

Thực trạng hoạt động ngoài giờ lên lớp của sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh, Học viện Nông nghiệp Việt Nam

Lê Thị Hồng Lam

Học viện Nông nghiệp Việt Nam
Trâu Quỳ, Gia Lâm, Hà Nội, Việt Nam
Email: lthlam@vnua.edu.vn

TÓM TẮT: Bài viết sử dụng phiếu điều tra dạng bán cấu trúc để tìm hiểu thực trạng hoạt động ngoài giờ lên lớp của 160 sinh viên ngành Ngôn ngữ Anh của Học viện Nông nghiệp Việt Nam ở các phương diện: Loại hình các hoạt động ngoài giờ lên lớp, thời gian dành cho các hoạt động tiêu biểu mỗi ngày, kỹ năng quản lý thời gian, nguyên nhân sinh viên chọn các hoạt động ngoài giờ lên lớp, ảnh hưởng của chúng tới kết quả học tập, từ đó đưa ra các kiến nghị nhằm để sinh viên quản lý thời gian tốt hơn, biết lựa chọn và cân đối các hoạt động ngoài giờ lên lớp để dành thời gian cho việc học tập.

TỪ KHÓA: Hoạt động ngoài giờ lên lớp; kết quả học tập; kỹ năng quản lý thời gian.

→ Nhận bài 05/10/2019 → Nhận kết quả phản biện và chỉnh sửa 02/12/2019 → Duyệt đăng 25/12/2019.

1. Đặt vấn đề

Hoạt động ngoài giờ lên lớp (HĐNGLL) là một trong những nội dung giáo dục toàn diện sinh viên (SV). Với mục đích tiếp nối hoạt động dạy học trên lớp nhằm bổ sung kiến thức các môn học, đồng thời trang bị, rèn luyện cho SV có đầy đủ khả năng để có thể hòa nhập với xã hội, hoàn thiện các kỹ năng mềm, rèn luyện sức khỏe, trở thành công dân có ích cho tổ quốc (Đặng Vũ Hoạt, 2001). HĐNGLL có thể là các hoạt động ngoại khóa (extracurricular activity) do nhà trường, các tổ chức đoàn - hội tổ chức, cũng có thể là các hoạt động tự thân SV lựa chọn theo sở thích hoặc tham gia tự phát vào tổ chức xã hội bên ngoài như: Hoạt động tự học; Hoạt động chính trị xã hội, thiện nguyện cộng đồng; Hoạt động văn hóa, văn nghệ; Hoạt động thể dục thể thao; Hoạt động vui chơi, giải trí; Hoạt động tạo thu nhập.

Thời gian ngoài giờ lên lớp của SV là lượng thời gian SV không bắt buộc phải có mặt ở lớp học hoặc phòng thí nghiệm, thực hành để thực hiện các nhiệm vụ học tập theo chương trình giáo dục của nhà trường mà được tự do lựa chọn các hình thức thể hiện để thỏa mãn nhu cầu của bản thân (Đỗ Thu Hà, 2010).

Trên thực tế, nhiều SV chưa hiểu được giá trị của các HĐNGLL cũng như chưa quản lý tốt thời gian ngoài giờ lên lớp mà dành nhiều thời gian cho việc ngủ, chơi với bạn bè, lướt web, chơi game, sử dụng mạng xã hội... nên trong những năm học đại học, ngoài những kiến thức học trên lớp, SV không bồi dưỡng, rèn luyện thêm được các kỹ năng mềm, các hoạt động văn thể mỹ... (Harvard Business School, 2014). Hiện nay, với các yêu cầu của nhà tuyển dụng đối với các ứng viên như chuyên môn vững, giỏi kỹ năng mềm, có khả năng tham gia các hoạt động khác, có hiểu biết xã hội... SV không thể chỉ học trong thời gian trên lớp, mà còn phải tự học, hoặc học qua nhiều hình thức khác khi không tới trường.

Các nghiên cứu về vấn đề này trước đây đã chỉ rõ, nếu sử dụng hợp lý thời gian ngoài giờ lên lớp cho các hoạt động khác để bổ sung kiến thức trên lớp, kết quả học tập

(KQHT) của SV sẽ được nâng cao rất nhiều. SV lựa chọn các HĐNGLL không phù hợp hoặc quản lý thời gian ngoài giờ lên lớp không tốt đã làm ảnh hưởng tiêu cực tới KQHT của bốn năm học đại học.

Số liệu thống kê từ Ban Quản lý đào tạo của Học viện Nông nghiệp Việt Nam về KQHT của SV K62 và K63 ngành Ngôn ngữ Anh năm học 2018 - 2019 cho thấy có tới 29,1% SV đạt kết quả học lực trung bình, 22,1% SV đạt kết quả học lực kém, 48,8% SV đạt kết quả học lực từ khá trở lên. Như vậy, tỉ lệ trung bình và kém cao hơn tỉ lệ khá, giỏi. Đây là một trong những căn cứ quan trọng để chúng tôi thực hiện nghiên cứu này.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu này sử dụng phiếu điều tra bán cấu trúc cho 160 SV, gồm 80 SV K62 và 80 SV K63 ngành Ngôn ngữ Anh ở Học viện Nông nghiệp Việt Nam nhằm tìm ra thực trạng các HĐNGLL của SV, thời gian dành cho các hoạt động tiêu biểu trong một ngày, nguyên nhân vì sao SV tham gia các hoạt động đó, ảnh hưởng của chúng tới KQHT của SV.

Sử dụng phương pháp phân tích định lượng các kết quả thu được qua phiếu điều tra bằng phần mềm Excel 2010, với các tham số: Tần suất, điểm trung bình (ĐTB), độ lệch chuẩn. Đối với các câu hỏi có 5 lựa chọn (rất không đồng ý, không đồng ý, trung lập, đồng ý, rất đồng ý) được mã hóa theo 5 mức, mức thấp nhất là 1 điểm, mức cao nhất là 5 điểm. Giá trị khoảng cách = (Maximum - Minimum) / n = (5-1)/5 = 0.8. ĐTB quy ước: 1.00 - 1.80: Rất không đồng ý; 1.81 - 2.60: Không đồng ý; 2.61 - 3.40: Trung lập; 3.41 - 4.20: Đồng ý; 4.21 - 5.00: Rất đồng ý.

Ngoài ra, nghiên cứu còn sử dụng phương pháp phân tích định tính để phân tích câu trả lời tự luận. Các câu trả lời được phân tích để tìm ra các nội dung chính, mã hóa từng nội dung chính đó và hệ thống hóa các nội dung cho từng phiếu điều tra. Sau đó tổng hợp mức độ lặp lại từng nội

dung với tất cả các phiếu điều tra. Sau khi mã hóa xong sẽ thống kê số lần lặp lại và tần xuất xuất hiện các nội dung đó ở tất cả các phiếu trả lời.

2.2. Kết quả và thảo luận

2.2.1. Thực trạng hoạt động ngoài giờ lên lớp của sinh viên

Các loại HĐNGLL: Số liệu khảo sát cho thấy các HĐNGLL của SV rất đa dạng, các hoạt động chủ yếu thường gắn liền với điện thoại thông minh, máy tính. Các mệnh đề: Tôi xem phim, ca nhạc, truyền hình trên TV, máy tính, điện thoại; Tôi lướt web, chơi game, lướt facebook, tán gẫu với bạn bè qua messenger, zalo, viber, iMessage... có điểm trung bình cao nhất, đều đạt 4,11. Tiếp đó là: Đọc

sách báo, tạp chí giải trí (ĐTB = 3,94); Tự học tự nghiên cứu tại nơi ở chiếm vị trí thứ tư (ĐTB = 3,84). Chỉ có một số hoạt động SV thực sự không hào hứng hoặc ít có điều kiện tham gia như: Tham gia các hội diễn văn nghệ của khoa, trường hoặc các tổ chức ở bên ngoài. Hoạt động Đến thư viện đọc sách và nghiên cứu chỉ được xếp ở mức trung bình (ĐTB = 3,11).

Có thể thấy, HĐNGLL của SV là rất đa dạng, phong phú. SV đã biết đan xen các hoạt động khác nhau, từ việc tự học, đến giải trí cá nhân, làm thiện nguyện xã hội, đến làm thêm để tăng thu nhập. Tuy nhiên, trong đó hoạt động giải trí như lướt web, chơi game, xem phim, dùng mạng xã hội... vẫn chiếm số lượng nhiều nhất.

Bảng 1: Kết quả khảo sát thực trạng HĐNGLL của SV

Các thang đo	Mức độ (Mẫu khảo sát 160)					ĐTB
	Rất không đồng ý	Không đồng ý	Trung lập	Đồng ý	Rất đồng ý	
HĐNGLL						
Tự học, tự nghiên cứu tại nơi ở	1	8	38	82	31	3,84
Đến thư viện đọc sách, nghiên cứu	11	30	61	46	12	3,11
Tham gia câu lạc bộ (ngoại ngữ, thể thao, nghệ thuật, kĩ năng, tin học...)	8	39	49	49	15	3,15
Tham gia các hội diễn văn hóa văn nghệ của khoa/ trường/ tổ chức xã hội bên ngoài	12	47	53	38	10	2,92
Tập thể dục thể thao	5	15	50	71	19	3,53
Tham gia tình nguyện, thiện nguyện cộng đồng	5	34	39	56	26	3,40
Đi chơi, ăn uống, trò chuyện trực tiếp với bạn bè	2	4	35	79	40	3,94
Đi làm thêm	7	14	29	74	36	3,74
Đọc sách, báo, tạp chí giải trí	0	8	23	102	27	3,93
Xem phim, ca nhạc, truyền hình trên Ti vi, máy tính, điện thoại	2	3	16	94	45	4,11
Lướt web; chơi game; lướt facebook; tán gẫu với bạn bè qua mạng xã hội	2	1	26	79	52	4,11
Điểm trung bình thang đo						3,62
Kĩ năng quản lí thời gian						
Lập thời gian biểu cho ngày mai, cho cả tuần, cả kì	6	22	67	49	16	3,29
Ước lượng thời gian cho từng việc	1	9	48	83	19	3,69
Ưu tiên cho một số việc khác ngoài việc học	1	3	27	90	39	4,02
Luôn mang theo kế hoạch hoặc dụng cụ nhắc thời gian	6	34	55	42	23	3,26
Điểm trung bình thang đo						3,57
Nguyên nhân						
Do thích chơi hơn học	7	45	65	36	7	2,94
Để bị dụ dỗ mỗi khi được rủ đi chơi	9	69	60	21	1	2,60
Do có nhiều nhu cầu khác ngoài việc học	4	38	50	60	8	3,19
Có tư tưởng: “để mai hẵng làm”	6	47	58	44	5	2,97
Thường xuyên quên làm bài tập	9	57	60	30	4	2,77

Các thang đo	Mức độ (Mẫu khảo sát 160)					ĐTB
	Rất không đồng ý	Không đồng ý	Trung lập	Đồng ý	Rất đồng ý	
Thường xuyên quên thời gian biểu	11	58	65	25	1	2,67
Sử dụng thời gian cho các hoạt động khác nhiều hơn việc tự học, tự nghiên cứu	10	35	56	49	10	3,09
Không có ai quản lí	8	38	39	56	19	3,25
Các hoạt động ngoài việc học rất hấp dẫn	6	28	53	54	19	3,33
Môi trường xung quanh ồn ào ảnh hưởng đến việc học	13	49	51	36	11	2,89
Bạn bè xung quanh chơi nên tôi cũng chơi	17	64	47	26	6	2,63
Điểm trung bình thang đo						2,94
KQHT						
Hoàn thành bài tập đúng yêu cầu của giáo viên	2	7	44	85	22	3,74
Không bị trượt môn nào	6	31	43	59	21	3,36
Điểm trung bình học kì đạt loại Khá trở lên	2	22	45	65	26	3,57
Không bị căng thẳng/ áp lực trong học tập	19	60	46	29	6	2,64
Điểm trung bình thang đo						3,33

Kỹ năng quản lí thời gian: Thực tế có nhiều SV chưa biết quản lí thời gian ngoài giờ lên lớp hợp lí. Có những SV sao nhãng việc học, dành nhiều thời gian cho các hoạt động giải trí, nhưng thực tế cũng có nhiều SV đã biết lập thời gian biểu cho các hoạt động trong ngày hoặc trong tuần (Tôi ước lượng thời gian cho từng công việc ĐTB = 3,69). ĐTB trên Bảng 1 cho thấy, SV đã chủ động ưu tiên dành thời gian ngoài giờ lên lớp cho một số hoạt động khác ngoài việc học (ĐTB = 4,02). Tuy nhiên, với ĐTB = 3,29 (chỉ nằm trong mức trung bình) cho thấy, SV chưa biết lập thời gian biểu cho các hoạt động hằng ngày hoặc cho cả tuần. Ngoài ra, SV chưa biết mang các vật dụng để nhắc thời gian để phòng khi quá sa đà vào một vài hoạt động mà quên dành thời gian cho các hoạt động cần thiết khác (ĐTB = 3,26).

Dù chưa có kỹ năng quản lí thời gian hợp lí và đúng đắn nhưng khi sống tự lập, SV ngành Ngôn ngữ Anh đã bước đầu biết sắp xếp phân bổ thời gian cho các HĐNGLL của mình bằng các thao tác ước lượng thời gian. Tuy nhiên, nhiều SV lại ưu tiên các hoạt động khác hơn là việc tự học, tự nghiên cứu.

Nguyên nhân lựa chọn thực hiện HĐNGLL: Từ bảng số liệu trên, ta thấy SV có rất nhiều nguyên nhân, lí do (chủ quan và khách quan) để sử dụng thời gian cho các hoạt động khác ngoài việc học. Nguyên nhân lớn nhất là *Các hoạt động ngoài việc học rất hấp dẫn* (ĐTB = 3,33); Nguyên nhân *Không ai quản lí* chiếm vị trí thứ hai (3,25); Nguyên nhân *Tôi có nhiều nhu cầu khác ngoài việc học* (3,19) chiếm vị trí thứ ba. Các nguyên nhân này hợp lí với thực trạng sinh hoạt và độ tuổi tâm lí của SV. SV K63 và K62 đều là những bạn trẻ vừa rời cuộc sống gia đình bước vào cuộc sống sống tự lập, tự quản lí tiền bạc và thời gian mà không có sự chăm sóc, quản lí của cha mẹ, người thân.

Vì vậy, SV chưa có kỹ năng quản lí thời gian, chưa sắp xếp thời gian cho các hoạt động sinh hoạt hàng ngày lẫn hoạt động học tập hợp lí. Về khách quan, đa số SV đều ở trọ hoặc ở kí túc xá, có rất ít SV là người Hà Nội sống cùng với gia đình, SV thường ở trọ với ít nhất một, hai bạn khác trong môi trường chật hẹp, ồn ào, hoặc ở trong kí túc xá với số lượng 8 - 10 SV/phòng, nên ít nhiều bị ồn ào, bị ảnh hưởng tới sự tập trung học tập của SV.

Có thể thấy, lí do để thực hiện các hoạt động khác ngoài việc học của SV rất đa dạng, từ góc độ chủ quan như sở thích, tâm lí đến góc độ khách quan như sự ồn ào của môi trường sống, hoặc các hoạt động bên ngoài khác hấp dẫn, lôi cuốn SV tham gia.

KQHT của SV: Với điểm trung bình 3,74, nằm trong ngưỡng Đồng ý, đa phần SV đã hoàn thành bài tập đúng yêu cầu của giảng viên. Cũng với ngưỡng này, ở mức ĐTB = 3,57, SV đồng ý với KQHT đạt loại Khá trở lên. Tuy nhiên, SV vẫn cảm thấy căng thẳng hoặc áp lực trong học tập (ĐTB = 2,64). Ngoài ra, vẫn có tình trạng SV bị thi trượt môn học ĐTB = 3,36. Đối chiếu với số liệu thứ cấp của Ban quản lí đào tạo cung cấp, có tới 29,1% SV đạt kết quả học lực trung bình, 22,1% SV đạt kết quả học lực kém thì thấy, nhìn chung SV vẫn chưa có KQHT cao.

Như vậy, dù dành thời gian cho nhiều hoạt động khác ngoài giờ lên lớp nhưng SV ngành Ngôn ngữ Anh vẫn có ý thức trong học tập như biết hoàn thành bài tập theo yêu cầu của giảng viên, nỗ lực để đạt ĐTB chung cuối kì đạt loại Khá. Tuy nhiên, vẫn có nhiều SV phải thi lại (ít nhất 1 môn) và đa phần đều gặp căng thẳng trong việc học.

2.2.2. Thời gian dành cho các hoạt động ngoài giờ lên lớp

Bảng 2 cho thấy, số thời gian dành cho các hoạt động

Bảng 2: Thời gian dành cho các HĐNGLL

Nội dung	Không có		Dưới 30 phút		30 phút - 1 giờ		Trên 1 giờ - 2 giờ		Trên 2 giờ	
	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
Tự học, tự nghiên cứu tại nơi ở	2	1,25	19	11,88	63	39,38	54	33,75	22	13,75
Đến thư viện đọc sách, tự học	65	40,63	24	15	39	24,38	24	15	8	5
Tham gia câu lạc bộ ngoại khóa	66	41,25	26	16,25	32	20	28	17,5	8	5
Tập thể dục thể thao	16	10	70	43,75	53	32,5	21	13,13	1	0,63
Đi chơi, ăn uống, trò chuyện trực tiếp với bạn	5	3,13	35	21,88	56	35	44	27,5	20	12,5
Đi làm thêm	34	21,25	4	2,5	14	8,75	35	21,88	73	45,63
Đọc sách, báo, tạp chí	3	1,88	45	28,13	56	35	42	26,25	14	8,75
Xem phim, ca nhạc, truyền hình	2	1,25	18	11,25	50	31,25	56	35	34	21,25
Lướt web, chơi game, facebook, tán gẫu qua mạng xã hội	0	0	10	6,25	33	20,63	65	40,63	52	32,5
Tổng	160	100	160	100	160	100	160	100	160	100

tiêu biểu trong một ngày của SV là khá đa dạng, phân bố không đều. Có 54/160 SV dành thời gian tự học từ 1 đến 2 giờ mỗi ngày, chỉ có 22/160 số SV dành trên 2 giờ cho hoạt động tự học mỗi ngày. Đa số SV chọn địa điểm tự học tại nơi ở. Chỉ có 24/160 SV có thói quen đến thư viện đọc sách trên 1 giờ đồng hồ, 8/160 SV dành trung bình 2 giờ đồng hồ cho hoạt động học tập, nghiên cứu tài liệu tại thư viện. Trong khi đó, có 65/160 SV dành thời gian từ 1 - 2 giờ để lướt web, tán gẫu với bạn bè qua mạng xã hội, 52/160 SV dành hơn 2 giờ đồng hồ trên ngày cho các hoạt động này. Tương tự như vậy, hoạt động xem phim, ca nhạc, truyền hình cũng là một hoạt động giải trí được SV yêu thích. Chỉ cần một chiếc điện thoại thông minh trên tay, SV có thể vừa lướt facebook, vừa xem phim dài tập. Có 90/160 SV dành trên một giờ đồng hồ mỗi ngày cho các hoạt động này. Một thực tế khác cũng cần được sự quan tâm của phụ huynh hoặc cố vấn học tập, khoa, nhà trường là mặc dù năm thứ nhất và thứ hai nhưng SV đã rất tích cực đi làm thêm. Qua những câu hỏi phụ, SV cho biết mục đích đi làm thêm “*Để kiếm thêm thu nhập trang trải sinh hoạt phí, đồng thời đi làm thêm giúp SV được rèn luyện thêm các kỹ năng mềm*”. Trong câu hỏi phụ về những việc làm thêm, đa phần SV làm các việc: “*Gia sư, nhân viên bán hàng, nhân viên quán cà phê*”. Có tới 107/160 SV dành trung bình từ 1 đến hơn 2 tiếng mỗi ngày cho hoạt động làm thêm. Con số này nhiều hơn thời gian dành cho tự học, tự nghiên cứu.

3. Kết luận và kiến nghị

3.1. Kết luận

HĐNGLL là hoạt động rất quan trọng, có ảnh hưởng lớn tới KQHT trên lớp của SV, cũng như ảnh hưởng tới kỹ năng sống, kỹ năng quản lý thời gian, tới quá trình rèn luyện sức khỏe, đạo đức, thẩm mỹ... của SV. Qua thực tế nghiên

cứu, chúng tôi nhận thấy các hoạt động ngoài giờ lên lớp của SV ngành Ngôn ngữ Anh, Học viện Nông nghiệp Việt Nam là rất đa dạng, phong phú: có hoạt động phục vụ việc học tập trên lớp, có hoạt động phục vụ việc rèn luyện sức khỏe, có hoạt động nhằm kiếm thêm thu nhập, có hoạt động nhằm giúp SV rèn kinh nghiệm sống, kỹ năng sống. Tuy nhiên, thời gian dành cho các hoạt động này là chưa hợp lý. SV còn dành nhiều thời gian để lướt web chơi mạng xã hội hoặc các hoạt động giải trí khác, hoặc làm thêm quá nhiều mà chưa cân đối với việc tự học, tự nghiên cứu. Đối với thời gian học đại học, việc học tập là quan trọng hơn cả. Chính sự phân bố thời gian chưa hợp lý này dẫn đến việc ảnh hưởng tới KQHT trên lớp của SV. Nhiều SV phải thi lại, học lại hoặc có điểm tích lũy học tập ở mức trung bình, kém. Lý do cho việc phân bố thời gian chưa hợp lý là SV chưa có kỹ năng quản lý thời gian, chưa lên thời gian biểu cho các hoạt động, chưa làm chủ được bản thân trước những sự hấp dẫn của mạng xã hội, truyền thông hay những lời rủ rê của bạn bè. Ngoài ra, môi trường khách quan như nhà trọ hoặc kí túc xá ồn ào cũng ảnh hưởng ít nhiều đến chất lượng học tập và dẫn tới nhiều hệ lụy khác... Từ những thực tế trên, chúng tôi đưa ra một số đề xuất sau nhằm giúp SV biết lựa chọn các hoạt động cho phù hợp, có kỹ năng quản lý thời gian, nhằm phục vụ tốt việc học tập chính khóa, để có KQHT đạt chuẩn đầu ra tốt nhất.

3.2. Kiến nghị

a. Về phía Học viện

HĐNGLL là những hoạt động hỗ trợ, giúp ích rất nhiều cho hoạt động học tập và nghiên cứu khoa học của SV. Đồng thời, những HĐNGLL cũng góp phần bồi dưỡng cho SV về các phương diện thể chất, thẩm mỹ, kinh nghiệm sống, các yếu tố khác để tạo nên một công dân toàn diện trí tuệ, đáp ứng nhu cầu của xã hội. Do vậy, để tránh việc SV

dành thời gian nhiều cho các hoạt động vô bổ, không thiết thực, Học viện cần giao nhiệm vụ cho Đoàn Thanh niên, Hội SV thiết kế tổ chức hoạt động ngoại khóa cho SV đa dạng, phong phú, cân đối hài hòa giữa học tập và vui chơi. Đồng thời vào đầu các học kì, cần tổ chức các buổi tọa đàm, seminar về những tác động, ảnh hưởng của việc dùng thời gian quá nhiều cho các hoạt động chưa hợp lí, tác động tới sức khỏe, sự phát triển nhân cách, thẩm mỹ, lối sống của SV.

b. Về phía Khoa, cố vấn học tập, giảng viên và gia đình

Khoa và cố vấn học tập, giảng viên dạy SV cần quan tâm sâu sát tới đời sống của SV. Cố vấn học tập cần có sự phối hợp trao đổi thông tin với gia đình bằng email hàng tháng và thông báo KQHT, rèn luyện cuối kì để tăng cường sự quản lí SV. Cố vấn học tập cuối mỗi học kì tổng kết KQHT, rèn luyện của SV. Ngoài ra, cần tổng kết kết quả một số hoạt động ngoại giờ lên lớp nếu có do Đoàn Thanh niên, Hội SV hoặc Khoa giao. Từ đó, chỉ ra những điểm chưa được và những điểm cần phát huy.

Giảng viên dạy các học phần cần hướng dẫn SV phương pháp tự học, tự nghiên cứu ở nhà, giúp các em lập kế hoạch tự học, lập thời gian biểu hợp lí cho mỗi môn học hoặc cho cả học kì.

c. Về phía SV

SV cần xác định được đâu là hoạt động cần thiết cho bản thân, xây dựng thời gian biểu cho HĐNGLL, xác định được nhiệm vụ chủ yếu cho từng hoạt động, phân bổ thời gian hợp lí giữa học tập, nghiên cứu, vui chơi giải trí, làm thiện nguyện, làm thêm cho phù hợp với điều kiện của bản thân.

Dưới đây là một số gợi ý cho SV quản lí tốt thời gian cũng như lựa chọn các HĐNGLL có ích, phục vụ cho hoạt động học tập của mình.

Thứ nhất: SV cần nhận thức được tầm quan trọng của HĐNGLL đối với việc học trên lớp; Hiểu về giá trị của thời gian và tầm quan trọng của kĩ năng quản lí thời gian; Xác định mục tiêu cần phấn đấu, liệt kê những mục tiêu mình muốn làm và muốn đạt được, lựa chọn ưu tiên cho những mục tiêu quan trọng nhất.

Thứ hai: Tiến hành lập kế hoạch cho những công việc cần làm, việc nào ưu tiên làm trước, việc nào làm sau, chia thời gian dự kiến cho từng việc cụ thể; dự kiến các kết quả đạt được.

Thứ ba: Triển khai các hoạt động theo kế hoạch đã đề ra, sau đó đánh giá bản thân đã thực hiện đúng kế hoạch chưa, tiến hành điều chỉnh cho phù hợp sau khi đã thực hiện trong thực tế.

Tài liệu tham khảo

- [1] Nguyễn Thị Thu An - Nguyễn Thị Ngọc Thứ - Đinh Thị Kiều Oanh - Nguyễn Văn Thành, (2016), *Những nhân tố ảnh hưởng đến kết quả học tập của sinh viên năm I, II Trường Đại học Kỹ thuật Công nghệ Cần Thơ*, Tạp chí Khoa học, số 46, Đại học Cần Thơ.
- [2] Nguyễn Quyên Chinh, (2012), *Thực trạng quản lí hoạt động ngoại giờ lên lớp của sinh viên Trường Đại học An ninh nhân dân*, Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.
- [3] Phạm Văn Cường, (2013), *Thực trạng nhu cầu sử dụng thời gian ngoại giờ lên lớp của sinh viên Trường Đại học Sư phạm - Đại học Thái Nguyên*, Tạp chí Giáo dục, số 304.
- [4] Đỗ Thu Hà, (2010), *Nghiên cứu việc sử dụng quỹ thời gian ngoại giờ lên lớp của sinh viên ở một số trường đại học trên địa bàn Hà Nội*, Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam.
- [5] Đặng Vũ Hoạt, (2001), *Hoạt động giáo dục ngoại giờ lên lớp*, NXB Giáo dục, Hà Nội
- [6] Harvard Business School, (2014), *Quản lí thời gian*, NXB Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh.

THE CURRENT STATUS OF AFTER-SCHOOL ACTIVITIES OF STUDENTS MAJORING IN ENGLISH LANGUAGE AT VIETNAM NATIONAL UNIVERSITY OF AGRICULTURE

Le Thi Hong Lam

Vietnam National University of Agriculture
Trau Quy, Gia Lam, Hanoi, Vietnam
Email: lthlam@vnua.edu.vn

ABSTRACT: *This study uses semi-structured questionnaires to find out the actual status of extra-curricular activities of 160 English Language major students at Vietnam National University of Agriculture in various aspects, namely: types of activities, time spent on typical activities each day, time management skills, the cause of the implementation, their impact on academic performance, thereby making recommendations for students to manage time as well as out-of-class activities in order to save time for learning.*

KEYWORDS: *After-school activities, academic performance, time management skills.*