thể chất cho học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung bằng tập

luyện TDTT, việc đánh giá thực trạng về hoạt động tập luyện ngoại khóa TDTT là nội dung nghiên cứu quan trọng. Bài viết tiến hành đánh giá khái quát thực trạng nhu cầu, động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa TDTT của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung, làm cơ sở để ứng dụng triển khai các giải pháp phát triển thể chất cho học sinh phù hợp với đặc điểm của các trường THPT chuyên.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; Phương pháp điều tra xã hội học; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Kết quả xác định động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa TDTT

Quá trình nghiên cứu đã tiến hành xác định động cơ tham gia tập luyện ngoại khóa TDTT của 2990 học sinh theo 2 nhóm tiêu chí gồm: Nhóm động cơ tham gia tập luyện và nhóm các yếu tố khách quan ảnh hưởng tới động cơ tập luyện ngoại khóa của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

*ThS, Trường Đại học Hồng Đức, Thanh Hóa

Bảng 1. Kết quả điều tra động cơ và các yếu tố ảnh hưởng tới việc tham gia tập luyện ngoại khoá của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung (n = 2990)

TT	Nội dung phỏng vấn	Khối 10 (n = 988)		Khối 11 (n = 1012)		Khối 12 (n = 990)		Tổng (n = 2990)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Động cơ tham gia tập luyện								
	- Ham thích	766	77.53	868	85.77	765	77.27	2399	80.23
	- Tăng cường sức khoẻ	572	57.89	606	59.88	571	57.68	1749	58.49
	- Làm đẹp, giảm béo	352	35.63	355	35.08	343	34.65	1050	35.12
	- Nâng cao năng lực vận động	563	56.98	587	58	565	57.07	1715	57.36
	- Chống suy nhược, nhiễm bệnh	167	16.9	189	18.68	168	16.97	524	17.53
	- Thói quen vận động	123	12.45	127	12.55	134	13.54	384	12.84
	- Nhu cầu học tập	141	14.27	134	13.24	142	14.34	417	13.95
	- Động cơ khác	89	9.01	106	10.47	93	9.39	288	9.63
2	Các yếu tố khách quan ảnh hưởng tới động cơ tập luyện								
	- Giáo dục của Nhà trường	654	66.19	702	69.37	677	68.38	2033	67.99
	- Ảnh hưởng của truyền thông	257	26.01	270	26.68	249	25.15	776	25.95
	- Ảnh hưởng của các trường học khác	480	48.58	483	47.73	466	47.07	1429	47.79
	- Ảnh hưởng của gia đình, bạn bè	257	26.01	263	25.99	257	25.96	777	25.99
	- Sự hấp dẫn của môn thể thao	514	52.02	526	51.98	527	53.23	1567	52.41
	- Ảnh hưởng của ngôi sao thể thao	83	8.4	92	9.09	93	9.39	268	8.96
	- Động cơ khác	103	10.43	116	11.46	111	11.21	330	11.04

Qua bảng 1 cho thấy: Động cơ tham gia tập luyện của cả 3 đối tượng học sinh khối 10, khối 11 và khối 12 trường THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung chủ yếu là do ham thích thể thao (chiếm 80.23%); tăng cường sức khoẻ (chiếm tỷ lệ 58.49%); do nhu cầu nâng cao năng lực vận động (chiếm tỷ lệ 57.36%). Ngoài ra, cũng có số rất ít ý kiến cho rằng, động cơ tham gia tập luyện ngoại khoá TDDT là do mục tiêu làm đẹp giảm béo (chiếm tỷ lệ 35.12%); để phòng chống bệnh tật (chiếm tỷ lệ 17.53%); do nhu cầu học tập (chiếm tỷ lệ 13.95%); do thói quen vận động (chiếm tỷ lệ 12.84%); do các động cơ khác (chiếm tỷ lệ 9.63%).

Như vậy có thể thấy rằng, về cơ bản, học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung cũng có nhận thức được vai trò, tác dụng của tập luyện ngoại khoá TDDT đến việc tăng cường sức khoẻ và phục vụ học tập, trong đó đa phần học sinh đều rất ham thích tập luyện ngoại khoá các môn thể thao.

Khi xem xét đến yếu tố khách quan ảnh hưởng tới động cơ tập luyện ngoại khoá các môn thể thao cho thấy: Đa số ý kiến cho rằng, việc tập luyện ngoại khoá các môn thể thao là do yếu tố giáo dục của nhà trường (chiếm tỷ lệ 67.99%); do sự hấp dẫn của các môn thể thao tham gia tập

luyện (chiếm tỷ lệ 52.41%); do ảnh hưởng của các trường học khác (chiếm tỷ lệ 47.79%); do ảnh hưởng của gia đình, bạn bè (chiếm tỷ lệ 25.99%); do ảnh hưởng của các phương tiện thông tin đại chúng (chiếm tỷ lệ 25.95%). Ngoài ra số ít các ý kiến còn lại cho rằng, việc tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao là do tác động của các ngôi sao thể thao trong và ngoài nước, các VĐV đỉnh cao (chiếm tỷ lệ 8.96%); do các động cơ khác (chiếm tỷ lệ 11.04%).

Như vậy, tổng hợp những kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Đa số học sinh đều nhận thức được vai trò, tác dụng của tập luyện ngoại khoá các môn thể thao đến sức khoẻ, nâng cao năng lực vận động phục vụ học tập, đồng thời cũng do sự ham thích các môn thể thao. Có thể nói rằng, đây là một trong những yếu tố thuận lợi, và là nhân tố quan trọng để phát triển phong trào tập luyện ngoại khoá các môn thể thao nhằm phát triển thể chất cho học sinh, góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC trong nhà trường hiện nay.

2. Kết quả xác định thực trạng về tần suất và thâm niên tập luyện ngoại khoá TDDT

Để xác định thực trạng về tần suất và thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung, quá trình nghiên cứu cũng tiến hành

BÀI BÁO KHOA HỌC

khảo sát trên đối tượng 2990 học sinh các khối lớp 10, 11 và 12 (tính cả thời gian tham gia tập luyện ngoại khoá thường xuyên ở các cấp học

trước đây). Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Tần suất và thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung (n = 2990)

TT	Nội dung phỏng vấn	Khối 10 (n = 988)		Khối 11 (n = 1012)		Khối 12 (n = 990)		Tổng (n = 2990)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Số buổi tập luyện trong 1 tuần								
	Tập 1 buổi	483	48.89	462	45.65	510	51.52	1455	48.66
	Tập từ 2 - 3 buổi	229	23.18	208	20.55	279	28.18	716	23.95
	Tập 4 buổi	237	23.99	256	25.3	144	14.55	637	21.3
	Tập trên 4 buổi	39	3.95	86	8.5	57	5.76	182	6.09
2	Thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá								
	Tập dưới 1 năm	238	24.09	243	24.01	78	7.88	559	18.7
	Tập từ 1 đến 2 năm	289	29.25	261	25.79	213	21.52	763	25.52
	Tập từ trên 2 năm đến 3 năm	408	41.3	433	42.79	486	49.09	1327	44.38
	Tập trên 3 năm	53	5.36	75	7.41	213	21.52	341	11.4

Qua bảng 2 cho thấy: Đa số học sinh các khối 10, 11 và 12 các trường THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung khi được hỏi đều cho rằng, số buổi tập luyện ngoại khoá các môn thể thao với tần suất tập luyện 1 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 48.66%, trong đó học sinh khối 12 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 51.52%); tiếp đến là tần suất tập luyện từ 2 - 3 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 23.95%, trong đó học sinh khối 12 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 28.18%); tiếp đến là số học sinh có tần suất tập luyện 4 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 21.30%, trong đó chiếm tỷ lệ cao hơn cả là đối tượng học sinh khối 11 là 25.30%); còn lại số ít học sinh tham gia tập luyện trên 4 buổi/1 tuần (chiếm tỷ lệ 6.09%).

Khi xem xét đến thâm niên tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao cho thấy, có sự tương đồng giữa thâm niên tham gia tập luyện và tần suất tập luyện ngoại khoá của học sinh các khối 10, 11 và 12. Đa số học sinh được hỏi đều cho rằng có thâm niên tập luyện từ trên 2 năm đến 3 năm (chiếm tỷ lệ 44.38%, trong đó đối tượng học sinh khối 12 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 49.09%); từ 1 đến 2 năm chiếm tỷ lệ 25.52% (trong đó học sinh khối 10 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 29.25%); dưới 1 năm (chiếm tỷ lệ 18.70%); tiếp đến là số học sinh có thâm niên tập luyện trên 3 năm (chiếm tỷ lệ 11.40%, trong đó đối tượng học sinh khối 12 chiếm tỷ lệ cao hơn cả là 21.52%). Như vậy từ những kết quả phân tích tổng hợp nêu trên có thể thấy rằng, đa số học sinh các trường THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung đã có ý thức tập luyện ngoại khoá. Đa số các em đều đã từng tham gia tập luyện ngoại

khóa các môn thể thao từ cấp học THCS (trước khi chuyển sang cấp học THPT).

3. Kết quả xác định thực trạng về môn thể thao, hình thức tham gia và nhu cầu tập luyện ngoại khoá các môn thể thao

Quá trình nghiên cứu tiến hành khảo sát về thực trạng các môn thể thao thường xuyên tham gia tập luyện ngoại khoá, hình thức và nhu cầu tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao nếu như được nhà trường tổ chức. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.

Từ kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy:

Về các môn thể thao thường xuyên tập luyện ngoại khoá thì nhu cầu tập luyện của các em được thể hiện cho 9 môn. Song phải nói rằng, với 2 môn bóng rổ, bóng chuyền có số học sinh thường xuyên tập luyện chiếm tỷ lệ thấp hơn cả; nhóm thứ 2 là các môn: bơi lội, bóng bàn, cờ vua, điền kinh có tỷ lệ học sinh tập luyện cao hơn song cũng còn thấp (tỷ lệ dưới 25.00%). Chiếm tỷ lệ cao nhất là nhóm các môn: cầu lông, bóng đá và đá cầu có số học sinh ưa thích tập luyện nhiều hơn cả, chiếm tỷ lệ 53.61%, 49.50% và 44.82%.

Về hình thức tham gia tập luyện: Đa số học sinh đều tham gia tập luyện ngoại khoá các môn thể thao dưới hình thức tự tập (chiếm tỷ lệ 57.86%) hoặc tự tập theo nhóm (chiếm tỷ lệ 33.11%), trong khi đó với số lượng 9.03% số học sinh tham gia tập luyện ngoại khoá dưới hình thức đội tuyển các môn thể thao của nhà trường, thì qua khảo sát cho thấy, số học sinh này được nhà trường tuyển chọn vào các đội tuyển tham gia thi đấu các giải thể thao của

huyện, tỉnh trong chương trình Hội khỏe Phù Đổng cấp tỉnh, và chỉ tham gia tập luyện vào thời điểm nhất định trước khi thi tham gia thi đấu. Qua kết quả ở bảng 3 còn cho thấy, nhà trường chưa tổ chức các hình thức tập luyện ngoại khóa theo mô hình lớp năng khiếu, hay câu lạc bộ thể thao cho học sinh. Do đó, để nâng cao chất lượng GDTC trong nhà trường, việc xây dựng mô hình tổ chức, quản

lý phong trào tập luyện ngoại khóa các môn thể thao nhằm thu hút số học sinh tham gia tập luyện thường xuyên là hết sức cần thiết.

Khi tìm hiểu về nhu cầu tham gia tập luyện dưới các hình thức lớp năng khiếu thể thao có giáo viên hướng dẫn, câu lạc bộ thể thao thì được số học sinh đánh giá rất cao, số phiếu hỏi có nguyện vọng tham gia chiếm tỷ lệ đến 72.64%.

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn về nhu cầu và hình thức tham gia tập luyện ngoại khóa các môn thể thao của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung (n = 2990)

TT	Nội dung phỏng vấn	Khối 10 (n = 988)		Khối 11 (n = 1012)		Khối 12 (n = 990)		Tổng (n = 2990)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Môn thể thao tập luyện ngoại khoá								
	Bóng đá	519	52.53	532	52.57	429	43.33	1480	49.5
	Bóng bàn	181	18.32	203	20.06	198	20	582	19.46
	Cờ vua	179	18.12	187	18.48	193	19.49	559	18.7
	Đá cầu	401	40.59	421	41.6	518	52.32	1340	44.82
	Cầu lông	560	56.68	578	57.11	465	46.97	1603	53.61
	Bóng chuyên	98	9.92	89	8.79	96	9.7	283	9.46
	Bơi lội	203	20.55	236	23.32	241	24.34	680	22.74
	Điền kinh	189	19.13	178	17.59	193	19.49	560	18.73
	Bóng rổ	84	8.5	92	9.09	76	7.68	252	8.43
Các môn thể thao khác	62	6.28	74	7.31	40	4.04	176	5.89	
2	Hình thức tham gia tập luyện ngoại khoá								
	Tự tập luyện	597	60.43	602	59.49	531	53.64	1730	57.86
	Tập luyện theo nhóm	305	30.87	317	31.32	368	37.17	990	33.11
	Tập luyện theo lớp năng khiếu	0	0	0	0	0	0	0	0
	Tập luyện theo đội tuyển	86	8.7	93	9.19	91	9.19	270	9.03
Tập luyện theo câu lạc bộ	0	0	0	0	0	0	0	0	
3	Nhu cầu tham gia tập luyện ngoại khoá theo CLB								
	Rất muốn	712	72.06	755	74.6	705	71.21	2172	72.64
	Bình thường	194	19.64	168	16.6	172	17.37	534	17.86
	Không cần thiết	82	8.3	89	8.79	113	11.41	284	9.5

KẾT LUẬN

1. Thực trạng công tác GDTC nói chung và hoạt động tập luyện ngoại khóa TDTT cho học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung về cơ bản đã thu được những kết quả nhất định như: Phần lớn các em học sinh đều ham thích tập luyện TDTT, nhận thức được tác dụng của tập luyện TDTT đến sức khỏe và phát triển thể lực. Các em học sinh tham gia tập luyện ngoại khóa các môn thể thao với một động cơ tốt và cơ cấu tương đối đồng đều. Số lượng học sinh tham gia tập luyện 2-3 buổi và đã tập luyện ngoại khóa 2-3 năm chiếm tỷ lệ cao.

2. Nhu cầu tập luyện các môn thể thao không đồng nhất; 3 môn có sự lựa chọn cao là Bóng đá, Đá cầu và Cầu lông (từ 44.82% - 53.61%), các môn nhóm 2 là Bóng bàn, Cờ vua và Điền kinh;

Các môn còn lại có số lựa chọn không cao (<10%). Thực tế nhu cầu tham gia theo hình thức câu lạc bộ là rất cao (72.6%), trong khi hình thức này lại chưa được tổ chức.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*

2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT, thành phố Hồ Chí Minh.

3. Zuico I.G (1975), *Test sự phạm đánh giá trình độ thể lực tuổi 13 - 14*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 16/11/2015, phản biện ngày 30/11/2015, duyệt in ngày 10/1/2016)