

THỰC TRẠNG VÀ NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG TỚI VIỆC TẬP LUYỆN MÔN AEROBIC CỦA SINH VIÊN KHÔNG CHUYÊN THỂ DỤC THỂ THAO TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM – ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

Đào Thị Hoa Quỳnh

Trường Đại học Sư phạm – ĐH Thái Nguyên

TÓM TẮT

Nghiên cứu này sử dụng phương pháp tham khảo tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sư phạm và thống kê toán học để đánh giá thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng tới việc tập luyện môn Aerobic của sinh viên không chuyên Thể dục Thể thao Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên. Kết quả điều tra cho thấy, số lượng sinh viên đạt tỉ lệ giới chưa cao, số sinh viên đạt loại trung bình chiếm đa số. Đặc biệt là số sinh viên tham gia ngoại khóa thường xuyên chiếm tỉ lệ còn quá thấp. Đồng thời đề tài cũng tìm ra được 7 yếu tố ảnh hưởng tới việc tập luyện môn Aerobic của sinh viên. Đây là cơ sở cho việc đề ra các giải pháp cho các nghiên cứu tiếp theo.

Từ khóa: *Aerobic; Đại học Sư Phạm - Đại học Thái Nguyên; sinh viên không chuyên Thể dục Thể thao; tập luyện; thực trạng.*

Ngày nhận bài: 12/6/2019; Ngày hoàn thiện: 27/6/2019; Ngày duyệt đăng: 28/6/2019

CURRENT SITUATION AND FACTORS AFFECTING NON- MAJORSTUDENTS' AEROBICPRACTICING AT UNIVERSITY OF EDUCATION - THAI NGUYEN UNIVERSITY

Dao Thi Hoa Quynh

TNU – University of Education

ABSTRACT

This study used literature review, interview, pedagogical observations and mathematical statistics methods to evaluate the current situation and factors affecting non- major students' aerobic practicing at University of Education - Thai Nguyen University. The survey results show that the number of students achieving good results is not high. The majority of students have average results. Especially, the number of students frequently taking part in extra-curricular activities is too low. In addition, the study also found out 7 factors affecting non- major students' aerobic practicing. These results are the basis for the potential solutions in further studies.

Keywords: *Aerobic; University of Education - Thai Nguyen University; non- major students; practice; current situation.*

Received: 12/6/2019; Revised: 27/6/2019; Approved: 28/6/2019

Email: hoaquynh@dhsptn.edu.vn

1. Đặt vấn đề

Aerobic là một loại hình của phương tiện Thể dục Thể thao (TDTT), các bài tập Aerobic không đòi hỏi điều kiện phương tiện và trang thiết bị tập luyện phức tạp mà nó hoàn toàn phù hợp với tình hình công tác Giáo dục Thể chất (GDTC) ở các nhà trường của Việt Nam hiện nay. Chính vì vậy, Aerobic đã được lựa chọn đưa vào chương trình giảng dạy đối với sinh viên (SV) Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên (ĐHSP – ĐHTN).

Qua thực tế tìm hiểu, qua quan sát các buổi học Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP – ĐHTN cho thấy, SV còn khá thụ động trong hoạt động học tập, ý thức tự tập, tự rèn luyện sau mỗi giờ học còn hạn chế. Vì vậy, việc tìm hiểu thực trạng và những yếu tố ảnh hưởng tới việc tập luyện môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP – ĐHTN là hết sức cấp thiết và có ý nghĩa vô cùng quan trọng trong việc nâng cao chất lượng công tác GDTC nói chung, chất lượng tập luyện môn Aerobic nói riêng.

2. Phương pháp nghiên cứu

Trong quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp sau [1]:

- Phương pháp phân tích, tổng hợp tài liệu;
- Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm;
- Phương pháp quan sát Sư phạm;
- Phương pháp thống kê toán học.

3. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

3.1. Khái quát chương trình môn Aerobic dành cho SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN

Theo Quyết định Ban hành chương trình GDTC dành cho SV không chuyên TDTT ngày 26/07/2013 của Hiệu trưởng Trường ĐHSP - ĐHTN thì học phần GDTC dành cho SV không chuyên bao gồm 03 học phần: GDTC 1 - bắt buộc (Điền kinh - Thể dục); GDTC 2 - SV tự chọn 01/ 05 môn: Bóng chuyền, Bóng đá, Bóng rổ, Thể dục Aerobic và Võ thuật; GDTC 3 - SV tự chọn 01/ 05 môn: Cờ vua, Bóng ném, Đá cầu, Cầu lông, Khiêu vũ thể thao [2].

Như vậy, Aerobic là một trong 05 môn học tự chọn của học phần GDTC 2. Môn học trang bị cho SV hệ thống kiến thức khoa học cơ bản về môn Thể dục Aerobic, phương pháp giảng dạy, phương pháp tập luyện, qua đó mở rộng nhận thức và hiểu biết, phát triển năng lực để vận dụng trong tập luyện nâng cao sức khỏe hàng ngày cho SV.

3.2. Thực trạng đội ngũ cán bộ giảng viên của Khoa TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN

Hiện nay, đội ngũ giảng viên (GV) của Khoa gồm 19 người; trong đó có 04 nữ và 15 nam và được phân thành 3 tổ bộ môn. Kết quả chi tiết được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng đội ngũ GV Khoa TDTT Trường ĐHSP- ĐHTN

TT	Chuyên môn sâu	Tổng số GV (người)	Trình độ			Thâm niên công tác (năm)		
			Tiến sĩ	Thạc sĩ	Cử nhân	Dưới 10 năm	10-20 năm	Trên 20 năm
1	Điền kinh	3	0	3	0	2	1	0
2	Thể dục	2	0	2	0	1	1	0
3	Bóng chuyền	1	0	1	0	0	1	0
4	Bóng đá	2	1	1	0	1	1	0
5	Đá cầu	3	1	2	0	1	1	1
6	Bóng rổ	2	0	2	0	1	1	0
7	Bơi lội	1	0	2	0	0	1	1
8	Võ	2	1	1	0	1	1	0
9	Cầu lông	1	1	0	0	0	1	0
10	Cờ vua	1	0	1	0	0	1	0
11	Y sinh học TDTT	1	0	1	0	1	0	0

Qua bảng 1 cho thấy, trong số 19 người trực tiếp làm nhiệm vụ giảng dạy của Khoa có 04 người có trình độ Tiến sĩ chiếm 21,05%, 10 người có trình độ Thạc sĩ chiếm tỉ lệ 52,63%, 05 người đang là nghiên cứu sinh chiếm tỉ lệ 26,32%, không còn cán bộ nào là cử nhân TĐTT.

Căn cứ vào thực tế phân công giảng dạy học phần Aerobic cho SV không chuyên TĐTT của Trường ĐHSP – ĐHTN trong năm học 2018-2019 cho thấy, chỉ có tổng số 03/19 GV phụ trách giảng dạy học phần này, chiếm tỷ lệ 15,8%. Cả 03 GV đều đạt trình độ Thạc sĩ và có 2 GV có thâm niên trên 5 năm công tác, một GV có thâm niên công tác trên 10 năm. Như vậy, có thể khẳng định trình độ của đội ngũ GV Khoa TĐTT có thể đáp ứng được yêu cầu giảng dạy học phần Aerobic cho SV không chuyên TĐTT nói riêng và cơ bản đáp ứng được yêu cầu đào tạo chung của nhà trường.

3.3. Thực trạng sân bãi, dụng cụ phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện môn Aerobic của SV Trường ĐHSP - ĐHTN

Để có cơ sở cho việc đánh giá hiệu quả tập luyện môn Aerobic của SV, đề tài đã tiến hành tìm hiểu thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác giảng dạy, học tập môn Aerobic của SV Trường ĐHSP - ĐHTN. Kết quả được trình bày ở bảng 2 [3]:

Bảng 2. Cơ sở vật chất phục vụ cho giảng dạy, học tập môn Aerobic của SV không chuyên TĐTT trường ĐHSP – ĐHTN

TT	Tên phương tiện	Số lượng	Thực trạng chất lượng
1	Nhà thi đấu	1	Tốt
2	Sân bóng chuyền	4	Trung bình (sân bê tông ngoài trời)
3	Sân bóng rổ	1	Trung bình (sân bê tông ngoài trời)
4	Loa đài	3	Khá
5	Băng đĩa hình	0	

Qua bảng 2 cho thấy:

Về số lượng: Cơ bản chưa đáp ứng được nhu cầu giảng dạy và tập luyện, chủ yếu tập luyện trên các sân Bóng chuyền, Bóng rổ ở ngoài

trời. Các phương tiện hỗ trợ cho công tác giảng dạy và học tập như gương, băng đĩa hình... còn thiếu thốn.

Về chất lượng: Nhà trường chưa có phòng tập chuyên dụng, các sân tập luyện chủ yếu là sân bê tông với chất lượng mặt sân không được tốt. Điều này đã ảnh hưởng không nhỏ tới hiệu quả học tập của SV.

Từ thực trạng trên cho thấy, về cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ cho giảng dạy và tập luyện chưa đáp ứng được nhu cầu thực tế giảng dạy và đào tạo, chưa phù hợp để nâng cao chất lượng GDTC nói chung và chất lượng giảng dạy, tập luyện môn Aerobic nói riêng.

3.4. Thực trạng tập luyện môn Aerobic của SV không chuyên TĐTT Trường ĐHSP - ĐHTN

Theo thống kê, hiện tại SV không chuyên TĐTT tham gia tập luyện Aerobic chủ yếu ở hai hình thức là giờ học chính khóa và ngoại khóa (đối với hoạt động ngoại khóa lại được phân chia thành hai hình thức: Một là tự tập luyện ngoài giờ chính khóa, hai là tham gia các câu lạc bộ Aerobic ở ngoài trường. Số lượng cụ thể theo kết quả điều tra được trình bày tại bảng 3 [4] và bảng 4:

Bảng 3. Thống kê số lượng SV tham gia học tập môn Aerobic năm học 2018-2019

Hình thức	Học kỳ	Số lớp	Số SV
Học chính khóa (năm học 2018-2019)	I	02	97
	II	04	196
	III	0	0
Tổng		06	293

Như vậy, theo kết quả thống kê tại bảng 3 cho thấy: Trong năm học 2018-2019, tổng số SV đăng kí học môn Aerobic là 293 người/ 06 lớp và tập trung chủ yếu vào hai học kì chính. Số lượng này cao hơn nhiều so với các học phần khác như: Bóng chuyền có 90 người/ 2 lớp; Võ thuật 132 người/ 3 lớp [4].

Để đánh giá thực trạng tập luyện ngoại khóa môn Aerobic của SV Trường ĐHSP - ĐHTN một cách khách quan và chính xác nhất, đề tài tiến hành phỏng vấn 150 SV (5 nam, 145 nữ) của Trường ĐHSP - ĐHTN Thái Nguyên.

Bảng 4. Thực trạng về mức độ tập luyện ngoại khóa môn Aerobic của SV Trường ĐHSP - ĐHTN (n=150)

TT	Giới tính	n	Thường xuyên (2 - 3 buổi/ tuần)		Không Thường xuyên		Không tập luyện	
			SL	%	SL	%	SL	%
1	Nam	5	1	20	2	40	2	40
2	Nữ	145	5	3,45	60	41,38	80	55,17
Tổng		150	6	4	62	41,33	82	54,67

Qua phiếu hỏi, đề tài tìm hiểu về mức độ thường xuyên hay không tập luyện ngoại khóa và chỉ trả lời ở 3 mức độ: thường xuyên (2-3 buổi/ tuần); không thường xuyên và không tập luyện.

Ở mức độ "thường xuyên" tập luyện được xác định nếu SV đó có tập 2-3 buổi/ tuần trở lên.

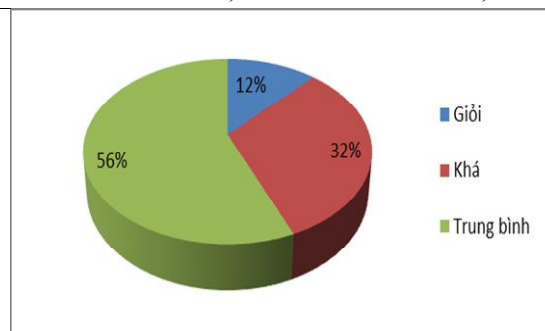
Ở mức độ "không thường xuyên" tập luyện được xác định nếu SV đó mỗi tuần chỉ tập 1 buổi hay 2, 3, 4 tuần mới tập một buổi hoặc tuần thì tập 2-3 buổi nhưng tuần khác lại không tập luyện.

Ở mức độ "không tập luyện" dành cho ý kiến SV không tập luyện ngoại khóa, cho dù được tổ chức bằng bất kì hình thức nào ngoài giờ học chính khóa tại trường. Thông qua phiếu hỏi đề tài thu được kết quả như trong bảng 4.

Qua bảng 4 thấy rằng, trong số 150 SV được hỏi chỉ có 6 em thường xuyên tập luyện ngoại khóa chiếm 4%, trong đó có 1 nam và 5 nữ; theo điều tra thì đó là những SV tham gia các câu lạc bộ Aerobic ở bên ngoài trường. Số SV không thường xuyên tập luyện TDTT chiếm tỷ lệ khá cao (41,33%). Với 82/150 ý kiến trả lời là không tập luyện ngoại khóa (chiếm 54,67%) là một sự thật đáng lo ngại cho việc giữ gìn và nâng cao sức khỏe của SV.

3.5. Thực trạng kết quả học tập môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN

Để tìm hiểu về kết quả học tập môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN, đề tài tiến hành thống kê kết quả thi kết thúc học phần của SV không chuyên khi kết thúc học phần Aerobic trong năm học 2018-2019 kết quả được thể hiện ở biểu đồ 1 [5]:



Biểu đồ 1. Kết quả thi kết thúc học phần Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN (n= 293)

Thông qua kết quả thống kê trên cho thấy, tỉ lệ SV đạt điểm giỏi còn khá khiêm tốn với 35 SV chiếm 12%, tỉ lệ SV đạt điểm khá là 94 SV chiếm 32%, tiếp đến là số SV đạt mức trung bình là 164 SV chiếm 56% và không có SV ở mức không đạt. Như vậy có thể thấy, mặc dù ở học phần Aerobic số lượng SV bị điểm yếu là không có nhưng số lượng SV đạt điểm trung bình chiếm đa số, số lượng SV đạt điểm khá, giỏi chưa cao. Do vậy, việc tìm ra nguyên nhân và đề ra các biện pháp nâng cao hơn nữa hiệu quả học tập của SV không chuyên TDTT trong học phần này là điều hết sức cần thiết.

3.6. Các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN

Để tìm hiểu về những yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả tập luyện môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP - ĐHTN, đề tài tiến hành phỏng vấn 150 SV của 03 lớp Aerobic N02, N03 và N04 ở học kì II, năm học 2018-2019 về vấn đề này. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

Bảng 5. Kết quả phỏng vấn các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện môn Aerobic của SV không chuyên TDTT Trường ĐHSP – ĐHTN (n=150)

TT	Các yếu tố ảnh hưởng	Số lượt lựa chọn	
		n	Tỷ lệ
Đối với giờ học nội khóa			
1	Điều kiện cơ sở vật chất, phương tiện hỗ trợ học tập còn hạn chế	143	95,33
2	Lịch học chưa phù hợp	58	38,67
3	Phương pháp giảng dạy của GV chưa phù hợp	45	30
4	Nội dung của buổi học đơn điệu, nhàm chán	18	12
5	Số lượng SV trong một lớp quá đông	128	85,33
6	Không hứng thú với môn học	30	20
Đối với hoạt động ngoại khóa			
7	Thiếu các phương tiện hỗ trợ tập luyện	134	89,33
8	Nội dung học các môn học khác chi phối quá nhiều thời gian nên không có thời gian tập luyện ngoại khóa	125	83,33
9	Không có người hướng dẫn	109	72,67
10	Nhà trường không quy định và cũng không tuyên truyền	119	79,33
11	SV chưa nhận thức được vai trò của hoạt động ngoại khóa	142	94,67

Từ kết quả điều tra trên cho thấy:

Đối với giờ học nội khóa: Có 02/06 yếu tố nhận được trên 80% lượt lựa chọn từ đối tượng phỏng vấn, kết quả cụ thể như sau: Điều kiện cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện còn hạn chế có tới 143/150 ý kiến lựa chọn, chiếm 95,33%; Số lượng SV trong một lớp quá đông, ảnh hưởng đến chất lượng tập luyện có 128/150 ý kiến lựa chọn, chiếm 85,33%. Còn các yếu tố khác được cho là không có ảnh hưởng nhiều đến việc học tập môn Aerobic của SV như: Có 58/150 ý kiến cho rằng lịch học chưa phù hợp, chiếm 38,67%; có 30/150 ý kiến cho rằng phương pháp giảng dạy của GV chưa phù hợp, chiếm 30%; có 30/150 ý kiến cho rằng không hứng thú với môn học, chiếm 20%; có 18/150 ý kiến cho rằng nội dung của buổi học đơn điệu, nhàm chán, chiếm 12%.

Đối với hoạt động ngoại khóa: Có 05/05 yếu tố nhận được trên 80% lượt lựa chọn từ đối tượng phỏng vấn. Cụ thể như sau: Có 142/150 ý kiến cho rằng SV chưa nhận thức được vai trò của hoạt động ngoại khóa, chiếm 94,67%; có 134/150 ý kiến cho rằng thiếu các phương

tiện hỗ trợ tập luyện, chiếm 89,33%; có 125/150 ý kiến cho rằng nội dung học các môn học khác chi phối quá nhiều thời gian nên không có thời gian tập luyện ngoại khóa, chiếm 83,33%; có 119/150 ý kiến cho rằng nhà trường không quy định và cũng không tuyên truyền, chiếm 79,33%; có 109/150 ý kiến cho rằng không có người hướng dẫn, chiếm 72,67%.

4. Kết luận

Từ những kết quả thu được đề tài rút ra kết luận sau:

1. Trình độ của đội ngũ giảng viên của khoa cơ bản đã đáp ứng được nhu cầu giảng dạy và học tập của người học, tuy nhiên cơ sở vật chất, sân bãi và dụng cụ phục vụ cho học phần Aerobic hiện nay chưa đáp ứng đủ yêu cầu của công tác đào tạo.
2. Số lượng sinh viên tham gia học tập môn Aerobic nhiều hơn so với các môn học khác nhưng kết quả sinh viên đạt tỉ lệ giỏi chưa cao, số lượng sinh viên đạt loại trung bình chiếm đa số. Đặc biệt là số SV tham gia ngoại khóa thường xuyên chiếm tỉ lệ còn quá thấp.
3. Các yếu tố ảnh hưởng tới việc tập luyện

môn Aerobic của SV không chuyên TĐTT trường ĐHSP - ĐHTN bao gồm:

- Điều kiện cơ sở vật chất, phương tiện hỗ trợ học tập còn hạn chế;
- Số lượng SV trong một lớp quá đông;
- Thiếu các phương tiện hỗ trợ tập luyện;
- Nội dung học các môn học khác chi phối quá nhiều thời gian nên không có thời gian tập luyện ngoại khóa;
- Không có người hướng dẫn;
- Nhà trường không quy định và cũng không tuyên truyền;
- SV chưa nhận thức được vai trò của hoạt động ngoại khóa.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Chương trình GDTC dành cho SV không chuyên TĐTT ban hành ngày 26/07/2013 của Hiệu trưởng Trường ĐHSP – ĐHTN.
- [2]. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn, *Đo lường Thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội, 2004.
- [3]. Kết quả thi kết thúc học kì học phần Aerobic của sinh viên không chuyên TĐTT Trường ĐHSP – ĐHTN.
- [4]. Trần Thị Thùy Linh, *Nghiên cứu biện pháp nâng cao hiệu quả tập luyện môn Aerobic cho sinh viên không chuyên Thể dục Thể thao Trường Đại học Sư Phạm – Đại Học Thái Nguyên*, Luận văn tốt nghiệp, Trường ĐHSP - ĐHTN, 2019.
- [5]. Thời khóa biểu chính thức học kì I, học kì II năm học 2018-2019 của Khoa TĐTT, Trường ĐHSP – ĐHTN.