

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

BỘ VĂN HÓA THỂ THAO VÀ DU LỊCH

TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO TP. HỒ CHÍ MINH

BÙI TRẦN KHÁNH

XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH NGOẠI KHÓA CÁC MÔN
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC AN NINH NHÂN DÂN

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

TP. HỒ CHÍ MINH, NĂM 2024

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

BỘ VĂN HÓA THỂ THAO VÀ DU LỊCH

TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO TP. HỒ CHÍ MINH

BÙI TRẦN KHÁNH

**XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH NGOẠI KHÓA CÁC MÔN
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC AN NINH NHÂN DÂN**

Ngành: Giáo dục học

Mã số: 9140101

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

CÁN BỘ HƯỚNG DẪN KHOA HỌC

1. PGS.TS Lê Thiết Can

2. TS. Lê Hoàng Ngân

TP. HỒ CHÍ MINH, NĂM 2024

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan công trình nghiên cứu này là của riêng tôi. Các số liệu, kết quả trình bày trong luận án là trung thực và chưa từng được ai công bố trong bất kỳ công trình nghiên cứu nào.

Tác giả

Bùi Trần Khánh

MỤC LỤC

Trang

DANH MỤC TỪ VIẾT TẮT

DANH MỤC CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG

DANH MỤC CÁC BẢNG

DANH MỤC CÁC BIỂU ĐỒ

ĐẶT VẤN ĐỀ.....1

CHƯƠNG 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU.....6

1.1. Quan điểm, chính sách của đảng và nhà nước về công tác giáo dục thể chất.....6

1.2. Quan điểm của đảng và nhà nước về công tác giáo dục thể chất ngành công an nhân dân.....9

1.3. Hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường.....14

1.3.1. Vai trò của hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường 14

1.3.2. Mục đích của hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa..... 16

1.3.3. Đặc điểm hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa 18

1.3.4. Các điều kiện đảm bảo cho công tác tổ chức TDTT ngoại khóa..... 20

1.3.5. Nội dung tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa trong trường đại học
..... 20

1.3.6. Hình thức tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa trong nhà trường...22

1.4. Khái quát về chương trình đào tạo, đánh giá chương trình đào tạo.....23

1.4.1. Khái niệm 23

1.4.2. Chương trình môn học và hoạt động thể thao sinh viên 26

1.4.3. Những nguyên tắc xây dựng chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên..... 29

1.4.4. Đánh giá chất lượng chương trình 32

1.5. Đặc điểm tâm lý, sinh lý và tổ chức thể lực sinh viên lứa tuổi 19 - 22	39
1.5.1. Đặc điểm tâm lý của sinh viên	39
1.5.2. Đặc điểm sinh lý của sinh viên	42
1.5.3. Đặc điểm các tổ chức thể lực của sinh viên.....	43
1.6. Khái quát về Trường Đại học An ninh nhân dân	44
1.6.1. Lịch sử hình thành và phát triển Trường Đại học An ninh nhân dân	43
1.6.2. Khái quát về Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao, Trường Đại học An ninh nhân dân	46
1.6.3. Tình hình thực hiện công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân trong giai đoạn hiện nay	48
1.7. Các công trình nghiên cứu liên quan.....	50
1.7.1. Các công trình nghiên cứu liên quan đến chương trình TDDT ngoại khóa cho SV	50
1.7.2. Các công trình nghiên cứu liên quan đến chương trình GDTC, chương trình TDDT ngoại khóa cho SV trong các trường ĐH thuộc khối lực lượng vũ trang.....	55
CHƯƠNG 2: ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU	59
2.1. Đối tượng nghiên cứu.....	59
2.1.1. Đối tượng nghiên cứu.....	59
2.1.2. Khách thể nghiên cứu.....	59
2.2. Phương pháp nghiên cứu	59
2.2.1. Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu	59
2.2.2. Phương pháp quan sát sự phạm.....	60
2.2.3. Phương pháp phỏng vấn.....	60
2.2.4. Phương pháp nhân trắc học	61
2.2.5. Phương pháp kiểm tra sự phạm.....	62
2.2.6. Phương pháp thực nghiệm sự phạm.....	66

2.2.7. Phương pháp toán học thống kê	66
2.3. Tổ chức nghiên cứu	66
CHƯƠNG 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN.....	68
3.1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân.....	68
3.1.1. Xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học An ninh nhân dân.....	68
3.1.2. Thực trạng về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	70
3.1.3. Thực trạng về lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân.....	72
3.1.4. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	74
3.1.5. Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân.	77
3.1.6. Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.....	79
3.1.7. Đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật của cán bộ quản lý, giảng viên tại Trường Đại học An ninh nhân dân	90
3.1.8. Đánh giá của sinh viên về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật	94
3.2. Xây dựng chương trình gdtc ngoại khóa cho sinh viên trường đại học an ninh nhân dân.....	101
3.2.1. Căn cứ xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân.....	101
3.2.2. Xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá	105

3.2.3. Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn Bóng bàn	113
3.2.4. Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn Bơi lội....	121
3.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình gdtc ngoại khóa cho sinh viên trường đại học an ninh nhân dân.	129
3.3.1. Tổ chức thực nghiệm chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội	129
3.3.2. Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 16/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân.	131
3.3.3. Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về xếp loại thể lực của học sinh sinh viên.	135
3.3.4. Đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội của cán bộ quản lý, giảng viên tại Trường Đại học An ninh nhân dân	142
3.3.5. Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên sau thực nghiệm các chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	145
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	147
KẾT LUẬN	147
KIẾN NGHỊ.....	148
DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN	
TÀI LIỆU THAM KHẢO	
PHỤ LỤC	

DANH MỤC TỪ VIẾT TẮT

VIẾT TẮT	THUẬT NGỮ TIẾNG VIỆT
CAND	Công an nhân dân
CB	Cán bộ
CBQL	Cán bộ quản lý
CLB	Câu lạc bộ
ĐC	Đối chứng
ĐH	Đại học
GD&ĐT	Giáo dục và Đào tạo
GD	Giáo dục
GDTC	Giáo dục thể chất
GV	Giảng viên
NXB	Nhà xuất bản
SV	Sinh viên
TB	Trung bình
TDTT	Thể dục thể thao
TP.HCM	Thành phố Hồ Chí Minh

DANH MỤC CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG

KÝ HIỆU	ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG
cm	Centimét
g	Gam
kg	Kilôgam
m	Mét
s	Giây
p	Phút

DANH MỤC CÁC BẢNG

TT	TÊN BẢNG	TRANG
1	Bảng 3.1: Bảng tổng hợp nguồn các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC ở các cơ sở giáo dục và đào tạo	68
2	Bảng 3.2: Kết quả phỏng vấn lựa chọn các chỉ tiêu đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	Sau trang 68
3	Bảng 3.3: Thực trạng về lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	72
4	Bảng 3.4: Cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân.	76
5	Bảng 3.5: Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân.	79
6	Bảng 3.6: Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.	83
7	Bảng 3.7: Tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh, sinh viên Việt Nam (nam) theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo	84
8	Bảng 3.8: Thống kê xếp loại thể lực sinh viên Đại học An ninh Nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo	85
9	Bảng 3.9: Thống kê đánh giá của CBQL, GV về chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa cho SV	Sau trang 93
10	Bảng 3.10: Các tiêu chí đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật dành cho SV	Sau trang 97

11	Bảng 3.11: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân	Sau trang 106
12	Bảng 3.12 : Bảng Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy môn ngoại khóa môn Bóng đá tại Trường Đại học An ninh nhân dân	111
13	Bảng 3.13: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy Ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân	Sau trang 112
14	Bảng 3.14: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân	Sau trang 113
15	Bảng 3.15: Bảng Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy môn ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân	118
16	Bảng 3.16: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy Ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân	120
17	Bảng 3.17: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân	122
18	Bảng 3.18: Bảng Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy môn ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân	127
19	Bảng 3.19: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy Ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân	Sau trang 128

20	Bảng 3.20: Sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân (Nhóm đối chứng)	131
21	Bảng 3.21: Sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân (Nhóm thực nghiệm)	133
22	Bảng 3.22: Kết quả đánh giá thể lực sau thực nghiệm chương trình ngoại khóa	135
23	Bảng 3.23: Sự thay đổi về xếp loại thể lực sinh viên sau chương trình thực nghiệm.	137
24	Bảng 3.24: Kết quả đánh giá thể lực sau thực nghiệm chương trình ngoại khóa	138
25	Bảng 3.25: Sự thay đổi về xếp loại thể lực sinh viên sau chương trình thực nghiệm.	140
26	Bảng 3.26: Thống kê đánh giá của CBQL, GV về chương trình GDTC các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội	Sau trang 144
27	Bảng 3.27: Các tiêu chí đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, bóng bàn, bơi lội	Sau trang 145

DANH MỤC CÁC BIỂU ĐỒ

TT	Tên bảng	Trang
1	Biểu đồ 3.1: Thành phần chuyên gia tham gia phỏng vấn	69
2	Biểu đồ 3.2: Kết quả so sánh các chiều cao và cân nặng của SV theo các năm	81
3	Biểu đồ 3.3: Xếp loại thể lực của sinh viên năm nhất	86
4	Biểu đồ 3.4: Xếp loại thể lực của sinh viên năm hai	86
5	Biểu đồ 3.5: Xếp loại thể lực của sinh viên năm ba	87
6	Biểu đồ 3.6: Xếp loại thể lực của sinh viên năm tư	88
7	Biểu đồ 3.7: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Kết quả học tập mong đợi	91
8	Biểu đồ 3.8: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Chương trình chi tiết	91
9	Biểu đồ 3.9: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Nội dung và cấu trúc chương trình	92
10	Biểu đồ 3.10: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Kiểm tra, đánh giá sinh viên.	93
11	Biểu đồ 3.11: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy	93
12	Biểu đồ 3.12: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Đảm bảo chất lượng quá trình giảng dạy và học tập	94
13	Biểu đồ 3.13: Thực trạng yêu thích các môn thể thao ngoại khóa của sinh viên	94
14	Biểu đồ 3.14: Thực trạng mức độ ảnh hưởng của các môn thể thao ngoại khóa đến kết quả học tập các môn chuyên ngành SV	95
15	Biểu đồ 3.15: Thực trạng thời điểm trong ngày thích hợp để học các	95

	môn thể thao ngoại khóa	
16	Biểu đồ 3.16: Ý kiến của SV phù hợp cho một lớp học các môn thể thao ngoại khóa	96
17	Biểu đồ 3.17: Thực trạng các yếu tố sinh viên quan tâm khi học các môn thể thao ngoại khóa	96
18	Biểu đồ 3.18: Thực trạng các môn thể thao ngoại khóa yêu thích của sinh viên	97
19	Biểu đồ 3.19: Kết quả đánh giá của SV về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật	98
20	Biểu đồ 3.20: Sự tăng trưởng thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân.	134
21	Biểu đồ 3.21: Nhịp tăng trưởng của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm thực nghiệm chương trình	141
22	Biểu đồ 3.22: Kết quả đánh giá của SV về chương trình GDTC các môn thể thao ngoại khóa sau thực nghiệm	145

ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) là một bộ phận cơ bản trong hệ thống giáo dục của nhà trường xã hội chủ nghĩa. Muốn phát triển phong trào thể dục thể thao (TDTT), thì không thể thiếu được vai trò của GDTC trong nhà trường. Đảng và Nhà nước luôn quan tâm đến công tác TDTT nói chung và công tác GDTC trong nhà trường nói riêng [31].

Các nội dung chỉ đạo, hướng dẫn về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường đối với giáo dục đại học đã được quy định cụ thể tạo các bản bản như Nghị định số 11/2015/NĐ-CP, Chính phủ ban hành vào ngày 31/01/2015, quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường. Nghị định này có hiệu lực thi hành kể từ ngày 01/07/2015 [16]. Luật số 26/2018/QH14 ngày 14 tháng 6 năm 2018 của Quốc hội sửa đổi, bổ sung một số điều của Luật Thể dục, thể thao, có hiệu lực kể từ ngày 01 tháng 01 năm 2019, tại “Điều 20. Giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường” cũng qui định rõ “Giáo dục thể chất là môn học chính khóa thuộc chương trình giáo dục nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho người học thông qua các bài tập và trò chơi vận động, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện”. Như vậy, có thể thấy GDTC là môn học chính khóa thuộc chương trình giáo dục nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho mọi người thông qua các bài tập và trò chơi vận động, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục con người phát triển toàn diện, đáp ứng nhu cầu phát triển tinh thần và thể chất cho học sinh, sinh viên. Không những thế, GDTC và thể thao trường học phải là nền tảng để phát triển thể thao đạt thành tích cao.

Trong xu thế toàn cầu hóa và hội nhập quốc tế, sự đổi mới căn bản, toàn diện về chương trình giáo dục là một trong những chủ trương đã đề ra. Chương trình đào tạo của các trường cũng sẽ được thiết kế theo những hướng khác nhau. Chương trình đào tạo sắp tới sẽ phụ thuộc vào năng lực đội ngũ của từng trường, làm sao chất lượng đầu ra không thấp hơn ngưỡng quy định. Điều này sẽ khuyến

khích các trường cạnh tranh nâng cao chất lượng đào tạo. Những trường có đội ngũ giáo viên giỏi sẽ thiết kế được chương trình hay, chất lượng đào tạo sẽ cao, tăng uy tín và tạo được sức hút đối với người học. Từ đây, chương trình đào tạo cần phải được tổ chức xây dựng (đối với chương trình mới) và điều chỉnh (đối với chương trình cũ) theo đúng hướng tiếp cận năng lực thực hiện mà bản chất là dạy gắn kết giữa lý luận và thực tiễn. Hệ thống giáo dục đại học thay đổi theo mục tiêu đào tạo để đáp ứng nhu cầu nhân lực đa dạng theo tinh thần của Nghị quyết số 29 NQ/TW khóa XI ngày 04/11/2013 về “Đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và đào tạo đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa và hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa hội nhập quốc tế” [3]. Nhằm quán triệt và tổ chức thực hiện có hiệu quả Nghị quyết số 29 trong Công an nhân dân, Đảng uỷ Công an Trung ương ban hành Nghị quyết số 17 – NQ/ĐUCA ngày 28/10/2014 về “Đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo trong Công an nhân dân”, đáp ứng yêu cầu công tác, chiến đấu và xây dựng lực lượng, góp phần giữ vững An ninh quốc gia, trật tự, an toàn xã hội, phục vụ thắng lợi sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc.

Trong những năm gần đây cũng có rất nhiều những công trình nghiên cứu về hoạt động ngoại khóa cho SV, có giá trị về cơ sở lý luận, cơ sở thực tiễn và định hướng cho việc đổi mới chương trình, nội dung, phương pháp nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy. Đây cũng là cơ sở thực tiễn quan trọng cho thấy việc xây dựng, cải tiến chương trình ngoại khóa là một trong những chủ trương cốt lõi hướng tới nâng cao chất lượng đào tạo nói chung.

Trường Đại học An ninh nhân dân là một trong những trung tâm đào tạo lớn của lực lượng Công an nhân dân, có nhiệm vụ đào tạo cán bộ chiến sỹ tương lai phục vụ sự nghiệp bảo vệ An ninh Quốc gia. Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao thuộc Trường Đại học An ninh nhân dân có trách nhiệm giúp Hiệu trưởng tổ chức giảng dạy các môn học về Quân sự, Võ thuật, Thể dục, Thể thao

theo mục tiêu, chương trình đào tạo của Bộ Công an; tổ chức nghiên cứu khoa học cho giảng viên và sinh viên; quản lý cán bộ giảng dạy; tham gia quản lý giáo dục sinh viên theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Bộ Công an và Trường Đại học An ninh nhân dân.

Thực hiện chủ trương đổi mới về giáo dục, nâng cao chất lượng đào tạo tại Trường Đại học An ninh nhân dân. Được sự chỉ đạo của Đảng ủy, Ban Giám Hiệu, Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao đang ra sức nỗ lực xây dựng các chương trình, đặc biệt xây dựng chương trình ngoại khóa góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV hệ chính quy Trường Đại học An ninh nhân dân. Để làm được điều này cần phải đánh giá toàn diện và khách quan các kết quả thực hiện chương trình GDTC cũng như các yếu tố tác động ảnh hưởng của công tác giáo dục thể chất tới sự phát triển của sinh viên Nhà trường. Chính vì vậy việc nâng cao thể chất cũng như sức khỏe cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân trong giai đoạn hiện nay có ý nghĩa vô cùng quan trọng. Trong khi đó thời lượng và chương trình dành mới cho môn GDTC chính khóa giảng dạy hiện tại 86 giờ so với chương trình đào tạo trước kia là 126 giờ giảm 40 giờ như vậy thời lượng dành cho các hoạt động thể chất trong tuần của sinh viên tương đối ít. Cần có các hoạt động thể chất ngoại khóa để nâng cao sức khỏe và kỹ năng cho sinh viên Nhà trường. Bên cạnh đó, các câu lạc bộ ngoại khóa hoạt động trên tinh thần tự phát, chưa có chương trình đào tạo cụ thể để thu hút sinh viên (SV) tham gia nhiều hơn các hoạt động ngoại khóa cũng như nâng cao các kỹ năng và sức khỏe bản thân.

Do đó, việc tiến hành **“Xây dựng chương trình ngoại khóa các môn giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân”** là cần thiết được thực hiện. Nghiên cứu góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC, TDDT ngoại khóa cho SV tại trường và nhằm giúp cho các nhà chuyên môn, các nhà quản lý giáo dục có cơ sở nhìn nhận và định hướng thay đổi trong thời gian tới một cách toàn diện góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC ở Trường

Đại học An ninh nhân dân.

Mục đích nghiên cứu

Trên cơ sở đánh giá toàn diện thực trạng chương trình GDTC nội, ngoại khóa để cải tiến hoàn thiện chương trình GDTC ngoại khóa mới, phù hợp với mục tiêu yêu cầu nâng cao chất lượng đào tạo để đưa hoạt động của các câu lạc bộ thể dục thể thao vào nề nếp, bài bản, đáp ứng yêu cầu thực tiễn đề ra cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân.

Mục tiêu nghiên cứu

1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân

1.1. Xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học An ninh nhân dân

1.2. Đánh giá thực trạng về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân theo các tiêu chí xác định

1.3. Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân; theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo

1.4. Đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa từ các đối tượng cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên tại Trường Đại học An ninh nhân dân

2. Xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học An ninh nhân dân

2.1. Căn cứ xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

2.2. Xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội

3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học An ninh nhân dân

3.1. Tổ chức thực nghiệm chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội

3.2. Đánh giá thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân sau thực nghiệm chương trình theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân; theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo

3.3. Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên sau thực nghiệm các chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Giả thuyết khoa học của luận án

Nếu xây dựng được chương trình ngoại khóa các môn GDTC cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân mang tính khoa học, hệ thống, khả thi và được kiểm chứng trong thực tế, phù hợp với điều kiện tại đơn vị sẽ làm phong phú thêm cơ sở lý luận và thực tiễn để không ngừng nâng cao chất lượng đào tạo SV Trường Đại học An ninh nhân dân phù hợp với xu hướng phát triển của công tác đào tạo hiện nay là chú trọng các hoạt động thể thao trong trường học, tạo môi trường lành mạnh, hữu ích đối với sự phát triển thể chất và tinh thần cho người học.

CHƯƠNG 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

1.1. Quan điểm, chính sách của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất

Giáo dục thể chất trong nhà trường các cấp giữ vị trí quan trọng trong mục tiêu giáo dục phát triển toàn diện của nền giáo dục đất nước, góp phần duy trì, phát triển sức khỏe cho thanh thiếu niên nói chung cũng như mọi tầng lớp nhân dân, góp phần đào tạo phát triển nhân tài thể thao thành tích cao.

Trong Văn kiện Đại hội Đảng lần thứ VIII đã ghi rõ: “Sự cường tráng về thể chất là nhu cầu của bản thân con người đồng thời là vốn quý để tạo ra tài sản trí tuệ và vật chất cho xã hội. Chăm lo cho con người về thể chất là trách nhiệm của toàn xã hội, của tất cả các cấp, các ngành, các đoàn thể. Song song với phát triển kinh tế, chăm lo việc ăn, ở của dân ngày càng tốt hơn, các ngành y tế, thể dục thể thao, dân số và kế hoạch hóa gia đình phải làm tốt nhiệm vụ chăm lo sức khỏe cho nhân dân...”.

Từ Luật Giáo dục được Quốc hội khóa IX, thông qua ngày 18/6/2012 đến đổi mới luật giáo dục năm 2019 và pháp lệnh TDTT được Ủy Ban Thường vụ Quốc hội thông qua tháng 6/2019 quy định: Nhà nước coi trọng TDTT trường học, nhằm phát triển và hoàn thiện thể chất cho tầng lớp thanh thiếu niên nhi đồng. “*GDTC là nội dung giáo dục bắt buộc đối với học sinh, sinh viên được thực hiện theo hệ thống giáo dục quốc dân từ mầm non đến đại học*” [44]. TDTT trường học bao gồm việc tiến hành chương trình GDTC bắt buộc và tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho người học. Nhà nước khuyến khích và tạo điều kiện cho học sinh, sinh viên được tập luyện TDTT phù hợp với đặc điểm và điều kiện từng nơi. GDTC là một bộ phận quan trọng để thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện, góp phần nâng cao dân trí, đào tạo nguồn nhân lực, bồi dưỡng nhân tài, đáp ứng yêu cầu xây dựng và bảo vệ Tổ Quốc. Đồng thời luật còn quy định: “*Nhà nước coi trọng TDTT trường học, nhằm phát triển và hoàn thiện thể chất cho tầng lớp thanh thiếu niên. GDTC là nội dung giáo dục bắt buộc đối với*

học sinh, sinh viên được thực hiện trong hệ thống giáo dục quốc dân từ Mầm non đến Đại học” [41].

Nhằm đáp ứng những yêu cầu đổi mới trong công tác GDTC, đảm bảo các tiêu chuẩn theo phù hợp. Thủ tướng Chính phủ đã ra quyết định số 2160/QĐ-TTg. Phê duyệt “*Quy hoạch phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030*” [44]. với nhiều nội dung chủ yếu, trong đó có Giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường, được quy định như sau:

+ Tỷ lệ học sinh, sinh viên thực hiện chương trình giáo dục thể chất chính khóa đạt 100% từ năm 2015 trở đi đối với tất cả các cấp học, bậc học. Từ sau năm 2015, phấn đấu nâng cao chất lượng giáo dục thể chất chính khóa, đáp ứng yêu cầu và xu thế phát triển của đất nước.

+ Tỷ lệ trường thực hiện đầy đủ các hoạt động giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường ở các cấp học, bậc học: Mẫu giáo: Đạt 45% vào năm 2015, đạt 60% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030; Tiểu học: Đạt 40% vào năm 2015, đạt 60% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030; Trung học cơ sở: Đạt 45% vào năm 2015, đạt 65% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030; Trung học phổ thông: Đạt 60% vào năm 2015, đạt 70% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030; Trung cấp chuyên nghiệp và trung cấp nghề, cao đẳng và cao đẳng nghề, đại học: Đạt 70% vào năm 2015, đạt 80% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030.

+ Tỷ lệ giáo viên, giảng viên thể dục, thể thao trên số học sinh, sinh viên ở các cấp học, bậc học: Tiểu học: Đạt 01/450 vào năm 2015, đạt 01/400 vào năm 2020 và đạt 01/350 vào năm 2030; Trung học cơ sở và trung học phổ thông: Đạt 01/400 vào năm 2015, đạt 01/350 vào năm 2020 và đạt 01/300 vào năm 2030; Trung cấp chuyên nghiệp và trung cấp nghề, cao đẳng và cao đẳng nghề, đại học: Đạt 01/500 vào năm 2015, đạt 01/400 vào năm 2020 và đạt 01/300 vào năm 2030.

+ Diện tích sân tập dành cho giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường ở các cấp học, bậc học ($\text{m}^2/\text{học sinh, sinh viên}$): Tiểu học: Đạt 01 m^2 vào năm 2015, đạt $1,5 \text{ m}^2$ vào năm 2020 và đạt 02 m^2 vào năm 2030; Trung học cơ sở và trung học phổ thông: Đạt $1,5 \text{ m}^2$ vào năm 2015, đạt 02 m^2 vào năm 2020 và đạt $2,5 \text{ m}^2$ vào năm 2030; Trung cấp chuyên nghiệp và trung cấp nghề, cao đẳng và cao đẳng nghề, đại học: Đạt 02 m^2 vào năm 2015, đạt 03 m^2 vào năm 2020 và đạt 04 m^2 vào năm 2030.

Thực hiện các Chỉ thị, Nghị quyết của Đảng và Thủ tướng Chính phủ về công tác TDTT trường học cũng như luôn coi trọng sức khỏe nhân dân, nhất là thanh thiếu niên. Coi việc chăm lo sức khỏe nhân dân là chiến lược ổn định và phát triển nguồn nhân lực, tạo cơ sở vững chắc cho sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc. Cho nên, Bộ GD&ĐT cũng đã đưa ra nhiều quyết định, thông tư nhằm điều chỉnh và phát triển công tác TDTT trong trường học các cấp đáp ứng với xu thế mới và yêu cầu của Đảng và Nhà nước qua các giai đoạn.

Đề phù hợp với tình hình thực tế ở các trường trong giai đoạn mới, Bộ GD&ĐT đã ra Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT cũng nêu rõ: “Về các cách thức tổ chức câu lạc bộ thể thao, tập luyện và thi đấu thể thao và hướng dẫn, giáo dục nâng cao kỹ năng tham gia hoạt động thể thao... với mong muốn tăng cường, thúc đẩy phát triển các hoạt động thể thao trong Nhà Trường” [12].

Như vậy, GDTC và thể thao trường học thực sự có vai trò quan trọng trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo thế hệ trẻ phát triển toàn diện, hoàn thiện về nhân cách, trí tuệ và trình độ chuẩn bị thể lực để chuẩn bị cho sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa, giữ vững và tăng cường An ninh quốc phòng cho đất nước. Mục tiêu GDTC giai đoạn 2006-2025 mang tính chất dự báo theo sự phát triển của đất nước. Theo dự báo cuối giai đoạn 2006-2025 đất nước ta trở thành một nước công nghiệp, cơ sở vật chất kỹ thuật hiện đại, đời sống vật chất và tinh thần của nhân dân đạt mức khá cao, GDP bình quân đầu người tăng ít nhất 10 lần so với giai đoạn từ năm 2005 trở về trước [22]. Khi đó, công tác GDTC và

TDTT càng có vị trí quan trọng trong đời sống của nhân dân để thích ứng với điều kiện của một nước công nghiệp, với mục tiêu phát triển được đề ra là:

- Quy mô và chất lượng của phong trào TDTT quần chúng trong học sinh, sinh viên được mở rộng và nâng cao, cơ sở hạ tầng TDTT trường học được phát triển đồng bộ theo nhiều cấp độ khác nhau, nhằm đảm bảo có chất lượng và hiệu quả cao trong GDTC, bồi dưỡng và phát triển tài năng thể thao của đất nước;
- Hệ thống tổ chức GDTC và thể thao học đường được xã hội hóa ở trình độ cao, trên cơ sở mục tiêu giáo dục theo pháp luật và các văn bản của nhà nước.
- Các công trình TDTT trường học được hiện đại hóa, ngang tầm với nhà trường của các nước tiên tiến trong khu vực;
- Đội ngũ cán bộ, giáo viên TDTT có khả năng sáng tạo về lý luận và phương pháp GDTC, vận dụng công nghệ tiên tiến trong công tác GDTC và thể thao học đường; tham gia hoạt động có hiệu quả trong các tổ chức thể thao học sinh, sinh viên ở khu vực và thế giới. Đào tạo đủ giáo viên TDTT cho trường học, theo tiêu chuẩn 250 học sinh một giáo viên TDTT. Đối với các trường đại học và cao đẳng là 150 sinh viên/giáo viên

1.2. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất Ngành Công an nhân dân

Trong mục tiêu, chiến lược phát triển công tác TDTT trong lực lượng CAND có đề ra những nội dung cụ thể sau:

- Nhằm phát triển con người để xây dựng và bảo vệ Tổ quốc, việc đẩy mạnh phong trào TDTT trong lực lượng CAND trọng tâm là rèn luyện thân thể theo tiêu chuẩn đã quy định.
- Xây dựng hệ thống thi đấu TDTT trong lực lượng CAND một cách phù hợp với tình hình thực tiễn của lực lượng CAND.
- Xây dựng lực lượng vận động viên (VĐV) các môn thể thao thành tích cao trong lực lượng CAND, ưu tiên đầu tư cho các môn thể thao mũi nhọn,

mang tính ứng dụng của Ngành Công an.

- Xây dựng đội ngũ cán bộ, chiến sĩ CAND có bản lĩnh chính trị vững vàng, trung thành tuyệt đối với Đảng, Tổ quốc, hết lòng, hết sức phụng sự Tổ quốc, phục vụ nhân dân, có đạo đức, lối sống văn hóa, trách nhiệm với công việc, khả năng sẵn sàng chiến đấu cao, đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ giữ gìn An ninh trật tự xã hội. Xây dựng các môn thể thao thể mạnh, ưu tiên các môn thể thao ứng dụng phù hợp nhu cầu công tác của Ngành Công an.

Từ những năm 1962, trong cuộc họp với vụ tổ chức, cán bộ, ban nghiên cứu miền Nam, Đảng đoàn Bộ Công an do đồng chí Trần Quốc Hoàn - Bí thư Đảng đoàn, Bộ trưởng chủ trì vào tháng 6/1962. Nội dung cuộc họp đã thống nhất nhiều vấn đề, trong đó có nêu: *“CAND là lực lượng vũ trang trong chiến đấu. Cán bộ phải được đào tạo và trưởng thành trong chiến đấu...”*

Đến năm 1989 Tổng Cục TDTT và Bộ Nội vụ đã ra Thông tư liên bộ số 89/TT-LB, ngày 26/7/1989 về việc ban hành tiêu chuẩn *“Rèn luyện “Chiến sĩ Công an khỏe”, “Đơn vị Công an khỏe” trong lực lượng Công an nhân dân”* và nhận định: *“Những năm qua, phong trào TDTT trong lực lượng CAND đã được đẩy mạnh, góp phần tích cực vào việc củng cố, nâng cao sức khỏe cho chiến sĩ, cán bộ để hoàn thành xuất sắc nhiệm vụ công tác chiến đấu, bảo vệ An ninh trật tự...”*

Thông tư số 526/BNV, ngày 24/10/1991 của Bộ nội vụ, khẳng định: *“Rèn luyện thân thể theo tiêu chuẩn “Chiến sĩ Công an khỏe” là nhiệm vụ bắt buộc đối với mọi cán bộ, chiến sĩ, công nhân viên Công an trong độ tuổi quy định”*.

Thông tư liên tịch số 05/2005/TTLT-BCA-UBTDTT, ngày 29/4/2005 về việc ban hành tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân, khẳng định: *“Rèn luyện thân thể theo tiêu chuẩn là một nhiệm vụ trong công tác xây dựng lực lượng CAND trong sạch, vững mạnh, phục vụ tích cực cho sự nghiệp bảo vệ An ninh chính trị, trật tự an toàn xã hội; Là tiêu chí đánh giá*

trình độ thể lực cán bộ, chiến sĩ và từng cấp đơn vị đồng thời góp phần phát triển nền TDTT nước nhà” [6].

Các nội dung dùng để đánh giá được phân theo 2 nhóm:

- Nhóm nữ tuổi từ 18 - 35, bao gồm các nội dung: Chạy 100m; Chạy 800m; Nhảy xa; Bật xa tại chỗ với những chỉ tiêu đã quy định.
- Đối với nam tuổi từ 18 - 45, bao gồm các nội dung sau: Chạy 100m; Chạy 800m; Nhảy xa; Bật xa tại chỗ và co tay xà đơn với những chỉ tiêu đã quy định.

Trong Chỉ thị số 10/2006 của Bộ Công an về “*Huấn luyện quân sự, võ thuật trong lực lượng CAND*”, tiến hành rà soát số cán bộ, chiến sĩ được đào tạo, bồi dưỡng về võ thuật và giảng viên quân sự, võ thuật để bố trí phục vụ yêu cầu công tác huấn luyện của Công an đơn vị địa phương, nghiên cứu đề xuất Bộ ban hành nội dung, chương trình đào tạo quân sự, võ thuật trong CAND. Nghiên cứu sửa đổi quy định về tổ chức tập huấn điều lệnh, huấn luyện quân sự, võ thuật cho cán bộ, chiến sĩ. Đưa nội dung tập luyện bắn súng, võ thuật thành chương trình rèn luyện thường xuyên của mỗi cán bộ, chiến sĩ, nhất là đối với lực lượng trực tiếp chiến đấu, các đơn vị vũ trang, sinh viên các trường CAND. Nghiên cứu xây dựng luật thi đấu võ thuật ứng dụng CAND, tổ chức lớp bồi dưỡng võ thuật phức hợp cho các huấn luyện viên võ thuật CAND các đơn vị địa phương. Xây dựng kế hoạch thi đấu võ thuật trong toàn lực lượng CAND.

Kế hoạch số 101/KH-BCA-X11 ngày 04/5/2012 của Bộ Công an trong việc triển khai nghị quyết số 08/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị (khóa XI)[5]. về “*Tăng cường lãnh đạo của Đảng tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020, đẩy mạnh phong trào thể dục, thể thao phát triển sâu rộng trong toàn lực lượng CAND, căn cứ chương trình của Bộ xây dựng chương trình của Công an đơn vị, địa phương phù hợp nhu cầu và tình hình thực tế hiện nay.*

Xây dựng, quy hoạch đội ngũ cán bộ, giảng viên, huấn luyện viên và trợ lý thể dục thể thao trong lực lượng Công an nhân dân”.

Năm 2020 Bộ Công an cũng đã ra Thông tư số 106/2020/TT-BCA “*Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân*”. Nội dung kiểm tra gồm: chạy 100m, chạy 800m, chạy 1500m, bật xa tại chỗ, co tay xà đơn, nằm sấp chống đẩy, đi bộ thường 1.500m, bơi tự do 100m (đối với nữ thì không kiểm tra nội dung co tay xà đơn, nằm sấp chống đẩy). Tiêu chuẩn kiểm tra cũng được quy định rõ ràng và chia theo 5 nhóm lứa tuổi khác nhau [5].

Phát biểu tại buổi khai giảng lớp tập huấn Lớp Bồi dưỡng cán bộ TDDT trong lực lượng CAND, Thiếu tướng Lê Hồng Hiệp, Phó Tổng cục trưởng, cục Chính trị CAND, đã nói: “*Tổ chức lớp tập huấn có ý nghĩa quan trọng nhằm giúp cho đội ngũ cán bộ lãnh đạo, chỉ huy Công an các cấp nâng cao nhận thức, rèn luyện kỹ năng thực hành về điều lệnh nội vụ, điều lệnh đội ngũ, nghi lễ CAND và nâng cao trình độ về quân sự, võ thuật để tăng cường năng lực lãnh đạo, chỉ huy, tổ chức thực hiện mọi nhiệm vụ được giao. Đối với cán bộ lãnh đạo, chỉ huy các cấp phải luôn gương mẫu thực hiện nghiêm túc điều lệnh CAND và thường xuyên rèn luyện, nâng cao trình độ quân sự, võ thuật, thực sự là tấm gương sáng để cán bộ, chiến sỹ học tập, noi theo; công tác điều lệnh, quân sự, võ thuật phải luôn được gắn kết chặt chẽ với thực hiện nhiệm vụ chính trị và công tác xây dựng lực lượng CAND...*”.

Để đáp ứng những yêu cầu phát triển và đổi mới trong công tác GDTC cũng như phù hợp với tình hình thực tế của các trường thuộc ngành CAND. Thủ tướng Chính phủ đã ra quyết định số 2160/QĐ-TTg về các tiêu chuẩn nhằm phát triển TDDT đất nước, trong đó có quy định tiêu chuẩn riêng cho lực lượng vũ trang như sau: Tỷ lệ cán bộ, chiến sỹ tập luyện thể dục, thể thao thường xuyên đạt 90% từ năm 2015 trở đi đối với lực lượng quân đội nhân dân; đạt 85% vào

năm 2015 và đạt 100% từ năm 2020 trở đi đối với lực lượng Công an nhân dân; Tỷ lệ cán bộ, chiến sỹ đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực đạt 80% vào năm 2015, đạt 85% vào năm 2020 và đạt trên 90% vào năm 2030 [44].

Từ đó cho thấy, qua mỗi giai đoạn khác nhau, Đảng và nhà nước mà đặc biệt là ngành CAND đều có những định hướng, chỉ đạo kịp thời nhằm mục đích phát triển TĐTT và phát triển võ thuật trong lực lượng CAND là một trong những định hướng chiến lược quan trọng góp phần nâng cao thể chất, rèn luyện kỹ năng chiến đấu, trấn áp tội phạm của các chiến sỹ CAND Việt Nam.

❖ **Mục tiêu xây dựng và đào tạo đội ngũ cán bộ công an nhân dân**

Xây dựng lực lượng CAND gắn liền với quá trình xây dựng và trưởng thành trong suốt quá trình đấu tranh cách mạng. Trong giáo dục và rèn luyện tư cách người Công an cách mạng, từ năm 1948 Bác hồ đã chỉ rõ: *“Đối với tự mình phải cần, kiệm, liêm, chính, đối với đồng sự phải thân ái giúp đỡ, đối với chính phủ phải tuyệt đối trung thành, đối với nhân dân phải kính trọng lễ phép, đối với công việc phải tận tụy, đối với kẻ địch phải kiên quyết khôn khéo”*. Các văn kiện Đại hội Đảng từ Nghị quyết Đại hội lần IV đến lần thứ XIII đều xác định rõ mục tiêu xây dựng lực lượng Công an cách mạng, chính quy, tinh nhuệ và từng bước hiện đại. Gắn với mỗi mục tiêu của lực lượng là những mục tiêu về phẩm chất và năng lực cần có của người cán bộ công an [20], [21], [22].

Với mục tiêu từng bước xây dựng lực lượng Công an cách mạng thì yêu cầu người cán bộ công an phải tuyệt đối trung thành với Tổ quốc, với Đảng và nhân dân Việt Nam, có giác ngộ sâu sắc về chủ nghĩa Mác-Lênin, tư tưởng Hồ Chí Minh, phấn đấu suốt đời vì mục tiêu cao cả của Đảng, của dân tộc; Có phẩm chất đạo đức cách mạng trong sáng, trung thực, kiên quyết đấu tranh chống cái sai bảo vệ cái đúng, bảo vệ pháp luật nghiêm minh. Con người trong tổ chức chính quy là con người làm việc được chuẩn hóa cao về nhiệm vụ, có lễ lới, tác

phong, giao tiếp chuẩn mực; có phương pháp làm việc khoa học, quy trình làm việc được thống nhất đồng bộ trong cả bộ máy...

Để đảm bảo cho tổ chức tinh nhuệ, mỗi cán bộ công an phải có trình độ, tri thức, năng lực cần thiết và chuyên sâu về lĩnh vực công tác được giao, có năng khiếu và bản lĩnh nghề nghiệp, nắm vững pháp luật, tinh thông nghiệp vụ, sử dụng thành thạo các biện pháp công tác và các phương tiện được trang bị. Có kiến thức khoa học cần thiết, sử dụng được ngoại ngữ và khả năng thích ứng cao với công nghệ hiện đại trong đấu tranh phòng chống tội phạm. Có khả năng thích ứng với môi trường mới và tổ chức các hoạt động nghiệp vụ nhanh, nhạy, sắc bén, linh hoạt. Yêu cầu hiện đại hóa lực lượng Công an, đòi hỏi người cán bộ công an phải có năng lực tư duy và năng lực hành động phù hợp với một tổ chức hiện đại. Có kiến thức khoa học kỹ thuật, kiến thức sử dụng phương tiện hiện đại trong đấu tranh phòng, chống tội phạm, bắt nhịp được với yêu cầu của đất nước trong tiến trình đổi mới và mở rộng quan hệ quốc tế, đồng thời phải có kiến thức để đấu tranh phòng, chống tội phạm sử dụng công nghệ cao và các phương tiện kỹ thuật hiện đại khác.

1.3. Hoạt động thể thao trong nhà trường

1.3.1. Vai trò của hoạt động thể thao trong nhà trường

Trích theo Luật Thể dục thể thao (2018), “Giáo dục thể chất là môn học chính khóa thuộc chương trình giáo dục nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho người học thông qua các bài tập và trò chơi vận động, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện. Hoạt động thể thao trong nhà trường là hoạt động tự nguyện của người học được tổ chức theo phương thức ngoại khóa phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khỏe nhằm tạo điều kiện cho người học thực hiện quyền vui chơi, giải trí, phát triển năng khiếu thể thao”. Như vậy, cùng với giờ học giáo dục thể chất, hoạt động thể thao trong nhà trường (sau đây thay bằng thuật ngữ TDTT ngoại khóa) có vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe, thể lực, giáo dục phẩm chất ý chí, nhân cách cho,

sinh viên. TDDT ngoại khóa còn là môi trường thuận lợi, đầy tiềm năng để phát hiện và bồi dưỡng nhân tài thể thao cho quốc gia. Trong bối cảnh hội nhập toàn cầu như hiện nay, thể dục thể thao ngoại khóa càng có ý nghĩa tích cực về mặt cộng đồng, hướng thể hệ trẻ vào các sinh hoạt thể thao lành mạnh. Do đó, nghiên cứu hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa trong các trường học ở nước ta làm cơ sở phát triển chung cho phong trào thể dục thể thao sinh viên cả nước là cần thiết.

Theo Quyết định số 72/2008/QĐ-BGD&ĐT về việc quy định tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên. Theo nghị quyết và luật thể dục thể thao thì hoạt động thể dục thể thao là hoạt động tự nguyện của người học được tổ chức theo phương thức ngoại khóa phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khỏe nhằm tạo điều kiện cho người học thực hiện quyền vui chơi giải trí phát triển năng khiếu về thể dục thể thao. Hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa tạo sự chuyển biến về thể thao trong nhà trường góp phần nâng cao thể trạng và tầm vóc của người Việt Nam [10].

Hoạt động ngoại khóa được tổ chức dựa trên tinh thần tự nguyện của sinh viên. Hoạt động ngoại khóa do nhà trường tổ chức và quản lý, là những hoạt động bổ ích, có tác dụng bổ sung và hỗ trợ chương trình chính khóa, giúp nâng cao chất lượng đào tạo và tạo môi trường học tập áp dụng thực tiễn cho sinh viên. Hoạt động vận động cần thiết trong sinh hoạt và lao động; trang bị những tri thức cần thiết để thực hành thể dục thể thao trong lao động và đời sống hằng ngày; hình thành thể giới quan duy vật, sự giác ngộ về chính trị, giáo dục chủ nghĩa yêu nước, ý thức tập thể,... đào tạo lực lượng hậu bị cho đội tuyển.

Theo Trịnh Trung Hiếu đã đưa ra 3 nguyên tắc chung của giáo dục thể thao là: Kết hợp giáo dục thể dục thể thao với thực tiễn lao động và chiến đấu, phát triển con người toàn diện, nâng cao sức khỏe.

Theo V.P. Philin, việc tổ chức giáo dục thể chất ngoài trường học được thực hiện trên các cơ sở luận điểm: Phù hợp với các mục tiêu, nhiệm vụ và

nguyên tắc giáo dục thể chất; có sự liên hệ phối hợp chặt chẽ của tất cả các ngành, cơ quan, tổ chức quan tâm trực tiếp đến hoạt động này, cũng như của gia đình và xã hội; kế thừa kết quả giáo dục thể chất trong trường học, giúp cho trường học tăng cường, nâng cao và mở rộng kiến thức, kỹ năng, kỹ xảo thể dục thể thao, tổ chức nghỉ ngơi lành mạnh cho, sinh viên; sử dụng các hình thức hoạt động đa dạng, phù hợp với sự yêu thích, đặc điểm lứa tuổi và trình độ thể lực của người tập; thường xuyên dựa trên kỷ luật trực giác, sự yêu thích và lợi ích của đối tượng tập luyện; bảo đảm sự chỉ đạo về phương pháp và việc kiểm tra y học có chất lượng đối với tất cả các hình thức cơ bản về tập luyện thể dục thể thao ngoài trường học [38].

Như vậy, có thể đúc kết lại, trong khâu tổ chức, hướng dẫn thể dục thể thao ngoại khóa cần nắm rõ đặc điểm phát triển tâm sinh lý đối tượng sinh viên (*lứa tuổi, giới tính, sức khỏe, chuyên ngành, nhu cầu, sở thích thể thao,...*), các điều kiện cần và đủ để thực hiện công tác này. Cần lưu ý một số nguyên tắc cơ bản sau đây:

- Phù hợp với xu hướng phát triển chung và đạt hiệu quả thực tiễn.
- Đáp ứng nhu cầu, sở thích của đối tượng.
- Tự nguyện, tự giác.
- Có chương trình, kế hoạch cụ thể và có thể lồng ghép khoa học giữa tập luyện và thi đấu phong trào.
- Xã hội công tác TDTT ngoại khóa, đảm bảo tính phổ thông đại chúng.

1.3.2. Mục đích của hoạt động TDTT ngoại khóa

Tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên là việc làm thiết thực. Việc làm này, thể hiện rõ qua các mục đích sau:

- *Thoả mãn nhu cầu vận động của sinh viên:*

Trong suốt những năm học phổ thông sinh viên chỉ có khoảng 02 tiết/tuần học thể dục thể thao chính khóa, trong đó, thời gian tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa nhiều gấp bội. Vận động là nhu cầu cơ bản nhất của sinh viên, vì thế, phải có đủ sân

bãi, phòng tập thể dục thể thao là điều kiện không thể thiếu để thành lập một trường học đủ chuẩn. Thỏa mãn nhu cầu vận động cũng là tiêu chí tiên quyết khi phụ huynh lựa chọn trường học cho con em họ. Từ năm học 1994 – 1995, Bộ Giáo dục và đào tạo đã yêu cầu các trường đại học, cao đẳng thực hiện theo hướng dẫn số 904/ĐH ngày 17/02/1994 về giáo dục thể chất theo quy trình đào tạo mới. Theo đó, các trường đảm bảo khối lượng toàn khóa là 150 tiết, phân làm 2 giai đoạn. Nhưng cho đến nay, hầu như rất ít các trường thực hiện đúng yêu cầu này. Thực tế cho thấy, việc học môn Giáo dục thể chất chính khóa, mỗi tuần chỉ một buổi (2-3 tiết) và thực hiện nhanh chóng trong 2-3 học kỳ, là chưa đáp ứng nhu cầu vận động, rèn luyện thể chất của học sinh, sinh viên [47].

- Hình thành chế độ học tập, nghỉ ngơi hợp lý:

Khi bước vào môi trường đại học, sinh viên sẽ phải đối mặt với hàng loạt các hoạt động đa dạng, mà đòi hỏi họ phải có sự ưu tiên lựa chọn sắp xếp thời gian hợp lý và khoa học để thích nghi và đạt hiệu quả tốt trong suốt quá trình đào tạo.

Trong đó, thể dục thể thao ngoại khóa có vai trò rất quan trọng so với các hoạt động khác. Tham gia tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa đều đặn, giúp sinh viên có sức khỏe tốt, tạo thói quen rèn luyện thân thể thường xuyên, thư giãn, nghỉ ngơi tích cực, qua đó dần dần hình thành cho họ chế độ học tập và nghỉ ngơi hợp lý.

- Phát triển toàn diện thể chất và nhân cách học sinh, sinh viên:

Phát triển toàn diện về thể chất lẫn nhân cách là phát triển cả đức dục, trí dục, mỹ dục và thể dục. Thủ tướng Phạm Văn Đồng đã nói: “Đức dục là tư tưởng. Trí dục là sự hiểu biết về văn hóa, khoa học, kỹ thuật. Mỹ dục là sự hiểu biết về những cái hay, cái đẹp. Cuối cùng là thể dục một mục tiêu không thể thiếu theo quan điểm giáo dục của chúng ta, là cơ sở để tiếp thu tốt đức dục, trí dục, mỹ dục”. Do đó, cùng với giáo dục thể chất chính khóa, thể dục thể thao ngoại khóa thể hiện rõ mục đích này.

- Rèn luyện kỹ năng sống qua các hoạt động giao lưu, giao tiếp:

Quan hệ giao lưu, giao tiếp ảnh hưởng trực tiếp đến sự hình thành và phát triển tâm lý, nhân cách của học sinh, sinh viên. Trong xã hội ngày nay, nếu không được sống, không được hoạt động, giao lưu, giao tiếp với người khác thì sinh viên không thể tiếp thu, lĩnh hội kiến thức, những kinh nghiệm lịch sử, xã hội để tạo nên “chất người”.

Tham gia hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa, sinh viên sẽ có cơ hội cùng gặp gỡ, tập luyện, giao tiếp với một nhóm người, một tập thể, một cộng đồng..., qua đó hình thành ở sinh viên các kỹ năng sống (*quan hệ, giao tiếp, ứng xử, quyết định, thay đổi hành vi, lập mục tiêu...*).

Tham gia hoạt động vui chơi và thể thao cho giới trẻ cơ hội để thể hiện sự tự diễn đạt, sự tự tin, giảm căng thẳng, sự thành công, giao tiếp xã hội cũng như học tập tinh thần đoàn kết và sự công bằng. Những tác động tích cực này cũng giúp chong lại những nguy cơ và tác hại do lối sống tĩnh tại, căng thẳng, cạnh tranh và nhiều áp lực gây ra khá phổ biến trong cuộc sống giới trẻ ngày nay. Tham gia vào các hoạt động thể chất và thể thao có hướng dẫn cũng có thể kéo theo các hành vi lành mạnh khác bao gồm: Tránh rượu, thuốc lá, sử dụng ma túy và hành vi bạo lực cũng như chấp nhận chế độ ăn uống lành mạnh, nghỉ ngơi đầy đủ và thực hành an toàn tốt hơn.

Một số nghiên cứu cho thấy rằng, trong số các thanh thiếu niên, thường xuyên tham gia vào các hoạt động thể chất ít có khả năng sử dụng thuốc lá. Tương tự, các trẻ em có nhiều hoạt động thể chất thì kết quả học tập cao hơn. Nhóm các môn thể thao và trò chơi tập thể thúc đẩy hội nhập xã hội tích cực và tạo thuận lợi cho việc phát triển các kỹ năng xã hội ở trẻ.

1.3.3. Đặc điểm hoạt động TDTT ngoại khóa

Theo Lê Văn Lắm và Phạm Xuân Thành, khi tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cần lưu ý đến các mặt:

- Tính chất hoạt động, thể hiện sự phối hợp giữa tham gia bắt buộc và tự nguyện.

- Nội dung và không gian hoạt động, nội dung phong phú, linh hoạt không bị hạn chế. Không gian địa điểm tiến hành rộng lớn (*trong trường hoặc ngoài trường*).

- Hình thức và thời gian hoạt động, hình thức đa dạng có thể tiến hành theo cá nhân, nhóm, khóa, trường. Thời gian hoạt động linh hoạt có thể tiến hành bất kỳ lúc nào trong ngày, tùy theo điều kiện thời gian của học sinh, sinh viên.

- Vai trò của cán bộ, giảng viên và học sinh, sinh viên: Trong TDDT ngoại khóa cán bộ, giảng viên đóng vai trò chủ đạo, tư vấn, hướng dẫn, định hướng; còn sinh viên phát huy vai trò chủ thể qua tích cực chủ động phát huy lòng đam mê, hứng thú thể dục thể thao năng khiếu, năng lực sáng tạo của mình.

- Quy mô hoạt động TDDT ngoại khóa: Hoạt động thể dục thể thao thể hiện cần quy mô qua số lượng học sinh, sinh viên, cán bộ, giảng viên TDDT, cán bộ đoàn, công đoàn, phụ huynh sinh viên cùng tham gia. Số môn thể thao tổ chức được cho học sinh, sinh viên tập luyện, số giải thi đấu tham gia các cấp trong năm.

- Tính bổ sung và độc lập: TDDT ngoại khóa vừa bổ sung kiến thức thực hành cho giờ chính khóa, nhưng nó cũng có những đặc thù riêng mà GDTC chính khóa không có được. Thể dục thể thao ngoại khóa cùng với giáo dục thể chất chính khóa hình thành nên một thể thống nhất của thể dục thể thao trường học [12].

Đối với các sinh viên các trường Công an nhân dân do đặc thù của công tác các sinh viên sau này có gắn với công tác phòng chống tội phạm và vi phạm pháp luật. Do đó đòi hỏi người chiến sĩ vừa phải khỏe về thể chất vừa phải giỏi về võ thuật. Vì vậy, theo Công văn số 17/1999/V11 (X14) của Bộ Công an ngày 5/1/1999 quy định sinh viên phải tham gia tập luyện thêm 2 môn võ thuật khác (*Karatedo, Taekwondo...*) là môn võ ngoài võ thuật riêng của ngành Công an. Và

quy định tập luyện tối thiểu 2 buổi/ tuần, mỗi buổi 1 tiếng rưỡi, hằng năm nhà trường có trách nhiệm tổ chức cho sinh viên thi để nâng đai. Vì vậy, sinh viên phải tự giác tích cực tập luyện thêm các môn võ thuật theo yêu cầu để đảm bảo chuẩn đầu ra của sinh viên các trường Công an nhân dân.

1.3.4. Các điều kiện đảm bảo cho công tác tổ chức TDTT ngoại khóa

Để công tác tổ chức thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên trong trường đại học được tiến hành thuận lợi, cần đảm bảo một số điều kiện như sau:

- Sự quan tâm lãnh đạo của Đảng và Nhà nước thông qua các chủ trương, chính sách, đường lối, các văn bản quy phạm pháp luật;
- Sự ủng hộ của Ban lãnh đạo và các bộ phận chức năng các trường đại học qua việc đầu tư kinh phí cho hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa;
- Các điều kiện cơ sở vật chất, sân bãi, phòng tập, trang thiết bị phục vụ thể dục thể thao ngoại khóa;
- Đội ngũ cán bộ, giảng viên thể dục thể thao đủ năng lực, có chuyên môn tốt và có tâm huyết với phong trào;
- Sinh viên phải có nhận thức đúng đắn về lợi ích của hoạt động thể dục thể thao và có nhu cầu cao về thể dục thể thao ngoại khóa;
- Sự hỗ trợ và phối hợp đồng bộ giữa các tổ chức xã hội, các hiệp hội, liên đoàn thể thao từ cơ sở đến trung ương;
- Hội Sinh viên, sinh viên, Phòng Thể dục thể thao, Sở Thể dục thể thao, các Liên đoàn thể thao và một số doanh nghiệp, các mạnh thường quân, nhà tài trợ,... Chính các tổ chức này đã đứng ra hoạch định, huy động kinh phí, tổ chức các giải đấu cấp khu vực và quốc gia hàng năm cho sinh viên [7].

1.3.5. Nội dung tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa trong trường đại học

Cũng tương tự như giờ học chính khóa, nhưng cấu trúc các buổi tập ngoại khóa thường đơn giản, tinh gọn hơn. Nội dung hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa thì đi sâu về chuyên môn hẹp, nhưng phong phú và đa dạng, vượt ra ngoài

những quy định của chương trình thể dục thể thao, không bị chương trình hạn chế so với buổi tập chính khóa. Nội dung hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa bao gồm: Các bài tập phát triển chung, hoạt động tập luyện và các hoạt động thi đấu các môn thể thao riêng lẻ hoặc phối hợp đa dạng nhiều môn... Trong tiến trình lịch sử thể thao không ngừng phát triển phong phú đa dạng cả về chất lượng, số lượng lẫn hình thức. Các môn thể thao mới liên tục xuất hiện, cho đến nay, không kể các môn mang tính dân tộc chưa được phổ biến rộng rãi, trên thế giới có khoảng 400 môn thể thao đã được luật hóa có thể thi đấu Quốc tế. Tùy theo cách tiếp cận và mục đích nghiên cứu mà có những tiêu chí phân loại các môn thể thao khác nhau.

Theo quan điểm sinh lý học, tiêu chí cơ bản để phân loại các bài tập là những biến đổi xảy ra trong cơ thể do hoạt động cơ bắp gây ra, từ đó, các môn thể thao được phân loại theo các vùng công suất: Tối đa, dưới tối đa, lớn, trung bình. Quan điểm sinh cơ, lấy kết cấu động tác làm tiêu chí phân loại các bài tập và chia các môn thể thao thành 3 nhóm: Có chu kỳ, không có chu kỳ và hỗn hợp.

Còn theo quan điểm sư phạm, tiêu chí để phân loại là chế độ hoạt động cơ bắp, theo đó, các môn TT được phân thành: Các môn sức nhanh (*chạy cự ly ngắn*), sức mạnh – tốc độ (*nhảy, ném đẩy,...*), sức bền (*chạy cự ly trung bình, dài, đi bộ, chèo thuyền,...*), các môn đòi hỏi khả năng phối hợp vận động (*thể dục dụng cụ, thể dục nghệ thuật, trượt băng nghệ thuật,...*), các môn đòi hỏi biểu hiện năng lực tổng hợp trong các điều kiện tình huống và hình thức vận động luôn thay đổi (*các môn bóng, các môn đối kháng cá nhân*). Ngoài các đặc trưng là tính đối kháng (*gián tiếp hay trực tiếp*) cao, tình huống thay đổi nhanh, liên tục và bất ngờ, các môn bóng còn có sự đa dạng về kỹ - chiến thuật, sự căng thẳng về cảm xúc và ý chí, sự gắng sức về thể chất.

Thực hiện các bài thể dục, aerobic, khiêu vũ thể thao vào giờ nghỉ giải lao

giữa giờ là một trong những nội dung quan trọng để tổ chức thể dục thể thao ngoại khóa. Vận động thể dục giữa giờ rất quan trọng, nhưng sinh viên và ngay cả cán bộ công chức nước ta chưa ý thức và thực hiện tự giác, hiệu quả. Trước đây việc tập thể dục giữa giờ được tiến hành gần như bắt buộc ở các công sở, nhưng về sau do chỉ mang tính hình thức nên dần mai một và hiện nay không có cơ quan nào tập thể dục giữa giờ nữa. Bộ Giáo dục và Đào tạo đã thể hiện quyết tâm chỉnh đốn và phục hồi lại giờ tập giữa giờ của sinh viên qua việc yêu cầu tất cả các trường học trên toàn quốc nghiêm túc thực hiện: *“Tổ chức cho học sinh, sinh viên tập luyện các bài thể dục, thể dục nhịp điệu, khiêu vũ thể thao trong giờ nghỉ giải lao ở giữa các tiết học (đối với phổ thông); thời gian ít nhất là 10 phút, thực hiện một lần trong 1 ngày”*.

Bên cạnh đó, có thể tổ chức nhiều môn thể thao để sinh viên lựa chọn tập luyện theo sở thích như: Bóng rổ, bóng chuyền, bóng đá, bóng bàn, cầu lông... Ngoài ra, nên thành lập duy trì, tập luyện thường xuyên các đội năng khiếu thể thao theo câu lạc bộ để thu hút sinh viên tham gia. Sau nữa là tổ chức thi đấu giao lưu, thi đấu giải từ cấp cơ sở đến toàn quốc. Tùy theo đặc tính có thể phân thi đấu thể dục thể thao trường học thành nhiều loại. Thi đấu trong trường và ngoài trường (*không gian*). Thi đấu đơn môn, đa môn (*nội dung*). Thi đối kháng, thi đấu giao lưu, thi kiểm tra, thi tuyển chọn, thi biểu diễn, thi đẳng cấp, thi thông tin, Đại hội thể dục thể thao,... (*tính chất, nhiệm vụ, trình độ*.) [7].

1.3.6. Hình thức tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa trong nhà trường

Có thể khái quát hình thức các hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa là các phương thức rèn luyện ngoài giờ của cá nhân, nhóm hay tập thể nhằm mục đích duy trì phát triển sức khỏe tâm thể. Hình thức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa trong nhà trường rất đa dạng, phương pháp linh hoạt, có thể tiến

hành nhiều cấp độ, quy mô toàn trường, toàn khóa, ngành, lớp hoặc theo đội và cá nhân nên thỏa mãn yêu cầu khác nhau của sinh viên [12].

1.4. Khái quát về chương trình đào tạo, đánh giá chương trình đào tạo

1.4.1. Khái niệm

Theo Từ điển Giáo dục học: Khái niệm chương trình đào tạo được hiểu là “Văn bản chính thức quy định mục đích, mục tiêu, yêu cầu, nội dung kiến thức và kỹ năng, cấu trúc tổng thể các bộ môn, kế hoạch lên lớp và thực tập theo từng năm học, tỷ lệ giữa các bộ môn, giữa lý thuyết và thực hành, quy định phương thức, phương pháp, phương tiện, cơ sở vật chất, chứng chỉ và văn bằng tốt nghiệp của cơ sở GD và ĐT” [48].

Chương trình khung là khung quy định cứng về chương trình đào tạo theo Quyết định số 15/2004/QĐ-BGDĐT, trong đó có số đơn vị học trình (ĐVHT) cần được đào tạo, danh sách ở một số môn học chung cho tất cả các trường có đào tạo ngành đó. Chương trình khung do Bộ GD-ĐT ban hành không phải là một chương trình đào tạo hoàn chỉnh mà chỉ là phần nội dung cứng.

Chương trình đào tạo hiện nay theo Thông tư 08/2011/TT-BGDĐT ngày 17/2/2011 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định gồm 9 phần: 1/mục tiêu đào tạo, 2/Thời gian đào tạo, 3/Khối lượng kiến thức toàn khóa, 4/Đối tượng tuyển sinh, 5/Quy trình đào tạo, 6/Thang điểm, 7/Nội dung chương trình, 8/ Kế hoạch giảng dạy, 9/Hướng dẫn thực hiện chương trình [11].

Cấu trúc chương trình các học phần thể thao tự chọn GDTC là một văn bản dựa vào kế hoạch giảng dạy chung của trường để quy định nội dung dạy học và chỉ đạo dạy học. Chương trình chỉ rõ phương pháp dạy học, quy định mật độ, phạm vi và hệ thống nội dung dạy học, cũng như yêu cầu cơ bản đối với dạy học. Nó là chỗ dựa để biên soạn giáo trình các học phần thể thao tự chọn và giáo viên tiến hành giảng dạy, là căn cứ để quản lý công tác dạy học. Chương trình và giáo trình các học phần tự chọn GDTC do Bộ Giáo dục và Đào tạo thẩm định và ban hành.

Kết cấu chương trình các học phần thể thao tự chọn GDTC nói chung bao gồm 3 phần cơ bản:

a. Thuyết minh chương trình gồm các phần sau:

- Mục tiêu và nhiệm vụ giảng dạy các học phần thể thao tự chọn.
- Nguyên tắc xây dựng chương trình.
- Phân phối thời gian của các nội dung dạy học.
- Yêu cầu cơ bản của công tác giảng dạy các học phần thể thao tự chọn.

b. Chương trình chi tiết:

Đây là phần chính của chương trình, có hình thức diễn đạt ngắn gọn, rõ ràng, quy định nội dung chương trình và quy mô của chương trình đó. Cách thức diễn đạt có 3 loại:

- Phân phối nội dung theo năm học.
- Phân phối theo hệ thống nội dung.
- Phân phối nội dung áp dụng ở cả hai cách trên.

c. Nội dung và tiêu chuẩn thi, kiểm tra kết thúc.

Phần này quy định biện pháp kiểm tra, nội dung kiểm tra và tiêu chuẩn đánh giá giờ học.

d. Nguyên tắc biên soạn.

Nguyên tắc biên soạn chương trình cần đảm bảo các điều kiện sau:

- Kết hợp giữa tăng cường thể chất và phát triển toàn diện.
- Xây dựng quan niệm về giá trị giảng dạy GDTC hiện đại như giá trị sinh học, giá trị tâm lý học, giáo dục học, xã hội học và mỹ học.
- Phát triển toàn diện thể chất, sinh lý và tâm đức cho sinh viên.
- Quán triệt trong các giai đoạn giảng dạy, đặc biệt là khi xác định nhiệm vụ giảng dạy, lựa chọn nội dung và phương pháp giảng dạy.
- Kết hợp giữa vai trò của giảng viên và tính tích cực tự giác của sinh viên.

- Xây dựng sự hứng thú và động cơ học tập GDTC đúng đắn cho sinh viên để hoàn thành mục tiêu, nhiệm vụ và yêu cầu của chương trình đề ra.

- Trình độ đội ngũ cán bộ giảng dạy phải đáp ứng được mục tiêu, nhiệm vụ và yêu cầu của chương trình đề ra.

- Dựa vào nguồn kinh phí, cơ sở hạ tầng và trang thiết bị tập luyện hiện có.

e. Đề cương chi tiết phải được thể hiện cụ thể rõ ràng về thời lượng, nội dung và phương pháp giảng dạy cho phù hợp với từng học phần, từng giai đoạn của quá trình giảng dạy.

f. Giáo án giảng dạy phải theo đúng trình tự và nội dung mà đề cương chi tiết đã xây dựng. Giáo án giảng dạy phải thể hiện được khối lượng vận động, quãng nghỉ và phương pháp giảng dạy hợp lý.

g. Đề cương chi tiết học phần là giới thiệu khái quát về học phần có trong chương trình đào tạo, liệt kê các chủ đề, chương, mục được cung cấp trong học phần và sắp xếp theo trình tự logic để việc giảng dạy và học tập đạt hiệu quả cao nhất. Học phần được chia làm 2 loại: Học phần bắt buộc (phần cứng) được Bộ GD&ĐT, trường hoặc khoa chuyên ngành xác định là không thể bỏ qua để có đủ kiến thức làm nền tảng cho việc tích lũy những kiến thức chuyên ngành thiết kế ở trình độ theo yêu cầu. Đề cương chi tiết học phần gồm: tên học phần, số ĐVHT, bộ môn phụ trách, mô tả học phần, mục tiêu học phần, nội dung học phần, tài liệu tham khảo, phương pháp đánh giá.

Theo Wentling (1993): “Chương trình đào tạo (Program of Training) là một bản thiết kế tổng thể cho một hoạt động đào tạo (khóa đào tạo) cho biết toàn bộ nội dung cần đào tạo, chỉ rõ những gì có thể trông đợi ở người học sau khóa đào tạo, phác thảo ra quy trình cần thiết để thực hiện nội dung đào tạo, các phương pháp đào tạo và cách thức kiểm tra, đánh giá kết quả học tập và tất cả những cái đó được sắp xếp theo một thời gian biểu chặt chẽ” [65].

Chương trình đào tạo về cấu trúc phải có 4 phần cơ bản:

- Mục tiêu đào tạo

- Nội dung đào tạo
- Phương pháp hay quy trình đào tạo
- Cách đánh giá kết quả đào tạo [62].

Văn bản chương trình giáo dục phổ thông của Hàn quốc (The School Curriculum of the Republic of Korea) bao gồm 4 thành phần cơ bản sau:

- Định hướng thiết kế chương trình
- Mục tiêu giáo dục của các bậc, cấp học phổ thông
- Các môn, phần học và phân phối thời gian nội dung, kế hoạch dạy học
- Chỉ dẫn về tổ chức thực hiện và đánh giá chương trình

Trên cơ sở chương trình giáo dục chung (hoặc chương trình khung) được quy định bởi các cơ quan quản lý giáo dục các cơ sở giáo dục tổ chức xây dựng các chương trình chi tiết hay còn gọi là chương trình đào tạo. Chương trình đào tạo (Curriculum) là bản thiết kế chi tiết quá trình giảng dạy trong một khoá đào tạo phản ánh cụ thể mục tiêu, nội dung, cấu trúc, trình tự cách thức tổ chức thực hiện và kiểm tra đánh giá các hoạt động giảng dạy cho toàn khoá đào tạo và cho từng môn học, phần học, chương, mục và bài giảng. Chương trình đào tạo do các cơ sở đào tạo xây dựng trên cơ sở chương trình đào tạo đã được các cấp có thẩm quyền phê duyệt. Như vậy chương trình đào tạo hay chương trình giảng dạy không chỉ phản ánh nội dung đào tạo mà là một văn bản hay bản thiết kế thể hiện tổng thể các thành phần của quá trình đào tạo, điều kiện, cách thức, quy trình tổ chức, đánh giá các hoạt động đào tạo để đạt được mục tiêu đào tạo [63].

1.4.2. Chương trình môn học và hoạt động thể thao sinh viên

Tại Thông tư số 17/2021/TT-BGDĐT ngày 22/6/2021 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, quy định về chuẩn chương trình đào tạo; xây dựng, thẩm định và ban hành chương trình đào tạo các trình độ của giáo dục đại học đã đưa ra định nghĩa về chương trình đào tạo [13]. Theo đó, chương trình đào tạo được xác định là một hệ thống các hoạt động giáo dục, đào tạo được thiết kế và tổ chức thực hiện nhằm đạt được các mục tiêu đào tạo, hướng tới cấp một văn bằng giáo

dục đại học cho người học. Chương trình đào tạo bao gồm mục tiêu, khối lượng kiến thức, cấu trúc, nội dung, phương pháp và hình thức đánh giá đối với môn học, ngành học, trình độ đào tạo, chuẩn đầu ra phù hợp với khung trình độ quốc gia Việt Nam.

Ngoài ra, Thông tư cũng nêu rõ, môn học, học phần là một tập hợp hoạt động giảng dạy và học tập được thiết kế nhằm thực hiện một số mục tiêu học tập cụ thể, trang bị cho người học những kiến thức, kỹ năng thuộc một phạm vi chuyên môn hẹp trong chương trình đào tạo. Một học phần thông thường được tổ chức giảng dạy, học tập trong một học kỳ [13].

Chương trình đào tạo được xây dựng theo đơn vị tín chỉ, cấu trúc từ các môn học hoặc học phần, trong đó phải có đủ các học phần bắt buộc và đáp ứng chuẩn chương trình đào tạo theo quy định hiện hành của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Trong trường hợp đào tạo song ngành hoặc ngành chính - ngành phụ, chương trình đào tạo phải thể hiện rõ khối lượng học tập chung và riêng theo từng ngành. Điều này được quy định tại Thông tư số 08/2021/TT-BGDĐT ngày 18/3/2021 về Quy chế đào tạo trình độ đại học của Bộ giáo dục và Đào tạo [13].

Ngày 31/01 /2015, Chính phủ đã ban hành Nghị định số 11/2015/NĐ-CP, quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường. Nghị định này có hiệu lực thi hành kể từ ngày 01/07/2015 [16]. Theo đó, những nội dung về GDTC và và hoạt động thể thao trong nhà trường đối với giáo dục đại học đã được quy định.

Chương trình môn học GDTC thuộc chương trình giáo dục nghề nghiệp quy định chuẩn kiến thức, kỹ năng, phạm vi và cấu trúc nội dung GDTC, phương pháp và hình thức tổ chức hoạt động GDTC, cách thức đánh giá kết quả thực hiện môn học GDTC.

Bộ Giáo dục và Đào tạo có trách nhiệm hướng dẫn nội dung hoạt động thể thao trong các cơ sở giáo dục đại học, cũng như các đại hội thể thao và các giải thể thao sinh viên trong nước và quốc tế.

Ngày 14/10/2015 Bộ Giáo dục và Đào tạo đã ban hành Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT quy định về chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học; kiểm tra, thanh tra và xử lý vi phạm quy định về chương trình môn học GDTC trong các cơ sở giáo dục đại học, chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học [8]. Theo đó, chương trình môn học GDTC nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập TDTT nhằm nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, hoàn thiện nhân cách, nâng cao khả năng học tập, kỹ năng hoạt động xã hội với tinh thần, thái độ tích cực, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện. Tuy nhiên, Thông tư này chỉ áp dụng đối với đại học quốc gia, đại học vùng, học viện, trường đại học (bao gồm cả các trường đại học thành viên của đại học quốc gia, đại học vùng) trong hệ thống giáo dục quốc dân thực hiện chương trình đào tạo trình độ đại học hệ chính quy và các cơ quan, tổ chức, cá nhân có liên quan. Còn các cơ sở giáo dục đại học đào tạo chuyên về TDTT và các ngành đào tạo chuyên TDTT trong các cơ sở giáo dục đại học không thuộc đối tượng áp dụng của Thông tư này.

Thông tư nêu rõ, các cơ sở giáo dục đại học thành lập tổ soạn thảo chương trình môn học GDTC để xây dựng mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể từng học phần; xác định cấu trúc, xây dựng các học phần thuộc chương trình môn học GDTC; phương thức đánh giá; Thiết kế đề cương chi tiết các học phần; xác định yêu cầu về lý thuyết và thực hành của từng học phần; xác định điều kiện đảm bảo chất lượng, an toàn cho người học, người dạy khi thực hiện các học phần; Ra quyết định thành lập Hội đồng thẩm định chương trình môn học GDTC và các điều kiện đảm bảo triển khai dạy học... Bố trí giảng viên, đảm bảo cơ sở vật chất đáp ứng các yêu cầu của chương trình môn học Giáo dục thể chất và việc luyện tập thể dục, thể thao để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực cho người học, bảo đảm thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện và các nội dung khác theo quy định. Đồng thời, cho phép người học là người khuyết tật hoặc không

đủ sức khỏe học một số nội dung trong chương trình môn học GDTC được xem xét miễn, giảm những nội dung không phù hợp hoặc được học các nội dung thay thế phù hợp,...

1.4.3. Những nguyên tắc xây dựng chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên

Chương trình tập luyện các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên được xác lập trên cơ sở các giờ học TDTT ngoại khóa. Theo các tác giả: Nguyễn Kỳ Anh và Vũ Đức Thu, Matveep L.P; Vũ Đức Thu và Trương Anh Tuấn; Đồng Văn Triệu và Trương Anh Tuấn [1], [55];... đây là các giờ học ngoài giờ TDTT nội khóa nhằm củng cố và hoàn thiện các bài học nội khóa được tiến hành vào giờ tự học của sinh viên dưới sự hướng dẫn của giáo viên.

Theo Nguyễn Toán và Phạm Danh Tôn [50], các giờ học TDTT ngoại khóa thường có cấu trúc đơn giản và nội dung hẹp hơn so với buổi tập nội khóa.

Hình thức tập luyện này đòi hỏi ý thức kỷ luật, tinh thần độc lập và sáng tạo cao. Nhiệm vụ cụ thể và nội dung buổi tập ngoại khóa chủ yếu phụ thuộc vào sở thích và hứng thú cá nhân. Đồng thời, khi tổ chức các giờ TDTT ngoại khóa cần lưu ý đến các mặt: Tính chất hoạt động mềm hóa giữa bắt buộc và tự nguyện; Nội dung phong phú, linh hoạt không bị hạn chế; Không giới hạn địa điểm tiến hành (trong trường hoặc ngoài trường); Hình thức đa dạng, có thể tiến hành theo cá nhân, tổ, nhóm, khoa, trường...; Thời gian hoạt động linh hoạt, có thể tiến hành bất kỳ lúc nào trong ngày tùy theo điều kiện thời gian của sinh viên; Giáo viên đóng vai trò hướng dẫn, tư vấn, định hướng; Sinh viên phát huy vai trò chủ thể, tích cực chủ động, phát huy năng khiếu, khả năng sáng tạo của bản thân; Quy mô hoạt động TDTT ngoại khóa thể hiện qua số lượng sinh viên tham gia, số lượng CLB thể thao, số lượng hội viên CLB thể thao, số môn thể thao tổ chức cho sinh viên tập luyện, số lượng giải đấu các cấp trong năm dành cho sinh viên.

Nguyên tắc xây dựng chương trình tập luyện các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên đã được một số tác giả đề cập đến như: Tatyana Evgenievna (2012), Titova, Anna Vladimirovna (2008), Yuspa, T.V. (2008), [66], [67], [68];... Về cơ bản các tác giả đều thống nhất một số nguyên tắc khi xây dựng chương trình như sau:

(1) Nguyên tắc khoa học: Chương trình phải được xây dựng sao cho phù hợp với những thành tựu của khoa học giáo dục, phải bao gồm các nhân tố đủ độ tin cậy, nội dung của chương trình phải thỏa mãn sự phát triển toàn diện của đối tượng giảng dạy.

(2) Nguyên tắc lịch sử: Khi xây dựng chương trình phải tính tới nguyên tắc lịch sử, nghĩa là tính đến có sự kế thừa, cũng như mối quan hệ với các chương trình khác. Nguyên tắc này được thể hiện ở nhiều phần của chương trình. Trên cơ sở của nguyên tắc này cần thực hiện việc sắp xếp các chủ đề theo trình tự thời gian. Trước hết là các chủ đề về lịch sử phát triển môn thể thao, tiến trình phát triển các kỹ - chiến thuật, luật thi đấu của môn thể thao, mối liên hệ giữa môn thể thao trong chương trình với các môn thể thao khác. Ở hàng loạt các phần của chương trình cần phải dựa vào những quy tắc chung của lý luận và phương pháp thể dục thể thao.

(3) Nguyên tắc giáo dục: Bản chất của nguyên tắc này là thực hiện việc giáo dục thông qua nội dung, phương pháp và tổ chức giảng dạy, cũng như thông qua ảnh hưởng cá nhân của giáo viên, huấn luyện viên, của tập thể lên đối tượng giảng dạy theo chương trình môn thể thao ngoại khóa. Trong quá trình giáo dục, người ta thường được sử dụng các phương pháp như: Phương pháp dùng lời nói hay phương pháp mô tả bằng lời; Phương pháp trực quan; Phương pháp tham quan; Phương pháp thi đấu...

(4) Nguyên tắc tự giác – tích cực: Ý nghĩa của nguyên tắc này là ở chỗ phải có sự phối hợp điều khiển của giáo viên hoặc huấn luyện viên với sự tự giác tích cực của người học.

Nguyên tắc này đòi hỏi phải hình thành ý thức tự giác và hiểu rõ mục đích của việc tập luyện làm cho người tập tham gia một cách tự giác tích cực vào quá trình học tập và biết tự kiểm tra đánh giá những hoạt động và kết quả tập luyện.

Để đảm bảo tính tự giác tích cực trong tập luyện phải thực hiện các yêu cầu sau: Giải thích mục đích ý nghĩa của mỗi bài tập và phương thức thực hiện bài tập đó; Tự tìm ra những yếu tố ảnh hưởng đến hoàn thiện và sai lầm trong thực hiện động tác; Nhận xét và đánh giá khách quan các thành tích đạt được; Giao các bài tập để tự tập luyện phát triển tính sáng kiến, thái độ sáng tạo đối với nhiệm vụ.

(5) Nguyên tắc trực quan: Để thỏa mãn những yêu cầu của nguyên tắc này cần đạt được sự thống nhất giữa nội dung giảng dạy theo cảm tính (trước hết là cơ quan thị giác và thính giác) với sự thấu hiểu của nó (với sự trợ giúp của các phương pháp phân tích – tổng hợp, quy nạp – suy diễn v.v...). Trực quan sẽ làm phong phú thêm phạm vi hiểu biết của người học, góp phần phát triển ngôn ngữ, tư duy và óc quan sát. Như vậy, tạo cho nội dung chương trình có tính hiệu quả cao, tính cảm xúc lớn, đảm bảo cho việc ghi nhớ chúng, phát triển óc tưởng tượng, sáng tạo và óc thẩm mỹ của người học. Thông thường, phương pháp trực quan thường được kết hợp với phương pháp giải thích bằng lời. Trước hết là giải thích bằng lời, sau đó là củng cố bằng các ví dụ minh họa trực quan sinh động.

(6) Nguyên tắc hệ thống và tăng tiến: Nguyên tắc này có liên hệ chặt chẽ với nguyên tắc tự giác - tích cực tạo cơ sở hình thành hệ thống kiến thức. Việc giải quyết các nhiệm vụ sư phạm khi tuân thủ nguyên tắc này chính là việc liên kết các kiến thức riêng lẻ, các khái niệm, hiểu biết rời rạc thành hệ thống thống nhất.

(7) Nguyên tắc vừa sức: Nguyên tắc này chỉ ra rằng, việc đưa vào chương trình những kiến thức, kỹ năng, kỹ xảo cần thiết phải phù hợp với đối tượng học tập, nghĩa là tài liệu học tập phải phù hợp với lứa tuổi, đặc điểm cá nhân, trình độ chuẩn bị, thời gian học tập. Song phải hiểu rằng, vừa sức không có nghĩa là làm cho dễ dàng. Tính giáo dưỡng trong giảng dạy đòi hỏi phải có sự căng thẳng

tương đối từ phía người học cả về trí lực và thể lực. Vì vậy nguyên tắc vừa sức phải xác định rõ mức độ khó của tài liệu giảng dạy và việc tuân thủ nghiêm ngặt chế độ cá biệt hóa.

Để phù hợp với nguyên tắc vừa sức, trong quá trình nghiên cứu tài liệu giảng dạy cần tuân thủ quy tắc: từ cái đã biết đến cái chưa biết, từ gần đến xa, từ đơn giản đến phức tạp, từ chính đến phụ, từ chung đến riêng. Những quy tắc này phải được phản ánh trong chương trình cần xây dựng.

Ngoài những nguyên tắc trên, còn nhiều yêu cầu cần thiết phải thỏa mãn ngay cả với cấu trúc chương trình: Bảng chú giải (giải thích), trình bày các chủ đề của môn học, liệt kê các hình thức giờ học, các chỉ dẫn về phương pháp cho giáo viên, định lượng giờ học cho mỗi phần lý thuyết và thực hành. Đồng thời, còn phải lưu ý đến một phương pháp mà bản thân nó là một quy định – phương pháp thực hiện các tiêu chuẩn kiểm tra định kỳ. Các nguyên tắc chung và phương pháp chuyên môn là những chuẩn mực bắt buộc cho mỗi chương trình được xây dựng và chúng được thể hiện ở các phần trong cấu trúc của chương trình

1.4.4. Đánh giá chất lượng chương trình

Theo tài liệu của United Nation Educational Scientific and Cultural Organization (UNESCO), đánh giá chương trình đào tạo là quá trình phân tích tổng thể có hệ thống, có phê phán để đi đến nhận xét về chất lượng của chương trình đào tạo [64].

Theo tác giả Nguyễn Kim Dung (2006), Đánh giá chương trình đào tạo là quá trình xem xét toàn bộ các nhân tố của chương trình để kiểm tra chương trình có đạt được tất cả những mục tiêu theo các phương pháp đã đề ra hay không [17].

Tương đương với các nguyên tắc chỉ dẫn đánh giá trên, Peter F. Oliva (1997). Bộ phận đánh giá và đổi mới chương trình của trường đại học Austin đưa ra chín bước cần thực hiện khi đánh giá chương trình sau đây: [61]

Bước 1. Mô tả chương trình

Mô tả sứ mạng và các mục tiêu của các hoạt động giảng dạy, các đổi mới mà chương trình giảng dạy sẽ được đánh giá hoặc đo lường. Các mô tả này cung cấp tư liệu tham khảo cho việc đưa ra các quyết định đánh giá sau đó. Các mô tả này bao gồm: Tuyên ngôn về nhu cầu, Hiệu quả giảng dạy mong muốn, Các hoạt động giảng dạy, Các nguồn lực sẵn có, Các giai đoạn phát triển chương trình, Điều kiện giảng dạy.

Bước 2. Xác định nhu cầu của những người liên quan.

Nhu cầu của những người liên quan phản ánh những câu hỏi trọng tâm của họ về hoạt động, việc đổi mới chương trình giảng dạy. Xác định được các nhu cầu của những người liên quan giúp cho các kết quả đánh giá được sử dụng tốt nhất.

Bước 3. Xác định mục đích đánh giá.

Đưa ra một mục đích rõ ràng sẽ tránh được việc đưa ra các quyết định nóng vội về cách thực hiện việc đánh giá. Ba mục đích phổ biến cho việc đo lường và đánh giá chương trình giảng dạy là: Đánh giá bản chất, thay đổi việc thực hành, đo lường hiệu quả.

Bước 4. Xác định các dự định sử dụng kết quả đánh giá.

Các dự định sử dụng kết quả đánh giá là các cách cụ thể để ứng dụng kết quả đánh giá. Các dự định sử dụng kết quả đánh giá nên được lên kế hoạch, ưu tiên và gắn kết với các vấn đề nghiên cứu trọng tâm. Các vấn đề trọng tâm là những khía cạnh cụ thể của hoạt động, các đổi mới sẽ được xem xét trong chương trình giảng dạy.

Bước 5. Thiết kế một kế hoạch đánh giá.

Một kế hoạch đánh giá là bản mô tả cụ thể quá trình đánh giá sẽ được thực hiện như thế nào bao gồm: mục đích, mục tiêu đánh giá, các nguồn lực sẵn sàng cho việc thực hiện, cần thu thập những thông tin nào, các phương pháp

đánh giá nào được sử dụng, mô tả vai trò, trách nhiệm của những người tài trợ và người đánh giá, dự kiến khoảng thời gian hoàn thành nhiệm vụ.

Bước 6. Thu thập dữ liệu.

Các nhà đánh giá cố gắng thu thập dữ liệu (thông tin) và chuyển chúng thành một bức tranh toàn diện về hoạt động giảng dạy, sự đổi mới chương trình một cách đáng tin cậy cho những người sử dụng chúng. Các khía cạnh sau đây của việc thu thập dữ liệu là hết sức quan trọng: Các chỉ số cụ thể mô tả, Nguồn dữ liệu bao gồm các tài liệu (Các bài soạn, giáo trình, sổ sách hành chính, thời gian hợp, mẫu đăng ký, báo cáo nội bộ, sổ sách ghi dữ liệu, các trang Web, ảnh, băng hình, băng âm thanh), Phương pháp đánh giá, Chất lượng dữ liệu, Số lượng dữ liệu, Sự nhạy cảm đối với đặc điểm văn hóa.

Bước 7. Phân tích dữ liệu.

Phân tích dữ liệu liên quan đến việc tổ chức, phân loại, liên hệ, so sánh, trình diễn thông tin. Trong suốt giai đoạn phân tích dữ liệu cần xác định được các loại dữ liệu, tách biệt những phát hiện quan trọng (phân tích) hoặc kết hợp các nguồn thông tin để có thể hiểu một cách khái quát hơn (sự tổng hợp).

Bước 8. Kết luận và kiến nghị.

Kết luận có giá trị nhất khi chúng liên hệ với những bằng chứng được thu thập, những nhận xét đối chiếu với chuẩn mà những người liên quan đã đồng ý và thiết lập trước đó. Kết luận phải dựa trên nền tảng của những bằng chứng bao gồm các yếu tố dưới đây: sự chuẩn hóa, sự giải thích, đánh giá, kiến nghị.

Bước 9. Phổ biến các kết quả.

Phổ biến các kết quả là một quá trình trao đổi thông tin thu thập được và chương trình thông qua đo lường hoặc đánh giá với những đối tượng thích hợp trong một thời gian nhất định, công bằng và theo một kiểu nhất quán. Việc báo cáo các phát hiện tạm thời đôi khi hữu ích đối với các nhà giáo hoặc các cán bộ nghiên cứu để đưa ra các đánh giá chương trình và giảng dạy tức thời.

- Theo tác giả Carter Mc Namara, (1998) cho rằng khi thiết kế một đánh giá chương trình, hãy xem xét các câu hỏi chính sau: [60].

1. Đánh giá nhằm mục đích gì? Bạn mong muốn đưa ra quyết định gì từ kết quả của đánh giá?

2. Ai là người cần nghe các thông tin về kết quả của đánh giá?

3. Loại thông tin nào cần để đưa ra các quyết định nhằm cung cấp thêm kiến thức cho các khách hàng đang dùng chương trình, điểm mạnh điểm yếu của chương trình, lợi ích đối với các khách hàng hoặc chương trình đã thất bại như thế nào và tại sao?

4. Thông tin nên được thu thập từ những nguồn nào?

5. Làm thế nào để các thông tin đó có thể được thu thập theo cách hợp lý, ví dụ bằng câu hỏi, phỏng vấn, tài liệu kiểm tra, quan sát các hoạt động giảng dạy...

6. Khi nào thì thông tin cần được thu thập? (Khi nào thì buộc phải có?)

7. Nguồn lực nào cần có sẵn để thu thập các thông tin?

- Theo Carter Mc Namara (1998) và Peter F.Oliva (1997) có một số loại hình đánh giá chương trình sau đây: [60], [61].

+ Đánh giá dựa vào các mục tiêu:

Đánh giá dựa vào mục tiêu là đánh giá việc chương trình đáp ứng những mục tiêu và mục đích đã được xác định trước như thế nào. Các câu hỏi đặt ra khi thiết kế một đánh giá chương trình theo loại hình này là:

1. Mục tiêu chương trình được thiết kế như thế nào? Quá trình thực hiện đã hiệu quả hay chưa?

2. Các quá trình thực hiện chương trình theo cách tiếp cận mục tiêu là gì?

3. Đã xác định khung thời gian cho việc thực hiện các mục tiêu chưa? Nếu không thì tại sao?

4. Giáo viên, cán bộ viên chức đã có các nguồn lực tương xứng (tiền bạc, trang thiết bị, phương tiện, trình độ đào tạo...) để tiếp cận mục tiêu chưa?

5. Các ưu tiên nên có sự thay đổi như thế nào để tập trung nhiều hơn vào việc tiếp cận các mục tiêu? (Phụ thuộc vào hoàn cảnh, câu hỏi này có lẽ cần được xem xét kỹ bởi quyết định của ban quản lý chương trình, hơn là một câu hỏi đánh giá)

6. Khoảng thời gian nên được thay đổi như thế nào?

7. Các mục tiêu nên được thay đổi như thế nào? (Cẩn thận khi đưa ra sự thay đổi này - cần hiểu được tại sao các nỗ lực không mang lại sự đạt được mục tiêu trước khi thay đổi mục tiêu?). Các mục tiêu nào nên được thêm vào? Và mục tiêu nào nên được thay đổi và tại sao?

8. Các mục tiêu nên được thiết kế như thế nào trong tương lai?

+ Đánh giá dựa vào kết quả:

Đánh giá chương trình tập trung vào kết quả ngày càng trở nên quan trọng. Một đánh giá dựa trên kết quả tạo điều kiện cho việc trả lời câu hỏi liệu tổ chức nhà trường có đang thực sự thực hiện chương trình phù hợp nhằm mang lại những kết quả mong muốn không. Kết quả là lợi ích đối với sinh viên thường thể hiện ở việc các em được nâng cao kiến thức, nhận thức, thái độ hoặc kỹ năng.

Các bước phổ biến để thực hiện một đánh giá dựa vào kết quả gồm có:

1. Xác định kết quả chính cần kiểm tra hoặc xác minh đối với chương trình thông qua đánh giá. Để làm điều đó các nhà đánh giá cần xem xét mục đích tổng thể của nhà trường và việc chương trình giúp thực hiện mục đích đó như thế nào?

Xác định hoạt động đánh giá chính sẽ thực hiện và lí do tại sao phải thực hiện hoạt động đó và cái gì cần đạt?

2. Lựa chọn các kết quả cần xem xét, chọn các kết quả ưu tiên cần đạt, nếu thời gian và nguồn lực hạn chế.

3. Đối với mỗi kết quả, ghi rõ những gì đo lường quan sát được hoặc các chỉ số. Đây là bước làm sáng tỏ và quan trọng nhất trong đánh giá dựa vào kết

quả. Tuy nhiên đây cũng là bước có nhiều nhầm lẫn và thách thức nhất nếu đánh giá xuất phát từ một khái niệm mơ hồ.

4. Nhận ra thông tin gì là cần thiết để diễn tả những chỉ số này. Nếu chương trình mới, thì cần đánh giá để chứng minh rằng chương trình được thực hiện theo kế hoạch đã lập ban đầu.

5. Thông tin đó có thể được thu thập một cách hiệu quả và thực tiễn với các phương pháp phù hợp: xem xét các tài liệu liên quan đến chương trình, quan sát các quá trình thực hiện chương trình, các bảng hỏi và phỏng vấn các sinh viên, khách hàng về lợi ích mà họ nhận được từ chương trình, nghiên cứu tình huống về thành công và thất bại của chương trình...

6. Phân tích và báo cáo các kết quả

+ **Đánh giá quá trình:** Đánh giá quá trình thực hiện chương trình bao gồm sự thu thập một cách có hệ thống các dữ liệu, sử dụng các phương pháp phân tích phù hợp để đưa ra các kết luận và khuyến nghị về các hoạt động giảng dạy, các sáng kiến và chương trình. (Peter F. OLiva, 1997) [61].

Các câu hỏi khi thiết kế một đánh giá để hiểu hoặc kiểm tra chặt chẽ các quá trình thực hiện chương trình là:

1. Dựa vào đâu mà sinh viên cho rằng kiến thức, môn học hay dịch vụ chương trình đó là cần thiết?

2. Khách hàng có yêu cầu gì trong việc phân phối chương trình hoặc các dịch vụ thực hiện chương trình?

3. Sinh viên tiếp cận chương trình như thế nào?

4. Yêu cầu của sinh viên và các khách hàng khác đối với chương trình là gì?

5. Các khách hàng và sinh viên suy nghĩ gì về điểm mạnh, điểm yếu của Chương trình?

6. Sinh viên và khách hàng có gợi ý gì nhằm cải thiện chương trình?

7. Dựa vào đâu mà sinh viên quyết định rằng chương trình hoặc một số khía cạnh nào đó của chương trình là không cần thiết nữa?

+ **Đánh giá tổng thể quá trình giảng dạy**: là kiểm tra toàn diện một chương trình giảng dạy bao gồm điều kiện thực hiện chương trình, nhu cầu khách hàng, quá trình, và kết quả giảng dạy. Đánh giá tổng kết được thực hiện ở giai đoạn cuối của một chương trình giảng dạy hoặc một chu kỳ thực hiện chương trình nhằm cung cấp thông tin cho những người ra quyết định đánh giá giá trị của chương trình từ đó có thể đưa ra quyết định tiếp tục sử dụng, chấm dứt, mở rộng hay chấp nhận chương trình. Thông tin thu thập trong đánh giá quá trình có thể được sử dụng trong đánh giá tổng kết (Peter F. OLiva, 1997) [61].

+ **Đánh giá một khía cạnh của quá trình giảng dạy**: là kiểm tra một cách hệ thống một khía cạnh đặc thù của hoạt động giảng dạy (ví dụ: Phương pháp truyền tải nội dung, phương pháp kiểm tra, cải tiến công nghệ) để xác định hiệu quả của nó và làm thế nào để cải thiện khía cạnh đó. Đánh giá chương trình cần có các phương pháp phù hợp. Carter Mc Namara đã đưa ra một số gợi ý về việc lựa chọn, sử dụng phương pháp đánh giá như sau:

Lựa chọn, sử dụng phương pháp đánh giá (Carter McNamara, 1998) [60]. Mục tiêu của việc lựa chọn các phương pháp đánh giá là nhằm thu được thông tin hữu ích, thực tế, hiệu quả và ít tốn kém nhất cho những người ra quyết định chủ chốt. Cần nhắc các câu hỏi dưới đây khi lựa chọn phương pháp đánh giá.

1. Những thông tin nào cần cho việc ra quyết định hiện thời về một chương trình?
2. Đối với loại thông tin này, có thể thu thập và phân tích bao nhiêu với chi phí thấp và có giá trị thực tế nhất, ví dụ sử dụng bảng hỏi, điều tra hay bảng liệt kê?
3. Tính chính xác của thông tin ra sao?
4. Các phương pháp sử dụng có thu được tất cả những thông tin cần thiết không?

5. Cần sử dụng thêm các phương pháp nào để thu thập thêm được những thông tin cần thiết?

6. Những thông tin thu được có đáng tin cậy cho các nhà ra quyết định, nhà tài trợ hoặc các nhà quản lý cấp cao?

7. Các phương pháp có phù hợp với đối tượng điều tra không? Họ có điền đầy đủ các thông tin một cách cẩn thận trong bảng hỏi, có khớp với phỏng vấn và làm việc theo nhóm không?

8. Hiện tại, ai có thể thực hiện các phương pháp hay cần được đào tạo?

9. Thông tin có thể được phân tích như thế nào?

Lý tưởng nhất là người đánh giá sử dụng phối hợp các phương pháp, ví dụ như một bảng an kết để thu thập nhanh chóng một khối lượng lớn thông tin từ nhiều người, sau đó phỏng vấn để thu được các thông tin sâu sắc hơn từ một số người nhất định đã trả lời an kết. Nghiên cứu tình huống có thể được sử dụng tiếp theo để phân tích sâu hơn những trường hợp riêng, đáng chú ý... thí dụ những người đã được hưởng lợi hoặc không từ chương trình hoặc những người từ bỏ chương trình.

1.5. Đặc điểm tâm lý, sinh lý và tổ chức thể lực sinh viên lứa tuổi 19 - 22

1.5.1. Đặc điểm tâm lý của sinh viên

1.5.1.1. Đặc điểm tự ý thức của sinh viên

Một trong những đặc điểm tâm lý quan trọng nhất của lứa tuổi SV là phát triển tự ý thức. Đó là ý thức và sự tự đánh giá của SV về hành động, kết quả tác động của mình, tư tưởng, tình cảm, tác phong đạo đức, hứng thú, động cơ của hành vi, hoạt động, là sự đánh giá toàn diện về bản thân mình và vị trí của mình trong cuộc sống [59].

Tự ý thức bao gồm cả tự quan sát bản thân, tự phân tích, tự trọng, tự đánh giá, tự kiểm tra hoạt động và nhân cách của mình. Tự ý thức được xem như là một loại đặc biệt của ý thức trong đời sống cá nhân, có chức năng tự điều chỉnh hành động và thái độ đối với bản thân.

1.5.1.2. Hoạt động học tập và nghiên cứu của sinh viên

Hoạt động học tập ở ĐH là hoạt động tâm lí của SV được tổ chức một cách độc đáo, nhằm mục đích có ý thức là chuẩn bị cho SV trở thành người chuyên gia phát triển toàn diện và có trình độ nghiệp vụ cao.

Hoạt động nghiên cứu khoa học của SV có ý nghĩa khá quan trọng trong việc góp phần nâng cao chất lượng đào tạo, giúp SV tiếp cận và giải quyết một số vấn đề khoa học và thực tiễn.

1.5.1.3. Động cơ học tập của sinh viên

Bất cứ hoạt động nào cũng được thúc đẩy, kích thích bởi động cơ. Động cơ là cái vì nó mà người ta hoạt động để đạt mục đích đã định. Vì vậy, hoạt động học tập của sinh viên cũng được kích thích, thúc đẩy bởi động cơ nào đó [58].

Động cơ học tập của SV cũng được xem là sự vật, hiện tượng kích thích, thúc đẩy SV học tập để nắm vững tri thức, kỹ năng nghề nghiệp và phát triển nhân cách.

Những sự vật hiện tượng có thể trở thành động cơ học tập, bắt nguồn từ hai nguồn gốc:

- Nguồn gốc bên ngoài: Đó là gia đình, nhà trường, xã hội, địa vị cá nhân. Những mong đợi của gia đình, xã hội, kỳ vọng của người thân đối với sinh viên.
- Nguồn gốc bên trong: Xuất phát từ nhu cầu hiểu biết hoàn thiện tri thức, hứng thú học tập,...

Những sự vật hiện tượng này kết hợp với nhau, tác động kích thích sinh viên học tập được gọi là động cơ học tập của sinh viên. Dựa vào mục đích học tập của sinh viên, các nhà nghiên cứu cho thấy, ở sinh viên hiện nay có rất nhiều động cơ học tập. Có thể chia làm 5 loại như: Động cơ xã hội, động cơ nghề nghiệp, động cơ nhận thức, động cơ tự khẳng định mình, động cơ vụ lợi.

- Động cơ xã hội: Đó là những sinh viên thể hiện ý thức về các nhu cầu, lợi ích của xã hội, về các mục đích và chuẩn mực xã hội.

- Động cơ nghề nghiệp: Đó là những sinh viên mong muốn nắm được nghề nào đó, hứng thú với nghề đã chọn và có khả năng sáng tạo nghề nghiệp.

- Động cơ nhận thức: Thể hiện ở chỗ sinh viên có nhu cầu học tập, học tập để nâng cao sự hiểu biết, hoàn thiện bản thân, biết được nhiều điều mới lạ,...

- Động cơ tự khẳng định mình: Đó là những sinh viên có ý thức về năng lực khả năng của mình. Trong học tập muốn thể hiện được mong muốn và khả năng đó.

- Động cơ vụ lợi: Đó là những SV học tập để có địa vị xã hội, có lương cao,...

Những động cơ này kích thích, thúc đẩy SV tích cực học tập, ở những SV khác nhau thì thể hiện các động cơ này ở những mức độ cũng khác nhau. [59].

1.5.1.4. Động cơ tham gia thể thao của con người

Bản thân vận động là một nhu cầu của sự sống, bởi bản chất của sự sống là sự vận động. Vì vậy, bảo vệ, tăng cường sức khỏe, kéo dài tuổi thọ là một ước muốn, một nhu cầu tiềm ẩn trong mỗi con người. Ước muốn này đặc biệt rõ ở những người có tuổi, những người có vấn đề về sức khỏe.

Mong muốn có một thể hình đẹp là một ước muốn của mọi cá nhân, điều này đặc biệt rõ ở nam và nữ thanh niên.

Nhu cầu thưởng thức sự hấp dẫn, vẻ đẹp của môn thể thao, thỏa mãn cảm giác dễ chịu do môn thể thao mang lại.

Do khác nhau về giới tính lứa tuổi, điều kiện kinh tế, lối sống mà hứng thú, sở thích và động cơ tập luyện của quần chúng cũng rất đa dạng: Người lớn tuổi: tập dưỡng sinh, thái cực quyền...; Thanh niên: các môn võ, môn bóng,...; Nữ thanh niên: nhịp điệu, khiêu vũ,...

Sở thích của thiếu niên thì đa dạng hơn, nhưng nhìn chung các em không thích những môn có tính đơn điệu [49].

Động cơ tham gia thể thao là một mặt ý thức của người tập trong đó phản ánh tư tưởng, tình cảm thúc đẩy họ tham gia tập luyện. Động cơ miêu tả trạng thái kích thích bên trong, điều khiển và chỉ đạo hành vi.

Schiffman & Kanuk (2001) Đề xuất một định nghĩa chung cho động cơ tham gia thể thao phản ánh quá trình với 5 giai đoạn: nhu cầu về sự thừa nhận; giảm bớt căng thẳng; trạng thái nỗ lực; sự mong muốn; mục tiêu hướng tới hành vi.

Nhận xét về một số đặc điểm tâm lý sinh viên: Mỗi một lứa tuổi khác nhau đều có những đặc điểm tâm lý nổi bật, chịu sự chi phối của hoạt động chủ đạo. Tuy nhiên ở lứa tuổi SV có những nét tâm lý điển hình, đây là thế mạnh của họ so với các lứa tuổi khác như: tự ý thức cao, có tình cảm nghề nghiệp, có năng lực và tình cảm trí tuệ phát triển (khao khát đi tìm cái mới, thích tìm tòi, khám phá), có nhu cầu, khát vọng thành đạt, nhiều mơ ước và thích trải nghiệm, dám đối mặt với thử thách. Song, do hạn chế của kinh nghiệm sống, sinh viên cũng có hạn chế trong việc chọn lọc, tiếp thu cái mới. Những yếu tố tâm lý này có tác động chi phối hoạt động học tập, rèn luyện và phấn đấu của SV.

1.5.2. Đặc điểm sinh lý của sinh viên

- *Hệ thần kinh*: Kích thước não và hành tủy đạt tới mức người trưởng thành. Hành động phân tích và tổng hợp của vỏ não tăng lên, tư duy trừu tượng đã hình thành tốt, điều khiển thần kinh chiếm vai trò chủ đạo, khả năng định hướng trong không gian đạt tới mức trưởng thành, khả năng điều chỉnh về lực của tác động đến mức hoàn chỉnh [32].

- *Hệ cơ xương*: Ở lứa tuổi này, cơ thân mình phát triển nhất. Sau khi kết thúc thời kỳ tăng trưởng cơ thể, chiều cao cơ thể phát triển chậm lại, độ dày cơ bắp bắt đầu phát triển nhanh, sợi cơ dày lên rõ rệt, trọng lượng cơ thể tăng lên, sức mạnh cơ bắp phát triển đáng kể, sức mạnh tối đa của các nhóm cơ khác tăng từ 9 - 14 lần.

-*Trao đổi chất và năng lượng*: Chu kỳ hô hấp và độ sâu hô hấp tăng lên, sức bền ưa khí tăng mạnh, sức bền được đánh giá qua khả năng hấp thụ oxy tối đa tăng 3,5 lần/phút ở lứa tuổi 18 - 22.

- Hệ tuần hoàn: Mạch bắt đầu ổn định khoảng 70 - 80 nhịp/phút.

- Huyết áp: Bắt đầu ổn định, huyết áp tối đa do vận động với công suất lớn tăng khoảng 50mmHg.

1.5.3. Đặc điểm các tố chất thể lực của sinh viên

Sự thay đổi các tố chất thể lực trên cơ sở của sự phát triển hình thái, chức năng. Nó thay đổi theo lứa tuổi, giới tính, có tính làn sóng và tính giai đoạn. Sự phát triển các tố chất thể lực trong quá trình trưởng thành diễn ra không đồng bộ, mỗi tố chất phát triển theo nhịp độ riêng và vào từng thời kỳ khác nhau. Các tố chất thể lực bao gồm: sức mạnh, sức nhanh, sức bền, mềm dẻo, khéo léo [50].

1.5.3.1. Sức mạnh

Sức mạnh phụ thuộc vào hệ vận động vì nó có liên hệ mật thiết với các tổ chức xương, cơ, dây chằng, năng lực không chế và điều hòa cơ. Ở tuổi trưởng thành, sự phát triển các nhóm cơ không đồng đều nên tỷ lệ sức mạnh của các nhóm cơ cũng thay đổi theo lứa tuổi. Trong khi đó sức mạnh của các nhóm cơ đuôi phát triển nhanh hơn nhóm cơ co, cơ hoạt động nhiều sẽ phát triển nhanh hơn cơ hoạt động ít, ở độ tuổi 18 – 21 thì sức mạnh cơ bắp có sự phát triển với nhịp độ cao và có tính chất đột biến.

1.5.3.2. Sức nhanh

Tốc độ là một tố chất vận động đặc trưng bởi thời gian tiềm tàng của phản ứng, tần số động tác và tốc độ động tác đơn lẻ. Trong hoạt động thể lực, tốc độ biểu hiện một cách tổng hợp. Tốc độ của động tác đơn lẻ biến đổi rõ rệt trong quá trình phát triển. Nếu được tập luyện thì tốc độ của động tác đơn lẻ sẽ phát triển tốt hơn.

1.5.3.3. Sức bền

Sức bền phát triển đến 21 – 22 tuổi thì đạt đỉnh cao, sức bền có liên quan mật thiết đến chức năng hệ thống tuần hoàn, hô hấp, ... và khả năng ổn định của

cơ thể, tổ chất sức bền cũng biến đổi đáng kể trong các hoạt động tĩnh lực cũng như động lực. Sức bền ưa khí phát triển mạnh vào độ tuổi 18 – 22, trong khi sức bền yếm khí phát triển mạnh ngay ở lứa tuổi 12 – 17.

1.5.3.4. Khéo léo

Tổ chất vận động khéo léo thể hiện khả năng điều khiển các yếu tố thể lực, không gian, thời gian của động tác. Một trong các yếu tố quan trọng của khéo léo là định hướng chính xác trong không gian. Khả năng này phát triển cao nhất ở lứa tuổi 7 – 10 tuổi, từ 10 – 12 tuổi khả năng này ổn định và ở tuổi 14 – 15 giảm xuống đến 16 – 17 tuổi khả năng định hướng trong không gian sẽ đạt mức độ người lớn.

1.5.3.5. Mềm dẻo

Tổ chất mềm dẻo là góc độ hoạt động của các khớp của cơ thể con người, nó là khả năng kéo dài của dây chằng và cơ bắp. Độ mềm dẻo không phát triển đồng đều theo sự phát triển của lứa tuổi. Độ linh hoạt của cột sống ở nam tuổi 7 – 14 nâng cao rõ rệt và đạt chỉ số lớn nhất vào tuổi 15. Khi lớn lên phát triển chậm lại. Độ linh hoạt phát triển cao vào độ tuổi 12 – 13, biên độ khớp hông lớn nhất vào độ tuổi 7 – 10 sau đó phát triển chậm lại [50].

Nhận xét về đặc điểm phát triển các tổ chất thể lực của sinh viên: Sự phát triển hài hòa các tổ chất thể lực của cơ thể là một trong những nhiệm vụ vô cùng quan trọng trong công tác GDTC cho HSSV. Thể lực tốt sẽ tạo điều kiện để cơ thể phát triển dễ dàng và kích thích hoạt động của hệ hô hấp, tuần hoàn, giúp quá trình tiêu hóa được tốt hơn. Đây là một trong những điều kiện chính để giúp cho cơ thể có sức khỏe ổn định, bởi, việc lưu thông tuần hoàn máu tốt sẽ giúp cơ thể có đủ dưỡng chất và dưỡng khí, đồng thời loại bỏ các chất độc ra ngoài cơ thể. Khi có sức khỏe tốt các em sẽ tham gia học tập và hoạt động tốt hơn.

1.6. Khái quát về Trường Đại học An ninh nhân dân [23]

1.6.1. Lịch sử hình thành và phát triển Trường Đại học An ninh nhân dân

Trường An ninh Trung ương Cục miền Nam là tiền thân của Trường Đại học An ninh nhân dân ngày nay, được thành lập ngày 09/10/1963 tại căn cứ cách mạng Tây Ninh với nhiệm vụ đào tạo cán bộ An ninh cho cách mạng miền Nam trong thời kì kháng chiến chống Mỹ cứu nước.

Trải qua nhiều giai đoạn với các tên gọi khác nhau, như: Trường An ninh Trung ương Cục miền Nam (1963-1976); Trường Bổ túc Sĩ quan Công an nhân dân (1976-1984); Trường Cao đẳng An ninh nhân dân II (1984-1989); Trường Đại học An ninh nhân dân cơ sở phía Nam (1989-1995); Phân hiệu Đại học An ninh nhân dân (1995-2001); Phân hiệu Học viện An ninh nhân dân (2001-2003).

Một sự kiện đặc biệt trong lịch sử của Nhà trường vào ngày 30/7/2003, Thủ tướng Chính phủ ký Quyết định số 154/2003/QĐ-TTg thành lập Trường Đại học An ninh nhân dân trên cơ sở Phân hiệu Học viện An ninh nhân dân. Từ đây, Nhà trường trở thành trường đại học độc lập trong hệ thống giáo dục quốc dân và của ngành Công an, với đầy đủ những chứng tích về cội nguồn và dấu ấn của một cơ sở đào tạo hình thành từ trong chiến trường miền Nam kháng chiến chống Mỹ.

Ngay từ khi trở thành trường đại học độc lập, Nhà trường tập trung nâng cao chất lượng, mở rộng quy mô và các loại hình đào tạo. Trong đào tạo cử nhân, Nhà trường đã đa dạng hóa các hệ đại học để đảm bảo nhu cầu nâng chất lượng cán bộ An ninh các tỉnh, thành phía Nam. Với xu thế đẩy mạnh đổi mới giáo dục - đào tạo, Nhà trường cũng đã áp dụng đào tạo theo tín chỉ, mở rộng mã ngành đào tạo, hướng tới xây dựng trường đại học đa ngành. Năm 2005, Nhà trường đã được Thủ tướng Chính phủ giao nhiệm vụ đào tạo Thạc sĩ Điều tra tội phạm xâm phạm ANQG, Thạc sĩ Quản lý nhà nước về ANQG và đến năm 2010, Bộ Giáo dục và Đào tạo đã cho phép Nhà trường đào tạo trình độ Tiến sĩ chuyên ngành Điều tra tội phạm xâm phạm ANQG.

Ngày 23/4/2020, Bộ trưởng Bộ Công an ban hành Quyết định số

2061/QĐ-BCA quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và tổ chức bộ máy của Trường Đại học An ninh nhân dân, tiếp tục giao nhiệm vụ đào tạo đại học, sau đại học, bồi dưỡng nghiệp vụ An ninh và xây dựng trung tâm nghiên cứu khoa học của ngành Công an. Trong đó, Trường Đại học An ninh nhân dân có 22 đơn vị đầu mối (12 Khoa, 07 Phòng tham mưu và quản lý giáo dục, 03 Trung tâm) và 03 tổ chức quần chúng: Đoàn Thanh niên, Hội Phụ nữ và Công Đoàn.

Trường Đại học An ninh nhân dân đã vinh dự được Đảng, Nhà nước ghi nhận thành tích và tặng nhiều phần thưởng cao quý, tiêu biểu như: Huân chương Quân công hạng Ba (năm 1985); Huân chương Độc lập hạng Nhất (1998); Danh hiệu Anh hùng lực lượng vũ trang thời kỳ chống Mỹ cứu nước (2003); Huân chương Hồ Chí Minh (2008); Huân chương Bảo vệ Tổ quốc hạng Nhất (2018) và Huân chương Hữu nghị Sahametrei hạng Sena do Chính phủ Vương quốc Campuchia tặng.

1.6.2. Khái quát về Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao, Trường Đại học An ninh nhân dân

Lịch sử hình thành:

Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao, T04 tiền thân là Bộ môn Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao được hình thành và phát triển cùng với quá trình xây dựng và phát triển của Trường Bồ tát sỹ quan Công an nhân dân (Theo quyết định số 11/NV-QĐ ngày 29 tháng 4 năm 1976 của Bộ Trưởng bộ Nội vụ nay là Bộ Công an).

Đến ngày 06 tháng 11 năm 1984 Trường Bồ tát sỹ quan Công an nhân dân được Bộ Trưởng bộ Nội vụ nay là Bộ Công an ký quyết định nâng lên thành Trường Cao đẳng An ninh nhân dân II. Bộ môn Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao chính thức được thành lập.

Bộ môn Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao do các đồng chí Đào Trọng Giáp, Đào Hữu Đắc, Nguyễn Đình Huyền Nguyễn Văn Viễn phụ trách. Từng công tác tại Khoa thời gian này có các đồng chí Nguyễn Văn Sáu, Lương Thanh

Bình, Phạm Đức Cầm, Phạm Thị Ngọc, Trần Huy Hà, Trần Văn Hương, Nguyễn Khánh Phan.

Các giai đoạn phát triển

❖ Giai đoạn 2003 đến 2020

Ngày 30/7/2003, Thủ tướng Chính phủ Nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam ban hành Quyết định số 154/2003/QĐ-TTg “về việc thành lập Trường Đại học ANND” trên cơ sở Phân hiệu Học viện ANND. Bộ trưởng Bộ Công an ban hành Quyết định số 829/2003/QĐ-BCA(X13) “Quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và tổ chức bộ máy của Trường Đại học ANND”, theo đó, Khoa là đơn vị thuộc Trường, có tên gọi là “Bộ môn Quân sự, võ thuật, thể dục thể thao”.

Giai đoạn này là giai đoạn phát triển bùng nổ của Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao cả về số lượng cũng như chất lượng đào tạo. Đồng chí Nguyễn Văn Viễn, Trưởng bộ môn cùng các đồng chí Nguyễn Quang Châu, Trần Huy Hà, Bùi Trần Khánh giữ vai trò Tổ trưởng Tổ Chuyên môn rồi Phó Bộ môn phụ trách các Tổ chuyên môn như Tổ Quân sự, Tổ Võ thuật, Tổ Giáo dục thể chất. Giai đoạn này số lượng giáo viên của Khoa đông đảo và hùng hậu nhất gồm các đồng chí: Phạm Đức Cầm, Lê Văn Dũng, Đặng Văn Giới, Lê Đào Tuấn Huy, Phạm Đức Toại, Phạm Chính Trực, Phan Văn Khởi, Trần Kiên, Vũ Ngọc Dương, Nguyễn Cảnh Nghĩa, Lê Văn Thuận, Mạc Văn Tân, Phạm Thanh Trí, Phạm Văn Thành, Hồ Hoàng Vũ, Phạm Minh Trí, Phạm Huy Quang.

❖ Giai đoạn 2020 đến nay

Ngày 24/3/2020, Bộ trưởng Bộ Công an ký Quyết định số 2061/QĐ-BCA “Quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và tổ chức bộ máy của Trường Đại học ANND”, Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao được hình thành căn cứ trên Quyết định số 9823/QĐ-BCA ngày 20/11/2020 của Bộ trưởng Bộ Công an “quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và tổ chức bộ máy của Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao thuộc Trường Đại học An ninh nhân dân”. Nhiệm

vụ chính của Khoa là tổ chức giảng dạy các môn học về Quân sự, Võ thuật, Thể dục, Thể thao theo mục tiêu, chương trình đào tạo của Bộ Công an; tổ chức nghiên cứu khoa học cho giảng viên và sinh viên; quản lý cán bộ giảng dạy; tham gia quản lý giáo dục sinh viên theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, Bộ Công an và Trường Đại học An ninh nhân dân.

❖ **Thành tích nổi bật của đơn vị**

- Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao có 23 năm đạt danh hiệu “Đơn vị tiên tiến” (từ năm 1998 đến năm 2023).

- Năm học 2021 – 2022 vinh dự được danh hiệu Đơn vị Quyết thắng.

- Huấn luyện, đào tạo mang về cho đoàn thi đấu bắn súng, võ thuật, thể thao Nhà trường nhiều thứ hạng cao, huy chương trong và ngoài Ngành Công an.

Cùng với sự hình thành và phát triển của Trường Đại học An ninh nhân dân, Bộ môn Quân sự, võ thuật, thể dục thể thao và nay là Khoa Quân sự, võ thuật, thể dục thể thao, nêu cao tinh thần đoàn kết, luôn phấn đấu hoàn thành mọi nhiệm vụ được giao, góp phần nhỏ vào thành công chung của Nhà trường và khẳng định vai trò, vị trí trong công tác đào tạo bồi dưỡng nâng cao chất lượng hướng đến Nhà trường thông minh, nhà trường hiện đại đáp ứng mọi yêu cầu công tác của Ngành, công tác bảo vệ An ninh quốc gia, An ninh trật tự xã hội, góp phần bình yên tổ quốc.

1.6.3. Tình hình thực hiện công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân trong giai đoạn hiện nay

Trường Đại học An ninh nhân dân là một trong những trung tâm đào tạo lớn của lực lượng Công an nhân dân, có nhiệm vụ đào tạo cán bộ chiến sỹ tương lai phục vụ sự nghiệp bảo vệ An ninh Quốc gia. Vì vậy, công tác GDTC, giảng dạy võ thuật cho sinh viên của trường có một vai trò tương đối đặc biệt quan trọng. Bởi, nó là cơ sở để sinh viên rèn luyện, duy trì phát triển thể chất và những kỹ năng vận động cần thiết. Từ đó, tạo điều kiện cho các chiến sỹ Công an

nhân dân nâng cao hiệu quả học tập và nhanh chóng hòa nhập với thực tế công tác cũng như hoàn thành tốt mọi nhiệm vụ được giao sau khi tốt nghiệp ra trường; Là một trong những trường đầu ngành của cả nước có nhiệm vụ đào tạo ra đội ngũ cán bộ An ninh có trình độ đại học và sau đại học. Ngoài những tri thức khoa học chuyên ngành, sinh viên còn phải học chương trình GDTC tương đối hoàn thiện, đó là sự hội đủ 3 học phần GDTC tương ứng với 3 học kỳ.

Trong trường không có Bộ môn GDTC mà chỉ có Tổ bộ môn thuộc Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao, đảm bảo dạy các môn Giáo dục thể chất cơ bản và chương trình giảng dạy cho sinh viên nhằm giải quyết các nhiệm vụ sau:

- Giáo dục đạo đức, rèn luyện tinh thần tập thể, ý thức tổ chức kỷ luật, xây dựng niềm tin, lối sống tích cực, lành mạnh, tinh thần tự giác học tập và rèn luyện thân thể, chuẩn bị sẵn sàng nhận nhiệm vụ và bảo vệ tổ quốc;

- Cung cấp cho sinh viên những tri thức lý luận cơ bản về nội dung và phương pháp TDTT, kỹ năng vận động và kỹ năng cơ bản một số môn thể thao, lý thuyết và thực hành thành thạo các môn thể thao;

- Góp phần duy trì và củng cố sức khỏe của sinh viên, phát triển cơ thể một cách hài hòa, xây dựng lối sống lành mạnh và khắc phục những thói quen xấu, rèn luyện thân thể đạt tiêu chuẩn rèn luyện theo quy định.

- Giờ học giáo dục thể chất bao gồm giờ học chính khóa và ngoại khóa. Giờ học chính khóa là hình thức cơ bản của thể thao trong trường với số tiết là 86 tiết. Nhà trường bố trí học 2 năm đầu với nội dung giờ học chính khóa: sinh viên tập luyện chạy ngắn, chạy cự ly trung bình, nhảy xa, nhảy cao, đẩy tạ, bơi và môn thể thao tự chọn được học 3 học kỳ. Còn giờ học ngoại khóa nhằm củng cố và hoàn thiện các bài học giờ nội khóa và được tiến hành vào giờ tự học của sinh viên, có sự hướng dẫn của giảng viên. Ngoài ra, trường còn hướng dẫn cho sinh viên các bài tập chống mệt mỏi hàng ngày, các hoạt động TDTT ngoại khóa như tham gia các CLB võ thuật, CLB bóng chuyền, các cuộc thi đấu trong và ngoài trường...Nhưng trên thực tế, đa số sinh viên chưa sắp xếp hợp lý được

thời gian biểu cho học tập, sinh hoạt và các hoạt động ngoại khóa khác, do thời gian học và các nội quy, quy chế về giờ hoạt động và nghỉ ngơi. Buổi chiều chỉ được tập thể thao bắt đầu từ 16 giờ đến 18 giờ 15, trong khi đó sinh viên phải ăn tập trung, giờ đóng cửa nhà ăn lúc 18 giờ hàng ngày. Đây cũng là những hạn chế có ảnh hưởng không nhỏ tới việc tham gia tập luyện TDTT của sinh viên.

- Điều kiện cơ sở vật chất của trường còn hạn chế, dụng cụ dành cho sinh viên học môn thể tự chọn còn thiếu, chưa đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT của sinh viên, chưa đa dạng hóa các môn thể thao. Do đó, nhiều sinh viên ngoài giờ học chính khóa ra thì khó chọn được cho mình được một môn thể thao phù hợp để tập luyện.

- Qua thực tiễn cho thấy, công tác GDTC và thể thao ngoại khóa ở Trường Đại học An ninh nhân dân trong những năm qua tuy có đáp ứng được một số yêu cầu nhất định, song vẫn còn nhiều hạn chế, chưa phát huy hết được những chức năng của nó. Cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ của nhà trường phục vụ cho công tác giảng dạy, học tập chính khóa cũng như ngoại khóa của trường trong những năm gần đây đã có sự phát triển, nhưng vẫn chưa đáp ứng được với nhu cầu thực tế. Việc khai thác, sử dụng các trang thiết bị luyện tập nhằm nâng cao chất lượng công tác giảng dạy võ thuật chưa tốt, thể hiện ở số người tham gia tập luyện võ thuật ngoại khóa chưa nhiều và hầu như không có sự tăng trưởng, phong trào tập luyện vẫn mang tính tự phát.

- Chương trình các môn TDTT ngoại khóa ở Trường Đại học An ninh nhân dân còn nhiều hạn chế, chưa được cải tiến theo những đặc thù riêng của trường và đáp ứng nhu cầu học tập của SV.

1.7. Các công trình nghiên cứu liên quan

1.7.1. Các công trình nghiên cứu liên quan đến chương trình TDTT ngoại khóa cho SV

- Tác giả Nguyễn Đức Toàn với công trình: “Nghiên cứu xây dựng chương trình GDTC môn bóng chuyền tự chọn cho nam sinh viên Trường Đại

học Bách khoa Thành phố Hồ Chí Minh” [51]. Tác giả đã xây dựng được một chương trình mới với thời lượng là 90 tiết, ứng dụng cho sinh viên nam không chuyên. Kết quả đạt được sự tăng trưởng về hình thái và thể lực, phân loại thể lực với tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT đại loại tốt, phát triển phong trào bóng đá, làm cơ sở xây dựng đội tuyển bóng đá của trường Đại học Bách khoa TP.HCM.

- Tác giả Nguyễn Văn Hòa với công trình: “Cải tiến chương trình giảng dạy các môn thể thao tự chọn cho sinh viên không chuyên Trường Đại học Cần Thơ”. Qua nghiên cứu tác giả đã cải tiến chương trình giảng dạy các môn thể thao tự chọn cho sinh viên không chuyên Trường Đại học Cần Thơ: cải tiến chương trình các môn thể thao tự chọn cho sinh viên không chuyên gồm 09 môn: điền kinh; taekwondo; bóng chuyền; bóng đá; cầu lông; bóng bàn; thể dục nhịp điệu, bóng rổ, môn cờ vua dành cho sinh viên có sức khỏe yếu hoặc khuyết tật. Chương trình được các chuyên gia, Hội đồng thẩm định chương trình đánh giá chương trình đáp ứng được tính khoa học, đáp ứng được mục tiêu đào tạo trong thời kỳ mới [25].

- Tác giả Phùng Xuân Dũng với công trình: “Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội”. Tác giả đã lựa chọn và xây dựng được các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Sư phạm thể dục thể thao Hà Nội, cụ thể là:

+ Đổi mới hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Sư phạm thể dục thể thao Hà Nội, trong đó có đề cập tới 2 hình thức tập luyện TDTT ngoại khóa là đội tuyển và CLB, đồng thời lựa chọn được hình thức tổ chức tập luyện có người hướng dẫn thường xuyên.

+ Đổi mới nội dung tập luyện TDTT ngoại khóa gồm: Bóng đá, Tennis, Cầu lông, Điền kinh, Bơi lội, Khiêu vũ thể thao, Bóng chuyền.

+ Nâng cao chất lượng đối với giáo viên, người hướng dẫn và cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT ngoại khóa.

+ Ứng dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDDT ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội vào thực tiễn, bước đầu đã đem lại kết quả rõ rệt về phát triển phong trào tập luyện TDDT ngoại khóa, nâng cao thể lực và kết quả học tập các môn thực hành cũng như kết quả thi đẳng cấp của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn so với nhóm đối chiếu, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Điều đó cho thấy, 3 giải pháp mà đề tài ứng dụng đã đảm bảo tính khoa học, độ tin cậy trong việc nâng cao chất lượng đào tạo nói chung của nhà trường và công tác TDDT ngoại khóa nói riêng [18].

- Tác giả Nguyễn Thanh Hùng với công trình nghiên cứu: “Xây dựng chương trình giáo dục thể chất học phần tự chọn, ngoại khóa cho viên Đại học Quy Nhơn” [31]. Nghiên cứu đã cải tiến chương trình GDTC học phần tự chọn và ngoại khóa Trường ĐH Quy Nhơn với những đổi mới sau:

+ Đổi mới nội dung đào tạo: xây dựng ứng dụng học phần thể thao tự chọn 9 môn: (Bóng đá, bóng chuyền, bóng rổ, cầu lông, bóng ném, bóng bàn và võ thuật (cổ truyền Việt nam, Karatedo, Taekwondo), xây dựng mô hình CLB TDDT ngoại khóa cho SV (06 CLB): Bóng đá, bóng chuyền, bóng rổ, cầu lông, bóng bàn và Võ cổ truyền Việt Nam.

+ Đổi mới hình thức tổ chức hoạt động ngoại khóa, tập luyện theo mô hình CLB từng môn, chương trình có sự hướng dẫn của GV.

- Tác giả Nguyễn Trường Giang với công trình “Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho SV Đại học khối các Trường Kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên”. Qua nghiên cứu tác giả đã đánh giá được thực trạng hoạt động TDDT năng khiếu và hoạt động NK môn Cầu lông của SV; Lựa chọn được 17 tiêu chí thuộc 05 tiêu chuẩn đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập; Lựa chọn được 35 tiêu chí thuộc 07 tiêu chuẩn làm căn cứ để xây dựng chương trình NK môn Cầu lông và đánh giá chương trình theo các tiêu chí đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và mức độ đáp ứng nhu cầu người tập [24].

- Tác giả Lưu Thị Như Quỳnh với công trình: “Xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hùng Vương tỉnh Phú Thọ” [40]. Qua nghiên cứu tác giả đã Luận án đã xây dựng được 02 chương trình thể thao ngoại khóa môn bóng chuyền, cầu lông với thời lượng 45 tiết, tương ứng với giờ tự học của sinh viên. Các chương trình xây dựng được căn cứ trên các cơ sở, nguyên tắc khoa học theo xu hướng tiếp cận năng lực, đồng thời dựa trên cơ sở thực tiễn để xác định cấu trúc, nội dung chương trình phù hợp với trường Đại học Hùng Vương. Kết quả phỏng vấn thẩm định chương trình mà luận án xây dựng đã nhận được sự đồng thuận cao ở mức “Đạt yêu cầu, kiến nghị ban hành”.

- Tác giả Phạm Cao Cường với công trình: Nghiên cứu xây dựng nội dung chương trình Giáo dục thể chất tự chọn (Bóng đá, Bóng rổ) cho sinh viên Trường Đại học kinh tế kỹ thuật Công nghiệp” [15]. Qua nghiên cứu tác giả đã xây dựng được 01 chương trình môn GDTC, 04 chương trình chi tiết môn học GDTC tự chọn bóng đá và bóng rổ. Các chương trình xây dựng theo xu hướng tiếp cận năng lực, đồng thời dựa trên cơ sở thực tiễn để xác định cấu trúc, nội dung chương trình phù hợp với trường Đại học Kinh tế kỹ thuật Công nghiệp. Tuy nhiên, chương trình của tác giả xây dựng cũng là chương trình chính khóa, mà không phải xây dựng chương trình ngoại khóa cho sinh viên.

- Tác giả Nguyễn Hồng Tín với công trình “Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên ngành giáo dục mầm non Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang” [45]. Qua nghiên cứu tác giả đã xây dựng chương trình các học phần thể thao ngoại khóa tự chọn cho 4 môn: Aerobic, Bóng chuyền, Bóng bàn, Cầu lông, với thời lượng là 30 tiết. Quá trình cải tiến chương trình được tiến hành trong khuôn khổ đảm bảo tính khoa học, phù hợp với thực tiễn khách quan trong giáo dục đại học, phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất và trình độ chuyên môn của giảng viên. Nội dung chương trình và mục tiêu của chương trình phù hợp với khả năng tiếp thu của sinh viên. Cấu trúc chương trình và thời lượng chương trình đảm bảo tính sư

phạm, tính cập nhật đủ điều kiện để SV hình thành các kỹ năng, kỹ xảo vận động trong quá trình học tập.

- Tác giả Nguyễn Quốc Trầm với công trình: “Nghiên cứu xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Phú Yên” [53]. Qua nghiên cứu tác giả đã xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa với hình thức các môn tự chọn gồm 03 môn: Bóng chuyền, Cầu lông và võ Vovinam, với thời lượng 60 tiết. Chương trình thể thao ngoại khóa có tiến trình giảng dạy đảm bảo tính khoa học, đổi mới, phù hợp với thực tiễn khách quan trong giáo dục đại học, phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất và trình độ chuyên môn của giảng viên Trường ĐH Phú Yên. Nội dung chương trình và mục tiêu của chương trình phù hợp với khả năng tiếp thu của sinh viên. Cấu trúc chương trình và thời lượng chương trình đảm bảo tính sư phạm, tính cập nhật. Chương trình đã được Hội đồng thẩm định chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên của Trường ĐH Phú Yên phê duyệt.

- Tác giả Đặng Danh Nam với công trình “Nghiên cứu xây dựng chương trình ngoại khóa môn võ cổ truyền việt nam cho sinh viên Học viện Y dược học cổ truyền Việt Nam” đã xây dựng được chương trình NK môn Võ cổ truyền Việt Nam theo hướng đáp ứng mục tiêu TDDT trường học và nhu cầu người tập. Chương trình được thiết kế với 7 chương trình học phần (từ đai trắng 1 vạch nâu tới đai nâu 4 vạch lam), phù hợp với khung cấu trúc chương trình môn học, Nghiên cứu đã xây dựng quy trình 6 bước ứng dụng chương trình NK môn Võ cổ truyền Việt Nam cho SV Học viện Y dược học cổ truyền Việt Nam trong thực tiễn đào tạo và đánh giá hiệu quả trên 02 nhóm tiêu chí: Mức độ đáp ứng mục tiêu TDDT trường học (04 tiêu chí: Phát triển thể lực, Giáo dục đạo đức cho SV, Phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu, Phát triển phong trào NK) và Mức độ đáp ứng nhu cầu người tập (16 tiêu chí). Kết quả cho thấy, chương trình NK môn Võ cổ truyền Việt Nam được nghiên cứu xây dựng đã phát huy hiệu quả cao hơn chương trình cũ trong việc đáp ứng mục tiêu TDDT [37].

- Tác giả Đỗ Đức Hùng với công trình: “Xây dựng chương trình tập luyện môn Thể dục Aerobic ngoại khóa cho sinh viên nữ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2”. Qua nghiên cứu tác giả đã xây dựng được chương trình tập luyện môn Thể dục Aerobic ngoại khóa cho sinh viên nữ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2. Chương trình được thực hiện dưới hình thức hoạt động của CLB Thể dục sinh viên, gồm 2 tín chỉ với tổng số 60 buổi, trong đó gồm 8 buổi lý thuyết và 52 buổi thực hành. Đồng thời, thông qua quá trình thực nghiệm sư phạm trong thời gian 9 tháng thực nghiệm (mỗi tuần 2 buổi, mỗi buổi 90 phút), luận án đã khẳng định được tính hiệu quả chương trình môn Thể dục Aerobic trong việc nâng cao thể lực, chức năng, tâm lý và kỹ năng sáng tác cho đối tượng nghiên cứu [29].

1.7.2. Các công trình nghiên cứu liên quan đến chương trình GDTC, chương trình TDTT ngoại khóa cho SV trong các trường ĐH thuộc khối lực lượng vũ trang

- Tác giả Phạm Chính Trực với công trình: “Xây dựng chương trình võ thuật ứng dụng Công an nhân dân tại Trường đại học An ninh nhân dân”. Qua nghiên cứu tác giả đã xây dựng được chương trình võ thuật ứng dụng Công an nhân dân với thời lượng 150 tiết tương đương 5 tín chỉ chia làm 2 học phần. Mỗi học phần 75 tiết, tương đương 2.5 tín chỉ với 4 tiết lý thuyết, 68 tiết thực hành, 3 tiết kiểm tra và 45 tiết tự học. Chương trình đảm bảo được chuẩn về kiến thức, kỹ năng, thái độ, phù hợp với đặc điểm đối tượng về nội dung và hình thức kiểm tra đánh giá. Kết quả thực nghiệm chương trình mới cho sinh viên Trường ĐH An ninh nhân dân đã thu được các kết quả khả quan, chứng minh được tính ưu việt của chương trình mới [54].

- Tác giả Ngô Hải Hà với công trình: “Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân cho sinh viên hệ đào tạo tại Học viện An ninh nhân dân”. Qua nghiên cứu tác giả đã Qua phân tích những cơ sở lý luận cũng như thực tiễn trong công tác giảng dạy võ thuật tại Học viện An ninh nhân dân hiện nay, luận án đã xác định, đề xuất và xây dựng được 9

giải pháp cơ bản mang tính đồng bộ nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy môn võ thuật CAND cho sinh viên tại Học viện An ninh nhân dân, các giải pháp bao gồm: Giải pháp 1. Nâng cao nhận thức của sinh viên về vai trò, tầm quan trọng của võ thuật An ninh nhân dân; Giải pháp 2. Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ học tập môn võ thuật An ninh nhân dân; Giải pháp 3. Tăng cường công tác bồi dưỡng, tập huấn nâng cao trình độ chuyên môn cho giảng viên võ thuật Học viện ANND; Giải pháp 4. Cải tiến phương pháp giảng dạy môn võ thuật An ninh nhân dân; Giải pháp 5. Cải tiến nội dung giảng dạy võ thuật An ninh nhân dân D theo hướng chuyên sâu hơn, bài tập mang tính chuyên biệt; Giải pháp 6. Đa dạng hóa các phương tiện dạy học trong giờ học môn võ An ninh nhân dân; Giải pháp 7. Cải tiến phương thức kiểm tra, đánh giá sinh viên; Giải pháp 8. Đa dạng hóa các hình thức hoạt động CLB võ thuật ngoại khóa và Giải pháp 9. Tăng cường các giải thi đấu võ thuật nội bộ, giao hữu với các trường trong lực lượng An ninh nhân dân, khối trường chuyên nghiệp TDDT [26].

- Tác giả Trần Đình Huy (2021), Nghiên cứu biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân”. Qua nghiên cứu tác giả đã Qua nghiên cứu, luận án đã lựa chọn và xây dựng được nội dung 06 biện pháp tổ chức hoạt động TDDT ngoại khóa nâng cao thể lực cho sinh viên ANND, đó là: Biện pháp 1: Tổ chức các loại hình CLB TDDT; Biện pháp 2: Tăng cường hoạt động của các đội tuyển thể thao; Biện pháp 3: Tổ chức các hoạt động thi đấu giao lưu, các giải truyền thống cấp trường các môn thể thao; Biện pháp 4: Tăng cường hoạt động kiểm tra thể lực; Biện pháp 5: Tăng cường hoạt động hướng dẫn tập luyện ngoại khóa; Biện pháp 6: Bồi dưỡng đội ngũ trợ giảng/hướng dẫn viên là sinh viên [33].

- Tác giả Trần Thị Thu Hằng với công trình: “Nghiên cứu xây dựng chương trình bơi vũ trang cho sinh viên Học viện Cảnh sát nhân dân”. Kết quả nghiên cứu đã xây dựng chương trình bơi vũ trang cho sinh viên Học viện Cảnh sát nhân dân, theo hướng đáp ứng nhu cầu thực tiễn trong đấu tranh phòng

chống tội phạm trên môi trường sông nước, sẵn sàng ứng cứu trong công tác phòng chống lũ lụt của lực lượng vũ trang. Tác giả đã lựa chọn được 31 tiêu chí thuộc 07 tiêu chuẩn làm căn cứ xây dựng chương trình bơi vũ trang cho sinh viên. Tuy nhiên, chương trình của tác giả xây dựng là chính khoá và bắt buộc đối với mỗi cơ sở giáo dục [27].

- Tác giả Nguyễn Trắc Linh với công trình: “Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karate-do cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân”. Qua nghiên cứu tác giả đã Luận án lựa chọn được 33 tiêu chí thuộc 7 tiêu chuẩn làm căn cứ xây dựng chương trình ngoại khóa môn Karate-do cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân. Cụ thể gồm: (Tính phù hợp: 6 tiêu chí; Tính trình tự: 5 tiêu chí; Tính tích hợp: 2 tiêu chí; Tính cân bằng, cân đối: 8 tiêu chí; Tính gắn kết: 2 tiêu chí; Tính cập nhật: 5 tiêu chí; Tính hiệu quả: 5 tiêu chí). Luận án đã xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karate-do cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân trong 4 năm học gồm 4 chương trình theo hướng đáp ứng mục tiêu TDDT trường học và nhu cầu người tập [34].

Tác giả Đào Trung Tú với công trình: “Xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Taekwondo cho sinh viên Trường Đại học Cảnh sát Nhân dân”. Kết quả nghiên cứu qua các bước đảm bảo tính logic và có cơ sở khoa học, nghiên cứu đã xác định được 08 nội dung lý thuyết và 08 nội dung hệ thống kỹ thuật cơ bản và thể lực phù hợp với điều kiện thực tiễn, làm cơ sở khoa học để xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Taekwondo của sinh viên Trường Đại học Cảnh sát nhân dân. Kết quả đã xây dựng được chương trình giảng dạy môn Taekwondo với thời lượng 180 tiết, cùng tiến trình biểu, giáo án thực hiện, trong đó giờ thực hành chiếm 160 tiết, lý thuyết và thảo luận 10 tiết, giờ kiểm tra giữa và cuối kỳ 08 tiết, 02 tiết về phương pháp [57].

Tiểu kết chương 1:

Qua nghiên cứu đã hệ thống được Cơ sở lý luận và thực tiễn xây dựng chương trình ngoại khóa cho SV. Kết quả nghiên cứu đã chỉ ra các khái niệm về

GDTC, TDTT ngoại khóa, nội dung tổ chức, các điều kiện đảm bảo, hình thức tổ chức TDTT ngoại khóa trong nhà trường, khái quát về chương trình đào tạo, Chương trình môn học giáo dục thể chất và hoạt động thể thao SV, thống nhất bảy nguyên tắc xây dựng chương trình, chín bước quy trình đánh giá chất lượng, đánh giá chất lượng chương trình, đặc điểm tâm sinh lý lứa tuổi SV. Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng đã tìm được những công trình nghiên cứu liên quan có giá trị về cơ sở lý luận, cơ sở thực tiễn và định hướng cho việc đổi mới chương trình, nội dung, phương pháp nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy.

Kết quả của nghiên cứu này sẽ làm tiền đề cho sự định hướng về đổi mới và phát triển công tác GDTC, mà cụ thể là nghiên cứu xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân, đáp ứng nhu cầu học tập và giảng dạy GDTC đi vào nề nếp, bài bản trong SV và GV trong nhà trường.

CHƯƠNG 2: ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

2.1.1. Đối tượng nghiên cứu

Chương trình ngoại khóa các môn giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân.

2.1.2. Khách thể nghiên cứu

- Khách thể phỏng vấn: CBQL, chuyên gia, nhà khoa học, Giảng viên tham gia giảng dạy môn GDTC.

- Khách thể nghiên cứu:

+ Phần nghiên cứu thực trạng: 808 sinh viên nam (Năm nhất: 202 sinh viên, năm 2: 204 sinh viên, năm 3: 202 sinh viên và năm 4: 200 sinh viên)

+ Phần thực nghiệm chương trình: 400 sinh viên nam (nhóm thực nghiệm: 200 sinh viên, nhóm đối chứng: 200 sinh viên)

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu

Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu nhằm thu thập những thông tin có liên quan mang tính lý luận, phân tích, tổng hợp và hệ thống các kiến thức đó, qua đó hình thành cơ sở lý luận phục vụ cho việc nghiên cứu của luận án. Các nội dung phân tích tài liệu liên quan đó là:

- Nghiên cứu tài liệu, văn kiện về công tác GD&ĐT, GDTC, TDTT ở bậc ĐH có liên quan đến Luận án như: các văn kiện, các chỉ thị, nghị quyết, thông tư, quyết định, quy chế của Đảng và Nhà nước, chính phủ, Bộ GD&ĐT làm cơ sở nghiên cứu của luận án.

- Nghiên cứu các luận văn thạc sĩ, luận án tiến sĩ, tạp chí khoa học trong nước và quốc tế có liên quan đến mục tiêu nghiên cứu của luận án.

- Nghiên cứu chương trình giảng dạy môn GDTC của các trường cùng

lĩnh vực đào tạo và trên cả nước để làm cơ sở xây dựng chương trình mới.

- Nghiên cứu văn bản, quyết định của Ban giám hiệu Trường Đại học An ninh nhân dân về việc chỉ đạo xây dựng chương trình giảng dạy thể thao ngoại khóa và quyết định thành lập hội đồng thẩm định [39].

2.2.2. Phương pháp quan sát sư phạm

Phương pháp quan sát sư phạm dùng để thu thập những thông tin về các đối tượng trong quá trình nghiên cứu như:

- Thực trạng tổ chức các hoạt động giáo dục, năng lực hoạt động giảng dạy của giảng viên, kỹ năng tiếp thu kiến thức và thực hành của sinh viên.

- Giám sát công việc thu thập số liệu liên quan đến luận án của các đối tượng nghiên cứu.

- Quan sát để tìm ra những ưu, nhược điểm của chương trình cũ và mới. Qua đó điều chỉnh cho phù hợp với mục tiêu đề ra.

- Kiểm tra, đánh giá, nhận định và soát tất cả các kết quả nghiên cứu [46].

2.2.3. Phương pháp phỏng vấn

Trong quá trình nghiên cứu, sử dụng phương pháp phỏng vấn trực tiếp và phỏng vấn gián tiếp bằng phiếu hỏi để điều tra các đối tượng được xác định trong luận án.

2.2.3.1. Phương pháp phỏng vấn trực tiếp

Nội dung phỏng vấn được xây dựng gồm những vấn đề có liên quan đến công tác GDTC, thể thao ngoại khóa cho SV như:

- + Đánh giá thực trạng chương trình thể thao ngoại khóa của Trường.
- + Đánh giá các điều kiện đảm bảo cho công tác GDTC như: đội ngũ cán bộ, sân bãi tập luyện, kinh phí, công tác phối hợp với các đơn vị trong trường.

2.2.3.2. Phương pháp phỏng vấn gián tiếp

Thông qua bảng hỏi để tiến hành điều tra đến các đối tượng là CBQL, GV, các chuyên gia GDTC nhằm thu thập những thông tin cần thiết liên quan

đến luận án. Nội dung phỏng vấn đề cập đến chương trình, xây dựng nội dung chương trình để giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa của Trường Đại học An ninh nhân dân, cũng như cách sắp xếp các nội dung và chương trình đào tạo một cách logic và khoa học. Đánh giá của CBQL, GV, SV về chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa trước TN và sau TN tại Trường Đại học An ninh nhân dân [46].

2.2.4. Phương pháp nhân trắc học [42]

Luận án đã sử dụng phương pháp này để kiểm tra hình thái và chức năng của đối tượng nghiên cứu:

2.2.4.1. Chiều cao đứng (cm)

Là chiều cao từ mặt sàn đến điểm đỉnh đầu (Vertex) của người được đo và là một trong những chỉ số đặc trưng về hình thái.

Dụng cụ đo: Thước đo nhân trắc kiểu Martin, có độ dài 2 mét, được chia chính xác đến milimét, nước sản xuất: Nhật Bản.

Phương pháp đo: Người được đo ở tư thế đứng nghiêm, đuôi mắt và ống tai ngoài tạo thành một đường thẳng nằm ngang. Có ba điểm chạm phía sau là gót, mông và xương chẩm vào mặt phẳng thước. Người kiểm tra đứng bên phải người được đo. Khi đọc số đo, hai mắt nhìn ngang ở vị trí đỉnh đầu.

2.2.4.2. Cân nặng (kg)

Là chỉ số được dùng để đánh giá sự phát triển thể lực và tình trạng sức khỏe của người tập, chỉ số này biến đổi và chịu tác động của các yếu tố khác nhau.

Dụng cụ đo: Cân điện tử Ohans, model DS 44L, khoảng cân từ 0.1 đến 200kg, nước sản xuất: Nhật Bản.

Phương pháp đo: Cân được đặt lên mặt sàn bằng phẳng. Người được đo ngồi lên ghế, đặt hai chân lên mặt bàn cân và từ từ đứng dậy. Cân xong, người được đo ngồi xuống ghế, đưa hai chân sang hai bên và bước ra ngoài, đọc kết quả đo chính xác đến hàng 100g.

2.2.4.3. Chỉ số BMI (Body Mass Index)

Xác định được mối quan hệ sinh học giữa yếu tố môi trường (cân nặng) và yếu tố di truyền (chiều cao) trong quá trình phát dục của trẻ em và sự phát triển của cơ thể con người.

$$\text{BMI} = \text{cân nặng(kg)} / \text{chiều cao}^2(\text{m})$$

Cách đánh giá như sau: Theo tổ chức y tế thế giới (WHO)

BMI < 18,5 là thiếu cân và gầy quá

$18,5 \leq \text{BMI} \leq 24,9$ là phát triển bình thường

$25 \leq \text{BMI} \leq 29,9$ là tiền béo phì

$30 \leq \text{BMI} \leq 34,9$ là béo phì độ 1

$35 \leq \text{BMI} \leq 39,9$ là béo phì độ 2

BMI > 39,9 là béo phì độ 3

2.2.5. Phương pháp kiểm tra sự phạm

Để xây dựng các chỉ tiêu đánh giá thực trạng thể lực chung của SV trường Trường Đại học An ninh nhân dân, trong nghiên cứu đề tài đã dựa vào các test đánh giá thể lực theo tiêu chuẩn tại Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân và Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đánh giá xếp loại thể lực chung sinh viên gồm các nội dung với cách thức kiểm tra đánh giá các test cụ thể như sau:

- Các test kiểm tra theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân bao gồm:

Test 1. Chạy 100m (s)

Mục đích: Đánh giá sức nhanh.

Chuẩn bị: Đường chạy thẳng dài ít nhất 120m, rộng ít nhất 3m, có vạch giới hạn xuất phát và vạch đích. Đồng hồ bấm giờ, giấy bút ghi chép.

Cách thực hiện: Người thực hiện khởi động kỹ trước khi chạy. Người thực hiện ở tư thế xuất phát thấp trước vạch xuất phát. Khi có tín hiệu bắt đầu, chạy với tốc độ tối đa vượt qua vạch đích. Thực hiện 01 lần.

Yêu cầu: Thực hiện với tốc độ tối đa.

Cách tính thành tích: Thành tích được tính là khoảng thời gian từ khi có tín hiệu bắt đầu tới khi người thực hiện hoàn thành kỹ thuật đánh đích và chạm đích.

Test 2. Chạy 1500m (phút)

Mục đích: Đánh giá sức bền tốc độ.

Chuẩn bị: Đường cho Học viên, 01 vòng sân 400m. Thiết bị đo gồm có đồng hồ bấm dây, số đeo và tích - kê ghi số ứng với mỗi số đeo.

Cách thực hiện: Người thực hiện đứng chuẩn bị ở tư thế xuất phát cao. Khi có tín hiệu bắt đầu, phân phối sức và chạy với thành tích tốt nhất hoàn thành cự ly. Nam chạy 03 vòng 3/4, nữ chạy 02 vòng đường pitch. Nếu kiểm tra đông người, mỗi lượt cần có số đeo để phân biệt thành tích của những người thực hiện. Thực hiện một lần.

Yêu cầu: Thực hiện với thành tích tốt nhất

Cách tính thành tích: là khoảng thời gian từ khi có tín hiệu bắt đầu cho tới khi người thực hiện hoàn thành cự ly chạy.

Test 3. Bật xa tại chỗ (cm)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh của nhóm cơ chi dưới.

Chuẩn bị: Thảm cao su giảm chấn, kích thước 01 x 03 m (nếu không có thảm có thể thực hiện trên nền đất, cát mềm). Đặt một thước dây đo dài vuông góc với vạch đích, tránh xô dịch trong quá trình kiểm tra. Giấy bút ghi chép.

Cách thực hiện: Người được kiểm tra đứng hai chân mở rộng tự nhiên, ngón chân đặt sát mép vạch giới hạn; khi bật nhảy và khi tiếp đất, hai chân tiến hành cùng lúc. Thực hiện hai lần nhảy.

Yêu cầu: Thực hiện với thành tích tốt nhất, không phạm quy.

Cách tính thành tích: Kết quả đo được tính bằng độ dài từ vạch xuất phát đến vệt cuối cùng của gót bàn chân (vạch dấu chân trên thảm). Lấy kết quả lần cao nhất. Đơn vị tính là centimet.

Test 4. Co tay xà đơn (lần)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh bền.

Chuẩn bị: Xà đơn, giấy bút ghi chép.

Cách thực hiện: Người thực hiện treo người trên xà, yêu cầu 2 tay duỗi thẳng khớp khuỷu (tư thế chuẩn bị). Khi có tín hiệu bắt đầu, người thực hiện dùng nhiều cơ bắp tay và cơ cẳng tay kết hợp với cơ bụng để kéo cằm vượt qua xà, sau đó đưa trọng tâm cơ thể về tư thế chuẩn bị, hoàn thành 01 lượt co tay xà đơn. Thực hiện liên tục cho tới tối đa sức, thực hiện 01 lần.

Yêu cầu: Trong suốt quá trình co tay xà đơn được tính khi lên cằm vượt qua xà và khi xuống tay duỗi thẳng khớp khuỷu.

Cách tính thành tích: Là tổng số lần thực hiện đúng yêu cầu.

- Các test kiểm tra theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ban hành ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đánh giá xếp loại thể lực chung sinh viên bao gồm các nội dung như sau:

Lực bóp tay thuận (kg)

+ Mục đích: Đánh giá sức mạnh tay thuận

+ Dụng cụ: Lực kế

+ Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra đứng hai chân bằng vai, tay thuận cầm lực kế hướng vào lòng bàn tay. Không được bóp giật cục và có các động tác trợ giúp khác. Thực hiện hai lần, nghỉ 15 giây giữa hai lần thực hiện. Lấy kết quả lần cao nhất, chính xác đến 0,1kg

Bật xa tại chỗ (cm)

+ Mục đích: Đánh giá sức mạnh bộc phát

+ Dụng cụ sân bãi gồm: Thước, thảm cao su giảm chấn, kích thước 4m x 2m. Trên thảm đặt thước đo để tính độ dài bật xa. Thước đo là một thước dây

Trung Quốc, kẻ vạch xuất phát và mốc 0 của thước chạm vạch xuất phát.

+ Yêu cầu kỹ thuật động tác: Sinh viên kiểm tra đứng sau vạch quy định, dùng sức mạnh của toàn thân chủ yếu là sức mạnh của chân đạp mạnh xuống đất phối hợp với đánh lăng tay để đưa thân người bật lên trên không. Khi rơi xuống phải khụy gối, dùng lực chân hoãn xung lực tác động và phối hợp với 2 tay để giữ thẳng bằng. Bật hai lần với sự cố gắng lớn nhất và lấy thành tích xa nhất.

Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)

- + Mục đích: Đánh giá sức mạnh bên nhóm cơ bụng, cơ thân.
- + Yêu cầu dụng cụ: Đệm cao su hoặc ghế băng, chiếu cời, trên cỏ bằng phẳng, sạch sẽ.
- + Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra ngồi chân co 90^0 ở đầu gối, hai bàn chân áp sát sàn. Một người khác hỗ trợ bằng cách hai tay giữ phần dưới cẳng chân, nhằm không cho bàn chân người được kiểm tra tách ra khỏi sàn. Mỗi lần ngã người, co bụng được tính một lần. Tính số lần đạt được trong 30 giây.

Chạy tùy sức 5 phút (m).

- + Mục đích: Đánh giá sức bền chung
- + Yêu cầu sân bãi và dụng cụ: Đường chạy dài ít nhất 52m, rộng ít nhất 2m, hai đầu kẻ hai đường giới hạn, phía ngoài hai đầu giới hạn có khoảng trống ít nhất 1m để chạy quay vòng. Giữa hai đầu đường chạy (tim đường) đặt vật chuẩn để quay vòng. Trên đoạn 50m đánh dấu từng đoạn 5m để xác định phần lẻ quãng đường ($\pm 5m$) sau khi hết thời gian chạy. Thiết bị đo gồm có đồng hồ bấm dây, số đeo và tích - kê ghi số ứng với mỗi số đeo.
- + Yêu cầu kỹ thuật động tác: Học viên kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao (tay cầm một tích-kê tương ứng với số đeo ở ngực). Khi chạy hết đoạn đường 50m, vòng (bên trái) qua vật chuẩn và chạy lặp lại trong thời gian 5 phút. Khi hết giờ, Học viên kiểm tra lập tức thả tích - kê của mình xuống ngay nơi chân tiếp đất.

2.2.6. Phương pháp thực nghiệm sư phạm

Nghiên cứu thực nghiệm được thực hiện bởi việc quan sát, các sự vật, hiện tượng diễn ra trong những điều kiện có gây biến đổi đối tượng nghiên cứu một cách chủ định. Phương pháp thực nghiệm là phương pháp được áp dụng trong các lĩnh vực khoa học.

Sau khi xây dựng được chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho SV, nghiên cứu tiến hành thực nghiệm sư phạm để kiểm chứng hiệu quả chương trình các môn thể thao ngoại khóa đã xây dựng. Chương trình thực nghiệm được tổ chức từ tháng 9/2022-8/2023 (năm học 2022-2023), gồm hai nhóm đối tượng:

Nhóm đối chứng: SV khóa D29 (SV năm hai) – nhóm học bình thường theo chương trình cũ tại Trường. Nhóm thực nghiệm: SV khóa D30 (SV năm nhất) – nhóm học theo chương trình ngoại khóa mới được xây dựng.

Tổng thời lượng chương trình ngoại khóa cho nhóm thực nghiệm là 12 học trình (4 đơn vị học trình/môn), thời gian tổng cộng cho hoạt động ngoại khóa của đối tượng thực nghiệm là 360 tiết. Hoạt động ngoại khóa được triển khai tập luyện 3 buổi/tuần, mỗi buổi 3 tiết, được sắp xếp vào khoảng thời gian chiều tối. Thời gian học 3 buổi/1 tuần (mỗi buổi 3 tiết học), mỗi tiết là 50 phút, điều kiện tập luyện của các nhóm là như nhau.

2.2.7. Phương pháp toán học thống kê [42], [56]

Phương pháp này được sử dụng trong việc phân tích và xử lý số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của đề tài với sự trợ giúp của phần mềm SPSS phiên bản 22.0, Microsoft Excel 2019 để tính toán các tham số đặc trưng phục vụ cho việc giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu của đề tài.

2.3. Tổ chức nghiên cứu

Thời gian nghiên cứu: Luận án tiến hành từ tháng 8/2018 , được chia thành 5 giai đoạn như sau:

Giai đoạn 1: Từ tháng 8/2018 đến tháng 11/2018

+ Xây dựng đề cương

- + Bảo vệ đề cương

Giai đoạn 2: Từ tháng 12/2018 - 7/2019

- + Xây dựng hệ thống lý luận phục vụ cho nghiên cứu
- + Tìm hiểu và tham khảo tài liệu có liên quan
- + Xây dựng hệ thống câu hỏi phỏng vấn

Giai đoạn 3: Từ tháng 08/2019 - 2/2022

+ Khảo sát thực trạng các chương trình giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

- + Tổ chức phỏng vấn chuyên gia và các đối tượng nghiên cứu
- + Hoàn chỉnh phần thực trạng giáo dục thể chất tại trường Đại học An ninh nhân dân

Giai đoạn 4: Từ tháng 3/2022 - 1/2024

+ Dự thảo chương trình Giáo dục thể chất ngoại khóa môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật

- + Đề xuất thành lập Ban biên soạn chương trình
- + Tổ chức thực nghiệm chương trình
- + Hoàn thiện các chương trình GDTC ngoại khóa tại Trường Đại học An ninh nhân dân.

Giai đoạn 5: Từ tháng 2/2024 - 10/2024

- + Hoàn chỉnh luận án
- + Bảo vệ kết quả nghiên cứu trước Hội đồng cơ sở
- + Chỉnh sửa các góp ý hoàn thiện luận án
- + Bảo vệ kết quả nghiên cứu trước Hội đồng cấp trường

Địa điểm nghiên cứu

Luận án được tiến hành nghiên cứu tại Trường Đại học An ninh nhân dân và Trường ĐH TDTT TP. HCM.

CHƯƠNG 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân

3.1.1. Xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học An ninh nhân dân

Để xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học An ninh nhân dân, Luận án tiến hành theo các bước sau đây:

Bước 1: Hệ thống hóa các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC.

Bước 2: Phỏng vấn chuyên gia nhằm xác định cụ thể các tiêu chí đánh giá.

Bước 3: Kiểm định hệ số tương quan (Pearson Correlation) giữa hai lần phỏng vấn.

Kết quả thực hiện các bước cụ thể như sau:

3.1.1.1. Hệ thống hóa các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất

Trong lĩnh vực GDTC, đã có nhiều nghiên cứu về đánh giá, nâng cao chất lượng GDTC. Thông qua hệ thống lý luận mà nghiên cứu đã đề cập tại chương 1, đặc biệt là phần các công trình nghiên cứu có liên quan; Luận án đã tiến hành tham khảo, phân tích và tổng hợp các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC tại các trường ĐH đã được sử dụng gồm:

Bảng 3.1. Bảng tổng hợp nguồn các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC ở các cơ sở giáo dục và đào tạo

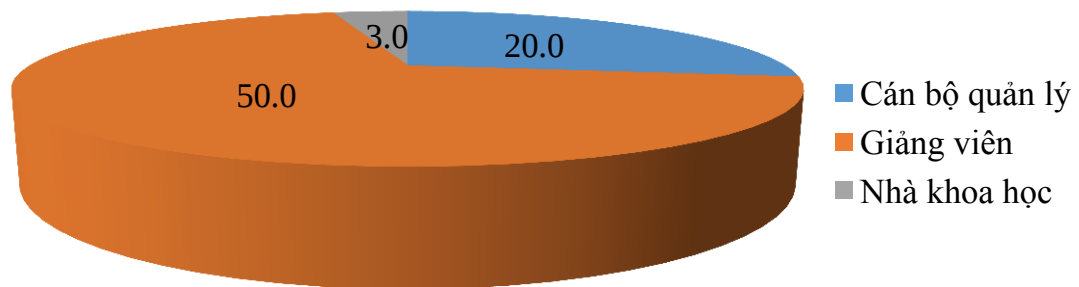
TT	Tiêu chí đánh giá	Nguồn
1	Chính sách của Nhà Trường	(Hồng Minh, 2023)
2	Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC	(Nguyễn Hoàng Duy & ctg, 2022)
3	Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC	(Nguyễn Hoàng Duy & ctg, 2022)
4	Kinh phí dành cho công tác GDTC	(Nguyễn Hoàng Duy & ctg, 2022; Nguyễn Thị Xuân Huyền & ctg, 2016)
5	Chương trình giảng dạy GDTC	(Nguyễn Thị Xuân Huyền & ctg, 2016)
6	Chất lượng hoạt động TDTT ngoại khóa	(ThS. Văng Công Danh, 2023)
7	Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên	(Hồng Minh, 2023)

8	Sự hứng thú tập luyện TDTT	(Hong Minh, 2023)
9	Thể lực của sinh viên	(Nguyễn Hoàng Duy & ctg, 2022; Nguyễn Thị Xuân Huyền & ctg, 2016; Toàn, 2023)
10	Chất lượng quản trị công tác GDTC của đơn vị	(Nguyễn Hoàng Duy & ctg, 2022)

Kết quả luận án tổng hợp được 10 tiêu chí thường được sử dụng trong các nghiên cứu về việc đánh giá hoạt động GDTC.

3.1.1.2. Phỏng vấn chuyên gia nhằm xác định cụ thể các tiêu chí đánh giá

Để xác định xác định cụ thể các tiêu chí đánh giá hoạt động GDTC, luận án xây dựng phiếu phỏng vấn để phỏng vấn 10 chuyên gia bao gồm: Cán bộ quản lý, Giảng viên trực tiếp giảng dạy, nhà khoa học có kinh nghiệm, nghiên cứu trong lĩnh vực GDTC, với mục đích lựa chọn hệ thống các tiêu chí đánh giá hoạt động GDTC cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân.



Biểu đồ 3.1: Thành phần chuyên gia tham gia phỏng vấn

Phiếu phỏng vấn được thiết kế hai phần, phần 1 là các test mà nghiên cứu đã tổng hợp được, các chuyên gia sẽ đánh giá qua thang điểm từ 1 đến 5 với các mức cụ thể: (1) Hoàn toàn không đồng ý (2) Không đồng ý (3) Bình thường (4) Đồng ý và (5) Hoàn toàn đồng ý. Ở phần 2 là dạng câu hỏi mở dành cho ý kiến bổ sung đóng góp và chỉnh sửa đối với hệ thống test mà nghiên cứu đã liệt kê tại phần 1 của phiếu.

Quá trình phỏng vấn được tiến hành 2 lần, mỗi lần cách nhau 2 tuần để đảm bảo độ tin cậy hơn của đối tượng được phỏng vấn. Các tiêu chí được lựa

chọn là những tiêu chí nhận được $> 80\%$ ý kiến tán thành từ các chuyên gia. Tổng số phiếu phát ra của cả hai lần là 10 phiếu, thu về 10 phiếu, đạt 100%.

Từ kết quả tổng hợp ở bảng 3.2 cho thấy trong 10 tiêu chí mà nghiên cứu tổng hợp, đều nhận được sự quan tâm của các chuyên gia.

Tiêu chí “Chính sách của Nhà Trường” được 30% chuyên gia đánh giá là hoàn toàn đồng ý. Tuy nhiên có đến 50% chuyên gia đánh giá ở mức bình thường. Tỉ lệ đạt 76.0%, không đạt yêu cầu lựa chọn. Tiêu chí “Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC” được 100% chuyên gia đánh giá ở mức đồng ý đến hoàn toàn đồng ý, đạt yêu cầu sử dụng. Tiêu chí “Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC” được 100% chuyên gia đánh giá ở mức đồng ý đến hoàn toàn đồng ý, đạt yêu cầu sử dụng.

Tiêu chí “Chương trình giảng dạy GDTC” được 90% chuyên gia đánh giá ở mức đồng ý đến hoàn toàn đồng ý, đạt yêu cầu sử dụng. Tiêu chí “Sự hứng thú tập luyện TDTT” được 60% chuyên gia đánh giá là hoàn toàn đồng ý. Tuy nhiên có đến 40% chuyên gia đánh giá ở mức bình thường. Tỉ lệ đạt 86.0%, không đạt yêu cầu lựa chọn. Tiêu chí “Thể lực của sinh viên” được 100% chuyên gia đánh giá ở mức đồng ý đến hoàn toàn đồng ý, đạt yêu cầu sử dụng.

Tiêu chí “Chất lượng quản trị công tác GDTC của đơn vị” được 10% chuyên gia đánh giá là hoàn toàn đồng ý, tỉ lệ đạt 64.0%, không đạt yêu cầu lựa chọn. Tiêu chí “Kinh phí dành cho công tác GDTC” được 20% chuyên gia đánh giá là hoàn toàn đồng ý, tỉ lệ đạt 76%, không đạt yêu cầu lựa chọn.

Trong đó có 2 tiêu chí là “Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên” và “Chất lượng hoạt động TDTT ngoại khóa” được 90% chuyên gia đánh giá ở mức đồng ý đến hoàn toàn đồng ý, đạt yêu cầu sử dụng. Tuy nhiên, đối với cả hai tiêu chí này thì nghiên cứu đều nhận được phản hồi tại phần 2 của Phiếu phỏng vấn với ý kiến nên tách thành một phần riêng biệt để làm nổi bật hơn kết quả nghiên cứu. Tác giả thấy rằng, điều này hoàn toàn phù hợp vì nghiên cứu đã tách riêng mục tiêu 2 để tập trung phân tích sâu vào hoạt động ngoại khóa.

**Bảng 3.2: Kết quả phỏng vấn lựa chọn các chỉ tiêu đánh giá
thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học An ninh nhân dân**

TT	Tiêu chí	Lần 1					Tổng điểm	%	Lần 2					Tổng điểm	%	TB %	Hệ số tương quan giữa 2 lần phỏng vấn	Ghi chú
		5	4	3	2	1			5	4	3	2	1					
1	Chính sách của Nhà Trường	3	2	5	0	0	38	76.0	3	2	5	0	0	38	76.0	76.0	0.623	KĐ
2	Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC	6	4	0	0	0	46	92.0	6	4	0	0	0	46	92.0	92.0	0.721	
3	Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC	7	3	0	0	0	47	94.0	7	3	0	0	0	47	94.0	94.0	0.652	
4	Kinh phí dành cho công tác GDTC	2	4	4	0	0	38	76.0	2	4	4	0	0	38	76.0	76.0	0.578	KĐ
5	Chương trình giảng dạy GDTC	5	4	1	0	0	44	88.0	5	4	1	0	0	44	88.0	88.0	0.710	
6	Chất lượng hoạt động TDTT ngoại khóa	4	5	1	0	0	43	86.0	4	5	1	0	0	43	86.0	86.0	0.651	
7	Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên	4	5	1	0	0	43	86.0	4	5	1	0	0	43	86.0	86.0	0.678	
8	Sự hứng thú tập luyện TDTT	3	3	3	1	0	38	76.0	3	3	3	1	0	38	76.0	76.0	0.521	KĐ
9	Thế lực của sinh viên	10	0	0	0	0	50	100.0	10	0	0	0	0	50	100.0	100.0	0.552	
10	Chất lượng quản trị công tác GDTC của đơn vị	1	2	5	2	0	32	64.0	1	2	5	2	0	32	64.0	64.0	0.508	KĐ

❖ Kiểm định hệ số tương quan (Pearson Correlation) giữa hai lần phỏng vấn.

Từ kết quả phỏng vấn ý kiến chuyên gia cho thấy 6/10 tiêu chí đã đảm bảo các yêu cầu về lựa chọn gồm: Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC, Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC, Chương trình giảng dạy GDTC, Chất lượng hoạt động TDDT ngoại khóa, Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên và Thể lực của sinh viên. Các tiêu chí này tiếp tục với bước kiểm định hệ số tương quan nhằm kiểm tra đảm bảo tính ổn định giữa hai lần phỏng vấn, nghiên cứu tiếp tục bước phân tích tương quan.

Kết quả phân tích tại bảng 3.2 cho thấy có mối tương quan giữa hai lần phỏng vấn hệ số tương quan đạt mức tương quan mạnh, hầu hết các chuyên gia không có sự thay đổi về quan điểm sử dụng các tiêu chí đánh giá hoạt động GDTC. Hay nói cách khác rằng giữa hai lần phỏng vấn các chuyên gia có sự đồng nhất cao về ý kiến trả lời.

Như vậy, thông qua các bước, luận án đã xác định được 6 tiêu chí đo lường thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học An ninh nhân dân, đảm bảo độ tin cậy, khách quan, gồm: (1) Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC, (2) Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC, (3) Chương trình giảng dạy GDTC, (4) Thể lực của sinh viên, (5) Chất lượng hoạt động TDDT ngoại khóa và (6) Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên.

3.1.2. Thực trạng về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Giảng dạy GDTC và tổ chức các hoạt động TDDT cho sinh viên Trường là một hoạt động quan trọng cần thiết nhằm hoàn thiện và phát triển thể chất, góp phần nâng cao sức khỏe cho người học. Đây cũng là cơ sở cho sự phát triển năng lực thể chất toàn diện, hoàn thiện hình thái, củng cố sức khỏe và hình thành hệ thống kỹ năng, kỹ xảo phục vụ cho công tác chuyên

môn, hướng đến mục tiêu cường tráng về thể chất, lành mạnh về đạo đức, phong phú về tinh thần.

Với chủ trương ngày càng nâng cao chất lượng đào tạo, đáp ứng được những yêu cầu về nhân lực trong tình hình mới hiện nay, đồng thời tuân thủ theo hướng dẫn của Bộ GD&ĐT; Tại Trường Đại học An ninh nhân dân, giáo dục thể chất là môn học bắt buộc thuộc khối kiến thức giáo dục đại cương trong chương trình khung giáo dục đại học nhóm ngành khoa học An ninh, có quan hệ chặt chẽ với các môn Giáo dục quốc phòng và Võ thuật Công an nhân dân, góp phần giúp sinh viên hoàn thiện và nâng cao một số kỹ năng vận động, rèn luyện thể chất, bản lĩnh để hoàn thành tốt nhiệm vụ công tác được giao; là cơ sở để tiếp thu kiến thức và kỹ năng thực hành các môn học khác trong toàn bộ chương trình đào tạo của khóa học. Xây dựng và hình thành các kỹ năng vận động cơ bản cho người học. Giáo dục, bảo vệ và tăng cường sức khỏe, phát triển hài hòa về thể chất, góp phần hình thành và bồi dưỡng nhân cách, đáp ứng yêu cầu giáo dục toàn diện cho người học.

Chương trình GDTC gồm hai phần Nội khóa (là học phần bắt buộc sinh viên phải học đầy đủ) và ngoại khóa. Chương trình nội khóa gồm 1 học phần, tương đương 3 tín chỉ, phân bổ thời gian trong 86 tiết, gồm:

- + Lý thuyết: 5 tiết
- + Xenima, thảo luận, thực hành: 67 tiết
- + Bài tập, kiểm tra, giải đáp: 10 tiết
- + Hạ khoa mục: 4 tiết
- + Chương trình học: Gồm 3 nội dung chính: Chạy, nhảy xa (kiểu ngồi) và bơi.

Chương trình giáo dục thể chất nội khóa được xây dựng trên nền tảng 3 mục tiêu cốt lõi, gồm:

- Mục tiêu về kiến thức: Trang bị cho sinh viên những kiến thức cơ bản về các môn vận động như chạy cự ly ngắn, chạy vũ trang, nhảy xa, bơi ứng

dụng. Từ đó phát triển các kiến thức và phương pháp tập luyện để tự rèn luyện cho mình có sức khỏe tốt trong học tập và công tác.

- Mục tiêu về kỹ năng: Nắm vững lý thuyết và thực hành đúng, đủ, chính xác các thao tác kỹ thuật cơ bản, có khả năng về cự ly ngắn, chạy vũ trang, bơi ứng dụng, nhảy tốt... hướng đến đạt thành tích theo quy định của Bộ Công an.

- Mục tiêu về năng lực tự chủ và trách nhiệm: Rèn luyện cho sinh viên ý thức kỷ luật, tinh thần kiên quyết và tích cực khẩn trương, tác phong nhanh nhẹn, linh hoạt trong công tác và chiến đấu.

Tuy nhiên hiện nay thời lượng chính khóa dành cho các hoạt động giáo dục thể chất đã giảm so với trước đây nên trong quá trình học tập tại Trường, các sinh viên không có điều kiện tham gia các hoạt động thể chất. Một số biện pháp hỗ trợ, hướng dẫn và khuyến khích sinh viên tham gia vào các câu lạc bộ thể thao như bóng đá, bóng bàn, bơi lội, võ thuật đã được triển khai và đạt được những kết quả tích cực. Tuy nhiên việc tổ chức các câu lạc bộ lại mang tính tự phát do chưa có chương trình đào tạo cụ thể.

3.1.3. Thực trạng về lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Số lượng đội ngũ giảng viên của Khoa Quân sự - Võ thuật – TĐTT luôn duy trì lượng giảng viên cơ hữu là 11 giảng viên. Căn cứ trên số lượng sinh viên thì đối với nội dung chính khóa, tỉ lệ là 1 giảng viên / khoảng 123 sinh viên, đảm bảo đủ yêu cầu theo quy định.

Bảng 3.3: Thực trạng về lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Họ và tên	Học vị	Cấp bậc	Chức vụ
1	Bùi Trần Khánh	Thạc sĩ	Thượng tá	Trưởng Khoa
2	Phạm Chính Trực	Thạc sĩ	Thiếu tá	Phó Trưởng khoa
3	Phạm Đức Toại	Thạc sĩ	Thiếu tá	Phó Trưởng khoa

4	Phan Văn Khởi	Thạc sĩ	Thiếu tá	Phó Trưởng khoa
5	Trần Kiên	Thạc sĩ	Thiếu tá	Giảng viên
6	Mạc Văn Tân	Thạc sĩ	Đại úy	Giảng viên
7	Hồ Hoàng Vũ	Thạc sĩ	Đại úy	Giảng viên
8	Phạm Thanh Trí	Thạc sĩ	Đại úy	Giảng viên
9	Phạm Văn Thành	Thạc sĩ	Đại úy	Giảng viên
10	Phạm Huy Quang	Thạc sĩ	Thượng úy	Giảng viên
11	Nguyễn Cảnh Nghĩa	Thạc sĩ	Thượng úy	Giảng viên

Tại Trường Đại học An ninh nhân dân, việc phát triển đội ngũ GV toàn Trường nói chung và Khoa Khoa Quân sự - Võ thuật – TDDT không chỉ đơn thuần đảm bảo yếu tố về số lượng, mà còn cần đảm bảo cả yếu tố chất lượng nhằm đáp ứng mục tiêu dạy và học một cách hiệu quả. Trong xu hướng quốc tế hóa, nhiệm vụ của đội ngũ giảng viên vừa phải giúp người học đáp ứng được khả năng hội nhập, vừa phải giúp họ nâng cao tính ứng dụng trong công việc chuyên môn. Do đó, chất lượng đội ngũ giảng viên ở đây đòi hỏi hết sức khắt khe và nghiêm túc. Cơ cấu đội ngũ giảng viên được thực hiện và xây dựng trên các mặt: cơ cấu độ tuổi, cơ cấu giới tính, cơ cấu học vị, học hàm; cơ cấu cấp bậc, chuyên môn... một cách hợp lý, làm cho đội ngũ này ngày càng cân đối hài hòa, phát huy được vai trò, sức mạnh trong thực hiện bảo đảm tính liên tục, tính kế thừa và vững chắc.

Với đặc thù đào tạo đặc biệt của Trường, chất lượng đội ngũ giảng viên cũng đòi hỏi hết sức khắt khe và nghiêm túc. Những tiêu chuẩn cốt lõi đối với đội ngũ giảng viên của Khoa như:

- Phẩm chất chính trị: Đội ngũ giảng viên cần chấp hành đầy đủ chủ trương của Đảng, chính sách pháp luật của Nhà nước; tuân thủ các quy trình, quy định về chuyên môn, nghiệp vụ và quy tắc ứng xử. Không ngừng học tập, rèn luyện, nâng cao đạo đức chính trị, lối sống lành mạnh.

- Đạo đức nghề nghiệp: Tâm huyết với nghề, có ý thức giữ gìn danh dự của nhà giáo, có lòng nhân ái, bao dung, độ lượng, ứng xử với sinh viên, đồng nghiệp hòa nhã, hòa đồng, có tinh thần bảo vệ lẽ phải, công bằng trước lợi ích của sinh viên, của đồng nghiệp và cộng đồng.

- Năng lực chuyên môn vững vàng: Không ngừng học hỏi, cập nhật thêm kiến thức và thông tin mới trong và ngoài nước để luôn hoàn thiện thêm kiến thức, nâng cao chuyên môn nghiệp vụ. Xu hướng đào tạo, bồi dưỡng kiến thức cho người học tại các cơ sở giáo dục đại học hiện nay là đào tạo, bồi dưỡng các kiến thức chuyên môn hiệu quả kết hợp với tư duy liên ngành, đa ngành, đa lĩnh vực. Chính vì vậy, giảng viên ngoài có kiến thức chuyên môn bản thân đảm nhiệm giảng dạy, còn phải không ngừng trau dồi học các kiến thức liên môn. Bên cạnh đó, việc xây dựng đội ngũ có nghiệp vụ, phương pháp sư phạm, có khả năng giảng dạy tích cực cũng là một trong những nội dung quan trọng trong việc phát triển chất lượng đội ngũ giảng viên.

Định hướng phát triển đội ngũ giảng viên cũng được thực hiện đảm bảo dựa trên tinh thần lấy việc phát triển cá nhân người giảng viên làm trọng tâm, tạo ra sự chuyển biến tích cực của các giảng viên trên cơ sở nhu cầu mà họ đặt ra, nhằm khuyến khích tài năng, mở rộng hiểu biết, nâng cao trình độ và như vậy là thúc đẩy sự phát triển nghề nghiệp, chuyên môn nghiệp vụ. Định hướng này làm cho đội ngũ giảng viên nhìn thấy có nhu cầu của chính mình trong đó, tạo cho họ sự hứng thú, say mê và yên tâm với nghề nghiệp. Tuy nhiên, với xu thế ngày càng phát triển của Nhà trường và thực tế từ chương trình học (bao gồm cả Võ thuật, Quân sự) thì lực lượng giảng viên của Khoa còn mỏng, do vậy, việc nâng cao chất lượng GDTC tại trường còn gặp nhiều khó khăn, đặc biệt là trong tình hình đề xuất triển khai thêm chương trình ngoại khóa thể thao.

3.1.4. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC cũng ảnh hưởng lớn đến chất lượng dạy học GDTC, cơ sở vật chất đầy đủ và có chất lượng cũng là điều kiện thiết yếu để nâng cao chất lượng học tập GDTC của sinh viên. Tại Trường Đại học An ninh nhân dân, cơ sở vật chất được hiểu là tất cả các phương tiện được sử dụng cho mục đích giảng dạy, học tập và các hoạt động khác liên quan đến bồi dưỡng, đào tạo tại trường nhằm giúp giảng viên nâng cao chất lượng giảng dạy và nâng cao khả năng tiếp thu, lĩnh hội, trải nghiệm kiến thức, đồng thời rèn luyện và hoàn thiện các kỹ năng cần thiết trong quá trình học tập tại trường. Theo quan điểm của Trường, được học tập trong một môi trường có cơ sở vật chất hiện đại sẽ giúp cho các bạn sinh viên có được trải nghiệm tốt nhất trong quá trình tiếp thu kiến thức và phát triển bản thân. Cơ sở vật chất bao gồm từ việc xây dựng trường lớp, không gian trường học được tính toán kỹ lưỡng đến các trang thiết bị hiện đại phục vụ trong quá trình học tập và giảng dạy. Đây cũng chính là đặc trưng quan trọng của một ngôi trường hiện đại. Cơ sở vật chất kỹ thuật trước tiên phải tạo ra không gian học tập và sinh hoạt thoải mái. Đặc biệt đối với hoạt động đặc thù của các môn Quốc phòng, TDTT – một quá trình học tập rèn luyện thông qua thực hành.

Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động thể chất tại Trường được đánh giá trực quan thông qua phương pháp quan sát sơ phạm và tổng hợp dữ liệu báo cáo về cơ sở vật chất chung của Nhà Trường, tính đến thời điểm khảo sát. Kết quả tổng hợp được các hạng mục dành cho hoạt động thể thao nói chung gồm: 1 Nhà thi đấu đa năng với 746 ghế khán đài, 9 sân cầu lông, 1 sân bóng chuyền, 2 bàn bóng bàn, 1 phòng bắn điện tử trang bị hệ thống âm thanh, ánh sáng, thiết bị phòng cháy chữa cháy, 3 sân bóng đá mini diện tích 2.500 m, 2 sân Tennis diện tích 1.296 m², 24 bàn bida diện tích 1.500 m², 1 nhà tập gym đa năng.

Bảng 3.4: Cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Loại cơ sở vật chất	Số lượng	Tổng diện tích (m ²)	Mục đích		Tình trạng
				Nội khóa	Ngoại khóa	
1	Nhà thi đấu đa năng	1 nhà	3.200	x	x	Tốt
2	Sân cầu lông	9 sân	750	x	x	Tốt
3	Sân bóng chuyền	3 sân	300	x	x	Tốt
4	Bàn bóng bàn	11 bàn	750	x	x	Tốt
5	Phòng bắn điện tử	1 phòng	200	x	x	Tốt
6	Bàn bida	24 bàn	1.500	x	x	Tốt
7	Sân bóng đá mini	3 sân	2.500	x	x	Tốt
8	Nhà tập gym đa năng	1 nhà	1.500	x	x	Tốt
9	Sân Tennis điện tích	2 sân	1.296	x	x	Tốt
10	Hồ bơi	2 hồ	750	x	x	Tốt
11	Đường chạy cự ly trung bình	1 đường	13000	x	x	Tốt
12	Hồ nhảy xa	1 hồ	40	x	x	Tốt
13	Xà đơn	6 bộ	180	x	x	Tốt

Có thể thấy rằng cơ sở vật chất phục vụ cho việc giảng dạy và học tập luôn được Ban giám hiệu Trường quan tâm đầu tư và nâng cấp. Hàng năm đều chủ trương bảo trì, sửa chữa, đảm bảo an toàn cho việc tập luyện của sinh viên. Đây là một điều kiện thuận lợi để Bộ môn có thể đẩy mạnh hơn nữa việc phát triển phong trào hoạt động ngoại khóa thể thao – một sân chơi lành mạnh, hữu ích cho sinh viên.

3.1.5. Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân

Căn cứ Quyết định số 2198/QĐ-TTg ngày 03/12/2010 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt Chiến lược phát triển Thể dục, Thể thao Việt Nam đến năm 2020; Nhằm tăng cường thể lực cho cán bộ, chiến sĩ đáp ứng yêu cầu, nhiệm vụ bảo vệ An ninh quốc gia, giữ gìn trật tự an toàn xã hội, Bộ trưởng Bộ Công an ban hành Thông tư quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân. Tại Trường Đại học An ninh nhân dân, việc kiểm tra rèn luyện thể lực theo tiêu chuẩn được tổ chức định kỳ mỗi năm một lần, có thể chia làm nhiều đợt để tất cả cán bộ, chiến sĩ được tham gia kiểm tra. Thời gian kiểm tra do Trường đơn vị cân nhắc bố trí sao cho phù hợp với kế hoạch chung của Nhà Trường và đảm bảo cơ sở vật chất phục vụ quá trình đánh giá. Cụ thể đường chạy, hố nhảy, xà đơn... phải bảo đảm đủ cự ly, kích thước, quy cách. Trong trường hợp đơn vị không có đủ điều kiện về cơ sở vật chất, có thể thuê, mượn của ngành Thể dục, thể thao hoặc các cơ quan hữu quan để tổ chức kiểm tra. Vì là hoạt động thường niên cho nên tiêu chí quan trọng của công tác tổ chức kiểm tra phải bảo đảm tuyệt đối an toàn và tiết kiệm.

Việc đánh giá được tiến hành vào cùng một thời điểm với đối tượng sinh viên toàn trường. Do đặc thù của Trường, số lượng sinh viên các năm học có sự đồng đều. Tại thời điểm đánh giá vì một số lý do dẫn đến một số ít sinh viên không thể tham dự, tuy nhiên số lượng này không đáng kể. Tổng số lượng sinh viên tham gia đánh giá thể chất là 808/900 đạt tỉ lệ 89,7%. Việc đánh giá được tổ chức đảm bảo theo quy trình mà Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định, kết quả được lưu trữ tại Bộ môn, phục vụ cho công tác đào tạo và nâng cao chất lượng giảng dạy.

Theo như Thông tư quy định, đối tượng nam sẽ thực hiện 4 test đánh giá gồm: Chạy 100 mét; chạy 1500 mét; tại chỗ bật xa; nằm sấp chống đẩy hoặc co tay xà đơn (chọn 1 trong 2 nội dung để kiểm tra). Tiêu chuẩn cụ thể đối với nhóm tuổi 18-27 ở mỗi nội dung như sau:

- + Chạy 100m (giây): $\leq 16''$
- + Chạy 1500m (phút, giây): $\leq 7', 30''$
- + Bật xa (mét): $\geq 2,20$ m
- + Co tay xà đơn (lần): ≥ 12
- + Chống đẩy (lần): ≥ 30

Đối chiếu theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an, cho thấy xét trên tổng sinh viên của Trường, tất cả các test đều đạt yêu cầu theo Thông tư. Tuy nhiên, đối chiếu theo từng năm, sinh viên năm nhất có 1 chỉ tiêu chưa đồng đều và chưa đạt yêu cầu là Bật xa tại chỗ. Các kết quả cụ thể như sau:

- **Sinh viên năm nhất:** 3/4 test đạt yêu cầu theo Thông tư trên, cụ thể test Chạy 100m (TB = 14.6 ± 0.6 s), Chạy 1500m (TB = 6.8 ± 0.2 phút), Co tay xà đơn (TB = 13.8 ± 1.2 lần). Riêng test Bật xa tại chỗ (TB = 2.09 ± 2.18 m) chưa đạt yêu cầu và có hệ số biến thiên $C_v > 10\%$ chứng tỏ thành tích test của đối tượng sinh viên năm nhất chưa đồng đều, có độ phân tán rộng.

- **Sinh viên năm hai:** 4/4 test đều đạt yêu cầu theo Thông tư trên, cụ thể test Chạy 100m (TB = 13.8 ± 1.1 s), Chạy 1500m (TB = 6.5 ± 0.2 phút), Co tay xà đơn (TB = 13.4 ± 0.7 lần), Bật xa tại chỗ (TB = 2.43 ± 2.3 m).

- **Sinh viên năm ba:** 4/4 test đều đạt yêu cầu theo Thông tư trên, cụ thể test Chạy 100m (TB = 13.7 ± 1.0 s), Chạy 1500m (TB = 6.5 ± 0.2 phút), Co tay xà đơn (TB = 13.4 ± 0.9 lần), Bật xa tại chỗ (TB = 2.66 ± 1.34 m).

- **Sinh viên năm tư:** 4/4 test đều đạt yêu cầu theo Thông tư trên, cụ thể Chạy 100m (TB = 13.1 ± 0.4 s), Chạy 1500m (TB = 6.2 ± 0.2 phút), Co tay xà đơn (TB = 13.8 ± 1.2 lần), Bật xa tại chỗ (TB = 2.59 ± 1.83 m).

Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng sau:

Bảng 3.5: Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân

NĂM	GIÁ TRỊ	Chạy 100m (=<16s)	Chạy 1500m (=<7 phút 30)	Co tay xà đơn (>=12 lần)	Bật xa tại chỗ (≥ 2.20 m)
Năm 1 (n=202)	Mean	14.6	6.8	13.8	2.09
	S.D	0.6	0.2	1.2	2.18
	Cv%	3.9	2.4	8.7	10.4
Năm 2 (n=204)	Mean	13.8	6.5	13.4	2.43
	S.D	1.1	0.2	0.7	2.3
	Cv%	8.1	2.7	5.2	9.4
Năm 3 (n=202)	Mean	13.7	6.5	13.4	2.66
	S.D	1.0	0.2	0.9	1.34
	Cv%	7.1	3.0	6.5	5.0
Năm 4 (n=200)	Mean	13.1	6.2	13.8	2.59
	S.D	0.4	0.2	1.2	1.83
	Cv%	3.1	3.1	8.7	7.0
Tổng	Mean	13.8	6.5	13.6	2.45
	S.D	0.8	0.2	1.0	1.91
	Cv%	5.6	2.8	7.3	8.0

Mặc dù là tiêu chuẩn đánh giá thể lực riêng biệt cho đối tượng lực lượng Công an nhân dân, tuy nhiên, Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an có cách phân loại khá chung và nhóm tuổi trải rộng (18-27 tuổi) vì vậy chưa sâu sát được với đối tượng nghiên cứu là sinh viên. Để có cái nhìn chi tiết về thực trạng thể lực của sinh viên, hàng năm Trường đều tổ chức đánh giá thể chất sinh viên dựa trên tiêu chí mà Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định và ban hành (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT) [4]. Đây cũng là một cơ sở đánh giá xếp loại thể lực chính thức và phổ biến cho sinh viên, sinh viên các Trường.

3.1.6. Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo

3.1.6.1. Đánh giá thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

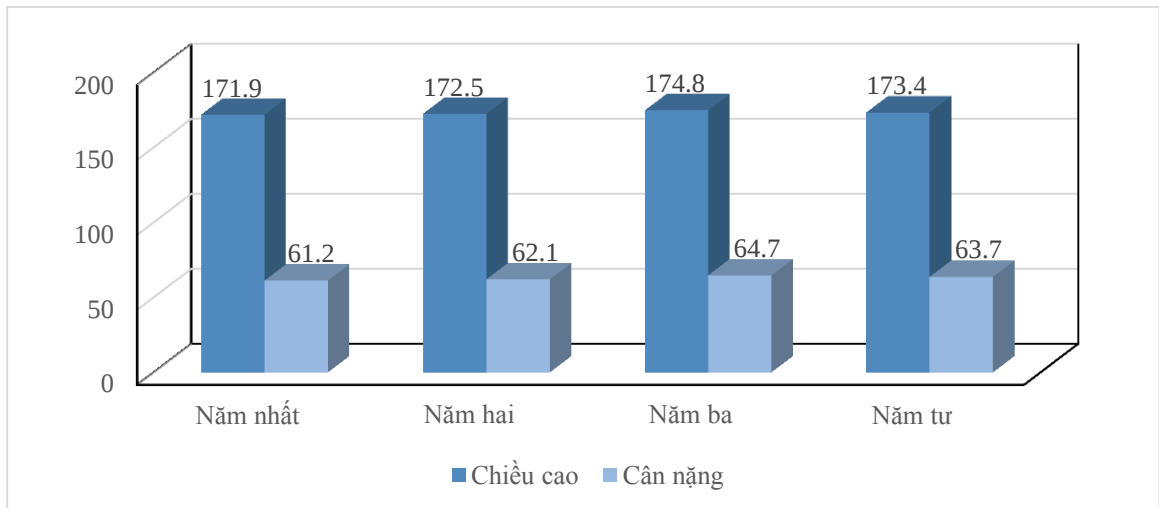
Theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo, bài đánh giá gồm 4/6 test sau: Lực bóp tay thuận (kg), Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần), Chạy con thoi (giây), Chạy 30 mét xuất phát cao (giây), Bật xa tại chỗ (cm) và Chạy 5 phút tùy sức (m). Dựa trên điều kiện thực tế của Trường, Bộ môn đề xuất thực hiện đánh giá dựa trên 4 test: Bật xa tại chỗ (cm) và Chạy 5 phút tùy sức (m), Lực bóp tay thuận (kg) và Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần).

Các chỉ tiêu về hình thái cơ thể là một trong những dữ liệu quan trọng cơ bản để đánh giá thực trạng sức khỏe và mức độ phát triển thể chất của sinh viên. Thông qua các kết quả kiểm tra về hình thái là cơ sở giúp đánh giá được một phần về hiệu quả của công tác GDTC.

Kết quả cũng cho thấy sinh viên có chiều cao và cân nặng tương đương nhau với độ lệch chuẩn không đáng kể. Cụ thể ở chỉ số chiều cao, sinh viên năm 3 có chiều cao trung bình lớn nhất ($TB = 174.8 \pm 4.8$ cm), xếp thứ hai là năm thứ 4 ($TB = 173.4 \pm 4.4$ cm), chiều cao trung bình ở vị trí thứ ba là sinh viên năm 2 ($TB = 172.5 \pm 4.6$ cm) và thấp nhất là sinh viên năm nhất ($TB = 171.9 \pm 4.2$ cm).

Cân nặng trung bình của sinh viên năm 3 vẫn xếp ở vị trí đầu tiên ($TB = 64.7 \pm 5.2$ kg), xếp thứ hai là sinh viên năm tư ($TB = 63.7 \pm 4.4$ kg), tiếp theo là sinh viên năm 2 ($TB = 62.1 \pm 5.5$ kg), xếp ở vị trí cuối cùng là sinh viên năm 4 ($TB = 61.2 \pm 3.7$ kg).

Tiến hành kiểm định t-student cho thấy chiều cao và cân nặng của sinh viên các năm là đồng đều và không có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê ở cả hai ngưỡng xác suất $P < 0.05$.



Biểu đồ 3.2: Kết quả so sánh các chiều cao và cân nặng của SV theo các năm

Chỉ số khối cơ thể BMI (body mass index) hay chỉ số thể trọng của sinh viên giao động từ 20.8 – 21.2, chỉ số này nằm trong ngưỡng khuyến nghị của Tổ chức Y tế Thế giới – WHO (18.5 – 24.9) và tiêu chuẩn IDI & WPRO dành riêng cho người châu Á (18.5 – 22.9).

Như vậy về chỉ số hình thái, sinh viên Đại học An ninh Nhân dân đạt được mức đồng đều và tốt. Tác giả nhận định rằng điều kiện thi đậu vào Trường quy định nam cao từ 165 cm trở lên đã tác động đến kết quả tích cực này.

Kết quả kiểm tra các test đánh giá thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo thu được kết quả như sau:

Lực bóp tay thuận (kg):

Thành tích lực bóp tay thuận (kg) của sinh viên toàn trường là 42.0 ± 5.1 kg, hệ số biến thiên $C_v = 12.4\%$ cho thấy thành tích này chưa đồng đều. Cụ thể sinh viên năm 4 có thành tích tốt nhất (TB = 44.1 ± 5.2 kg), xếp thứ hai là sinh viên năm ba (TB = 42.9 ± 3 kg), xếp thứ 3 là sinh viên năm 2 (TB = 41.2 ± 6.5 kg), thấp nhất là sinh viên năm nhất (TB = 40.0 ± 7 kg). Số liệu tại bảng cũng cho thấy hệ số biến thiên C_v ở test lực bóp tay thuận (kg) của

sinh viên năm nhất và hai đều lớn hơn 10%, chứng tỏ thành tích có sự phân tán rộng, chưa đồng đều.

Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần):

Trong thời gian 30 giây, trung bình sinh viên toàn trường thực hiện được 21.2 ± 2.8 lần gập bụng; hệ số biến thiên $Cv\% = 13.4$ cho thấy thành tích này chưa đồng đều. Trong đó, sinh viên năm 4 dẫn đầu ($TB = 44.1 \pm 5.2$ kg), xếp thứ hai là sinh viên năm ba ($TB = 42.9 \pm 3$ kg), xếp thứ 3 là sinh viên năm 2 ($TB = 41.2 \pm 6.5$ kg), cuối cùng là sinh viên năm nhất ($TB = 40.0 \pm 7$ kg). Như vậy, ở test nằm ngửa gập bụng, sinh viên năm nhất và năm hai có thành tích thấp nhất với hệ số biến thiên $Cv\%$ đều lớn hơn 10%, chứng tỏ thành tích có sự phân tán rộng, chưa đồng đều.

Bật xa tại chỗ (cm):

Thành tích Bật xa tại chỗ (cm) của sinh viên toàn trường là 244.6 ± 19.1 cm, hệ số biến thiên $Cv = 8.0\%$ cho thấy thành tích này có đồng đều. Trong đó, sinh viên năm 4 có thành tích tốt nhất ($TB = 259.4 \pm 18.3$ cm), tiếp theo là sinh viên năm ba ($TB = 266.6 \pm 13.4$ cm), xếp thứ 3 là sinh viên năm 2 ($TB = 243.3 \pm 23.0$ cm), thấp nhất là sinh viên năm nhất ($TB = 209.2 \pm 21.8$ cm). Số liệu cũng cho thấy hệ số biến thiên Cv của sinh viên năm nhất ở test lực bóp tay thuận (kg) lớn hơn 10%, chứng tỏ thành tích có sự phân tán rộng, chưa đồng đều.

Chạy 5 phút tùy sức (m):

Thành tích chạy 5 phút tùy sức của sinh viên toàn trường là 1021.5 ± 89.8 m, $Cv = 9.1\% < 10\%$. Sinh viên năm 4 có thành tích chạy tốt nhất ($TB = 1173.3 \pm 105.9$ m), tiếp đến là sinh viên năm 3 ($TB = 1151.2 \pm 68.6$ m), xếp thứ 3 là sinh viên năm 2 ($TB = 910.4 \pm 47.0$ m). Sinh viên năm nhất có thành tích là 851.1 ± 137.8 m, $Cv = 16.2\% > 10\%$ cho thấy thành tích này có sự phân tán rộng và chưa đồng đều.

Bảng 3.6: Thực trạng về thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo

NĂM	GIÁ TRỊ	Lực bóp tay thuận (kg)	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 5 phút tùy sức (m)
Năm 1 (n=202)	Mean	40.0	20.1	209.2	851.1
	S.D	7.0	3.6	21.8	137.8
	Cv%	17.4	18.1	10.4	16.2
Năm 2 (n=204)	Mean	41.2	20.4	243.3	910.4
	S.D	6.5	3.3	23.0	47.0
	Cv%	15.8	16.3	9.4	5.2
Năm 3 (n=202)	Mean	42.9	21.1	266.6	1151.2
	S.D	3.0	2.2	13.4	68.6
	Cv%	7.0	10.4	5.0	6.0
Năm 4 (n=200)	Mean	44.1	23.1	259.4	1173.3
	S.D	4.1	2.0	18.3	105.9
	Cv%	9.3	8.9	7.0	9.0
Tổng	Mean	42.0	21.2	244.6	1021.5
	S.D	5.1	2.8	19.1	89.8
	Cv%	12.4	13.4	8.0	9.1

3.1.6.2. Đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Theo hướng dẫn của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo thông qua Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 về việc Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên, các mức xếp loại được phân chia cụ thể theo lứa tuổi, căn cứ vào thời điểm kiểm tra đánh giá, luận án chọn tiêu chuẩn thể lực của lứa tuổi 18 cho sinh viên năm nhất, 19 lứa tuổi cho sinh viên năm hai và lứa tuổi 20 cho sinh viên năm 3 và 4. Các tiêu chuẩn được trích và trình bày tại bảng dưới đây:

Bảng 3.7: Tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh, sinh viên Việt Nam (nam) theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo

Tuổi/Năm	Phân loại	Lực bóp tay thuận (kg)	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (giây)	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)
18 (Năm nhất)	Tốt	> 47,2	> 21	> 222	< 4,80	< 11,80	> 1050
	Đạt	≥ 40,7	≥ 16	≥ 205	≤ 5,80	≤ 12,50	≥ 940
19 (Năm hai)	Tốt	> 47,5	> 22	> 225	< 4,70	< 11,75	> 1060
	Đạt	≥ 41,4	≥ 17	≥ 207	≤ 5,70	≤ 12,40	≥ 950
20 (Năm ba trở lên)	Tốt	> 48,7	> 23	> 227	< 4,60	< 11,70	> 1070
	Đạt	≥ 42,0	≥ 18	≥ 209	≤ 5,60	≤ 12,30	≥ 960

Đối chiếu với bảng tiêu chuẩn trên, luận án tiến hành xếp loại thành tích theo từng độ tuổi, sau đó tính toán tổng cộng tỉ lệ thành tích theo 3 mức Tốt, Đạt và Chưa đạt (là những thành tích thấp hơn so với mức Đạt). Lực bóp tay thuận (kg) là test có tổng tỉ lệ sinh viên không đạt yêu cầu cao nhất, chiếm 44.3%, 44.4% sinh viên đạt yêu cầu và có 11.3 sinh viên có mức xếp loại tốt. Chạy 5 phút tùy sức (m) là test có tổng tỉ lệ sinh viên không đạt yêu cầu cao thứ 2 với 40.6%, tuy nhiên cũng có đến 47% sinh viên đạt mức xếp loại tốt và 12.1% sinh viên đạt yêu cầu.

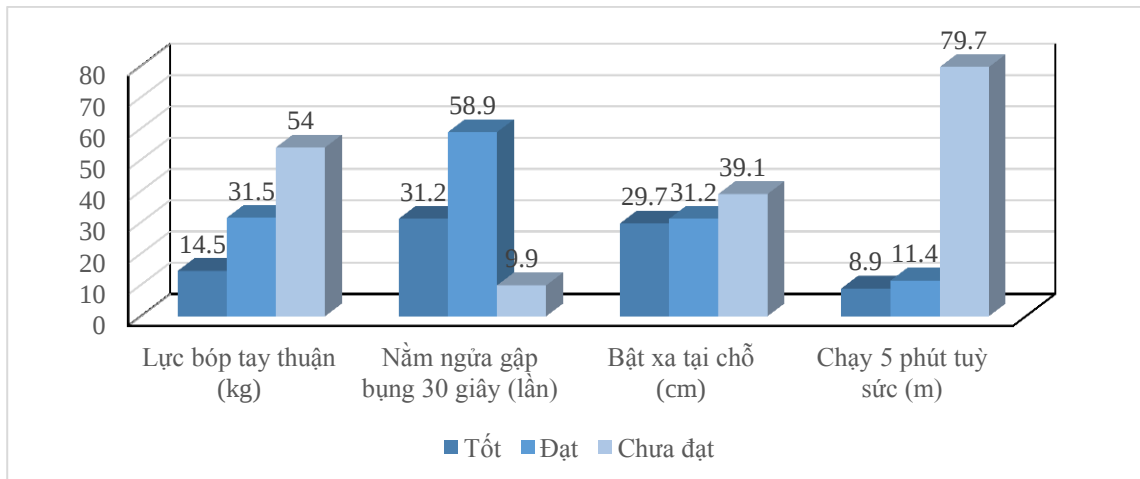
Test có tổng tỉ lệ sinh viên có thành tích tốt nhất là Bật xa tại chỗ (cm) với 75.2% sinh viên đạt loại tốt, 13.9% sinh viên đạt yêu cầu và 10.9% sinh viên chưa đạt. Tiếp theo là test Nằm ngửa gập bụng 30 giây, có 30.1% sinh viên đạt mức tốt, 63.2% sinh viên đạt yêu cầu và chỉ có 6.7% sinh viên chưa đạt yêu cầu.

Bảng 3.8: Thống kê xếp loại thể lực sinh viên Đại học An ninh Nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo

TEST	XẾP LOẠI	NĂM NHẤT		NĂM HAI		NĂM BA		NĂM TƯ		TỔNG	
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
Lực bóp tay thuận (kg)	TỐT	29	14.4	25	12.3	11	5.4	26	13	91	11.3
	ĐẠT	63	31.2	76	37.3	112	55.4	108	54	359	44.4
	CHƯA	110	54.5	103	50.4	79	39.1	66	33	358	44.3
Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	TỐT	63	31.2	67	32.8	31	15.3	82	41	243	30.1
	ĐẠT	119	58.9	113	55.4	161	79.7	118	59	511	63.2
	CHƯA	20	9.9	24	11.8	10	5.0	0	0	54	6.7
Bật xa tại chỗ (cm)	TỐT	60	29.7	157	77.0	201	99.5	190	95	608	75.2
	ĐẠT	63	31.2	38	18.6	1	0.5	10	5	112	13.9
	CHƯA	79	39.1	9	4.4	0	0.0	0	0	88	10.9
Chạy 5 phút tùy sức (m)	TỐT	18	8.9	18	8.8	184	91.1	162	81	382	47.3
	ĐẠT	23	11.4	23	11.3	14	6.9	38	19	98	12.1
	CHƯA	161	79.7	163	79.9	4	2.0	0	0	328	40.6

Năm nhất

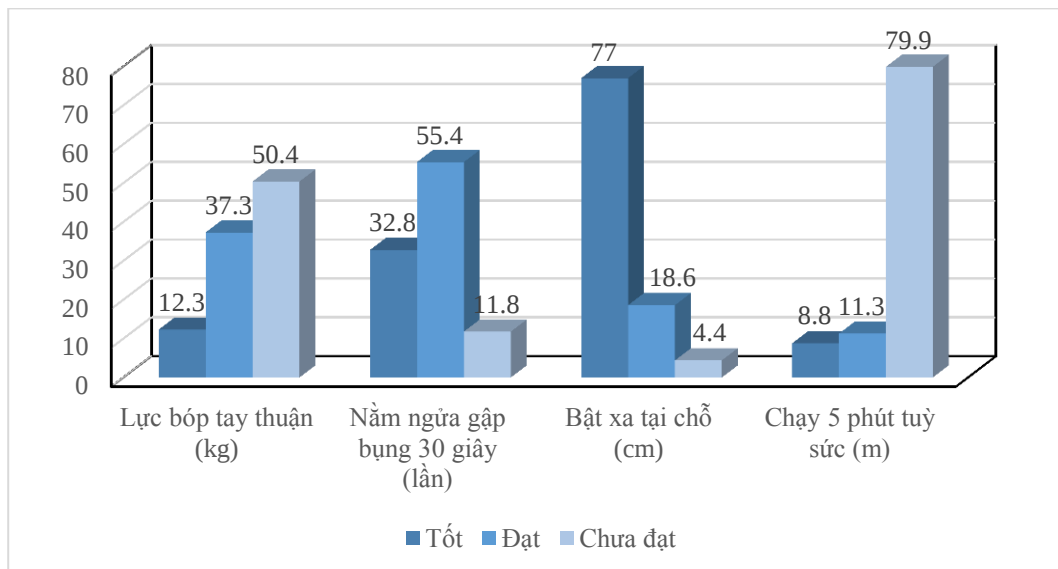
Kết quả xếp loại thể lực sinh viên năm nhất theo tiêu Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy có 21% sinh viên có thể lực ở mức tốt, 33.2% sinh viên có thể lực ở mức đạt và có đến 45.8% sinh viên không đạt yêu cầu. Test có tỉ lệ sinh viên không đạt yêu cầu cao nhất là Chạy tùy sức 5 phút (79.7%). Trung bình thành tích của test này thấp hơn so với tiêu chuẩn là 89.9 m. Nằm ngửa gập bụng là test có tỉ lệ sinh viên đạt mức tốt cao nhất là 31.2%.



Biểu đồ 3.3: Xếp loại thể lực của sinh viên năm nhất

Năm hai

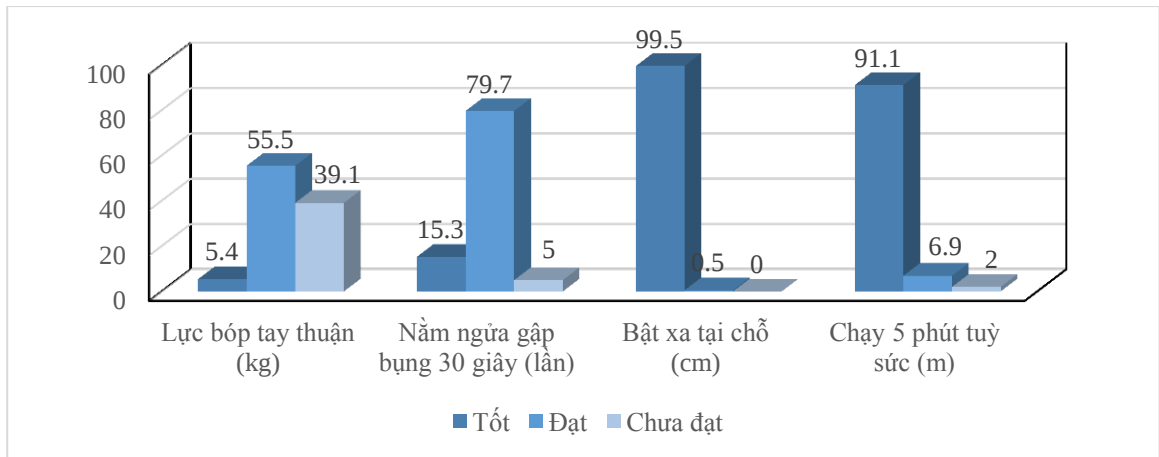
Tương tự như sinh viên năm nhất, tổng tỉ lệ sinh viên chưa đạt yêu cầu so với tiêu chuẩn của Bộ giáo dục còn khá cao, chiếm 36.6%, tổng tỉ lệ đạt yêu cầu là 30.6% và đạt yêu cầu ở mức tốt là 32.7%. Trong đó test có tỉ lệ sinh viên không đạt yêu cầu cao nhất là Chạy tùy sức 5 phút (79.9%). Trung bình thành tích thấp hơn so với tiêu chuẩn là 39.6 m. Bật xa tại chỗ là test có tỉ lệ sinh viên đạt mức tốt cao nhất lên tới 77%.



Biểu đồ 3.4: Xếp loại thể lực của sinh viên năm hai

Năm ba

Tổng tỉ lệ sinh viên năm 3 đạt mức tốt của 4 test đánh giá là 52.8%, tổng tỉ lệ xếp loại mức đạt là 35.6%, xếp loại mức chưa đạt là 11.55. Bất xa tại chỗ là test có tỉ lệ 99.5% sinh viên đạt mức tốt, và không có sinh viên nào không đạt yêu cầu. Tiếp theo là test Chạy tùy sức 5 phút với tỉ lệ 91.1% sinh viên năm 3 đạt mức tốt, 6.9% sinh viên xếp loại đạt và có 2% sinh viên chưa đạt yêu cầu. 79.7% sinh viên năm 3 đạt mức tốt ở test Nằm ngửa gập bụng, 15.3% sinh viên xếp loại đạt và 5% sinh viên chưa đạt yêu cầu. Cuối cùng là test Lực bóp tay thuận, có 55.5% sinh viên đạt mức tốt, tuy nhiên có đến 5.4% sinh viên chưa đạt yêu cầu.

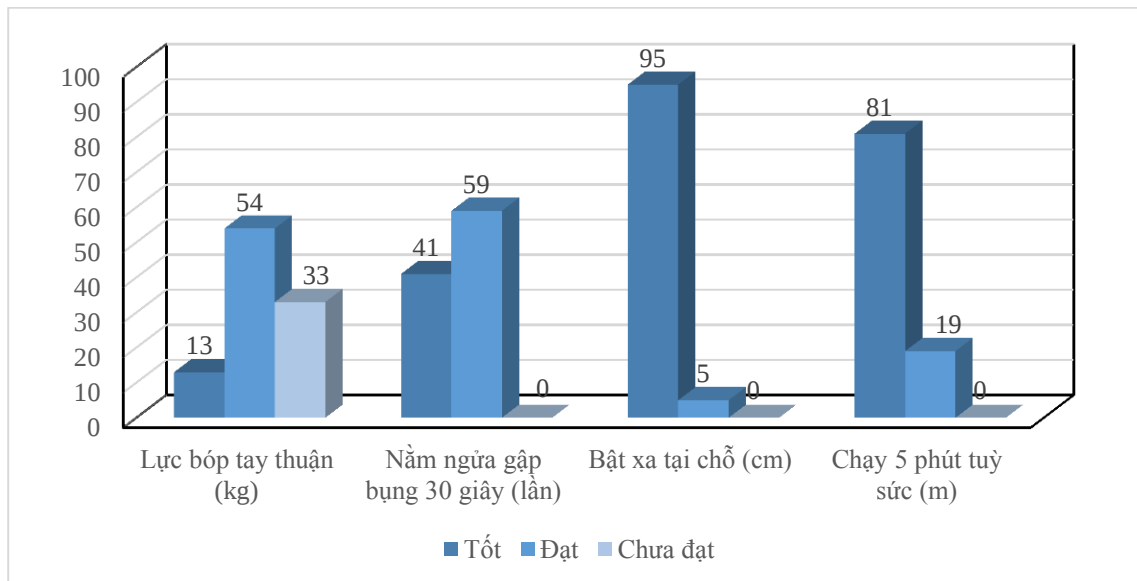


Biểu đồ 3.5: Xếp loại thể lực của sinh viên năm ba

Năm tư

Tổng tỉ lệ sinh viên đạt yêu cầu là 34.3%, tỉ lệ sinh viên đạt mức tốt là 57.5% và có 8.3% sinh viên chưa đạt yêu cầu. Có đến 95% sinh viên đạt mức tốt ở test Bật xa tại chỗ, 5% sinh viên xếp mức đạt và không có sinh viên chưa đạt. Test chạy 5 phút tùy sức sinh viên năm 4 thực hiện cũng rất tốt, có 81% sinh viên xếp mức tốt và 19% sinh viên xếp loại đạt. Xếp thứ 3 là test Nằm ngửa gập bụng với 59% sinh viên xếp mức tốt, 41% sinh viên xếp mức đạt. Test còn tỉ lệ sinh viên năm 4 chưa đạt yêu cầu nhiều nhất là Lực bóp tay

thuận với 13% chưa đạt yêu cầu, 33% đạt yêu cầu và 54% sinh viên xếp loại ở mức tốt.



Biểu đồ 3.6: Xếp loại thể lực của sinh viên năm tư

Tóm lại qua 3 bước (1) Hệ thống hóa các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC, (2) Phỏng vấn chuyên gia nhằm xác định cụ thể các tiêu chí đánh giá và (3) Kiểm định hệ số tương quan (Pearson Correlation) giữa hai lần phỏng vấn; Luận án đã xác định được 6 tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học An ninh nhân dân, đảm bảo độ tin cậy, khách quan. Trong đó 2 tiêu chí được sử dụng riêng để giải quyết mục tiêu 2, 4 tiêu chí (Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC, Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC, Chương trình giảng dạy GDTC và Thể lực của sinh viên) được sử dụng phục vụ cho mục tiêu 1 “Nghiên cứu thực trạng chương trình giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân”.

Kết quả khảo sát về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân cho thấy thời lượng cũng như nội dung đều phù hợp với quy định chung của Bộ Giáo dục và Đào tạo, phù hợp với đặc thù của ngành đào tạo, hướng đến tăng cường sức khỏe, phát triển hài hòa về thể chất, góp phần hình thành và bồi dưỡng nhân cách, đáp ứng yêu cầu giáo dục toàn diện

cho người học. Tuy nhiên chương trình môn học GDTC còn khá ít, chỉ có 1 học phần với 3 tín chỉ đối với hoạt động nội khóa. Hoạt động ngoại khóa được tổ chức đối với các môn thể thao như bóng đá, bóng chuyền, cầu lông.. nhưng lại chưa có chương trình giảng dạy cụ thể cho hoạt động này. Kết quả đánh giá xếp loại thể lực SV theo quy định của Bộ giáo dục và đào tạo cho thấy còn sinh viên có tình trạng thể lực chưa đạt so với yêu cầu, đặc biệt là sinh viên năm nhất và năm 2. Thực tế cho thấy thời lượng chính khóa dành cho các hoạt động giáo dục thể chất đã giảm so với trước đây nên trong quá trình học tập tại Trường, các sinh viên không có điều kiện tham gia các hoạt động thể chất.

Khảo sát về lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân cho thấy số lượng đội ngũ giảng viên của Khoa Quân sự - Võ thuật – TDDT luôn duy trì lực lượng giảng viên cơ hữu là 11 giảng viên. Căn cứ trên số lượng sinh viên thì đối với nội dung chính khóa, tỉ lệ là 1 giảng viên / khoảng 123 sinh viên, đảm bảo đủ yêu cầu theo quy định.

Hệ thống cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất luôn được BGH Trường Đại học An ninh nhân dân chú trọng đầu tư. Đảm bảo về chất lượng, số lượng phục vụ đầy đủ cho hoạt động GDTC của Trường. Hàng năm đều chủ trương bảo trì, sửa chữa, đảm bảo an toàn cho việc tập luyện của SV.

Việc đánh giá thể lực theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân là hoạt động định kỳ hàng năm. Kết quả đánh giá trên tổng SV của Trường cho thấy, tất cả các test đều đạt yêu cầu theo Thông tư. Tuy nhiên, đối chiếu theo từng năm, SV năm nhất có 1 chỉ tiêu chưa đồng đều và chưa đạt yêu cầu là Bật xa tại chỗ.

Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo

cho thấy ở mức tổng quan chung thì vẫn còn nhiều SV có tình trạng thể lực chưa đạt so với yêu cầu của Bộ GDĐT. Theo thứ tự từ cao đến thấp lần lượt như sau: Lực bóp tay thuận (44.3%), Chạy 5 phút tùy sức (40.6%), Bật xa tại chỗ (10.9%) và Nằm ngửa gập bụng 30 giây (6.7%). Thực trạng này do nhiều nguyên nhân khác nhau như: các sinh viên còn chưa coi trọng môn GDTC, thời gian học dành cho các môn văn hóa nhiều, cũng như điều kiện cơ sở vật chất chưa đáp ứng đủ cho SV,...

3.1.7. Đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật của cán bộ quản lý, giảng viên tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Trong nghiên cứu này, để thu thập thông tin đánh giá chương trình ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật của đội ngũ CBQL, GV tại Trường Đại học An ninh nhân dân, tác giả sử dụng các tiêu chí qua tham khảo từ bộ tiêu chuẩn AUN – QA bao gồm 6 tiêu chuẩn và 19 tiêu chí. Mức độ đánh giá của người trả lời được đánh giá theo thang đo linkert với 5 mức như sau:

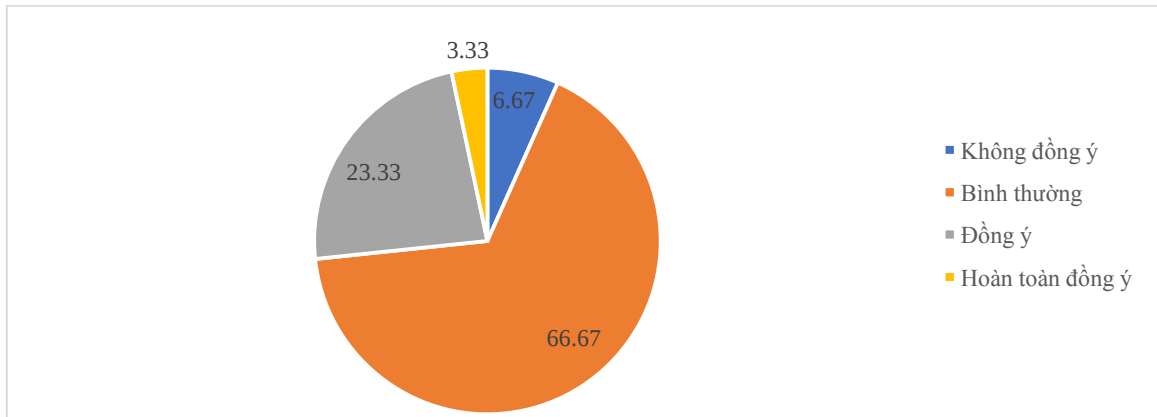
- 1: Hoàn toàn không đồng ý
- 2: Không đồng ý
- 3: Bình thường
- 4: Đồng ý
- 5: Hoàn toàn đồng ý

Tiến hành lập phiếu khảo sát và gửi đến 30 người CBQL, GV. Qua phân tích cho thấy kết quả đánh giá của CBQL, GV về chương trình các môn thể thao ngoại khóa các môn các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật dành cho SV như sau:

Tiêu chuẩn 1: Kết quả học tập mong đợi

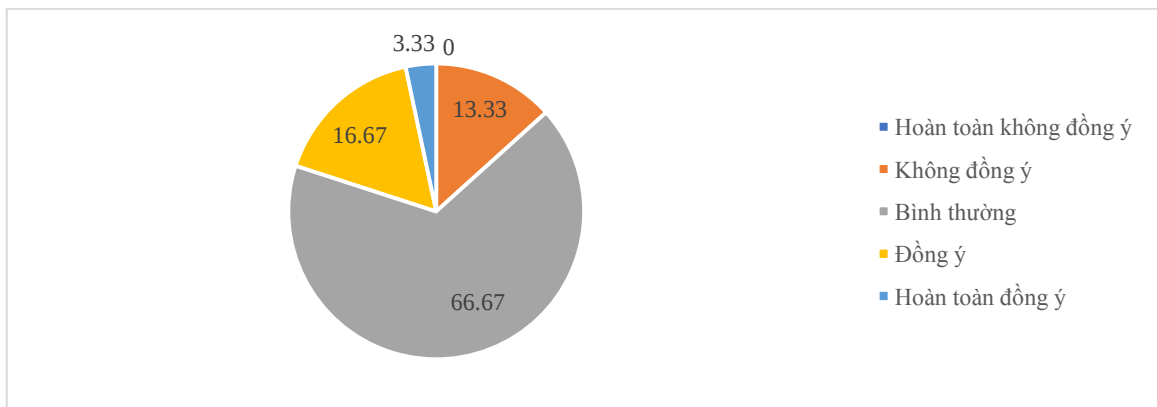
Về kết quả học tập mong đợi của chương trình qua đánh giá của CBQL, GV cho thấy: Mức độ đánh giá “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” chỉ chiếm

tỷ lệ là 23.33%. Mức độ bình thường chiếm 66.67%. Chỉ có 6.67% CBQL, GV đánh giá ở mức độ “Không đồng ý” và Hoàn toàn không đồng ý”.



Biểu đồ 3.7: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Kết quả học tập mong đợi
Tiêu chuẩn 2: Chương trình chi tiết.

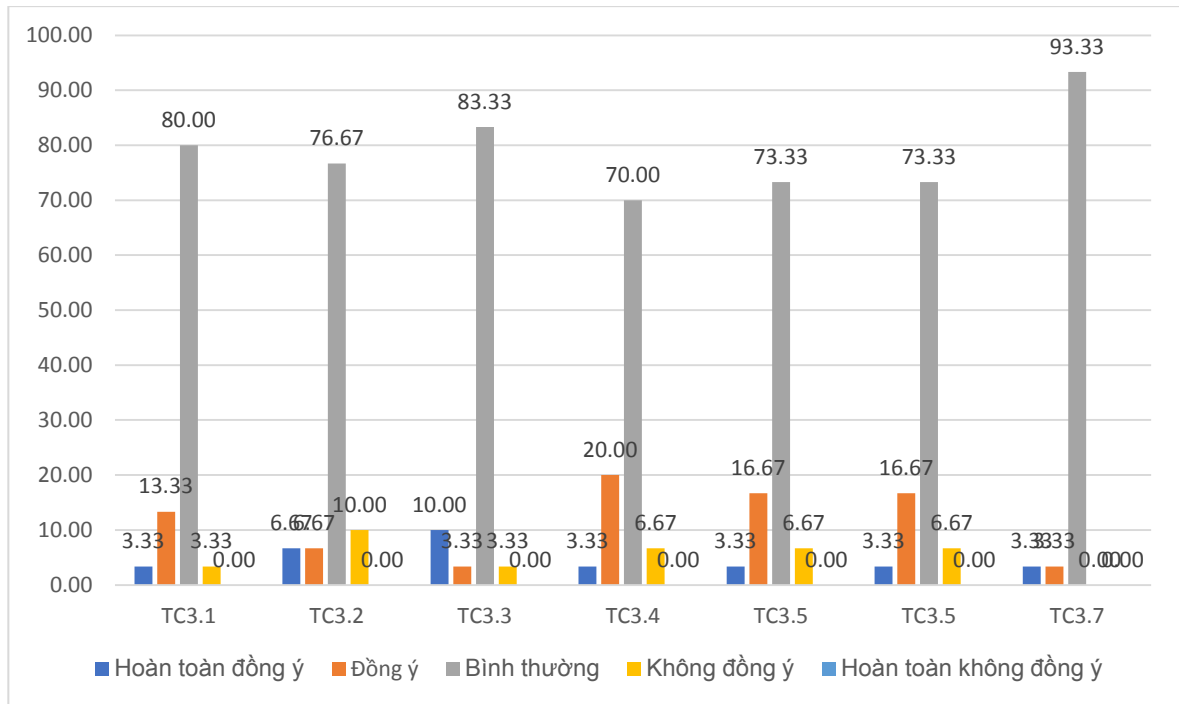
Về chương trình chi tiết qua kết quả khảo sát cho thấy: chỉ có 20% CBQL, GV đánh giá ở “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý”. Mức độ “Bình thường” chiếm 66.67%. Có đến 13.33% CBQL, GV đánh giá “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý”.



Biểu đồ 3.8: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Chương trình chi tiết
Tiêu chuẩn 3: Nội dung và cấu trúc chương trình.

Trong nhóm tiêu chuẩn này có 7 tiêu chí, qua đánh giá của CBQL, GV cho thấy: mức độ đánh giá “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” của chương trình chiếm tỷ lệ 3.33% đến 20%. Mức độ “Bình thường” chiếm từ 70% đến

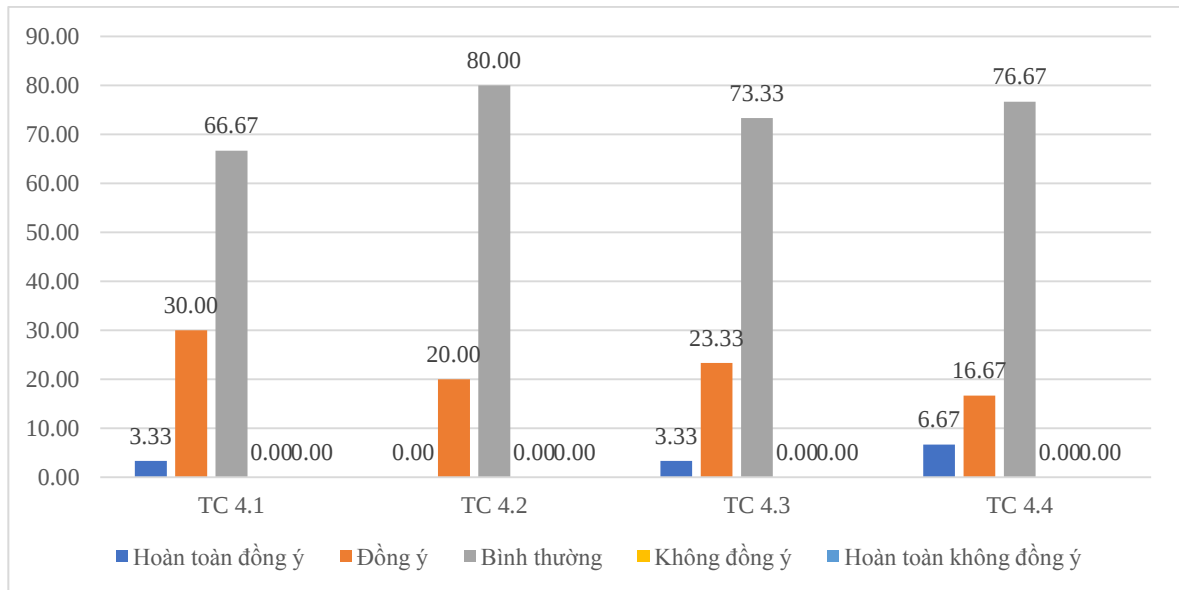
93.33%. Mức độ “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý” chiếm 3.33% đến 10.00%. Như vậy ở tiêu chuẩn nội dung và cấu trúc chương trình, CBQL, GV đánh giá đa số ở mức độ bình thường.



**Biểu đồ 3.9: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn
Nội dung và cấu trúc chương trình**

Tiêu chuẩn 4: Kiểm tra, đánh giá sinh viên.

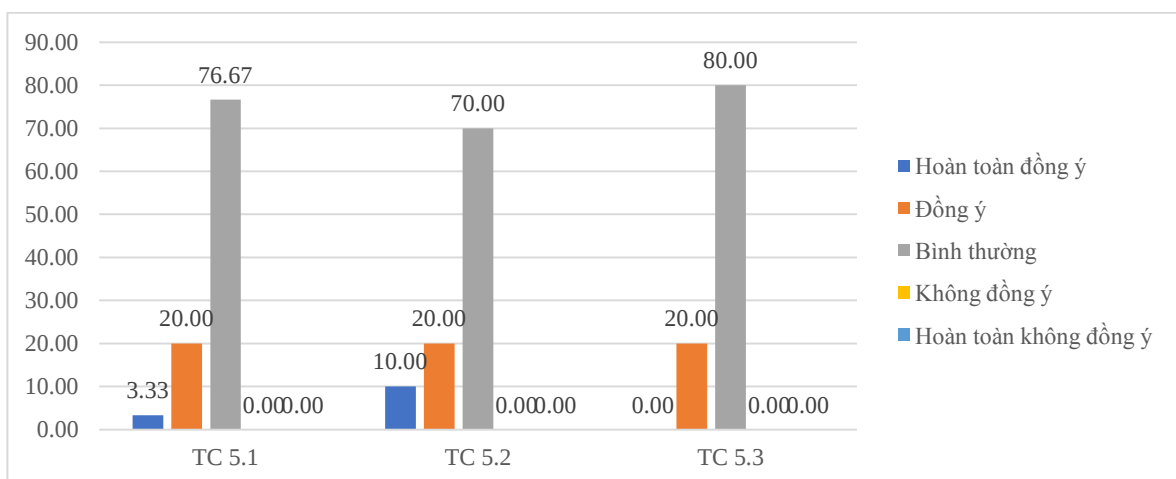
Qua kết quả thống kê cho thấy, mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” của 4 tiêu chí được CBQL, GV đánh giá với tỷ lệ từ 3.33% - 30%. Mức độ “Bình thường” chiếm từ 66.67% đến 80%. Mức độ “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý” không có người chọn. Như vậy ở tiêu chuẩn “Kiểm tra, đánh giá sinh viên” được CBQL, GV đánh giá đa số ở mức độ bình thường.



Biểu đồ 3.10: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn Kiểm tra, đánh giá sinh viên.

Tiêu chuẩn 5: Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy

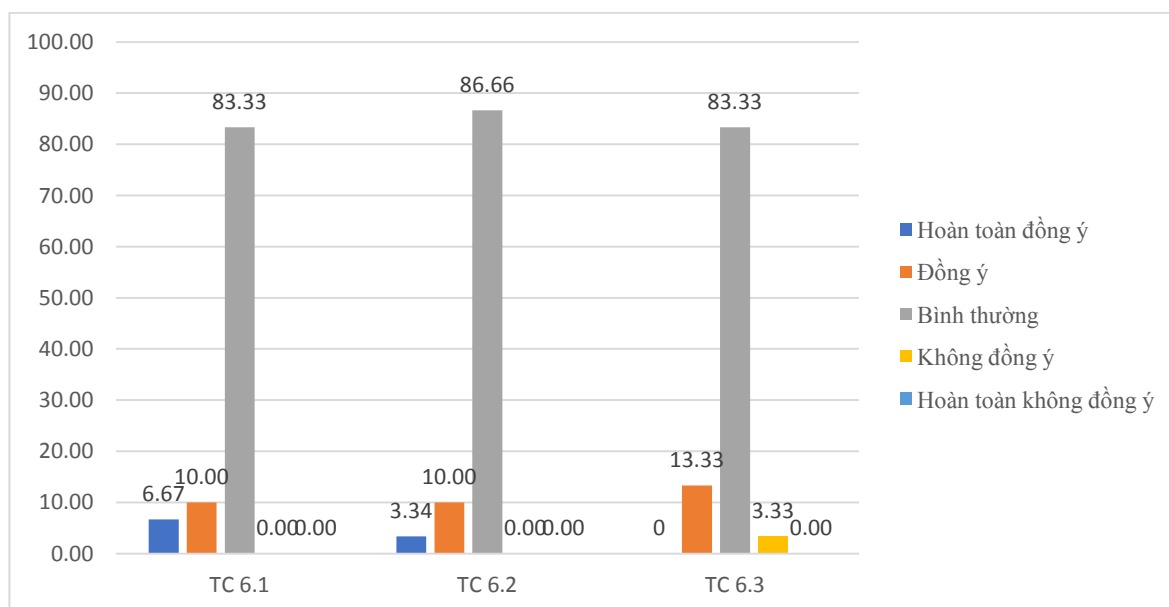
Qua kết quả thống kê cho thấy, mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” của 3 tiêu chí được CBQL, GV đánh giá với tỷ lệ từ 3.33% đến 20%. Mức độ “Bình thường” chiếm từ 70% đến 80%. Mức độ “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý” không có người chọn. Như vậy ở tiêu chuẩn “Chất lượng cán bộ giảng dạy” được CBQL, GV đánh giá đa số ở mức độ bình thường.



**Biểu đồ 3.11: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn
Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy**

Tiêu chuẩn 6: Đảm bảo chất lượng quá trình giảng dạy và học tập.

Qua kết quả thống kê cho thấy, mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” của 3 tiêu chí được CBQL, GV đánh giá với tỷ lệ từ 3.34% đến 13.33%. Mức độ “Bình thường” chiếm từ 83.33% đến 86.66%. Mức độ “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý” không có người chọn. Như vậy ở tiêu chuẩn “Đảm bảo chất lượng quá trình giảng dạy và học tập” được CBQL, GV đánh giá đa số ở mức độ “Bình thường”



**Biểu đồ 3.12: Kết quả đánh giá của CBQL, GV về tiêu chuẩn
Đảm bảo chất lượng quá trình giảng dạy và học tập**

Bảng 3.9: Thống kê đánh giá của CBQL, GV về chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa cho SV

STT	NỘI DUNG PHỎNG VẤN	MỨC ĐỘ ĐÁNH GIÁ									
		5		4		3		2		1	
I	Tiêu chuẩn 1: Kết quả học tập mong đợi	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chương trình các môn thể thao ngoại khóa thúc đẩy hoạt động học tập, và hình thành thói quen tham gia tập luyện TDTT cho SV.	1	3.33	7	23.33	20	66.67	2	6.67	0	0.00
II	Tiêu chuẩn 2: Chương trình chi tiết	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chỉ rõ kết quả học tập mong đợi về các phương diện kiến thức và sự hiểu biết các môn thể thao, hình thành cơ bản kỹ năng, kỹ xảo vận động cho SV.	1	3.33	5	16.67	20	66.67	4	13.33	0	0.00
III	Tiêu chuẩn 3: Nội dung và cấu trúc chương trình.	n	%	n	%	n	%	n	%	0	0.00
1	Nội dung các môn học thể thao ngoại khóa trong chương trình đáp ứng nhu cầu học tập của SV. Phù hợp với định hướng đào tạo của nhà trường	1	3.33	4	13.33	24	80.00	1	3.33	0	0.00
2	Nội dung các môn học tự chọn trong chương trình phù hợp với trình độ, đặc điểm tâm sinh lý của sinh viên.	2	6.67	2	6.67	23	76.67	3	10.00	0	0.00
3	Nội dung các môn học trong chương trình được cập nhật thường xuyên.	3	10.00	1	3.33	25	83.33	1	3.33	0	0.00
4	Nội dung chương trình có sự kết hợp và củng cố lẫn nhau.	1	3.33	6	20.00	21	70.00	2	6.67	0	0.00
5	Độ khó của các học phần được tăng lên theo thời gian.	1	3.33	5	16.67	22	73.33	2	6.67	0	0.00
6	Chương trình thể hiện chiều rộng và chiều sâu	1	3.33	5	16.67	22	73.33	2	6.67	0	0.00
7	Đảm bảo tính khoa học, trình tự từ dễ đến, tăng lên theo thời gian.	1	3.33	1	3.33	28	93.33	0	0.00	0	0.00

IV	Tiêu chuẩn 4 : Kiểm tra, đánh giá sinh viên.	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Cách thức kiểm tra, đánh giá phù hợp với nội dung và mục tiêu của từng học phần.	0	0	3	10	27	90	0	0	0	0
2	Các phương pháp đánh giá đa dạng theo từng học phần, đảm bảo phù hợp với quy định đào tạo tín chỉ	1	3.34	6	20	23	76.66	0	0	0	0
3	Các quy trình kiểm tra, thi cử được rõ ràng, được phổ biến cho mọi người và được tuân thủ chặt chẽ	4	13.33	5	16.67	21	70	0	0	0	0
4	Sinh viên thực được thông báo rõ ràng về cách thức đánh giá, kiểm tra trong quá trình học tập	1	3.34	9	30	20	66.66	0	0	0	0
V	Tiêu chuẩn 5: Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy										
1	Giảng viên tham gia giảng dạy có đủ số lượng để thực hiện chương trình các môn học thể thao ngoại khóa	1	3.34	6	20	23	76.66	0	0	0	0
2	Các nhiệm vụ giảng dạy được xác định phù hợp với bằng cấp, kinh nghiệm và kỹ năng của giảng viên	3	10	6	20	21	70	0	0	0	0
3	Trách nhiệm của đội ngũ cán bộ giảng dạy được quy định hợp lý.	0	0	6	20	24	80	0	0	0	0
VI	Tiêu chuẩn 6: Đảm bảo chất lượng trong quá trình giảng dạy và học tập.	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chương trình giảng dạy phù hợp với nhu cầu xã hội.	1	3.34	4	13.33	25	83.33	0	0	0	0
2	Chương trình khắc phục được những mặt tồn tại của chương trình cũ.	1	3.34	3	10	26	86.66	0	0	0	0
3	Chương trình được thực hiện một cách hệ thống, khoa học	0	0	4	13.33	25	83.33	1	3.34	0	0

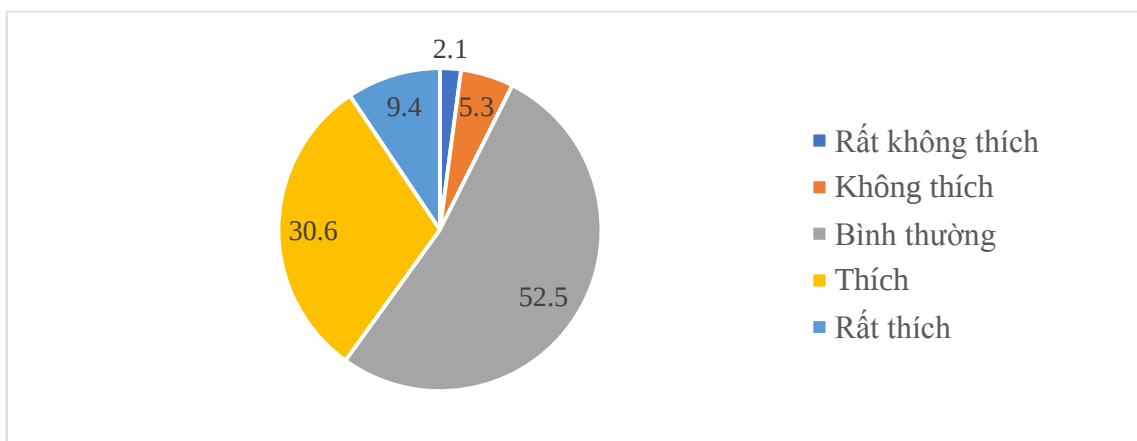
Như vậy, chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho SV được CBQL, GV đánh giá đáp ứng chung ở mức độ bình thường theo thang đo likert dựa trên 6 tiêu chuẩn: Kết quả học tập mong đợi; Chương trình chi tiết; Nội dung và cấu trúc chương trình; Kiểm tra, đánh giá sinh viên; Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy; Đảm bảo chất lượng trong quá trình giảng dạy và học tập với 19 tiêu chí cụ thể đã trình bày ở trên.

3.1.8. Đánh giá của sinh viên về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật

3.1.8.1. Thực trạng tham gia tập luyện thể thao ngoại khóa của sinh viên

Thực trạng về các vấn đề liên quan đến việc tham gia tập luyện các môn thể thao ngoại khóa của SV bao gồm các nội dung như sau:

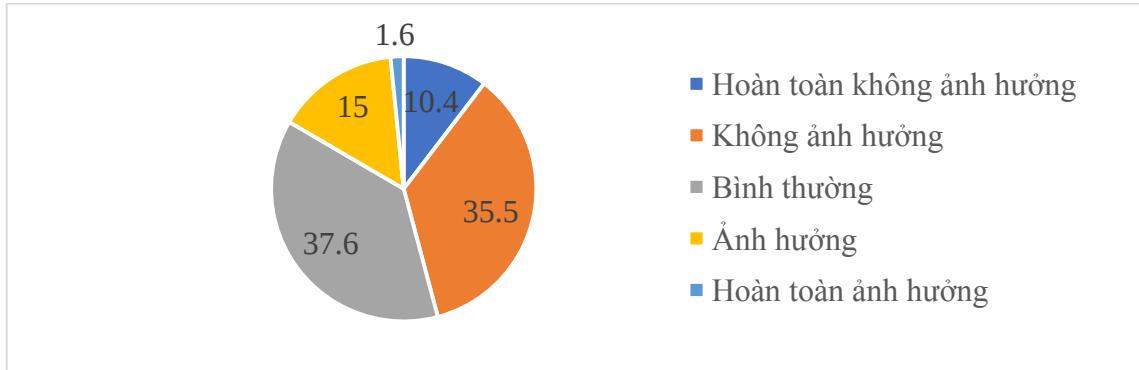
- Khi được hỏi về sự yêu thích đối với các môn thể thao ngoại khóa, chỉ có 30.6% SV cho trả lời là “*Thích*”, số lượng SV “*Rất thích*” môn học này chưa cao chỉ có 9.4%. Ngược lại qua kết quả khảo sát cho thấy có đến 52% SV chọn phương án trả lời là “*Bình thường*”, có đến 5.3% SV chọn phương án “*Không thích*” và 2.1% SV “*Rất không thích*” môn học này.



Biểu đồ 3.13: Thực trạng yêu thích các môn thể thao ngoại khóa của SV

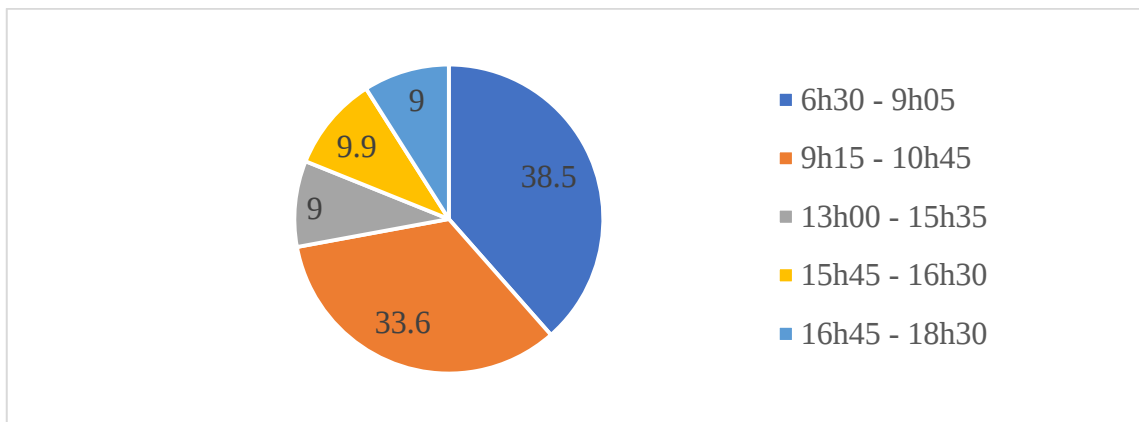
- Qua khảo sát có 37.6% SV cho biết rằng việc học tập các môn thể thao ngoại khóa ảnh hưởng đến kết quả học tập các môn chuyên ngành ở mức

độ “*Bình thường*”, mức độ “*Không ảnh hưởng*” có 35.5% SV và thấp nhất là mức độ “*Rất ảnh hưởng*” với 7.0 %.



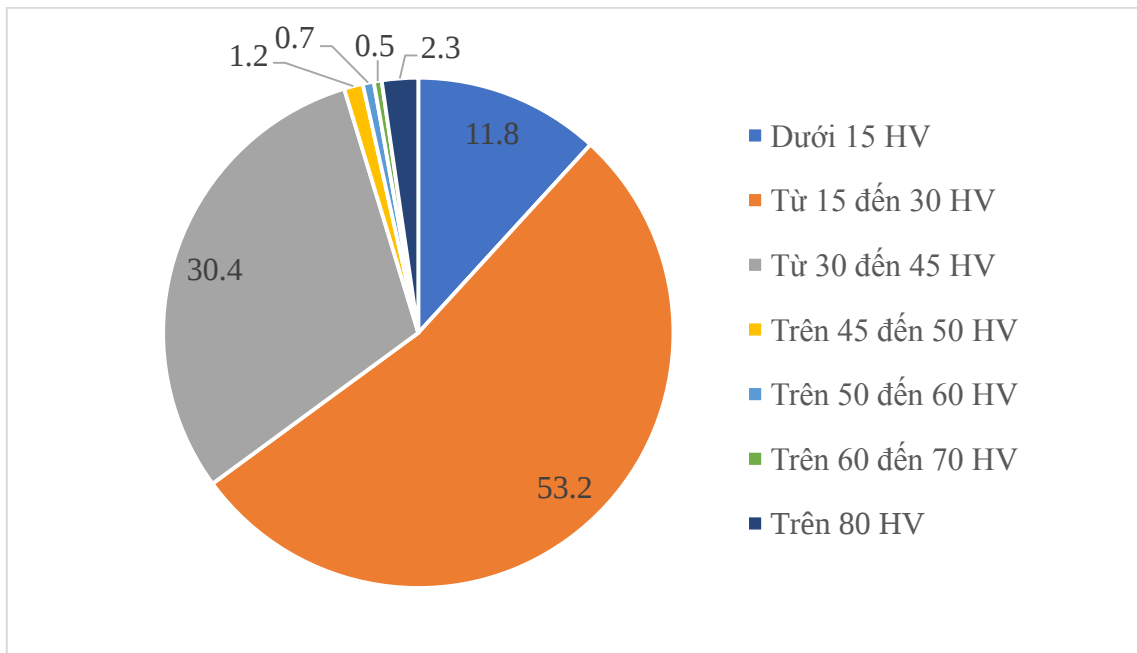
Biểu đồ 3.14: Thực trạng mức độ ảnh hưởng của các môn thể thao ngoại khóa đến kết quả học tập các môn chuyên ngành SV

- Có đến 38.5% SV cho rằng thời điểm nào trong ngày thích hợp để học các môn thể thao ngoại khóa là trong khoảng từ 6h30 - 9h05, số lượng ít SV cho rằng thời điểm thích hợp là vào khoảng 13h00 - 15h35 (chiếm 9.0%).



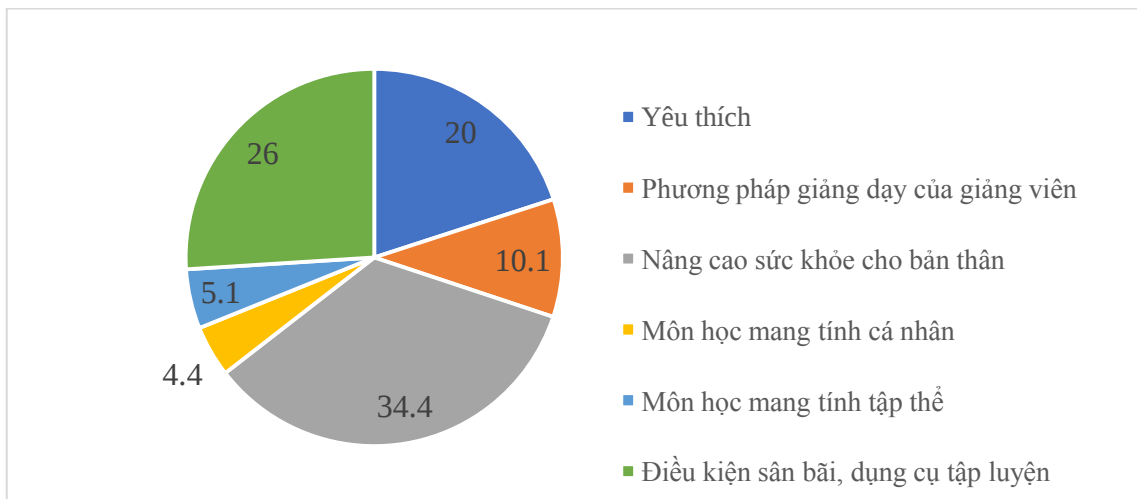
Biểu đồ 3.15: Thực trạng thời điểm trong ngày thích hợp để học các môn thể thao ngoại khóa

- Qua khảo sát cho thấy, có đến 53.2% SV cho rằng một lớp học có “*Từ 15 đến 30 SV*” tham gia học tập là hợp lý nhất.



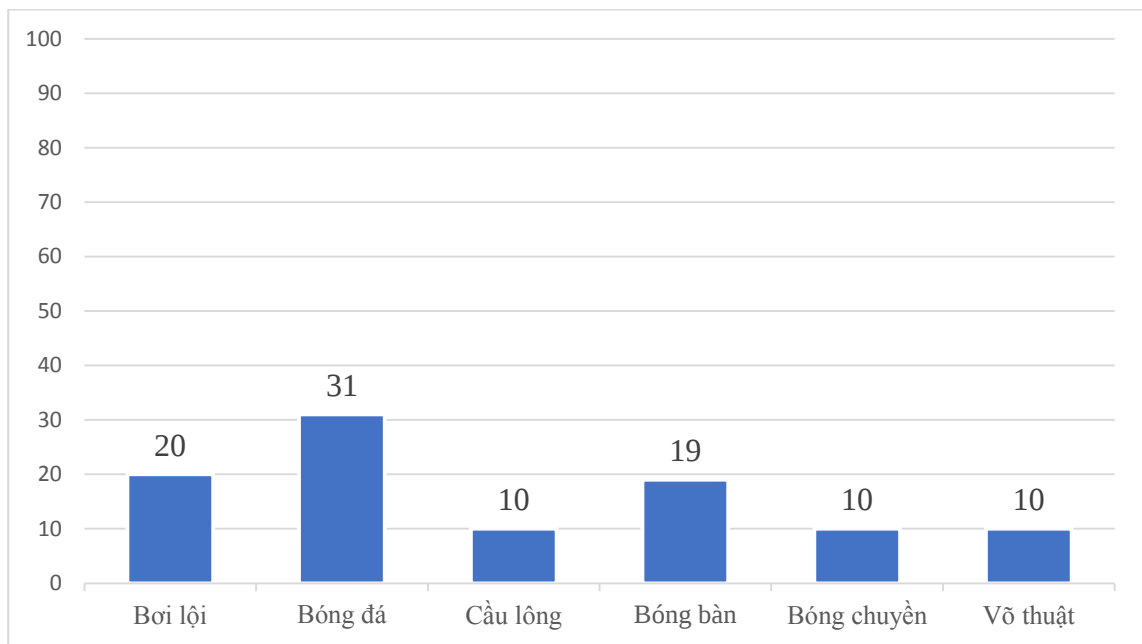
Biểu đồ 3.16: Ý kiến của SV phù hợp cho một lớp học các môn thể thao ngoại khóa

- Khi chọn học một môn thể thao ngoại khóa trong chương trình GDTC, có đến 34.4% SV quan tâm đến việc “*Nâng cao sức khỏe cho bản thân*”, yếu tố ít được quan tâm nhất đó là tính chất của các môn học tập thể và cá nhân trong tập luyện.



Biểu đồ 3.17: Thực trạng các yếu tố SV quan tâm khi học các môn thể thao ngoại khóa

- Qua khảo sát cho thấy những môn thể thao mà SV yêu thích cũng rất đa dạng và phong phú. Trong đó các môn được SV yêu thích nhiều nhất đó là môn “Bóng đá” với 31%, xếp thứ 2 là môn “Bơi lội” với 20%, thứ 3 là môn “Bóng bàn” với 19%.



Biểu đồ 3.18: Thực trạng các môn thể thao ngoại khóa yêu thích của SV

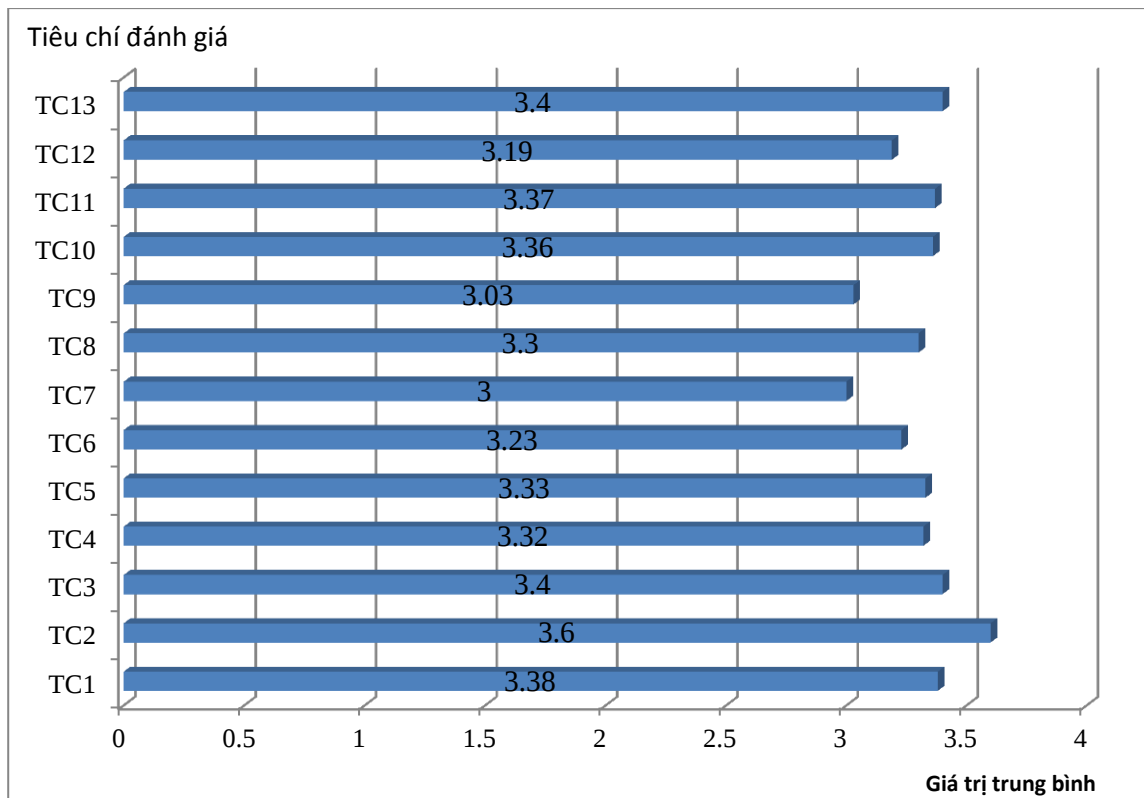
3.1.8.2. Đánh giá của sinh viên về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật

Để tìm hiểu sự đánh giá của SV về chương trình ngoại khóa các môn môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật. Nghiên cứu sử dụng các tiêu chí được dùng để đánh giá môn học dành cho SV của Phòng Quản lý đào tạo và bồi dưỡng nâng cao để khảo sát đánh giá của SV. Các tiêu chí đánh giá được mã hóa cụ thể như sau để thuận tiện cho việc nhập liệu cũng như diễn giải trên biểu đồ.

Bảng 3.10: Các tiêu chí đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật dành cho SV

TT	MÃ HÓA	NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ
1	TC1	Nội dung, hình thức giảng dạy của môn học thì hấp dẫn và lôi cuốn, kích thích nhu cầu học tập và duy trì tập luyện thường xuyên của SV.
2	TC2	Chương trình môn học đáp ứng được nhu cầu học tập của SV.
3	TC3	Chương trình dạy học linh hoạt, tạo thuận lợi cho SV
4	TC4	Chương trình môn học có tỉ lệ phân bổ khối lượng kiến thức, kỹ năng chung và kiến thức, kỹ năng chuyên môn
5	TC5	Chương trình môn học mang tính thực tiễn cao
6	TC6	Chương trình các môn thể thao ngoại khóa góp phần trang bị kiến thức và kỹ năng nghề nghiệp cho bản thân.
7	TC7	Các điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho việc học tập và tập luyện được đảm bảo
8	TC8	Nội dung thực giảng đáp ứng đề cương học phần đã công bố
9	TC9	Giảng viên đảm bảo kiến thức chuyên môn và năng lực giảng dạy
10	TC10	Phương pháp kiểm tra phù hợp với tính chất, đặc điểm môn học
11	TC11	Các nội dung kiểm tra được GV nhận xét rõ ràng, hữu ích cho bản thân sau khi học tập.
12	TC12	Điểm kiểm tra kết thúc môn đánh giá được tổng hợp kiến thức, kỹ năng cần thiết mà SV phải đạt được khi hoàn thành môn học
13	TC13	Mức độ hài lòng chung khi tham gia học tập môn học

Qua kết quả thống kê tại biểu đồ cho thấy, với mức ý nghĩa về giá trị trung bình của các yếu tố theo thang đo Likert thì tất cả 13 tiêu chí đánh giá chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa đều được SV đánh giá ở mức độ Bình thường/không có ý kiến (Giá trị trung bình từ 3.0-3.4). Điều đó chứng tỏ rằng SV còn chưa hài lòng với các môn học ngoại khóa hiện có của nhà trường. Nên cần phải xây dựng chương trình môn học thể thao ngoại khóa mới phù hợp hơn, đáp ứng nhu cầu cũng như để nâng cao hơn nữa mức độ hài lòng của SV



Biểu đồ 3.19: Kết quả đánh giá của SV về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật

Qua biểu đồ 3.19 cho thấy thực trạng chương trình GDTC ngoại khóa môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật tại Trường Đại học An ninh nhân dân được luận án lựa chọn đánh giá trên 2 mặt (1) Đánh giá chương trình ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật và (2) Đánh giá của sinh viên

về chương trình ngoại khóa các môn Bóng chuyên, Cầu lông, Võ thuật. Để thu thập thông tin đánh giá chương trình ngoại khóa các môn Bóng chuyên, Cầu lông, Võ thuật của đội ngũ CBQL, GV tại Trường Đại học An ninh nhân dân, tác giả sử dụng các tiêu chí qua tham khảo từ bộ tiêu chuẩn AUN – QA bao gồm 6 tiêu chuẩn (1) Kết quả học tập mong đợi, (2) Chương trình chi tiết, (3) Nội dung và cấu trúc chương trình, (4) Kiểm tra, đánh giá sinh viên, (5) Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy, (6) Đảm bảo chất lượng quá trình giảng dạy và học tập. Kết quả cho thấy rằng đối với 6 tiêu chí được liệt kê trên, phần lớn CBQL chỉ hài lòng ở mức trung bình.

Đánh giá của sinh viên về 3 môn thể thao ngoại khóa hiện tại mà SV đang được học (Bóng chuyên, Cầu lông, Võ thuật) thì chỉ có 30.6% SV cho trả lời là “Thích”, số lượng SV “Rất thích” môn học này chưa cao chỉ có 9.4 %. Ngược lại qua kết quả khảo sát cho thấy có đến 52% SV chọn phương án trả lời là “Bình thường”, có đến 5.3% SV chọn phương án “Không thích và 2.1 % SV “Rất không thích” môn học này. Như vậy tức là các môn thể thao ngoại khóa hiện tại chưa đáp ứng được nguyện vọng của sinh viên. Qua khảo sát cho thấy những môn thể thao mà SV yêu thích cũng rất đa dạng và phong phú. Trong đó các môn được SV yêu thích nhiều nhất đó là môn “Bóng đá” với 31 %, xếp thứ 2 là môn “Bơi lội” với 20 %, thứ 3 là môn “Bóng bàn” với 19 %. Nghiên cứu sử dụng các tiêu chí được dùng để đánh giá môn học dành cho SV của Phòng Quản lý đào tạo và bồi dưỡng nâng cao để khảo sát đánh giá của SV. SV còn chưa hài lòng với các môn học ngoại khóa hiện có của nhà trường. Nên cần phải xây dựng chương trình môn học thể thao ngoại khóa mới phù hợp hơn, đáp ứng nhu cầu cũng như để nâng cao hơn nữa mức độ hài lòng của SV.

Tiểu kết mục tiêu 1

Kết quả khảo sát về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An Ninh nhân dân cho thấy thời lượng cũng như nội dung đều phù hợp với qui định chung của Bộ Giáo dục và Đào tạo, phù hợp với đặc thù của ngành đào tạo, hướng đến tăng cường sức khỏe, phát triển hài hòa về thể chất, góp phần hình thành và bồi dưỡng nhân cách, đáp ứng yêu cầu giáo dục toàn diện cho người học. Tuy nhiên chương trình môn học GDTC còn khá ít. Lực lượng giảng viên phục vụ cho hoạt động Giáo dục thể chất đảm bảo đủ yêu cầu theo qui định. Hệ thống cơ sở vật chất đảm bảo về chất lượng, số lượng phục vụ đầy đủ cho hoạt động GDTC của Trường. Đánh giá thể lực theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công An về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an Nhân dân cho thấy học viên năm nhất có 1 chỉ tiêu chưa đồng đều và chưa đạt yêu cầu là Bật xa tại chỗ. Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực học viên Trường Đại học An Ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy ở mức tổng quan chung thì vẫn còn nhiều học viên có tình trạng thể lực chưa đạt so với yêu cầu của Bộ GDĐT.

Như vậy, kết quả thực trạng về chương trình giáo dục thể chất cho thấy bên cạnh những điểm mạnh của Trường về các điều kiện thúc đẩy hoạt động GDTC nói chung, còn nhiều những hạn chế như khai thác hết tiềm năng trang thiết bị, xây dựng các môn thể thao ngoại khóa theo nhu cầu của phần đông sinh viên... Đây là một thực trạng cần được khắc phục đặc biệt để đảm bảo chất lượng giảng dạy và học tập đối với một Trường chuyên ngành An ninh. Điều đó cũng cho thấy rằng, Nhà trường nên xây dựng chương trình ngoại khóa cụ thể cho nhiều môn thể thao khác để sinh viên có điều kiện được lựa chọn tập luyện nhiều môn thể thao yêu thích, đồng thời cải thiện kỹ năng vận động và tăng cường chất lượng học tập cho SV.

3.2. Xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

3.2.1. Căn cứ xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

3.2.1.1. Căn cứ pháp lý chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

- Căn cứ vào Thông tư 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học do Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành.

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

- Căn cứ vào thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT ngày 31 tháng 12 năm 2020 quy định về hoạt động thể thao trong nhà trường.

3.2.1.2. Căn cứ thực tiễn hoạt động thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

- Hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa của SV ở nhà trường cũng được các cấp quan tâm và tạo mọi điều kiện thuận lợi để sinh viên tự tập luyện.

- Đội ngũ giảng viên GDTC của nhà trường đáp ứng giảng dạy chương trình TDTT ngoại khóa và quan tâm đến công tác GDTC nói chung và hoạt động TDTT ngoại khóa cho SV nói riêng.

- Số lượng sân bãi, trang thiết bị phục vụ TDTT ngoại khóa có thể đảm bảo triển khai các hoạt động TDTT ngoại khóa cho SV.

- Nội dung chương trình các môn thể thao ngoại khóa cũ chưa đáp ứng và đáp ứng một phần yêu cầu của nhà trường; nội dung chương trình các môn

thể thao ngoại khóa cũ có xu hướng là không đảm bảo và phù hợp với sự phát triển thể lực của SV;

- Thực trạng tình hình tập luyện TDTT ngoại khóa của SV nói chung là không thường xuyên, thời lượng các buổi tập còn khá ít, thời điểm tập luyện TDTT ngoại khóa rất linh động nhưng thuận lợi là vào buổi chiều. Địa điểm tập luyện chủ yếu tại sân trường và sân ký túc xá. Trong khi đó, cơ sở vật chất của 3 môn Bơi lội, Bóng đá, Bóng bàn lại được tu bổ, thêm mới trong thời gian gần đây. Sự thuận lợi về cơ sở vật chất, điều kiện tập luyện, địa điểm tập luyện dẫn đến việc SV quan tâm, hứng thú nhiều hơn đối với 3 môn thể thao này.

- Số SV nam chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực chung theo Tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của Bộ Công an là còn nhiều; Số lượng SV học tập GDTC chưa đạt còn chiếm tỷ lệ tương đối cao.

- Đại đa số sinh viên có nhận thức đúng đắn về tác dụng thiết thực mà TDTT mang lại cho người tập, đây chẳng những không phải là rào cản từ phía SV mà còn là thuận lợi lớn cho hoạt động này.

Trên đây là các căn cứ quan trọng để tiến hành làm cơ sở cho việc xây dựng chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân, đảm bảo chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới khi được xây dựng sẽ có tính khả thi cao không những nâng cao sự hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa của SV mà còn nâng cao trình độ thể lực của SV ngày càng tốt hơn.

3.2.1.3. Nguyên tắc xây dựng chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

Để xây dựng chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho SV Trường ĐH An ninh nhân dân, nghiên cứu căn cứ vào các nguyên tắc như sau:

1- Quán triệt mục tiêu

Những nguyên tắc xây dựng chương trình thể dục thể thao ngoại khóa:

Thứ nhất: Mục tiêu các môn học phải là bộ phận hữu cơ của mục tiêu GDTC, có nghĩa phải thể hiện mức độ, định hướng yêu cầu về kiến thức, kỹ năng và thái độ của các môn thể dục thể thao ngoại khóa.

Thứ hai: Mục tiêu thể hiện ở hai mức độ là mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể, đáp ứng được yêu cầu trên hai mặt giáo dục và giáo dưỡng là: Hình thành kỹ năng, kỹ xảo vận động, kiến thức cơ bản của các môn thể thao, giáo dục nhân cách và phẩm chất cho sinh viên. Mục tiêu của nội dung đào tạo là phải giải quyết tốt hai nhiệm vụ cơ bản giáo dục và giáo dưỡng nêu trên.

2- Đảm bảo tính khoa học

Tính khoa học của việc xây dựng chương trình thể dục thể thao ngoại khóa phải được thể hiện ở hai mặt:

+ *Lựa chọn nội dung giảng dạy*: Nội dung giảng dạy được lựa chọn cần cập nhật những tiến bộ của xã hội, phù hợp với những điều kiện thực tiễn của nhà trường, nội dung phải phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý đối tượng, phải giải quyết được hai vấn đề cơ bản của giáo dục đào tạo là trang bị cho sinh viên kiến thức cần thiết về các môn thể dục thể thao ngoại khóa và đáp ứng được yêu cầu xã hội.

+ *Sắp xếp nội dung chương trình*: Nội dung chương trình được sắp xếp phải đảm bảo tính kế thừa, nội dung sau phải kế thừa nội dung trước. Lựa chọn nội dung giảng dạy phù hợp, đảm bảo những kiến thức theo yêu cầu chuyên môn, nhằm trang bị những kỹ năng cơ bản trong công tác GDTC đáp ứng yêu cầu của thực tiễn.

3- Đảm bảo tính thống nhất

Tính thống nhất giữa mục tiêu, nội dung và chương trình GDTC, sự thống nhất giữa nội dung giảng dạy phải phù hợp với mục tiêu đào, được thể hiện sự giải quyết hợp lý giữa yêu cầu về nội dung giảng dạy với kiến thức và

năng lực được trang bị cho sinh viên. Nội dung giảng dạy phù hợp với những điều kiện thực tiễn của nhà trường, phù hợp với sự phát triển kinh tế xã hội của đất nước, xu thế phát triển của khoa học công nghệ của nền sản xuất hiện đại...

4- Đảm bảo tính thực tiễn

Khi xác định nội dung giảng dạy GDTC cần phải căn cứ vào thực tiễn hoàn cảnh cụ thể của giáo dục cao đẳng, đại học của đất nước, những yêu cầu về đào tạo nguồn nhân lực của đất nước với đội ngũ cán bộ tương lai đào tạo lớp người phát triển cao về trí tuệ - cường tráng về thể chất - phong phú về tinh thần - trong sáng về đạo đức, phục vụ cho sự nghiệp xã hội hoá TĐTT của đất nước. Tuy nhiên tính thực tiễn của nội dung giảng dạy cũng phù hợp với những điều kiện đảm bảo như giáo viên, cơ sở vật chất... cho việc thực thi nội dung giảng dạy.

5- Đảm bảo tính sư phạm

Lựa chọn nội dung giảng dạy: Nội dung lựa chọn để xây dựng chương trình chi tiết cho từng học phần phải được xác định ở ba loại hình kiến thức: kiến thức nền tảng (cốt lõi); kiến thức chuyên ngành (nghề nghiệp); kiến thức về phương pháp. Như vậy có thể thấy rằng, nội dung chương trình phải quy nạp tổng thể kiến thức toàn diện, phù hợp với yêu cầu của mục tiêu của GDTC, ngoài ra chương trình còn phải có tính thực tiễn và hiện đại.

Cấu trúc nội dung chương trình: Nội dung giảng dạy được sắp xếp đảm bảo tính kế thừa và phát triển, đảm bảo tính liên tục của quá trình nhận thức, nội dung sau kế thừa của nội dung trước. Nội dung cũng phải đảm bảo tính tuần tự, sắp xếp từ dễ đến khó, từ đơn giản đến phức tạp, từ kiến thức nền tảng đến kiến thức chuyên ngành.

Phương pháp giảng dạy: Phương pháp lựa chọn để giảng dạy nội dung là sự kết nối mang tính sư phạm truyền thụ và khả năng tiếp thu lĩnh hội của

người học, đảm bảo cho quá trình nhận thức tư duy của người học, cần trang bị cho người học nhiều phương pháp tiếp cận khác nhau đặc biệt là áp dụng các phương pháp giảng dạy học tích cực để người học được chủ động, sáng tạo, phát huy năng lực tự học, tự chiếm lĩnh tri thức.

Quá trình kiểm tra đánh giá: Quá trình đánh giá kết quả lao động luôn được gắn liền với thực tiễn dạy và học, phải coi việc đánh giá là một phương pháp hữu hiệu mang tính sư phạm cao trong quá trình đào tạo. Tuy vậy những tiêu chí và tiêu chuẩn đánh giá phải được xây dựng trên nền tảng những nội dung kiến thức đã được thiết kế trong nội dung giảng dạy, phải phù hợp với yêu cầu về năng lực và tri thức cần trang bị cho người học, việc kiểm tra đánh giá là động lực thúc đẩy quá trình học tập, chứ không phải là áp lực lớn đối với người học.

6- Đảm bảo tính cập nhật

Nội dung các môn học trong chương trình đào tạo hiện đại, tạo điều kiện cho người học tiếp thu những kiến thức mới nhất của khu vực và thế giới. Nội dung chương trình có cập nhật những nội dung học phù hợp với quan điểm của Đảng và Nhà nước về tính dân tộc và phát triển kỹ năng sống.

7- Đảm bảo tính khả thi

Những nội dung cải tiến của chương trình GDTC phải phù hợp với tình hình đặc điểm tâm sinh lý của sinh viên, phù hợp với lứa tuổi, giới tính, phù hợp với tình hình đội ngũ giảng viên, với điều kiện cơ sở vật chất... và chương trình triển khai phải góp phần tích cực trong công tác nâng cao thể chất của sinh viên, đảm bảo phát triển thể chất đạt mức độ trung bình và tốt các tiêu chuẩn phân loại thể chất của người Việt Nam.

3.2.2. Xây dựng chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá

❖ Lựa chọn nội dung chương trình giảng dạy

Qua tham khảo các giáo trình, tài liệu, chương trình huấn luyện, giảng dạy Bóng đá cho học phần GDTC tại một số trường Cao đẳng và Đại học, làm cơ sở xác định các nội dung để xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân bao gồm:

- Lý thuyết trong môn bóng đá
- Các bài tập kỹ thuật cơ bản trong bóng đá
- Thực hành tổ chức thi đấu và trọng tài
- Thể lực chung và chuyên môn

Để xây dựng nội dung chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân, nghiên cứu phỏng vấn với mục đích lựa chọn những bài tập có nội dung phù hợp, nhằm thu được kết quả cao cho sinh viên. Luận án tiến hành phỏng vấn 15 giảng viên, các huấn luyện viên có kinh nghiệm và am hiểu về dạy môn Bóng đá. Thông qua ý kiến đóng góp của các GV giảng dạy môn bóng bàn, chuyên gia, nhà khoa học, Ban giám hiệu về tính phù hợp và khả thi của các nội dung phiếu phỏng vấn. Sau đó tiến hành kiểm định Wilcoxon nhằm kiểm tra độ ổn định giữa 2 lần phỏng vấn.

Giả thiết H_0 : Hai trị trung bình của 2 tổng thể là như nhau.

Phiếu phỏng vấn chuyên gia	
Z	-0.808
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.187

Từ kết quả trên, ta thấy mức ý nghĩa quan sát của kiểm định giữa 2 lần phỏng vấn là $\text{sig.} = 0.187 > 0.05$ (ngưỡng xác suất thống kê không có ý nghĩa tại $P > 0.05$). Kết luận rút ra: theo kiểm định Wilcoxon, có tính trùng hợp và ổn định giữa 2 lần phỏng vấn.

Qua 2 lần phỏng vấn kết hợp với kiểm định Wilcoxon, đề tài lựa chọn những ý kiến có trên 80% tỷ lệ ý kiến tán thành. Kết quả phỏng vấn cụ thể như sau:

Bảng 3.11: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Nội dung	Lần 1		Lần 2	
		Tán thành	Tỷ lệ %	Tán thành	Tỷ lệ %
I	Lý thuyết				
1	Nguồn gốc, lịch sử phát triển môn Bóng đá Thế giới và Việt Nam	14	93.3	14	93.3
2	Vị trí, vai trò của môn Bóng đá	15	100	14	93.3
3	Ý nghĩa, tác dụng của quá trình tập luyện và thi đấu Bóng đá	15	100	15	100
4	Trọng tài môn Bóng đá	10	66.7	9	60.0
5	Cơ sở khoa học của môn Bóng đá	9	60.0	9	60.0
6	Luật thi đấu Bóng đá	15	100	15	100
II	Thực hành				
2.1.	Hoạt động không bóng:				
1	Kỹ thuật chạy.	15	100	15	100
2	Kỹ thuật nhảy.	15	100	14	93.3
3	Kỹ thuật đi bộ.	14	93.3	14	93.3
2.2	Hoạt động có bóng:				
2.2.1	Kỹ thuật tâng bóng - cảm giác bóng				
1	Tâng bóng bằng mu bàn chân	15	100	14	93.3
2	Tâng bóng bằng lòng bàn chân	14	93.3	14	93.3
3	Tâng bóng bằng cẳng chân	10	66.7	10	66.7
4	Tâng bóng bằng đùi	13	86.7	14	93.3
5	Tâng bóng bằng vai	13	86.7	14	93.3
6	Tâng bóng bằng đầu	13	86.7	14	93.3
2.2.2	Kỹ thuật đá bóng				
1	Đá bóng bằng mu giữa bàn chân.	14	93.3	14	93.3
2	Đá bóng bằng mu trong bàn chân.	13	86.7	14	93.3
3	Đá bóng bằng mu ngoài bàn chân.	13	86.7	14	93.3
4	Đá bóng bằng lòng bàn chân.	13	86.7	14	93.3
5	Đá bóng bằng mũi bàn chân.	8	53.3	9	60.0
6	Đá bóng bằng gót bàn chân.	8	53.3	9	60.0
7	Đá bóng bằng gan bàn chân.	10	66.7	10	66.7
8	Hất bóng bằng mu bàn chân.	9	60.0	8	53.3

9	Các trường hợp đá bóng di động				
9.1	- Đá bóng đang lăn.	11	73.3	11	73.3
9.2	- Đá bóng bay	10	66.7	10	66.7
9.3	- Đá bóng bay bên cạnh cầu thủ	10	66.7	10	66.7
9.4	- Đá móc qua đầu.	8	53.3	9	60.0
9.5	- Đá bóng nửa nảy.	8	53.3	9	60.0
2.2.3	Kỹ thuật đánh đầu				
1	Đứng tại chỗ dùng trán giữa đánh bóng về phía trước.	14	93.3	14	93.3
2	Đứng tại chỗ, chuyển thân đánh đầu bằng trán giữa.	13	86.7	14	93.3
3	Chạy đà, đánh đầu bằng trán giữa.	13	86.7	14	93.3
4	Bật nhảy, đánh đầu bằng trán giữa.	13	86.7	14	93.3
5	Bật nhảy tại chỗ, đánh đầu bằng trán giữa.	14	93.3	14	93.3
6	Bật một chân đánh đầu trán giữa có chạy đà.	13	86.7	14	93.3
7	Chạy đà dậm nhảy một chân, chuyển thân dùng trán giữa đánh đầu.	13	86.7	14	93.3
8	Động tác "Cá nhảy" đánh đầu.	8	53.3	9	60.0
9	Đứng tại chỗ đánh đầu bằng trán bên.	11	73.3	11	73.3
10	Chạy đà đánh đầu bằng trán bên.	10	66.7	10	66.7
11	Nhảy lên đánh đầu bằng trán bên.	10	66.7	10	66.7
12	Đứng tại chỗ dùng đỉnh đầu chuyển bóng về sau.	11	73.3	11	73.3
13	Đứng tại chỗ dậm nhảy bằng hai chân đánh bóng bằng đỉnh đầu ra sau.	10	66.7	10	66.7
14	Chạy đà dậm nhảy bằng một chân đánh bóng bằng đỉnh đầu ra sau.	10	66.7	10	66.7
2.2.4.	Kỹ thuật nhận bóng				
1	Kỹ thuật nhận bóng bằng mu bàn chân	13	86.7	13	86.7
2	Kỹ thuật nhận bóng bằng lòng bàn chân	13	86.7	14	93.3
3	Kỹ thuật nhận bóng bằng gan bàn chân	13	86.7	14	93.3
4	Kỹ thuật nhận bóng bằng đùi.	11	73.3	11	73.3
5	Kỹ thuật nhận bóng bằng ngực.	10	66.7	10	66.7
6	Kỹ thuật nhận bóng bằng đầu.	11	73.3	11	73.3
7	Kỹ thuật nhận bóng nửa nảy.	11	73.3	11	73.3
2.2.5	Kỹ thuật giữ bóng				
1	- Giữ bóng thấp bằng mu giữa.	8	53.3	9	60.0
2	- Giữ bóng thấp bằng mu ngoài.	8	53.3	9	60.0

3	- Giữ bóng thấp bằng gan bàn chân.	10	66.7	10	66.7
1	- Giữ bóng nửa nảy bằng lòng bàn chân.	10	66.7	10	66.7
2	- Giữ bóng nửa nảy bằng mu ngoài.	10	66.7	10	66.7
3	- Giữ bóng nửa nảy bằng gan bàn chân.	9	60.0	9	60.0
4	- Giữ bóng nửa nảy bằng cẳng chân.	10	66.7	10	66.7
5	- Giữ bóng nửa nảy bằng bụng.	11	73.3	11	73.3
1	- Giữ bóng trên không bằng mu giữa.	9	60.0	9	60.0
2	- Giữ bóng trên không bằng lòng bàn chân.	10	66.7	10	66.7
3	- Giữ bóng trên không bằng đùi.	11	73.3	11	73.3
4	- Giữ bóng trên không bằng ngực:	9	60.0	9	60.0
	+ Loại uốn ngực.	10	66.7	10	66.7
	+ Loại hóp ngực.	11	73.3	11	73.3
5	- Giữ bóng trên không bằng đầu.	9	60.0	9	60.0
2.2.6	Kỹ thuật dẫn bóng				
1	- Dẫn bóng bằng mu trong.	13	86.7	14	93.3
2	- Dẫn bóng bằng mu ngoài.	13	86.7	13	86.7
3	- Dẫn bóng bằng lòng bàn chân.	13	86.7	14	93.3
4	- Dẫn bóng bằng mu giữa.	13	86.7	14	93.3
2.2.7	Kỹ thuật động tác giả:				
1	- Nhận bóng chuyển tới từ phía trước.	11	73.3	11	73.3
2	- Vờ ngã đầu để đánh bóng về trước.	9	60.0	9	60.0
3	- Vờ vung chân để đá bóng về trước.	10	66.7	10	66.7
4	- Ngã thân đổi hướng.	11	73.3	11	73.3
5	- Thả bóng lăn lọt qua giữa hai chân hay bên cạnh.	10	66.7	10	66.7
6	- Dẫn bóng khi đối phương ở phía sau.	11	73.3	11	73.3
7	- Ngã thân đổi hướng.	10	66.7	10	66.7
8	- Vờ dừng bóng.	11	73.3	11	73.3
9	- Giữ bóng bằng gan bàn chân.	10	66.7	10	66.7
10	- Vờ vung chân đá bóng.	11	73.3	11	73.3
11	- Chạy nhanh qua một bên đối phương, đồng thời đẩy bóng đi phía khác sau chân trụ của mình và qua đối phương.	10	66.7	10	66.7
2.2.8	Kỹ thuật tranh cướp bóng				
1	- Tranh cướp trước mặt.	11	73.3	11	73.3
2	- Tranh cướp sau lưng.	10	66.7	10	66.7
3	- Tranh cướp bên cạnh.	11	73.3	11	73.3
2.2.9	Kỹ thuật ném biên:				

1	- Đứng tại chỗ ném biên.	13	86.7	13	86.7
2	- Chạy đà ném biên.	14	93.3	14	93.3
2.2.10	Kỹ thuật thủ môn				
1	- Hoạt động không bóng	11	73.3	11	73.3
	+ Di động trượt hai chân đuổi nhau, lúc di động, mũi chân hướng về bóng.	10	66.7	10	66.7
	+ Di động chạy chéo bước chân (cắt kéo).	11	73.3	11	73.3
2	- Hoạt động có bóng.	11	73.3	11	73.3
	+ Bắt bóng lăn sệt.	10	66.7	10	66.7
	+ Bắt bóng trung bình.	11	73.3	11	73.3
	+ Bắt bóng cao.	11	73.3	11	73.3
	+ Đấm bóng.	10	66.7	10	66.7
	+ Vồ bắt bóng.	11	73.3	11	73.3
	+ Lao đấm bóng.	11	73.3	11	73.3
	+ Vồ đấm bóng trung bình cao.	10	66.7	10	66.7
	+ Đấm bóng cao mạnh.	11	73.3	11	73.3
	+ Dùng chân đá bóng.	11	73.3	11	73.3
	+ Dẫn bóng.	10	66.7	10	66.7
3	THỰC HÀNH TỔ CHỨC THI ĐẤU VÀ TRỌNG TÀI	14	93.3	14	93.3
4	THỂ LỰC CHUNG, CHUYÊN MÔN				
1	Các bài tập phát triển sức nhanh, mạnh, bền	14	93.3	14	93.3
2	Các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động, mềm dẻo	14	93.3	14	93.3
3	Các bài tập với trọng lượng phụ	11	73.3	11	73.3

Qua kết quả phỏng vấn đã lựa chọn được đầy đủ hệ thống nội dung để xây dựng mới chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá (là những nội dung có trên 80% số phiếu tán thành). Bao gồm những nội dung sau:

1/ Lý thuyết bao gồm 04 nội dung bao gồm:

- Nguồn gốc, lịch sử phát triển môn Bóng đá Thế giới và Việt Nam
- Vị trí, vai trò của môn Bóng đá
- Ý nghĩa, tác dụng của quá trình tập luyện và thi đấu Bóng đá
- Luật thi đấu Bóng đá

2/Thực hành với các nội dung như sau:

* Hoạt động không bóng bao gồm 03 nội dung:

+Kỹ thuật chạy.

+Kỹ thuật nhảy.

+Kỹ thuật đi bộ.

* Hoạt động có bóng bao gồm 06 nhóm nội dung như sau:

- Kỹ thuật tăng bóng - cảm giác bóng bao gồm 05 nội dung:

+Tăng bóng bằng mu bàn chân

+ Tăng bóng bằng lòng bàn chân

+ Tăng bóng bằng đùi

+ Tăng bóng bằng vai

+ Tăng bóng bằng đầu

- Kỹ thuật đá bóng bao gồm 04 nội dung:

+ Đá bóng bằng mu giữa bàn chân.

+ Đá bóng bằng mu trong bàn chân.

+ Đá bóng bằng mu ngoài bàn chân.

+ Đá bóng bằng lòng bàn chân.

- Kỹ thuật đánh đầu bao gồm 07 nội dung:

+ Đứng tại chỗ dùng trán giữa đánh bóng về phía trước

+ Đứng tại chỗ, chuyển thân đánh đầu bằng trán giữa.

- + Chạy đà, đánh đầu bằng trán giữa.
- + Bật nhảy, đánh đầu bằng trán giữa.
- + Bật nhảy tại chỗ, đánh đầu bằng trán giữa.
- + Bật một chân đánh đầu trán giữa có chạy đà.
- + Chạy đà dậm nhảy một chân, chuyển thân dùng trán giữa đánh đầu.
- Kỹ thuật nhận bóng bao gồm 03 nội dung :
 - + Kỹ thuật nhận bóng bằng mu bàn chân
 - + Kỹ thuật nhận bóng bằng lòng bàn chân
 - + Kỹ thuật nhận bóng bằng gan bàn chân
- Kỹ thuật dẫn bóng bao gồm 04 nội dung:
 - + Dẫn bóng bằng mu ngoài.
 - + Dẫn bóng bằng mu trong
 - + Dẫn bóng bằng lòng bàn chân.
 - + Dẫn bóng bằng mu giữa.
- Kỹ thuật ném biên bao gồm 02 nội dung:
 - + Đứng tại chỗ ném biên.
 - + Chạy đà ném biên.

3/ Thực hành tổ chức thi đấu và trọng tài

4/ Thể lực chung, chuyên môn bao gồm 02 nội dung

- Các bài tập phát triển sức nhanh, mạnh, bền
- Các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động, mềm dẻo.

Sau khi lựa chọn được nội dung giảng dạy nghiên cứu cũng tiến hành tìm hiểu đúc rút được những yêu cầu về cấu trúc tiết học, cách biên soạn và phương pháp giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn phù hợp với đặc thù giảng dạy hàng buổi khi lên lớp với thời lượng 150 phút/buổi, 3 buổi/tuần.

❖ **Cấu trúc buổi học ngoại khóa môn Bóng đá**

Buổi tập ngoại khóa môn Bóng đá bao gồm 3 phần chính: Phần chuẩn bị (phần khởi động), phần cơ bản (phần chuyên môn chính), phần kết thúc

- Phần chuẩn bị (phần khởi động): Chiếm 16% - 20% thời lượng buổi học (25 – 30 phút)

+ Nhiệm vụ của phần khởi động: Giảng viên cho ổn định tổ chức lớp, phổ biến giáo án. Sắp xếp tập trung theo đội hình để bắt đầu tập luyện.

+ Nội dung của phần khởi động: Gồm phần khởi động chung và chuyên môn

- Các động tác làm nóng cơ, khớp

- Các tư thế ép dẻo cơ bản

- Các động tác di chuyển

- Các bài tập khởi động và động tác nhảy

Mục đích các bài tập nhằm đưa cơ thể từ trạng thái tĩnh sang trạng thái động để chuẩn bị cho các hoạt động chính tiếp theo.

- Phần chính (phần cơ bản): Chiếm 66% - 73% thời lượng buổi học (100 – 110 phút)

+ Nhiệm vụ của phần cơ bản: tập luyện phát triển kỹ thuật và thể lực chuyên môn. Đảm bảo việc tập luyện lặp lại và phát triển có kết quả.

+ Nội dung chính của phần cơ bản

Bao gồm luyện tập kỹ thuật động tác mới ôn luyện, động tác cũ tăng cường khả năng phối hợp vận động. yêu cầu về kỹ thuật được Giảng viên phổ biến rõ ràng, hướng dẫn SV một cách chi tiết cụ thể.

Các nội dung thường được sắp xếp theo cách thức sau: Các động tác mới, kỹ thuật phức tạp vào đầu phần cơ bản, tiếp tục củng cố hoặc hoàn thiện động tác vào giữa hay cuối phần cơ bản và phối hợp toàn cơ thể (đấu tập ...)

- Phần kết thúc: Chiếm 6 - 10% thời lượng buổi học (10 – 15 phút)

+ Nhiệm vụ: Đây là phần sau của buổi tập, cơ thể SV chuyển dần từ trạng thái hoạt động sang trạng thái hồi phục tốt nhất.

+ Nội dung chính của phần kết thúc

Với các hoạt động nhẹ nhàng, các bài tập mang tính điều hòa hô hấp, căng ép dẻo nhẹ nhàng, thả lỏng đến mức tối đa, kết hợp với trò chơi vận động nhẹ

giúp sinh viên trở về trạng thái bình thường và có sự phấn khởi vui vẻ sau buổi học.

Giảng viên nhận xét đánh giá những ưu và nhược điểm kết quả buổi tập một cách ngắn gọn và giao bài tập về nhà (bài tập phải ngắn gọn, nhẹ nhàng, vừa sức, thường là ôn các kỹ thuật động tác kỹ thuật).

❖ **Cách thức biên soạn bài tập ngoại khóa môn Bóng đá**

- Khi biên soạn cần phải tìm hiểu về đối tượng thực hiện bài tập và xác định rõ mục đích cần phát triển của đối tượng trong từng buổi tập để từ đó lựa chọn những bài tập phù hợp.

- Bài tập được lựa chọn phải phù hợp với đối tượng là SV của Trường Đại học An ninh nhân dân. Bài tập cần phải lựa chọn những nội dung mang tính phát triển những kỹ năng cơ bản hoàn thiện khả năng phối hợp vận động, tăng cường vận động và hình thành kỹ xảo vận động.

❖ **Phương pháp giảng dạy**

- Giảng viên luôn phải chú ý đến vấn đề ổn định tổ chức kỷ luật, coi đó là một bước không thể thiếu được trong quá trình thực hiện một buổi lên lớp.

- Khi giảng dạy Giảng viên cần phải tuân thủ theo các nguyên tắc sư phạm là: sắp xếp thứ tự từ dễ đến khó theo logic, dễ nhìn, dễ hiểu, có kỹ thuật độ khó phù hợp với đối tượng sinh viên.

- Khi thực hiện chỉ dẫn thị phạm kỹ thuật, thực hiện các động tác làm mẫu, tư thế phải chuẩn, đẹp và dễ hiểu. Các tư thế làm mẫu phải thực hiện cho sinh viên nắm bắt được cách thức thực hiện một cách dễ dàng nhất. Đối với tổ hợp động tác, các bài chiến thuật cần phải phân chia dạy theo từng giai đoạn sau đó mới lắp ghép toàn bộ vận hành chiến thuật ...

- Một giờ tập gồm 150 phút vì vậy lượng vận động phải phù hợp. Giảng viên cần bố trí hướng dẫn sinh viên tuân thủ cấu trúc của giờ học, đảm bảo các bước khởi động cơ bản, kết thúc để cho sinh viên tiếp thu tốt các nội dung của giờ học và phòng tránh chấn thương.

CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY NGOẠI KHÓA MÔN BÓNG ĐÁ

- Thời gian: 120 tiết (4 đơn vị học trình)

1. Mục đích

- Kiến thức: Sinh viên nắm những kiến thức về nguồn gốc và lịch sử phát triển môn Bóng đá.

- Phương pháp giảng dạy thực hành các kỹ thuật

- Luật, phương pháp tổ chức thi đấu và công tác trọng tài

- Kỹ năng: Thực hiện tốt các kỹ thuật, luyện tập có trình độ thể lực chuyên môn và phát huy tốt trong các cuộc thi đấu

- Thái độ: Tích cực học tập, tự phân tích các tình huống trong tập luyện

2/ Nhiệm vụ

- Nghiên cứu và tập luyện các kỹ thuật của môn Bóng đá. Phương pháp giảng dạy thực hành các kỹ thuật phát triển thể lực và thể lực chuyên môn.

- Giáo dục đạo đức, hoàn thiện nhân cách SV, đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo của chương trình

3/ Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy

Với những kết quả nghiên cứu trên, nghiên cứu tiến hành phân phối lại thời gian giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá tại Trường Đại học An ninh nhân dân, nội dung được trình bày cụ thể tại bảng 3.12 dưới đây.

Bảng 3.12 : Bảng phân phối thời gian của chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Nội dung	Số tiết học
1	Lý thuyết	6
2	Thực hành	102
3	Thực tập và tổ chức TĐ trọng tài	9
4	Đánh giá cuối học phần	3
Tổng cộng		120

Từ bảng phân phối thời gian chung của chương trình là cơ sở để xây dựng bảng phân phối thời gian cụ thể cho chương trình với nội dung, cấu trúc chương

trình ngoại khóa môn Bóng đá đang được áp dụng thực nghiệm tại trường như sau:

- **Phần lý thuyết:** 6 tiết chiếm 5% tổng thời gian, nội dung lý thuyết được giảng dạy lồng ghép trong giờ học thực hành bao gồm các nội dung: Nguồn gốc, lịch sử phát triển môn Bóng đá Thế giới và Việt Nam, Vị trí, vai trò của môn Bóng đá, Ý nghĩa, tác dụng của quá trình tập luyện và thi đấu Bóng đá và Luật thi đấu Bóng đá

- **Phần thực hành:** 102 tiết chiếm 85% bao gồm các kỹ thuật cơ bản, một số bài tập phát triển thể lực chung, chuyên môn, tổ chức thi đấu và trọng tài.

- **Phần thực tập và tổ chức TD trọng tài Bóng đá:** 9 tiết, chiếm 7.5%, bao gồm các phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu.

- **Thi kết thúc học phần:** 3 tiết chiếm 2.5% nội dung chương trình

Việc xây dựng chương trình được tuân thủ theo nguyên tắc từ dễ đến khó, lượng vận động phù hợp. Chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng đá mới được xây dựng với số tiết là 120 tiết. Nội dung chương trình giảng dạy và tiến trình biểu giảng dạy khi thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.13 dưới đây.

4. Phương pháp kiểm tra đánh giá học phần:

Khi kiểm tra kết thúc học phần gồm 2 nội dung:

- **Kiểm tra thực hành:** Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2mx 2m (05 quả); Ném biên 10 quả (m); Dẫn bóng tốc độ 30m (s)

- **Kiểm tra lý thuyết:** Theo hình thức thi vấn đáp. Sinh viên bốc thăm câu hỏi trả lời 1 – 2 câu liên quan đến các nội dung lý thuyết về bóng đá đã được học: Nguồn gốc, lịch sử phát triển môn Bóng đá Thế giới và Việt Nam; Ý nghĩa, tác dụng của quá trình tập luyện và thi đấu Bóng đá; Trọng tài môn Bóng đá và Luật thi đấu Bóng đá.

Nội dung học tập ngoại khóa môn Bóng đá tại Trường Đại học An ninh nhân dân được phân bổ cụ thể trong Đề cương chi tiết đính kèm tại phụ lục 6.

**Bảng 3.13: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy
Ngoại khóa môn Bóng đá tại Trường Đại học An ninh nhân dân**

Nội dung giảng dạy	Tổng số tiết
I. LÝ THUYẾT	6
Nguồn gốc, lịch sử phát triển môn Bóng đá Thế giới và VN	
Ý nghĩa, tác dụng của quá trình tập luyện và thi đấu Bóng đá	
Trọng tài môn Bóng đá	
Luật thi đấu Bóng đá	
II. THỰC HÀNH	111
<i>1. Hoạt động không bóng</i>	
Kỹ thuật đi bộ	
Kỹ thuật nhảy	
Kỹ thuật chạy	
<i>2. Hoạt động có bóng</i>	
Kỹ thuật tăng bóng, cảm giác bóng	
Kỹ thuật đá bóng	
Kỹ thuật đánh đầu	
Kỹ thuật nhận bóng	
Kỹ thuật ném biên	
Kỹ thuật dẫn bóng	
<i>3. Thực hành tổ chức thi đấu và trọng tài</i>	
Thực hành tổ chức thi đấu	
Thực hành trọng tài	
<i>4. Thể lực chung và chuyên môn</i>	
Các bài tập phát triển sức nhanh, mạnh, bền	
Các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động, mềm dẻo	
III. Thi kết thúc môn	3
Thực hành	
Tổng cộng	120

3.2.3. Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn Bóng bàn

❖ Lựa chọn nội dung chương trình giảng dạy

Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn, các giáo án, chương trình huấn luyện giảng dạy bộ môn Bóng bàn ở các trường Đại học cho học phần GDTC tại một số trường Cao đẳng và Đại học, làm cơ sở xác định các nội dung để xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân bao gồm:

- Lý thuyết trong môn bóng bàn
- Các bài tập kỹ thuật cơ bản
- Chiến thuật cơ bản
- Những bài tập phát triển thể lực chung và chuyên môn

Để xây dựng nội dung chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân, nghiên cứu phỏng vấn với mục đích lựa chọn những bài tập có nội dung phù hợp, nhằm thu được kết quả cao cho sinh viên. Luận án tiến hành phỏng vấn 15 giảng viên, các huấn luyện viên có kinh nghiệm và am hiểu về dạy môn Bóng bàn. Thông qua ý kiến đóng góp của các GV giảng dạy môn bóng bàn, chuyên gia, nhà khoa học, Ban giám hiệu về tính phù hợp và khả thi của các nội dung phiếu phỏng vấn. Sau đó tiến hành kiểm định Wilcoxon nhằm kiểm tra độ ổn định giữa 2 lần phỏng vấn.

Giả thiết H_0 : Hai trị trung bình của 2 tổng thể là như nhau.

Phiếu phỏng vấn chuyên gia	
Z	-0.858
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.157

Từ kết quả trên, ta thấy mức ý nghĩa quan sát của kiểm định giữa 2 lần phỏng vấn là $\text{sig.} = 0.157 > 0.05$ (ngưỡng xác suất thống kê không có ý nghĩa tại $P > 0.05$). Kết luận rút ra: theo kiểm định Wilcoxon, có tính trùng hợp và ổn định giữa 2 lần phỏng vấn. Qua 2 lần phỏng vấn kết hợp với kiểm định Wilcoxon, đề tài lựa chọn những ý kiến có trên 80% tỷ lệ ý kiến tán thành. Kết quả phỏng vấn cụ thể như sau:

Bảng 3.14: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

STT	Nội dung	KQPV lần 1		KQPV lần 2	
		Tán thành	Tỷ lệ %	Tán thành	Tỷ lệ %
I.	Lý thuyết				
1	Đặc điểm chung về tập luyện và thi đấu Bóng bàn	10	66.7	10	66.7
2	Lịch sử và quá trình phát triển môn bóng bàn	15	100.0	14	93.3
3	Nguyên lý kỹ thuật bóng bàn	15	100.0	15	100.0
4	Kỹ thuật và phân loại kỹ thuật bóng bàn	11	73.3	11	73.3
5	Chiến thuật Bóng bàn	10	66.7	10	66.7
6	Tổ chức thi đấu và trọng tài Bóng bàn	13	86.7	14	93.3
7	Luật bóng bàn	14	93.3	15	100.0
II.	Thực thành				
1	Líp bóng thuật tay	15	100.0	15	100.0
2	Líp bóng trái tay	15	100.0	15	100.0
3	Giật bóng thuận tay	10	66.7	9	60.0
4	Vụt bóng thuận tay	15	100.0	14	93.3
5	Bạt bóng thuận tay	9	60.0	9	60.0
6	Đập bóng bồng thuận tay	10	66.7	10	66.7
7	Đẩy bóng trái tay	11	73.3	10	66.7
8	Vụt bóng trái tay	15	100.0	15	100.0
9	Giật bóng trái tay	10	66.7	10	66.7
10	Đột kích trái tay	8	53.3	8	53.3
11	Cắt bóng thuận tay	15	100.0	14	93.3
12	Chặn bóng thuận tay	15	100.0	15	100.0
13	Gò bóng thuận tay	15	100.0	14	93.3
14	Thả bóng bồng thuận tay	15	100.0	14	93.3
15	Cắt bóng trái tay	15	100.0	15	100.0
16	Chặn bóng trái tay	15	100.0	15	100.0
17	Gò bóng trái tay	15	100.0	15	100.0
18	Thả bóng bồng trái tay	9	60.0	9	60.0
19	Giao bóng xoáy lên	15	100.0	15	100.0
20	Giao bóng xoáy xuống	15	100.0	15	100.0
21	Giao bóng xoáy ngang lên	15	100.0	15	100.0

22	Giao bóng xoáy ngang xuống	15	100.0	15	100.0
23	Di chuyển đơn bước	15	100.0	15	100.0
24	Di chuyển đôi bước	15	100.0	15	100.0
25	Di chuyển nhảy bước	15	100.0	15	100.0
26	Di chuyển bước chéo	15	100.0	15	100.0
III	Thể lực chung và thể lực chuyên môn				
1	Nhảy dây ngắn	15	100.0	15	100.0
2	Bật bậc cao 30 cm	15	100.0	15	100.0
3	Chạy con thoi 4 x 10m	15	100.0	15	100.0
4	Lăng tạ tay 2kg	15	100.0	15	100.0
5	Nằm sấp chống đẩy	15	100.0	15	100.0
6	Chạy 30m	10	66.7	10	66.7
7	Chạy 1500m	15	100.0	15	100.0
8	Các bài tập cơ lưng, bụng	15	100.0	15	100.0
IV	Chiến thuật				
1	Tấn công đối phó tấn công	15	100.0	15	100.0
2	Tấn công đối phó phòng thủ	10	66.7	10	66.7
3	Phòng thủ đối phó tấn công	11	73.3	11	73.3
4	Phòng thủ đối phó phòng thủ	11	73.3	11	73.3

Qua kết quả phỏng vấn đã lựa chọn được đầy đủ hệ thống nội dung để xây dựng mới chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn (là những nội dung có trên 80% số phiếu tán thành). Bao gồm những nội dung sau:

1/ Lý thuyết: 4 nội dung

- Lịch sử và quá trình phát triển của môn Bóng bàn
- Nguyên lý kỹ thuật bóng bàn
- Tổ chức thi đấu và trọng tài Bóng bàn
- Luật bóng bàn

2/ Kỹ thuật chính: 19 kỹ thuật

- Líp bóng thuận tay
- Líp bóng trái tay
- Vụt bóng thuận tay
- Vụt bóng trái tay
- Cắt bóng thuận tay
- Cắt bóng trái tay
- Chặn bóng thuận tay
- Chặn bóng trái tay
- Thả bóng bổng thuận tay
- Gò bóng thuận tay
- Gò bóng trái tay
- Giao bóng xoáy lên
- Giao bóng xoáy xuống
- Giao bóng xoáy ngang lên
- Giao bóng xoáy ngang xuống
- Di chuyển đơn bước
- Di chuyển đôi bước
- Di chuyển nhảy bước
- Di chuyển bước chéo

3. Thẻ lực: 9 nội dung

- Nhảy dây ngắn
- Bật bục cao 30 cm
- Chạy con thoi 4 x 10m
- Lãng tạ tay 2 kg
- Nằm sấp chống đẩy
- Các bài tập cơ lưng, bụng
- Chạy 1500 m
- Lãng tạ bên phải thời gian 1 phút
- Di chuyển qua lại nhặt 21 quả bóng khoảng cách 4m, tính thời gian

4. Chiến thuật: 1 nội dung

Tấn công đối phó tấn công

Sau khi lựa chọn được nội dung giảng dạy nghiên cứu cũng tiến hành tìm hiểu đúc rút được những yêu cầu về cấu trúc tiết học, cách biên soạn và phương pháp giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn phù hợp với đặc thù giảng dạy hàng buổi khi lên lớp với thời lượng 150 phút/buổi, 3 buổi/tuần.

❖ Cấu trúc buổi học ngoại khóa môn Bóng bàn

Buổi tập ngoại khóa môn Bóng bàn bao gồm 3 phần chính: Phần chuẩn bị (phần khởi động), phần cơ bản (phần chuyên môn chính), phần kết thúc

- *Phần chuẩn bị (phần khởi động)*: Chiếm 15% - 20% thời lượng buổi học (15 – 30 phút)

+ Nhiệm vụ của phần khởi động: Giảng viên cho ổn định tổ chức lớp, phổ biến giáo án. Sắp xếp tập trung theo đội hình để bắt đầu tập luyện.

+ Nội dung của phần khởi động: Gồm phần khởi động chung và chuyên môn

- Các động tác làm nóng cơ, khớp
- Các tư thế ép dẻo cơ bản
- Các động tác di chuyển
- Các bài tập khởi động và động tác nhảy

Mục đích các bài tập nhằm đưa cơ thể từ trạng thái tĩnh sang trạng thái động để chuẩn bị cho các hoạt động chính tiếp theo.

- *Phần chính (phần cơ bản)*: Chiếm 65% - 70% thời lượng buổi học (100 – 110 phút)

+ Nhiệm vụ của phần cơ bản: tập luyện phát triển kỹ thuật và thể lực chuyên môn. Đảm bảo việc tập luyện lặp lại và phát triển có kết quả.

+ Nội dung chính của phần cơ bản

Bao gồm luyện tập kỹ thuật động tác mới ôn luyện, động tác cũ tăng cường khả năng phối hợp vận động. yêu cầu về kỹ thuật được Giảng viên phổ biến rõ ràng, hướng dẫn học sinh một cách chi tiết cụ thể.

Các nội dung thường được sắp xếp theo cách thức sau: Các động tác mới, kỹ thuật phức tạp vào đầu phần cơ bản, tiếp tục củng cố hoặc hoàn thiện động tác vào giữa hay cuối phần cơ bản và phối hợp toàn cơ thể (đấu tập ...)

- *Phần kết thúc*: Chiếm 6 - 10% thời lượng buổi học (10 – 15 phút)

+ Nhiệm vụ: Đây là phần sau của buổi tập, cơ thể học sinh chuyển dần từ trạng thái hoạt động sang trạng thái hồi phục tốt nhất.

+ Nội dung chính của phần kết thúc

Với các hoạt động nhẹ nhàng, các bài tập mang tính điều hòa hô hấp, căng ép dẻo nhẹ nhàng, thả lỏng đến mức tối đa, kết hợp với trò chơi vận động nhẹ giúp sinh viên trở về trạng thái bình thường và có sự phấn khởi vui vẻ sau buổi học.

Giảng viên nhận xét đánh giá những ưu và nhược điểm kết quả buổi tập một cách ngắn gọn và giao bài tập về nhà (bài tập phải ngắn gọn, nhẹ nhàng, vừa sức, thường là ôn các kỹ thuật động tác kỹ thuật).

❖ **Cách thức biên soạn bài tập ngoại khóa môn Bóng bàn**

Môn Bóng bàn là một môn thể thao mang tính nghệ thuật thực dụng phong phú đòi hỏi người Giảng viên giảng dạy phải có trình độ chuyên môn cơ bản để nắm vững thật rõ ràng các động tác. Phải hiểu biết được ý nghĩa tác động

của mỗi kỹ thuật động tác lên cơ thể người tập. Các động tác phải được liên kết với nhau một cách logic có nguyên tắc.

- Khi biên soạn cần phải tìm hiểu về đối tượng thực hiện bài tập và xác định rõ mục đích cần phát triển của đối tượng trong từng buổi tập để từ đó lựa chọn những bài tập phù hợp.

- Với đối tượng là sinh viên của Trường Đại học An ninh nhân dân, bài tập cần phải lựa chọn những nội dung mang tính phát triển những kỹ năng cơ bản hoàn thiện khả năng phối hợp vận động, tăng cường vận động và hình thành kỹ xảo vận động.

Trong quá trình giảng dạy không tránh khỏi những động tác ngẫu hứng để tạo cho bài tập được phong phú hơn, đòi hỏi người dạy cần chuẩn bị tốt về chuyên môn của mình để từ đó tạo ra những khả năng ngẫu hứng mang lại hiệu quả cao cho học tập.

❖ Phương pháp giảng dạy

- Giảng viên luôn phải chú ý đến vấn đề ổn định tổ chức kỷ luật, coi đó là một bước không thể thiếu được trong quá trình thực hiện một buổi lên lớp.

- Khi giảng dạy Giảng viên cần phải tuân thủ theo các nguyên tắc sư phạm là: sắp xếp thứ tự từ dễ đến khó theo logic, dễ nhìn, dễ hiểu, có kỹ thuật độ khó phù hợp với đối tượng sinh viên.

- Khi thực hiện chỉ dẫn thị phạm kỹ thuật, thực hiện các động tác làm mẫu, tư thế phải chuẩn, đẹp và dễ hiểu. Các tư thế làm mẫu phải thực hiện cho sinh viên nắm bắt được cách thức thực hiện một cách dễ dàng nhất. Đối với tổ hợp động tác, các bài chiến thuật cần phải phân chia dạy theo từng giai đoạn sau đó mới lắp ghép toàn bộ vận hành chiến thuật ...

- Một giờ tập gồm 150 phút vì vậy lượng vận động phải phù hợp. Giảng viên cần bố trí hướng dẫn sinh viên tuân thủ cấu trúc của giờ học, đảm bảo các bước khởi động cơ bản, kết thúc để cho sinh viên tiếp thu tốt các nội dung của giờ học và phòng tránh chấn thương.

CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY NGOẠI KHÓA MÔN BÓNG BÀN

- Thời gian: 120 tiết (4 đơn vị học trình)

1. Mục đích

- Kiến thức: Sinh viên nắm những kiến thức về nguồn gốc và lịch sử phát triển môn Bóng bàn.

- Phương pháp giảng dạy thực hành các kỹ thuật

- Luật, phương pháp tổ chức thi đấu và công tác trọng tài

- Kỹ năng: Thực hiện tốt các kỹ thuật, luyện tập có trình độ thể lực chuyên môn và phát huy tốt trong các cuộc thi đấu

- Thái độ: Tích cực học tập, tự phân tích các tình huống trong tập luyện

2/ Nhiệm vụ

- Nghiên cứu và tập luyện các kỹ thuật của môn Bóng bàn. Phương pháp giảng dạy thực hành các kỹ thuật phát triển thể lực và thể lực chuyên môn

- Giáo dục đạo đức, hoàn thiện nhân cách sinh viên, đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo của chương trình

3/ Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy

Với những kết quả nghiên cứu trên, nghiên cứu tiến hành phân phối lại thời gian giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân, nội dung được trình bày cụ thể tại bảng 3.15 dưới đây.

Bảng 3.15: Bảng Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy môn ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Nội dung	Số tiết học
1	Lý thuyết	6
2	Thực hành	102
3	Thực tập và tổ chức TD trọng tài	9
4	Đánh giá cuối học phần	3
Tổng cộng		120

Từ bảng phân phối thời gian chung của chương trình là cơ sở để xây dựng bảng phân phối thời gian cụ thể cho chương trình được trình bày qua bảng 3.16 dưới đây. Qua bảng ta thấy: Nội dung, cấu trúc chương trình ngoại khóa môn Bóng bàn đang được áp dụng thực nghiệm tại trường như sau:

- **Phần lý thuyết:** 6 tiết chiếm 5% tổng thời gian, nội dung lý thuyết được giảng dạy lồng ghép trong giờ học thực hành bao gồm các nội dung: Lịch sử và quá trình phát triển môn bóng bàn, nguyên lý kỹ thuật bóng bàn, phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng bàn, luật bóng bàn.

- **Phần thực hành:** 102 tiết chiếm 85% bao gồm các kỹ thuật cơ bản, một số bài tập phát triển thể lực chung, chuyên môn, tổ chức thi đấu và trọng tài.

- **Phần thực tập và tổ chức TĐ trọng tài BB:** 9 tiết, chiếm 7.5%, bao gồm các phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu.

- **Thi kết thúc học phần:** 3 tiết chiếm 2.5% nội dung chương trình

Việc xây dựng chương trình được tuân thủ theo nguyên tắc từ dễ đến khó, lượng vận động phù hợp. Chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bóng bàn mới được xây dựng với số tiết là 120 tiết. Nội dung chương trình giảng dạy và tiến trình biểu giảng dạy khi thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.16.

4. Phương pháp kiểm tra đánh giá học phần:

Khi kiểm tra kết thúc học phần gồm 3 nội dung (kết hợp lý thuyết và thực hành): Kỹ thuật cơ bản, thi đấu và trọng tài.

- **Kiểm tra thực hành:**

- Nội dung 1: Kỹ thuật (Bốc thăm ngẫu nhiên 2/5 kỹ thuật sau)

+ Giao bóng xoáy đơn 5 quả xoáy lên và 5 quả xoáy xuống

+ Đẩy bóng vào ô 60cm x 60cm

+ Gò bóng phối hợp vào ô $\frac{1}{4}$ bàn bên phải.

+ Líp bóng vào ô 60cm x 60cm

- Nội dung 2: Thi đấu

- Nội dung 3: Trọng tài

- **Kiểm tra lý thuyết:** Theo hình thức vấn đáp 1 – 2 câu vào nguyên lý, kỹ thuật, hay một số điều luật hoặc phương pháp tổ chức thi đấu và làm trọng tài bóng bàn.

Bảng 3.16: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy Ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Nội dung giảng dạy	Tổng số tiết
I	Lý thuyết: - Lịch sử và quá trình phát triển của môn Bóng bàn - Nguyên lý kỹ thuật bóng bàn - Luật bóng bàn - Phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài bóng bàn	6
II	Thực hành - Líp bóng thuận tay - Líp bóng trái tay - Vụt bóng thuận tay - Vụt bóng trái tay - Cắt bóng thuận tay - Cắt bóng trái tay - Chặn bóng thuận tay - Chặn bóng trái tay - Thả bóng bổng thuận tay - Gò bóng thuận tay - Gò bóng trái tay - Giao bóng xoáy lên - Giao bóng xoáy xuống - Giao bóng xoáy ngang lên - Giao bóng xoáy ngang xuống - Di chuyển đơn bước - Di chuyển đôi bước - Di chuyển nhảy bước - Di chuyển bước chéo - Tổ chức thi đấu và trọng tài bóng bàn - Thể lực chung và chuyên môn - Thi đấu	110
III	Thi kiểm tra kết thúc học phần	3

Nội dung học tập ngoại khóa môn Bóng bàn tại Trường Đại học An ninh nhân dân được phân bổ cụ thể trong Đề cương chi tiết đính kèm tại phụ lục 6.

3.2.4. Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn Bơi lội

❖ Lựa chọn nội dung chương trình giảng dạy

Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn, các giáo án, chương trình huấn luyện giảng dạy bộ môn Bơi lội ở các trường Đại học cho học phần GDTC tại một số trường Cao đẳng và Đại học, làm cơ sở xác định các nội dung để xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân bao gồm:

- Lý thuyết trong môn Bơi lội
- Các bài tập kỹ thuật cơ bản
- Phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo
- Những bài tập phát triển thể lực chung và chuyên môn

Để xây dựng nội dung chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân, nghiên cứu phỏng vấn với mục đích lựa chọn những bài tập có nội dung phù hợp, nhằm thu được kết quả cao cho sinh viên. Luận án tiến hành phỏng vấn 15 giảng viên, các huấn luyện viên có kinh nghiệm và am hiểu về dạy môn Bơi lội. Thông qua ý kiến đóng góp của các GV giảng dạy môn Bơi lội, chuyên gia, nhà khoa học, Ban giám hiệu về tính phù hợp và khả thi của các nội dung phiếu phỏng vấn. Sau đó tiến hành kiểm định Wilcoxon nhằm kiểm tra độ ổn định giữa 2 lần phỏng vấn.

Giả thiết H_0 : Hai trị trung bình của 2 tổng thể là như nhau.

Phiếu phỏng vấn chuyên gia	
Z	-0.628
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.247

Từ kết quả trên, ta thấy mức ý nghĩa quan sát của kiểm định giữa 2 lần phỏng vấn là $\text{sig.} = 0.247 > 0.05$ (ngưỡng xác suất thống kê không có ý nghĩa tại

$P > 0.05$). Kết luận rút ra: theo kiểm định Wilcoxon, có tính trùng hợp và ổn định giữa 2 lần phỏng vấn.

Qua 2 lần phỏng vấn kết hợp với kiểm định Wilcoxon, đề tài lựa chọn những ý kiến có trên 80% tỷ lệ ý kiến tán thành. Kết quả phỏng vấn cụ thể như sau:

Bảng 3.17: Kết quả phỏng vấn về việc lựa chọn nội dung giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân

STT	Nội dung	KQPV lần 1		KQPV lần 2	
		Tán thành	Tỷ lệ %	Tán thành	Tỷ lệ %
I.	Lý thuyết				
1	Đặc điểm chung về tập luyện và thi đấu Bơi lội	10	66.7	10	66.7
2	Lịch sử hình thành phát triển Bơi lội trên thế giới và ở Việt Nam	14	93.3	14	93.3
3	Lợi ích tập luyện môn Bơi lội.	15	100.0	15	100.0
4	Kỹ thuật và phân loại các kiểu Bơi lội	11	73.3	11	73.3
5	Mục đích của việc tập luyện môn Bơi lội.	10	66.7	10	66.7
6	Tổ chức thi đấu và trọng tài Bơi lội	13	86.7	13	86.7
7	Luật Bơi lội	14	93.3	14	93.3
8	Phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo	15	100.0	15	100.0
II.	Thực thành				
1	Kỹ thuật đạp chân bơi Éch.	15	100.0	15	100.0
2	Kỹ thuật quạt tay bơi Éch.	15	100.0	15	100.0
3	Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch không có thở.	15	100.0	15	100.0
4	Kỹ thuật quạt tay bơi Éch kết hợp với thở.	15	100.0	15	100.0
5	Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch kết hợp thở.	15	100.0	15	100.0
6	Kỹ thuật đứng nước	15	100.0	15	100.0
7	Kỹ thuật chân trườn sấp khi ở dưới nước	15	100.0	15	100.0
8	Kỹ thuật chân trườn sấp trên cạn	15	100.0	15	100.0
9	Kỹ thuật chân, tay trườn sấp phối hợp cùng hơi thở trên cạn	15	100.0	15	100.0
10	Kỹ thuật sải tay dưới nước cùng với nhịp thở	15	100.0	15	100.0
11	Kết hợp chân, tay trườn sấp phối hợp thở dưới	15	100.0	15	100.0

	nước				
III	Bài tập phát triển thể lực chung				
1	Nhảy dây ngắn	10	66.7	10	66.7
2	Bật bực cao 30 cm	15	100.0	15	100.0
3	Chạy con thoi 4 x 10m	11	73.3	11	73.3
4	Plank	15	100.0	15	100.0
5	Nằm sấp chống đẩy	15	100.0	15	100.0
6	Chạy 30m	10	66.7	10	66.7
7	Chạy 1500m	15	100.0	15	100.0
8	Các bài tập cơ lưng, bụng	15	100.0	15	100.0

Qua kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được đầy đủ hệ thống nội dung để xây dựng mới chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội (là những nội dung có trên 80% số phiếu tán thành). Bao gồm những nội dung sau:

1/ Lý thuyết: 5 nội dung

- Lịch sử hình thành phát triển Bơi lội trên thế giới và ở Việt Nam
- Lợi ích tập luyện môn Bơi lội.
- Tổ chức thi đấu và trọng tài Bơi lội
- Luật Bơi lội
- Phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo

2/ Kỹ thuật chính: 3 kỹ thuật

- Kỹ thuật đứng nước
- Kỹ thuật bơi Éch
- + Kỹ thuật đạp chân bơi Éch
- + Kỹ thuật quạt tay bơi Éch
- + Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch không có thở
- + Kỹ thuật quạt tay bơi Éch kết hợp với thở
- + Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch kết hợp thở
- Kỹ thuật bơi Trườn sấp
- + Kỹ thuật chân trườn sấp khi ở dưới nước
- + Kỹ thuật chân trườn sấp trên cạn

- + Kỹ thuật chân, tay trườn sấp phối hợp cùng hơi thở trên cạn
- + Kỹ thuật sải tay dưới nước cùng với nhịp thở
- + Kết hợp chân, tay trườn sấp phối hợp thở dưới nước

3. Thể lực: 5 nội dung

- Bật bực cao 30 cm
- Plank
- Nằm sấp chống đẩy
- Chạy 1500m
- Các bài tập cơ lưng, bụng

Sau khi lựa chọn được nội dung giảng dạy nghiên cứu cũng tiến thành tìm hiểu đúc rút được những yêu cầu về cấu trúc tiết học, cách biên soạn và phương pháp giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội phù hợp với đặc thù giảng dạy hàng buổi khi lên lớp với thời lượng 150 phút/buổi, 3 buổi/tuần.

❖ Cấu trúc buổi học ngoại khóa môn Bơi lội

Buổi tập ngoại khóa môn Bơi lội bao gồm 3 phần chính: Phần chuẩn bị (phần khởi động), phần cơ bản (phần chuyên môn chính), phần kết thúc

- *Phần chuẩn bị (phần khởi động trên cạn):* Chiếm 15% - 20% thời lượng buổi học (15 – 30 phút)

+ Nhiệm vụ của phần khởi động: Giảng viên cho ổn định tổ chức lớp, phổ biến giáo án. Sắp xếp tập trung theo đội hình để bắt đầu tập luyện.

+ Nội dung của phần khởi động: Gồm phần khởi động chung và chuyên môn

- Các động tác làm nóng cơ, khớp
- Các tư thế ép dẻo cơ bản
- Các bài tập khởi động chuyên môn

Mục đích các bài tập nhằm đưa cơ thể từ trạng thái tĩnh sang trạng thái động để chuẩn bị cho các hoạt động chính tiếp theo.

- *Phần chính (phần cơ bản)*: Chiếm 65% - 70% thời lượng buổi học (100 – 110 phút)

+ Nhiệm vụ của phần cơ bản: tập luyện phát triển kỹ thuật và thể lực chuyên môn. Đảm bảo việc tập luyện lặp lại và phát triển có kết quả.

+ Nội dung chính của phần cơ bản

Bao gồm luyện tập kỹ thuật động tác mới ôn luyện, động tác cũ tăng cường khả năng phối hợp vận động. Yêu cầu về kỹ thuật được Giảng viên phổ biến rõ ràng, hướng dẫn học sinh một cách chi tiết cụ thể.

Các nội dung thường được sắp xếp theo cách thức sau: Các động tác mới, kỹ thuật phức tạp vào đầu phần cơ bản, tiếp tục củng cố hoặc hoàn thiện động tác vào giữa hay cuối phần cơ bản và phối hợp toàn cơ thể (đấu tập ...)

- *Phần kết thúc*: Chiếm 6 - 10% thời lượng buổi học (10 – 15 phút)

+ Nhiệm vụ: Đây là phần sau của buổi tập, cơ thể học sinh chuyển dần từ trạng thái hoạt động sang trạng thái hồi phục tốt nhất.

+ Nội dung chính của phần kết thúc

Với các hoạt động nhẹ nhàng, các bài tập mang tính điều hòa hô hấp, thả lỏng nhẹ nhàng giúp sinh viên trở về trạng thái bình thường và có sự phấn khởi vui vẻ sau buổi học.

Giảng viên nhận xét đánh giá những ưu và nhược điểm kết quả buổi tập một cách ngắn gọn và giao bài tập về nhà (bài tập phải ngắn gọn, nhẹ nhàng, vừa sức, ôn lại các kỹ thuật động tác kỹ thuật).

❖ **Cách thức biên soạn bài tập ngoại khóa môn Bơi lội**

Môn Bơi lội là một môn thể thao mang tính thực dụng phong phú, lại hoạt động trong một môi trường đặc biệt, đòi hỏi người Giảng viên giảng dạy phải có trình độ chuyên môn cơ bản để nắm vững thật rõ ràng các động tác. Phải hiểu biết được ý nghĩa tác động của mỗi kỹ thuật động tác lên cơ thể người tập. Các động tác phải được liên kết với nhau một cách logic có nguyên tắc.

- Khi biên soạn cần phải tìm hiểu về đối tượng thực hiện bài tập và xác định rõ mục đích cần phát triển của đối tượng trong từng buổi tập để từ đó lựa chọn những bài tập phù hợp.

- Với đối tượng là sinh viên của Trường Đại học An ninh nhân dân, bài tập cần phải lựa chọn những nội dung mang tính phát triển những kỹ năng cơ bản hoàn thiện khả năng phối hợp vận động, tăng cường vận động và hình thành kỹ xảo vận động.

❖ **Phương pháp giảng dạy**

- Với đặc thù là giảng dạy trong môi trường nước, Giảng viên luôn phải chú ý đến vấn đề ổn định tổ chức kỷ luật, coi đó là một bước không thể thiếu được trong quá trình thực hiện một buổi lên lớp.

- Khi giảng dạy Giảng viên cần phải tuân thủ theo các nguyên tắc sư phạm là: sắp xếp thứ tự từ dễ đến khó theo logic, dễ nhìn, dễ hiểu, có kỹ thuật độ khó phù hợp với đối tượng sinh viên, đặc biệt chú trọng vào nguyên tắc cá biệt.

- Khi thực hiện chỉ dẫn thị phạm kỹ thuật, thực hiện các động tác làm mẫu, tư thế phải chuẩn, đẹp và dễ hiểu. Các tư thế làm mẫu phải thực hiện cho sinh viên nắm bắt được cách thức thực hiện một cách dễ dàng nhất. Đối với tổ hợp động tác, các bài chiến thuật cần phải phân chia dạy theo từng giai đoạn sau đó mới lắp ghép toàn bộ vận hành chiến thuật ...

- Một giờ tập gồm 150 phút vì vậy lượng vận động phải phù hợp. Giảng viên cần bố trí hướng dẫn sinh viên tuân thủ cấu trúc của giờ học, đảm bảo các bước khởi động cơ bản, kết thúc để cho sinh viên tiếp thu tốt các nội dung của giờ học và phòng tránh chấn thương.

CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY NGOẠI KHÓA MÔN BƠI LỢI

- Thời gian: 120 tiết (4 đơn vị học trình)

1. Mục đích

- **Kiến thức:**

+ Trình bày được vị trí, ý nghĩa, lợi ích tác dụng của môn học Giáo dục thể chất nói chung và môn Bơi lội nói riêng đối với sinh viên.

+ Phân biệt được những kiến thức cơ bản và phương pháp tập luyện của môn Bơi lội.

- Kỹ năng:

+ Thực hiện được những kỹ thuật cơ bản của môn Bơi lội theo quy định trong chương trình.

+ Thành thạo phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo cơ bản

+ Vận dụng kiến thức, kỹ năng môn Bơi lội đã học để tự tập luyện nhằm tăng cường bảo vệ sức khỏe, phát triển tố chất thể lực chung.

- **Thái độ:** Có thói quen vận động, tự giác, tích cực tập luyện thể dục thể thao, rèn luyện sức khỏe. Đồng thời, biết vận động người khác cùng tham gia vào phong trào thể dục thể thao của trường và địa phương.

2/ Nhiệm vụ

- Nghiên cứu và tập luyện các kỹ thuật của môn Bơi lội. Phương pháp giảng dạy thực hành các kỹ thuật phát triển thể lực và thể lực chuyên môn

- Giáo dục đạo đức, hoàn thiện nhân cách sinh viên, đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo của chương trình

3/ Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy

Với những kết quả nghiên cứu trên, nghiên cứu tiến hành phân phối lại thời gian giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân, nội dung được trình bày cụ thể tại bảng 3.18 dưới đây:

Bảng 3.18: Bảng Phân phối thời gian của chương trình giảng dạy môn ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân

TT	Nội dung	Số tiết học
1	Lý thuyết	6
2	Thực hành	102
3	Thực tập và tổ chức thi đấu trọng tài Bơi lội	9

4	Thi kết thúc học phần	3
Tổng cộng		120

Từ bảng phân phối thời gian chung của chương trình là cơ sở để xây dựng bảng phân phối thời gian cụ thể cho chương trình được trình bày qua bảng dưới đây. Qua bảng ta thấy: Nội dung, cấu trúc chương trình ngoại khóa môn Bơi lội đang được áp dụng thực nghiệm tại trường như sau:

- **Phần lý thuyết:** 6 tiết chiếm 5% tổng thời gian, nội dung lý thuyết được giảng dạy lồng ghép trong giờ học thực hành bao gồm các nội dung: Lịch sử và quá trình phát triển môn Bơi lội, nguyên lý kỹ thuật Bơi lội, phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài Bơi lội, luật Bơi lội.

- **Phần thực hành:** 102 tiết chiếm 85% bao gồm các kỹ thuật cơ bản, phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo cơ bản, một số bài tập phát triển thể lực chung, tổ chức thi đấu và trọng tài.

- **Phần thực tập và tổ chức TD trọng tài Bơi lội:** 9 tiết, chiếm 7.5% bao gồm các phương pháp trọng tài và tổ chức thi đấu.

- **Thi kết thúc học phần:** 3 tiết chiếm 2.5% nội dung chương trình

Việc xây dựng chương trình được tuân thủ theo nguyên tắc từ dễ đến khó, lượng vận động phù hợp. Chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Bơi lội mới được xây dựng với số tiết là 120 tiết. Nội dung chương trình giảng dạy và tiến trình biểu giảng dạy khi thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.19 dưới đây.

4/ Phương pháp kiểm tra đánh giá học phần:

Khi kiểm tra kết thúc học phần gồm 2 nội dung:

- **Kiểm tra thực hành:**

- Hoàn thành độ dài bơi Éch (50m) hoặc bơi Trườn sấp (50m)

- Phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo

- **Kiểm tra lý thuyết:** Luật Bơi éch, Bơi Trườn sấp

Nội dung học tập ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân được phân bổ cụ thể trong Đề cương chi tiết đính kèm tại phụ lục 6.

**Bảng 3.19: Bảng phân phối thời gian cụ thể của chương trình giảng dạy
Ngoại khóa môn Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân**

TT	Nội dung giảng dạy	Tổng số tiết
I	Lý thuyết: - Lịch sử hình thành phát triển Bơi lội trên thế giới và ở Việt Nam - Lợi ích tập luyện môn Bơi lội. - Tổ chức thi đấu và trọng tài Bơi lội - Luật Bơi lội - Lý thuyết cứu đuối và hô hấp nhân tạo	6
II	Thực hành - Kỹ thuật đứng nước - Kỹ thuật bơi Éch + Kỹ thuật đạp chân bơi Éch + Kỹ thuật quạt tay bơi Éch + Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch không có thở + Kỹ thuật quạt tay bơi Éch kết hợp với thở + Kỹ thuật phối hợp đạp chân và quạt tay bơi Éch kết hợp thở - Kỹ thuật bơi Trườn sấp + Kỹ thuật chân trườn sấp khi ở dưới nước + Kỹ thuật chân trườn sấp trên cạn + Kỹ thuật chân, tay trườn sấp phối hợp cùng hơi thở trên cạn + Kỹ thuật sải tay dưới nước cùng với nhịp thở + Kết hợp chân, tay trườn sấp phối hợp thở dưới nước - Phương pháp cứu đuối và hô hấp nhân tạo - Thể lực chung	102
III	Phần thực tập và tổ chức TĐ trọng tài Bơi - Thi đấu - Tổ chức thi đấu và trọng tài	9
IV	Thi kiểm tra kết thúc học phần	3

Tiểu kết mục tiêu 2

Dựa trên các căn cứ pháp lý, cơ sở thực tiễn và đảm bảo các nguyên tắc xây cần thiết trong việc chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh Nhân dân. Đồng thời Luận án cũng xác định việc xây dựng chương trình cần đảm bảo mục tiêu các môn học phải là bộ phận hữu cơ của mục tiêu GDTC, có nghĩa phải thể hiện mức độ, định hướng yêu cầu về kiến thức, kỹ năng và thái độ của các môn thể dục thể thao ngoại khóa; thể hiện ở hai mức độ là mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể, đáp ứng được yêu cầu trên hai mặt giáo dục và giáo dưỡng là: Hình thành kỹ năng, kỹ xảo vận động, kiến thức cơ bản của các môn thể thao, giáo dục nhân cách và phẩm chất cho sinh viên.

Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn, các giáo án, chương trình huấn luyện giảng dạy tại các trường Đại học, luận án xác định được khung chương trình giảng dạy ngoại khóa thể thao cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân gồm:

- Lý thuyết nền tảng của môn thể thao
- Các bài tập kỹ thuật
- Thực hành tổ chức thi đấu và trọng tài
- Thể lực chung và chuyên môn

Quá trình biên soạn chương trình các môn học Bóng bàn, Bóng đá, Bơi lội được thực hiện đảm bảo theo qui trình cần thiết, đảm bảo theo các qui định chung của Nhà trường.

3.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình GDTC ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học An ninh nhân dân.

3.3.1. Tổ chức thực nghiệm chương trình GDTC ngoại khóa mới môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội

Đối với mỗi sinh viên của Trường Đại học An ninh nhân dân khi tốt nghiệp, bên cạnh các tiêu chí phẩm chất chính trị vững vàng, giỏi nghiệp vụ, nắm chắc quy định của Pháp luật; yêu cầu đặt ra là phải có sức khỏe tốt để sẵn

sàng đón nhận nhiệm vụ được giao. Trong tình hình thời lượng học chính khóa dành cho hoạt động giáo dục thể chất đã giảm so với trước đây nên trong quá trình học tập tại trường, các sinh viên không có điều kiện tham gia các hoạt động giáo dục thể chất. Dựa trên Quyết định số 1973/QĐ-T04-P3 ngày 23/3/2022 của Hiệu trưởng Trường Đại học An ninh nhân dân ban hành về việc thành lập ban biên soạn Chương trình ngoại khóa, Bộ môn đã tiến hành biên soạn và triển khai ứng dụng Chương trình ngoại khóa mới gồm 3 môn: Bóng đá, Bóng bàn và Bơi lội.

Chương trình thực nghiệm được tổ chức từ tháng 9/2022-8/2023 (năm học 2022-2023), gồm hai nhóm đối tượng:

- Nhóm đối chứng (ĐC): SV khóa D29 (SV năm hai) – nhóm học bình thường theo chương trình cũ tại Trường.

- Nhóm thực nghiệm (TN): SV khóa D30 (SV năm nhất) – nhóm học theo chương trình ngoại khóa mới được xây dựng.

Đối tượng của chương trình thực nghiệm được sàng lọc sao cho mỗi nhóm đều có số lượng cân bằng là 200 SV. Việc lồng ghép hoạt động nội khóa và ngoại khóa thể thao dựa trên cơ sở căn cứ vào kế hoạch học tập của toàn Trường, đặc biệt là đối với nhóm thực nghiệm. Tổng thời lượng chương trình ngoại khóa cho nhóm thực nghiệm là 12 học trình (4 đơn vị học trình/môn), thời gian tổng cộng cho hoạt động ngoại khóa của đối tượng thực nghiệm là 360 tiết. Hoạt động ngoại khóa được triển khai tập luyện 3 buổi/tuần, mỗi buổi 3 tiết, được sắp xếp vào khoảng thời gian chiều tối, cụ thể như sau:

- Thời lượng mỗi môn: 04 đơn vị học trình (120 tiết)
- Thực hành và các phần bổ trợ: 117 tiết
- Đánh giá cuối học phần, giải đáp: 3 tiết (buổi cuối cùng)

Được sự hướng dẫn của các giảng viên Khoa Quân sự, võ thuật và thể dục thể thao và sự ủng hộ từ phía lãnh đạo Nhà trường, ngoài nhóm thực nghiệm, một số sinh viên khác cũng đã tích cực tham gia vào các câu lạc bộ thể dục thể

thao để rèn luyện, nâng cao sức khỏe và kỹ năng nghề nghiệp. Các lớp ngoại khóa được tổ chức theo phương pháp xoay vòng giữa các nhóm lớp. Mỗi lớp học sẽ được chủ động sắp xếp từ 35- 40 SV để đảm bảo chất lượng môn học và đảm bảo chất lượng chuẩn đầu ra. Mặc dù là chương trình ngoại khóa, tuy nhiên các thủ tục về thi kết thúc, xây dựng đề thi, thang điểm đánh giá, công bố kết quả thi.. cũng được xây dựng trên một quy trình rõ ràng, nghiêm túc.

Trong quá trình thực nghiệm chương trình ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân, tác giả luận án đã có buổi triển khai hướng dẫn, phối hợp chặt chẽ với giảng viên trực tiếp giảng dạy lưu ý các vấn đề sau:

1. Chương trình kiểm tra trước và sau thực nghiệm được tổ chức theo phương pháp lần lượt (mỗi lần nhóm phụ kiểm tra đánh giá chỉ thực hiện tại 1 lớp). Tuy nhiên cần đảm bảo sao cho kiểm tra trước thực nghiệm vào tuần 1 và kiểm tra sau thực nghiệm vào tuần 30.

2. Luôn giám sát quá trình tập luyện và thi đấu của sinh viên.

3. Phương tiện tập luyện phù hợp và hoạt động tốt.

4. Theo dõi, kiểm tra khả năng thích nghi.

5. Tuân thủ những quy định của Nhà Trường nói chung và trong chương trình thực nghiệm nói riêng.

3.3.2. Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân

❖ **Nhóm đối chứng**

Bảng 3.20: Sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân (Nhóm đối chứng)

T T	Test	Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm			Sig.	W
		$\bar{X}_1$	δ_1	Cv %	$\bar{X}_2$	δ_2	Cv %		
1	Bật xa tại chỗ (m)	2.4	2.62	11	2.4	2.41	9.9	.00	2.2

2	Chạy 100 m (s)	13.7	0.82	5.9	13.4	0.82	6.1	.00	2.5
3	Chạy 1500m (phút)	6.5	0.17	2.6	6.2	0.30	4.9	.00	4.6
4	Co tay xà đơn (lần)	14	0.84	6.2	15	1.00	6.6	.00	9.0

Đối chiếu theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an, cho thấy trước thực nghiệm, thành tích các test của nhóm đối chứng đều đạt yêu cầu theo Thông tư. Quan sát nhận thấy thành tích giữa các sinh viên có sự đồng đều, đảm bảo điều kiện để tiến hành thực nghiệm. Sau thực nghiệm, 4/4 test đều có sự tăng trưởng. Cao nhất là test Co tay xà đơn với 9.0%. Sự tăng trưởng thành tích cụ thể đối với từng test như sau:

Bật xa tại chỗ (m)

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm đối chứng từ 2.4 ± 2.62 m, tăng lên 2.4 ± 2.41 m. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $9.9\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 2.2%. Như vậy, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy 100m (s)

Thời gian Chạy 100m (s) của nhóm đối chứng từ 13.7 ± 0.82 s, giảm xuống còn 13.4 ± 0.82 s. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.1\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 2.5%. Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Chạy 100 m của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy 1500m (phút)

Thời gian Chạy 1500m của nhóm đối chứng từ 6.5 ± 0.17 phút, giảm xuống còn 6.2 ± 0.30 phút. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $4.9\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 4.6%. Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Chạy 1500m của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Co tay xà đơn (lần)

Thành tích Co tay xà đơn (lần) của nhóm đối chứng từ 14 ± 0.84 lần, tăng

lên 15 ± 1 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.6\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 9.0% . Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Thành tích Co tay xà đơn của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

❖ Nhóm thực nghiệm

Kết quả kiểm tra cho thấy trước thực nghiệm, thành tích các test của nhóm đối chứng đều đạt yêu cầu theo Thông tư, thành tích giữa các sinh viên có sự đồng đều, đảm bảo điều kiện để tiến hành thực nghiệm. Sau thực nghiệm, 4/4 test đều có sự tăng trưởng. Cao nhất là test Co tay xà đơn với 14.2% . Sự tăng trưởng thành tích cụ thể đối với từng test như sau:

Bảng 3.21: Sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân (Nhóm thực nghiệm)

T T	Test	Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm			Sig.	W
		$\bar{X}_1$	δ_1	Cv%	$\bar{X}_2$	δ_2	Cv%		
1	Bật xa tại chỗ (m)	2.1	2.14	10.1	2.4	1.57	6.6	.00	11.1
2	Chạy 100 m (s)	13.5	0.70	5.2	13.1	0.70	5.1	.00	2.7
3	Chạy 1500m (phút)	6.4	0.20	3.4	6.0	0.30	4.5	.00	6.2
4	Co tay xà đơn (lần)	13.4	1.00	7.3	15.5	1.00	6.3	.00	14.2

Bật xa tại chỗ (m)

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm thực nghiệm từ 2.1 ± 2.14 m, tăng lên 2.4 ± 1.57 cm. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.6\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 11% . Như vậy, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy 100m (s)

Thời gian Chạy 100m (s) của nhóm thực nghiệm từ 13.5 ± 0.70 s, giảm

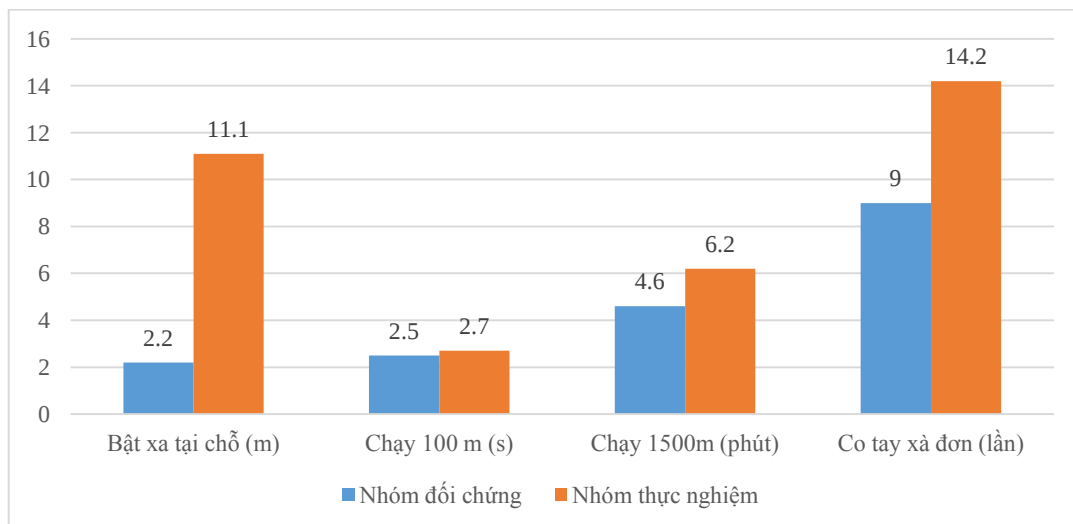
xuống còn $13.1 \pm 0.70s$. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $5.1\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 2.7% . Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Chạy 100 m của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy 1500m (phút)

Thời gian Chạy 1500m của nhóm thực nghiệm từ 6.4 ± 0.2 phút, giảm xuống còn 6.0 ± 0.30 phút. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $4.5\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 6.2% . Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Chạy 1500m của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Co tay xà đơn (lần)

Thành tích Co tay xà đơn của nhóm thực nghiệm từ 13.4 ± 1 lần, tăng lên 15.5 ± 1 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.3\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 14.2% . Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Co tay xà đơn của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.



Biểu đồ 3.20: Sự tăng trưởng thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân

Như vậy, kết quả đánh giá sự thay đổi thể lực của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng theo các test tại Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân cho thấy, sau chương trình thực nghiệm, cả hai nhóm đều có sự tăng trưởng rõ rệt về thể lực. Tuy nhiên, nhóm thực nghiệm có sự tăng trưởng vượt trội hơn nhóm đối chứng ở 4/4 test đánh giá. Cụ thể: Bật xa tại chỗ tăng trưởng hơn 8.9%; Chạy 100m (s) tăng trưởng hơn 0.2%; Chạy 1500m (phút) tăng trưởng hơn 1.6%; Co tay xà đơn (lần) tăng trưởng hơn 5.2%. Kết quả trên một phần chứng minh được sự tác động hiệu quả của chương trình ngoại khóa mới đối với sự tăng trưởng thể lực của sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân.

3.3.3. Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về xếp loại thể lực của học sinh sinh viên.

Luận án tiếp tục đánh giá sự phát triển thể lực của SV theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về xếp loại thể lực của học sinh sinh viên. Riêng đối với hai chỉ số về hình thái (1) không có trong Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, (2) không có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê do đối tượng thực nghiệm đã ở độ tuổi trưởng thành vì vậy tuy vẫn có sự thay đổi nhưng không đáng kể, đặc biệt là chỉ số về chiều cao. Vì vậy phần kết quả dưới đây luận án sẽ giản lược, không trình bày về phần hình thái. Các kết quả thể như sau:

❖ Nhóm đối chứng

Bảng 3.22: Kết quả đánh giá thể lực sau thực nghiệm chương trình ngoại khóa

T T	Test	Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm			Sig.	W
		$\bar{X}_1$	δ_1	Cv%	$\bar{X}_2$	δ_2	Cv%		
1	Chiều cao (cm)	172.4	4.6	2.7	172.5	4.5	2.6	.00	0.1
2	Cân nặng (kg)	62.1	5.3	8.5	62.2	5.1	8.3	.07	0.2

3	Lực bóp tay thuận (kg)	41.0	6.3	15.5	42.5	6.2	14.6	.00	3.7
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	20.6	3.4	16.4	21.7	3.2	14.8	.00	5.4
5	Bật xa tại chỗ (cm)	238.7	26.2	11.0	243.9	24.1	9.9	.00	2.2
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	910.2	62.5	6.9	970.2	62.5	6.4	.00	6

Lực bóp tay thuận (kg):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Lực bóp tay thuận của nhóm đối chứng từ 41.0 ± 6.3 kg, tăng lên 42.5 ± 6.2 kg. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $14.6\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 3.7% . Như vậy, Lực bóp tay thuận của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) của nhóm đối chứng từ 20.6 ± 3.4 lần, tăng lên 21.7 ± 3.2 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $14.8\% > 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 5.4% . Như vậy, thành tích Nằm ngửa gập bụng của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Bật xa tại chỗ (cm):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm đối chứng từ 238.7 ± 26.2 cm, tăng lên 243.9 ± 24.1 cm. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $9.9\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 2.2% . Như vậy, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy tùy sức 5 phút (m):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Chạy tùy sức 5 phút (m) của nhóm đối chứng từ 910.2 ± 62.5 m, tăng lên 970.2 ± 62.5 m. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.4\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 6.0% . Như vậy, thành tích Chạy tùy sức 5 phút (m) của nhóm đối chứng có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Tiến hành xếp loại thể lực của sinh viên nhóm đối chứng theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo theo ba mức Tốt, Đạt và Chưa đạt cho thấy sự thay đổi tỉ lệ giữa các nhóm phân loại thay đổi rõ rệt theo hướng tích cực, tỉ lệ Tốt và Đạt tăng lên, tỉ lệ Chưa đạt giảm đáng kể. Trong đó, Bật xa tại chỗ (cm) có sự tăng trưởng tỉ lệ sinh viên đạt thành tích Tốt là cao nhất là 71.5% . Nằm ngửa gập bụng đứng vị trí thứ hai với tỉ lệ sinh viên đạt thành tích Tốt là 35.5% , tiếp theo là Lực bóp tay thuận (kg) là 12% ; và cuối cùng là Chạy tùy sức 5 phút (m) là 2% .

Bảng 3.23: Sự thay đổi về xếp loại thể lực sinh viên sau chương trình thực nghiệm

Test	Xếp loại	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		Chênh lệch %
		Số lượng	%	Số lượng	%	
Lực bóp tay thuận (kg)	Tốt	23	11.5	24	12	0.5
	Đạt	70	35	85	42.5	7.5
	Chưa đạt	107	53.5	91	45.5	-8
Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	Tốt	70	35	71	35.5	0.5
	Đạt	109	54.5	114	57	2.5
	Chưa đạt	21	10.5	15	7.5	-3
Bật xa tại chỗ (cm)	Tốt	139	69.5	143	71.5	2
	Đạt	41	20.5	45	22.5	2
	Chưa đạt	20	10	12	6	-4
Chạy 5 phút tùy sức (m)	Tốt	1	0.5	4	2	1.5
	Đạt	40	20	135	67.5	47.5
	Chưa đạt	159	79.5	61	30.5	-49

Như vậy, sau một năm học, 4/4 test đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008

của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo đều có sự thay đổi, tỉ lệ sinh viên xếp loại thể lực Tốt và Đạt tăng lên, tỉ lệ sinh viên có thể lực Chưa đạt giảm xuống. Mặc dù có sự thay đổi về xếp loại, tuy nhiên dựa trên các số liệu đã trình bày, sự thay đổi chưa nhiều và đang dừng ở mức phù hợp với thực tế có luyện tập có tăng trưởng.

❖ Nhóm thực nghiệm

Sau thực nghiệm chương trình GDTC ngoại khóa tại Trường Đại học An ninh nhân dân luận án đã thu được kết quả tích cực, chứng minh tính phù hợp và hiệu quả của chương trình. 4/4 test đánh giá đều tăng trưởng có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê với kết quả kiểm định t-test <0.05 , bao gồm: Lực bóp tay thuận (kg), Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy tùy sức 5 phút (m).

**Bảng 3.24: Kết quả đánh giá thể lực sau thực nghiệm
chương trình ngoại khóa**

TT	Test	Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm			Sig.	W
		$\bar{X}_1$	δ_1	Cv%	$\bar{X}_2$	δ_2	Cv%		
1	Chiều cao (cm)	171.9	4.1	2.4	172.0	4.1	2.4	.66	0.0
2	Cân nặng (kg)	61.2	3.4	5.5	61.2	2.6	4.3	.65	-0.1
3	Lực bóp tay thuận (kg)	42.2	6.5	15.5	44.9	4.3	9.6	.00	6.1
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	22.2	3.4	15.5	25.1	2.6	9.4	.00	12.5
5	Bật xa tại chỗ (cm)	213	21.4	10.1	238.2	15.7	6.6	.00	11.1
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	885	133.7	15.1	1069	104.6	9.8	.00	18.8

Lực bóp tay thuận (kg):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Lực bóp tay thuận của nhóm thực nghiệm từ 42.2 ± 6.5 kg, tăng lên 44.9 ± 4.3 kg. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $9.6\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 6.1% . Như vậy, Lực bóp tay thuận của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) của nhóm thực nghiệm từ 22.2 ± 3.4 lần, tăng lên 25.1 ± 2.6 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $9.4\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 12.5% . Như vậy, thành tích Nằm ngửa gập bụng của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Bật xa tại chỗ (cm):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm thực nghiệm từ 213 ± 21.4 cm, tăng lên 238.2 ± 15.7 cm. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $6.6\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 11% . Như vậy, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Chạy tùy sức 5 phút (m):

Sau chương trình thực nghiệm, thành tích Chạy tùy sức 5 phút (m) của nhóm thực nghiệm từ 885 ± 133.7 m, tăng lên 1069 ± 104.6 m. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là $9.8\% < 10\%$. Nhịp tăng trưởng đạt 18.8% . Như vậy, thành tích Chạy tùy sức 5 phút (m) của nhóm thực nghiệm có sự đồng đều hơn, sự

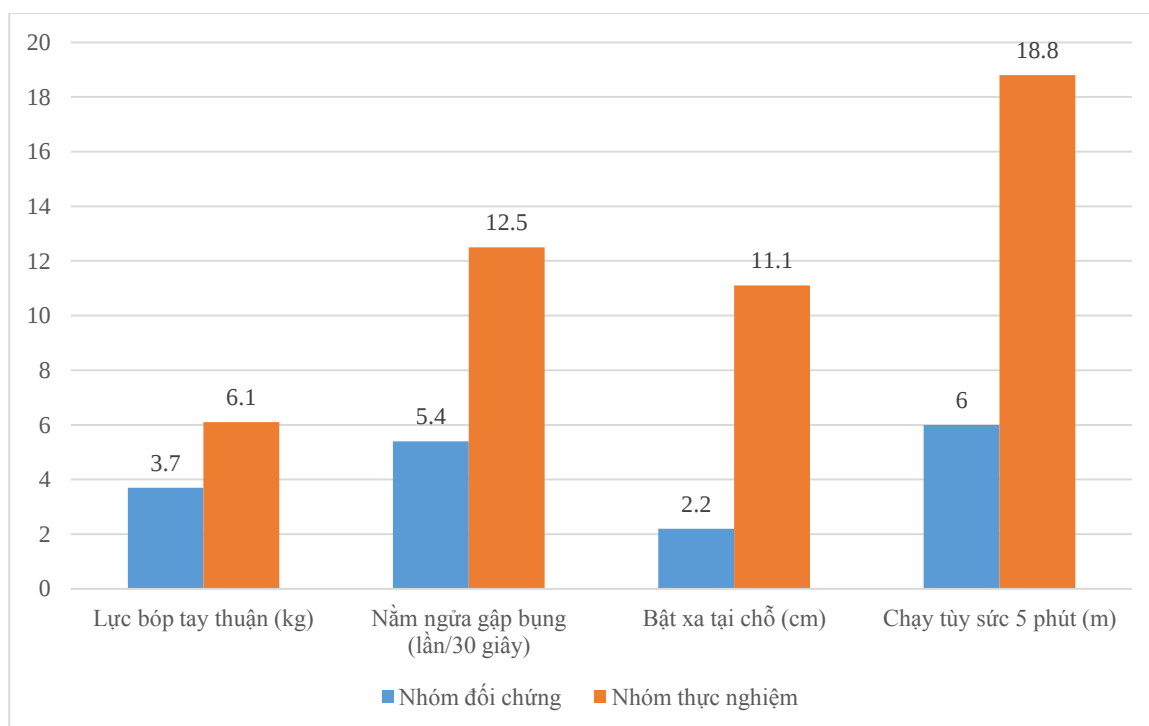
tăng trưởng tích cực và có sự khác biệt rõ rệt về mặt ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95% với $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Tiến hành xếp loại thể lực của sinh viên nhóm thực nghiệm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo theo ba mức Tốt, Đạt và Chưa đạt cho thấy sự thay đổi tỉ lệ giữa các nhóm phân loại thay đổi rõ rệt theo hướng tích cực, tỉ lệ Tốt và Đạt tăng lên, tỉ lệ Chưa đạt giảm đáng kể. Trong đó, Nằm ngửa gập bụng có tỉ lệ sinh viên đạt thành tích Tốt là cao nhất là 83.5%, xếp thứ 2 là Bật xa tại chỗ (cm) với 79.0%; Chạy tùy sức 5 phút (m) là 45.5%; tiếp theo là và cuối cùng là Lực bóp tay thuận (kg) với 19.5%.

Bảng 3.25: Sự thay đổi về xếp loại thể lực sinh viên sau chương trình thực nghiệm.

Test	Xếp loại	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		Chênh lệch %
		Số lượng	%	Số lượng	%	
Lực bóp tay thuận (kg)	Tốt	35	17.5	39	19.5	2
	Đạt	81	40.5	146	73	32.5
	Chưa đạt	84	42	15	7.5	-34.5
Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	Tốt	112	56	167	83.5	27.5
	Đạt	87	43.5	33	16.5	-27
	Chưa đạt	1	0.5	0	0	-0.5
Bật xa tại chỗ (cm)	Tốt	73	36.5	158	79	42.5
	Đạt	49	24.5	38	19	-5.5
	Chưa đạt	78	39	4	2	-37
Chạy 5 phút tùy sức (m)	Tốt	19	9.5	91	45.5	36
	Đạt	45	22.5	95	47.5	25
	Chưa đạt	136	68	15	7.5	-60.5

Sau một học kỳ thực nghiệm chương trình, 4/4 test đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo đều có sự thay đổi tích cực, tỉ lệ sinh viên xếp loại thể lực Tốt và Đạt tăng lên, tỉ lệ sinh viên có thể lực Chưa đạt giảm xuống đáng kể.



Biểu đồ 3.21: Nhịp tăng trưởng của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm thực nghiệm chương trình

Kết quả so sánh nhịp tăng trưởng của cả hai nhóm cho thấy, đối với nhóm đối chứng, nhịp tăng trưởng cao nhất ở test Chạy 5 phút tùy sức (6%), thứ tự tăng trưởng lần lượt ở các vị trí tiếp theo là Nằm ngửa gập bụng (5.4%), Lực bóp tay thuận (3.7%), Bật xa tại chỗ (2.2%). Trong khi đó, nhịp tăng trưởng của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn, cụ thể: Chạy 5 phút tùy sức (18.8%), Nằm ngửa gập bụng (12.5%), Lực bóp tay thuận (6.1%), Bật xa tại chỗ (11.1%). Bên cạnh đó, sự thay đổi về xếp loại thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo cũng thể hiện rằng nhóm thực nghiệm có sự thay đổi đáng kể hơn về số lượng SV xếp loại Tốt và Đạt.

Như vậy, sau thực hiện chương trình thực nghiệm, luận án thu về được các kết quả tích cực, minh chứng được sự phù hợp và ưu việt của chương trình ngoại khóa mới được xây dựng dành cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân.

3.3.4. Đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội của cán bộ quản lý, giảng viên tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Nhằm đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn bóng đá, bóng bàn và bơi lội cho SV mới được xây dựng, nghiên cứu sử dụng 02 phương pháp đánh giá: (i) Kết quả đánh giá thẩm định các chương trình của Hội đồng khoa học của nhà trường và (ii) Kết quả đánh giá của CBQL, GV về chương trình GDTC ngoại khóa các môn bóng đá, bóng bàn và bơi lội.

❖ Kết quả đánh giá thẩm định các chương trình của Hội đồng thẩm định chương trình

Chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn và Bơi lội đã được Hội đồng thẩm định chương trình GDTC ngoại khóa của nhà trường đánh giá và nghiệm thu.

❖ Kết quả đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội của CBQL, GV

Trong nghiên cứu này, để thu thập thông tin đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội của đội ngũ CBQL, GV tại Trường Đại học An ninh nhân dân, tác giả sử dụng các tiêu chí đánh giá được tham khảo từ bộ tiêu chuẩn AUN – QA bao gồm 6 tiêu chuẩn và 19 tiêu chí. Mức độ đánh giá của người trả lời được đánh giá theo thang đo linkert với 5 mức như sau:

- 1: Hoàn toàn không đồng ý
- 2: Không đồng ý
- 3: Bình thường
- 4: Đồng ý

5: Hoàn toàn đồng ý

Tác giả tiến hành khảo sát 30 người là CBQL, GV (đồng nhất với đối tượng đã đánh giá chương trình giảng dạy GDTC ngoại khóa tại mục 3.2.) để đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội mới được xây dựng.

Tổng số phiếu phát ra là 30 phiếu, số phiếu thu về là 30 phiếu, số phiếu hợp lệ là 30 phiếu. Qua phân tích cho thấy kết quả đánh giá của CBQL, GV về chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội bao gồm các nội dung như sau:

Tiêu chuẩn 1: Kết quả học tập mong đợi.

Về kết quả học tập mong đợi của chương trình qua đánh giá của CBQL, GV cho thấy: có đến 96.67% CBQL, GV đánh giá ở mức độ “Đồng ý” và Hoàn toàn đồng ý” đối với chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới. Chỉ có 3.33% đánh giá ở mức độ “Bình thường”. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ còn lại.

Tiêu chuẩn 2: Chương trình chi tiết.

Về chương trình chi tiết qua kết quả khảo sát cho thấy: có đến 70% CBQL, GV đánh giá ở mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và 30% đánh giá ở mức độ “Đồng ý” đối với chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ còn lại.

Tiêu chuẩn 3: Nội dung và cấu trúc chương trình.

Trong nhóm tiêu chuẩn này có 7 tiêu chí, qua đánh giá của CBQL, GV cho thấy: mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” đối với chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới chiếm tỷ lệ 6.67% đến 93.33%. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ còn lại.

Tiêu chuẩn 4 :Kiểm tra, đánh giá sinh viên.

Có 4 tiêu chí trong nhóm này, trong đó mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” đối với chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới được các

CBQL, GV đánh giá từ 6.67 đến 93.33%. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ khác.

Tiêu chuẩn 5 :Chất lượng đội ngũ cán bộ giảng dạy.

Qua kết quả thống kê cho thấy, mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” với 4 tiêu chí trong nhóm này được CBQL, GV đánh giá với tỷ lệ từ 20% - 80%. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ khác.

Tiêu chuẩn 6 : Đảm bảo chất lượng trong quá trình giảng dạy và học tập

Qua khảo sát ở cả 3 tiêu chí cho thấy, tỷ lệ trả lời ở mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” đối với chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới của các CBQL, GV là từ 6.67% - 93.33%. Không có CBQL, GV đánh giá ở các mức độ khác.

Kết quả khảo sát 30 CBQL, GV về chất lượng chương trình GDTC ngoại khóa các môn mới gồm có 6 tiêu chuẩn với 19 tiêu chí đánh giá. Qua kết quả thống kê cho thấy chương trình mới đã được đội ngũ CBQL, GV đánh giá chất lượng cao hơn so với chương trình cũ. Tỷ lệ đánh giá mức độ “Hoàn toàn đồng ý” và “Đồng ý” đối với các tiêu chí theo các nhóm tiêu chuẩn là 6.67% đến 93.33% (chương trình cũ tỷ lệ là 3.33% đến 20%), không có lựa chọn ở mức độ “Bình thường”, “Không đồng ý” và “Hoàn toàn không đồng ý”. Như vậy chương trình các môn thể thao ngoại khóa mới có chất lượng cao hơn chương trình cũ, đáp ứng với nhu cầu giảng dạy cho SV.

Bảng 3.26: Thống kê đánh giá của CBQL, GV về chương trình GDTC các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội

STT	NỘI DUNG PHỎNG VẤN	MỨC ĐỘ ĐÁNH GIÁ									
		5		4		3		2		1	
I	Tiêu chuẩn 1: Kết quả học tập mong đợi	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chương trình các môn thể thao ngoại khóa thúc đẩy hoạt động học tập, và hình thành thói quen tham gia tập luyện TDTT cho SV.	26	86.67	3	10.00	1	3.33	0	0.00	0	0.00
II	Tiêu chuẩn 2: Chương trình chi tiết.	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chỉ rõ kết quả học tập mong đợi về các phương diện kiến thức và sự hiểu biết các môn thể thao, hình thành cơ bản kỹ năng, kỹ xảo vận động cho SV.	21	70.00	9	30.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
III	Tiêu chuẩn 3 : Nội dung và cấu trúc chương trình.	n	%	n	%	n	%	n	%	0	0.00
1	Nội dung các môn học thể thao ngoại khóa trong chương trình đáp ứng nhu cầu học tập của SV. Phù hợp với định hướng đào tạo của nhà trường	26	86.67	4	13.33	0	0.00	0	0.00	0	0.00
2	Nội dung các môn học tự chọn trong chương trình phù hợp với trình độ, đặc điểm tâm sinh lý của sinh viên.	26	86.67	4	13.33	0	0.00	0	0.00	0	0.00
3	Nội dung các môn học trong chương trình được cập nhật thường xuyên.	28	93.33	2	6.67	0	0.00	0	0.00	0	0.00
4	Nội dung chương trình có sự kết hợp và củng cố lẫn nhau.	27	90.00	3	10.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00
5	Độ khó của các học	25	83.33	5	16.67	0	0.00	0	0.00	0	0.00

[illegible]

	chất lượng trong quá trình giảng dạy và học tập.										
1	Chương trình giảng dạy phù hợp với nhu cầu xã hội.	28	93.33	2	6.67	0	0.00	0	0.00	0	0.00
2	Chương trình khắc phục được những mặt tồn tại của chương trình cũ.	26	86.67	4	13.33	0	0.00	0	0.00	0	0.00
3	Chương trình được thực hiện một cách hệ thống, khoa học	26	86.67	4	13.33	0	0.00	0	0.00	0	0.00

3.3.5. Đánh giá mức độ hài lòng của sinh viên sau thực nghiệm các chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội tại Trường Đại học An ninh nhân dân

Để tìm hiểu sự đánh giá của SV về chương trình ngoại khóa các môn Bóng chuyền, Cầu lông, Võ thuật. Nghiên cứu sử dụng các tiêu chí được dùng để đánh giá môn học dành cho SV của Phòng Quản lý đào tạo và bồi dưỡng nâng cao để khảo sát đánh giá của SV. Các tiêu chí đánh giá được mã hóa cụ thể như sau để thuận tiện cho việc nhập liệu cũng như diễn giải trên biểu đồ. Để khảo sát mức độ hài lòng của nhóm SV thực nghiệm học các môn thể thao ngoại khóa theo chương trình mới, nghiên cứu tiến hành lập phiếu khảo sát trực tiếp đến các SV. Tổng số phiếu phát ra là 200, số phiếu thu về là 200 phiếu, số phiếu hợp lệ là 200 phiếu. Mức độ đồng ý của người trả lời được đánh giá theo thang đo Likert với 5 mức là: (1) Rất không hài lòng, (2) Không hài lòng, (3) Bình thường, (4) Hài lòng, (5) Rất hài lòng.

Mức ý nghĩa về giá trị trung bình của các yếu tố theo thang đo Likert:

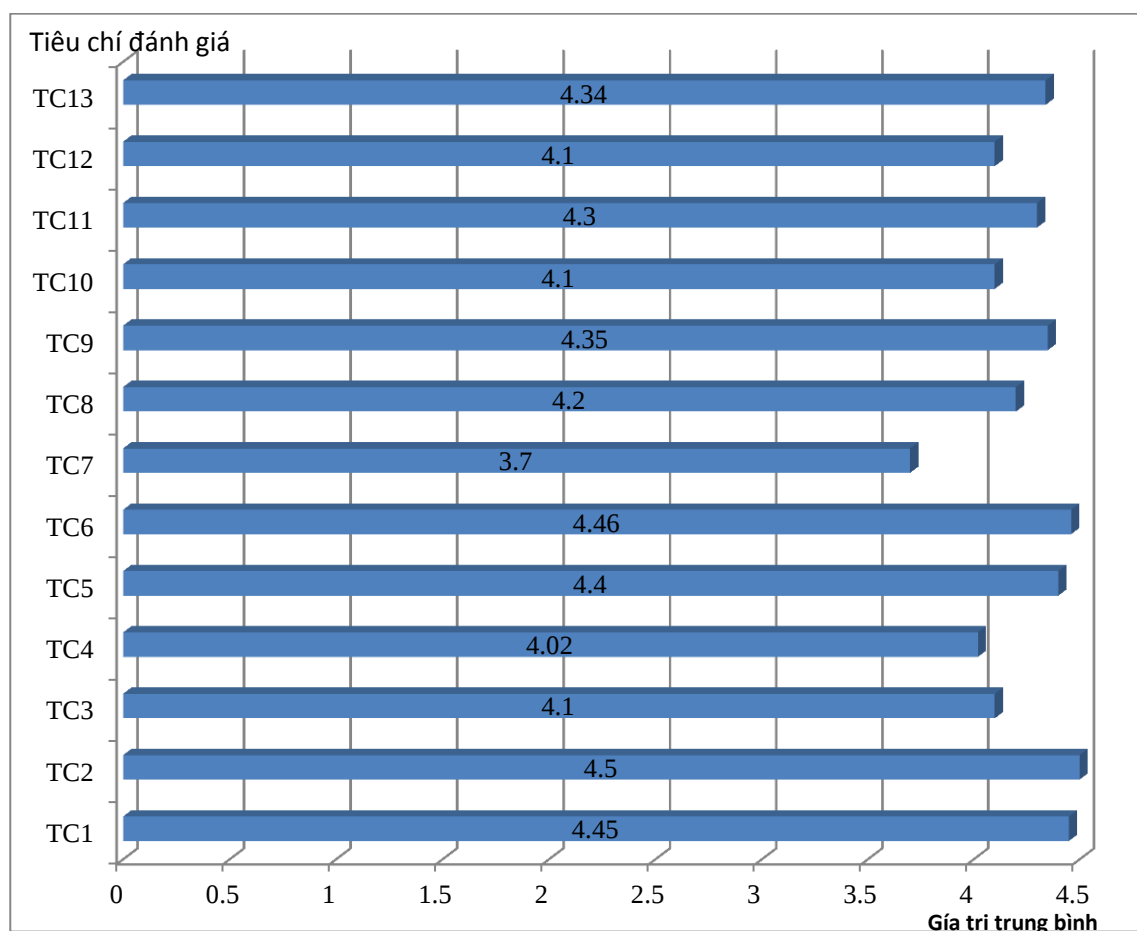
- | | |
|-----------------------------------|-------------------------------|
| - 1.00 – 1.80: Rất không hài lòng | - 1.81 – 2.60: Không hài lòng |
| - 2.61 – 3.40: Không ý kiến | - 3.41 – 4.20: Hài lòng |
| - 4.21 – 5.00: Rất hài lòng | |

Qua kết quả thống kê cho thấy, với mức ý nghĩa về giá trị trung bình của các yếu tố theo thang đo Likert thì tất cả 13 tiêu chí đánh giá chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa đều được SV đánh giá ở mức độ Hài lòng trở lên (Giá trị TB từ 3.7-4.5).

Trong đó, tiêu chí được đánh giá cao nhất là TC2: “*Chương trình các môn thể thao ngoại khóa đáp ứng được nhu cầu học tập của SV*” với (TB = 4.5). Tiếp theo là tiêu chí “*Chương trình các môn thể thao ngoại khóa góp phần trang bị kiến thức và kỹ năng nghề nghiệp cho bản thân*” (TB = 4.46), xếp ở vị trí thứ 3 là tiêu chí “*Nội dung, hình thức giảng dạy hấp dẫn và lôi cuốn, kích thích nhu cầu học tập và duy trì tập luyện thường xuyên của SV*” với (TB = 4.45).

**Bảng 3.27: Các tiêu chí đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa các môn
Bóng đá, bóng bàn, bơi lội**

TT	MÃ HÓA	NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ
1	TC1	Nội dung, hình thức giảng dạy của môn học thì hấp dẫn và lôi cuốn, kích thích nhu cầu học tập và duy trì tập luyện thường xuyên của SV.
2	TC2	Chương trình môn học đáp ứng được nhu cầu học tập của SV.
3	TC3	Chương trình dạy học linh hoạt, tạo thuận lợi cho SV
4	TC4	Chương trình môn học có tỉ lệ phân bổ khối lượng kiến thức, kỹ năng chung và kiến thức, kỹ năng chuyên môn
5	TC5	Chương trình môn học mang tính thực tiễn cao
6	TC6	Chương trình các môn thể thao ngoại khóa góp phần trang bị kiến thức và kỹ năng nghề nghiệp cho bản thân.
7	TC7	Các điều kiện về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho việc học tập và tập luyện được đảm bảo
8	TC8	Nội dung thực giảng đáp ứng đề cương học phần đã công bố
9	TC9	Giảng viên đảm bảo kiến thức chuyên môn và năng lực giảng dạy
10	TC10	Phương pháp kiểm tra phù hợp với tính chất, đặc điểm môn học
11	TC11	Các nội dung kiểm tra được GV nhận xét rõ ràng, hữu ích cho bản thân sau khi học tập.
12	TC12	Điểm kiểm tra kết thúc môn đánh giá được tổng hợp kiến thức, kỹ năng cần thiết mà SV phải đạt được khi hoàn thành môn học
13	TC13	Mức độ hài lòng chung khi tham gia học tập môn học



Biểu đồ 3.22: Kết quả đánh giá của SV về chương trình GDTC các môn thể thao ngoại khóa sau thực nghiệm

Qua biểu đồ 3.22 kết quả đề tài có căn cứ pháp lý, cơ sở thực tiễn và đảm bảo các nguyên tắc xây cần thiết trong việc chương trình các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân. Đồng thời Luận án cũng xác định việc xây dựng chương trình cần đảm bảo mục tiêu các môn học phải là bộ phận hữu cơ của mục tiêu GDTC, có nghĩa phải thể hiện mức độ, định hướng yêu cầu về kiến thức, kỹ năng và thái độ của các môn thể dục thể thao ngoại khóa; thể hiện ở hai mức độ là mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể, đáp ứng được yêu cầu trên hai mặt giáo dục và giáo dưỡng là: Hình thành kỹ năng, kỹ xảo vận động, kiến thức cơ bản của các môn thể thao, giáo dục nhân cách và phẩm chất cho sinh viên.

Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn, các giáo án, chương trình huấn luyện giảng dạy tại các trường Đại học, luận án xác định được khung chương trình giảng dạy ngoại khóa thể thao cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân gồm:

- Lý thuyết nền tảng của môn thể thao
- Các bài tập kỹ thuật
- Thực hành tổ chức thi đấu và trọng tài
- Thể lực chung và chuyên môn

Chương trình thực nghiệm được tổ chức trong vòng 1 năm học. Nhóm thực nghiệm được lựa chọn là SV năm nhất, nhóm đối chứng là SV năm 2. Tổng thời lượng chương trình ngoại khóa cho nhóm thực nghiệm là 12 học trình (4 đơn vị học trình/môn), thời gian tổng cộng cho hoạt động ngoại khóa của đối tượng thực nghiệm là 360 tiết, được triển khai tập luyện 3 buổi/tuần, mỗi buổi 3 tiết, được sắp xếp vào khoảng thời gian chiều tối. Việc chỉ lựa chọn nhóm thực nghiệm là SV năm nhất có ý nghĩa trong việc đảm bảo chương trình học của SV.

Tiểu kết mục tiêu 3

Sau thực nghiệm chương trình, Luận án tiến hành đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân và Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về xếp loại thể lực của học sinh sinh viên; kết quả cho thấy đều đạt được sự phát triển tích cực về thể chất. Đồng thời, kết quả đánh giá chương trình GDTC ngoại khóa của cán bộ quản lý, giảng viên và mức độ hài lòng của sinh viên sau thực nghiệm các chương trình GDTC ngoại khóa các môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội cũng thu nhận được phản hồi tích cực, minh chứng cho thấy chương trình mới là phù hợp với đặc điểm thực tế tại cơ sở.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

KẾT LUẬN

1. Kết quả khảo sát về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An ninh nhân dân cho thấy thời lượng cũng như nội dung đều phù hợp với quy định chung của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Tuy nhiên chương trình môn học GDTC còn khá ít, chỉ có 1 học phần với 3 tín chỉ đối với hoạt động nội khóa. Hoạt động ngoại khóa được tổ chức đối với các môn thể thao như bóng đá, bóng chuyền, cầu lông... nhưng lại chưa có chương trình giảng dạy cụ thể cho hoạt động này. Kết quả đánh giá thực trạng thể lực theo Thông tư 106/2020/TT-BCA của Bộ Công an về Quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân cho thấy, tất cả các test đều đạt yêu cầu theo Thông tư. Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy ở mức tổng quan chung thì vẫn còn nhiều sinh viên có tình trạng thể lực chưa đạt so với yêu cầu của Bộ GDĐT.

2. Nghiên cứu đã xây dựng được chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa mới môn Bóng đá, Bóng bàn, Bơi lội với thời lượng là 120 tiết/môn. Quá trình xây dựng chương trình được tiến hành trong khuôn khổ đảm bảo tính khoa học, phù hợp với thực tiễn khách quan trong giáo dục đại học, phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường và trình độ chuyên môn của giảng viên. Nội dung chương trình và mục tiêu của chương trình phù hợp với khả năng tiếp thu của SV. Cấu trúc chương trình và thời lượng chương trình đảm bảo tính sư phạm, tính cập nhật... đủ điều kiện để SV tham gia học tập.

3. Chương trình thực nghiệm GDTC ngoại khóa tại Trường Đại học An ninh nhân dân đã thu được kết quả tích cực, chứng minh tính phù hợp và hiệu quả của chương trình. Trong đó, nhóm thực nghiệm có thành tích tốt vượt trội hơn nhóm đối chứng. Cụ thể 4/4 test đánh giá đều tăng trưởng có sự khác biệt

mang ý nghĩa thống kê với kết quả kiểm định t-test <0.05 . Xếp loại thể lực có sự thay đổi tích cực, tỉ lệ sinh viên xếp loại thể lực Tốt và Đạt tăng lên, tỉ lệ sinh viên có thể lực Chưa đạt giảm xuống đáng kể. Chương trình mới đã được đội ngũ CBQL, GV đánh giá chất lượng cao hơn so với chương trình cũ. Như vậy sau thực hiện chương trình thực nghiệm, luận án thu về được các kết quả tích cực, minh chứng được sự phù hợp và ưu việt của chương trình ngoại khóa mới được xây dựng dành cho SV Trường Đại học An ninh nhân dân.

KIẾN NGHỊ

Từ những kết luận trên, nghiên cứu đưa ra những kiến nghị sau:

- Trường Đại học An ninh nhân dân tăng cường chỉ đạo, đôn đốc, kiểm tra thực hiện tốt cơ chế gắn kết giữa lý luận với thực tiễn, cơ chế tổng kết thực tiễn, phát triển lý luận trên lĩnh vực giảng dạy gắn kết chặt chẽ, đồng bộ với thực tiễn các mặt công tác Công an, đảm bảo gắn kết giữa 03 chủ thể: cấp lãnh đạo, đơn vị thực tiễn, đơn vị giảng dạy.

- Trường Đại học An ninh nhân dân đưa các chương trình môn thể thao ngoại khóa đã xây dựng trong nghiên cứu này ứng dụng vào chương trình kế hoạch giảng dạy GDTC ngoại khóa cho SV.

- Đối với những yếu tố chưa được đảm bảo, hoàn thiện mà nghiên cứu tìm ra được, cần được điều chỉnh, cải thiện nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC, hoạt động TDTT ngoại khóa cho SV của nhà trường.

- Trường Đại học An ninh nhân dân hàng năm cần đánh giá tổng thể về chất lượng công tác GDTC một cách triệt để để tìm ra các tồn tại và hạn chế để đưa ra chính sách, giải pháp hợp lý khắc phục kịp thời, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo cho SV của nhà trường.

DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN

1. Bui Tran Khanh, Le Thiet Can, Le Hoang Ngan (2024), Survey on the current situation of physical education program at the People's Security University, Vietnam, International Journal of Health, Physical Education and Computer Science in Sports, Volume 52; Issue 1, pp: 42-46.

2. Bùi Trần Khánh, Lê Hoàng Ngân, Lê Thiết Can (2024), Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn bóng đá cho sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân, Tạp chí Khoa học và Đào tạo TDDT, số 3, tr 41-47.

3. Bùi Trần Khánh, Lê Hoàng Ngân, Lê Thiết Can (2024), Xây dựng chương trình giáo dục thể chất ngoại khóa môn bóng bàn cho sinh viên trường đại học An ninh nhân dân, Tạp chí Khoa học Thể thao, số 3.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Kỳ Anh, Vũ Đức Thu (1993), *Chương trình đồng bộ có mục tiêu về cải tiến công tác GDTC trong nhà trường các cấp*.
2. Đảng Cộng sản Việt Nam (2011), *Văn kiện Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ XI*, NXB Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
3. Ban Chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2013), Nghị quyết số 29-NQ/TW khóa XI ngày 04/11/2013 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo đáp ứng yêu cầu CNH, HĐH trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng XHCN và hội nhập quốc tế, NXB Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
4. Ban Chấp hành Đảng uỷ Công an Trung ương Bộ Công an (2014), Nghị quyết số 17 – NQ/ĐUCA ngày 28/10/2014 về đổi mới căn bản, toàn diện giáo dục trong Công an nhân dân.
5. Bộ Công an (2020), Thông tư số 106/2020/TT-BCA, ngày 8/10/2020 về việc ban hành *Quy định chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân*.
6. Bộ Công an và Ủy ban TDTT, Thông tư liên tịch, số 05/2005/TTLT-BCA-UBTDTT, ngày 29/4/2005 về việc *Ban hành tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân*.
7. Bộ Giáo dục và Đào tạo và Tổng cục Thể dục Thể thao (1993), Thông tư Liên bộ số 04/04/GDĐT-TDTT, ngày 17 tháng 04 năm 1993 về việc *đẩy mạnh nâng cao chất lượng GDTC trong sinh viên, và đưa hoạt động ngoại khóa TDTT vào trường học*.
8. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), Thông tư số 25/2015/TT-BGD&ĐT, ngày 14/10/2015 về việc *Quy định về chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học*.
9. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2007), Quyết định số 65/2007/QĐ-BGD&ĐT ngày 1/11/2007, về việc *Ban hành quy định về tiêu chuẩn đánh giá chất lượng giáo dục trường đại học*.

10. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 23 tháng 12 năm 2008, *Quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho sinh viên*.

11. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2011), Thông tư số 08/2011/TT-BGDĐT ngày 17/02/2011 của Bộ Giáo dục Đào tạo “*Quy định điều kiện, hồ sơ, quy trình mở ngành đào tạo, đình chỉ tuyển sinh, thu hồi quyết định mở ngành đào tạo trình độ đại học, trình độ cao đẳng*”.

12. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT ngày 31/12/2020 về việc *Quy định hoạt động thể thao trong Nhà trường*.

13. Bộ giáo dục và Đào tạo (2021), Thông tư số 17/2021/TT-BGDĐT *Quy định về chuẩn chương trình đào tạo; xây dựng, thẩm định và ban hành chương trình đào tạo các trình độ của giáo dục đại học*.

14. Lê Thiết Can, Giáo trình xã hội học TDTT (2016), NXB Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.

15. Phạm Cao Cường (2019), *Nghiên cứu xây dựng nội dung chương trình Giáo dục thể chất tự chọn (Bóng đá, Bóng rổ) cho sinh viên Trường Đại học kinh tế kỹ thuật Công nghiệp*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

16. Chính phủ (2015), Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 về việc *Quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường*.

17. Nguyễn Kim Dung (2006), *Các khái niệm thường dùng trong đảm bảo chất lượng giáo dục đại học*, Tạp chí giáo dục, số 66, tháng 9/2003.

18. Phùng Xuân Dững (2017), “*Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*”, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

19. Nguyễn Hoàng Duy, Nguyễn Văn Trương, Nguyễn Ngọc Cang (2022), *Đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất tại Trường Đại học*

Phạm Văn Đồng, Tạp Chí Khoa Học Giáo Dục Thể Chất và Thể Thao Trường Học, 4/2022, 19–24.

20. Đảng Cộng sản Việt Nam (2001), *Văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ IX*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.

21. Đảng Cộng sản Việt Nam (2006), *Văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ XI*, NXB Chính trị quốc gia, Hà Nội.

22. Đảng Cộng sản Việt Nam, (2011), *Văn kiện Đại hội Đại biểu toàn quốc lần thứ XIII*, NXB Chính trị Quốc gia, Hà Nội.

23. Giới thiệu về Trường Đại học An ninh nhân dân, <http://dhannd.edu.vn>

24. Nguyễn Trường Giang (2019), “Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện NK môn Cầu lông cho SV Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên”, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

25. Nguyễn Văn Hòa (2016), *Đánh giá chương trình đào tạo cử nhân ngành Huấn luyện thể thao trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

26. Ngô Hải Hà (2022), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân cho sinh viên hệ đào tạo tại Học viện An ninh nhân dân*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

27. Trần Thị Thu Hằng (2020), *Nghiên cứu xây dựng chương trình bơi vũ trang cho sinh viên Học viện Cảnh sát nhân dân*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

28. Nguyễn Thanh Hùng (2017), *Xây dựng chương trình giáo dục thể chất học phần tự chọn, ngoại khóa cho viên Đại học Quy Nhơn*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

29. Đỗ Đức Hùng (2023), *Xây dựng chương trình tập luyện môn Thể dục Aerobic ngoại khóa cho sinh viên nữ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội 2*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

30. Nguyễn Thị Xuân Huyền, Nguyễn Thụy Túy, Hà Ngọc Vờ (2016), *Thực trạng công tác giáo dục thể chất của học sinh Trường trung học Giao thông vận tải Hải Phòng*, Tạp chí Khoa Học Giáo Dục, 130(7/2016).

31. Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp TDTT trong nhà trường*, NXB TDTT.

32. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), “*Sinh lý học thể dục thể thao*”, NXB TDTT.

33. Trần Đình Huy (2021), *Nghiên cứu biện pháp tổ chức hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa nâng cao thể lực cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân*”, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

34. Nguyễn Trắc Linh (2023), *Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Karate-do cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

35. Nguyễn Thị Mỹ Linh, Trần Thị Minh Thoa (2016), *Giáo trình Bơi lội*, NXB Đại học Quốc Gia Thành phố Hồ Chí Minh.

36. Nguyễn Hồng Minh (2023), *Giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội*, Tạp Chí Khoa Học Thể Thao, Đặc biệt, 696–699.

37. Đặng Danh Nam (2022), *Nghiên cứu xây dựng chương trình ngoại khóa môn võ cổ truyền việt nam cho sinh viên Học viện Y dược học cổ truyền Việt Nam*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

38. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, NXB TDTT.

39. Lê Quý Phương và cộng sự (2015), *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học trong quản lý thể dục thể thao*, NXB TDTT.

40. Lưu Thị Như Quỳnh (2021), *Xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hùng Vương tỉnh Phú Thọ*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

41. Ronald C.Doll (1996), *Cải tiến chương trình*, NXB Giáo dục, TP.HCM.

42. Lâm Quang Thành, Nguyễn Thành Lâm, Nguyễn Hoàng Minh Thuận (2016), *Giáo trình Đo lường thể thao*, NXB Đại học Quốc gia TP.HCM.

43. Thủ tướng Chính phủ (2011), Quyết định 641/QĐ-TTg ngày 28/04/2011, về việc phê duyệt *Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 – 2030*.

44. Thủ tướng Chính phủ (2013), Quyết định số 2160/QĐ-TTg ngày 11/11/2013 phê duyệt “*Quy hoạch phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030*”.

45. Nguyễn Hồng Tín (2021), “*Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy các môn thể thao ngoại khóa cho sinh viên ngành giáo dục mầm non Trường Cao đẳng Sư phạm Trung ương Nha Trang*”, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TĐTT TP.HCM.

46. Nguyễn Tiên Tiến và cộng sự (2016), *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học trong TĐTT*, NXB Đại học Quốc gia TP.HCM.

47. Trường Đại học Cảnh sát nhân dân (2016), Quyết định số 1648/QĐ-T48 ngày 29/09/2016 ban hành “*Chương trình đào tạo trình độ Đại học Cảnh sát nhân dân hệ chính quy – 4 năm theo hệ thống tín chỉ*”.

48. Từ điển bách khoa (2001), *Từ điển Giáo dục học*, NXB Từ điển bách khoa Hà Nội.

49. Nguyễn Văn Thành (2007), *Tâm lý học đại học* (Bài giảng dành cho cán bộ giảng viên các trường ĐH, CĐ học về chứng chỉ lý luận dạy học đại học).

50. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội.

51. Nguyễn Đức Toàn (2018), *Nghiên cứu xây dựng chương trình GDTC môn bóng chuyền tự chọn cho nam sinh viên Trường Đại học Bách khoa Thành phố Hồ Chí Minh*, Luận văn thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP.HCM.

52. Nguyễn Văn Toàn (2023), *Thực trạng và đề xuất một số giải pháp nâng cao hiệu quả đào tạo ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức*, Tạp chí Khoa học Trường Đại học Hồng Đức, số 63, tr 158–166.

53. Nguyễn Quốc Trầm (2021), *Nghiên cứu xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Phú Yên*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP.HCM.

54. Phạm Chính Trực (2023), *Xây dựng chương trình võ thuật ứng dụng Công an nhân dân tại Trường đại học An ninh nhân dân*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP.HCM.

55. Đồng Văn Triệu, Trương Anh Tuấn (2015), *Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.

56. Hoàng Trọng, Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008), *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS*, NXB Hồng Đức.

57. Đào Trung Tú (2023), “Xây dựng chương trình giảng dạy ngoại khóa môn Taekwondo cho sinh viên Trường Đại học Cảnh sát nhân dân”, *Tạp chí khoa học và đào tạo thể dục thể thao – Trường Đại học TDTT TP.Hồ Chí Minh*, số 04/2023.

58. Võ Văn Vũ (2014), “Đánh giá thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC và HĐTT trong trường trung học phổ thông ở Đà Nẵng”, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.

59. Lê Văn Xem (2004), *Tâm lý học TDTT*, NXB Đại học Sư Phạm, Hà Nội.

TIẾNG NƯỚC NGOÀI

60. Carter Mc Namara (1998), *Basic Guide to Program Evaluation*.

61. Peter F.Oliva (1997), *Developing the curriculum*, Fourth edition, Longman...

62. Tyler, R. W. (1949), *Basic principles of curriculum and instruction* [Twenty-ninth impression, 1969]. Chicago, IL: The University of Chicago Press.

63. The School Curriculum of the Republic of Korea (1995), *Program of Training*.

64. UNESCO (2007), *Criteria, Analytic Quality Glossary*, Retrieved October 28, 2007.

65. Wentling. T (1993), *Planning for effective training: A guide to curriculum development*, Published by Food and Agricultural Organization of the United Nation.

66. Татьяна Евгеньевна (2012), Содержание и направленность спортивной аэробики в физическом воспитании студентов вузов, дис. кандидат педагогических наук: ВАК РФ 13.00.04.

67. Титова, Анна Владимировна (2008), Внеклассная работа по физическому воспитанию с девочками 11-12 лет на основе аэробики: дис. кандидат педагогических наук: ВАК РФ 13.00.04.

68. Юспа, Т.В (2008). Программа самостоятельных занятий по оздоровительной аэробике / Т.В. Юспа; НИИ физической культуры и спорта республики Беларусь. - Минск, - 194с.