

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm gần đây, Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II đã có nhiều bước tiến trong việc nâng cao chất lượng giáo dục và đào tạo. Nhà trường không chỉ chú trọng trang bị cho học viên nền tảng kiến thức vững chắc về chính trị, pháp luật và nghiệp vụ công an, mà còn tập trung phát triển các kỹ năng quan trọng như quân sự và võ thuật. Những nỗ lực này giúp học viên sẵn sàng đối mặt với các nhiệm vụ bảo vệ an ninh quốc gia và duy trì trật tự an toàn xã hội trong bối cảnh ngày càng phức tạp và thách thức. Tuy nhiên, bên cạnh kết quả đạt được về giáo dục thể chất (GDTC) tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II thì thực tiễn cho thấy học viên khi tốt nghiệp ra trường đối mặt với khó khăn trước tình hình tội phạm diễn biến phức tạp, tỷ lệ phạm tội liên tục gia tăng, xuất hiện nhiều loại tội phạm mới, hoạt động có tổ chức, tội phạm ma túy... ngày càng gia tăng mạnh động, sẵn sàng chống trả quyết liệt đối với các lực lượng trực tiếp phòng, chống tội phạm và gây ra nhiều thương tích, thiệt hại về sức khỏe và thậm chí cả tính mạng của cán bộ, chiến sĩ khi đang thi hành nhiệm vụ. Qua khảo sát cho thấy, một trong những nguyên nhân quan trọng, chủ yếu là do chất lượng rèn luyện thể chất, giáo dục học viên các trường Công an nhân dân chưa thật sự đáp ứng một cách đầy đủ, chất lượng chưa thật sự đồng đều, trong đó, sự chủ động, tham gia tích cực trong rèn luyện thể chất của học viên còn chưa cao, chưa đáp ứng yêu cầu đặt ra. Bên cạnh đó, chương trình giáo dục, công tác quản lý vẫn chưa đáp ứng được yêu cầu, chưa tạo sự đam mê cần thiết cho học viên tích cực tham gia vào các giờ hoạt động thể chất. Ngoài ra, cơ sở vật chất chưa đáp ứng được yêu cầu, chưa đa dạng các môn thể thao, thời gian tự rèn luyện ít, chưa có nhiều câu lạc bộ sinh hoạt về thể thao chuyên sâu cho học viên có năng khiếu, đam mê.

Từ vấn đề lý luận và thực tiễn cấp bách trên, việc triển khai “Nghiên cứu giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II” là quan trọng và cần thiết trong nhiệm vụ đào tạo học viên của nhà trường hiện nay. Nghiên cứu góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC, TDTT ngoại khóa cho học viên 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 tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Mục đích nghiên cứu

Thông qua việc đánh giá thực trạng tính tích cực, luận án nghiên cứu xây dựng giải pháp đảm bảo tính khoa học, phù hợp với điều kiện thực tiễn nhà trường, nhằm đẩy mạnh phong trào rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II, góp phần nâng cao thể lực và kết quả học tập cho đối tượng nghiên cứu.

Mục tiêu nghiên cứu

1. Đánh giá thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.
2. Xây dựng giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.
3. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Giả thuyết khoa học của luận án

Nếu áp dụng các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất phù hợp với đặc điểm và nhu cầu của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II, thì sẽ cải thiện đáng kể mức độ tích cực tham gia rèn luyện thể chất, nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất và phát triển thể chất cho học viên.

NHỮNG ĐÓNG GÓP MỚI CỦA LUẬN ÁN

- Đánh giá được thực trạng chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Đại học An Ninh nhân dân: phù hợp với qui định chung của Bộ Giáo dục và Đào tạo, phù hợp với đặc thù của ngành đào tạo. Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên cho thấy ở mức tổng quan chung thì vẫn còn nhiều sinh viên có tình trạng thể lực chưa đạt so với yêu cầu.

- CBQL chỉ hài lòng ở mức trung bình đối với chương trình ngoại khóa hiện tại. 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%.

- 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. Sau chương trình thực nghiệm đã thu được kết quả tích cực, chứng minh tính phù hợp và hiệu quả của chương trình.

2. CẤU TRÚC LUẬN ÁN

Luận án được trình bày trên 150 trang A4, bao gồm các phần: Đặt vấn đề (04 trang); Chương 1: Tổng quan vấn đề nghiên cứu (44 trang); Chương 2: Đối tượng, Phương pháp và tổ chức nghiên cứu (8 trang); Chương 3: Kết quả nghiên cứu và bàn luận (92 trang); Kết luận và kiến nghị (02 trang). Luận án có 46 bảng, 04 biểu đồ và 03 hình. Sử dụng 84 tài liệu tham khảo, trong đó 61 tài liệu Tiếng Việt, 20 tài liệu Tiếng Anh và 03 tài liệu từ Internet.

Chương 1

TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

Đề tài đã tổng hợp được các cơ sở thực tiễn và lý luận liên quan từ nhiều công trình nghiên cứu trong và ngoài nước như sau:

- 1.1. Các khái niệm sử dụng trong nghiên cứu
- 1.2. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác giáo dục thể chất
- 1.3. Khái quát về công tác giáo dục thể chất
- 1.4. Khái quát về tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất
- 1.5. Công tác thể dục thể thao tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II
- 1.6. Các công trình nghiên cứu liên quan.

Chương 2

ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

2.1.1. Đối tượng nghiên cứu:

Giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

2.1.2. Khách thể nghiên cứu

Khách thể nghiên cứu của luận án bao gồm các nhóm:

-Nhóm học viên: 750 học viên của Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II bao gồm các thành phần như sau:

+ 400 học viên tham gia khảo sát đánh giá công tác GDTC, hoạt động TDTT ngoại khóa, đánh giá tính tích cực, kiểm tra thể lực.

+ 150 học viên tham gia phỏng vấn thử xây dựng thang đo đánh giá định tính tính tích cực.

+ 200 học viên tham gia TN các giải pháp (100 học viên nhóm TN, 100 học viên nhóm ĐC)

Nhóm các cán bộ quản lý, giảng viên, các nhà khoa học:

+ 40 người là các cán bộ quản lý, giảng viên, các nhà khoa học đang công tác tại Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân II và các đơn vị liên quan đến hoạt động GDTC tại TP.HCM tham gia đánh giá các giải pháp của nghiên cứu đề xuất.

+ 20 người là các cán bộ quản lý, giảng viên đang công tác tại Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân II tham gia đánh giá xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC.

+ 40 người là các cán bộ quản lý, giảng viên đang công tác tại Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân II tham gia đánh giá thực trạng công tác GDTC tại trường.

2.1.3. Phạm vi nghiên cứu

- Nội dung: Tính tích cực trong việc tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

- Không gian: Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II và Trường ĐH TDTT TP.HCM.

- Thời gian: từ tháng 12/2020 đến tháng 12/2024.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu

2.2.2. Phương pháp điều tra xã hội học

2.2.3. Phương pháp kiểm tra sự phạm

2.2.4. Phương pháp thực nghiệm sự phạm

2.2.5. Phương pháp thực nghiệm xã hội học

2.2.6. Phương pháp toán học thống kê

2.3. Tổ chức nghiên cứu

Luận án tiến hành từ tháng 12/2020 đến tháng 12/2024.

Chương 3

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Đánh giá thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.1.1. Đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.1.1.1. *Xác định các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác Giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II*

(Trình bày chi tiết trong luận án từ trang 64 -69)

Phân phối các tiêu chí đánh giá công tác GDTC của Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Từ kết quả xác định các tiêu chí, để thuận lợi trong việc thu thập dữ liệu nghiên cứu, Luận án tiến hành phân bổ các tiêu chí như sau:

- Tiêu chí thu thập thông tin từ Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II
- + Chương trình GDTC
- + Đội ngũ GV tham gia giảng dạy GDTC
- + Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động GDTC
- Các tiêu chí được thiết kế vào phiếu phỏng vấn để thu thập đánh giá từ GV, các nhà khoa học và CBQL bao gồm:
 - + Kinh phí hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa
 - + Nội dung giảng dạy TDTT ngoại khóa
 - Các tiêu chí được thiết kế vào phiếu phỏng vấn học viên bao gồm:
 - + Nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên;
 - + Sự hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa
 - + Sự hài lòng của học viên về chương trình TDTT ngoại khóa
 - + Các nguyên nhân ảnh hưởng đến hoạt động TDTT ngoại khóa của học viên.

3.1.1.2. Kết quả đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Thực trạng về chương trình Giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Giáo dục thể chất là môn học bắt buộc trong chương trình đào tạo trung cấp CSND hệ chính quy, với 3 đơn vị học trình (105 tiết), gồm cả lý thuyết và thực hành. Nội dung đào tạo trang bị cho học viên kiến thức về GDTC, kỹ thuật chạy, nhảy, bơi và cò tay xà đơn, giúp nâng cao thể lực, phục vụ yêu cầu công tác và chiến đấu.

Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

- Về trình độ chuyên môn của đội ngũ giảng viên cho thấy có đến 24 người đã tốt nghiệp thạc sĩ (chiếm 75%), còn lại có 8 người có trình độ đại học (chiếm 25%).
- Về thâm niên công tác của đội ngũ giảng viên cho thấy có đến 23 người đã công tác “Từ 10 năm đến 20 năm” tốt (chiếm 72%), còn lại có 9 người đã công tác “Từ 20 năm đến 30 năm” (chiếm 25%).
- Về chuyên môn giảng dạy của giảng viên GDTC tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II cho thấy: có 13 người đang là “Giảng

viên võ thuật” (chiếm 40%), có 10 người đang là “Giảng viên quân sự” (chiếm 31.3%) và có 9 người đang là “Giảng viên thể dục thể thao” (chiếm 28.1%).

Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho hoạt động GDTC

Cơ sở vật chất GDTC tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II gồm nhiều sân bãi và trang thiết bị, đáp ứng nhu cầu học chính khóa nhưng còn thiếu cho hoạt động ngoại khóa. Đặc biệt, các sân bóng, bể bơi và khu tập luyện chưa đủ để đáp ứng nhu cầu ngày càng cao của học viên.

Về chất lượng, cơ sở vật chất ở mức khá, nhưng cần nâng cấp và mở rộng để đảm bảo hiệu quả rèn luyện thể chất. Việc cải tạo, bổ sung sân bãi là yêu cầu cấp thiết để nâng cao chất lượng GDTC và TDTT ngoại khóa.

Kinh phí hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa

Thông qua bảng thống kê cho thấy có 18 đánh giá cho rằng kinh phí hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa của học viên chưa đáp ứng, chiếm tỷ lệ 18%. Có 20 người cho rằng đáp ứng một phần, chiếm tỷ lệ 50% và chỉ 2 người cho rằng hoàn toàn đáp ứng, chiếm tỷ lệ 5%. Như vậy, về kinh phí dành cho kinh phí hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa của nhà trường đa số những người được khảo sát cho rằng là chưa đáp ứng và đáp ứng một phần để tái đầu tư cơ sở vật chất và trang thiết bị có liên quan đến các hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa.

Nội dung giảng dạy TDTT ngoại khóa

Qua bảng 3.7 cho thấy: Có 16 người được khảo sát cho rằng nội dung chương trình TDTT ngoại khóa hiện nay chưa đáp ứng yêu cầu của Nhà trường, chiếm tỷ lệ 40%. Có 17 người cho rằng đáp ứng từng phần yêu cầu của Nhà trường, chiếm tỷ lệ 42.5% và chỉ có 7 người cho rằng đáp ứng yêu cầu của Nhà trường, chiếm tỷ lệ 17.5%.

Về kết quả đánh giá môn TDTT ngoại khóa phù hợp với nhà trường. Qua bảng 4 cho thấy nhóm môn thứ nhất là môn bóng đá, cầu lông, bóng chuyền và bơi lội phù hợp với điều kiện nhà trường nhất, chiếm tỷ lệ 86.7 – 97.8%; Nhóm môn thứ hai là Taekwondo, Bóng rổ, Quần vợt chiếm tỷ lệ từ 66.7 – 71.1%; nhóm môn thứ ba là Đá cầu và Điền kinh chiếm tỷ lệ từ 48.9% - 57.8%. Như vậy, Nhóm môn bóng đá, cầu lông, bóng chuyền và bơi lội phù hợp với điều kiện nhà trường nhất trong giai đoạn hiện nay.

Hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa

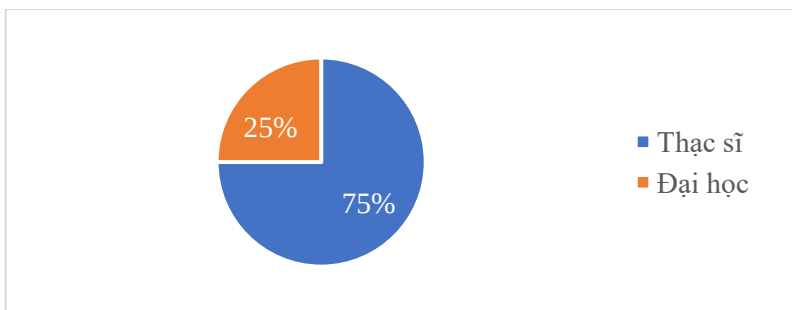
Kết quả thống kê tại bảng 3.9 cho thấy, xét theo tổng thể học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II tham gia chủ yếu 6 hình thức tập luyện và 3 hình thức tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa bao gồm: Thể dục buổi sáng, Thể dục giữa giờ, Đội tuyển, Nhóm – tổ, Câu lạc bộ và tự tập. Bên cạnh đó, học viên tập luyện TDTT ngoại khóa chủ yếu theo hình thức tổ chức không có người hướng dẫn (49.5%), trong khi đó hai dạng hình thức tổ chức còn lại ít hơn nhiều khi chỉ có 26.75% học viên có hướng dẫn và 23.75 % hoặc khi có khi không người hướng dẫn kết hợp với nhau.

Qua bảng 3.10 cho thấy 10 người được khảo sát cho rằng Công tác hướng dẫn học viên tập luyện TDTT ngoại khóa của giảng viên GDTC là chưa thường xuyên, chiếm tỷ lệ 25%. Có 24 người cho rằng bình thường, chiếm tỷ lệ 60% và chỉ có 6 người cho rằng thường xuyên, chiếm tỷ lệ 15%.

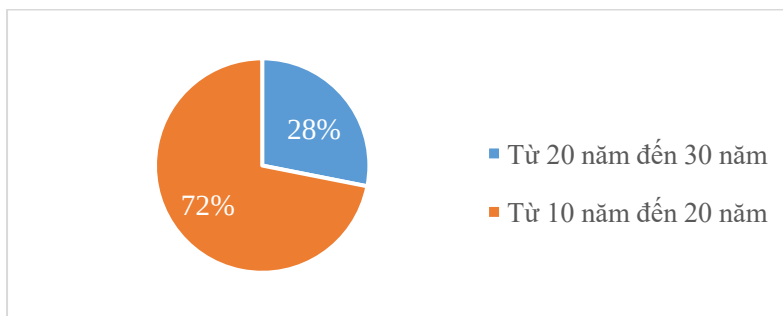
Để có thông tin sâu hơn nữa về các hình thức tổ chức tập luyện, nghiên cứu tiến hành khảo sát thực trạng tình hình tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên với các nội dung như sau: thời gian học tập, tính chuyên cần, số buổi tập luyện, thời lượng và thời điểm tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II (Kết quả được trình bày chi tiết tại bảng 3.11)

Nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên

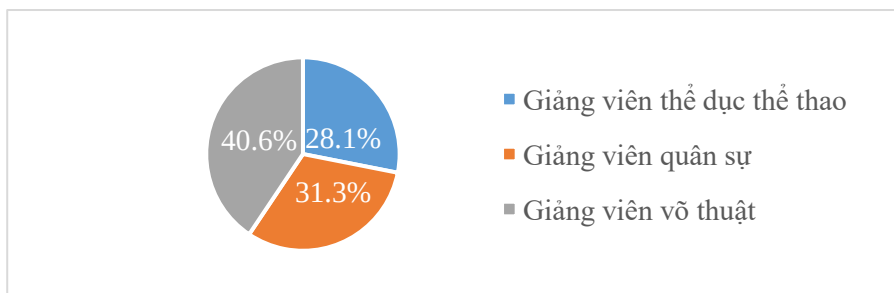
Qua bảng 12 cho thấy, thực trạng tổng thể nội dung tập luyện TDTT ngoại khóa của học viên là khá phong phú nhưng tản mạn. Số lượng và tỉ lệ các môn thể thao học viên hiện đang tập luyện có sự chênh lệch đáng kể. Tuy nhiên, dễ nhận thấy các môn thể thao mà học viên hiện có nhu cầu tập luyện nhiều nhất là: Bóng đá chiếm tỉ lệ (22.1%), Bóng chuyền chiếm tỉ lệ 18.5%, Bơi lội chiếm tỉ lệ (14.2%), Cầu lông chiếm tỉ lệ (11.5%) và Taekwondo chiếm tỉ lệ (11.5%). Nhóm các môn thể thao còn lại, có thể do không hấp dẫn hay khó khăn về điều kiện tập luyện mà chưa được học viên lựa chọn tập luyện nhiều như môn: Bóng rổ, Đá cầu, Quần vợt, Điền kinh, chiếm tỉ lệ từ 6.9% trở xuống



Biểu đồ 3.1. Trình độ chuyên môn của đội ngũ giảng viên GDTC



Biểu đồ 3.2. Thâm niên giảng dạy của đội ngũ giảng viên GDTC



Biểu đồ 3.3. Chuyên môn giảng dạy của đội ngũ giảng viên GDTC

Bảng 3.5. Cơ sở vật chất phục vụ công tác giáo dục thể chất và hoạt động TDTT ngoại khóa tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

TT	Môn thể thao	Loại sân	Số lượng	Thiết bị
1	Võ thuật	Xi măng	5000m ²	Đầy đủ thảm, dụng cụ tập luyện 3 môn: Taekwondo, Karatedo, Vovinam
2	Bóng đá	Mini	06	Cỏ nhân tạo, đủ tiêu chuẩn
3	Chạy/ Đi bộ	Bê tông	05	2000m
4	Bóng chuyền	Ngoài trời	06	Đầy đủ dụng cụ trang thiết bị đảm bảo đúng tiêu chuẩn
5	Bơi	Trong nhà	01	Trang bị theo tiêu chuẩn
6	Cầu lông	Bê tông	06	Đủ trang thiết bị
7	Bóng rổ	Bê tông	02	Đủ trang thiết bị
8	Sân tập thể lực	Ngoài trời	06 bộ xà đơn	Trang bị theo tiêu chuẩn

(Nguồn: Kết quả thống kê)

Bảng 3.6. Thống kê đánh giá kinh phí dành cho hoạt động GDTC, TDTT ngoại khóa của học viên (n=40)

Mức đo		Tần số(n)	Tần suất (%)
Đánh giá	Không đáp ứng	18	45
	Đáp ứng một phần	20	50
	Đáp ứng hoàn toàn	2	5
	Tổng	40	100

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

Bảng 3.7. Kết quả đánh giá sự đáp ứng của nội dung TDDT ngoại khóa đối với yêu cầu của Nhà trường (n=40)

Mức đo		Tần số(n)	Tần suất (%)
Đánh giá	Chưa đáp ứng yêu cầu	16	40
	Đáp ứng từng phần yêu cầu	17	42,5
	Đáp ứng yêu cầu	7	17,5
	Tổng	40	100.0

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

Bảng 3.8. Môn TDDT ngoại khóa phù hợp với điều kiện của nhà trường (n=40)

Nội dung		Responses		Percent of Cases
		N	%	
Các môn thể thao phù hợp với điều kiện của Nhà Trường	Bóng đá	40	13,3	91.1%
	Bóng chuyền	39	13,0	86.7%
	Cầu lông	40	13,3	97.8%
	Bơi lội	39	13,0	86.7%
	Taekwondo	32	10,7	71.1%
	Bóng rổ	31	10,3	68.9%
	Đá cầu	26	8,7	57.8%
	Quần vợt	30	10,0	66.7%
	Điền kinh	23	7,7	48.9%
Tổng		300	100	675.6%

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

Bảng 3.9. Thực trạng hình thức tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa

TT	Hình thức	Mức độ	Kết quả phỏng vấn	
			n	%
1	TD buổi sáng	Rất thường xuyên	281	70,25
		Thường xuyên	108	27
		Không bao giờ	11	2,75
2	TD giữa giờ	Rất thường xuyên	47	11,75
		Thường xuyên	236	59
		Không bao giờ	117	29,25
3	Đội tuyển	Rất thường xuyên	42	10,5
		Thường xuyên	130	32,5
		Không bao giờ	228	57
4	Nhóm, tổ	Rất thường xuyên	155	38,75
		Thường xuyên	200	50
		Không bao giờ	45	11,25
5	Câu lạc bộ	Rất thường xuyên	131	32,75
		Thường xuyên	175	43,75
		Không bao giờ	94	23,5
6	Tự tập	Rất thường xuyên	141	35,25
		Thường xuyên	165	41,25
		Không bao giờ	94	23,5
7	Tổ chức tập luyện	Không có GV hướng dẫn	198	49,5
		Có GV hướng dẫn	107	26,75
		Kết hợp	95	23,75

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

Bảng 3.10. Kết quả đánh giá công tác hướng dẫn học viên tập luyện TDTT ngoại khóa của giảng viên GDTC

Mức đo		Tần số(n)	Tần suất (%)
Đánh giá	Chưa thường xuyên	10	25
	Bình thường	24	60
	Thường xuyên	6	15
	Total	40	100

**Bảng 3.11. Thống kê thực trạng về tình hình tập luyện
TDTT ngoại khóa của học viên (n=400)**

TT	Nội dung	Mức độ trả lời	Kết quả phỏng vấn	
			n	%
1	Chuyên cần tập luyện	Rất thường xuyên	70	17,5
		Thường xuyên	199	49,75
		Thỉnh thoảng	63	15,75
		Không bao giờ	68	17
2	Thời lượng tập luyện/ ngày	<60 phút	150	37,5
		<90 phút	159	39,75
		<120 phút	55	13,75
		> 120 phút	36	9
3	Số buổi tập/ tuần	1 buổi/tuần	20	5
		2 buổi/tuần	175	43,75
		3 buổi/tuần	107	26,75
		>3 buổi/tuần	98	24,5
4	Thời điểm tập luyện	Sáng	103	25,75
		Chiều	201	50,25
		Chiều tối	96	24
5	Địa điểm tập luyện	Sân trường	200	50
		Sân KTX	170	42,5
		Các nơi khác	30	7,5

**Bảng 3.12. Thống kê nhu cầu tập luyện TDTT
ngoại khóa của học viên (n=400)**

TT	Môn thể thao	Kết quả lựa chọn	
		n	%
1	Bóng đá	117	29,25
2	Bóng chuyền	81	20,25
3	Cầu lông	45	11,25
4	Bơi lội	58	14,5
5	Các môn võ thuật	45	11,25
6	Bóng rổ	22	5,5
8	Yoga	15	3,75
9	Điền kinh	17	4,25
Tổng		400	100.0

Sự hứng thú tập luyện TDTT ngoại khóa

Qua bảng 3.11 cho thấy 199 học viên được khảo sát cho rằng là không hứng thú với việc tập TDTT ngoại khóa, chiếm tỷ lệ 41.5%; 89 học viên cho rằng bình thường, chiếm tỷ lệ 18.5%; 141 học viên hứng thú tập luyện, chiếm tỷ lệ 29.4%; 51 học viên hứng thú tập luyện, chiếm tỷ lệ 10.6%. Như vậy, còn phần lớn học viên có xu hướng không hứng thú với việc tập luyện TDTT ngoại khóa tại Nhà trường.

Sự hài lòng của học viên về chương trình TDTT ngoại khóa

Qua bản thống kê cho thấy cho thấy 118 học viên được khảo sát cho rằng là không hài lòng với với chương trình TDTT ngoại khóa, chiếm tỷ lệ 29.5%; 175 học viên cho rằng bình thường, chiếm tỷ lệ 43.75%; 93 học viên hài lòng với chương trình, chiếm tỷ lệ 23.25%; 14 học viên rất hài lòng, chiếm tỷ lệ 3.5%. Như vậy, còn phần lớn học viên có xu hướng không hài lòng và đánh giá bình thường (73.25%) với chương trình tập luyện TDTT ngoại khóa tại Nhà trường.

Các nguyên nhân ảnh hưởng đến hoạt động TDTT ngoại khóa của học viên.

Qua phỏng vấn ngẫu nhiên bằng phiếu hỏi 400 học viên về nguyên nhân ảnh hưởng đến tập luyện TDTT ngoại khóa cho thấy: có đến 116 học viên cho rằng “Thiếu sân bãi tập luyện” là yếu tố ảnh hưởng nhiều nhất. Xếp thứ 2 là “Thiếu dụng cụ luyện” với 93 người lựa chọn. Xếp vị trí thứ 3 là “Thiếu người hướng dẫn tập luyện” với 88 người tập luyện.

**Bảng 3.13. Thống kê sự hứng thú tập luyện
TDDT ngoại khóa của học viên (n=400)**

Mức đo		Tần số(n)	Tần suất (%)
Đánh giá	Không hứng thú	178	44,5
	Bình thường	70	17,5
	Hứng thú	119	29,75
	Rất hứng thú	33	8,25
	Tổng	400	100.0

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

**Bảng 3.14. Thống kê mức độ hài lòng của học viên về
chương trình TDDT ngoại khóa (n=400)**

Mức đo		Tần số(n)	Tần suất (%)
Đánh giá	Không hài lòng	118	29,5
	Bình thường	175	43,75
	Hài lòng	93	23,25
	Rất hài lòng	14	3,5
	Tổng	400	100.0

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

**Bảng 3.15. Thống kê các yếu tố ảnh hưởng đến
hoạt động TDDT ngoại khóa của học viên (n=400)**

TT	Nội dung	Phỏng vấn	
		n	%
1	Thiếu thời gian tập luyện	20	4.6
2	Thiếu sân bãi tập luyện	116	37.1
3	Kinh phí tập luyện	38	7.9
4	Dụng cụ tập luyện	98	27.7
5	Thiếu người hướng dẫn tập luyện	88	18.3
6	Thiếu quyết tâm tập luyện	10	2.1
7	Thiếu kế hoạch tập luyện	25	1.3
8	Các yếu tố khác	5	1.0

(Nguồn: Kết quả khảo sát)

3.1.2. Đánh giá thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.1.2.1. Xác định tiêu chí đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Xác định tiêu chí định lượng đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II. (Kết quả chi tiết được trình bày trong luận án tại trang 83)

Xác định tiêu chí định tính đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II (Kết quả chi tiết được trình bày trong luận án tại trang 83-96)

3.1.2.2. Thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Đánh giá định lượng: Để kiểm tra đánh giá thực trạng thể lực, đề tài sử dụng các chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực theo Thông tư số 106/2020/TT-BCA ngày 08/10/2020 của Bộ Công An, quy định về chế độ rèn luyện thể lực trong Công an nhân dân bao gồm 04 chỉ tiêu. Kết quả kiểm tra thể lực của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II bao gồm các nội dung như sau:

- Test Bật xa tại chỗ (m): Học viên có thành tích bật xa tại chỗ là 2.1 ± 0.3 m. Hệ số biến thiên C_v là $14.3 > 10\%$, như vậy thành tích bật xa tại chỗ (m) của học viên chưa có sự đồng đều.

- Test Co tay xà đơn (lần): Học viên có thành tích co tay xà đơn là 13.8 ± 1.5 lần. học viên có sự đồng đều. Hệ số biến thiên C_v là $10.9\% > 10\%$, như vậy thành tích Co tay xà đơn (lần) của học viên chưa có sự đồng đều.

- Test chạy 100m (s): Học viên có thành tích chạy 100m là 14.6 ± 0.6 s. Hệ số biến thiên C_v là $4.1\% < 10\%$, như vậy thành tích chạy 100m của học viên có sự đồng đều.

- Test chạy 1500m (phút): học viên có thành tích chạy 1500m là 6.8 ± 0.2 phút. Hệ số biến thiên C_v là $2.9\% < 10\%$, như vậy thành tích chạy 1500m của học viên có sự đồng đều.

Đánh giá phân loại theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Thực trạng phân loại thể lực chung của học viên tham gia đánh giá được thể hiện ở bảng 3.28 như sau:

Từ kết quả phân loại ở trên cho thấy kết quả đánh giá xếp loại

học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Công An như sau:

Trong số 400 học viên được đánh giá xếp loại, có 252 học viên xếp loại Đạt, chiếm tỉ lệ 63.0%, 148 học viên xếp loại Không đạt, chiếm tỉ lệ 37.0%. Như vậy, số lượng học viên chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực chung của Bộ Công An là còn cao. So sánh số học viên đạt chuẩn về thể lực với số không đạt chuẩn trong số các học viên giữa hai giữa 2 loại này có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0.05$) mà ưu thế nghiêng về nhóm học viên đạt chuẩn về thể lực. Tuy nhiên tỉ lệ 37.0% học viên chưa đạt chuẩn về thể lực chung do Bộ Công An quy định là khá cao cần phải có các giải pháp thiết yếu để giảm đáng kể số lượng học viên không đạt chuẩn.

Đánh giá định tính: Từ kết quả thang đo đã xây dựng, nghiên cứu tiến hành lập phiếu phỏng vấn gửi đến 400 học viên. Qua khảo sát thu được kết quả thống kê giá trị trung bình các nhóm đánh giá tính tích cực của học viên như sau:

- Về tính tích cực biểu hiện cảm xúc đánh giá trung bình là 2.66 điểm (bình thường). Trong đó mục hỏi “Việc tham gia rèn luyện thân thể là cần thiết” được học viên đánh giá cao nhất 2.93 điểm (bình thường). Mục hỏi “Phương pháp tổ chức rèn luyện thân thể của giảng viên là phù hợp, hấp dẫn” được học viên đánh giá thấp nhất 2.44 điểm (Không tích cực).

- Về tính tích cực biểu hiện chú ý đánh giá trung bình là 2.58 điểm (không tích cực). Trong đó mục hỏi “Tôi luôn hăng hái tham gia các hoạt động học tập rèn luyện thân thể (phát biểu ý kiến, ghi chép, tham gia trò chơi tập thể,...)” được học viên đánh giá cao nhất 2.71 điểm (bình thường). Mục hỏi “Tôi luôn chú ý quan sát động tác thị phạm, hướng dẫn của giảng viên hướng dẫn và của các bạn khi tham gia rèn luyện thân thể” được học viên đánh giá thấp nhất 2.44 điểm (Không tích cực).

- Về tính tích cực biểu hiện nỗ lực ý chí đánh giá trung bình là 2.87 điểm (Bình thường). Trong đó mục hỏi “Tôi luôn hăng hái tham gia các hoạt động học tập rèn luyện thân thể (phát biểu ý kiến, ghi chép, tham gia trò chơi tập thể,...)” được học viên đánh giá cao nhất 3.01 điểm (bình thường). Mục hỏi “Tôi luôn chú ý quan sát động tác thị phạm, hướng dẫn của giảng viên hướng dẫn và của các bạn thực hành trên lớp.” được học viên đánh giá thấp nhất 2.74 điểm (Bình thường).

- Về tính tích cực biểu hiện hành vi đánh giá trung bình là 2.64

điểm (Bình thường). Trong đó mục hỏi “Tôi thường xuyên tham gia các hoạt động TDTT ngoại khóa sau các giờ học GDTC chính khóa” được học viên đánh giá cao nhất 3.29 điểm (Bình thường). Mục hỏi “Tôi thường theo dõi, cập nhật các thông tin liên quan đến các hoạt động rèn luyện thân thể.” được học viên đánh giá thấp nhất 2.38 điểm (Không tích cực).

- Về tính tích cực biểu hiện kết quả lĩnh hội đánh giá trung bình là 2.70 điểm (Bình thường). Trong đó mục hỏi “Tôi luôn ghi nhớ và thực hiện lại tốt các động tác, bài tập vận động khi tham gia các hoạt động rèn luyện thân thể” được học viên đánh giá cao nhất 3.0 điểm (Bình thường). Mục hỏi “Tôi đã nâng cao các kỹ năng vận động cơ bản, kỹ năng thực hiện các động tác, bài tập khi tham gia rèn luyện thân thể” được học viên đánh giá thấp nhất 2.55 điểm (Không tích cực).

- Kết quả đánh giá chung về Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên đánh giá trung bình là 3.07 điểm (Bình thường). Trong đó mục hỏi “Tôi sẽ tiếp tục tham gia các hoạt động rèn luyện thể chất tại trường” được học viên đánh giá cao nhất 3.21 điểm (Bình thường). Mục hỏi “Các hoạt động thể chất giúp tôi nâng cao tính tích cực khi học tập” được học viên đánh giá thấp nhất 2.95 điểm (Không tích cực).

-Kiểm định các giả thuyết nghiên cứu

So sánh mức độ tác động của 05 biến này vào biến phục thuộc Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên theo thứ tự mạnh nhất giảm dần đến thấp nhất như sau: Biến Biểu hiện xúc cảm học tập (XC) có tác động mạnh nhất ($\beta = 0,260$), xếp thứ 2 là biến Biểu hiện chú ý (CY) ($\beta = 0,205$), xếp vị trí thứ 3 là biến Biểu hiện nỗ lực ý chí (YC) ($\beta = 0,83$), vị trí thứ 4 là biến Biểu hiện hành vi (HV) ($\beta = 0,072$) và cuối cùng là biến Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội (KQ) có hệ số thấp nhất ($\beta = 0,030$). Điều này cho thấy các yếu tố về Biểu hiện xúc cảm học tập (XC), Biểu hiện chú ý (CY), Biểu hiện nỗ lực ý chí (YC), Biểu hiện hành vi (HV), Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội (KQ) đều ảnh hưởng đến tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên của trường. Phương trình hồi quy tuyến tính bội:

Phương trình hồi quy chuẩn hóa có dạng:

$$TC = 0,260 \cdot XC + 0,205 \cdot CY + 0,083 \cdot YC + 0,072 \cdot HV + 0,030 \cdot KQ$$

**Bảng 3.29. Thực trạng thể lực của học viên
Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II**

TT	NỘI DUNG	$\overline{X}$	σ	Cv%
1	Bật xa tại chỗ (m)	2.1	0.3	14.3
2	Co tay xà đơn (lần)	13.8	1.5	10.9
3	Chạy 100m (s)	14.6	0.6	4.1
4	Chạy 1500m (phút)	6.8	0.2	2.9

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu thống kê)

**Bảng 3.30. Kết quả phân loại thể lực của học viên Trường Cao
đẳng Cảnh sát nhân dân II (n = 400)**

Số lượng	Xếp loại	
	Đạt	Không đạt
n	252	148
%	63	37
Kiểm nghiệm Chi – Square χ^2	18.7	
P	<0.05	

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu thống kê)

Bảng 3.31. Thống kê tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

TT	Nội dung	Kết quả đánh giá	
		TB	Độ lệch chuẩn
	Biểu hiện xúc cảm	2,66	
1	Tôi yêu thích việc tham gia rèn luyện thân thể	2,64	0,48
2	Việc tham gia rèn luyện thân thể là cần thiết	2,93	0,69
3	Tôi nhận thấy vai trò ý nghĩa của việc tham gia rèn luyện thân thể	2,81	0,66
4	Tôi cảm thấy hứng thú khi tham gia rèn luyện thân thể	2,56	0,63
5	Tôi luôn ý thức tự tham gia rèn luyện thân thể	2,55	0,59
6	Phương pháp tổ chức rèn luyện thân thể của giảng viên là phù hợp, hấp dẫn	2,44	0,59
7	Nội dung tổ chức rèn luyện thân thể là phù hợp	2,71	0,66
8	Điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ để tổ chức rèn luyện thân thể đảm bảo, đầy đủ và phù hợp	2,61	0,66
	Biểu hiện chú ý	2,58	
9	Tôi luôn cố gắng hoàn thành bài tập giảng viên giao ở trên lớp	2,55	0,50
10	Tôi luôn quyết tâm vượt qua các khó khăn, hoàn thành các nhiệm vụ được giao	2,44	0,51
11	Tôi luôn tự giác, chủ động rèn luyện thêm ngoài giờ	2,71	0,61
12	Tôi luôn tập trung khi tham gia rèn luyện thân thể.	2,61	0,66
	Biểu hiện nỗ lực ý chí	2,87	
13	Tôi luôn tích cực, chú ý lắng nghe giảng viên hướng dẫn trong giờ rèn luyện thân thể.	2,85	0,70
14	Tôi luôn chú ý quan sát động tác thị phạm, hướng dẫn của giảng viên hướng dẫn và của các	2,74	0,71

	bạn thực hành trên lớp.		
15	Tôi luôn hăng hái tham gia các hoạt động học tập rèn luyện thân thể (phát biểu ý kiến, ghi chép, tham gia trò chơi tập thể, ...)	3,01	0,81
	Biểu hiện hành vi	2,64	
16	Tôi tham gia đầy đủ các hoạt động rèn luyện thân thể được tổ chức tại Trường	2,57	0,50
17	Tôi luôn đến đúng giờ để tham gia các hoạt động rèn luyện thân thể được tổ chức tại Trường	2,52	0,40
18	Tôi thường hào hứng khi được giao nhiệm vụ trong các giờ học GDTC chính khóa và các hoạt động rèn luyện thân thể được tổ chức tại Trường	2,43	0,30
19	Tôi thường trao đổi với giảng viên về các nội dung tập luyện mà tôi chưa hiểu rõ.	2,66	0,60
20	Tôi thường theo dõi, cập nhật các thông tin liên quan đến các hoạt động rèn luyện thân thể.	2,38	0,45
21	Tôi thường xuyên tham gia các hoạt động TDTT ngoại khóa sau các giờ học GDTC chính khóa.	3,29	0,71
	Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội	2,70	
22	Tôi luôn ghi nhớ và thực hiện lại tốt các động tác, bài tập vận động khi tham gia các hoạt động rèn luyện thân thể	3.00	0,66
23	Tôi có thể vận dụng linh hoạt những kiến thức, kỹ năng vận động đã có vào các bài tập, nội dung học mới.	2,56	0,63
24	Tôi đã nâng cao các kỹ năng vận động cơ bản, kỹ năng thực hiện các động tác, bài tập khi tham gia rèn luyện thân thể	2,55	0,59
	Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên	3,07	
25	Tôi sẽ tiếp tục tham gia các hoạt động rèn luyện thể chất tại trường	3,21	0,67
26	Quyết định tham gia các hoạt động rèn luyện thể chất tại trường là quyết định đúng đắn của tôi	2,96	0,64
27	Các hoạt động thể chất giúp tôi nâng cao tính tích cực khi học tập.	2,95	0,60

28	Tôi tích cực tham gia các hoạt động rèn luyện thể chất tại trường	3,15	0,01
----	---	------	------

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu khảo sát)

Bảng 3.35. Thống kê phân tích các hệ số hồi quy

Coefficients ^a								
Mô hình		Hệ số chưa chuẩn hóa		Hệ số chuẩn hóa	t	Sig.	Thống kê đa cộng tuyến	
		B	Sai số chuẩn	Beta			Dung sai	VIF
1	Hằng số	,190	,244		,778	,438		
	XC	,292	,079	,260	3,673	,000	,381	2,624
	CY	,229	,070	,205	3,276	,001	,487	2,053
	YC	,074	,053	,083	1,413	,039	,557	1,795
	HV	,075	,064	,072	1,179	,040	,516	1,939
	KQ	,031	,061	,030	,503	,015	,552	1,813
a. Biến phụ thuộc: TC								

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu khảo sát)

3.2. Xây dựng giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.2.1. Căn cứ đề xuất giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.2.1.1. Cơ sở pháp lý đề xuất giải pháp

(trình bày chi tiết trong luận án từ trang 108-110)

3.2.1.2. Cơ sở thực tiễn đề xuất giải pháp

(trình bày chi tiết trong luận án từ trang 110 -110)

3.2.2. Nguyên tắc đề xuất các giải pháp

(trình bày chi tiết trong luận án từ trang 111 -113)

3.2.3. Xác định các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.2.3.1. Kết quả thu thập thông tin xác định các giải pháp

(trình bày chi tiết trong luận án từ trang 113 -115)

3.2.3.2. Kiểm nghiệm độ tin cậy của các giải pháp

(trình bày chi tiết trong luận án từ trang 115 -117)

3.2.3.3. Kết quả thống kê mức độ cần thiết, mức độ khả thi của các giải pháp

Từ kết quả phân tích độ tin cậy như trên, tác giả tiến hành lập phiếu phỏng vấn để đánh giá mức độ cần thiết, mức độ khả thi của các giải pháp. Quy ước để lựa chọn các giải pháp: Các giải pháp chỉ được chọn khi có giá trị trung bình qua đánh giá của khách thể nghiên cứu về mức độ cấp thiết, mức độ khả thi đạt từ 3.41 điểm trở lên. Tiến hành phỏng vấn các cán bộ quản lý, Qua phân tích tại biểu đồ cho thấy mức độ cần thiết và khả thi của các giải pháp. Tất cả 05 giải pháp đều được đánh giá ở mức cần thiết/ khả thi trở lên. Trong đó: về mức độ cần thiết giải pháp có giá trị trung bình cao nhất là “Đầu tư, nâng cấp trang thiết bị, dụng cụ, sân bãi tập luyện đáp ứng nhu cầu tham gia rèn luyện thể chất của học viên (GP2). Về mức độ khả thi, giải pháp có giá trị trung bình cao nhất trong 05 giải pháp là: Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức các hoạt động rèn luyện thể chất phù hợp với nhu cầu của học viên cũng như các điều kiện thực tế trong nhà trường (GP4).

3.2.4. Xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Dựa vào tài liệu tham khảo, Luận án tổng hợp và thiết lập nội dung phiếu phỏng vấn được trình bày ở phụ lục 10 để phỏng vấn GV, CBQL và các nhà khoa học liên quan đến công tác GDTC nhằm xác định nội dung của từng giải pháp.

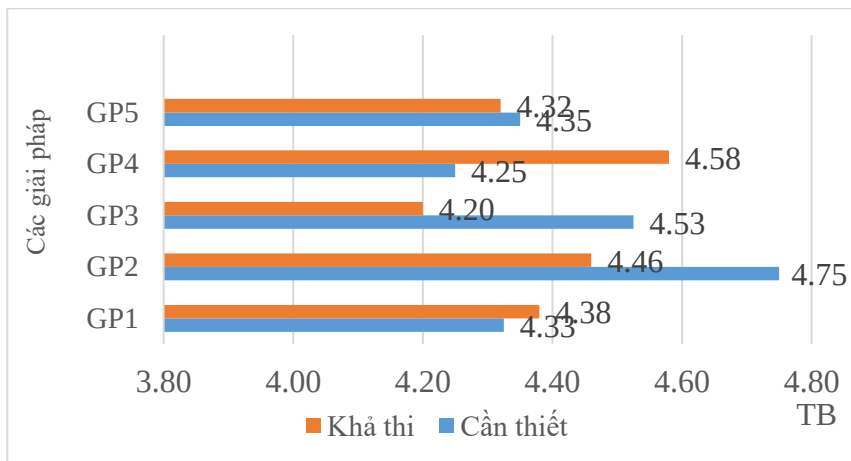
- Cách thức phỏng vấn: phỏng vấn được thực hiện 1 lần trên 40 người, các nội dung được đánh giá theo thang đo likert 5 mức độ.

- Cách thức đánh giá: các nội dung đạt giá trị trung bình từ 3.41 trở lên sẽ được chọn đưa vào thực nghiệm nhằm nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Kết quả tổng hợp cho thấy: Từ 05 giải pháp với các nội dung đưa vào phỏng vấn đã chọn ra được 17 nội dung để đưa vào thực nghiệm. Bên cạnh đó, những người được phỏng vấn cũng không có bổ sung thêm giải pháp hay ý kiến nào khác vào phiếu phỏng vấn.

3.2.5. Hướng dẫn quy trình thực hiện các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Từ kết quả xây dựng nội dung các giải pháp, nghiên cứu tiến hành xây dựng hướng dẫn quy trình thực thi các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II (trình bày chi tiết trong luận án từ trang 120 -129)



Biểu đồ 3.4. Kết quả phân tích tính cần thiết và khả thi của các giải pháp

Bảng 3.39. Kết quả phỏng vấn lựa chọn nội dung cho các giải pháp

TT	Nội dung	Kết quả lựa chọn	
		TB	Độ lệch chuẩn
1	Giải pháp 1: Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, ý nghĩa, tầm quan trọng và lợi ích của việc tham gia rèn luyện thể chất cho học viên.		
1.1	Tô chức tuyên truyền, giáo dục thường xuyên cho học viên về vai trò, ý nghĩa của việc tham gia rèn luyện thể chất đối với vấn đề giữ gìn và nâng cao sức khỏe, thể chất cho bản thân.	4.3	0.50
1.2	Hướng dẫn cho học viên các kiến thức cơ bản liên quan đến việc rèn luyện thể chất: tác dụng của các hoạt động rèn luyện thể chất, nguyên tắc và phương pháp tập luyện, công tác vệ sinh trong tập luyện, ...	4.2	0.50

2	Giải pháp 2: Đầu tư, nâng cấp trang thiết bị, dụng cụ, sân bãi tập luyện đáp ứng nhu cầu tham gia rèn luyện chất của học viên.		
2.1	Tận dụng tối đa trong điều kiện cho phép cho học viên mượn sân bãi, dụng cụ để tập luyện vào thời gian thu rồi.	4.0	0.35
2.2	Thường xuyên kiểm kê, rà soát định kỳ bộ cơ sở vật chất hiện có, trên cơ sở đó, đề xuất cải tạo, sửa chữa nâng cấp cơ sở vật chất: sân bãi, nhà tập, dụng cụ tập luyện...	4.1	0.22
2.3	Đề xuất biện pháp khai thác tối đa điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường phục vụ công tác giảng dạy, rèn luyện thể chất của học viên trong giờ chính khóa và ngoại khóa.		
2.4	Căn cứ vào số lượng học viên của nhà trường, nhu cầu tập luyện của học viên, đề xuất mua sắm bổ sung trang thiết bị, nâng cấp cơ sở vật chất đảm bảo cho việc phát triển phong trào rèn luyện thể chất của học viên	4.5	0.20
3	Giải pháp 3: Phát triển đội ngũ cộng tác viên, hướng dẫn viên phục vụ cho công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường		
3.1	Đảm bảo về số lượng cộng tác viên, hướng dẫn viên hỗ trợ cho hoạt động rèn luyện thể chất tại các CLB cũng như các môn TDTT đang được học viên tập luyện.	4.4	0.51
3.2	Vận động cán bộ, GV và một số đồng nghiệp chuyên ngành TDTT cùng tham gia tổ chức. Ngoài ra có những hình thức bồi dưỡng, tuyên truyền về vai trò, nội dung các kỹ năng nhằm nâng cao nhận thức, phẩm chất đạo đức và tác phong	4.1	0.20

	cho cộng tác viên, hướng dẫn viên.		
4	Giải pháp 4: Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức các hoạt động rèn luyện thể chất phù hợp với nhu cầu của học viên và các điều kiện thực tế trong nhà trường.		
4.1	Xây dựng kế hoạch thành lập và cách thức hoạt động của các câu lạc bộ TDTT ngoại khóa trong nhà trường trình Ban giám hiệu phê duyệt.	3.9	0.35
4.2	Thường xuyên tổ chức các giải đấu trong các khoa, giữa các khoa trong trường, thi đấu giao lưu chào mừng các ngày lễ lớn trong năm như 26/3, 27/3, 19/8, 20/7, 20/11, 19/1,...	4.2	0.30
4.3	Xây dựng kế hoạch tập luyện các môn thể thao, thống nhất việc thực hiện kế hoạch ngoại khóa trong đội ngũ cộng tác viên tham gia tổ chức, hướng dẫn học viên tập luyện các môn thể thao theo nhu cầu của học viên và điều kiện thực tế của nhà trường.	4.1	0.50
4.4	Hình thức tổ chức tập luyện theo hình thức CLB, nhóm, lớp, đội tuyển trường,...	3.9	0.25
4.5	Xây dựng kế hoạch và lịch tập các môn TDTT ngoại khóa định kỳ trong từng học kỳ của năm học. Thống nhất việc thực hiện kế hoạch ngoại khóa trong đội ngũ cộng tác viên tham gia tổ chức, hướng dẫn học viên tập luyện.	4.40	0.57
4.6	Địa điểm tổ chức tập luyện các môn TDTT ngoại khóa cho học viên: Tùy vào điều kiện và đặc thù của từng môn TDTT ngoại khóa có thể kết hợp linh hoạt giữa điều kiện sân bãi hiện có trong trường (sân trường, KTX) và các cơ sở liên kết ngoài trường (các	4.4	0.16

	cơ sở thuê, Trung tâm TDTT, CLB TDTT...)		
4.7	Nguồn kinh phí hoạt động từ vốn đầu tư hàng năm của nhà trường. Bên cạnh đó có thể huy động thêm từ các nhà tài trợ qua các hoạt động thi đấu giải.	3.8	0.17
4.8	Thời gian tổ chức: Số buổi tập luyện: từ 2 - 3 buổi/tuần. Thời điểm tập luyện: Bất kể thời gian nào trong ngày tùy theo điều kiện của học viên (cả ngày sáng, chiều và tối) nhưng chủ yếu là buổi chiều và buổi tối. Thời lượng mỗi buổi tập: 60 - 90 phút.	4.3	0.11
5	Giải pháp 5: Nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ giảng viên tham gia công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường		
5.1	Bồi dưỡng kiến thức về kỹ thuật, chiến thuật thi đấu, luật thi đấu, phương pháp tổ chức thi đấu và trọng tài một số môn TDTT cho GV; cử CB, GV tham gia các đợt tập huấn chuyên môn của ngành trên phạm vi toàn quốc; động viên CB, GV đi học tập nâng cao trình độ.	4.2	0.06

3.3. Đánh giá hiệu quả giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.3.1. Thực nghiệm các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.3.1.1. Tổ chức thực nghiệm các giải pháp

Khách thể TN

Tác giả tổ chức TN sư phạm theo hình thức so sánh trình tự song song đơn trên nhóm ĐC và TN.

- Nhóm ĐC: 100 SV nam năm nhất học chương trình GDTC của trường

- Nhóm TN: 100 SV nam năm nhất học chương trình GDTC với việc ứng dụng các giải pháp nghiên cứu mới đề xuất.

Nội dung và thời gian TN:

- Nội dung ứng dụng: Căn cứ vào kết quả nghiên cứu, căn cứ vào tình hình thực tiễn, luận án tiến hành xin TN tại Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II các giải pháp đã đề xuất bao gồm các nội dung được trình bày chi tiết trong tiêu mục 3.2.3.4.

- Thời gian ứng dụng: Thời gian TN được tính từ tháng 10/2023 đến tháng 06/2024

- Tiêu chí đánh giá

Để đánh giá hiệu quả một số giải pháp thực nghiệm luận án sử dụng các tiêu chí đánh giá như sau:

-Đánh giá định lượng: Luận án tiến hành kiểm tra thành tích các chỉ số đánh giá thể chất của khách thể nghiên cứu sau thực nghiệm, tính nhịp độ tăng trưởng thành tích các chỉ số.

-Đánh giá định tính: Luận án sử dụng thang đo tại mục 3.1.2 để khảo sát sau thực nghiệm đánh giá tính tích cực trong giờ học GDTC, tiến hành so sánh giá trị trung bình kết quả đánh giá của học viên về các mục hỏi trước và sau thực nghiệm qua kiểm định giá trị trung bình hai mẫu liên quan nhau.

3.3.1.2. Kết quả tổ chức thực nghiệm các giải pháp

Giải pháp 1: Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, ý nghĩa, tầm quan trọng và lợi ích của việc tham gia rèn luyện thể chất cho học viên.

Bên cạnh việc thường xuyên thực hiện công tác tuyên truyền lồng ghép bằng cách thông tin đến từng lớp, qua ban cán sự lớp hoặc

kết hợp lồng ghép trong các giờ lý thuyết vào giờ học chính khóa và GV khi lên lớp, tích cực tuyên truyền về tác dụng của rèn luyện thể chất cho học viên. Trong quá trình TN với giải pháp này đã đạt được các kết quả như sau:

- Tiến hành thu thập thông tin về các hoạt động và đã viết được 10 bài viết về các vấn đề liên quan đến công tác rèn luyện thể chất trong và ngoài nhà trường tuyên truyền cho học viên biết đến thông qua các kênh như Facebook, website của nhà trường.

- Phối hợp với Đoàn thanh niên, Hội sinh viên nhà trường đã xây dựng và phát được 10 bản tin về công tác rèn luyện thể chất đưa vào chương trình “Phát thanh học đường” vào hàng tháng định kỳ trong năm học.

- Đã thiết kế, in ấn thông tin về rèn luyện thể chất dưới các hình thức như: banner, poster, standee (với số lượng 08 cái) để đặt ở vị trí dễ nhìn, quanh khu vực tập luyện để thu hút sự chú ý của học viên trong nhà trường.

Giải pháp 2: Đầu tư, nâng cấp trang thiết bị, dụng cụ, sân bãi tập luyện đáp ứng nhu cầu tham gia rèn luyện chất của học viên.

- Trong năm học 2023-2024, hiện trạng về dụng cụ tập luyện đã được nhà trường đầu tư nhiều hơn so với các năm học trước. Kết quả thống kê tại bảng 3.40 cho thấy: Về số lượng dụng cụ tập luyện được trang bị tăng lên so với trước TN đáp ứng được yêu cầu phục vụ rèn luyện chất của học viên trong nhà trường.

Giải pháp 3: Phát triển đội ngũ cộng tác viên, hướng dẫn viên phục vụ cho công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường.

Qua quá trình TN với 6 GV tham gia, đã tổ chức được các lớp bồi dưỡng hướng dẫn viên. Qua đó đã tuyển chọn ra được 10 học viên ưu tú, có trình độ chuyên môn ... đạt mức độ khá tốt đảm bảo cho công tác giúp đỡ và tổ chức hướng dẫn cho các học viên khác tham gia rèn luyện chất với các CB, GV cơ hữu của nhà trường.

Giải pháp 4: Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức các hoạt động rèn luyện thể chất phù hợp với nhu cầu của học viên và các điều kiện thực tế trong nhà trường

- Trong quá trình triển khai TN, được sự ủng hộ và phê duyệt của BGH nhà trường cùng với sự tham gia của các bộ phận đã thành lập được 3 CLB TDTT ngoại khóa ở các môn: CLB Bóng Đá với 30

hội viên, CLB Cầu Long với 20 hội viên, CLB Bóng chuyền với 35 hội viên.

- Tập hợp và thu hút được 12 CB, GV, cộng tác viên tham gia công tác quản lý, hỗ trợ cho các CLB TDTT ngoại khóa.

- Đã tổ chức được 4 giải thi đấu TDTT cho học viên tham gia trong quá trình TN chào mừng các ngày lễ lớn trong năm.

- Các nội dung tập luyện này đều có GV hướng dẫn 1 tuần 3 buổi, mỗi buổi 45-90 phút và có kế hoạch chương trình cụ thể. Dưới sự quản lý, giám sát của Khoa Quân sự, Võ Thuật, Thể dục thể thao chịu trách nhiệm về công tác chuyên môn.

Bên cạnh đó, trong quá trình TN đã tuyển chọn ra được các bạn học viên để thành lập các đội tuyển ở các môn phục vụ cho công tác thi đấu các giải TDTT của nhà trường.

Giải pháp 5: Nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ giảng viên tham gia công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường.

Qua quá trình tổ chức TN, công tác nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ GV tham gia công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường đã đạt được các kết quả bao gồm các nội dung như sau:

- Về tổ chức hội thảo, chuyên đề về công tác rèn luyện thể chất: Trong thời gian 01 năm học đã tổ chức được 3 lần hội thảo cấp Khoa với tổng số 70 lượt người tham gia.

- Về tổ chức cho cán bộ, GV nâng cao trình độ chuyên môn:

- + Đào tạo bồi dưỡng: Cao cấp lý luận chính trị: 01

- + Nghiệp vụ sư phạm cao cấp 09

- + Văn bằng 2: 01

- + Tập huấn chuyên môn nghiệp vụ TDTT, quân sự, võ thuật: 20 lượt GV tham gia

3.3.2. Kết quả nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

3.3.2.1. Kết quả đánh giá định lượng

Kết quả thống kê thể lực của học viên nhóm ĐC

Đối chiếu theo Thông tư số 106/2020/TT-BCA ngày 08/10/2020 của Bộ Công An, quy định về chế độ thể lực trong Công an nhân dân cho thấy trước TN, thành tích các test của học viên nhóm ĐC đều đạt yêu cầu theo Thông tư. Quan sát nhận thấy thành tích giữa các học viên có sự đồng đều, đảm bảo điều kiện để tiến hành TN. Sau TN,

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 TN, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm ĐC từ 2.3 ± 2.62 m, tăng lên 2.4 ± 2.31 m. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 9.6% <10%. Nhịp tăng trưởng đạt 0.8%. 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 $\text{sig.} = 0.04 < 0.05$.

- **Chạy 100 m (s):** Thời gian Chạy 100 m (s) của nhóm ĐC từ 13.8 ± 0.82 s, giảm xuống còn 13.4 ± 0.82 s. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 6.0% <10%. Nhịp tăng trưởng đạt 2.96% <10%. Như vậy, sau thực nghiệm, thành tích Chạy 100 m của nhóm ĐC 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 ĐC từ 6.5 ± 0.17 phút, giảm xuống còn 6.3 ± 0.30 phút. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 4.7% <10%. Nhịp tăng trưởng đạt 4.65%. Như vậy, sau TN, thành tích Chạy 1500m của nhóm ĐC 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 ĐC từ 13 ± 0.84 lần, tăng lên 14 ± 1 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 7.0% <10%. Nhịp tăng trưởng đạt 7.41%. Như vậy, sau TN, thành tích Thành tích Co tay xà đơn của nhóm ĐC 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 $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

Kết quả thống kê thể lực của học viên nhóm TN

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 học 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 15.7 %. Sự tăng trưởng thành tích cụ thể đối với từng test như sau:

- **Bật xa tại chỗ (m):** Sau TN, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm TN từ 2.1 ± 2.14 m, tăng lên 2.3 ± 1.57 cm. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 6.8% <10%. Nhịp tăng trưởng đạt 7.7%. Như vậy, thành tích Bật xa tại chỗ của nhóm TN có sự đồng đều hơn, sự tăng

trường 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 100 m (s): Thời gian Chạy 100 m (s) của nhóm TN từ $13.4 \pm 0.70\text{s}$, giảm xuống còn $13.0 \pm 0.90\text{s}$. Hệ số biến thiên sau TN là 6.9% < 10%. Nhịp tăng trưởng đạt 3.0%. Như vậy, sau TN, thành tích Chạy 100 m của nhóm TN 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 TN từ 6.5 ± 0.3 phút, giảm xuống còn 6.1 ± 0.20 phút. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 3.3% < 10%. Nhịp tăng trưởng đạt 6.3%. Như vậy, sau TN, thành tích Chạy 1500m của nhóm TN 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 TN từ 13.2 ± 1 lần, tăng lên 15.5 ± 0.5 lần. Hệ số biến thiên sau thực nghiệm là 3.2% < 10%. Nhịp tăng trưởng đạt 15.7%. Như vậy, sau TN, thành tích Thành tích Co tay xà đơn của nhóm TN 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 $\text{sig.} = 0.00 < 0.05$.

So sánh nhịp tăng trưởng thể lực của học viên các nhóm sau TN

Sau TN, cả hai nhóm đều có sự tăng trưởng rõ rệt về thể lực. Tuy nhiên, nhóm TN 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 2.4%; Chạy 100 m (s) tăng trưởng hơn 0.04%; Chạy 1500m (phút) tăng trưởng hơn 1.65%; Co tay xà đơn (lần) tăng trưởng hơn 8.29%. Kết quả trên một phần chứng minh được sự tác động hiệu quả của các giải pháp đối với sự tăng trưởng thể lực của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Bảng 3.40. Thống kê kết quả thực hiện giải pháp đầu tư, nâng cấp trang thiết bị, dụng cụ, sân bãi tập luyện đáp ứng nhu cầu tham gia rèn luyện chất của học viên

TT	Nội dung	Đơn vị tính	Trước TN	Sau TN
1	Bao cát tập võ	Cái	4	6
2	Vợt cầu lông	Chiếc	40	65
3	Lưới cầu lông	Bộ	5	7
4	Cầu lông	Hộp	30	50
5	Lưới bóng đá	Bộ	2	6
6	Bóng đá	Quả	10	40
7	Lưới bóng rổ	Bộ	5	15
8	Bóng rổ	Quả	40	60
9	Bảng rổ	Cái	7	10
10	Bóng chuyền	Quả	30	40
11	Lưới bóng chuyền	Bộ	2	5

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu thống kê)

Bảng 3.41. Kết quả thống kê thể lực của học viên nhóm ĐC (n=100)

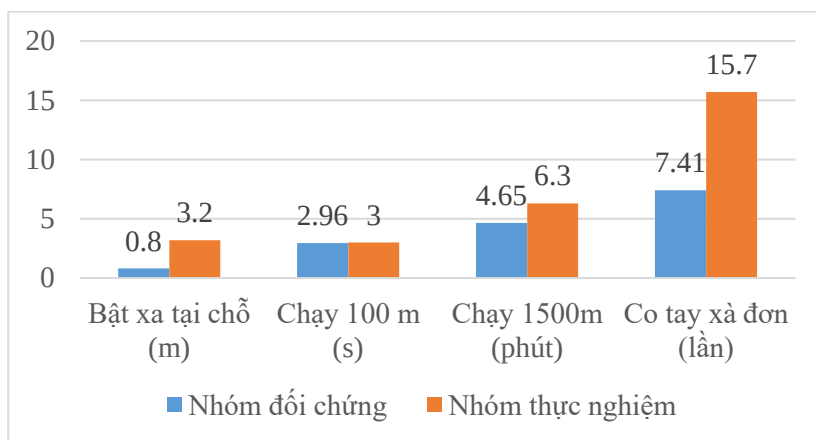
TT	Test	Trước thực nghiệm			Sau thực nghiệm			Sig.	W
		$\bar{X}$	σ	Cv%	$\bar{X}$	σ	Cv%		
1	Bật xa tại chỗ (m)	2.3	2.62	11.0	2.4	2.31	9.6	.04	0.8
2	Chạy 100 m (s)	13.8	0.82	5.9	13.4	0.82	6.0	.00	2.96
3	Chạy 1500m (phút)	6.5	0.17	2.6	6.3	0.30	4.7	.00	4.65
4	Co tay xà đơn (lần)	13	0.84	6.4	14	1.00	7.0	.00	7.41

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu thống kê)

Bảng 3.42. Kết quả thống kê thể lực của học viên nhóm TN

TT	Test	Trước TN			Sau TN			Sig.	W
		$\bar{X}$	σ	Cv%	$\bar{X}$	σ	Cv%		
1	Bật xa tại chỗ (m)	2.2	2.14	10.1	2.3	1.57	6.8	.00	3.2
2	Chạy 100 m (s)	13.4	0.70	5.2	13.0	0.90	6.9	.00	3.0
3	Chạy 1500m (phút)	6.5	0.30	3.4	6.1	0.2	3.3	.00	6.3
4	Co tay xà đơn (lần)	13.2	1.0	7.3	15.5	0.5	3.2	.00	15.7

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu thống kê)



Biểu đồ 3.5. So sánh sự tăng trưởng thể lực của học viên các nhóm sau TN

3.3.2.2. *Kết quả đánh giá định tính*

Kết quả đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của các nhóm học viên trước TN

- *Kết quả đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên nhóm ĐC trước TN*

Kết quả thống kê tính tích cực của học viên nhóm ĐC trước thời gian TN được trình bày chi tiết tại bảng 3.43.

- *Kết quả đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên nhóm TN trước TN*

Kết quả thống kê tính tích cực của học viên nhóm TN trước thời gian TN được trình bày chi tiết tại bảng 3.44.

- So sánh sự khác biệt về ý nghĩa thống kê kết quả phân tích tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên các nhóm trước TN.

Kết quả ở bảng 3.45 cho thấy kết quả phân tích các nội dung đánh giá tính tích cực của 2 nhóm học viên ĐC và TN trước thời gian TN đều không có sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất 95%. Hay nói cách khác kết quả đánh giá tính tích cực của hai nhóm tương là đồng nhau.

**Bảng 3.43. Kết quả thống kê tính tích cực
tham gia rèn luyện thể chất của học viên nhóm ĐC trước TN**

TT	Nội dung	Kết quả đánh giá	
		TB	Độ lệch chuẩn
	Biểu hiện xúc cảm	3,0	
1	XC1	3,04	0,58
2	XC2	3,13	0,79
3	XC3	3,23	0,76
4	XC4	2,96	0,73
5	XC5	3,00	0,69
6	XC6	2,84	0,69
7	XC7	3,11	0,76
8	XC8	3,01	0,76
	Biểu hiện chú ý	3,06	
9	CY1	2,85	0,7
10	CY2	2,74	0,71
11	CY3	3,01	0,81
12	CY4	3,25	0,86
	Biểu hiện nỗ lực ý chí	3,2	
13	CY1	3,15	0,9
14	CY2	3,04	0,91
15	CY3	3,31	1,01
	Biểu hiện hành vi	3,2	
16	HV1	3	0,7
17	HV2	3,1	0,6
18	HV3	3,2	0,5
19	HV4	3	0,8
20	HV5	3,5	0,7
21	HV6	3,45	0,9
	Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội	3,0	
22	HV1	3,3	0,9
23	HV2	2,86	0,8

24	HV3	2,85	0,8
	Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên	3,3	
25	TC1	3,41	0,8
26	TC2	3,16	0,7
27	TC3	3,15	0,7
28	TC4	3,35	0,1

(Nguồn: Kết quả xử lý số liệu khảo sát)

Bảng 3.44. Kết quả thống kê tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên nhóm TN trước TN

TT	Nội dung	Kết quả đánh giá	
		TB	Độ lệch chuẩn
	Biểu hiện xúc cảm	2,9	
1	XC1	3,0	0,1
2	XC2	2,9	0,42
3	XC3	2,5	0,50
4	XC4	2,7	0,55
5	XC5	3,1	0,54
6	XC6	3,45	0,24
7	XC7	3,1	0,37
8	XC8	3	0,41
	Biểu hiện chú ý	3,2	
9	CY1	3,4	0,36
10	CY2	3,2	0,41
11	CY3	3,1	0,48
12	CY4	2,9	0,54
	Biểu hiện nỗ lực ý chí	3,4	
13	CY1	3,4	0,54
14	CY2	2,9	0,52
15	CY3	3,0	0,31
	Biểu hiện hành vi	3,2	
16	HV1	3,2	0,42

17	HV2	3.6	0.20
18	HV3	3.7	0.18
19	HV4	3.0	0.51
20	HV5	3,2	0.35
21	HV6	3.1	0.52
Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội			
22	HV1	3,1	0,78
23	HV2	3	0,65
24	HV3	3.2	0,45
	Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên	3,2	
25	TC1	3,3	0.75
26	TC2	3,2	0.45
27	TC3	3,2	0,61
28	TC4	3,1	0,11

Bảng 3.45. So sánh tính tích cực của học viên nhóm ĐC và TN trước thời gian TN

TT	Nội dung	Nhóm ĐC		Nhóm TN		Sig.	P
		TB	Độ lệch chuẩn	TB	Độ lệch chuẩn		
Biểu hiện xúc cảm							
1	XC1	3,04	0,58	3.0	0,1	0.26	>0.05
2	XC2	3,13	0,79	2,9	0,42	0.44	>0.05
3	XC3	3,23	0,76	2,5	0,50	0.86	>0.05
4	XC4	2,96	0,73	2,7	0,55	0.85	>0.05
5	XC5	3,00	0,69	3.1	0,54	0.92	>0.05
6	XC6	2,84	0,69	3,45	0,24	0.91	>0.05
7	XC7	3,11	0,76	3,1	0,37	0.36	>0.05
8	XC8	3,01	0,76	3	0,41	0.45	>0.05
Biểu hiện chú ý							
9	CY1	2,85	0,7	3,4	0,36	0.54	>0.05

10	CY2	2,74	0,71	3,2	0.41	0.44	>0.05
11	CY3	3,01	0,81	3,1	0.48	0.3	>0.05
12	CY4	3,25	0,86	2,9	0.54	0.69	>0.05
Biểu hiện nỗ lực ý chí							
13	CY1	3,15	0,9	3,4	0.54	0.62	>0.05
14	CY2	3,04	0,91	2.9	0.52	0.69	>0.05
15	CY3	3,31	1,01	3.0	0.31	0.74	>0.05
	Biểu hiện hành vi			3,2			
16	HV1	3	0,7	3,2	0.42	0.86	>0.05
17	HV2	3,1	0,6	3.6	0.20	1	>0.05
18	HV3	3,2	0,5	3.7	0.18	0.76	>0.05
19	HV4	3	0,8	3.0	0.51	0.42	>0.05
20	HV5	3,5	0,7	3,2	0.35	0.27	>0.05
21	HV6	3,45	0,9	3.1	0.52	0.85	>0.05
Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội							
22	HV1	3,3	0,9	3,1	0,78	0.47	>0.05
23	HV2	2,86	0,8	3	0,65	0.44	>0.05
24	HV3	2,85	0,8	3.2	0,45	0.53	>0.05
Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên							
25	TC1	3,41	0,8	3,3	0.75	0.47	>0.05
26	TC2	3,16	0,7	3,2	0.45	0.44	>0.05
27	TC3	3,15	0,7	3,2	0,61	0.53	>0.05
28	TC4	3,35	0,1	3,1	0,11	0.47	>0.05

Kết quả đánh giá tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của các nhóm học viên sau TN

- So sánh sự khác biệt về ý nghĩa thống kê kết quả phân tích tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên các nhóm sau TN

Kết quả so sánh tại bảng 3.46 cho thấy giá trị trung bình điểm của tất cả các mục hỏi đánh giá tính tích cực của học viên nhóm TN có sự khác biệt tốt hơn nhóm ĐC. Sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Bảng 3.46. So sánh sự khác biệt về ý nghĩa thống kê kết quả phân tích tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên các nhóm sau TN

TT	Nội dung	Nhóm ĐC		Nhóm TN		Sig.	P
		TB	Độ lệch chuẩn	TB	Độ lệch chuẩn		
Biểu hiện xúc cảm							
1	XC1	3,4	0,84	4,3	0,37	0.00	<0.05
2	XC2	3,2	0,88	3,7	0,41	0.00	<0.05
3	XC3	3,3	0,95	4	0,48	0.00	<0.05
4	XC4	3,4	0,95	4,3	0,55	0.00	<0.05
5	XC5	3,2	0,99	4,5	0,02	0.02	<0.05
6	XC6	3,7	0,78	4,5	0,31	0.02	<0.05
7	XC7	3,5	0,92	4,6	0,05	0.02	<0.05
8	XC8	3,5	0,98	4,5	0,2	0.03	<0.05
Biểu hiện chú ý							
9	CY1	3,8	0,11	4	0,61	0.03	<0.05
10	CY2	3,5	0,42	4,2	0,22	0.02	<0.05
11	CY3	3,2	0,49	4,4	0,44	0.04	<0.05
12	CY4	3,5	0,55	4,5	0,05	0.03	<0.05
Biểu hiện nỗ lực ý chí							
13	CY1	3,2	0,03	4,3	0,07	0.02	<0.05
14	CY2	3,7	0,20	4,6	0,10	0.01	<0.05
15	CY3	3,9	0,21	4,2	0,07	0.74	<0.05

Biểu hiện hành vi							
16	HV1	3	0,65	4,3	0,01	0,00	<0.05
17	HV2	3,5	0,58	4,5	0,04	0,01	<0.05
18	HV3	3,6	0,69	4,2	0,08	0,04	<0.05
19	HV4	3,3	0,66	3,6	0,05	0,01	<0.05
20	HV5	4,1	0,65	4,3	0,05	0,03	<0.05
21	HV6	4,2	0,69	4,3	0,05	0,04	<0.05
Biểu hiện ở kết quả lĩnh hội							
22	HV1	3,6	0,80	3,6	0,80	0,01	>0.05
23	HV2	3,5	1,00	3,7	1,00	0,01	>0.05
24	HV3	3,4	0,99	3,8	1,00	0,02	>0.05
Tính tích cực tham gia rèn luyện thân thể của học viên							
25	TC1	3,5	0,20	4,3	0,02	0,04	>0.05
26	TC2	3,2	0,20	3,7	0,02	0,00	>0.05
27	TC3	3,5	0,30	3,7	0,01	0,03	>0.05
28	TC4	3,8	0,40	4	0,30	0,00	>0.05

Tiểu kết mục tiêu 3:

Việc thực nghiệm các giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất đã cho thấy những cải thiện rõ rệt cả về thành tích thể lực lẫn mức độ tích cực của học viên. Kết quả phân tích cho thấy:

- Nhóm thực nghiệm có sự cải thiện đáng kể về thể lực so với nhóm đối chứng, với sự khác biệt mang ý nghĩa thống kê. Thành tích của học viên nhóm thực nghiệm vượt trội hơn trong các bài kiểm tra thể chất, khẳng định hiệu quả của các giải pháp được đề xuất.

- Mức độ tích cực tham gia rèn luyện thể chất của nhóm thực nghiệm tăng lên rõ rệt. Điểm trung bình đánh giá tính tích cực sau thực nghiệm cao hơn đáng kể so với nhóm đối chứng, chứng minh rằng các giải pháp đã có tác động tích cực đến động cơ và thái độ rèn luyện của học viên.

Các giải pháp không chỉ hiệu quả mà còn có tính khả thi cao. Những giải pháp này có thể được áp dụng rộng rãi trong công tác giáo dục thể chất của nhà trường và có khả năng nhân rộng tại các cơ sở đào tạo khác trong hệ thống giáo dục Công an Nhân dân.

Những kết quả trên cho thấy hệ thống giải pháp được đề xuất đã góp phần nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên, đồng thời khẳng định tầm quan trọng của việc cải tiến chương

trình GDTC, đầu tư cơ sở vật chất, và đổi mới phương pháp giảng dạy. Việc triển khai đồng bộ các giải pháp này sẽ góp phần nâng cao chất lượng giáo dục thể chất, đảm bảo học viên có thể lực tốt, sẵn sàng đáp ứng yêu cầu công tác, chiến đấu trong lực lượng Công an Nhân dân.

Kết luận Chương 3

-Qua quá trình đánh giá, nghiên cứu đã làm rõ thực trạng về tính tích cực trong tham gia rèn luyện thể chất của học viên. Chỉ có 63% học viên đạt yêu cầu thể lực theo tiêu chuẩn, trong khi 37% còn lại chưa đạt, cho thấy sự cần thiết của việc cải thiện các chương trình và điều kiện rèn luyện thể chất cho học viên. Các chỉ số trung bình về tính tích cực chỉ ở mức bình thường, từ 2.58 đến 3.07 điểm, điều này cho thấy việc cần thiết trong việc nâng cao tính tích cực cho học viên tham gia rèn luyện thể chất.

-Dựa trên kết quả phân tích thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên, các giải pháp đã được xây dựng bao gồm 05 giải pháp với 17 nội dung thực hiện. Các giải pháp này không chỉ giúp cải thiện thể lực mà còn tạo động lực và phát triển thói quen rèn luyện lâu dài cho học viên, khuyến khích tinh thần đồng đội và nâng cao ý thức tự giác trong học tập và rèn luyện. Các giải pháp đã được điều chỉnh để phù hợp với nhu cầu và điều kiện của nhà trường.

-Kết quả thực nghiệm cho thấy các giải pháp đã mang lại hiệu quả tích cực, thể hiện qua các chỉ số cải thiện về thể lực, sự chủ động, và thái độ của học viên trong tham gia rèn luyện thể chất. Nhóm thực nghiệm có sự tiến bộ đáng kể so với nhóm đối chứng, minh chứng rõ ràng cho tính khả thi và hiệu quả của các giải pháp đề xuất.

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

KẾT LUẬN

1. Đánh giá thực trạng tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

- Kết quả khảo sát cho thấy mức độ tích cực của học viên chỉ đạt mức trung bình, với giá trị trung bình của các nhóm đánh giá dao động từ 2.58 - 2.87. Điểm trung bình chung của toàn bộ tiêu chí đánh giá tính tích cực đạt 3.07 điểm, phản ánh thực trạng học viên chưa có sự chủ động và động lực cao trong rèn luyện thể chất.

2. Xây dựng giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Dựa trên kết quả nghiên cứu, luận án đã đề xuất và xây dựng 05 giải pháp trọng tâm nhằm nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân II, bao gồm:

- Thường xuyên tuyên truyền về mục đích, ý nghĩa, tầm quan trọng và lợi ích của việc tham gia rèn luyện thể chất cho học viên.

- Đầu tư, nâng cấp trang thiết bị, dụng cụ, sân bãi tập luyện đáp ứng nhu cầu tham gia rèn luyện thể chất của học viên.

- Phát triển đội ngũ công tác viên, hướng dẫn viên phục vụ cho công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường.

- Xây dựng nội dung và hình thức tổ chức các hoạt động rèn luyện thể chất phù hợp với nhu cầu của học viên và các điều kiện thực tế trong nhà trường.

- Nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ cho đội ngũ giảng viên tham gia công tác rèn luyện thể chất cho học viên trong nhà trường.

3. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm giải pháp nâng cao tính tích cực tham gia rèn luyện thể chất của học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II.

Việc thực nghiệm các giải pháp đã mang lại những kết quả tích cực rõ rệt như sau:

- Về thể lực: Nhóm thực nghiệm có sự cải thiện rõ rệt về thành tích thể lực so với nhóm đối chứng. Sự chênh lệch có ý nghĩa thống kê khẳng định rằng các giải pháp được đề xuất mang lại hiệu quả trong nâng cao thể chất của học viên.

- Về mức độ tích cực: Kết quả khảo sát sau thực nghiệm cho thấy điểm trung bình đánh giá tính tích cực của nhóm thực nghiệm

cao hơn đáng kể so với nhóm đối chứng, chứng minh rằng các giải pháp đã tác động tích cực đến động cơ và thái độ rèn luyện của học viên.

- Khẳng định tính khả thi của các giải pháp: Những kết quả này khẳng định rằng hệ thống giải pháp không chỉ có hiệu quả mà còn có tính ứng dụng cao, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục thể chất tại nhà trường.

KIẾN NGHỊ

Từ những kết quả nghiên cứu trên, Luận án đưa ra những kiến nghị sau:

- Đối với những yếu tố chưa được đảm bảo, hoàn thiện mà nghiên cứu tìm ra được, cần được điều chỉnh, cải thiện nhằm phát huy chất lượng công tác GDTC nói chung cũng như phát huy tính tích cực cho học viên trong việc rèn luyện thể chất tại Nhà trường trong thời gian tới.

- Các giải pháp mà nghiên cứu đã xây dựng cần được áp dụng vào thực tiễn, triển khai đồng bộ, xuyên suốt và phù hợp với đặc thù của từng đơn vị. Khi thực hiện, các giải pháp phải được kết hợp một cách hài hòa nhằm tối ưu hiệu quả, đảm bảo tính tích cực trong rèn luyện thể chất của học viên. Các đơn vị trong nhà trường cần chủ động tổ chức, phối hợp chặt chẽ trong việc triển khai các hoạt động, bám sát nội dung mà luận án đã đề xuất, từ đó nâng cao thể lực và kỹ năng phục vụ công tác, chiến đấu của học viên sau khi tốt nghiệp

- Kết quả nghiên cứu của luận án sử dụng làm thông tin tham khảo cho các nhà nghiên cứu, các CBQL, các GV ứng dụng trong công tác rèn luyện thể chất cho học viên.