

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC GIAO THÔNG VẬN TẢI HẢI PHÒNG

NGUYỄN THỊ XUÂN HUYỀN - Trường Đại học Hàng hải Việt Nam
Email: xuanhuyendtc@gmail.com

NGUYỄN THỤ TÚY - Trường Đại học Hàng hải Việt Nam
Email: minhthuyhp@gmail.com

HÀ NGỌC VŨ - Học viện An ninh nhân dân
Email: hangocvo888@gmail.com

Tóm tắt: *Giáo dục thể chất là một mặt của giáo dục toàn diện cho học sinh, sinh viên. Trong nhà trường, giáo dục thể chất là một phương tiện có hiệu quả để phát triển hài hoà, cân đối hình thể, nâng cao năng lực thể chất và các tố chất thể lực cho học sinh, sinh viên. Nhận thức được vai trò quan trọng của giáo dục thể chất, tác giả đã khảo sát thực trạng công tác giáo dục thể chất, đánh giá hiệu quả tập luyện và sự phát triển thể chất của học sinh Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng, từ đó đặt ra yêu cầu bức thiết đối với bộ môn Giáo dục thể chất của nhà trường.*

Từ khóa: *Giáo dục thể chất; học sinh; Trường Trung học Giao thông Vận tải.*

(Nhận bài ngày 30/5/2016; Nhận kết quả phản biện và chỉnh sửa ngày 08/6/2016; Duyệt đăng ngày 27/7/2016).

1. Đặt vấn đề

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) nói chung và việc giảng dạy thể dục nói riêng trong các trường đại học, cao đẳng và trung học chuyên nghiệp có ý nghĩa quan trọng về nhiều mặt đối với việc đào tạo đội ngũ cán bộ khoa học kĩ thuật trẻ, đặc biệt là với lực lượng công nhân lành nghề, yêu cầu về thể lực ngày càng cao hơn để sẵn sàng đảm nhiệm và hoàn thành tốt nhiệm vụ. Việc tập luyện thể dục thể thao (TDTT) là điều kiện cần thiết để phát triển cơ thể hài hoà, bảo vệ và củng cố sức khoẻ, hình thành các năng lực làm việc chung và chuyên môn, góp phần thích nghi với các điều kiện hoạt động, làm việc sau này. Đặc thù của Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng là vừa đào tạo ra những công nhân lành nghề vừa trực tiếp lao động sản xuất với nhiều ngành khác nhau như: Hàn, Nguội, Tiện... nhằm đáp ứng yêu cầu của ngành đóng tàu thủy Việt Nam. Chính vì vậy, thể chất mỗi người công nhân là nhân tố quyết định sự phát triển sức sản xuất của nhà trường và xã hội.

Nhà trường thường xuyên đổi mới, nâng cao các thiết bị cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ và cả đội ngũ giáo viên TDTT. Tuy nhiên, công tác giáo dục của nhà trường trong những năm gần đây còn gặp nhiều khó khăn: Số lượng học sinh (HS) đầu vào tăng nhanh, cơ sở vật chất cũng như đội ngũ giáo viên còn thiếu, nội dung chương trình môn GDTC chưa phong phú, chưa khoa học cho nên HS tập luyện chỉ mang tính chiếu lệ, bắt buộc, không tạo cho HS- sinh viên (SV) được sự hứng thú, tự giác tích cực tập luyện, do vậy, hiệu quả của công tác GDTC trong nhà trường còn nhiều hạn chế.

2. Thực trạng công tác giáo dục thể chất Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng

2.1. Chương trình và hình thức tổ chức dạy giáo dục thể chất

Về chương trình: Bộ môn GDTC thực hiện nghiêm túc chương trình GDTC do Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành.

Với nội dung chương trình gồm 2 phần:

Phần lí thuyết chung: Gồm 14 tiết được thực hiện trong 3 học kì với giáo trình bài giảng do bộ môn biên soạn theo chương trình và tài liệu của Bộ Giáo dục và Đào tạo và ngành TDTT ban hành, đáp ứng yêu cầu của chương trình quy định và quá trình học tập của HS - SV. Quá trình giảng dạy lí thuyết đã giúp cho HS- SV có nhận thức đúng về vị trí, vai trò, tác dụng của công tác GDTC trong nhà trường, trong việc tự rèn luyện sức khoẻ cũng như cung cấp được những hiểu biết về kĩ thuật động tác, nguyên tắc tập luyện thể thao và thi đấu thể thao. Tuy nhiên, nội dung chưa thống nhất về giáo trình cũng như giáo án của các giáo viên dẫn đến sự tiếp thu của SV khác nhau. Hơn nữa, trình độ giảng dạy về lí luận, lí thuyết chuyên ngành của các giáo viên có sự chênh lệch đáng kể.

Phần thực hành: Gồm 76 tiết trong tổng quỹ thời gian là 90 tiết (giai đoạn 1) chia làm 3 học phần. SV được tập luyện các nội dung thuộc 2 môn chính là Điền kinh và Thể dục. Việc giảng dạy kĩ thuật động tác được tiến hành trong các giờ lên lớp nội khoá theo thời khoá biểu của nhà trường. Nội dung chương trình gồm một số môn như chạy ngắn, chạy cự ly trung bình, nhảy xa, nhảy cao, đẩy tạ và bóng chày. Thời gian hoàn thành chương trình trong khoá học là 120 tiết được chia làm 4 học phần. Trong từng học phần có kiểm tra đánh giá từng nội dung theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Về hình thức tổ chức giảng dạy: Bộ môn tiến hành tổ chức GDTC cho SV theo hai hình thức nội khoá và ngoại khoá.

- Nội khoá: Là những buổi tập theo kế hoạch thời khoá biểu của nhà trường, theo quy thời gian, chương trình quy định, có quy cách kiểm tra, đánh giá cho điểm. Thực tế quá trình giảng dạy chưa cải tiến được phương pháp tổ chức buổi tập, chưa thay đổi nhiều nội dung, bài tập sinh động, chưa hướng dẫn và tổ chức cho SV tập luyện theo các tiêu chuẩn rèn luyện thể thao.



- Ngoại khoá: Bao gồm các giờ tự học của SV các buổi huấn luyện đội tuyển để tham gia các giải ngành ở khu vực và thành phố, tổ chức trọng tài các giải thể thao SV trong toàn trường. Tuy nhiên, hiện nay, các hình thức tổ chức hướng dẫn SV tập luyện để hoàn thiện các nội dung học tập chính khoá chưa có, đồng thời chưa phát động được phong trào tự tập luyện của SV theo các nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thể thao.

2.2. Các yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả giáo dục thể chất

Về cán bộ giảng dạy: Đội ngũ giáo viên TDTT của trường có 5 giáo viên TDTT và tổ môn TDTT vẫn trực thuộc phòng quản lí SV nên phải kiêm nhiệm nhiều công tác khác như: Công tác phong trào, công tác chủ nhiệm lớp, công tác quản sinh, công tác Đoàn, do vậy dẫn đến tình trạng chông chéo. Tuy nhiên, vấn đề bồi dưỡng nghiệp vụ chuyên môn, nâng cao chất lượng đội ngũ, chuẩn hoá cán bộ đã được quan tâm, hầu hết trình độ giáo viên đều đã tốt nghiệp Trường Đại học TDTT (80%), có thâm niên giảng dạy trên 5 năm (60%). Trong những năm gần đây, đã có 1 giáo viên tốt nghiệp thạc sĩ và 1 giáo viên trẻ đang theo học cao học (Bảng 1). Đây là một tiềm năng đóng góp to lớn cho việc thực hiện các nhiệm vụ GDTC trong nhà trường, giảng dạy, tổ chức tập luyện và huấn luyện các đội đại biểu, chỉ đạo phong trào, tổ chức và trọng tài các giải thể thao của SV trong trường và tiến hành công tác nghiên cứu khoa học. Ngoài ra, giáo viên trẻ có triển vọng nhưng chưa GV nào tiếp tục nâng cao trình độ nghiên cứu sinh, vẫn thiếu kinh nghiệm trong giảng dạy. Trình độ đào tạo tại chức chiếm 20%. Do vậy yêu cầu về đào tạo, bồi dưỡng hoàn thiện và nâng cao trình độ chuyên môn là rất cấp thiết.

Bảng 1: Thực trạng đội ngũ giáo viên TDTT Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng

TT	Trình độ	Số lượng	Thâm niên	Tỉ lệ %
1	Thạc sĩ	1	4 năm	20%
2	Đại học chính quy	3	3-7 năm	60%
3	Đại học tại chức	1	5 năm	20%

Về cơ sở vật chất: Số lượng SV tăng lên nhanh chóng (trên 2.000 SV hiện nay) nhưng hiện tại còn thiếu thốn rất nhiều. Nhất là diện tích sân tập, chỉ đáp ứng được 40%. Trong khi đó, định hướng quy hoạch cơ sở vật chất TDTT trường học của Nhà nước là 10m²/SV. Diện tích đất, công trình thể thao phục vụ cho tập luyện ngoại khoá ở kí túc xá hầu như không có. Mật độ giảng dạy cao, dẫn đến sân bãi dụng cụ không đáp ứng đủ do lượng HS đông có buổi học trùng 2 lớp khoảng trên dưới 100 HS nên vấn đề sân tập cần bố trí cho phù hợp (Bảng 2). Việc xây dựng một sân điền kinh hoặc sân bóng đá là rất khó khăn, đòi hỏi phải có thời gian, không thể đáp ứng ngay được.

Vì vậy, việc cải tiến phương pháp giảng dạy dựa trên cơ sở vật chất hiện có của nhà trường là rất cần thiết.

Bảng 2: Sân bãi dụng cụ phục vụ giảng dạy và tập luyện

TT	Sân bãi - dụng cụ	Khu giảng dạy	Khu kí túc xá	Chất lượng
1	Sân bóng đá 60m X 40m	1	0	Sân đất
2	Sân bóng chuyền	2	0	Xi măng
3	Sân bóng rổ	0	0	
4	Sân cầu lông	4	1	Xi măng
5	Sân bóng ném	0	0	
6	Đường chạy vòng 1000m (Đường đi lại trong trường)	1	0	Bê tông
7	Khu vực đẩy tạ	2	0	Sân đất
8	Hố nhảy cao + nhảy xa	2	0	Đổ cát
9	Xà đơn	2	1	50%
10	Xà kép	0	2	40%
11	Bàn bóng bàn	3	1	60%
12	Bể bơi	0	0	
13	Phòng tập luyện	1	0	Cấp 4

Về nhận thức của cán bộ lãnh đạo, giáo viên, SV Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng đối với TDTT: Để hiểu rõ thực trạng, chúng tôi đã tiến hành điều tra hiện trạng, nhận thức và thực tế tập luyện TDTT ngoại khoá của các đối tượng Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng, kết quả thể hiện ở Bảng 3.

Qua Bảng 3, ta dễ dàng nhận thấy về nhận thức đối với lợi ích, tác dụng và vai trò của TDTT đối với việc nâng cao thể chất cho con người, nhận thức của SV phần đông yêu thích tập luyện do có nhận thức đúng đắn (52,32%). Song, SV nói chung, đặc biệt là nam SV ở tỉ lệ tập thường xuyên ít (7,75%) là do chưa có thời gian và thiếu sân bãi tập luyện. Ngoài ra, còn có một tỉ lệ đáng kể giáo viên và cán bộ quản lí cũng chưa nhận thức đầy

Bảng 3: Nhận thức và thực tế tập luyện TDTT ngoại khoá của các đối tượng Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng

Đối tượng	Nhận thức đối với tập luyện				Thực tế tham gia tập luyện ngoại khoá thường xuyên			
	Đúng đắn	Tỉ lệ %	Chưa đúng đắn	Tỉ lệ %	Thường xuyên	Tỉ lệ %	Có tập	Tỉ lệ %
Giáo viên	$\frac{45}{67}$	67,16	$\frac{23}{67}$	34,32	$\frac{22}{67}$	32,83	$\frac{42}{67}$	62,68
Cán bộ quản lí	$\frac{39}{47}$	82,97	$\frac{23}{67}$	31,91	$\frac{17}{47}$	36,17	$\frac{27}{47}$	51,06
Nam SV	$\frac{135}{258}$	52,32	$\frac{113}{258}$	43,79	$\frac{20}{258}$	7,75	$\frac{73}{258}$	28,29
Nữ SV	$\frac{92}{159}$	57,86	$\frac{78}{159}$	49,05	$\frac{17}{159}$	10,69	$\frac{86}{159}$	54,08

đủ (34,32; 31,91). Đây cũng là vấn đề bức xúc của Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng. Thực trạng này không những ảnh hưởng tới sự phát triển thể chất của SV mà quan trọng hơn là làm ảnh hưởng không nhỏ đến chất lượng giáo dục thể chất của trường học.

2.3. Thể chất của học sinh Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng

Xác định nội dung và phương pháp đánh giá thể chất:

Thể chất của con người gồm thể trạng (tình trạng sức khoẻ và hình thái cơ thể) và thể lực (mức độ phát triển các tổ chất thể lực cơ thể). Do thể chất là một tổ hợp các yếu tố, vì vậy, để đánh giá thể chất, người ta thường dùng các chỉ số đánh giá về 3 mặt: Hình thái cơ thể, chức năng các hệ thống cơ quan cơ thể và tổ chất thể lực; từ đó, xây dựng hệ thống chỉ tiêu đánh giá trình độ thể chất của từng người.

Tuy vậy, trong GDTC, nhất là trong điều kiện thiếu thiết bị dụng cụ, thiếu nhân viên kiểm tra y sinh học, vì vậy, có nhiều người giảm thiểu các nội dung kiểm tra về thể chất. Nhóm nghiên cứu dùng các kết quả kiểm tra sức khoẻ của trạm y tế trường kết hợp với kiểm tra tại chỗ về thể hình và thể lực. Như vậy, nội dung kiểm tra thể chất cho HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng được xác định như sau: 1/Phân loại sức khoẻ y tế: A,B,C; 2/Hình thái cơ thể: Chiều cao cân nặng; 3/Tổ chất thể lực: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo, khả năng phối hợp vận động.

Để đảm bảo tính khách quan trong công việc, lựa chọn bài tập đánh giá thể chất cho HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng, chúng tôi đã căn cứ vào các yêu cầu sau: Căn cứ vào yêu cầu và nhiệm vụ đào tạo; căn cứ vào mục tiêu đào tạo đội ngũ cán bộ trong các trường đại học, công tác GDTC; căn cứ vào tính toàn diện trong các tổ chất thể lực; căn cứ vào nội dung bài tập thường được sử dụng trong công việc đánh giá năng lực thể chất cho HS khi vào trường.

Các nguyên tắc lựa chọn test như sau:

Nguyên tắc 1: Các bài test lựa chọn phải đánh giá được toàn diện về mặt hình thái, tổ chất vận động.

Nguyên tắc 2: Việc lựa chọn các test phải đảm bảo độ tin cậy và mang tính thông tin cần thiết của đối tượng nghiên cứu.

Nguyên tắc 3: Các test lựa chọn phải có các chỉ tiêu đánh giá cụ thể, có hình thức tổ chức đơn giản phù hợp với điều kiện thực tiễn của công tác giảng dạy - huấn luyện tại các trường đại học, cao đẳng hiện nay.

Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn trong nước và nước ngoài có liên quan, qua khảo sát thực nghiệm, chúng tôi bước đầu lựa chọn được 10 chỉ tiêu, test đánh giá thực trạng thể chất cho HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng như sau:

*** Nhóm chỉ tiêu hình thái:**

1. Chiều cao đứng (cm).
2. Cân nặng (kg).
3. Vòng ngực trung bình (cm).

4. Quetelet (g/cm).

*** Nhóm các test về tổ chất vận động:**

5. Chạy 30m XPC (s).
6. Chạy 50m XPC (s).
7. Bật xa tại chỗ (cm).
8. Chạy 1000 m (nam), 500m nữ (s).
9. Chạy con thoi 4 x 30m (s).
10. Ke bụng 90° xà đơn (s).

Để có sự đánh giá chính xác về thực trạng thể chất cho HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng. Chúng tôi đã tiến hành kiểm tra các chỉ tiêu, test trên 258 HS nam và 159 HS nữ, đang theo học năm thứ nhất đến năm thứ 2 (K34; K35) tại trường. Trong đó:

Năm thứ nhất: 139 nam 70 nữ
 Năm thứ hai: 140 nam 68 nữ

Bảng 4: Thực trạng thể chất của HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng

TT	Nội dung kiểm tra	$\bar{X} \pm \delta$	
		Nam	Nữ
1	Chiều cao đứng (cm)	165.28 ± 4.12	154,66 ± 4,43
2	Cân nặng (kg)	55.22 ± 5.31	46,87 ± 4,22
3	Vòng ngực TB (cm)	83.34 ± 6.08	80,63 ± 5,67
4	Quetelet (g/cm)	334.09 ± 12.88	303.05 ± 95.25
5	Chạy 30m XPC (s)	5.33 ± 0.45	6,24 ± 0,51
6	Bật xa tại chỗ (cm)	207,27 ± 5.12	153.89 ± 4,57
7	Chạy 1000m nam (s)	334.21 ± 17.96	
8	Chạy 500m nữ (s)		146.82 ± 5.96
9	Ke bụng 90° xà đơn (s)	6.92 ± 0.52	5.21 ± 0.52

Để đánh giá một cách khách quan và chính xác về thực trạng thể chất của HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng, chúng tôi tiến hành phỏng vấn, khảo sát và so sánh với thực trạng thể chất của SV một số trường đại học, cao đẳng, trung học chuyên nghiệp như: Trường Đại học Nông nghiệp Hà Nội, Trường Cao đẳng Công nghiệp Sao Đỏ (Bảng 5).

3. Kết luận

Thông qua kết quả đánh giá giữa các SV ở các trường về thực trạng thể chất, chúng ta có thể nhận thấy rằng:

- Về các chỉ số hình thái của HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng so với Trường Đại học Nông nghiệp Hà Nội và Trường Cao đẳng Công nghiệp Sao Đỏ là không đáng kể, hay nói cách khác là không có sự khác biệt rõ rệt.

- Về các chỉ tiêu thể lực thì HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng so với Trường Đại học Nông nghiệp Hà Nội và Trường Cao đẳng Công nghiệp Sao Đỏ còn thấp hơn, sự chênh lệch được biểu hiện rõ qua kết quả kiểm tra.

Dựa vào những thông tin, kết quả trên và những tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục và Đào



Bảng 5: Đánh giá thực trạng thể chất của HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng với SV Trường Đại học Nông nghiệp Hà Nội, Trường Cao đẳng Công nghiệp Sao Đỏ

TT	Chỉ tiêu, test	Giới tính	Trường trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng	Trường Đại học Nông nghiệp Hà Nội	Trường Cao đẳng Công nghiệp Sao Đỏ
			$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$
1	Chiều cao đứng (cm)	Nam	165.28 + 4.12	165.80 + 4.02	165.481 4.22
		Nữ	154.66 ± 4,43	154,96 ± 4,44	154,95 ± 4,13
2	Cân nặng (kg)	Nam	55.22 + 5.31	55.56 + 5.26	55.32 + 5.51
		Nữ	46.87 ± 4,22	47,17 1 4,12	47,25 ± 4,06
3	Vòng ngực trung bình (cm)	Nam	83.34 + 6.08	84.11 + 6.02	83.64 + 6.05
		Nữ	80.63 ± 5.67	80,43 1 5,37	80,64 ± 5,47
4	Quetelet (g/cm)	Nam	334.09 + 12.88	335.10 + 13.08	334.30 + 12.34
		Nữ	303.05 195.25	304,40 192.79	304,93 198.30
5	Chạy 30m XPC (s)	Nam	5.33 ± 0.45	5.03 1 0.57	5.11 ± 0.48
		Nữ	6,24 ± 0.51	6,08 1 0.48	6,13 ± 0.54
6	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	207.27 ± 5.12	215.47 ± 5.43	213.96 ± 5.38
		Nữ	153.89 14.57	157.12 ± 4.82	155.76 ± 4.68
7	Chạy 1000 m (nam), 500 m (nữ) (s)	Nam	334.21 117.96	312.12 114.78	319.01 115.06
		Nữ	146.82 15.96	139.81 ± 5.07	142.11 ± 5.31
8	Ke bụng 90° xà đơn (s)	Nam	6.92 ± 0.52	7.23 1 0.66	7.64 ± 0.78
		Nữ	5.21 1 0.52	5.63 1 0.47	5.30 ± 0.58

tao thì hầu hết ở các chỉ tiêu đã lựa chọn, HS Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng chỉ đạt ở mức trung bình, một số chỉ tiêu đạt mức trung bình yếu.

Từ thực trạng trên cũng đặt ra một yêu cầu bức

thao Hà Nội.

[6]. Vũ Đức Thu, Nguyễn Trương Tuấn, (1995), *Lí luận và phương pháp giáo dục thể chất*, NXB Giáo dục, Hà Nội.

thiết đối với bộ môn Giáo dục thể chất của Trường Trung học Giao thông Vận tải Hải Phòng đó là cần sử dụng nhiều biện pháp, hình thức để nâng cao thể chất cho SV, củng cố sức khỏe; từ đó góp phần hình thành các năng lực làm việc chung và chuyên môn, thích nghi với các điều kiện hoạt động, làm việc trong tương lai.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1]. Lê Văn Lãm, Nguyễn Xuân Sinh, (1999), *Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.

[2]. B.I.A.Bandarevski, (1970), *Độ tin cậy của các test thử nghiệm trong thể dục thể thao*, NXB Thể dục Thể thao, Matxcova.

[3]. Nguyễn Đức Văn, (1985), *Toán học thống kê thể dục thể thao*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.

[4]. Aulic I.V, (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.

[5]. Dương Nghiệp Chí, (1991), *Đo lường thể thao*, NXB Thể dục Thể

THE REAL SITUATION OF STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION AT HAI PHONG HIGH SCHOOL OF TRANSPORT AND COMMUNICATIONS

Nguyen Thi Xuan Huyen - Vietnam Maritime University
Email: xuanhuyengdtc@gmail.com

Nguyen Thu Tuy - Vietnam Maritime University
Email: minhhtuyhp@gmail.com

Ha Ngoc Vo - People's Security Academy
Email: hangocvo888@gmail.com

Abstract: Physical education is an aspect of comprehensive education for pupils and students. Physical education is an effective means to develop harmony, human body in harmony with physical improvement and physical qualities for students. Recognizing the important role of physical education, the authors have surveyed the current situation of physical education, evaluated the effectiveness of physical training and development at Haiphong high school of Transport and Communications. Then, urgent demands for physical Education have been developed at this school.

Keywords: Physical education; students; high school of Transport and Communications.