

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

BỘ VĂN HÓA THỂ THAO VÀ DU LỊCH

VIỆN VĂN HÓA, NGHỆ THUẬT, THỂ THAO VÀ DU LỊCH VIỆT NAM

BÙI VĂN PHƯƠNG

GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THĂNG LONG

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

HÀ NỘI-2026

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

BỘ VĂN HÓA THỂ THAO VÀ DU LỊCH

VIỆN VĂN HÓA, NGHỆ THUẬT, THỂ THAO VÀ DU LỊCH VIỆT NAM

BÙI VĂN PHƯƠNG

**GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ CÔNG TÁC
GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN
TRƯỜNG ĐẠI HỌC THĂNG LONG**

LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC

Ngành : Giáo dục học

Mã số : 9140101

NGƯỜI HƯỚNG DẪN KHOA HỌC:

1. PGS.TS. Nguyễn Danh Hoàng Việt

2. PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu

HÀ NỘI-2026

LỜI CAM ĐOAN

Tôi xin cam đoan luận án này là quá trình nghiên cứu do chính tôi thực hiện. Toàn bộ số liệu, kết quả trong luận án là trung thực, chưa từng được công bố trong bất kỳ công trình nghiên cứu nào khác. Tôi hoàn toàn chịu trách nhiệm trước mọi quy định liên quan đến tính trung thực và bản quyền của luận án này.

Tác giả luận án

MỤC LỤC

Lời cam đoan.....	i
Mục lục	ii
Danh mục các ký hiệu, các chữ viết tắt.....	iii
Danh mục các đơn vị đo lường.....	iv
Danh mục các bảng, các sơ đồ, các biểu đồ.....	v
Chương 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU.....	6
1.1. Một số khái niệm có liên quan	6
1.1.1. Khái niệm giáo dục và thể chất.....	6
1.1.2. Khái niệm GDTC và công tác GDTC	10
1.1.3. Khái niệm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC.....	12
1.2. Một số đặc điểm cơ bản của GDTC trong đào tạo đại học	16
1.2.1. Vị trí vai trò của công tác GDTC.....	16
1.2.2. Đặc trưng chung về các hoạt động GDTC	17
1.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến GDTC trong đào tạo đại học	19
1.3.1. Tài chính, cơ sở vật chất, trang thiết bị và cơ chế chính sách cho công tác GDTC	19
1.3.2. Năng lực chỉ đạo và tổ chức hoạt động GDTC.....	21
1.3.3. Sự ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học	22
1.4. Quan điểm và nguyên tắc tổ chức công tác GDTC trong đào tạo đại học.....	25
1.4.1. Cơ sở triết lý và pháp lý	25
1.4.2. Cơ sở lý luận và thực tiễn	30
1.4.3. Nguyên tắc khoa học	32
1.5. Cơ sở lý thuyết và thực tiễn tiếp cận đề tài	35
1.5.1. Lý thuyết tiếp cận hệ thống trong công tác GDTC đại học	35
1.5.2. Lý thuyết quản lý giáo dục trong công tác GDTC đại học	37
1.5.3. Vận dụng lý thuyết hệ thống và lý thuyết quản lý giáo dục vào thực tiễn công tác GDTC tại Trường ĐHTL	38
1.6. Một số công trình nghiên cứu có liên quan.....	41

1.6.1. Tình hình nghiên cứu vấn đề ở trong nước	41
1.6.2. Tình hình nghiên cứu vấn đề ở nước ngoài	45
Chương 2: ĐỐI TƯỢNG, PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU	49
2.1. Đối tượng nghiên cứu	49
2.2. Khách thể khảo sát và khách thể thực nghiệm	49
2.3. Phương pháp nghiên cứu	50
2.3.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu.....	50
2.3.2. Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm	51
2.3.3. Phương pháp quan sát sự phạm.....	52
2.3.4. Phương pháp kiểm tra sự phạm	53
2.3.5. Phương pháp phân tích SWOT	56
2.3.6. Phương pháp thực nghiệm sự phạm	57
2.3.7. Phương pháp toán học thống kê	58
2.4. Tổ chức nghiên cứu.....	60
2.4.1. Thời gian nghiên cứu	60
2.4.2. Phạm vi nghiên cứu.....	61
2.4.3. Địa điểm nghiên cứu	61
Chương 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN	62
3.1. Thực trạng công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long.....	62
3.1.1. Nghiên cứu tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long.....	62
3.1.2. Nghiên cứu đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long.....	66
3.1.3. Nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long.....	83
3.1.4. Bàn luận về nghiên cứu thực trạng công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long	108
3.2. Lựa chọn, ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.....	116

<i>3.2.1. Định hướng lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.....</i>	<i>116</i>
<i>3.2.2. Ứng dụng và đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long.....</i>	<i>148</i>
<i>3.2.3. Bàn luận về nghiên cứu lựa chọn, ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long</i>	<i>172</i>
KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ	186
DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN	
DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO	
PHỤ LỤC	

DANH MỤC CÁC KÝ HIỆU, CÁC CHỮ VIẾT TẮT

CLB	Câu lạc bộ
CP	Chính phủ
CT	Chị thị
ĐHTL	Đại học Thăng Long
ĐHQG	Đại học Quốc gia
GD&ĐT	Giáo và Đào tạo
GDTC	Giáo dục thể chất
GV	Giảng viên
HĐTT	Hoạt động thể thao
HS	Học sinh
KT-KTCN	Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp
NĐ	Nghị định
NQ	Nghị quyết
QĐ	Quyết định
SV	Sinh viên
TĐTT	Thể dục thể thao
TN	Thực nghiệm
TP. HCM	Thành phố Hồ Chí Minh
TTg	Thủ tướng
TW	Trung ương
XPC	Xuất phát cao

DANH MỤC CÁC ĐƠN VỊ ĐO LƯỜNG

cm	Centimét
g	Gam
kg	Kilôgam
kG	Kilôgam lực
m	Mét
s	Giây
p	Phút

DANH MỤC CÁC BẢNG, CÁC SƠ ĐỒ, CÁC BIỂU ĐỒ

BẢNG	DANH MỤC BẢNG	TRANG
Bảng 1.1.	Đặc điểm chung của nguyên tắc hệ thống	33
Bảng 2.1.	Phân tích SWOT	57
Bảng 3.1.	Kết quả phỏng vấn đánh giá mức độ cần thiết của tiêu chí đánh giá hiệu quả GDTC cho SV Trường ĐHTL (n=30)	Sau trang 64
Bảng 3.2.	Kết quả kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach' Alpha	65
Bảng 3.3.	Thực trạng năng lực vận động và kỹ năng thể thao	67
Bảng 3.4.	Thực trạng thể lực của SV trong từng năm học qua kết quả kiểm tra 06 test sự phạm	69
Bảng 3.5.	So sánh sự khác biệt thể lực của SV giữa các năm học	Sau trang 70
Bảng 3.6.	Xếp loại trình độ thể lực của SV Trường ĐHTL	72
Bảng 3.7.	Thực trạng chương trình GDTC của Trường Đại học Thăng Long	75
Bảng 3.8.	Thực trạng sử dụng các phương pháp dạy học môn GDTC Trường ĐHTL (n=9)	76
Bảng 3.9.	Ảnh hưởng của phương pháp dạy học đến hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL (n=800)	78
Bảng 3.10.	Thực trạng HĐTT phong trào của SV Trường Đại học Thăng Long	80
Bảng 3.11.	Thực trạng hoạt động thi đấu thể thao của SV Trường Đại học Thăng Long.	82
Bảng 3.12.	Chiến lược phát triển từ kết quả phân tích SWOT	85
Bảng 3.13.	Kết quả phỏng vấn xác định các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL (n = 30)	86
Bảng 3.14.	Kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach' Alpha	87

Bảng 3.15.	Nghiên cứu sự ảnh hưởng chung của các yếu tố đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL (n=830)	Sau trang 88
Bảng 3.16.	Nghiên cứu sự ảnh hưởng của nhận thức ở những người tham gia về vai trò công tác GDTC Trường ĐHTL (n=830)	Sau trang 90
Bảng 3.17.	Thực trạng trình độ và kinh nghiệm của giảng viên GDTC Trường Đại học Thăng Long (n=9)	93
Bảng 3.18.	Ảnh hưởng của trình độ, kinh nghiệm dạy học môn GDTC (n=800)	94
Bảng 3.19.	Đánh giá thực trạng chất lượng sử dụng phương tiện, trang thiết bị phục vụ cho công tác GDTC Trường ĐHTL	96
Bảng 3.20.	Sự ảnh hưởng của nhu cầu tập luyện thể thao của SV đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL (n=800)	98
Bảng 3.21.	Sự ảnh hưởng của thái độ tập luyện thể thao của cán bộ và SV Trường ĐHTL đến hiệu quả công tác GDTC (n=830)	99
Bảng 3.22.	Ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học đến hiệu quả công tác GDTC theo nhận định của chuyên gia, giảng viên và SV (n=830)	101
Bảng 3.23.	Sự ảnh hưởng của công tác chỉ đạo đến hiệu quả công tác GDTC theo nhận định của chuyên gia, giảng viên và SV (n=830)	103
Bảng 3.24.	Thực trạng sử dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL (n=430)	Sau trang 106
Bảng 3.25.	Kết quả phỏng vấn các mức độ cần thiết về nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long (n=830)	118
Bảng 3.26.	Kết quả phỏng vấn đánh giá mức độ cần thiết của các nhóm giải pháp.	123

Bảng 3.27.	Kết quả kiểm định tính nhất quán hệ thống giữa các nhân tố được lựa chọn	124
Bảng 3.28.	Hệ số Cronbach'S Alpha	125
Bảng 3.29.	Tổng hợp thông tin phỏng vấn về các giải pháp được lựa chọn.	127
Bảng 3.30.	Hệ số KMO & Bartlett's Test	127
Bảng 3.31.	Tương quan và khả năng độc lập của 03 nhóm giải pháp	128
Bảng 3.32.	Kết quả phân tích về mục tiêu và bản chất kết quả kiểm định độ tin cậy.	129
Bảng 3.33.	Kết quả kiểm chứng lý thuyết thông qua kết quả phỏng vấn chuyên gia, giảng viên (n=30)	Sau trang 146
Bảng 3.34.	So sánh tổng quát chung hiệu quả sử dụng giải pháp sau khi ứng dụng và trước khi chưa ứng dụng hệ thống giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua đánh giá của chuyên gia và SV (n=430)	Sau trang 152
Bảng 3.35a.	Kết quả đạt được của 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC sau khi ứng dụng	155
Bảng 3.35b.	Tổng quát chung về tiêu chí đạt được của 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC sau khi ứng dụng qua đánh giá của chuyên gia, GV và SV (n=430)	Sau trang 156
Bảng 3.36.	So sánh đối chiếu thể lực của SV năm 1, năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	Sau trang 158
Bảng 3.37.	So sánh kết quả xếp loại trình độ thể lực của SV ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	160
Bảng 3.38.	So sánh kết quả học tập môn GDTC của SV ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	162
Bảng 3.39.	So sánh tần suất và tỉ lệ SV tham gia các HĐTT ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	Sau trang 164

Bảng 3.40.	So sánh hiệu quả tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC sau ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	Sau trang 167
Bảng 3.41.	So sánh tổng thể kết quả định lượng và định tính về 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	170
Bảng 3.42.	Sự thống nhất, khác biệt giữa kết quả định lượng và kiểm định lý thuyết	171

BIỂU ĐỒ	DANH MỤC BIỂU ĐỒ	TRANG
Biểu đồ 3.1.	Thực trạng xếp loại thể lực của nữ SV Trường ĐHTL	73
Biểu đồ 3.2.	Thực trạng xếp loại thể lực của nam SV Trường ĐHTL	73
Biểu đồ 3.3.	Thực trạng sử dụng phương pháp dạy học môn GDTC	77
Biểu đồ 3.4.	Ảnh hưởng của phương pháp dạy đến hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên	79
Biểu đồ 3.5.	Sự ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC của nhận thức người tham gia	92
Biểu đồ 3.6.	Sự ảnh hưởng của thái độ tập luyện thể thao đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	100
Biểu đồ 3.7.	Sự ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	102
Biểu đồ 3.8.	Sự ảnh hưởng của công tác chỉ đạo đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	104
Biểu đồ 3.9.	Thực trạng sử dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL	108
Biểu đồ 3.10.	Kết quả phỏng vấn các mức độ cần thiết về nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL	119

Biểu đồ 3.11.	Hiệu quả của 10 giải pháp trong thực tiễn công tác GDTC Trường ĐHTL	153
Biểu đồ 3.12.	Tổng quan chung chỉ tiêu đạt được của 10 giải pháp	157
Biểu đồ 3.13.	Tổng hợp kết quả xếp loại trình độ thể lực của SV năm 1 và năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	161
Biểu đồ 3.14.	Tổng hợp kết quả xếp loại kết quả học tập môn GDTC của SV năm 1 và năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp	163
Biểu đồ 3.15.	Tổng hợp nhịp tăng trưởng tỉ lệ SV tham gia các HĐTT sau khi ứng dụng giải pháp	166

PHẦN MỞ ĐẦU

1. Tính cấp thiết

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và cuộc cách mạng công nghiệp 4.0, nguồn nhân lực chất lượng cao không chỉ được xác định qua trình độ chuyên môn mà còn ở nền tảng thể lực dồi dào cùng khả năng thích ứng với môi trường lao động cường độ cao. Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường đại học, vì vậy, giữ vai trò then chốt trong việc thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện “Đức - Trí - Thể - Mỹ”. GDTC không chỉ là rèn luyện các tố chất vận động mà còn là giải pháp quan trọng giúp sinh viên (SV) giải tỏa áp lực tâm lý (stress), phòng ngừa nhiều bệnh lý như béo phì, rối loạn vận động do lối sống ít vận động gây ra.

Những năm gần đây, vấn đề này càng trở nên cấp bách khi sự phát triển của công nghệ số và hình thức học trực tuyến đang thu hẹp đáng kể thời gian vận động tự nhiên của giới trẻ. Việc nâng cao hiệu quả GDTC không chỉ giúp cải thiện sức khỏe thể chất mà còn là môi trường lý tưởng để hình thành các kỹ năng mềm thiết yếu như tính kỷ luật, tinh thần đồng đội và khả năng vượt khó, những yếu tố quyết định sự thành công của SV sau khi tốt nghiệp.

Hiệu quả công tác GDTC trong trường đại học gần đây được nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu dưới nhiều góc độ khác nhau. Có thể kể đến các công trình tiêu biểu như: Nguyễn Hữu Vũ (2015) với đề tài “*Nghiên cứu ứng dụng một số giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Tư Thục Hoa Sen, TP. HCM*” [70]. Nguyễn Việt Hòa (2019) đã tiến hành nghiên cứu “*Biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội theo hướng tích cực hóa người học*” [32]. Văn Đình Cường (2020) với đề tài: “*Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên các trường đại học tại thành phố Vinh*” [15]; Trần Đình Huy, 2021 với đề tài: “*Nghiên cứu biện pháp tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa nâng cao thể lực cho sinh viên Học viện An ninh Nhân dân*” [30]; Phạm Quang Đức, 2023 với đề tài “*Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp*” [21].

Mặc dù các công trình trên đã đạt được những thành tựu nhất định về lý luận và thực tiễn, song qua rà soát, nhận thấy luận án còn những khoảng trống nghiên cứu cần tiếp tục được lấp đầy:

Thứ nhất: Các nghiên cứu trước đây chủ yếu tập trung vào khối trường đại học công lập hoặc các học viện đặc thù với quỹ đất rộng, chưa đi sâu vào mô hình đại học ngoài công lập nội đô với đặc điểm diện tích hạn chế nhưng cơ sở.

Thứ hai: Phần lớn các giải pháp hiện có thiên về kỹ thuật môn học hoặc phong trào ngoại khóa, chưa giải quyết được bài toán quản trị chất lượng GDTC trong điều kiện học chế tín chỉ linh hoạt và không liên tục.

Thứ ba: Riêng tại Trường Đại học Thăng Long (Trường ĐHTL), một cơ sở giáo dục có tính đặc thù cao về kế hoạch đào tạo, hiện nay trường đào tạo theo hệ thống tín chỉ toàn phần, đến nay vẫn chưa có một công trình nghiên cứu nào đề xuất được hệ thống giải pháp tích hợp nhằm tối ưu hóa nguồn lực sẵn có nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC.

ĐHTL là một trong những cơ sở giáo dục đại học ngoài công lập đầu tiên của cả nước trường đào tạo đa ngành như Toán - Tin, Ngoại ngữ, Quản lý, Kinh tế... phục vụ nguồn nhân lực chất lượng cao cho các tỉnh phía Bắc. Với bề dày gần 40 năm phát triển, Nhà trường đã đầu tư hệ thống hạ tầng kỹ thuật và trang thiết bị tập luyện hiện đại. Tuy nhiên, so với quy mô đào tạo ngày càng mở rộng, diện tích khuôn viên hơn 2,3 ha tại nội đô vẫn là một hạn chế khách quan [90].

Thực tiễn đang đặt ra những thách thức lớn đối với công tác GDTC do sự biến đổi nhanh chóng của nhu cầu xã hội. Để theo kịp xu hướng nghề nghiệp, Nhà trường đã mở thêm nhiều ngành trọng điểm thu hút đông đảo SV như: Công nghệ thông tin, Logistics, Quản trị du lịch và lữ hành, Kinh tế và Ngoại ngữ. Việc tăng quy mô tuyển sinh và đào tạo một cách nhanh chóng dẫn đến tình trạng cơ sở vật chất và đội ngũ giảng viên (GV) hiện có khó đáp ứng kịp sự phát triển về số lượng. Bên cạnh đó, chất lượng đầu vào của SV ngày càng cao đòi hỏi công tác GDTC phải đổi mới tương ứng để góp phần nâng cao chất lượng đào tạo toàn diện của Nhà trường [90].

Đặc biệt, công tác GDTC tại Trường ĐHTL mang những đặc thù riêng biệt

trong quản lý và tổ chức kế hoạch đào tạo:

Về tổ chức đào tạo: Nhà trường vận hành theo hệ thống tín chỉ linh hoạt. Một năm học chia làm 03 học kỳ, mỗi kỳ tiếp tục chia thành 03 nhóm học tập (mỗi nhóm thực học 10 tuần). SV không bị ép cứng theo khoa, ngành mà được tự chọn lớp học phù hợp với điều kiện cá nhân [64].

Về chương trình môn học: Theo quy định hiện hành, SV phải tích lũy đủ 04 tín chỉ GDTC. Trong đó có 01 tín chỉ bắt buộc vào năm thứ nhất là môn Thể dục cơ bản và 03 tín chỉ tự chọn trong danh mục các môn học hiện nay như: Bóng chuyền cơ bản, Bóng bàn cơ bản, Bóng rổ cơ bản, Bơi cơ bản, Thể dục cổ truyền cơ bản, Bóng đá cơ bản [64].

Về tính liên tục: Do SV có thể đăng ký học vào bất cứ thời điểm nào trong 04 năm học (miễn là lớp đủ tối thiểu 20 người), dẫn đến tình trạng thời gian tập luyện thường bị ngắt quãng, không liên tục. Điều này ảnh hưởng trực tiếp đến tính tích lũy thể lực và hiệu quả giáo dục bền vững.

Nâng cao hiệu quả công tác GDTC chính là chìa khóa để nâng cao chất lượng đào tạo chung của Nhà trường. Tuy nhiên, việc thực hiện thế nào để đạt hiệu quả tối ưu vẫn là câu hỏi lớn chưa có lời giải đối với các nhà quản lý và GV nhiều năm nay. Xuất phát từ những đòi hỏi khách quan cùng yêu cầu cấp bách của thực tế, chúng tôi quyết định thực hiện đề tài: ***“Giải pháp nâng cao hiệu quả công tác Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long”*** làm nội dung nghiên cứu cho luận án tiến sĩ giáo dục học.

2. Mục đích nghiên cứu

Trên cơ sở đánh giá thực trạng và phân tích các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường ĐHTL, luận án nhằm lựa chọn và kiểm chứng các giải pháp có cơ sở khoa học và tính khả thi, góp phần nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong điều kiện cụ thể của Nhà trường.

3. Mục tiêu nghiên cứu

Mục tiêu nghiên cứu 1:

Đánh giá thực trạng và xác định các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác

GDTC tại Trường Đại học Thăng Long.

Để đạt được mục tiêu này, luận án tập trung:

- Xây dựng và lựa chọn tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long;
- Đánh giá thực trạng công tác GDTC theo các tiêu chí đã xây dựng;
- Phân tích SWOT và các yếu tố ảnh hưởng làm cơ sở đề xuất các giải pháp.

Mục tiêu nghiên cứu 2:

Lựa chọn, ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long.

Để đạt được mục tiêu này, luận án thực hiện:

- Xác định cơ sở khoa học và lựa chọn các giải pháp phù hợp;
- Xây dựng nội dung chi tiết cho từng giải pháp;
- Tổ chức thực nghiệm và đánh giá hiệu quả sau triển khai ứng dụng.

4. Giả thuyết khoa học

Luận án giả định rằng việc xây dựng và triển khai đồng bộ các giải pháp tác động đa chiều, từ đổi mới nội dung tổ chức dạy học ứng dụng đến tối ưu hóa quy trình quản trị đào tạo, phát triển nguồn lực và đẩy mạnh truyền thông... sẽ tạo ra sự chuyển biến mang tính bước ngoặt cho công tác GDTC tại Trường ĐHTL. Các giải pháp này khi được thực hiện một cách có lộ trình sẽ nâng cao rõ rệt trình độ thể lực cũng như kết quả học tập môn học của SV, đồng thời tác động sâu sắc đến nhận thức, thúc đẩy hứng thú và hình thành thói quen vận động tự giác, bền vững cho người học trong môi trường giáo dục đại học hiện đại.

5. Ý nghĩa lý luận và thực tiễn của luận án

Ý nghĩa lý luận

Luận án có một số đóng góp nổi bật về lý luận. Trước hết, công trình góp phần củng cố và phát triển cơ sở lý luận về GDTC trong giáo dục đại học, làm rõ các khái niệm, nguyên lý và phương pháp luận tổ chức GDTC, phù hợp với yêu cầu đổi mới giáo dục toàn diện và bền vững trong bối cảnh hiện nay. Thứ hai, luận án đã đề xuất mô hình tiếp cận mới phù hợp với SV hiện đại, thông qua 10 giải pháp được kiểm

chứng thực nghiệm, bước đầu hình thành mô hình GDTC tích hợp, kết hợp công nghệ, truyền thông, quản lý và phát triển động lực cá nhân. Thứ ba, nghiên cứu mở rộng tiếp cận liên ngành, kết nối GDTC với các yếu tố tâm lý, xã hội và sức khỏe cộng đồng, từ đó đặt nền tảng cho các nghiên cứu tích hợp trong tương lai. Cuối cùng, luận án đã làm rõ các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả GDTC, bao gồm yếu tố cá nhân, tổ chức và môi trường, qua đó hỗ trợ việc thiết kế, quản lý và triển khai chương trình GDTC một cách khoa học và hiệu quả.

Ý nghĩa thực tiễn

Về phương diện thực tiễn. Luận án đã xác lập được 10 giải pháp mang tính ứng dụng cao nhằm tối ưu hóa hiệu quả công tác GDTC cho SV tại Trường ĐHTL. Các giải pháp này được xây dựng trên nền tảng lý luận vững chắc, kiểm chứng qua thực nghiệm sư phạm và có tính linh hoạt, cho phép điều chỉnh tương thích với điều kiện thực tế cũng như nguồn lực của cơ sở đào tạo. Kết quả nghiên cứu khẳng định, việc triển khai đồng bộ các giải pháp không chỉ cải thiện đáng kể các chỉ số thể lực và sức khỏe toàn diện, mà còn tạo ra những chuyển biến tích cực trong thái độ, động cơ học tập và hình thành thói quen rèn luyện thể thao thường xuyên của SV.

Bên cạnh đó, luận án cung cấp cơ sở khoa học quan trọng cho các nhà quản lý giáo dục trong việc hoạch định chính sách, tổ chức đào tạo và đánh giá chất lượng GDTC. Việc áp dụng các giải pháp như truyền thông nội bộ, ứng dụng công nghệ số và phát triển câu lạc bộ (CLB) thể thao đã chứng minh hiệu quả trong việc thúc đẩy phong trào thể thao học đường, qua đó góp phần xây dựng môi trường đại học năng động và hình thành văn hóa thể chất.

Kết quả nghiên cứu của luận án không chỉ có giá trị đối với Trường ĐHTL mà còn có khả năng vận dụng rộng rãi tại các cơ sở giáo dục đại học khác và trong cộng đồng, đồng thời mang lại giá trị lý luận thông qua việc mở rộng và củng cố cơ sở khoa học về GDTC trong đào tạo đại học. Về phương diện thực tiễn, kết quả nghiên cứu có ý nghĩa quan trọng trong việc nâng cao chất lượng giáo dục, góp phần cải thiện sức khỏe, phòng ngừa bệnh tật và hình thành thói quen vận động tích cực cho người học, qua đó đóng góp vào việc xây dựng một xã hội khỏe mạnh và năng động.

Chương 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

1.1. Một số khái niệm có liên quan

1.1.1. Khái niệm giáo dục và thể chất

1.1.1.1. Khái niệm giáo dục

Giáo dục là một quá trình có mục đích nhằm hình thành, phát triển toàn diện nhân cách con người, thông qua việc truyền đạt tri thức, rèn luyện kỹ năng, định hướng thái độ và hình thành giá trị sống. Đây là một hoạt động xã hội có tổ chức, diễn ra trong các môi trường chính quy (như Nhà trường), phi chính quy (gia đình, cộng đồng) và không chính quy (tự học, trải nghiệm cá nhân).

Theo UNESCO, giáo dục là *“quá trình tổ chức nhằm giúp cá nhân và cộng đồng phát triển các khả năng về thể chất, trí tuệ và đạo đức để tham gia tích cực vào đời sống xã hội.”* [82].

Theo Luật Giáo dục Việt Nam (sửa đổi, 2019): *“Giáo dục là quá trình truyền thụ và tiếp thu tri thức, kỹ năng, hình thành và phát triển nhân cách con người, chuẩn bị cho con người tham gia vào lao động sản xuất, xây dựng và bảo vệ Tổ quốc”* [43].

Từ các quan niệm trên, có thể thấy giáo dục mang những đặc trưng cơ bản sau:

Tính chất xã hội: Giáo dục luôn gắn liền với mục tiêu phát triển con người, do xã hội tổ chức, phục vụ cho chính sự tiến bộ của xã hội.

Tính định hướng: Mọi hoạt động giáo dục đều nhằm hướng tới một đích cụ thể: Đó là quá trình hình thành và phát triển nhân cách, năng lực, ý thức và hành vi của người học theo chuẩn mực nhất định, phù hợp với yêu cầu của từng giai đoạn phát triển xã hội.

Tính phát triển: Giáo dục đóng vai trò là động lực thúc đẩy sự phát triển toàn diện của con người. Thông qua giáo dục, con người được phát triển cả về thể chất, trí tuệ, tinh thần và đạo đức, từ đó hoàn thiện bản thân và nâng cao chất lượng cuộc sống.

Tính liên tục và suốt đời: Giáo dục không giới hạn ở trường lớp mà là quá trình diễn ra trong suốt cuộc đời (lifelong learning).

Tóm lại: Giáo dục là quá trình tác động có mục đích, tổ chức một cách hệ thống bởi xã hội, nhằm hình thành và phát triển nhân cách con người toàn diện.

1.1.1.2. Khái niệm thể chất

a. Thể chất

Theo Từ điển tiếng Việt: *“Thể chất là toàn bộ các yếu tố thuộc về cơ thể con người như tâm vóc, thể lực, sức khỏe và khả năng vận động.”* [72], [74].

Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO): *“Thể chất là một trong ba yếu tố cấu thành sức khỏe (bên cạnh tinh thần và xã hội), phản ánh khả năng thực hiện các hoạt động thường nhật một cách hiệu quả, không mệt mỏi và có khả năng dự trữ năng lượng để ứng phó với các tình huống bất ngờ”* [92].

Theo A.D. Novicov, L.P. Matveep (1990) cho rằng *“Thể chất chỉ chất lượng cơ thể con người, đó là đặc trưng tương đối ổn định về hình thái và chức năng của cơ thể được hình thành và phát triển do bẩm sinh di truyền và điều kiện sống (bao gồm cả giáo dục và rèn luyện). Theo định nghĩa này, thể chất bao gồm cả hình thái, chức năng và khả năng thích ứng (thể lực)”* [39].

Theo từ điển tiếng Việt của Nguyễn Như Ý, Nguyễn Văn Khang, Phan Xuân Thành (2009) thì: *“Thể chất hiểu theo nghĩa hẹp là chất lượng cơ thể”* [74].

Theo Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006): *“Thể chất chỉ chất lượng thân thể con người. Đó là những đặc trưng tương đối ổn định về hình thái và chức năng của cơ thể được hình thành và phát triển do bẩm sinh di truyền và điều kiện sống (bao gồm cả giáo dục, rèn luyện)”* [62].

Theo Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *“Thể chất là chỉ chất lượng của cơ thể. Đó là những đặc trưng tương đối ổn định, có tính tổng hợp bao gồm các yếu tố về hình thái cơ thể, chức năng tâm – sinh lý và tổ chức thể lực được biểu hiện trên cơ sở di truyền và hậu dưỡng”* [37].

Từ các định nghĩa trên, có thể hiểu rằng thể chất là khái niệm dùng để chỉ tổng hòa các yếu tố sinh học và chức năng cơ thể con người, phản ánh tình trạng sức khỏe, năng lực hoạt động thể lực và khả năng thích nghi với môi trường sống. Thể chất được biểu hiện thông qua các yếu tố như sức mạnh, sức bền, tốc độ, sự dẻo dai, khả năng phối hợp vận động và trạng thái sinh lý tổng thể.

Thể chất là nền tảng cho sức khỏe: Một thể chất tốt giúp con người học tập,

lao động và sinh hoạt hiệu quả.

Bao gồm cả yếu tố bẩm sinh và rèn luyện: Thể chất chịu ảnh hưởng từ yếu tố di truyền (chiều cao, cấu trúc cơ thể...) và yếu tố môi trường, thói quen rèn luyện, dinh dưỡng, sinh hoạt.

Liên quan mật thiết đến GDTC: Không chỉ cải thiện thể lực mà còn góp phần nâng cao tinh thần, ý chí, kỷ luật và thái độ sống tích cực.

Thể chất bao gồm hình thái, chức năng và khả năng thích ứng.

Thể hình phản ánh hình thái và cấu trúc cơ thể, bao gồm mức độ phát triển, các chỉ số hình thái và tỷ lệ giữa chúng cùng với tư thế. Năng lực thể chất liên quan đến khả năng hoạt động chức năng của các cơ quan, hệ thống trong cơ thể, không chỉ thể hiện qua các tố chất như (sức mạnh, sức nhanh, sức bền, độ dẻo và sự khéo léo vận động...) mà còn năng lực vận động cơ bản như (đi, chạy, nhảy, leo trèo, mang vác...) Khả năng thích ứng là mức độ cơ thể thích nghi với môi trường bên ngoài và khả năng chống lại bệnh tật. Trạng thái thể chất thể hiện tình trạng cơ thể thông qua các chỉ số cơ bản như chiều cao, cân nặng, vòng ngực, dung tích sống và lực cơ.

Thể chất khỏe mạnh là trạng thái mà toàn bộ các cơ quan trong cơ thể hoạt động bình thường, không có bệnh tật, giúp con người duy trì sinh hoạt, ăn uống, nghỉ ngơi và lao động một cách ổn định. Ngược lại, thể chất không khỏe mạnh xuất hiện khi bất kỳ cơ quan nào gặp vấn đề như đau, viêm, thoái hóa... gây khó chịu và ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống cũng như các hoạt động hằng ngày.

Tâm lý khỏe mạnh là trạng thái tinh thần tích cực, thể hiện qua cảm giác vui vẻ, thoải mái, tự tin, yêu đời và hài lòng với cuộc sống.

Tóm lại, trong khuôn khổ luận án này, thể chất được hiểu là tổng hợp các đặc điểm hình thái, chức năng, năng lực thể lực của cơ thể con người, phản ánh trình độ phát triển sức khỏe, khả năng thích ứng của SV trong quá trình học tập và rèn luyện TDTT.

b. Phát triển thể chất

Phát triển thể chất là quá trình biến đổi liên tục về hình thái, chức năng và năng lực vận động của cơ thể con người trong suốt cuộc đời, chịu tác động đồng thời của

các quy luật sinh học tự nhiên và những điều kiện xã hội.

Theo Novicop A.Đ, Matveep L.P (1990): *“Phát triển thể chất là quá trình biến đổi các tính chất hình thái và chức năng tự nhiên của cơ thể trong cuộc sống cá nhân của họ”*. Tuy nhiên theo Matveep L.P phát triển thể chất của con người còn phụ thuộc vào các điều kiện sống và hoạt động của con người (điều kiện phân phối và sử dụng sản phẩm vật chất, giáo dục, lao động, sinh hoạt ...) và do đó sự *“Phát triển thể chất của con người là do xã hội tác động và tác động ở mức độ quyết định”* [39].

Theo Nguyễn Quang Quyền (1975), *“Phát triển thể chất là một quá trình diễn ra liên tục trong suốt cuộc đời của cá thể. Những biến đổi hình thái, chức năng sinh lý và tổ chức vận động là những yếu tố cơ bản để đánh giá sự phát triển thể chất. Phát triển thể chất là một quá trình chịu sự tác động tổng hợp của các yếu tố tự nhiên - xã hội. Trong đó, các yếu tố xã hội đóng vai trò ảnh hưởng trực tiếp và quyết định sự phát triển thể chất của cơ thể con người”* [46].

Theo Hà Thế Ngữ, Đặng Vũ Hoạt (1988) cho rằng: *“Phát triển thể chất là quá trình biến đổi và hình thành các thuộc tính tự nhiên về hình thái và về các mặt chức năng của cơ thể con người trong quá trình cuộc sống xã hội và cá nhân của con người”*. Sự phát triển thể chất phụ thuộc vào những qui luật khách quan của tự nhiên: Qui luật thống nhất giữa cơ thể với môi trường sống, qui luật tác động qua lại giữa sự thay đổi chức năng và cấu tạo của cơ thể, quy luật thay đổi dần dần về số lượng và chất lượng của cơ thể...[40].

Tác giả Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003). *“Phát triển thể chất chính là một tổ hợp các tính chất, hình thái và chức năng chức phận của cơ thể quy định khả năng hoạt động thể lực của cơ thể”* [26], [84].

Từ các quan điểm trên, có thể hiểu rằng phát triển thể chất là quá trình biến đổi tiến bộ về hình thái, chức năng sinh lý và năng lực thể lực của con người dưới tác động tổng hợp của yếu tố di truyền, môi trường sống, giáo dục và rèn luyện thể chất. Quá trình này vừa mang tính tự nhiên (diễn ra theo quy luật sinh học của lứa tuổi và giới tính), vừa mang tính xã hội (chịu ảnh hưởng của điều kiện sống, lao động, dinh dưỡng và GDTC).

Hình thái thể chất là những đặc điểm bên ngoài của cơ thể có thể quan sát và đo lường được như chiều cao, cân nặng và các chỉ số vòng cơ thể (ngực, eo, đùi, cổ, bụng...). Chức năng thể chất phản ánh hoạt động sinh lý, sinh hóa và sinh cơ của cơ thể, thể hiện qua các chỉ số như nhịp tim, lưu lượng máu, hô hấp, hoạt động của hệ cơ xương và thần kinh..vv.

Phát triển thể chất là một quá trình vừa mang tính tự nhiên vừa mang tính xã hội. Về mặt tự nhiên, sự phát triển này tuân theo các quy luật sinh học, chịu ảnh hưởng chủ yếu của yếu tố di truyền, diễn ra theo lứa tuổi và giới tính, đồng thời không đồng đều giữa các giai đoạn. Trước tuổi dậy thì, sự phát triển của nam và nữ tương đối giống nhau; tuy nhiên, khi bước vào dậy thì, dưới tác động của hormone, cơ thể có sự khác biệt rõ rệt. Nữ thường phát triển sớm hơn về chiều cao và cân nặng trong giai đoạn 11–15 tuổi, trong khi nam lại vượt trội hơn ở các giai đoạn sau. Như vậy, sự phát triển thể chất theo quy luật tự nhiên bao gồm sự hoàn thiện về hình thái, chức năng và cả yếu tố tâm lý của con người.

Tóm lại, trong phạm vi luận án này, phát triển thể chất được hiểu là quá trình biến đổi tiến bộ về hình thái và chức năng sinh lý của cơ thể người, biểu hiện bằng sự tăng trưởng thể lực, khả năng vận động và sức khỏe tổng thể của SV, diễn ra dưới tác động phối hợp của quy luật sinh học, yếu tố xã hội và hoạt động GDTC.

1.1.2. Khái niệm GDTC và công tác GDTC

1.1.2.1. Khái niệm giáo dục thể chất

Theo Luật Giáo dục Việt Nam (2019), điều 31: “*Giáo dục thể chất là nội dung giáo dục bắt buộc nhằm giúp người học phát triển thể lực, hình thành thói quen luyện tập thể thao, góp phần phát triển toàn diện nhân cách*” [43].

Theo Bộ GD&ĐT Việt Nam: “*Giáo dục thể chất là một thành phần của giáo dục toàn diện, bao gồm các nội dung, phương pháp và hình thức tổ chức hoạt động thể chất nhằm nâng cao thể lực, phát triển nhân cách và chuẩn bị sức khỏe cho HSSV phục vụ học tập, lao động và bảo vệ Tổ quốc*”.

Theo UNESCO (2015): “*Giáo dục thể chất là quá trình học tập có chủ đích được thực hiện qua vận động nhằm phát triển năng lực thể chất, kỹ năng vận động,*

năng lực xã hội và tinh thần khỏe mạnh” [82].

Từ các quan niệm trên, có thể hiểu rằng GDTC là quá trình tổ chức có mục đích và có hệ thống, sử dụng các hoạt động vận động thể chất làm phương tiện chủ yếu để phát triển thể lực, năng lực vận động, rèn luyện phẩm chất đạo đức, ý chí và thói quen rèn luyện thân thể, góp phần hình thành nhân cách và nâng cao sức khỏe toàn diện cho người học.

Về nội dung, GDTC bao gồm: Rèn luyện thể chất (phát triển kỹ năng vận động cơ bản); Giáo dục sức khỏe (kiến thức về dinh dưỡng và lối sống lành mạnh); Phát triển tinh thần (rèn luyện tính kỷ luật, tinh thần...); Giáo dục an toàn (phòng tránh chấn thương, xử lý các tình huống khẩn cấp).

Như vậy, GDTC không chỉ là một hoạt động rèn luyện thể lực đơn thuần mà là một quá trình giáo dục tổng hợp, góp phần phát triển con người toàn diện cả về thể lực, trí tuệ, đạo đức và tinh thần.

1.1.2.2. Khái niệm công tác GDTC

Theo quan điểm của các nhà nghiên cứu (Nguyễn Toán & Phạm Danh Tôn, 2006 [62]; Vũ Đức Thu, Nguyễn Xuân Sinh, Lưu Quang Hiệp, Trương Anh Tuấn, 1998 [60]), công tác GDTC trong Nhà trường được hiểu là tổng thể các hoạt động tổ chức, quản lý, giảng dạy và rèn luyện thể lực được thực hiện một cách khoa học, có kế hoạch, có mục tiêu, nhằm phát triển thể lực, nâng cao sức khỏe và hình thành nhân cách toàn diện cho người học.

Theo Nghị định số 11/2015/NĐ-CP của Thủ tướng Chính phủ [56] và Thông tư số 25/2015/TT-BGD&ĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo [7], công tác GDTC là một bộ phận của giáo dục toàn diện, bao gồm việc xây dựng chương trình, tổ chức giảng dạy, kiểm tra đánh giá, quản lý HĐTT trong và ngoài giờ lên lớp, cũng như bảo đảm các điều kiện cơ sở vật chất, đội ngũ, chính sách y tế học đường để phát triển phong trào TDTT trong trường học.

Về bản chất, “*công tác*” là quá trình được tổ chức, quản lý và thực hiện có kế hoạch bởi các chủ thể (GV, cán bộ quản lý, tổ chức đoàn thể), đảm bảo tính liên tục và hệ thống trong hoạt động GDTC. Trong khi đó, GDTC là nội dung trung tâm của

quá trình này, bao gồm giảng dạy lý thuyết, thực hành vận động, rèn luyện thể lực, kiểm tra đánh giá và tuyên truyền giáo dục ý thức rèn luyện thân thể.

Công tác GDTC trong Nhà trường hiện nay không chỉ bó hẹp trong phạm vi giờ học chính khóa mà là một hệ sinh thái đa dạng, bao gồm: Hoạt động ngoại khóa; Phong trào thể thao học đường; Y tế học đường và các dịch vụ hỗ trợ liên quan. Đây được xác định là trụ cột then chốt trong chiến lược giáo dục toàn diện, đóng vai trò quyết định trong việc kiến tạo môi trường học tập năng động, lành mạnh.

Trong phạm vi luận án này, công tác GDTC được hiểu là một hệ thống tổng thể các hoạt động có kế hoạch, có mục tiêu, được tổ chức và quản trị khoa học. Mục tiêu cốt lõi không chỉ dừng lại ở việc phát triển thể chất hay kỹ năng vận động, mà còn hướng tới hình thành thói quen rèn luyện thể thao và bồi dưỡng nhân cách, phẩm chất cho SV, đáp ứng giáo dục con người phát triển toàn diện trong bối cảnh mới.

1.1.3. Khái niệm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC

1.1.3.1. Khái niệm giải pháp

Giải pháp: Từ điển Tiếng Việt định nghĩa “*Giải pháp là phương pháp giải quyết một vấn đề*” [72]. Ở đây giải pháp được hiểu là cách thức, là một công cụ người ta dùng để giải quyết những vấn đề đặt ra trong thực tiễn (như giải pháp kỹ thuật, giải pháp kinh tế...). Vì vậy, đôi khi người ta dùng từ “*biện pháp*” để thay thế.

Biện pháp: Theo Từ điển Tiếng Việt, “*biện pháp là cách làm, cách giải quyết một vấn đề cụ thể*” [72]. Tuy trong thực tế, 2 khái niệm này có thể được dùng thay thế cho nhau, nhưng về bản chất, khái niệm “*giải pháp*” có ý nghĩa và nội dung rộng lớn hơn, có tính chất vĩ mô hơn so với “*biện pháp*”, thường để chỉ cách thức giải quyết một công việc cụ thể nào đó. Theo nghĩa này, người ta còn xem biện pháp là cách thức, công cụ thực hiện giải pháp, như trong mỗi giải pháp thường đặt ra nhiều biện pháp để thực hiện giải pháp đó.

1.1.3.2. Khái niệm hiệu quả

Hiệu quả: Theo Từ điển Tiếng Việt, là “*kết quả như yêu cầu của việc làm mang lại*” [72]. Tính hiệu quả, theo quan niệm chung, đó là sự thể hiện mối quan hệ chung nhất giữa đầu tư công sức, nhân lực, vật lực với kết quả đạt được sau một giai đoạn

nhất định xét theo mục tiêu giáo dục trong những điều kiện cụ thể. Đánh giá hiệu quả có thể thực hiện một cách định lượng thông qua quá trình thu thập và xử lý thông tin về trình độ, khả năng thực hiện của đối tượng đối với mục tiêu đề ra.

Hiệu quả giáo dục: Hiệu quả giáo dục luôn là vấn đề được toàn xã hội quan tâm vì đây là sự phản ánh giá trị đích thực của một nền giáo dục và là cơ sở, tiền đề cho sự phát triển của mỗi cá nhân và xã hội.

Hiệu quả là quá trình giải quyết vấn đề đạt mục tiêu đề ra tốt nhất mà tốn ít thời gian, ít công sức, ít tài chính và nhân lực nhất.

Chất lượng giáo dục: “*chất lượng*” nói chung và “*chất lượng giáo dục*” [72] nói riêng là những khái niệm đa chiều, đa nghĩa bởi nội dung của nó rất rộng, được xem xét từ nhiều góc độ khác nhau nên đến nay chưa được hiểu một cách thống nhất. Vì vậy, có nhiều tác giả đề xuất các khái niệm chất lượng khác nhau.

Theo từ điển Tiếng Việt của Viện Ngôn ngữ học, chất lượng được hiểu là “*Cái tạo nên phẩm chất, giá trị của một con người, một sự vật, sự việc*” [72]. Theo Bộ tiêu chuẩn quản lý chất lượng quốc tế ISO 9001 [80], chất lượng là tập hợp các đặc tính của một thực thể, tạo cho thực thể đó có những khả năng thỏa mãn những nhu cầu đã được công bố và tiềm ẩn. Còn theo thông tư 62/2012/TT-BGDĐT ngày 28/12/2012 của Bộ Giáo dục và Đào tạo định nghĩa tiêu chuẩn đánh giá chất lượng giáo dục là “*Sự đáp ứng mục tiêu do nhà trường đề ra, đảm bảo các yêu cầu về mục tiêu giáo dục của Luật giáo dục, phù hợp với yêu cầu đào tạo nguồn nhân lực cho sự phát triển kinh tế - xã hội của địa phương và cả nước*” [6].

1.1.3.3. Khái niệm hiệu quả công tác giáo dục thể chất

a. Hiệu quả trong khoa học quản lý

Trong khoa học quản lý, hiệu quả (effectiveness/efficiency) được hiểu là mức độ đạt được mục tiêu đề ra trong mối quan hệ với các nguồn lực được sử dụng (Drucker, 2006; Robbins & Coulter, 2018). Trong môi trường giáo dục, hiệu quả không chỉ đơn thuần là các chỉ số đầu ra (output) mà còn phản ánh chất lượng của toàn bộ quá trình đào tạo và các giá trị tác động lâu dài (outcome/impact) đối với người học. Theo UNESCO (2015), hiệu quả giáo dục phải được đánh giá đa chiều

thông qua sự phù hợp giữa mục tiêu đào tạo, quá trình tổ chức và sự hài lòng của các bên liên quan [82].

b. Hiệu quả trong giáo dục

Dưới góc độ sư phạm chuyên ngành, hiệu quả GDTC là kết quả trực tiếp của quá trình tác động sư phạm lên đối tượng SV. Theo Richard Bailey (2006) [76], hiệu quả này được xác định ở năm phương diện cốt lõi:

Thể chất: Sự cải thiện các chỉ số hình thái, chức năng và các tổ chất vận động.

Lối sống: Sự hình thành và duy trì thói quen vận động tích cực bền vững

Tâm lý: Sự thay đổi về nhận thức, thái độ và hưng phấn trong tập luyện.

Xã hội: Khả năng tương tác, tinh thần đồng đội và kỷ luật.

Nhận thức: Hỗ trợ phát triển tư duy, góp phần nâng cao kết quả học tập

c. Nội hàm khái niệm “Hiệu quả công tác GDTC”

Khác với “hiệu quả GDTC” (tập trung vào kết quả của người học) thì “Hiệu quả công tác GDTC” mang tính chất của khoa học quản lý và điều hành. Nó phản ánh năng lực tổ chức của cơ sở đào tạo trong việc huy động và tối ưu hóa các nguồn lực (nhân lực, vật lực, tài lực) để hiện thực hóa các mục tiêu GDTC. Nội hàm của khái niệm này bao gồm:

Hiệu quả quản lý đầu vào: Tính khoa học của chương trình đào tạo; Năng lực của đội ngũ GV và chất lượng hệ thống cơ sở vật chất, sân bãi.

Hiệu quả tổ chức quá trình: Sự phối hợp nhịp nhàng giữa các bộ phận chức năng; Tính linh hoạt trong phương pháp giảng dạy; Các hoạt động kết nối giữa chính khóa và ngoại khóa.

Hiệu quả giá trị gia tăng: Mức độ biến đổi về thể lực và hành vi rèn luyện của SV so với thời điểm bắt đầu khóa học.

d. Khái niệm về “Hiệu quả công tác GDTC trong đào tạo đại học”

Từ những phân tích trên, trong phạm vi nghiên cứu của luận án, tác giả xác định. “Hiệu quả công tác GDTC trong đào tạo đại học là chỉ số phản ánh mức độ thành công trong việc tổ chức, quản lý các nguồn lực sư phạm nhằm đạt được mục tiêu phát triển thể chất, năng lực vận động và ý thức rèn luyện của SV; được biểu hiện

thông qua sự tối ưu hóa quá trình điều hành, tính phù hợp của nội dung đào tạo và sự hình thành thói quen rèn luyện thân thể bền vững ở người học”

1.1.3.4. Khái niệm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC

Từ nội hàm của khái niệm “hiệu quả công tác GDTC trong đào tạo đại học”, trong nghiên cứu này “nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất” trong đào tạo đại học có thể xác định: Là quá trình cải thiện và tăng cường mức độ đạt được thông qua việc hoàn thiện chương trình, đổi mới nội dung và phương pháp giảng dạy, tăng cường cơ sở vật chất và các nguồn lực phục vụ GDTC, đồng thời hình thành thái độ tích cực và thói quen rèn luyện TĐTT của SV. Kết quả của việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC được thể hiện qua sự cải thiện về kết quả học tập môn GDTC, sự phát triển thể lực của SV, mức độ tham gia và duy trì HĐTT, cũng như hiệu quả tổ chức và quản lý HĐTT trong Nhà trường.

- Tính mục tiêu: Nhằm cải thiện mức độ đạt được mục tiêu phát triển thể chất và rèn luyện vận động của SV.

- Tính hệ thống, bao gồm nhiều nhóm tác động:

- + Giải pháp quản lý
- + Giải pháp chuyên môn (nội dung, phương pháp)
- + Giải pháp về nguồn lực (cơ sở vật chất, tài chính)
- + Giải pháp về động cơ và phong trào

- Tính phù hợp bối cảnh: Được xây dựng dựa trên đặc thù của Trường ĐHTL.

- Tính khả thi: Có thể triển khai trong điều kiện thực tế của Nhà trường.

- Tính kiểm chứng: Có thể đo lường hiệu quả thông qua các chỉ số cụ thể và thực nghiệm sư phạm.

Trong nghiên cứu này xác định: Giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC là hệ thống các biện pháp quản lý và chuyên môn được xây dựng trên cơ sở phân tích thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng, nhằm tác động đồng bộ đến quá trình tổ chức và kết quả HĐTT, qua đó làm gia tăng một cách có ý nghĩa các chỉ số phản ánh hiệu quả GDTC trong điều kiện cụ thể của cơ sở đào tạo.

Khái niệm này bao hàm các thành tố cấu trúc sau:

- Hệ thống các biện pháp: Không phải biện pháp đơn lẻ; Các giải pháp có mối quan hệ logic, hỗ trợ và tác động đa chiều hướng vào cùng mục tiêu.

- Biện pháp quản lý và chuyên môn, nội hàm này xác định hai phương diện tác động:

+ Quản lý: Cơ chế điều hành, chính sách, phối hợp, chỉ đạo.

+ Chuyên môn: Nội dung chương trình, phương pháp giảng dạy, tổ chức hoạt động, ứng dụng công nghệ: Sự kết hợp này bảo đảm giải pháp không chỉ cải thiện hình thức tổ chức mà còn nâng cao chất lượng chuyên môn thực chất.

- Được xây dựng trên cơ sở phân tích thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng, thành tố này xác định: Giải pháp không mang tính kinh nghiệm chủ quan; Có căn cứ khoa học từ khảo sát, phân tích SWOT, đánh giá yếu tố tác động; Xuất phát từ nguyên nhân của hạn chế.

- Tác động đồng bộ đến quá trình tổ chức và kết quả hoạt động, nội hàm này cho thấy giải pháp tác động vào: Quá trình (process): Cách tổ chức, điều hành, triển khai GDTC; Kết quả (output/outcome); Thê lực, mức độ tham gia, chất lượng học tập, sự hài lòng; Giải pháp không chỉ cải thiện đầu ra mà còn tối ưu hóa toàn bộ chuỗi vận hành.

- Gia tăng một cách có ý nghĩa các chỉ số phản ánh hiệu quả, Thành tố này nhấn mạnh: Có đo lường cụ thể; Có so sánh trước – sau; Có kiểm định thống kê; Có ý nghĩa thực tiễn.

- Trong điều kiện cụ thể của cơ sở đào tạo, nội hàm này xác định: Giải pháp có tính đặc thù; Phù hợp bối cảnh Trường ĐHTL và các trường có điều kiện và môi trường sinh thái tương tự.

1.2. Một số đặc điểm cơ bản của GDTC trong đào tạo đại học

1.2.1. Vị trí vai trò của công tác GDTC

1.2.1.1. Vị trí vai trò của môn GDTC

GDTC trong Nhà trường là nội dung giáo dục, môn học bắt buộc, thuộc chương trình giáo dục của các cấp học và trình độ đào tạo, theo Điều 2 Nghị định 11/2015/NĐ-CP quy định [56]: GDTC nhằm trang bị các kiến thức, kỹ năng vận động

cơ bản, hình thành thói quen luyện tập TDTT để nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, tầm vóc, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện.

Trong bối cảnh chuyển đổi số và hội nhập quốc tế, GDTC không chỉ dừng ở chức năng rèn luyện thể chất mà còn góp phần phát triển năng lực thích ứng, tinh thần kỷ luật, khả năng hợp tác và lối sống lành mạnh – những yếu tố cấu thành chất lượng nguồn nhân lực hiện đại. Vì vậy, GDTC cần được nhìn nhận như một cấu phần chiến lược trong đào tạo đại học, thay vì chỉ là môn học hỗ trợ.

1.2.1.2. Vị trí vai trò của giáo viên, giảng viên GDTC

Đội ngũ GV GDTC là lực lượng quyết định chất lượng tổ chức và hiệu quả triển khai chương trình. Theo Luật Giáo dục và các văn bản liên quan, GV GDTC phải bảo đảm tiêu chuẩn chuyên môn, nghiệp vụ và được bố trí đủ về số lượng theo quy định [43].

Chất lượng nguồn nhân lực GDTC không chỉ phản ánh trình độ chuyên môn mà còn thể hiện năng lực tổ chức hoạt động phong trào, thi đấu và định hướng rèn luyện thể chất cho SV. Trong thực tế, tại nhiều cơ sở đào tạo, nguồn nhân lực này chưa được khai thác đầy đủ, dẫn đến phong trào thể thao chưa phát triển tương xứng với tiềm năng.

Do đó, việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC đòi hỏi không chỉ đổi mới nội dung và phương pháp giảng dạy mà còn phải quan tâm đến phát triển đội ngũ GV – như một điều kiện tiên quyết bảo đảm tính bền vững của hệ thống.

1.2.2. Đặc trưng chung về các hoạt động GDTC

1.2.2.1. Hoạt động học tập môn GDTC

Hoạt động GDTC nội khóa là bộ phận chính thức trong chương trình đào tạo, được tổ chức theo chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT. Đây là môi trường sư phạm đặc thù, nơi kết hợp giữa GDTC và giáo dục nhân cách thông qua vận động.

GDTC trong đại học không chỉ nhằm đạt chuẩn thể lực, mà còn hướng tới hình thành thói quen rèn luyện suốt đời. Trong điều kiện SV chịu áp lực học tập cao và lối sống ít vận động gia tăng, vai trò định hướng hành vi vận động của môn học này càng trở nên quan trọng.

GDTC được hiểu là: *“Quá trình sư phạm nhằm giáo dục và đào tạo thể hệ trẻ, hoàn thiện về thể chất và nhân cách, nâng cao khả năng làm việc và kéo dài tuổi thọ của con người”* [7].

Trong kế hoạch Thực hiện Chiến lược phát triển Thể dục, Thể thao Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045 trong ngành Giáo dục của Bộ GD&ĐT chỉ đạo các cơ sở đào tạo đại học

“Thực hiện tốt chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trung cấp, cao đẳng và đại học. Phát triển theo hướng đa dạng hóa các hoạt động thể thao sinh viên, phát triển mạnh hoạt động của các câu lạc bộ thể thao dành cho sinh viên theo nhu cầu và sở thích”. [9].

1.2.2.2. Hoạt động phong trào thể thao trường học

Phong trào: Theo từ điển tiếng Việt *“Phong trào là hoạt động lôi cuốn được đông đảo người tham gia”* [72]; Theo từ điển Tiếng Việt thông dụng: Phong trào là một danh từ chỉ các hoạt động về văn hóa, xã hội được đông đảo quần chúng tham gia... Khi phong trào gắn với loại hình hoạt động cụ thể với mục đích xác định thì phong trào đó sẽ mang ý nghĩa khác nhau. Khi phong trào gắn với thể thao cho mọi người có thể gọi là *“phong trào thể thao cho mọi người”*. Phong trào gắn với môi trường học tập, rèn luyện thể chất của SV trong Nhà trường có thể được gọi là *“Phong trào thể dục, thể thao cho sinh viên”* hoặc phong trào TDTT trường học...[74]

Bên cạnh nội khóa, HĐTT ngoại khóa và phong trào đóng vai trò mở rộng môi trường rèn luyện. Phong trào thể thao SV là hình thức tổ chức mang tính xã hội, thu hút đông đảo người học tham gia tự nguyện, qua đó tăng cường giao tiếp, tinh thần tập thể và kỹ năng tổ chức.

Nhiều nghiên cứu cho thấy phong trào thể thao trường học góp phần nâng cao hiệu quả GDTC thông qua việc duy trì tần suất vận động, phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu, đồng thời xây dựng môi trường giáo dục lành mạnh. Tuy nhiên, hiệu quả của phong trào phụ thuộc lớn vào cơ chế tổ chức, nguồn lực và định hướng quản lý.

1.2.2.3. Hoạt động thi đấu thể thao trong trường học

Tại Điều 5 của Nghị định 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 [56] có quy định

về HĐTT và thi đấu thể thao trong Nhà trường: Các đại hội thể thao SV trong nước và quốc tế; Các giải thi đấu thể thao SV trong nước và quốc tế; Thẩm quyền quyết định thi đấu thể thao.

Bộ trưởng Bộ GD&ĐT chủ trì, phối hợp với Thủ trưởng cơ quan quản lý nhà nước về giáo dục nghề nghiệp ở Trung ương và các Bộ, ngành liên quan tổ chức đại hội thể thao, các giải thi đấu thể thao SV quy mô toàn quốc và thành lập các đoàn thể thao SV Việt Nam tham gia đại hội thể thao, các giải thi đấu thể thao SV quốc tế;

Thủ tướng Chính phủ quyết định việc đăng cai tổ chức đại hội thể thao và các giải thi đấu thể thao SV quốc tế tại Việt Nam theo đề nghị của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT.

Tóm lại, GDTC ở đại học không chỉ nhằm nâng cao thể lực, mà còn là công cụ quan trọng trong phát triển nhân cách, rèn luyện năng lực xã hội, nâng cao chất lượng nguồn nhân lực quốc gia. Trong bối cảnh giáo dục hiện đại đang chuyển hướng mạnh mẽ sang phát triển năng lực người học, môn GDTC cần được xem xét lại cả về mục tiêu, nội dung, cách tổ chức và đánh giá – để không còn là “môn phụ” mà thực sự trở thành một trụ cột của giáo dục toàn diện. Thế nên, hiệu quả công tác GDTC vì vậy không thể đánh giá đơn lẻ theo kết quả học tập, mà cần tiếp cận tổng hợp trên cả phương diện tổ chức, nguồn lực và mức độ tham gia của SV. Đây chính là cơ sở lý luận quan trọng để luận án xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá và đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

1.3. Các yếu tố ảnh hưởng đến GDTC trong đào tạo đại học

1.3.1. Tài chính, cơ sở vật chất, trang thiết bị và cơ chế chính sách cho công tác GDTC

1.3.1.1. Tài chính và điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị

Nguồn lực tài chính và điều kiện cơ sở vật chất là nền tảng vật chất quan trọng, giữ vai trò quyết định trong việc triển khai và thực hiện hiệu quả các mục tiêu của chương trình GDTC.

Nguồn lực tài chính và cơ sở vật chất là nền tảng vật chất quan trọng, giữ vai trò quyết định trong việc triển khai và thực hiện hiệu quả các mục tiêu của chương trình GDTC.

Theo hành lang pháp lý hiện hành, nguồn kinh phí vận hành công tác này được cấu thành từ ngân sách nhà nước, nguồn thu sự nghiệp của cơ sở đào tạo và các nguồn xã hội hóa hợp pháp. Tuy nhiên, thực tiễn nghiên cứu cho thấy sự chênh lệch đáng kể về mức độ đầu tư cũng như hiệu quả sử dụng nguồn lực giữa các loại hình trường đại học, dẫn đến những khoảng cách về chất lượng đào tạo thể chất giữa các vùng miền và khối ngành.

Hệ thống cơ sở vật chất phục vụ GDTC, bao gồm sân bãi, nhà tập đa năng, các phòng chức năng và trang thiết bị chuyên dụng, không chỉ đơn thuần là không gian tập luyện mà còn là nhân tố tác động trực diện đến toàn bộ tiến trình sư phạm. Sự đồng bộ của cơ sở hạ tầng có khả năng thúc đẩy tần suất tổ chức các hoạt động ngoại khóa, đồng thời cho phép nhà trường mở rộng mức độ đa dạng của các môn học tự chọn, đáp ứng nhu cầu cá nhân hóa của người học. Quan trọng hơn, điều kiện vật chất tốt còn tạo ra môi trường tập luyện an toàn, từ đó kích thích hứng thú, gia tăng tỷ lệ tham gia tự nguyện của SV và trực tiếp nâng cao hiệu quả phát triển thể chất. Do đó, mối quan hệ giữa điều kiện vật chất và mức độ tích cực vận động của người học đã trở thành một quy luật tất yếu trong các nghiên cứu về GDTC. Tuy vậy, cần khẳng định rằng sự đầu tư về tài chính và hạ tầng chỉ thực sự phát huy tối đa giá trị khi được vận hành dưới một cơ chế quản lý và khai thác khoa học, tránh tình trạng lãng phí hoặc đầu tư dàn trải không trọng điểm.

1.3.1.2. Cơ chế chính sách

Song song với nền tảng cơ sở vật chất, cơ chế chính sách đóng vai trò định hình khung pháp lý, xác lập mục tiêu và phương thức tổ chức vận hành hệ thống GDTC. Hệ thống chính sách này bao quát từ các quy định về khung chương trình, thời lượng tín chỉ, chuẩn đầu ra về thể lực cho đến các cơ chế cụ thể về phân bổ ngân sách và chế độ đãi ngộ đối với đội ngũ GV. Đặc biệt, trong bối cảnh hiện nay, chính sách còn giữ nhiệm vụ thiết lập mối quan hệ phối hợp hữu cơ giữa các trụ cột: nhà trường - gia đình - xã hội nhằm tạo ra một hệ các yếu tố hỗ trợ toàn diện cho việc rèn luyện thân thể của SV.

Tính hiệu quả của công tác GDTC phụ thuộc chặt chẽ vào mức độ đồng bộ

giữa văn bản chính sách và thực tiễn triển khai tại cơ sở. Một cơ chế linh hoạt, có tính mở sẽ tạo không gian cho các nỗ lực đổi mới sáng tạo, thúc đẩy xã hội hóa và nâng cao vị thế của môn học. Ngược lại, nếu cơ chế quản lý còn mang tính hình thức, thiếu các công cụ giám sát và đánh giá định lượng, sẽ dẫn đến sự suy giảm hiệu lực của chương trình, dù nội dung đào tạo có được thiết kế phù hợp đến đâu. Tóm lại, tài chính, cơ sở vật chất và cơ chế chính sách tạo thành một chỉnh thể cấu trúc nền tảng, không chỉ quyết định điều kiện khả thi các hoạt động chuyên môn mà còn là thước đo mức độ quan tâm của cơ sở đào tạo đối với sự phát triển toàn diện của người học.

1.3.2. Năng lực chỉ đạo và tổ chức hoạt động GDTC

Năng lực chỉ đạo và tổ chức hoạt động GDTC được hiểu là tổng thể các yếu tố tri thức, kỹ năng, phẩm chất và thái độ cho phép cá nhân thực hiện hiệu quả việc lãnh đạo, điều hành và triển khai các hoạt động GDTC trong Nhà trường. Năng lực này bao gồm khả năng lập kế hoạch, tổ chức, điều phối nguồn lực, giám sát và đánh giá các HĐTT, cũng như năng lực truyền cảm hứng, xây dựng tập thể, phát triển phong trào và văn hóa thể thao học đường.

- Năng lực này bao gồm:

- + Khả năng hoạch định kế hoạch
- + Điều phối nguồn lực
- + Thiết kế chương trình phù hợp
- + Đổi mới phương pháp giảng dạy
- + Tổ chức phong trào và thi đấu
- + Giám sát, đánh giá hiệu quả

- Phân loại mức độ năng lực: Năng lực chỉ đạo và tổ chức có thể được đánh giá theo 05 cấp độ hành vi biểu hiện, từ thấp đến cao như sau:

Mức 1 - Cơ bản: Có thể thực hiện công việc trong các tình huống đơn giản, cần nhiều sự hỗ trợ.

Mức 2 - Trung bình: Vận dụng năng lực trong điều kiện cơ bản, có thể xử lý được các vấn đề phổ thông khi có hướng dẫn.

Mức 3 - Khá: Tự thực hiện nhiệm vụ trong những tình huống tương đối khó,

có thể cần hỗ trợ từ người có kinh nghiệm.

Mức 4 - Tốt: Vận dụng năng lực thành thạo trong đa số tình huống, có khả năng hướng dẫn, hỗ trợ người khác.

Mức 5 – Xuất sắc: Chủ động sáng tạo, dẫn dắt và lan tỏa năng lực; có thể đào tạo, huấn luyện người khác, xây dựng được văn hóa tổ chức và tinh thần cộng tác trong tập thể.

Trong quản lý giáo dục hiện đại, hiệu quả GDTC không chỉ phụ thuộc vào chương trình mà phụ thuộc lớn vào năng lực điều hành của đội ngũ quản lý và GV. Nhiều mô hình quốc tế (như CSPAP của Hoa Kỳ) cho thấy đầu tư vào năng lực tổ chức có tác động mạnh đến mức độ tham gia vận động của SV.

Thực tiễn cho thấy ở nhiều cơ sở đào tạo, hạn chế không nằm ở thiếu chương trình mà ở khâu tổ chức và phối hợp. Khi năng lực chỉ đạo tốt, cùng một nguồn lực có thể tạo ra hiệu quả cao hơn; ngược lại, quản lý yếu sẽ làm phân tán nguồn lực và giảm động lực tham gia của SV.

Do đó, năng lực chỉ đạo và tổ chức là yếu tố trung tâm, có vai trò điều tiết và khuếch đại tác động của các yếu tố khác.

1.3.3. Sự ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học

1.3.3.1. Xu hướng thể thao trường học

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục toàn cầu, thể thao trường học đang trở thành một trong những trụ cột của chiến lược phát triển giáo dục toàn diện. Nhiều quốc gia đã chuyển hướng từ mô hình thể dục bắt buộc đơn thuần sang mô hình GDTC tích hợp – nơi HĐTT được coi là công cụ phát triển thể lực, tinh thần, kỹ năng xã hội và giá trị sống cho người học [82], [93].

Một xu hướng nổi bật hiện nay là ứng dụng công nghệ số trong giảng dạy và quản lý GDTC. Các phần mềm, ứng dụng theo dõi thể lực, thiết bị đeo thông minh và nền tảng học trực tuyến được sử dụng để cá nhân hóa chương trình học, theo dõi tiến bộ và tăng cường tính tương tác giữa GV và SV. Việc tích hợp công nghệ giúp GDTC trở nên hấp dẫn, minh bạch và hiệu quả hơn, đồng thời phù hợp với đặc điểm của thế hệ HSSV trong thời đại số hóa [17], [49].

Bên cạnh đó, xu hướng đa dạng hóa môn học và cá nhân hóa chương trình GDTC được triển khai mạnh mẽ tại nhiều trường đại học. Thay vì áp dụng chương trình cứng nhắc, người học được lựa chọn môn thể thao phù hợp với sở thích, thể trạng và nhu cầu phát triển cá nhân. Mô hình này không chỉ khơi dậy hứng thú học tập mà còn nâng cao tính chủ động, tự giác và khả năng tự rèn luyện của SV [69].

Một đặc điểm mới của GDTC hiện đại là gắn kết giữa thể chất và sức khỏe tinh thần - xã hội. Các chương trình GDTC ngày nay hướng tới phát triển toàn diện, kết hợp giữa vận động, dinh dưỡng, tâm lý học đường và kỹ năng sống. GDTC không chỉ giúp tăng cường thể lực mà còn đóng vai trò như liệu pháp giảm căng thẳng, phòng ngừa bệnh không lây nhiễm và nâng cao sức khỏe tinh thần cho SV [69], [85], [92].

Ngoài ra, sự hợp tác giữa Nhà trường với các tổ chức thể thao, trung tâm cộng đồng và doanh nghiệp cũng trở thành xu hướng tất yếu. Mô hình liên kết này giúp mở rộng nguồn lực, tạo cơ hội thực hành, tổ chức các giải thể thao SV và thúc đẩy phong trào thể thao học đường phát triển bền vững [21].

Một số mô hình GDTC hiện đại trên thế giới

Mô hình “*PE for Life*” – Hoa Kỳ: Mô hình này nhấn mạnh vào việc giúp HSSV hình thành lối sống năng động, khỏe mạnh suốt đời. Chương trình tích hợp các môn thể thao truyền thống với các hoạt động phù hợp với sở thích và xu hướng hiện đại như đạp xe trong nhà, khiêu vũ, thiền – yoga, thể hình. Ngoài ra, hệ thống đánh giá cũng chuyển sang đánh giá theo sự tiến bộ cá nhân, kết hợp theo dõi các chỉ số thể chất và mức độ tích cực tham gia [80].

Mô hình “*Sport Education Model*” – New Zealand: Tại New Zealand, mô hình GDTC được thiết kế theo hướng trải nghiệm thể thao như một “*mùa giải*” thực sự: SV được phân vai (vận động viên, huấn luyện viên, trọng tài, quản lý đội...), tổ chức giải đấu nội bộ, đánh giá dựa trên sự phối hợp, trách nhiệm và tinh thần thể thao. Mô hình này phát triển mạnh kỹ năng xã hội, tinh thần đồng đội và cảm giác “thuộc về” của SV với môn học [80].

Mô hình “*Technology-Integrated PE*” – Hàn Quốc, Nhật Bản: Ở các quốc gia

như Hàn Quốc hay Nhật Bản, GDTC đang được tích hợp mạnh mẽ với công nghệ thông minh: Sử dụng thiết bị theo dõi sức khỏe đeo tay (wearables), ứng dụng di động ghi nhận tiến trình rèn luyện, mạng xã hội nội bộ để khích lệ SV chia sẻ quá trình tập luyện và nhận phản hồi từ GV. Hình thức học blended (kết hợp học trực tuyến và thực hành) ngày càng phổ biến, đặc biệt sau đại dịch COVID-19 [80].

1.3.3.2. Sự ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học

Trong bối cảnh toàn cầu hóa và hội nhập, GDTC không còn giới hạn trong khuôn khổ một môn học bắt buộc, mà đang dần chuyển mình theo xu hướng phát triển thể thao học đường hiện đại. Sự thay đổi này ảnh hưởng sâu sắc đến mục tiêu, nội dung, phương pháp và hình thức tổ chức của GDTC trong Nhà trường, đặc biệt là tại bậc đại học [80], [94].

Trước hết, có thể nhận thấy sự chuyển dịch từ “*học để thi*” sang “*học để sống khỏe*”. Thể thao trường học hiện đại hướng tới phát triển toàn diện con người – cả về thể chất, tâm lý và xã hội. Trong đó, GDTC đóng vai trò trang bị kiến thức và kỹ năng vận động phục vụ cuộc sống lâu dài, thay vì chỉ tập trung vào chuẩn kiểm tra thể lực hay kỹ thuật động tác. Nhiều chương trình quốc tế như Health-Optimizing Physical Education (HOPE) đã thay thế các môn học thiên về thành tích bằng các hoạt động giúp SV xây dựng lối sống vận động tích cực suốt đời [80].

Song song với đó, vai trò của thể thao ngoại khóa và CLB ngày càng được đề cao. Xu hướng tổ chức các CLB thể thao trong trường học (school-based clubs) như bóng đá, cầu lông, yoga, dance fitness... ngày càng phổ biến. Điều này làm thay đổi cách tiếp cận GDTC: Từ bắt buộc theo thời khóa biểu sang tự nguyện – chủ động – cá nhân hóa, giúp SV được tham gia theo sở thích và thể chất riêng. Từ đó, GDTC trở nên linh hoạt và hấp dẫn hơn, gắn liền với đời sống SV [8], [19], [22].

Xu hướng đổi mới phương pháp giảng dạy và đánh giá cũng là một ảnh hưởng quan trọng. Thể thao học đường hiện đại khuyến khích phương pháp lấy người học làm trung tâm, sử dụng công nghệ hỗ trợ giảng dạy như video hướng dẫn, ứng dụng đo lường vận động (ví dụ: MyFitnessPal, Strava), hay bảng điểm linh hoạt (portfolio, đánh giá quá trình). Mô hình “*Flip the Gym*” tương tự như lớp học đảo ngược đang

được triển khai tại nhiều nước phát triển, trong đó SV học kiến thức lý thuyết tại nhà và thực hành vận động tại lớp học [17], [49], [82].

Ở tầm vĩ mô, xu hướng thể thao trường học còn tác động mạnh mẽ đến chính sách giáo dục và chiến lược quốc gia. Nhiều quốc gia, thể thao trường học được xem là chiến lược then chốt trong chương trình phát triển con người bền vững. Ví dụ: Mỹ triển khai Chương trình hoạt động thể chất toàn diện trong trường học (CSPAP) với 5 trụ cột: GDTC chất lượng; Hoạt động thể chất trong ngày học; Thể thao sau giờ học; Cộng đồng hỗ trợ và nhân viên tham gia. Nhật Bản: Chú trọng GDTC và “*thể dục đạo đức*” (taiso + shitsuke), gắn kết chặt chẽ giữa hoạt động thể chất, rèn luyện nhân cách và xây dựng kỷ luật học đường [12], [94].

Cuối cùng, sự phát triển của thể thao học đường đã góp phần hình thành văn hóa thể thao trong môi trường đại học - nơi GDTC không chỉ là yêu cầu học tập mà trở thành thói quen, giá trị và lối sống. Một hệ sinh thái GDTC gắn liền với thể thao trường học sẽ hình thành văn hóa vận động tích cực – nơi TDDT không còn là “*nhiệm vụ học phần*” mà là nét văn hóa sống khỏe, sống vui, sống gắn kết trong môi trường đại học. Đây là yếu tố quan trọng để GDTC phát huy hiệu quả lâu dài trong giáo dục con người toàn diện [37], [62].

1.4. Quan điểm và nguyên tắc tổ chức công tác GDTC trong đào tạo đại học

1.4.1. Cơ sở triết lý và pháp lý

1.4.1.1. Những quy định chung

Trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học nhằm hướng đến sự phát triển toàn diện của SV, môn học GDTC đóng vai trò ngày càng quan trọng trong việc nâng cao thể lực, sức khỏe tinh thần và hình thành lối sống lành mạnh. Tuy nhiên, nhiều SV vẫn chưa nhận thức đầy đủ về giá trị thực tiễn và khoa học của môn học này. Nghiên cứu này nhằm khái quát một cách toàn diện và khoa học về đặc điểm của môn GDTC trong trường đại học, từ đó góp phần nâng cao nhận thức, cải tiến chất lượng tổ chức giảng dạy và học tập môn học.

Môn học GDTC được xây dựng và phát triển trên nền tảng của ba nhóm cơ sở

chính: Cơ sở triết lý – pháp lý; Cơ sở khoa học và Cơ sở thực tiễn. Mỗi nhóm cơ sở này tạo nền móng lý luận và định hướng phương pháp cho việc tổ chức, giảng dạy và đánh giá môn học trong Nhà trường hiện đại.

Quan điểm giáo dục toàn diện: Theo triết lý giáo dục Việt Nam và nhiều quốc gia tiên tiến, con người cần được phát triển hài hòa về đức – trí – thể – mỹ – lao động. Trong đó, thể chất là yếu tố nền tảng cho sức khỏe, tinh thần và hiệu suất lao động.

Luật Giáo dục Việt Nam (2019): Xác định GDTC là môn học bắt buộc trong hệ thống giáo dục quốc dân, nhằm phát triển thể lực và hình thành thói quen rèn luyện [43].

Định hướng của UNESCO (2015): GDTC và thể thao được coi là một quyền cơ bản, đồng thời là một công cụ quan trọng để xây dựng năng lực, lối sống tích cực và tính kỷ luật cá nhân [82].

1.4.1.2. Quy định về chương trình dạy học môn GDTC

Chương trình dạy học môn GDTC trong đào tạo đại học hiện nay được vận hành dựa trên khung pháp lý của Thông tư số 25/2015/TT-BGD&ĐT, ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT [7], [91]. Theo đó, chương trình xác lập mục tiêu cốt lõi là cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản và hình thành thói quen luyện tập TDTT nhằm phát triển thể lực, tầm vóc và hoàn thiện nhân cách người học. Về khối lượng, SV cần tích lũy tối thiểu 03 tín chỉ, với nội dung được các cơ sở đào tạo quy định cụ thể để phù hợp với đặc thù từng ngành nghề.

Công tác xây dựng và thực hiện chương trình được quy định chặt chẽ thông qua hệ thống quản lý và đảm bảo chất lượng từ cơ sở. Theo đó, Thủ trưởng cơ sở giáo dục đại học trực tiếp chỉ đạo việc thành lập Tổ soạn thảo chuyên môn và Hội đồng thẩm định độc lập (gồm tối thiểu 03 thành viên có trình độ từ Thạc sĩ chuyên ngành trở lên) để phê duyệt mục tiêu, cấu trúc học phần và phương thức đánh giá. Quá trình triển khai đòi hỏi sự công khai về lộ trình học tập, đảm bảo nguồn lực GV và cơ sở vật chất an toàn. Đặc biệt, quy định cũng nhấn mạnh tính nhân văn và linh hoạt thông qua việc xem xét miễn, giảm hoặc áp dụng nội dung học tập thay thế đối với người học là người khuyết tật hoặc có tình trạng sức khỏe không đảm bảo [7], [91].

1.4.1.3. Quy định về nội dung

Nội dung chương trình GDTC trong các trường đại học hiện nay được thiết kế dựa trên định hướng phát triển thể lực toàn diện, củng cố các tổ chất vận động cơ bản và hình thành thói quen rèn luyện sức khỏe cho SV. Các môn học thường bao gồm: Điền kinh, bóng đá, bóng chuyền, cầu lông, bơi lội, võ thuật, yoga, aerobic, thể hình... Trong đó, mỗi môn thể thao không chỉ có giá trị về thể chất, mà còn góp phần giáo dục tinh thần đồng đội, sự kiên trì, tính kỷ luật và bản lĩnh vượt khó.

Tuy nhiên, do điều kiện thực tế tại mỗi trường khác nhau, chương trình GDTC thường được tổ chức theo hình thức “*môn tự chọn bắt buộc*”, nghĩa là SV được lựa chọn môn học trong danh mục giới hạn do nhà trường cung cấp, tùy theo cơ sở vật chất và đội ngũ GV sẵn có. Điều này dẫn đến sự không đồng đều giữa các đơn vị đào tạo: Có trường cho phép SV học nhiều môn phong phú, cập nhật xu hướng như gym, thể thao giải trí hiện đại, trong khi có trường vẫn chỉ xoay quanh vài môn truyền thống, đôi khi chưa phù hợp với nhu cầu hay thể trạng của SV hiện đại.

Hình thức tổ chức học tập phổ biến hiện nay vẫn là học theo lớp truyền thống, với khung giờ cố định và bài giảng định hướng kỹ năng vận động. Một số trường bắt đầu triển khai các hình thức học linh hoạt hơn như:

- Học tích hợp trên nền tảng số (hướng dẫn kỹ thuật qua video, app theo dõi sức khỏe, bài kiểm tra lý thuyết trực tuyến);
- Kết hợp giữa học trên lớp và hoạt động ngoại khóa (chạy bộ theo nhóm, tham gia CLB thể thao);
- Học tập theo dự án (project-based learning) – ví dụ SV thiết kế kế hoạch rèn luyện thể chất cho bản thân trong một học kỳ.

Việc áp dụng các hình thức tổ chức mới vẫn còn hạn chế do thiếu tài nguyên công nghệ, thiếu mô hình mẫu áp dụng hiệu quả và chưa có cơ chế đánh giá cụ thể cho hình thức đào tạo linh hoạt này [7], [91].

1.4.1.4. Quy định về kiểm tra đánh giá kết quả học tập GDTC

a. Quy định chung

Căn cứ theo quy định tại Điều 7 Quy định về chương trình môn học GDTC

thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học do Bộ trưởng Bộ GD&ĐT ban hành, đánh giá kết quả học tập được quy định như sau:

Đánh giá kết quả học tập: Được quy định tại Điều 7 của Thông tư: *Việc đánh giá các học phần, đánh giá kết quả học tập chương trình môn học giáo dục thể chất được quy định cụ thể trong chương trình môn học và theo các quy định tại khoản 4 Điều 8 của Thông tư này; Không tính vào điểm trung bình chung học tập của học kỳ, năm học hay khóa học [5], [7], [91].*

Người học là người khuyết tật hoặc không đủ sức khỏe học một số nội dung trong chương trình môn học GDTC được xem xét miễn, giảm những nội dung không phù hợp hoặc được học các nội dung thay thế phù hợp. Thủ trưởng cơ sở giáo dục đại học quy định cụ thể việc miễn, giảm và quy định các nội dung học tập thay thế đối với người khuyết tật, người không đủ sức khỏe học tập.

Thủ trưởng cơ sở giáo dục đại học công nhận kết quả học tập cho người học sau khi đã hoàn thành chương trình môn học GDTC.

b. Quy định về tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực [5], [7], [91].

Điều 4 Quy định độ tuổi: Việc đánh giá, xếp loại thể lực HSSV phân theo tuổi từ 6 đến 20 tuổi. HSSV từ 21 tuổi trở lên sử dụng các chỉ số đánh giá của lứa tuổi 20.

Điều 5. Nội dung đánh giá: Việc đánh giá xếp loại thể lực HSSV dựa trên sáu nội dung. Cụ thể là: Lực bóp tay thuận, Nằm ngửa gập bụng, Bật xa tại chỗ, Chạy 30m xuất phát cao (XPC), Chạy con thoi 4 x 10m, Chạy tùy sức 5 phút.

Tiêu chuẩn đánh giá được quy định tại Điều 6, Chương 2.

Tổ chức đánh giá, xếp loại thể lực HSSV được quy định tại Điều 14, 15, Chương 4 của Quyết định 53: Mỗi HSSV được đánh giá 4 trong 6 nội dung nêu ở Điều 5, trong đó nội dung Bật xa tại chỗ và Chạy tùy sức 5 phút là bắt buộc.

Xếp loại thể lực cho HSSV được quy định tại Điều 16.

HSSV được xếp loại thể lực theo 3 loại: Tốt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi có ba chỉ tiêu Tốt và một chỉ tiêu Đạt trở lên. Đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi từ mức Đạt trở lên. Chưa đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi có một chỉ tiêu dưới mức Đạt.

Tổ chức thực hiện được quy định tại Điều 17, Điều 18 Chương 5:

Điều 17. Trách nhiệm của các cơ quan quản lý giáo dục 1. Các cơ sở giáo dục và đào tạo chịu trách nhiệm chỉ đạo, hướng dẫn, kiểm tra việc tổ chức thực hiện quy định này đối với các phòng giáo dục và các cơ sở giáo dục thuộc quyền quản lý và tổng hợp báo cáo Bộ GD&ĐT định kỳ hàng năm. 2. Các phòng giáo dục và đào tạo chịu trách nhiệm chỉ đạo, hướng dẫn, kiểm tra việc tổ chức thực hiện quy định này tại các cơ sở giáo dục thuộc quyền quản lý và tổng hợp báo cáo sở giáo dục và đào tạo định kỳ hàng năm.

Điều 18. Trách nhiệm của các cơ sở giáo dục: 1. Các cơ sở giáo dục chịu trách nhiệm chuẩn bị về cơ sở vật chất, lực lượng cán bộ, giáo viên, GV đảm bảo cho công tác đánh giá được thuận lợi, an toàn và hiệu quả. 2. Có kế hoạch kiểm tra, đánh giá, xếp loại thể lực HSSV cụ thể hàng năm, bố trí thời gian tổ chức kiểm tra hợp lý, ghi và lưu hồ sơ kết quả việc đánh giá, xếp loại thể lực của mỗi học HSSV, tổng hợp và báo cáo cơ quan quản lý trực tiếp định kỳ hàng năm.

Về đánh giá, hiện nay đa số các trường sử dụng hệ thống đánh giá gồm 3 thành phần: Điểm chuyên cần (từ 20-30%); Điểm kiểm tra kỹ năng vận động (50-60%) và điểm lý thuyết (10-20%). Mặc dù cơ bản hợp lý, nhưng cách thực hiện còn cứng nhắc, chủ yếu mang tính kiểm tra “*đạt hay không đạt*”, chưa phản ánh đúng quá trình nỗ lực và tiến bộ cá nhân của SV. Điều này làm giảm giá trị sư phạm của quá trình GDTC – trong khi mục tiêu chính của môn học là giúp người học duy trì động lực rèn luyện bền vững, không chỉ đơn thuần là qua bài kiểm tra.

Việc chưa đánh giá năng lực một cách toàn diện (ví dụ: khả năng tự xây dựng kế hoạch rèn luyện, mức độ cải thiện thể lực cá nhân, sự tham gia vào các HĐTT cộng đồng...) là hạn chế rõ ràng. Để khắc phục, một số trường đã thử nghiệm đánh giá theo hướng phát triển năng lực, kết hợp công cụ tự đánh giá và đánh giá đồng đẳng (peer-assessment), góp phần nâng cao nhận thức và tinh thần tự chịu trách nhiệm của SV đối với sức khỏe bản thân.

Đánh giá kết quả học tập môn GDTC không chỉ đơn thuần là việc ghi nhận năng lực vận động, mà còn là một công cụ sư phạm giúp định hướng, khích lệ, cải

tiến quá trình học tập thể chất của SV. Việc đánh giá đúng đắn và toàn diện góp phần nâng cao hiệu quả đào tạo, đảm bảo công bằng, đồng thời thúc đẩy người học phát triển năng lực thể chất lẫn ý thức rèn luyện bản thân.

1.4.2. Cơ sở lý luận và thực tiễn

1.4.2.1. Cơ sở lý luận

GDTC được xây dựng trên nền tảng liên ngành giữa khoa học giáo dục, sinh lý học vận động, tâm lý học thể thao và khoa học sức khỏe. Các học thuyết về phát triển toàn diện đều khẳng định vận động thể chất là nhân tố cốt lõi hình thành nên thể lực, trí lực và phẩm chất con người. Điều này tương đồng với tư tưởng rèn luyện thân thể để xây dựng đất nước *“việc gì cũng cần có sức khỏe mới làm thành công”* [48], [67].

Về phương diện Khoa học giáo dục, môn học GDTC vận dụng các nguyên lý sư phạm như tính vừa sức và cá thể hóa để thiết kế chương trình phù hợp với đặc điểm lứa tuổi SV. Dưới góc độ Sinh lý học vận động, các bài tập được xây dựng dựa trên quy luật thích nghi của hệ cơ - xương - tim mạch và hô hấp, nhằm tối ưu hóa các tổ chất thể lực (sức bền, sức mạnh, sự dẻo dai) mà không gây quá tải sinh lý hay chấn thương [26], [37], [62], [84]. Việc tập luyện khoa học còn giúp điều hòa hoạt động thần kinh, tăng cường sức đề kháng và cải thiện quá trình trao đổi chất Bompá, T. O., & Buzzichelli, C. (2019) [75].

Song song đó, Tâm lý học thể thao khẳng định vai trò của hoạt động vận động trong việc phát triển ý chí, sự tự tin và khả năng tự điều chỉnh cảm xúc, giúp SV giảm căng thẳng và tăng hưng phấn trong học tập Weinberg & Gould, D. (2019) [85].

Cuối cùng, dưới góc độ Khoa học sức khỏe, GDTC đóng vai trò chủ đạo trong việc phòng chống các bệnh mãn tính hiện đại và nâng cao hệ miễn dịch, tạo nền tảng cho lối sống lành mạnh bền vững.

1.4.2.2. Cơ sở thực tiễn

a. Thực tiễn xã hội

Nhu cầu thực tiễn từ xã hội: Xã hội hiện đại đòi hỏi nguồn nhân lực không chỉ có kiến thức mà còn có sức khỏe, thể lực và tinh thần bền bỉ. Điều này đặc biệt quan

trọng trong bối cảnh hội nhập và áp lực công việc cao.

Thực trạng sức khỏe SV: Các nghiên cứu gần đây cho thấy tỷ lệ SV ít vận động, mắc các bệnh học đường (gù lưng, béo phì, stress...) tăng cao, đòi hỏi sự cải tiến trong giảng dạy GDTC.

Phát triển thể thao học đường: Nhiều trường đại học đã áp dụng mô hình GDTC tiên tiến (chọn môn, cá thể hóa, ứng dụng công nghệ...) nhằm nâng cao hiệu quả và tạo động lực cho người học.

Môn học GDTC không chỉ đơn thuần là hoạt động rèn luyện thể lực, mà là một phần cốt lõi của triết lý giáo dục toàn diện. Cơ sở vững chắc từ luật pháp, khoa học và thực tiễn chính là nền tảng để thiết kế chương trình GDTC hiện đại, hiệu quả và nhân văn.

b. Thực tiễn phát triển tâm sinh lý lứa tuổi

Lứa tuổi SV (18-23 tuổi) là giai đoạn bản lề với những biến đổi sâu sắc về hình thái và chức năng cơ thể, đồng thời là thời kỳ định hình các giá trị sống và nhân cách. Việc nhận thức rõ đặc điểm tâm - sinh lý ở giai đoạn này là yêu cầu khoa học bắt buộc để tổ chức công tác GDTC hiệu quả, dựa trên các trụ cột sau:

Tính phù hợp sự phạm: Việc dạy học phải dựa trên quy luật phát triển không đồng đều và cá thể hóa. Mỗi giai đoạn lứa tuổi có giới hạn khác nhau về sức chịu tải của hệ cơ - xương - tim mạch cũng như đặc điểm về tư duy và khả năng tập trung. Do đó, nội dung GDTC cần tránh tình trạng quá tải sinh lý hoặc thiếu độ thử thách, nhằm duy trì hứng thú và tối ưu hóa năng lực phát triển của người học.

Vận dụng “*vùng phát triển gần*”: Theo học thuyết của Vygotsky, GDTC hiệu quả cần xác định đúng trình độ nhận thức và giới hạn sinh lý hiện tại của sinh viên để đưa ra các tác động sự phạm phù hợp. Việc dạy học “*trúng tầng phát triển*” giúp kích thích tối đa tiềm năng cá nhân, chuyển dịch từ những kỹ năng hiện có sang những năng lực vận động mới dưới sự hỗ trợ của GV.

Phát triển toàn diện và nhân văn: Sự phát triển sinh lý và tâm lý luôn có mối quan hệ hữu cơ, đan xen lẫn nhau. Công tác GDTC tại trường đại học vì thế không đơn thuần là truyền đạt kỹ năng vận động, mà là quá trình nuôi dưỡng con người toàn

diện thông qua việc tích hợp các mục tiêu: phát triển thể chất (vận động, dinh dưỡng), phát triển trí tuệ (phương pháp tập luyện khoa học) và phát triển cảm xúc - xã hội (làm việc nhóm, tính kỷ luật).

Tóm lại, việc dựa trên nền tảng tâm lý học phát triển và khoa học thần kinh giáo dục giúp các quyết định về phương pháp và đánh giá trở nên chính xác hơn. Đây là nền tảng của xu hướng giáo dục lấy người học làm trung tâm, tạo ra môi trường rèn luyện ít áp lực, giàu tính đồng cảm và khuyến khích sự tiến bộ cá nhân của SV.

1.4.3. Nguyên tắc khoa học

1.4.3.1. Nguyên tắc hệ thống

Nguyên tắc hệ thống trong GDTC là nguyên tắc đảm bảo tính logic, chặt chẽ và toàn diện giữa các thành tố của quá trình GDTC – bao gồm mục tiêu, nội dung, phương pháp, hình thức tổ chức và đánh giá – nhằm đạt được hiệu quả tối ưu trong phát triển thể chất và phẩm chất của người học.

Theo quan điểm khoa học giáo dục hiện đại [83], mọi quá trình giáo dục đều là một hệ thống mở, vận hành theo quy luật, có đầu vào (đặc điểm người học), quá trình (tác động sư phạm) và đầu ra (sự thay đổi ở người học). Do đó, GDTC cũng cần được tiếp cận như một hệ thống sư phạm có cấu trúc, vận động logic.

- Đảm bảo tính đồng bộ giữa các yếu tố của chương trình GDTC (nội dung – mục tiêu – đánh giá). Tạo cơ sở khoa học để xây dựng chương trình GDTC có tính kế thừa và phát triển, từ giáo dục phổ thông lên giáo dục đại học.

- Tối ưu hóa quá trình dạy – học thể chất, tránh tình trạng rời rạc, chồng chéo hoặc thiếu thực tiễn.

- Một số yêu cầu khi áp dụng nguyên tắc hệ thống

- + Tính mục tiêu hóa cao: Mọi thành phần trong quá trình GDTC phải hướng đến mục tiêu hình thành thói quen rèn luyện, năng lực thể chất cho SV.

- + Tính liên thông – kế thừa: GDTC ở đại học cần tiếp nối GDTC phổ thông và định hướng rèn luyện suốt đời.

- + Tính phản hồi – điều chỉnh: Quá trình tổ chức dạy học GDTC phải thường xuyên đánh giá và điều chỉnh phù hợp với thực tiễn.

Bảng 1.1. Đặc điểm chung của nguyên tắc hệ thống

TT	Thành tố	Biểu hiện của hệ thống
1	Mục tiêu GDTC	Phát triển toàn diện thể lực – trí lực – phẩm chất, không chỉ học kỹ thuật vận động
2	Nội dung	Từ dễ đến khó, từ cơ bản đến nâng cao; kết hợp lý thuyết và thực hành
3	Phương pháp	Phối hợp đa dạng phương pháp: trực quan, luyện tập, trò chơi, công nghệ
4	Hình thức tổ chức	Trên lớp, ngoại khóa, CLB thể thao, học trực tuyến kết hợp
5	Đánh giá	Đánh giá quá trình, kết quả, nhận thức, thái độ, kỹ năng rèn luyện

Hiện nay, việc chưa tuân thủ chặt chẽ nguyên tắc hệ thống là nguyên nhân cốt lõi dẫn đến những bất cập nội tại của GDTC. Những biểu hiện cụ thể bao gồm: Sự đứt gãy giữa nội dung đào tạo và mục tiêu chiến lược, tính thiếu đồng bộ trong việc tích hợp lý thuyết với thực hành, và quy trình đánh giá còn nặng về kỹ thuật thuần túy mà bỏ ngỏ khía cạnh thái độ cũng như hành vi vận động của SV. Trong bối cảnh đổi mới giáo dục đại học, việc tái cấu trúc công tác tổ chức, quản lý và giảng dạy theo hướng tiếp cận hệ thống không chỉ là yêu cầu cấp thiết mà còn là điều kiện tiên quyết để nâng cao chất lượng đào tạo.

1.4.3.2. Nguyên tắc tăng tiến trong GDTC

Nguyên tắc tăng tiến yêu cầu quá trình rèn luyện thể chất phải được nâng dần về yêu cầu, cường độ và độ khó một cách khoa học, dựa trên khả năng thích nghi của người học. Dưới góc độ Sinh lý học thể thao, cơ thể chỉ đạt được hiệu quả phát triển thể lực tối ưu khi chịu tác động của những thay đổi nhỏ nhưng liên tục về khối lượng vận động, giúp kích thích quy luật thích nghi sinh học mà không gây quá tải hay chấn thương. Về mặt Tâm lý học giáo dục, việc tăng tiến hợp lý là giải pháp then chốt để duy trì động lực, giúp người học tránh cảm giác nhàm chán khi bài tập quá nhẹ hoặc lo âu khi yêu cầu quá cao.

Biểu hiện của nguyên tắc này trong đào tạo đại học là sự gia tăng có kế hoạch về khối lượng (số lần, thời lượng), cường độ (tốc độ, độ khó kỹ thuật), tần suất và

tính tự chủ trong rèn luyện. Việc tuân thủ nguyên tắc không chỉ nâng cao hiệu quả thể chất rõ rệt mà còn bảo vệ sức khỏe hệ cơ - xương - khớp, tạo nền tảng cho thói quen thể thao bền vững.

Trong thực tiễn sư phạm, GV cần xây dựng giáo án phân cấp theo từng trình độ thể lực, kết hợp theo dõi các chỉ số sinh lý (nhịp tim, khả năng hồi phục) và ứng dụng công nghệ số để điều chỉnh tải trọng rèn luyện cá nhân hóa cho SV.

1.4.3.3. Nguyên tắc cá thể hóa trong GDTC

Nguyên tắc cá thể hóa đòi hỏi việc thiết kế và tổ chức hoạt động rèn luyện phải tương thích với đặc điểm riêng biệt của từng SV về giới tính, tình trạng sức khỏe, trình độ thể lực và sở thích cá nhân. Bản chất của nguyên tắc này không phải là tách rời giáo dục cá nhân mà là sự điều chỉnh linh hoạt về mục tiêu, nội dung và cường độ trong một tập thể lớp để phù hợp với khả năng tiếp nhận của mỗi người học.

Dưới góc độ Sinh lý học và Tâm lý học thể thao, sự phù hợp về tải trọng vận động và nội dung rèn luyện là yếu tố then chốt để tối ưu hóa khả năng thích nghi sinh học và thúc đẩy động cơ nội tại của người học. Biểu hiện cụ thể của nguyên tắc này là việc đa dạng hóa các học phần lựa chọn (thể thao cá nhân, đồng đội, yoga...), kết hợp giữa giảng dạy nhóm và hướng dẫn phân hóa. Việc tuân thủ nguyên tắc cá thể hóa không chỉ giúp nâng cao hiệu quả rèn luyện, giảm thiểu rủi ro chấn thương do quá tải, mà còn khơi dậy tinh thần tự giác rèn luyện lâu dài cho SV sau khi tốt nghiệp.

1.4.3.4. Nguyên tắc trực quan

Nguyên tắc trực quan yêu cầu người học phải được quan sát trực tiếp hoặc gián tiếp các kỹ thuật vận động nhằm tạo cơ sở cho việc tiếp thu và ghi nhớ động tác chính xác. Dưới góc độ Sinh lý học thần kinh, việc quan sát mẫu chuẩn giúp hình thành “*dấu ấn vận động*” trong vỏ não, hỗ trợ quá trình tái hiện hành vi hiệu quả hơn so với hướng dẫn thuần túy bằng lời nói. Nền tảng lý luận này dựa trên lý thuyết học tập mô hình hóa (Bandura), khẳng định sự ưu việt của kênh thị giác trong việc tiếp nhận cấu trúc và trật tự kỹ thuật vận động.

Trong bối cảnh hiện đại, biểu hiện của nguyên tắc trực quan không chỉ dừng lại ở việc GV làm mẫu trực tiếp mà còn mở rộng sang trực quan số hóa thông qua

video slow-motion, sơ đồ kỹ thuật và các ứng dụng phân tích chuyển động. Việc kết hợp hình ảnh minh họa với lời giảng giải và đảm bảo vị trí quan sát tối ưu sẽ giúp SV rút ngắn thời gian học kỹ thuật mới, giảm thiểu sai sót và chấn thương [17]. Minh chứng cho điều này, nghiên cứu của Nguyễn Thị Hồng và Trần Văn Minh (2022) chỉ ra rằng nhóm sinh viên được hỗ trợ bằng video mô phỏng 3D có tỷ lệ thực hiện đúng kỹ thuật tăng 19% so với phương pháp truyền thống [49]. Như vậy, trực quan hóa quy trình tập luyện là điều kiện thiết yếu để chuẩn hóa kỹ năng và nâng cao tính hấp dẫn của môn học GDTC.

1.4.3.5. Nguyên tắc tự giác tích cực

Nguyên tắc tự giác, tích cực yêu cầu người học phải chủ động, có ý thức tham gia vào các hoạt động vận động dưới sự hướng dẫn của GV, thay vì tiếp nhận thụ động. Đây là nguyên tắc cốt lõi chi phối hiệu quả GDTC, bởi việc hình thành kỹ năng và thói quen vận động chỉ đạt được kết quả bền vững khi có sự nỗ lực tự thân để kích thích quá trình thích nghi sinh học và tâm lý. Dưới góc độ tâm lý học giáo dục, động cơ nội tại và sự hứng thú là nhân tố quyết định mức độ tiếp thu và khả năng duy trì rèn luyện suốt đời của SV.

Biểu hiện của nguyên tắc này không chỉ dừng lại ở thái độ nghiêm túc trên lớp mà còn thể hiện qua khả năng tự học, tự điều chỉnh kỹ thuật và rèn luyện ngoại khóa. Để thúc đẩy tính tự giác, các cơ sở đào tạo cần đổi mới phương pháp giảng dạy theo hướng lấy người học làm trung tâm, đa dạng hóa các học phần tự chọn và tổ chức các hoạt động thi đấu, giao lưu. Thực tiễn tại Trường ĐHTL cho thấy việc cho phép SV lựa chọn môn học yêu thích đã tạo ra động lực rèn luyện rõ rệt [66]. Các nghiên cứu của Võ Xuân Lộc (2022) [38], Lê Trung Kiên và Phạm Ngọc Tường (2023) [35] cũng khẳng định yếu tố động lực nội tại chiếm tới 65% ảnh hưởng đến việc duy trì thói quen tập luyện. Đồng thời, theo lý thuyết của Bandura (1977), môi trường học tập và các hình mẫu rèn luyện tích cực đóng vai trò quan trọng trong việc củng cố hành vi tự giác của SV.

1.5. Cơ sở lý thuyết và thực tiễn tiếp cận đề tài

1.5.1. Lý thuyết tiếp cận hệ thống trong công tác GDTC đại học

Tiếp cận hệ thống (Systemic Approach) là một phương pháp luận khoa học hiện đại, coi công tác GDTC không phải là một tập hợp các hoạt động rời rạc, mà là một “*hệ thống con*” hữu cơ, vận động trong hệ thống giáo dục đại học tổng thể. Theo lý thuyết hệ thống tổng quát của L.V. Bertalanffy (1968) và sự vận dụng chuyên biệt trong lĩnh vực TDDT của chuyên gia Dương Nghiệp Chí [11], hệ thống công tác GDTC tại trường đại học được cấu trúc bởi các thành tố tương tác biện chứng sau:

Đầu vào (Input): Đây là các điều kiện tiên quyết và nguồn lực cơ bản để hệ thống vận hành. Nguồn lực này bao gồm: Chương trình đào tạo (khung lý thuyết và phân phối chương trình); Đội ngũ GV (số lượng, trình độ chuyên môn, năng lực sư phạm); Cơ sở vật chất (hệ thống sân bãi, nhà tập, dụng cụ chuyên dụng); Ngân sách đầu tư và đặc biệt là Tổ chức thể lực đầu vào của SV. Trong hệ thống này, SV vừa là đối tượng phục vụ, vừa là nguyên liệu đầu vào mang tính quyết định đến việc thiết lập các ngưỡng mục tiêu đào tạo.

Quá trình biến đổi (Process): Đây là giai đoạn mang tính động lực của hệ thống, nơi diễn ra sự tương tác trực tiếp giữa GV và SV. Thành tố này bao gồm: Các hoạt động giảng dạy nội khóa (chương trình); Hoạt động tập luyện ngoại khóa và phong trào CLB; Các phương pháp sư phạm truyền thống kết hợp hiện đại; Và đặc biệt là công tác quản lý điều hành. Sự phối hợp nhịp nhàng giữa các hoạt động này giúp chuyển hóa các nguồn lực đầu vào thành các giá trị phát triển thể chất cụ thể.

Đầu ra (Output): Là sản phẩm cuối cùng và là mục tiêu cốt lõi của hệ thống. Nó được cụ thể hóa qua: Kết quả học tập môn GDTC (điểm số, kỹ năng chuyên môn); trình độ phát triển thể chất (được đối chiếu theo các chỉ số vận động tại Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT [5]); sự hình thành kỹ năng vận động bền vững; và quan trọng nhất là ý thức, thói quen tự giác rèn luyện thân thể của SV sau khi kết thúc môn học.

Phản hồi (Feedback): Đóng vai trò là cơ chế tự điều chỉnh của hệ thống. Các tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả (như kết quả kiểm tra thể lực, tỷ lệ SV tham gia phong trào, ý kiến phản hồi từ người học) cung cấp dữ liệu khách quan để nhà quản lý nhìn nhận lại những khiếm khuyết ở khâu Đầu vào hoặc Quá trình. Từ đó, hệ thống thực hiện các điều chỉnh về nội dung, phương pháp hoặc đầu tư nguồn lực để hướng

tới mục tiêu tối ưu hóa chất lượng GDTC.

Việc áp dụng lý thuyết hệ thống giúp luận án có góc nhìn toàn diện, tránh sự phiến diện trong việc đề xuất giải pháp. Các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC này không tồn tại độc lập mà được đặt trong mối quan hệ cấu trúc - chức năng. Một sự thay đổi ở khâu quản lý (quá trình) sẽ kéo theo sự biến đổi về thái độ tập luyện (đầu ra), đồng thời đặt ra yêu cầu mới về trang thiết bị (đầu vào). Cách tiếp cận này đảm bảo tính đồng bộ, khoa học và bền vững, giúp giải quyết triệt để các tồn tại trong công tác GDTC tại Trường ĐHTL thay vì chỉ xử lý các hiện tượng bề nổi.

1.5.2. Lý thuyết quản lý giáo dục trong công tác GDTC đại học

Lý thuyết quản lý giáo dục hiện đại không chỉ dừng lại ở các thao tác hành chính đơn thuần mà chuyển dịch mạnh mẽ sang quản trị chất lượng và hiệu quả đầu ra. Trọng tâm của lý thuyết này là việc vận dụng chu trình P-D-C-A (Plan - Do - Check - Act) [6], [80] giúp hệ thống GDTC không ngừng tự hoàn thiện. Trong bối cảnh GDTC tại trường đại học, quản lý được hiểu là sự điều phối, tác động có mục đích của chủ thể quản lý vào quá trình tương tác sư phạm nhằm đạt được các mục tiêu phát triển con người toàn diện:

Quản lý mục tiêu (Planning & Directing): Đây là khâu định hướng chiến lược cho toàn bộ hệ thống. Quản lý mục tiêu đòi hỏi sự rà soát, đối chiếu khắt khe để đảm bảo tính thống nhất và phù hợp giữa Chuẩn đầu ra (PLO) của Nhà trường với các quy định pháp lý hiện hành của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Tại cơ sở giáo dục đại học, mục tiêu GDTC phải được cụ thể hóa thành các chỉ số về thể lực, kỹ năng và thái độ, làm căn cứ cho việc thiết kế chương trình và phương pháp giảng dạy [6], [80].

Quản lý nguồn lực (Resource Management): Trong GDTC, nguồn lực là yếu tố then chốt tạo nên sự khác biệt về chất lượng. Lý thuyết quản lý hiện đại nhấn mạnh việc tối ưu hóa các nguồn lực hiện có, bao gồm: Hạ tầng kỹ thuật (hệ thống sân bãi, nhà tập, trang thiết bị chuyên dụng) và đặc biệt là nguồn lực con người (đội ngũ GV). Quản lý nguồn lực không chỉ là việc trang bị đầy đủ mà là sự sắp xếp, khai thác hiệu quả công suất sử dụng sân bãi và phát huy tối đa năng lực sư phạm, tâm huyết

của đội ngũ thầy cô giáo để phục vụ tốt nhất nhu cầu của người học [6], [80].

Triết lý lấy người học làm trung tâm (Student-Centered Management):

Đây là giá trị cốt lõi của quản lý giáo dục hiện đại. Theo Dương Nghiệp Chí [11], hiệu quả của công tác quản lý GDTC không chỉ được cân đo đong đếm bằng những con số định lượng về điểm số hay tỷ lệ chuyên cần, mà phải được đo lường bằng những giá trị định tính sâu sắc: Mức độ hài lòng của SV đối với dịch vụ giáo dục; Sự chuyển biến trong nhận thức và tính tự giác; Đặc biệt là sự biến đổi hành vi vận động bền vững. Mục tiêu cuối cùng của quản trị GDTC là tạo ra một môi trường học tập truyền cảm hứng, giúp SV tự tìm thấy động lực nội sinh để rèn luyện thân thể suốt đời, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện theo Luật Giáo dục [43].

Kiểm tra và cải tiến (Check & Act): Đảm bảo tính thực thi của quản lý. Thông qua việc đánh giá định kỳ trình độ thể lực SV và khảo sát nhu cầu thực tiễn, chủ thể quản lý sẽ nhận diện được các sai lệch giữa thực tế và mục tiêu ban đầu. Từ đó, các quyết định điều chỉnh chính sách, đổi mới nội dung giảng dạy sẽ được đưa ra kịp thời, giúp hệ thống GDTC luôn vận động và phát triển đi lên của chất lượng.

Việc vận dụng lý thuyết quản lý hiện đại giúp luận án xác định rõ: Nâng cao hiệu quả GDTC không chỉ là việc thay đổi một bài tập hay một môn học, mà là sự thay đổi về tư duy quản trị. Các giải pháp đề xuất ở Chương 3 của luận án sẽ được thiết kế dựa trên chính chu trình P-D-C-A [6], [80], đảm bảo tính khả thi trong việc triển khai tại một môi trường năng động như Trường ĐHTL, đồng thời tạo ra cơ chế kiểm soát chất lượng chặt chẽ để đảm bảo hiệu quả thực chất và bền vững.

1.5.3. Vận dụng lý thuyết hệ thống và lý thuyết quản lý giáo dục vào thực tiễn công tác GDTC tại Trường ĐHTL

Việc vận dụng các hệ thống lý thuyết khoa học vào địa bàn nghiên cứu không chỉ mang tính định hướng phương pháp luận mà còn là kim chỉ nam để xác lập logic hình thành hệ thống giải pháp. Tại Trường ĐHTL công tác GDTC được soi chiếu qua hai lăng kính lý thuyết chủ đạo để làm rõ đặc thù thực tiễn và định hướng phát triển:

1.5.3.1. Xác định công tác GDTC Trường ĐHTL như một hệ thống động và mở

Dưới lăng kính của Lý thuyết hệ thống, công tác GDTC tại Trường ĐHTL

không tồn tại biệt lập mà là một hệ thống con (sub-system) có mối quan hệ hữu cơ, tương tác đa chiều với hệ thống đào tạo tổng thể của Nhà trường. Theo quan điểm của Dương Nghiệp Chí [11] và Nguyễn Toán [62], một hệ thống GDTC trường học hiện đại phải đảm bảo tính chỉnh thể và khả năng tự điều chỉnh:

Về cấu trúc và nguồn lực hệ thống: Với vị thế là trường đại học ngoài công lập đầu tiên tại Việt Nam, vận hành theo cơ chế tự chủ tài chính hoàn toàn, hệ thống GDTC tại ĐHTL sở hữu tính tự chủ và năng động. Thành tố Đầu vào (Input) được định hình bởi đội ngũ trí thức tinh nhuệ (458 GV cơ hữu, trong đó có 39 GS, 76 PGS và 157 TS) [90] cùng hệ thống hạ tầng kỹ thuật đồng bộ, hiện đại. Sự kết hợp này tạo ra một hệ thống mạnh mẽ, sẵn sàng cho các đột phá về phương pháp đào tạo.

Về tính mở và sự thích ứng: Hệ thống GDTC tại Nhà trường không vận hành đóng kín mà liên tục tiếp nhận, chuyển hóa các giá trị từ sứ mạng đào tạo ứng dụng. Trong bối cảnh cách mạng công nghiệp 4.0, hệ thống này đã linh hoạt tích hợp các bộ môn thể thao giải trí hiện đại (GYM, Nhảy hiện đại...) vào chương trình tự chọn [65], [66]. Điều này không chỉ đáp ứng Luật Giáo dục [43] mà còn giải quyết bài toán về sức khỏe tinh thần, giúp SV thích ứng với cường độ học tập cao, phù hợp với các tiêu chuẩn về hoạt động thể lực của WHO (2007) [93].

1.5.3.2. Vận dụng lý thuyết quản lý giáo dục hiện đại trong đặc thù thực tiễn của Trường ĐHTL

Quản lý GDTC tại ĐHTL được luận án tiếp cận theo mô hình Quản trị chất lượng tổng thể (TQM) và chu trình chất lượng P-D-C-A (Plan - Do - Check - Act) theo tiêu chuẩn ISO 9001 [80], gắn liền với các đặc trưng thực tế của một đại học nội đô thành phố:

Quản lý nguồn lực và tối ưu hóa không gian: Với khuôn viên 2,3 ha tại khu vực nội thành Hà Nội, áp lực về mật độ SV lên hệ thống sân bãi là một thách thức quản trị thực sự. Vận dụng lý thuyết quản lý nguồn lực, luận án xác lập logic giải pháp về quản trị không gian đa năng. Việc điều tiết lịch trình 10 tuần/nhóm và khai thác tối đa công suất của các công trình (Quảng trường Tri thức, Nhà thể chất, Phòng GYM) chính là sự cụ thể hóa khâu Tổ chức (Organizing) nhằm đạt hiệu suất cao nhất trong điều kiện nguồn lực hữu hạn [64], [90].

Triết lý quản trị Lấy người học làm trung tâm: Đúng với giá trị cốt lõi “*Sinh viên là khách hàng*” mà GS. TSKH Hoàng Xuân Sính và Nhà trường theo đuổi, quản lý GDTC tại ĐHTL đã chuyển dịch từ “*mệnh lệnh hành chính*” sang “*quản trị trải nghiệm và sự tự giác*”. Vận dụng tư tưởng về giáo dục học hiện đại của Dương Nghiệp Chí [12], Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn [39], [62], [86], hiệu quả quản lý GDTC không chỉ dừng lại ở các chỉ số định lượng về điểm số, mà phải được đo lường bằng sự biến đổi về nhận thức và hành vi vận động tự thân của người học. Logic này chính là tiền đề khoa học để luận án đề xuất các nhóm giải pháp về truyền thông nội bộ, chuyển đổi số và phát triển mô hình CLB thể thao, nhằm biến 04 tín chỉ GDTC từ áp lực thi cử thành động lực nội sinh cho việc rèn luyện lối sống lành mạnh suốt đời.

Cơ chế phản hồi (Feedback) trên nền tảng số hóa: Hệ thống mạng máy tính và đường truyền cáp quang tốc độ cao của trường đóng vai trò là “*hệ thần kinh*” trong quản trị [90]. Dữ liệu thể lực SV được đối chiếu liên tục với tiêu chuẩn tại Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT [5], tạo ra một quy trình kiểm soát chất lượng khép kín, cho phép cải tiến chương trình đào tạo ngay sau mỗi học kỳ.

1.5.3.3. Logic khoa học của việc hình thành hệ thống hệ giải pháp

Dựa trên tổng hợp từ lý thuyết hệ thống và quản trị giáo dục, luận án xác lập logic khoa học để hình thành 14 giải pháp tại Chương 3 theo ba nguyên lý vận hành:

Logic giải quyết mâu thuẫn hệ thống: Tập trung xử lý sự xung đột giữa học chế tín chỉ linh hoạt (thời gian ngắt quãng) và yêu cầu tích lũy thể lực (tính liên tục). Giải pháp là xây dựng mô hình “*vệ tinh rèn luyện*” (kết nối nội - ngoại khóa) để duy trì dòng chảy thể lực xuyên suốt quá trình đào tạo.

Logic cộng hưởng nguồn lực: Kết hợp sức mạnh của yếu tố cứng (hạ tầng hiện đại, trang thiết bị chuẩn) với yếu tố mềm (trình độ GS, PGS, TS và nền tảng số hóa). Sự cộng hưởng này giúp các giải pháp mang tính đột phá, không chỉ nâng cao thể lực mà còn thay đổi diện mạo công tác GDTC theo hướng hội nhập quốc tế.

Logic đích đến bền vững: Các giải pháp được thiết kế không chỉ để đạt được chỉ số thể lực tức thời mà hướng tới việc hình thành Văn hóa thể chất Thăng Long. Đây là sự cụ thể hóa tầm nhìn của Nhà trường: Đào tạo những thế mạnh về con người có đủ bản lĩnh và sức khỏe để cống hiến cho xã hội.

Việc vận dụng nhuần nhuyễn hai hệ thống lý thuyết vào thực tiễn Trường ĐHTL đã xác lập một nền tảng lý luận xuyên suốt. Điều này đảm bảo rằng các giải pháp đề xuất không phải là những ý tưởng rời rạc, mà là một chỉnh thể khoa học có tính khả thi cao, đáp ứng trọn vẹn yêu cầu đổi mới GDTC trong bối cảnh tự chủ đại học hiện nay.

1.6. Một số công trình nghiên cứu có liên quan

1.6.1. Tình hình nghiên cứu vấn đề ở trong nước

Trong bức tranh chung về nghiên cứu giáo dục học, GDTC nổi lên như một hướng nghiên cứu then chốt với sự tham gia của nhiều chuyên gia đầu ngành. Các công bố gần đây đã phản ánh diện mạo toàn cảnh về thực trạng GDTC trong nhà trường, đồng thời đề xuất nhiều giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo thông qua thực nghiệm khách quan. Cụ thể, các hướng nghiên cứu tiêu biểu gồm:

Tác giả Đỗ Đình Quang (2013) với đề tài *“Nghiên cứu một số giải pháp phát triển thể chất nhằm nâng cao kết quả học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao trong chương trình đào tạo sinh viên khoa thể dục thể thao trường đại học Hải Phòng”* [44]. Tác giả đã xác định được 06 yếu tố ảnh hưởng tới sự phát triển thể chất của sinh viên khoa TDTT của trường Đại học Hải Phòng như: Số giờ học thực hành trong chương trình ít; Số lượng và chất lượng giáo viên, nhất là chất lượng giáo viên thấp; Cơ sở vật chất TDTT chưa đáp ứng đầy đủ; Chậm đổi mới phương pháp giảng dạy; Khá đông sinh viên chưa xác định đúng mục đích và vai trò của TDTT; Công tác quản lý chuyên môn của khoa còn hạn chế. Đề tài nghiên cứu lựa chọn 09 giải pháp, thực hiện 02 lần phỏng vấn và lựa chọn được 07 giải pháp đã tạo ra hiệu ứng tích cực trong việc phát triển thể chất, nâng cao sức khỏe học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao cho sinh viên khoa TDTT trường đại học Hải Phòng.

Tác giả: Nguyễn Hữu Vũ (2015), *“Nghiên cứu ứng dụng một số giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Tư Thục Hoa Sen, Thành phố Hồ Chí Minh”* [70]. Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP.HCM. Cho thấy thực trạng công tác GDTC trong Trường Đại học Tư Thục Hoa Sen: Chương trình GDTC nội khóa, cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC, sự đầu tư tài chính trong GDTC, nhân sự bộ môn GDTC, SV Trường Đại học Tư

Thục Hoa Sen, qui trình tổ chức và đào tạo... thấy được những thành tựu, khó khăn chỉ ra được nguyên nhân của những thành công trong việc nâng cao chất lượng công tác GDTC cho SV Trường Đại học Sư phạm Hồ Chí Minh TP.HCM. Trên cơ sở đánh giá khách quan về thực trạng công tác GDTC và chỉ rõ nguyên nhân của những thành công, hạn chế, chỉ ra xu hướng phát triển công tác GDTC trong Trường Đại học Sư phạm Hồ Chí Minh; Luận án đưa ra các quan điểm, định hướng và các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho SV Trường Đại học Sư phạm Hồ Chí Minh.

Trong luận án Tiến sĩ: Hoàng Hà (2016), *“Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất các trường thành viên Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh”* [25] đã đề xuất 6 nhóm giải pháp chính, bao gồm: Thông tin – tuyên truyền; Cơ chế – chính sách; Cơ cấu tổ chức; Cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ; Cùng với chương trình GDTC (cả nội khóa và ngoại khóa). Trên cơ sở khảo sát ý kiến qua hai lần phỏng vấn, tác giả lựa chọn toàn bộ các nhóm giải pháp này để triển khai thực nghiệm, đồng thời cụ thể hóa thành 24 biện pháp. Các nội dung đề xuất nhận được sự thống nhất cao từ các chuyên gia và nhà quản lý GDTC thuộc ĐHQG-HCM.. Kết quả nghiên cứu cho thấy các giải pháp chủ yếu tập trung vào những yếu tố bảo đảm như điều kiện cơ sở vật chất, nguồn nhân lực và chương trình đào tạo; ngoài ra còn có các giải pháp liên quan đến tổ chức quản lý, chính sách và hoạt động truyền thông.

Tác giả Nguyễn Văn Chiêm (2017), với đề tài *“Nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo cho sinh viên sư phạm chuyên khoa thể dục thể thao trường Đại học Tây Bắc”* [14]. Kết quả nghiên cứu đã được xác định trong luận án là 04 tiêu chí ảnh hưởng đến chất lượng đào tạo của SV khối sư phạm chuyên ngành TDTT tại trường Đại học Tây Bắc. Cụ thể hơn, các tiêu chí bao gồm: Chương trình đào tạo; Đội ngũ GV; Cơ sở vật chất TDTT và thái độ cũng như hành vi của SV. Qua việc áp dụng các tiêu chí này, luận án đã có thể đánh giá được thực trạng hiện tại của các yếu tố ảnh hưởng đến chất lượng đào tạo cho SV khối sư phạm chuyên ngành GDTC tại trường Đại học Tây Bắc. Kết quả thu được cho thấy cả 04 tiêu chí đều là những vấn đề quan trọng và yêu cầu có những giải pháp và nhiệm vụ cụ thể để nâng

cao chất lượng đào tạo cho SV khối sư phạm chuyên ngành TDDT tại trường Đại học Tây Bắc. Đề xuất trong luận án bao gồm 04 giải pháp với tổng cộng 17 nhiệm vụ nhằm mục tiêu nâng cao chất lượng đào tạo cho SV khối sư phạm chuyên ngành TDDT trường Đại học Tây Bắc. Mỗi giải pháp được thiết kế với các nhiệm vụ riêng biệt nhằm ảnh hưởng tích cực đến các nhóm mục tiêu như: Sinh viên; GV; Chương trình đào tạo và cơ sở vật chất. Các giải pháp và nhiệm vụ để nâng cao chất lượng đào tạo cho SV khối sư phạm chuyên ngành TDDT trường Đại học Tây Bắc đã nhận được sự đồng thuận cao từ các cán bộ quản lý, giáo viên và các chuyên gia.

Tác giả: Nguyễn Việt Hòa (2019) đã tiến hành nghiên cứu *“Biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội theo hướng tích cực hóa người học”* [32]. Thông qua thực trạng và nghiên cứu cơ sở lý luận luận án xây dựng được 08 biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động học tập môn GDTC cho SV ĐHQG Hà Nội theo hướng tích cực hoá người học. Luận án lựa chọn được 5/8 biện pháp đã xây dựng để đưa vào thực tiễn ứng dụng tại ĐHQG Hà Nội trong năm học 2016-2017. Kết quả các biện pháp tác động tích cực tới kết quả môn GDTC và trình độ thể lực của SV tăng lên.

Tác giả: Văn Đình Cường (2020), *“Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên các trường Đại học tại thành phố Vinh”* [15]. Tập trung đề xuất hệ thống giải pháp nhằm cải thiện chất lượng giáo dục thể chất cho SV tại các trường đại học trên địa bàn thành phố Vinh. Kết quả nghiên cứu đã xác định 6 nhóm giải pháp với 22 biện pháp cụ thể, bao gồm: Nhóm giải pháp 1: Thông tin tuyên truyền có 2 giải pháp, Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cơ cấu tổ chức và đội ngũ cán bộ, GV TDDT có 6 giải pháp, Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về cơ chế chính sách có 3 giải pháp, Nhóm giải pháp 4: Nhóm giải pháp về chương trình nội khóa, ngoại khóa có 4 giải pháp, Nhóm giải pháp 5: Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất trang thiết bị có 3 giải pháp, Nhóm giải pháp 6: Nhóm giải pháp về xã hội hóa trong các hoạt động TDDT của nhà trường có 4 giải pháp. Từ hệ thống giải pháp đã xây dựng, tác giả lựa chọn một số nội dung tiêu biểu để triển khai thực nghiệm trong thời gian 10 tháng và ghi nhận những chuyển biến tích cực. Cụ thể, có 8 CLB thể thao

được thành lập và duy trì hoạt động thường xuyên dưới sự hướng dẫn của GV, góp phần nâng cao mức độ tham gia và rèn luyện thể chất của SV. Trên cơ sở đó, nghiên cứu khuyến nghị các cơ sở đào tạo trên địa bàn có thể ưu tiên áp dụng những giải pháp đã được kiểm chứng, kết hợp với hoạt động truyền thông nhằm nâng cao hiệu quả GDTC. Bên cạnh những kết quả đạt được, nghiên cứu vẫn tồn tại một số hạn chế nhất định, như phạm vi khảo sát còn thu hẹp trong một khu vực địa lý cụ thể và chưa triển khai toàn diện tất cả các nhóm giải pháp, do đó tính khái quát và khả năng áp dụng rộng rãi còn cần được tiếp tục kiểm chứng.

Tác giả: Lê Việt Dũng (2022), *“Nghiên cứu giải pháp phát triển thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường đại học Tây Bắc”* [19], Luận án đã lựa chọn được 05 giải pháp thích hợp nhằm nâng cao công tác thể thao ngoại khóa ở trường Đại học Tây Bắc đó là: Giải pháp A (Ban giám hiệu thống nhất kế hoạch tuyên truyền về lợi ích của thể thao ngoại khóa theo Luật TDTT và quy định của Bộ GDĐT); Giải pháp B (Bộ môn GDTC phân công GV tham gia quản lý và hướng dẫn tập luyện thể thao ngoại khóa); Giải pháp C (Xây dựng CLB từng môn và đa môn theo nguyện vọng của sinh viên và điều kiện cơ sở vật chất hiện có); Giải pháp D (Khuyến khích xã hội hóa trong quá trình xây dựng và phát triển thể thao ngoại khóa); Giải pháp E (Tổ chức các giải thi đấu để sinh viên tham gia và khích lệ phong trào thể thao ngoại khóa). Với 5 giải pháp đã lựa chọn để tiến hành thực nghiệm trong 10 tháng và đã thu được kết quả khả quan. Bước đầu đã thành lập và duy trì được 08 CLB nâng cao tập luyện thường xuyên, liên tục có giáo viên hướng dẫn do nhà trường quản lý và CLB thể thao giải trí do hội sinh viên quản lý. Số lượng các giải thể thao và thành tích cũng đã tăng rõ rệt cả về số lượng giải và thành tích đạt được, đồng thời các giải thể thao cũng đã kết hợp xã hội hóa trong các HĐTT ngoại khóa của Nhà trường.

Trong luận án của tác giả: Phạm Quang Đức (2023), *“Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp”* [21], Kết quả nghiên cứu đã xác định 11 yếu tố tác động đến công tác GDTC và tiến hành phân tích thực trạng của các yếu tố này. Trên cơ sở đó, tác giả xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá hiệu quả GDTC gồm ba nội dung chính: Kết quả

học tập môn GDTC, mức độ phát triển thể lực của SV và hiệu quả tham gia các hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa. Bên cạnh việc đánh giá thực trạng, nghiên cứu còn xem xét mức độ áp dụng các biện pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất tại nhà trường. Thông qua phân tích SWOT, tác giả đã chỉ ra các điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức trong quá trình triển khai, từ đó làm căn cứ đề xuất giải pháp. Kết quả, 11 giải pháp thuộc 3 nhóm đã được lựa chọn và cụ thể hóa với các nội dung chi tiết như mục tiêu, nội dung thực hiện, cách thức triển khai, lực lượng phối hợp và phương pháp đánh giá. Trong giai đoạn thực nghiệm, 6 giải pháp tiêu biểu được đưa vào áp dụng thực tế trong thời gian một năm. Kết quả cho thấy hiệu quả GDTC của SV được cải thiện rõ rệt, thể hiện qua kết quả học tập, sự phát triển thể lực và sự phát triển của phong trào thể dục thể thao ngoại khóa trong Nhà trường.

Các nghiên cứu tiền nhiệm đã hình thành một hệ thống lý luận và thực tiễn phong phú về GDTC học đường, từ việc xây dựng tiêu chuẩn rèn luyện đến đổi mới phương pháp giảng dạy. Điểm chung của các công trình này là lấy sự phát triển về hình thái, chức năng sinh lý và tổ chức vận động của SV làm thước đo hiệu quả chính yếu. Đồng thời, các tác giả cũng nhấn mạnh vai trò trụ cột của cơ sở vật chất và năng lực sư phạm của GV đối với chất lượng đào tạo. Việc kế thừa các kết quả thực trạng và nhóm giải pháp từ những công trình này sẽ là nền tảng quan trọng để nghiên cứu đi sâu vào các giải pháp mang tính đột phá và phù hợp với thực tiễn cơ sở.

1.6.2. Tình hình nghiên cứu vấn đề ở nước ngoài

Năm 2005, tác giả S. Fairclough, G. Stratton đã tiến hành nghiên cứu về tác dụng của GDTC với sức khỏe. Tác dụng của GDTC tới sự phát triển thể chất của thanh niên. Trong nghiên cứu của mình, tác giả đã đánh giá mức độ hoạt động thể chất trong các giờ học GDTC ở trường trung học. Dữ liệu được xem xét liên quan đến mức độ hoạt động thể chất được khuyến nghị để xác định chắc chắn liệu GDTC có thể hiệu quả trong việc giúp những người trẻ tuổi đạt được các mục tiêu liên quan đến sức khỏe hay không. Nghiên cứu được tiến hành trên 62 bé trai và 60 bé gái (từ 11–14 tuổi) đeo máy đo nhịp tim trong giờ học thể dục. Kết quả cho thấy: GDTC có thể đóng góp đáng kể hơn vào việc tham gia hoạt động thể chất thường xuyên của

thanh niên nếu các bài học được lên kế hoạch và phân phối với mục tiêu [79].

Trong năm 2005, trong công trình nghiên cứu *“Ảnh hưởng của hoạt động ngoại khóa đối với thành tích học tập học sinh trung học”* [34]. Kimiko Fujita đi đến kết luận: Sự tham gia vào các hoạt động ngoại khóa có tác động tích cực đến thành tích học tập giữa các mẫu HS trung học tại Walnut Creek Christian Academy. Tham gia vào thể thao, xem truyền hình, và hoạt động xã hội cải thiện thành tích học tập, trong khi tham gia biểu diễn âm nhạc không cải thiện thành tích học tập giữa các đối tượng này. Công trình nghiên cứu đã khẳng định tầm quan trọng của việc tập luyện Thể thao ngoại khóa tác động tích cực tới kết quả học tập của HS.

Năm 2011, tác giả Dean Dudley, Anthony Okely và Philop Pearson đã tiến hành nghiên cứu đánh giá một cách có hệ thống về hiệu quả của các can thiệp GDTC và thể thao học đường nhằm vào hoạt động thể chất, kỹ năng vận động và sự thích thú với hoạt động thể chất. Kết quả đánh giá cho thấy thiếu các đánh giá chất lượng cao và sức mạnh thống kê để đưa ra kết luận liên quan đến hiệu quả của các biện pháp can thiệp được thực hiện trong GDTC và thể thao học đường để cải thiện kết quả GDTC. Các chiến lược hiệu quả nhất để tăng mức độ hoạt động thể chất của trẻ em và cải thiện kỹ năng vận động trong GDTC là phương pháp giảng dạy hướng dẫn trực tiếp và cung cấp cho giáo viên sự phát triển chuyên môn đầy đủ và liên tục trong việc sử dụng các phương pháp giảng dạy GDTC. Cũng có ý kiến cho rằng cần phải có những biện pháp can thiệp đầy đủ nhằm vào các kỹ năng vận động ở các trường trung học và đánh giá chương trình thể thao học đường [78].

Năm 2019, tác giả Irina Kalina thuộc Đại học Liên bang Kazan đã tiến hành nghiên cứu giải pháp phát triển thể chất của HS tại Naberezhnye Chelny, Nga. Trong công trình nghiên cứu của mình, tác giả đã cho thấy mức độ cấp thiết và những cách thức nâng cao thể chất của học sinh, cải tiến cấu trúc và nội dung của các thành phần cơ bản của nó bao gồm cả việc mở rộng hỗ trợ thông tin và phương pháp luận của quá trình giáo dục thông qua các nội dung định hướng thực hành và việc sử dụng các tài nguyên điện tử và đa phương tiện. Cập nhật các chương trình đào tạo được sử dụng để phát triển thể chất phù hợp đặc điểm tâm sinh lý của các hoạt động nghề

nghiệp tương lai của SV tốt nghiệp; TDTT - việc sử dụng các công nghệ thể dục hiện đại và các phương tiện khác phát triển thể lực SV [81].

Trong những năm gần đây, trên thế giới các nghiên cứu về GDTC tại nhiều quốc gia như Trung Quốc, Nhật Bản, Hoa Kỳ... đã chủ yếu tập trung vào việc nâng cao hiệu quả giảng dạy và học tập môn GDTC trong Nhà trường. Nhiều nhà khoa học đã không ngừng tìm kiếm các giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy, xây dựng chương trình học phù hợp với yêu cầu thực tiễn, đồng thời hoàn thiện hệ thống tiêu chí đánh giá chất lượng GDTC, đặc biệt ở đại học.

Ở Việt Nam, nhiều nghiên cứu đã đề xuất các giải pháp nâng cao chất lượng và hiệu quả công tác GDTC cho SV, tập trung vào các nội dung như đổi mới chương trình và phương pháp giảng dạy, phát triển HĐTT ngoại khóa, nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên, hoàn thiện cơ sở vật chất và cơ chế chính sách. Những nghiên cứu này đã góp phần quan trọng trong việc hoàn thiện cơ sở lý luận và thực tiễn về GDTC ở các cơ sở giáo dục đại học.

Tuy nhiên, các giải pháp chủ yếu được xây dựng phù hợp với điều kiện của từng cơ sở đào tạo và chưa hình thành được một hệ thống giải pháp tích hợp, đồng bộ giữa các yếu tố quản lý, nguồn lực, người học, công nghệ và tổ chức hoạt động. Đặc biệt, đến nay chưa có công trình nào nghiên cứu một cách hệ thống về công tác GDTC tại Trường ĐHTL – một cơ sở giáo dục đại học ngoài công lập thực hiện cơ chế tự chủ và đào tạo theo học chế tín chỉ.

Xuất phát từ khoảng trống nghiên cứu nêu trên, luận án kế thừa có chọn lọc các kết quả nghiên cứu trước, tập trung đánh giá thực trạng, xác định các yếu tố ảnh hưởng và xây dựng hệ thống giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL. Điểm mới của luận án là đề xuất hệ thống giải pháp tích hợp, đồng bộ giữa các nhóm giải pháp về quản lý, giảng dạy, người học, cơ sở vật chất, tài chính, công nghệ, truyền thông, tổ chức hoạt động và chính sách hỗ trợ, bảo đảm tính khả thi và phù hợp với bối cảnh đổi mới giáo dục đại học và chuyển đổi số hiện nay.

Tiểu kết chương 1

Trước hết, quán triệt quan điểm của Đảng và Nhà nước về GDTC tại các cơ sở giáo dục đại học được xác định là một nhiệm vụ chiến lược, đóng vai trò then chốt

trong việc đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao, phát triển toàn diện về Đức – Trí – Thể – Mỹ. Trong hệ thống giáo dục, GDTC không chỉ dừng lại ở một môn học bắt buộc trong khung chương trình, mà còn được khẳng định là một bộ phận cấu thành hữu cơ của quá trình sư phạm tổng thể. Hoạt động này giữ vai trò trực tiếp trong việc bồi đắp nền tảng sức khỏe, nâng cao thể trạng và phẩm chất nhân cách cho SV, đáp ứng những yêu cầu khắt khe của lao động nghề nghiệp trong bối cảnh hội nhập.

Thứ hai, các hình thức GDTC trong trường đại học hiện nay rất đa dạng và phong phú, bao gồm nội khóa, ngoại khóa, các phong trào thể thao SV. Thực tiễn cho thấy, việc kết hợp đồng bộ giữa các hình thức này, cùng với việc đổi mới nội dung, phương pháp giảng dạy, tổ chức hoạt động, là yếu tố quyết định để nâng cao hiệu quả GDTC trong các cơ sở giáo dục đại học nói chung và Trường ĐHTL nói riêng.

Thứ ba, chương này đã hệ thống hóa các khái niệm như: Thể chất; Phát triển thể chất; GDTC; Công tác GDTC; Hiệu quả và giải pháp, qua đó tạo nền tảng lý luận thống nhất cho toàn bộ nghiên cứu. Bên cạnh đó, việc tổng hợp các công trình trong và ngoài nước liên quan đến GDTC cũng cho thấy, mặc dù đã có nhiều kết quả nghiên cứu giá trị, nhưng vẫn còn thiếu các công trình chuyên sâu về mô hình, giải pháp tổ chức GDTC phù hợp với từng loại hình trường đại học và đặc điểm SV cụ thể.

Dù các công trình trên đã giải quyết nhiều vấn đề quan trọng, song chưa có nghiên cứu nào đi sâu vào các giải pháp mang tính đặc thù, phù hợp với mô hình đào tạo và nguồn lực riêng biệt của Trường ĐHTL – đây chính là khoảng trống mà luận án tập trung giải quyết.

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

2.1. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu: Giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long.

2.2. Khách thể khảo sát và khách thể thực nghiệm

Để đảm bảo tính khách quan và đại diện của dữ liệu, nghiên cứu xác định rõ hai nhóm khách thể như sau:

a. Khách thể khảo sát (Đánh giá thực trạng)

Khách thể khảo sát được lựa chọn để thu thập dữ liệu về thực trạng công tác GDTC tại Trường ĐHTL, bao gồm:

Nhóm chuyên gia (n = 30): Cán bộ quản lý (gồm Trưởng khoa, Phó khoa, Bộ môn GDTC) và các nhà khoa học có trình độ từ Thạc sĩ trở lên, am hiểu về quản lý GDTC đại học. Nhóm này tham gia phỏng vấn xác định các yếu tố ảnh hưởng và tiêu chí đánh giá. GV giảng dạy môn GDTC tại Trường ĐHTL và một số trường đại học lân cận (nhằm có sự đối chiếu khách quan).

Nhóm sinh viên khảo sát thực trạng (n = 800): Được chọn theo phương pháp ngẫu nhiên phân tầng, đảm bảo đại diện cho các khóa, ngành và giới tính.

Sinh viên Nam: 400 em; Sinh viên Nữ: 400 em. Cỡ mẫu này được xác định dựa trên công thức Cochran với độ tin cậy 95%.

b. Khách thể thực nghiệm (Đánh giá hiệu quả giải pháp)

Khách thể thực nghiệm là nhóm đối tượng trực tiếp tham gia ứng dụng 10 giải pháp mà luận án đề xuất. Khác với khảo sát diện rộng, nhóm thực nghiệm tập trung vào SV các khóa đang trong lộ trình học GDTC chính khóa để theo dõi sự biến đổi:

Tổng số sinh viên thực nghiệm (n = 400): Được chia thành hai nhóm giới tính để đánh giá tính đặc thù. Sinh viên Nam: 200 em; Sinh viên Nữ: 200 em.

Đặc điểm mẫu: Là sinh viên năm thứ nhất và năm thứ hai (đối tượng đang tích lũy tín chỉ GDTC), có sức khỏe bình thường (không thuộc diện miễn giảm GDTC), đủ điều kiện tham gia các bài kiểm tra thể lực (6 test theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT) [5].

2.3. Phương pháp nghiên cứu

2.3.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu

Để xây dựng cơ sở lý luận vững chắc và xác lập giả thuyết khoa học, tác giả đã tiến hành thu thập, phân tích và hệ thống hóa các nguồn tri thức liên quan. Luận án đã thực hiện thống kê, phân loại và xử lý nội dung từ 94 tài liệu tham khảo (bao gồm 74 tài liệu tiếng Việt, 12 tài liệu tiếng Nước ngoài và 08 nguồn tài liệu từ các thư viện, trang điện tử uy tín). Các tài liệu này được phân tích theo trình tự logic và chia thành 04 nhóm nội dung chính:

1. Nhóm văn bản quy phạm pháp luật và chỉ đạo của Đảng, Nhà nước (22 tài liệu): Tác giả đã phân tích hệ thống các văn bản có tính định hướng chiến lược như: Nghị quyết của Bộ Chính trị; Luật Giáo dục, Luật Thể dục Thể thao; các Thông tư của Bộ GD&ĐT và các Quyết định của Thủ tướng Chính phủ về Chiến lược phát triển TDDT Việt Nam. Việc phân tích nhóm này giúp luận án xác định rõ hành lang pháp lý và nhiệm vụ then chốt của công tác GDTC trong giai đoạn mới.

2. Nhóm sách, giáo trình lý luận và phương pháp chuyên ngành (22 tài liệu): Bao gồm các giáo trình nền tảng về Lý luận và phương pháp GDTC, Sinh lý học TDDT, Tâm lý học TDDT, và Y học TDDT. Đây là nguồn dữ liệu quan trọng để tác giả chuẩn hóa các khái niệm, nguyên tắc giảng dạy và các chỉ số nhân trắc học trong đánh giá thể lực SV.

3. Nhóm công trình nghiên cứu khoa học liên quan trực tiếp (30 tài liệu): Đây là nhóm tài liệu chiếm tỷ trọng lớn nhất, bao gồm các Luận án Tiến sĩ (20 công trình), Đề tài nghiên cứu khoa học cấp Bộ/Cơ sở (10 công trình) và các bài báo khoa học trên các tạp chí chuyên ngành. Tác giả tập trung phân tích sâu các hướng nghiên cứu về giải pháp nâng cao chất lượng GDTC và hoạt động ngoại khóa tại các trường đại học. Việc tổng hợp các kết quả này giúp xác định khoảng trống nghiên cứu và kế thừa các biện pháp có tính khả thi.

4. Nhóm tài liệu về Chuyển đổi số và Nghiên cứu quốc tế (17 tài liệu): Nhằm bám sát tính thời sự của đề tài, tác giả đã phân tích các tài liệu về ứng dụng công nghệ và trực quan số hóa trong giảng dạy, cùng các tài liệu tiếng Anh từ các tổ chức quốc

tế uy tín như UNESCO, WHO (8 tài liệu) và các công trình quốc tế về tâm lý vận động, quản lý chất lượng (ISO 9001). Nhóm tài liệu này cung cấp góc nhìn đa chiều về xu hướng đổi mới phương pháp giảng dạy lấy người học làm trung tâm và tác động của công cụ số đến động lực tập luyện của SV.

Quy trình thực hiện: Các tài liệu được xử lý qua 03 giai đoạn:

- Giai đoạn 1 (Thu thập): Tìm kiếm theo các từ khóa như “*GDTC đại học*”, “*Giải pháp nâng cao chất lượng*”...

- Giai đoạn 2 (Phân tích nội dung): Trích xuất các số liệu và các giải pháp đã được kiểm chứng.

- Giai đoạn 3 (Tổng hợp): Hệ thống hóa thành khung lý thuyết để làm cơ sở đối chiếu với số liệu thực trạng tại Trường ĐHTL

Kết quả của phương pháp này đã cung cấp một hệ thống thông tin khoa học đầy đủ, giúp tác giả xây dựng được các tiêu chí và định hướng cho việc đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC hiện nay.

2.3.2. Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm

Phương pháp phỏng vấn tọa đàm nhằm làm rõ thông tin và xin ý kiến chuyên gia về các vấn đề liên quan đến đề tài, đặc biệt nhằm lựa chọn các giải pháp, qua đó xác định các giải pháp phù hợp để đề xuất và thực nghiệm trong Luận án này.

Quá trình nghiên cứu, sử dụng phương pháp phỏng vấn trực tiếp và phương pháp phỏng vấn bằng phiếu hỏi các đối tượng liên quan.

Phỏng vấn trực tiếp: Được sử dụng trong quá trình phỏng vấn trực tiếp các GV GDTC về thực trạng các vấn đề liên quan tới GDTC và thể thao trường học, thực trạng giảng dạy môn học GDTC trong trường, thực trạng HĐTT ngoại khóa của SV cũng như nguyên nhân hạn chế công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

Phỏng vấn gián tiếp: Được thực hiện thông qua hệ thống phiếu hỏi dành cho các đối tượng nghiên cứu. Nội dung phỏng vấn tập trung vào các vấn đề liên quan đến công tác GDTC tại các trường đại học; Đồng thời tìm hiểu nhận thức, ý thức học tập, sở thích cũng như năng lực của SV.

Các nhóm đối tượng phỏng vấn gồm:

- Phòng vấn xác định yếu tố ảnh hưởng: Gồm 30 chuyên gia nhằm xác định các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.

- Phòng vấn khảo sát thực trạng: Gồm 800 SV (nam và nữ) cùng 30 chuyên gia nhằm đánh giá hiện trạng các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC tại trường.

- Phòng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá: GV Trường ĐHTL, GV một số trường đại học, cùng các cán bộ quản lý môn học GDTC để xác định tiêu chí đánh giá hiệu quả công tác GDTC.

Mẫu phiếu phỏng vấn được trình bày ở phần phụ lục. Mỗi câu hỏi được thiết kế trả lời theo thang đo khoảng cách Likert. Cách tính và ý nghĩa của từng giá trị trung bình đối với thang đo khoảng cách được tính như sau:

Thang đo 5 mức độ cần thiết: 1: Rất không cần thiết; 2: Không cần thiết; 3: Bình thường; 4: Cần thiết; 5: Rất cần thiết. Điểm trung bình ở mỗi câu hỏi được tính để đánh giá mức độ cần thiết: 1.00 – 1.80 điểm: Rất không cần thiết; 1.81 – 2.60 điểm: Không cần thiết; 2.61 – 3.40 điểm: Bình thường; 3.41 – 4.20 điểm: Cần thiết; 4.21 – 5.00 điểm: Rất cần thiết

Thang đo 3 mức độ ảnh hưởng: 1: Ít ảnh hưởng; 2 điểm: Khá ảnh hưởng; 3: Rất ảnh hưởng. Điểm trung bình ở mỗi câu hỏi được tính để đánh giá mức độ ảnh hưởng: 1.00 – 1.67 điểm: Ít ảnh hưởng; 1.68 – 2.34 điểm: Khá ảnh hưởng; 2.35 – 3.00 điểm: Rất ảnh hưởng

Thang đo 3 mức độ hiệu quả: 1: Ít hiệu quả; 2: Khá hiệu quả; 3: Rất hiệu quả. Điểm trung bình ở mỗi câu hỏi được tính để đánh giá mức độ hiệu quả: 1.00 – 1.67 điểm: Ít hiệu quả; 1.68 – 2.34 điểm: Khá hiệu quả; 2.35 – 3.00 điểm: Rất hiệu quả

2.3.3. Phương pháp quan sát sư phạm

Đây là phương pháp được sử dụng để nhận thức đối tượng nghiên cứu trong quá trình giáo dục và giáo dưỡng thể chất, đảm bảo không làm ảnh hưởng đến kết quả của quá trình đó. Quan sát sư phạm được tiến hành có mục đích, có kế hoạch, nội dung quan sát cụ thể, đồng thời sử dụng phiếu ghi chép để ghi nhận các hiện tượng và kết quả quan sát.

Trong luận án này, chúng tôi quan sát trực tiếp với các nội dung chính sau

- Quan sát việc thực hiện các nội dung giảng dạy trong một giáo án.
- Quan sát lượng vận động trong giờ học.
- Quan sát tinh thần, thái độ học tập của SV (mức độ chăm chú, tích cực).
- Quan sát kết quả học tập sau giờ học (thể hiện qua tỷ lệ SV nắm vững kỹ thuật).

Quá trình quan sát được thực hiện trực tiếp và thông qua đội ngũ cộng tác viên là giáo viên GDTC tại Trường. Các cộng tác viên được tập huấn cụ thể về cách thức quan sát. Trong quá trình triển khai, chúng tôi thường xuyên trao đổi, liên lạc với cộng tác viên để nắm bắt tình hình, đồng thời kịp thời điều chỉnh, khắc phục những khó khăn phát sinh nhằm đảm bảo tính chính xác và khách quan của kết quả quan sát.

2.3.4. Phương pháp kiểm tra sự phạm

Sử dụng đánh giá thể lực của SV Trường ĐHTL trong quá trình nghiên cứu và giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu luận án.

Quá trình đánh giá thực trạng, đánh giá thể lực của SV trước và sau thực nghiệm... Luận án sử dụng 06 test đánh giá trong tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực được ban hành kèm Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT [5]:

Test 1. Lực bóp tay thuận (kG)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh của tay.

Yêu cầu dụng cụ: Lực kế.

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra đứng hai chân bằng vai, tay thuận cầm lực kế hướng vào lòng bàn tay. Không được bóp giật cục, có các động tác trợ giúp khác. Thực hiện hai lần, nghỉ 15 giây giữa hai lần thực hiện.

Cách tính thành tích: Lấy kết quả lần cao nhất, chính xác đến 0,1kG.

Test 2: Nằm ngửa gập bụng (lần/ 30 giây)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh cơ bụng.

Yêu cầu dụng cụ: Đệm cao su hoặc ghế băng, chiếu cói, trên cỏ, sạch sẽ.

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra ngồi chân co 90^0 ở khớp gối, hai bàn chân áp sát sàn. Một SV hỗ trợ bằng cách hai tay giữ phần dưới cẳng chân, nhằm không cho bàn chân người được kiểm tra tách ra khỏi sàn.

Cách tính thành tích: Mỗi lần ngã người, co bụng được tính một lần. Tính số lần đạt được trong 30 giây.

Test 3: Bật xa tại chỗ (cm)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh.

Yêu cầu dụng cụ: Thảm cao su giảm chấn, kích thước 1 x 3 m (nếu không có thảm có thể thực hiện trên nền đất, cát mềm). Đặt một thước đo dài làm bằng thanh hợp kim hoặc bằng gỗ kích thước 3 x 0,3m trên mặt phẳng nằm ngang và ghim chặt xuống thảm (nền đất, cát mềm), tránh xô dịch trong quá trình kiểm tra, vuông góc với vạch dặm nhảy.

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

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

Test 4: Chạy 30m xuất phát cao (giây)

Mục đích: Đánh giá sức mạnh tốc độ.

Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đồng hồ bấm giây; Đường chạy thẳng có chiều dài ít nhất 40m, chiều rộng ít nhất 2m. Kẻ vạch xuất phát và vạch đích, đặt cọc tiêu bằng nhựa hoặc bằng cờ hiệu ở hai đầu đường chạy. Sau đích có khoảng trống ít nhất 10m để giảm tốc độ sau khi về đích.

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao. Thực hiện một lần.

Thành tích: Thành tích được xác định là giây và số lẻ từng 1/100 giây.

Test 5: Chạy con thoi 4 x 10m (giây)

Mục đích: Đánh giá sức nhanh trong hoạt động di chuyển.

Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy có kích thước 10 x 1,2m bằng phẳng, không trơn, bốn góc có vật chuẩn để quay đầu, hai đầu đường chạy có khoảng trống ít nhất là 2m. Dụng cụ gồm đồng hồ bấm giây, thước đo dài, bốn vật chuẩn đánh dấu bốn góc đường chạy.

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người kiểm tra thực hiện tư thế xuất phát cao. Khi chạy đến vạch 10m, chỉ cần một chân chạm vạch, nhanh chóng quay 180⁰ chạy trở về vạch xuất phát và sau quay trở lại. Thực hiện lặp lại cho đến hết quãng đường, tổng số bốn lần 10m với ba lần quay. Quay theo chiều trái hay phải là do thói quen của từng người. Thực hiện một lần.

Cách tính thành tích: Xác định là giây và số lẻ từng 1/100 giây.

Test 6: Chạy tùy sức 5 phút (m)

Mục đích: Đánh giá sức bền tốc độ.

Yêu cầu sân bãi, dụng cụ: Đường chạy dài ít nhất 52m, rộng ít nhất 2m, hai đầu kẻ hai đường giới hạn, phía ngoài hai đầu giới hạn có khoảng trống ít nhất 1m để chạy quay vòng. Giữa hai đầu đường chạy (tim đường) đặt vật chuẩn để quay vòng. Trên đoạn 50m đánh dấu từng đoạn 5m để xác định phần lẻ quãng đường ($\pm 5m$) sau khi hết thời gian chạy. Thiết bị đo gồm có đồng hồ bấm dây, số đeo và tích - kê ghi số ứng với mỗi số đeo.

Yêu cầu kỹ thuật động tác: Người được kiểm tra thực hiện trong tư thế X (tay cầm một tích – kê tương ứng với số đeo ở ngực). Khi chạy hết đoạn đường 50m, vòng (bên trái hoặc phải) qua vật chuẩn và chạy lặp lại trong thời gian 5 phút. Khi hết giờ, người được kiểm tra lập tức thả tích - kê của mình xuống ngay nơi chân tiếp đất. Thực hiện một lần.

Cách tính thành tích: Đơn vị đo quãng đường chạy được là mét.

Mặc dù Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT [5] được ban hành với mục đích chính là đánh giá mức độ hoàn thành chuẩn thể lực của cá nhân người học, tuy nhiên, trong phạm vi luận án này, hệ thống 06 test nêu trên được lựa chọn làm thước đo đánh giá sự phát triển thể chất của quần thể SV Trường ĐHTL vì các lý do khoa học sau:

Thứ nhất, tính chuẩn hóa và pháp lý: Đây là hệ thống chỉ tiêu duy nhất hiện nay có tính pháp lý cao nhất của Bộ GD&ĐT, được xây dựng dựa trên đặc điểm nhân trắc học và sinh lý vận động của người Việt Nam trong độ tuổi 6 đến 20 tuổi. Việc sử dụng hệ thống này đảm bảo tính thống nhất và cho phép so sánh kết quả nghiên cứu với các dữ liệu nền tảng của Quốc gia.

Thứ hai, tính toàn diện về tổ chất: 06 Test này bao hàm đầy đủ các năng lực vận động cốt lõi bao gồm: Sức mạnh (Lực bóp tay, Bật xa), Sức mạnh cơ bụng (Gập bụng), Sức nhanh (Chạy 30m), Sự khéo léo (Chạy con thoi 4x10m) và Sức bền (Chạy tùy sức 5 phút). Sự biến đổi đồng bộ của các chỉ số này là minh chứng khách quan nhất cho hiệu quả của hệ thống giải pháp can thiệp.

Thứ ba, phương pháp chuyển đổi dữ liệu: Để khắc phục hạn chế của việc đánh giá Đạt/Không đạt mang tính tĩnh, luận án không chỉ dừng lại ở việc phân loại cá nhân mà tập trung xử lý số liệu thô của các test dưới dạng biến định lượng liên tục. Qua đó, vận dụng các thuật toán thống kê (như kiểm định t-Student, hệ số tăng trưởng %W) để đánh giá sự dịch chuyển về giá trị trung bình và độ phân tán của cả quần thể. Cách tiếp cận này cho phép định lượng hóa chính xác mức độ tác động của giải pháp đối với sự phát triển thể chất của nhóm thực nghiệm so với nhóm đối chứng.

2.3.5. Phương pháp phân tích SWOT

Nghiên cứu sử dụng trong quá trình phân tích thực trạng công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL, trên cơ sở đó, đề xuất các giải pháp tận dụng điểm mạnh và thời cơ, khắc phục điểm yếu và thách thức trong quá trình GDTC.

Mô hình SWOT, viết tắt theo chữ đầu tiếng Anh: Strength, Weakness, Opportunity, Threat, là kỹ thuật để phân tích và xử lý kết quả nghiên cứu để tìm ra những điểm mạnh, điểm yếu, thời cơ và thách thức của thực trạng công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.

SWOT là phương pháp nửa định tính nửa định lượng, có thể đưa ra từng cặp một cách ngẫu nhiên hoặc là sự liên kết giữa 4 yếu tố nhằm khai thác tốt nhất cơ hội có được từ bên ngoài, giảm bớt hoặc né tránh các đe dọa, trên cơ sở phát huy những mặt mạnh và khắc phục những yếu kém. Mỗi liên hệ SWOT được thể hiện theo ma trận SWOT phải trải qua 8 bước như sau:

1. Liệt kê các cơ hội bên ngoài;
2. Liệt kê các mối đe dọa quan trọng bên ngoài;
3. Liệt kê các điểm mạnh chủ yếu bên trong;
4. Liệt kê những điểm yếu bên trong;

5. Kết hợp điểm mạnh bên trong với cơ hội bên ngoài của chiến lược SO
6. Kết hợp điểm mạnh bên trong với thách thức bên ngoài của chiến lược WO;
7. Kết hợp điểm mạnh bên trong với thách thức bên ngoài của chiến lược WT;
8. Kết hợp điểm yếu bên trong với nguy cơ bên ngoài ghi kết quả WT. Biểu đồ ma trận TOWS có 4 ô chứa đựng các yếu tố quan trọng, 4 ô chiến lược được là SO, WO, ST và WT. Có thể thấy rõ vấn đề qua bảng:

Bảng 2.1. Phân tích SWOT

SWOT	Điểm mạnh – S	Điểm yếu – W
Cơ hội – O	Hướng chiến lược S-O	Hướng chiến lược W-O
Thách thức – T	Hướng chiến lược S-T	Hướng chiến lược W-T

Việc sử dụng phương pháp phân tích SWOT giúp tận dụng được tối đa và có hiệu quả nhất kết quả nghiên cứu thực trạng công tác GDTC cho SV.

2.3.6. Phương pháp thực nghiệm sư phạm

2.3.6.1. Tổ chức thực nghiệm

- Mục đích thực nghiệm: Ứng dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC đã lựa chọn cho SV Trường ĐHTL vào thực tế và đánh giá hiệu quả các giải pháp.
- Phương pháp thực nghiệm: Phương pháp thực nghiệm so sánh tự đối chiếu.
- Đối tượng thực nghiệm: 800 sinh viên Trường ĐHTL.
- Nội dung thực nghiệm: Ứng dụng 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC đã lựa chọn cho SV Trường ĐHTL vào thực tế và đánh giá hiệu quả các giải pháp. Cụ thể các giải pháp gồm:

Nhóm giải pháp chung

Giải pháp 1: Về công nghệ;

Giải pháp 2: Về nguồn lực và công tác giảng dạy;

Giải pháp 3: Cho sinh viên;

Nhóm giải pháp cơ sở vật chất

Giải pháp 4: Tài chính, kinh phí hoạt động;

Giải pháp 5: Về cơ sở vật chất thiết bị;

Nhóm giải pháp về tổ chức hoạt động

Giải pháp 6: Truyền thông;

Giải pháp 7: Công tác chỉ đạo và quản lý;

Giải pháp 8: Lồng ghép GDTC vào các sự kiện;

Giải pháp 9: Chính sách hỗ trợ, khuyến khích;

Giải pháp 10: Phối hợp và liên kết.

2.3.6.2. Thời gian, địa điểm thực nghiệm

Thời gian: Từ tháng 8 năm 2023 đến tháng 8 năm 2024.

Địa điểm thực nghiệm: Trường ĐHTL.

2.3.6.3. Tiêu chí đánh giá

Đánh giá - Năng lực vận động và kỹ năng thể thao (qua kết quả học tập môn GDTC của SV);

Đánh giá - Thể lực của sinh viên (theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT) [5].

Đánh giá - Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC (qua tần suất SV tham gia tập luyện ngoại khóa, số lần đội tuyển thể thao của Trường được tổ chức, tham gia ở các cấp trong và ngoài trường)

2.3.7. Phương pháp toán học thống kê

Quá trình sử dụng phương pháp dự kiến được sử dụng trong việc phân tích và xử lý các số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của luận án. Các tham số đặc trưng mà quá trình nghiên cứu quan tâm là:

Số trung bình cộng:

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

Phương sai:

$$\sigma^2 = \frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n - 1} \quad (n > 30)$$

Độ lệch chuẩn:

$$S = \sqrt{\delta^2}$$

$$\delta = \pm \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - \bar{x})^2}{n-1}} \text{ với } n < 30$$

Hệ số biến sai:

$$C_v = \frac{S_x}{\bar{x}} \times 100\%$$

Công thức so sánh 2 số trung bình quan sát có liên quan

$$t = \frac{\bar{x}_d \sqrt{n}}{\partial_d}$$

Trong đó: $\bar{x}_d$ trung bình của các hiệu

∂_d độ lệch chuẩn của các hiệu

$$t = \frac{\bar{x}_A - \bar{x}_B}{\sqrt{\frac{\delta_c^2}{n_A} + \frac{\delta_c^2}{n_B}}}$$

$$\text{Với } \delta^2 = \frac{\sum (x - \bar{x}_A)^2 + \sum (x - \bar{x}_B)^2}{n_A + n_B - 2}$$

Trong đó: $\bar{x}_A$: Số trung bình cộng của nhóm 1.

$\bar{x}_B$: Số trung bình cộng của nhóm 2.

Tính khi bình phương (χ^2):

$$\chi^2 = \sum \frac{(Q_i - L_i)^2}{L_i}$$

Trong đó: Q_i : Tần số quan sát.

L_i : Tần số lý thuyết.

Tính nhịp độ tăng trưởng (W%) theo công thức của S.Brody (1927).

$$W = \frac{100 \times (V_2 - V_1)}{0,5 \times (V_1 + V_2)} \%$$

Việc phân tích và xử lý các số liệu thu thập được trong quá trình nghiên cứu của luận án bằng phần mềm S-Pluss 2000, xây dựng trên máy vi tính.

Tính cỡ mẫu (Công thức Cochran có điều chỉnh)

Để đảm bảo tính đại diện của mẫu khảo sát cho toàn bộ SV trong trường, nghiên cứu sử dụng công thức Cochran (1977) điều chỉnh để xác định cỡ mẫu tối thiểu cần thiết. Công thức được trình bày như sau:

Trong đó:

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0 - 1}{N}}$$

- N là tổng số ;

- n₀ là cỡ mẫu cần thiết; tính n₀ theo công thức

Trong đó:

$$n_0 = \frac{Z^2 \cdot p(1 - p)}{e^2}$$

- Z là giá trị tới hạn theo phân phối chuẩn (Z = 1,96 với độ tin cậy 95%);

- p = 0,5

- e là sai số chấp nhận được (trong nghiên cứu này luận án chọn e = 0,05 tương ứng với 5%).

2.4. Tổ chức nghiên cứu

2.4.1. Thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành từ tháng 12/2022 tới tháng 12/2025

Giai đoạn 1: Từ tháng 12/2022 tới tháng 7/2023.

Nghiên cứu thực trạng công tác GDTC của trường ĐHTL

- Tổ chức nghiên cứu thực trạng công tác GDTC
- Lựa chọn tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC
- Tổ chức điều tra thu thập thông tin nghiên cứu lần 1
- Tổ chức tọa đàm khoa học phỏng vấn lần 2 lựa chọn giải pháp

Giai đoạn 2: Từ tháng 8/2023 tới tháng 8/2024

Tổ chức ứng dụng 10 giải pháp và đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

- Tổ chức ứng dụng 10 giải pháp đã xây dựng vào thực tế trong 12 tháng
- Đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho Trường ĐHTL sau 12 tháng ứng dụng

Giai đoạn 3:

- Từ tháng 9/2024 - 6/2025: Xử lý số liệu. Viết, chỉnh sửa, hoàn thiện luận án lần 1.
- Từ tháng 7/2025 - 10/2025: Xin ý kiến khoa học, hoàn thiện luận án lần 2.
- Từ tháng 10 - 12/2025: Hoàn thiện các thủ tục và bảo vệ cơ sở.

2.4.2. Phạm vi nghiên cứu

Không gian nghiên cứu: Đề tài chỉ tập trung nghiên cứu trên địa bàn của Trường Đại học Thăng Long

2.4.3. Địa điểm nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu luận án được tiến hành tại Viện Văn hóa, Nghệ thuật, Thể thao và Du lịch Việt Nam và Trường Đại học Thăng Long.

Chương 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Thực trạng công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

3.1.1. Nghiên cứu tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

3.1.1.1. Phòng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long

Việc xác lập các tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC trong luận án được xây dựng dựa trên sự tổng hợp từ các căn cứ khoa học và thực tiễn khách quan.

Thứ nhất, nghiên cứu vận dụng các lý thuyết hiện đại về quản lý chất lượng và đánh giá giáo dục. Hiệu quả công tác GDTC được tiếp cận theo hướng đa chiều, không chỉ ở kết quả đầu ra mà còn ở quy trình quản trị nguồn lực theo tiêu chuẩn hệ thống [6], [80]. Cách tiếp cận này cho phép đánh giá toàn diện từ bối cảnh, đầu vào đến quá trình tổ chức hoạt động rèn luyện cho SV.

Thứ hai, hệ thống các tiêu chí đảm bảo tính pháp lý và chuẩn hóa của ngành GD&ĐT. Việc lựa chọn nhóm tiêu chí về kết quả học tập và rèn luyện dựa trên khung chương trình quy định tại Thông tư 25/2015/TT-BGDĐT [7]. Đặc biệt, việc sử dụng 06 test đánh giá thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT [5] là căn cứ khoa học bắt buộc để đo lường và xếp loại trình độ thể lực của SV Việt Nam hiện nay.

Thứ ba, dựa trên các nguyên lý của Lý luận và Phương pháp GDTC, nghiên cứu xác định các tổ chất vận động và chỉ số nhân trắc là thước đo phản ánh sự biến đổi về chất của quá trình giáo dục [39], [50], [60], [62]. Các chỉ số này không chỉ có ý nghĩa về mặt hình thái mà còn là cơ sở để đánh giá khả năng thích nghi sinh học của cơ thể SV dưới tác động của các bài tập thể chất.

Thứ tư, dựa trên thuyết học tập xã hội và tâm lý vận động, hiệu quả công tác GDTC còn thể hiện ở mức độ tự giác và tham gia tích cực của người học vào các hoạt động ngoại khóa [8], [87] [88]. Đây là tiêu chí then chốt phản ánh năng lực tổ chức của Nhà trường trong việc chuyển hóa tri thức thành thói quen rèn luyện bền vững, góp phần nâng cao sức khỏe và lối sống lành mạnh cho SV.

Trên cơ sở các luận cứ khoa học nêu trên, tác giả đã cụ thể hóa thành 04 nhóm tiêu chí với các thành phần đo lường chi tiết bao gồm:

Nhóm tiêu chí 1 - Năng lực vận động và kỹ năng thể thao.

Đánh giá kết quả học tập học phần GDTC của SV, phản ánh mức độ đạt được chuẩn đầu ra về kiến thức, kỹ năng vận động và thái độ học tập [7], [64], [65], [66].

Nội dung đánh giá được thực hiện thông qua kết quả kiểm tra, đánh giá trong từng học phần theo quy định của Trường ĐHTL, bao gồm:

- Điểm chuyên cần: Đánh giá ý thức, thái độ học tập và rèn luyện,
- Điểm kiểm tra giữa kỳ: Đánh giá mức độ thực hiện các kỹ thuật cơ bản của môn học,
- Điểm thi kết thúc học phần: Đánh giá khả năng thực hiện kỹ thuật, phối hợp vận động và vận dụng kỹ năng trong thực hành hoặc thi đấu.

Kết quả được quy đổi theo thang điểm 10 và phân loại học lực (Giỏi, Khá, Trung bình, Yếu, Kém), làm căn cứ phản ánh năng lực vận động và kỹ năng thể thao của SV

Nhóm tiêu chí 2 - Chỉ số hình thái

Đánh giá sự phát triển về hình thái và thể trạng của SV thông qua các chỉ số nhân trắc cơ bản như chiều cao, cân nặng và các chỉ số phản ánh mức độ phát triển cơ thể. Nhóm tiêu chí này được xem là cơ sở đánh giá đặc điểm hình thái và khả năng thích nghi của cơ thể dưới tác động của quá trình GDTTC [10], [26], [46], [84];

Nhóm tiêu chí 3 - Thể lực của sinh viên

Đánh giá trình độ thể lực của SV thông qua kiểm tra 06 test sự phạm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, gồm: Lực bóp tay thuận; Nằm ngửa gập bụng 30 giây; Bật xa tại chỗ; Chạy 30 m xuất phát cao; Chạy con thoi 4×10 m và Chạy tùy sức 5 phút. Các bài kiểm tra phản ánh các tố chất thể lực chủ yếu của SV như sức mạnh, sức nhanh, sức bền, sức mạnh tốc độ và khả năng phối hợp vận động [5].

Nhóm tiêu chí 4 - Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC

Đánh giá hiệu quả tổ chức, triển khai và quản lý hoạt động GDTC của Trường ĐHTL thông qua các nội dung:

- (1) Thực trạng chương trình môn học GDTC;
- (2) Thực trạng phương pháp tổ chức dạy học GDTC;
- (3) Thực trạng tổ chức HĐTT phong trào của SV;
- (4) Kết quả tham gia các giải thể thao của SV.

Các nội dung trên phản ánh mức độ đáp ứng của công tác tổ chức, quản lý và môi trường GDTC đối với mục tiêu phát triển thể chất và phong trào thể thao trong Nhà trường [7], [18], [22], [77], [87], [88].

Đối tượng được phỏng vấn: Chuyên gia ($n = 30$).

Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.1.

Bảng 3.1. Kết quả phỏng vấn đánh giá mức độ cần thiết của tiêu chí đánh giá hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL (n=30)

[illegible]

Qua bảng 3.1 cho thấy:

- Rất cần thiết: Trung bình có 21.75 lựa chọn, điểm trung bình là 108.75 (điểm).
- Cần thiết: Trung bình có 2.25 lựa chọn, điểm trung bình 9 (điểm).
- Bình thường: Trung bình có 2.5 lựa chọn, điểm trung bình là 7.5 (điểm).
- Không chắc: Trung bình có 3.33 lựa chọn, điểm trung bình là 5 (điểm).
- Không cần: Trung bình có 1 lựa chọn và điểm trung bình là (1 điểm)

Nhóm tiêu chí 1: Năng lực vận động và kỹ năng thể thao (98.67% so với điểm tối đa); Nhóm tiêu chí 2: Chỉ số hình thái (54% so với điểm tối đa); Nhóm tiêu chí 3: Thể lực của sinh viên (98%); Nhóm tiêu chí 4: Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC (99.33% so với điểm tối đa). Như vậy, sau kết quả phỏng vấn có 03 nhóm tiêu chí đạt tổng điểm >80% so với điểm tối đa, được lựa chọn đó là: Nhóm tiêu chí 1: Năng lực vận động và kỹ năng thể thao; Nhóm tiêu chí 3: Thể lực của sinh viên; Nhóm tiêu chí 4: Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC.

3.1.1.2. Kiểm định Cronbach' Alpha

Để bảo đảm độ tin cậy có tính hệ thống của các tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC Trường ĐHTL được lựa chọn sau kết quả phỏng vấn, nghiên cứu tiến hành loại bỏ yếu tố “*Nhóm tiêu chí 2*” và kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach' Alpha. Kết quả được trình bày ở bảng 3.2.

Bảng 3.2. Kết quả kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach' Alpha.

ANOVA	CRONBACH' ALPHA						Cronbach' Alpha
Source of Variation	SS	df	MS	F	P-value	F crit	
Rows	8.0556	29	0.2778	25	2.74E-23	1.662901	0.96
Columns	0.0222	2	0.0111	1	0.37413	3.155932	
Error	0.6444	58	0.0111				
Total	8.7222	89					

Qua bảng 3.2 cho thấy: Kết quả kiểm định Cronbach' Alpha sau khi loại bỏ yếu tố (Nhóm tiêu chí 2), giá trị Cronbach' Alpha đạt 0.96. Giá trị kiểm định Cronbach' Alpha chứng tỏ kết quả phỏng vấn có độ tin cậy nhất quán hệ thống. Như vậy, các nhóm tiêu chí được lựa chọn bảo đảm độ tin cậy cao và có thể áp dụng trong thực tiễn đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

3.1.2. Nghiên cứu đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long

Trên cơ sở phân tích kết quả phỏng vấn chuyên gia cùng với kiểm định độ tin cậy thông qua hệ số Cronbach's Alpha, đề tài đã nghiên cứu lựa chọn được các nhóm tiêu chí có tính khoa học và khả năng ứng dụng thực tiễn cao, luận án tiến hành khảo sát, thu thập và phân tích dữ liệu nhằm đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

Thời điểm được xác định nghiên cứu thực trạng: Năm học 2022-2023

Địa điểm nghiên cứu đánh giá thực trạng: Trường ĐHTL

Nội dung nghiên cứu đánh giá thực trạng được thực hiện theo 3 nhóm tiêu chí đã lựa chọn sau kiểm định Cronbach's Alpha gồm:

Nhóm tiêu chí 1: Năng lực vận động và kỹ năng thể thao

Nhóm tiêu chí 3: Thể lực của sinh viên

Nhóm tiêu chí 4: Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC

3.1.2.1. Áp dụng nhóm tiêu chí 1 nghiên cứu đánh giá thực trạng năng lực vận động và kỹ năng thể thao của sinh viên Trường Đại học Thăng Long

Để đánh giá thực trạng năng lực vận động và kỹ năng thể thao của SV thông qua kết quả học tập môn GDTC (nhóm tiêu chí 1), Luận án tiến hành thu thập và phân tích hồ sơ kết quả học tập của SV được lưu trữ tại Bộ môn GDTC và Phòng Đào tạo Trường ĐHTL. Do đặc thù đào tạo theo học chế tín chỉ, chương trình GDTC tại nhà trường bao gồm nhiều học phần tự chọn khác nhau, chúng tôi tiến hành làm rõ quy trình và tiêu chí đánh giá cho từng học phần để đảm bảo tính khách quan của dữ liệu.

Cụ thể, kết quả học tập của mỗi học phần (tín chỉ) được tổng hợp dựa trên cấu trúc đánh giá chuẩn hóa của Nhà trường bao gồm: Điểm chuyên cần (10%): Đánh giá ý thức chấp hành giờ giấc và thái độ tập luyện. Điểm kiểm tra giữa kỳ (20%): Đánh giá mức độ tiếp thu kỹ thuật cơ bản của từng môn học. Điểm thi kết thúc học phần (70%): Đánh giá năng lực vận động tổng hợp và khả năng vận dụng kỹ thuật vào thi đấu hoặc thực hành bài tập hoàn chỉnh theo chuẩn đầu ra học phần [65], [66].

Dù nội dung kỹ thuật giữa các môn tự chọn có sự khác biệt, nhưng tất cả đều

được quy đổi về thang điểm 10 và phân loại học lực (Giỏi, Khá, Trung bình, Yếu) theo Quy chế đào tạo đại học của Trường ĐHTL [65]. Việc làm rõ các tiêu chí thành phần này giúp đảm bảo rằng dữ liệu về kết quả học tập thu được tại Bảng 3.3 phản ánh chính xác năng lực chuyên môn và thái độ rèn luyện của SV đối với từng loại hình vận động mà các em đã lựa chọn.

Bảng 3.3. Thực trạng năng lực vận động và kỹ năng thể thao

Khối	Sinh viên (n=600)	Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên									
		Giỏi		Khá		Trung bình		Yếu		Kém	
		m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%
Năm 2	Nữ (n=100)	10	10	12	12	54	54	15	15	9	9
	Nam (n=100)	9	9	11	11	56	56	16	16	8	8
Năm 3	Nữ (n=100)	12	12	14	14	52	52	13	13	9	9
	Nam (n=100)	11	11	15	15	55	55	9	9	10	10
Năm 4	Nữ (n=100)	11	11	15	15	49	49	13	13	12	12
	Nam (n=100)	10	10	16	16	48	48	12	12	14	14
Tổng (m_i)/ $\bar{x}$%		63	10.5	83	13.83	314	52.33	78	13.0	62	10.33
Max		12	12	16	16	56	56	16	16	14	14
Min		9	9	11	11	48	48	9	9	8	8

Qua bảng 3.3 cho thấy: Xếp loại Giỏi, có tỉ lệ trung bình là 10.5%. Trong đó, tỉ lệ lớn nhất là 12% (nữ năm 2) và thấp nhất là 9% (nam năm 2); Xếp loại Khá có tỉ lệ trung bình 13.83%. Trong đó, tỉ lệ lớn nhất là 16% (nam năm 4) và thấp nhất là 11% (nam năm 2); Xếp loại Trung bình có tỉ lệ trung bình 52.33%. Trong đó, tỉ lệ lớn nhất là 56% (nam năm 2) và thấp nhất là 48% (nam năm 4); Xếp loại Yếu có tỉ lệ trung bình 13%. Trong đó, tỉ lệ lớn nhất là 16% (nam năm 2) và thấp nhất là 9% (nam năm 3); Xếp loại Kém có tỉ lệ trung bình 10.3%. Trong đó, tỉ lệ lớn nhất là 14% (nam năm 4) và thấp nhất là 8% (nam năm 2).

Đánh giá chung về kết quả học tập môn GDTC của SV Trường ĐHTL là chưa cao, còn nhiều SV xếp loại yếu và kém. Kết quả này phản ánh thực trạng công tác GDTC của Trường chưa đạt hiệu quả như mong đợi. Điều này có thể do ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố khác nhau. Trước tình hình đó, việc nghiên cứu, đề xuất và triển khai

các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL được xác định là nhiệm vụ cấp thiết và có ý nghĩa thực tiễn sâu sắc.

3.1.2.2. Áp dụng nhóm tiêu chí 3 nghiên cứu đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên Trường Đại học Thăng Long

Trong nghiên cứu này, để đánh giá đầy đủ thực trạng thể lực của SV, đề tài tiến hành kiểm tra toàn bộ 06 test sự phạm quy định trong Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT [5]. Việc thu thập đầy đủ 06 test này nhằm phản ánh toàn diện các tố chất thể lực của SV và phục vụ phân tích thống kê mô tả, so sánh giữa các năm học và giữa nam, nữ. Tuy nhiên, việc đánh giá và phân loại thể lực của SV được thực hiện theo đúng quy định của Bộ GD&ĐT.

a. Tổ chức kiểm tra thực trạng thể lực của sinh viên

Luận án tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của SV theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT về việc ban hành quy định kiểm tra, đánh giá, xếp loại thể lực HSSV của Bộ GD&ĐT [5].

Đối tượng cung cấp thông tin là 800 SV: SV năm 1 ($n=200$), SV năm 2 ($n=200$), SV năm 3 ($n=200$) và SV năm 4 ($n=200$) đang học tập tại Trường ĐHTL. Trong đó, tổng số nữ SV là 400 và tổng số nam SV là 400.

Quả bảng 3.4 cho thấy thể lực của SV Trường ĐHTL qua bốn năm học được phản ánh khá rõ nét qua 06 test sự phạm. Nhìn chung, hệ số biến thiên (CV) của hầu hết các chỉ số đều dưới 10%, cho thấy sự phân tán thấp và mức độ đồng đều tương đối trong từng nhóm khảo sát. Điều này khẳng định tính ổn định của số liệu và cho phép so sánh khách quan giữa các năm học cũng như giữa nam và nữ.

Xét theo từng test, có thể thấy một số đặc điểm nổi bật. Ở nữ, lực bóp tay thuận dao động quanh mức (24–28 kG), đạt cao nhất ở năm 3 (28.46 ± 3.02 kG), sau đó giảm nhẹ ở năm 4 (26.23 ± 2.52 kG). Thành tích nằm ngửa gập bụng có xu hướng giảm dần từ năm 1 (32.77 ± 2.80 lần/30s) đến năm 3 (17.76 ± 1.72 lần/30s), phản ánh sự suy giảm sức mạnh cơ bụng theo thời gian. Thành tích bật xa tại chỗ ở nữ ổn định quanh (1.5–1.6 cm), thấp nhất ở năm 1 (1.53 ± 0.12 cm). Các chỉ số về tốc độ và sự khéo léo như chạy 30m xuất phát cao và chạy con thoi dao động không nhiều, nhưng

thành tích có phần kém hơn nam. Đáng chú ý, test chạy tùy sức 5 phút của nữ đạt cao nhất ở năm 4 (725.27 ± 72.27 m), thể hiện thể mạnh về sức bền.

Bảng 3.4. Thực trạng thể lực của SV trong từng năm học qua kết quả kiểm tra 06 test sự phạm

	Test trình độ thể lực	Nữ			Nam		
		$\bar{x}$	δ	<u>CV</u>	$\bar{x}$	δ	<u>CV</u>
Năm 1 Nữ (n=100) Nam (n=100)	Lực bóp tay thuận (kG)	24.92	2.32	9.31	35.3	2.98	8.44
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	32.77	2.8	8.54	45.55	4.18	9.18
	Bật xa tại chỗ (cm)	153	12	7.84	196	17	8.67
	Chạy 30m XPC (s)	6.02	0.64	10.63	5.06	0.49	9.68
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.05	1.19	9.88	10.87	0.87	8.00
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	691.18	65.57	9.49	891.52	92.03	10.32
	$\bar{x}$	128.08	12.11	9.28	165.04	16.79	9.05
Năm 2 Nữ (n=100) Nam (n=100)	Lực bóp tay thuận (kG)	24.83	2.02	8.14	35.84	3.18	8.87
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	21.9	2.17	9.91	33.29	3.14	9.43
	Bật xa tại chỗ (cm)	166	18	10.84	208	13	6.25
	Chạy 30m XPC (s)	6	0.56	9.33	4.89	0.49	10.02
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.41	0.81	6.53	10.75	0.64	5.95
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	721.93	77.15	10.69	985.59	98.66	10.01
	$\bar{x}$	131.46	13.82	9.24	178.74	17.71	8.42
Năm 3 Nữ (n=100) Nam (n=100)	Lực bóp tay thuận (kG)	28.46	3.02	10.61	35.79	3.26	9.11
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.76	1.72	9.68	28.59	3.07	10.74
	Bật xa tại chỗ (cm)	165	16	9.70	210	21	10.00
	Chạy 30m XPC (s)	5.88	0.59	10.03	5.05	0.39	7.72
	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.88	0.9	6.99	10.35	0.82	7.92
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	712.36	66.9	9.39	1015.66	87.82	8.65
	$\bar{x}$	129.83	12.22	9.40	182.92	15.93	9.02
Năm 4 Nữ (n=100) Nam (n=100)	Lực bóp tay thuận (kG)	26.23	2.52	9.61	37.48	3.56	9.50
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22.88	2.19	9.57	30.86	2.93	9.49
	Bật xa tại chỗ (cm)	161	13	8.07	199	18	9.05
	Chạy 30m XPC (s)	6.51	0.67	10.29	5.54	0.39	7.04
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.14	1.09	8.30	11.14	0.79	7.09
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	725.27	72.27	9.96	986.69	92.86	9.41
	$\bar{x}$	132.61	13.15	9.30	178.95	16.79	8.60
	Max (chung)	725.27	77.15	10.84	1015.66	98.66	10.74
	Min (chung)	1.53	0.12	6.53	1.96	0.13	5.95

Ở nam, lực bóp tay thuận duy trì mức ổn định từ (35–37 kG), với xu hướng tăng nhẹ ở năm 4 (37.48 ± 3.56 kG). Số lần gập bụng cao nhất ở năm 1 (45.55 ± 4.18 lần/30s) nhưng giảm dần xuống (30.86 ± 2.93 lần/30s) ở năm 4. Bất xa tại chỗ của nam dao động (1.9–2.1 cm), thấp nhất ở năm 1 (1.96 ± 0.17 cm) và cao nhất ở năm 3 (2.10 ± 0.21 cm). Thành tích chạy 30m xuất phát cao của nam tốt hơn nữ rõ rệt, thấp nhất ở năm 2 (4.89 ± 0.49 s) và cao nhất ở năm 4 (5.54 ± 0.39 s). Chạy con thoi 4x10m dao động (10.3–11.1 s), trong khi test chạy tùy sức 5 phút đạt giá trị nổi trội nhất ở năm 3 (1015.66 ± 87.82 m), chứng minh thể mạnh rõ rệt về sức bền.

Khi so sánh giới tính, có thể thấy SV nam luôn vượt trội ở tất cả các test, đặc biệt ở lực bóp tay, gập bụng, bất xa và chạy tùy sức 5 phút. Trong khi đó, nữ có thành tích thấp, đặc biệt ở các bài đòi hỏi sức mạnh bột phát như bất xa tại chỗ. Điểm mạnh chung cả hai giới nằm ở sức bền (test chạy 5 phút), trong khi điểm hạn chế là sức mạnh chi dưới và độ bền cơ bụng ở những năm cuối.

Nhìn tổng thể, thể lực của SV Trường ĐHTL có sự đồng đều trong từng năm học, với mức độ phân tán thấp. Điều này cho thấy công tác GDTC của Nhà trường đã góp phần duy trì nền tảng thể lực ổn định cho SV trong suốt bốn năm học. Các kết quả trình bày ở bảng 3.4 chỉ phản ánh đặc điểm phân bố và mức độ phát triển của từng tổ chức thể lực, không sử dụng để phân loại thể lực SV. Việc phân loại thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT được trình bày ở mục tiếp theo.

b. So sánh kết quả kiểm tra thực trạng thể lực của SV giữa các năm học tại Trường ĐHTL

Để xác định sự khác biệt về trình độ thể lực giữa các năm học có ý nghĩa thống kê hay không, đề tài tiến hành kiểm định ANOVA. Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.5.

Ghi chú: Giá trị F được xác định thông qua kiểm định ANOVA một nhân tố (One-way ANOVA). Kết quả kiểm định hậu kiểm (Post-hoc) bằng phương pháp LSD cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$) tập trung chủ yếu ở sự biến động giữa SV năm thứ nhất với các năm còn lại, và giữa năm thứ ba với năm thứ tư trong hầu hết các chỉ tiêu kiểm tra.

Bảng 3.5. So sánh sự khác biệt thể lực của SV giữa các năm học

Test trình độ thể lực của nữ sinh viên	Năm 1 (n=100)		Năm 2 (n=100)		Năm 3 (n=100)		Năm 4 (n=100)		ANOVA	
	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	Giá trị F	P
Lực bóp tay thuận (kG)	24.92	2.32	24.83	2.02	28.46	3.02	26.23	2.52	12.45	<0.05
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	32.77	2.8	21.9	2.17	17.76	1.72	22.88	2.19	38.12	<0.01
Bật xa tại chỗ (cm)	153	12	166	18	165	16	161	13	4.86	<0.05
Chạy 30m XPC (s)	6.02	0.64	6	0.56	5.88	0.59	6.51	0.67	8.15	<0.05
Chạy con thoi 4x10m (s)	12.05	1.19	12.41	0.81	12.88	0.9	13.14	1.09	6.72	<0.05
Chạy tùy sức 5 phút (m)	691.18	65.57	721.93	77.15	712.36	66.9	725.27	72.27	5.94	<0.05
$\bar{x}$	128.08	12.11	131.46	13.82	129.83	12.22	132.61	13.15		
δ	276.11	26.21	289.41	31.04	285.53	26.81	290.50	28.98		
Test trình độ thể lực của nam sinh viên	Năm 1 (n=100)		Năm 2 (n=100)		Năm 3 (n=100)		Năm 4 (n=100)		Giá trị F	P
	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ		
Lực bóp tay thuận (kG)	35.3	2.98	35.84	3.18	35.79	3.26	37.48	3.56	5.22	<0.05
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	45.55	4.18	33.29	3.14	28.59	3.07	30.86	2.93	42.35	<0.01
Bật xa tại chỗ (cm)	196	17	208	13	211	21	199	18	6.18	<0.05
Chạy 30m XPC (s)	5.06	0.49	4.89	0.49	5.05	0.39	5.54	0.39	11.40	<0.05
Chạy con thoi 4x10m (s)	10.87	0.87	10.75	0.64	10.35	0.82	11.14	0.79	7.56	<0.05
Chạy tùy sức 5 phút (m)	891.52	92.03	985.59	98.66	1015.66	87.82	986.69	92.86	15.82	<0.01
$\bar{x}$	165.04	16.79	178.74	17.71	182.92	15.93	178.95	16.79		
δ	356.33	36.89	395.53	39.68	408.18	35.24	395.96	37.30		

Kết quả bảng 3.5 cho thấy sự khác biệt về trình độ thể lực của SV Trường ĐHTL giữa các năm học là rất rõ rệt. Giá trị kiểm định F (ANOVA) ở các chỉ tiêu đều đạt mức ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$), chứng minh rằng thể lực của SV không duy trì ở trạng thái ổn định mà có sự biến động đáng kể qua từng giai đoạn học tập, gắn liền với đặc điểm chương trình đào tạo và sự thay đổi trong thói quen rèn luyện thực tế.

Ở nhóm nữ SV, hệ số F biến thiên mạnh mẽ, đặc biệt cao ở nội dung nằm ngửa gập bụng ($F = 38.12$) và chạy tùy sức 5 phút ($F = 5.94$). Kết quả kiểm định hậu kiểm (Post-hoc) chỉ ra rằng sự khác biệt lớn nhất tập trung ở các chỉ số về sức bền và sức mạnh cơ bụng, vốn có xu hướng thay đổi rõ nét theo thời gian học tập. Trong khi đó, ở các nội dung như bật xa tại chỗ hay chạy 30m, mặc dù vẫn tồn tại sự khác biệt giữa các năm học nhưng biên độ biến thiên thấp hơn, cho thấy tính ổn định tương đối của các tổ chất sức mạnh tốc độ và tốc độ ở nữ giới.

Ở nhóm nam SV, sự biến động thể lực diễn ra với biên độ rộng hơn. Các giá trị F đạt mức rất cao, điển hình như ở nội dung nằm ngửa gập bụng ($F = 42.35$) và chạy tùy sức 5 phút ($F = 15.82$). Điều này phản ánh sự thay đổi mang tính hệ thống về sức bền và sức mạnh công tác cơ bụng trong suốt chu kỳ đào tạo. Các chỉ tiêu khác như chạy 30m và chạy con thoi cũng ghi nhận sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các khóa, tuy nhiên mức độ tập trung không cao bằng các chỉ số sức bền cơ bản.

So sánh giữa hai giới, có thể nhận thấy biến động thể lực của nam SV diễn ra mạnh hơn so với nữ SV cả về biên độ và số lượng các nội dung có sự khác biệt. Nếu ở nữ giới, sự thay đổi chủ yếu khu trú ở một số ít chỉ tiêu trọng điểm, thì ở nam giới, hầu hết các nội dung kiểm tra đều ghi nhận sự chuyển biến đáng kể. Đặc điểm này phản ánh sự thích ứng thể chất khác biệt: Nam SV thường có mức độ dao động thể lực lớn hơn do chịu ảnh hưởng trực tiếp từ khối lượng vận động, cường độ tập luyện và thói quen sinh hoạt đặc thù của giới tính.

Nhìn chung, phân tích theo từng năm học khẳng định trình độ thể lực của SV không đồng đều giữa các khóa đào tạo. Một số chỉ số có sự cải thiện cục bộ, nhưng cũng tồn tại những chỉ số suy giảm theo thời gian, đặc biệt là nhóm bài tập liên quan đến sức mạnh cơ bụng và sức bền. Đây là cơ sở thực chứng quan trọng để Nhà trường nhận diện các điểm yếu trong công tác giáo dục thể chất hiện tại, từ đó triển khai những giải pháp can thiệp nhằm duy trì ổn định các tổ chất thể lực và nâng cao chất

lượng đào tạo một cách bền vững cho cả nam và nữ SV trong giai đoạn tiếp theo.

c. Đánh giá thực trạng xếp loại trình độ thể lực của SV Trường ĐHTL

Mặc dù trong nghiên cứu này đề tài tiến hành kiểm tra đầy đủ 06 test thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT nhằm đánh giá toàn diện thực trạng thể lực của SV, việc xếp loại thể lực được thực hiện theo đúng quy định của Bộ GD&ĐT. Theo đó, để phân loại thể lực căn cứ vào 04 test kiểm tra gồm 02 test kiểm tra bắt buộc (Bật xa tại chỗ và Chạy tùy sức 5 phút) cùng 02 test kiểm tra được lựa chọn theo điều kiện tổ chức của Nhà trường. Trên cơ sở kết quả của 04 test kiểm tra này, từng SV được đối chiếu với tiêu chuẩn quy định để đánh giá xếp loại thể lực.

Dựa trên quy định xếp loại thể lực cho HSSV ở 3 mức: Tốt, Đạt, Chưa đạt tại Điều 14, 15, 16 – Chương IV của Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, luận án tiến hành phân loại thể lực của SV Trường ĐHTL theo các tiêu chí sau:

Tốt: SV có 03 chỉ tiêu Tốt và 01 chỉ tiêu Đạt.

Đạt: SV có tất cả các chỉ tiêu từ mức Đạt trở lên, trong đó số chỉ tiêu Tốt ít hơn 3.

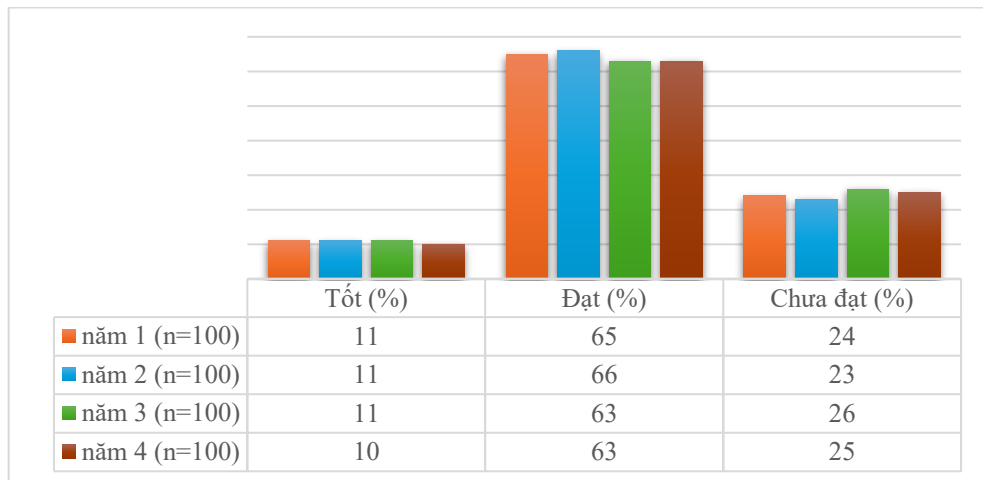
Chưa đạt: SV có ít nhất 01 chỉ tiêu dưới mức Đạt, bất kể kết quả các chỉ tiêu còn lại

Kết quả đánh giá, xếp loại thể lực của SV được trình bày tại bảng 3.6.

Bảng 3.6. Xếp loại trình độ thể lực của SV Trường ĐHTL

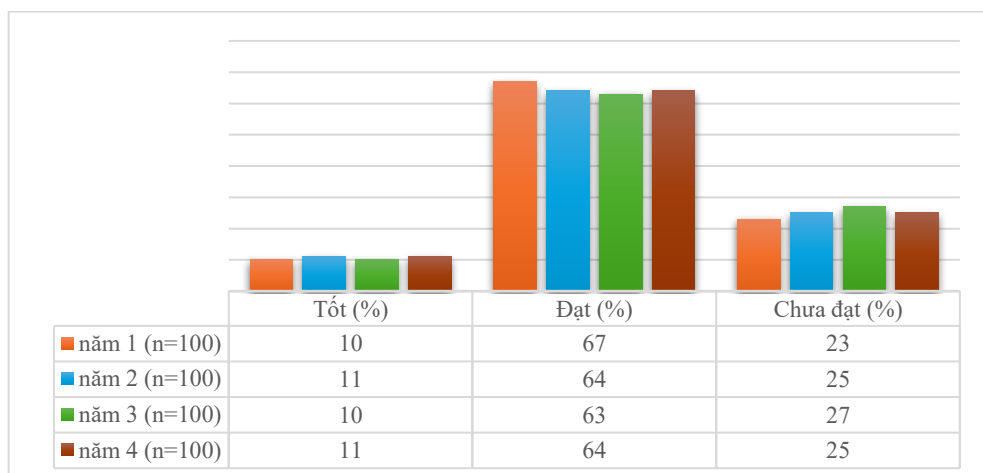
Sinh viên (n=800)	Giới tính	Xếp loại trình độ thể lực					
		Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
Năm 1 (n=200)	Nữ (n=100)	11	11	65	65	24	24
	Nam (n=100)	10	10	67	67	23	23
Năm 2 (n=200)	Nữ (n=100)	11	11	66	66	23	23
	Nam (n=100)	11	11	64	64	25	25
Năm 3 (n=200)	Nữ (n=100)	11	11	63	63	26	26
	Nam (n=100)	10	10	63	63	27	27
Năm 4 (n=200)	Nữ (n=100)	10	10	63	63	27	27
	Nam (n=100)	11	11	64	64	25	25
$\bar{x}$	Nữ (n=400)	10.75	10.75	64.25	64.25	25	25
	Nam (n=400)	10.5	10.5	64.5	64.5	25	25
Trung bình chung:		10.63	10.63	64.38	64.38	25.00	25.00
Max		11	11	67	67	27	27
Min		10	10	63	63	23	23

Qua Bảng 3.6 có thể thấy, kết quả phân loại thể lực của SV Trường ĐHTL tương đối ổn định giữa các năm học. Tỷ lệ SV được xếp loại Tốt dao động trong khoảng 10–11%, tỷ lệ Đạt chiếm ưu thế với 63–67%, trong khi tỷ lệ Chưa đạt vẫn còn ở mức 23–27%. Điều này phản ánh rằng đa số SV đáp ứng được tiêu chuẩn thể lực theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT, song tỷ lệ chưa đạt còn khá cao (xấp xỉ 1/4 tổng số), đòi hỏi cần có những giải pháp tăng cường GDTC nhằm cải thiện chất lượng thể lực cho SV trong toàn trường.



Biểu đồ 3.1. Thực trạng xếp loại thể lực của nữ SV Trường ĐHTL

Biểu đồ 3.1 cho thấy: Nữ SV có trình độ thể lực chủ yếu tập trung ở xếp loại Đạt (tỷ lệ trung bình từ 63% đến 66%). Tỷ lệ xếp loại tốt chỉ từ 10% đến 11%. Tỷ lệ xếp loại chưa đạt từ 23% đến 26%. Qua thực trạng xếp loại trình độ thể lực của nữ SV đã chứng tỏ, hiệu quả công tác GDTC cho SV của Trường ĐHTL còn thấp.



Biểu đồ 3.2. Thực trạng xếp loại thể lực của nam SV Trường ĐHTL

Qua biểu đồ 3.2 cho thấy: Nam SV Trường ĐHTL có trình độ thể lực chủ yếu tập trung ở xếp loại Đạt (tỉ lệ trung bình từ 63% đến 67%). Tỉ lệ xếp loại Tốt chỉ từ 10% đến 11%. Tỉ lệ xếp loại Chưa đạt từ 23% đến 27%. Qua thực trạng kết quả xếp loại trình độ thể lực của nam SV đã chứng tỏ, hiệu quả công tác GDTC cho SV của Trường ĐHTL còn thấp.

Nhận xét chung: Từ kết quả kiểm tra Trình độ thể lực của nữ và nam SV theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT cho thấy: SV chủ yếu tập trung ở mức xếp loại Đạt, tỉ lệ xếp loại Tốt còn thấp, xếp loại Chưa đạt cũng chiếm tỉ lệ tương đối cao (từ 24 đến 25%). Như vậy kết quả này phản ánh thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho SV của Trường ĐHTL chưa cao.

3.1.2.3. Áp dụng nhóm tiêu chí 4 nghiên cứu đánh giá thực trạng hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC sinh viên Trường đại học Thăng Long

Theo nghiên cứu tiêu chí đánh giá đã được lựa chọn tại mục 3.1.1, nhóm tiêu chí 4 đánh giá hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC thông qua bốn nội dung chủ yếu, gồm: (1) thực trạng chương trình môn học GDTC; (2) thực trạng phương pháp tổ chức dạy học môn GDTC; (3) thực trạng tổ chức HĐTT phong trào của SV; và (4) thực trạng kết quả tham gia các giải thể thao của SV.

Trên cơ sở các quy định của Bộ GD&ĐT, đặc biệt là Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14/10/2015 của Bộ GD&ĐT [7] quy định về chương trình môn học GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học, luận án tiến hành đánh giá lần lượt 4 nội dung trên nhằm phản ánh toàn diện hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC.

a. Thực trạng chương trình môn học GDTC của Trường ĐHTL

Theo chương trình đào tạo hiện hành, để hoàn thành môn học GDTC, SV phải tích lũy đủ 04 tín chỉ, trong đó 01 tín chỉ bắt buộc (theo quy định của Nhà trường) vào năm học thứ nhất. Tín chỉ bắt buộc là môn “Thể dục cơ bản (PG118)”. Ngoài ra, SV phải tự đăng ký và hoàn thành 03 tín chỉ tự chọn trong các học phần: “Bóng chuyền cơ bản (PG115); Bóng bàn cơ bản (PG106); Bóng rổ cơ bản (PG113); Bơi cơ bản (PG118); Thể dục cổ truyền cơ bản (PG102); Bóng đá cơ bản (AD312)”. GYM cơ bản, nâng cao 1,2,3 (PG146). SV có thể đăng ký học vào bất cứ thời điểm nào

trong 04 năm học [64], [65], [66]. Thực trạng chương trình môn học GDTC được trình bày ở bảng 3.7

Bảng 3.7. Thực trạng chương trình GDTC Trường Đại học Thăng Long

Thực trạng chương trình môn học GDTC						
TT	Nội dung	Số giờ				SV/lớp
		Lý thuyết	Thực hành	Kiểm tra	Tổng	
A. Tín chỉ bắt buộc (1 tín chỉ)						
1.	Thể dục cơ bản	2	21	2	25	30-35
B. Tín chỉ tự chọn (03/06 tín chỉ)						
1.	Bóng rổ cơ bản	2	21	2	25	30-35
2.	Bóng bàn cơ bản	2	21	2	25	30-35
3.	Bóng chuyền cơ bản	2	21	2	25	30-35
4.	Thể dục cổ truyền cơ bản	2	21	2	25	30-35
5.	Bơi cơ bản cơ bản	2	21	2	25	30-35
6.	Bóng đá cơ bản cơ bản	2	21	2	25	30-35
Sinh viên khoa âm nhạc ứng dụng						
1.	GYM cơ bản, nâng cao 1, 2, 3	2	21	2	25	30-35
2.	Nhảy hiện đại	2	21	2	25	30-35

Qua bảng 3.7 cho thấy: Cấu trúc chương trình môn học chú trọng kỹ năng thực hành, đúng định hướng của GDTC.

Toàn chương trình: Gồm 04 tín chỉ (tương đương 100 giờ) trong đó 01 tín chỉ (bắt buộc) và 03 tín chỉ (tự chọn).

Mỗi tín chỉ 25 giờ (01 giờ học bằng 50 phút) gồm (lý thuyết 02 giờ, thực hành 21 giờ, kiểm tra 02 giờ)

Tỷ lệ: 84% thực hành, 8% lý thuyết, 8% kiểm tra.

Lý thuyết. Được lồng ghép cùng với học phần thực hành, trong mỗi buổi lên lớp Thực hành. Được tiến hành trong các giờ nội khóa theo thời khóa biểu.

Kiểm tra đánh giá. 02 giờ được thực hiện kết thúc học kỳ

GYM cơ bản, nâng cao 1,2,3. Chỉ dạy riêng cho khoa Thanh nhạc.

Quy mô: 30-35 SV/lớp → mức hợp lý, không quá đông để gây quá tải cho GV.

b. Thực trạng ảnh hưởng của phương pháp tổ chức dạy học đến hiệu quả GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Phương pháp dạy học có ảnh hưởng trực tiếp đến nhiều mặt trong quá trình học tập, rèn luyện thể chất của SV. Phương pháp dạy học có thể làm tăng ý thức và hứng thú cho người học... Nghiên cứu vấn đề này, luận án tiến hành điều tra thực tiễn các GV GDTC tại Trường ĐHTL.

- Cung cấp thông tin: GV Bộ môn GDTC (n=9)
- Thời điểm thực hiện: Năm học 2022 - 2023
- Kết quả được trình bày tại bảng 3.8

Bảng 3.8. Thực trạng sử dụng các phương pháp dạy học môn GDTC Trường ĐHTL (n=9)

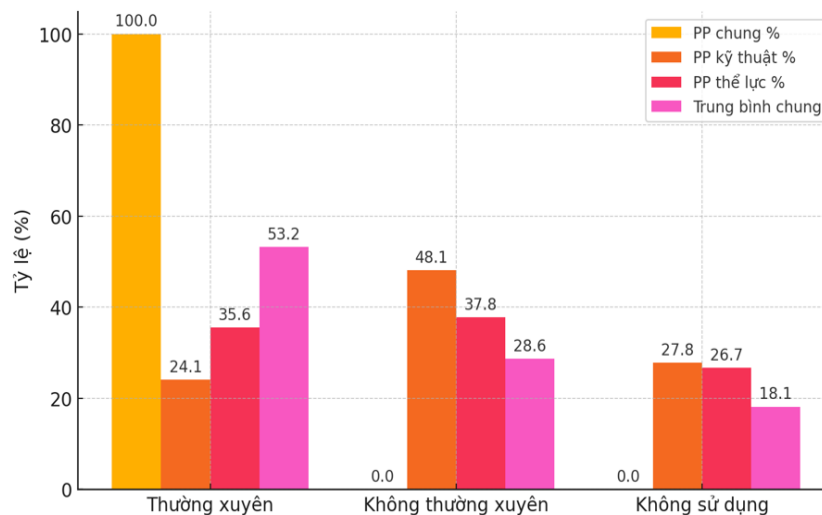
Phương pháp		Thường xuyên		Không thường xuyên		Không sử dụng	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
PP dạy Chung	Trực quan	9	100.0	0	0.0	0	0.0
	Thuyết trình	9	100.0	0	0.0	0	0.0
	Tổng hợp	9	100.0	0	0.0	0	0.0
	$\bar{x}$	9	100	0	0	0	0
PP dạy Kỹ thuật	Thực hành trải nghiệm	2	22.22	5	55.56	2	22.22
	Thi đấu đối kháng	1	11.11	5	55.56	3	33.33
	Công nghệ	1	11.11	3	33.33	5	55.56
	Hướng dẫn trực tiếp	2	22.22	5	55.56	2	22.22
	Bổ trợ	2	22.22	4	44.44	3	33.33
	Kiểm tra đánh giá	5	55.56	4	44.44	0	0.0
	$\bar{x}$	2.17	24.07	4.33	48.14	2.50	27.78
PP dạy thể lực	Biến đổi liên tục	2	22.22	5	55.56	2	22.22
	Biến đổi ngắt quãng	2	22.22	5	55.56	2	22.22
	Ổn định liên tục	5	55.56	2	22.22	2	22.22
	Ổn định ngắt quãng	5	55.56	3	33.33	1	11.11
	Trò chơi, thi đấu	2	22.22	2	22.22	5	55.56
	$\bar{x}$	3.20	35.56	3.40	37.78	2.40	26.67
Trung bình chung		6.86	54.3	4.86	27.11	3.29	18.59

Qua Bảng 3.8 cho thấy. Việc sử dụng các nhóm phương pháp dạy học môn GDTC tại Trường ĐHTL có sự khác biệt đáng kể giữa các loại phương pháp.

Trước hết, nhóm phương pháp chung (trực quan, thuyết trình và tổng hợp) được 100% GV thường xuyên áp dụng, phản ánh vai trò trung tâm và tần suất sử dụng ổn định, phổ biến trong quá trình giảng dạy.

Đối với nhóm phương pháp dạy kỹ thuật, tỷ lệ GV sử dụng thường xuyên còn khá hạn chế (dao động từ 11.11% đến 55.56%). Cụ thể, phương pháp kiểm tra đánh giá được áp dụng thường xuyên nhiều nhất (55.56%), trong khi thi đấu đối kháng và công nghệ chỉ đạt mức 11.11% thường xuyên, thậm chí có tới 33.33–55.56% GV hầu như không sử dụng. Điều này cho thấy các phương pháp mang tính đổi mới, ứng dụng công nghệ hay tăng cường tính đối kháng vẫn chưa được khai thác mạnh mẽ.

Ở nhóm phương pháp dạy thể lực, mức độ áp dụng có sự phân hóa. Các phương pháp ổn định liên tục và ổn định ngắt quãng được sử dụng thường xuyên nhiều nhất (55.56%), trong khi phương pháp trò chơi, thi đấu ít được lựa chọn, với 55.56% GV không áp dụng. Điều này phản ánh xu hướng GV vẫn ưu tiên các phương pháp truyền thống nhằm duy trì hiệu quả rèn luyện thể lực, trong khi các phương pháp mang tính linh hoạt, đa dạng hóa chưa được chú trọng đúng mức.



Biểu đồ 3.3. Thực trạng sử dụng phương pháp dạy học môn GDTC

Có thể khẳng định rằng: Các phương pháp chung vẫn giữ vai trò then chốt và được áp dụng đồng bộ; Ngược lại, các phương pháp kỹ thuật, thể lực tuy có sự hiện diện nhưng còn phân tán và chưa đồng đều. Điều này đặt ra yêu cầu cần có sự bồi

đường, khuyến khích đổi mới phương pháp, đặc biệt là các phương pháp gắn với ứng dụng công nghệ, trò chơi vận động, để nâng cao tính đa dạng và hiệu quả của hoạt động giảng dạy môn GDTC trong giai đoạn tới.

Qua biểu đồ 3.3 cho thấy: Nhóm phương pháp chung: Trực quan; Thuyết trình; Tổng hợp được sử dụng thường xuyên chiếm tỉ lệ 100%. Các nhóm phương pháp khác có tỉ lệ thấp hơn.

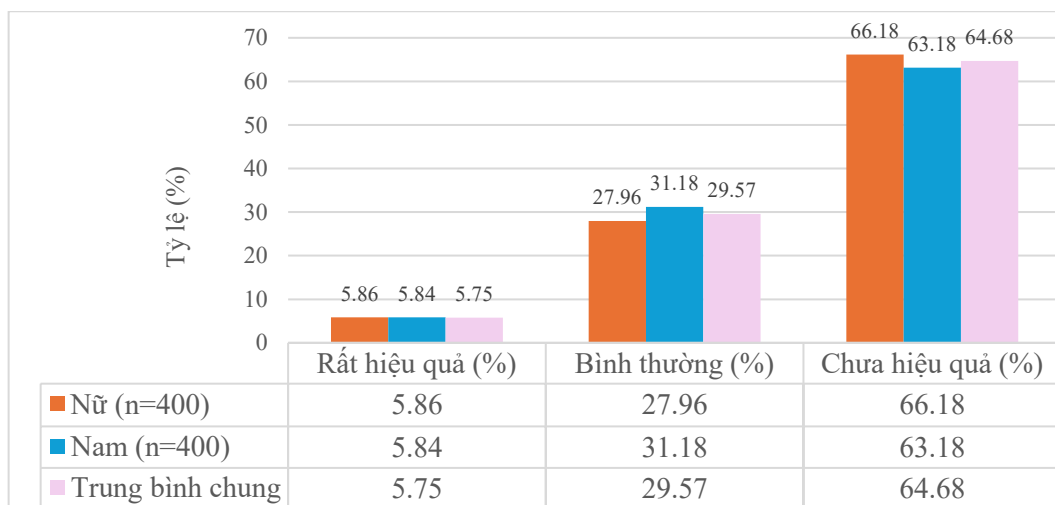
Bảng 3.9. Ảnh hưởng của phương pháp dạy học đến hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL (n=800)

Sinh viên	Các yếu tố chịu sự ảnh hưởng	Các mức độ ảnh hưởng					
		Rất hiệu quả		Bình thường		Chưa hiệu quả	
		mi	%	mi	%	mi	%
Nữ (n=400)	Động lực	25	6.25	153	38.25	222	55.5
	Hứng thú	22	5.5	137	34.25	241	60.25
	Kỹ năng	23	5.75	122	30.5	255	63.75
	Thể lực	24	6	98	24.5	278	69.5
	Tích tích cực	23	5.75	95	23.75	282	70.5
	Tích chủ động	22	5.5	83	20.75	295	73.75
	Sự phối hợp	25	6.25	95	23.75	280	70
	Trung bình	23.43	5.86	111.86	27.96	264.71	66.18
	Max	25	6.25	153	38.25	295	73.75
	Min	22	5.5	83	20.75	222	55.5
Nam (n=400)	Động lực	23	5.75	155	38.75	222	55.5
	Hứng thú	21	5.25	142	35.5	237	59.25
	Kỹ năng	22	5.5	136	34	242	60.5
	Thể lực	24	6	115	28.75	261	65.25
	Tích tích cực	23	5.75	98	24.5	279	69.75
	Tích chủ động	23	5.75	105	26.25	272	68
	Sự phối hợp	22	5.5	122	30.5	256	64
	Trung bình	22.57	5.64	124.71	31.18	252.71	63.18
	Max	24	6	155	38.75	279	69.75
	Min	21	5.25	98	24.5	222	55.5

Qua bảng 3.9 cho thấy:

- Mức độ ảnh hưởng của các phương pháp dạy học đến hiệu quả GDTC được đánh giá theo ba mức: Rất hiệu quả, Bình thường và Chưa hiệu quả, đối với hai nhóm sinh viên: nam và nữ (mỗi nhóm $n = 400$).

- Mức độ ảnh hưởng tổng thể cho thấy: Nữ SV có mức đánh giá “rất hiệu quả” có tỉ lệ trung bình là 5.86%, cao hơn so với nam SV nam (trung bình 5.64%). Tỷ lệ SV nữ đánh giá ở mức “Trung bình” là 27.96%, nam có tỉ lệ là 31.18%. Mức "Chưa hiệu quả" nữ SV có tỉ lệ trung bình là 66.18% và nam có 63.18%.



Biểu đồ 3.4. Ảnh hưởng của phương pháp dạy học đến hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên

Qua biểu đồ 3.4 cho thấy: Sự ảnh hưởng của phương pháp đến tính tích cực của SV chưa mạnh. Tỷ lệ "Chưa hiệu quả" đối với nữ và nam đều cao (nữ 66.18% và nam 63.18%). "Rất hiệu quả" chiếm tỉ lệ thấp (ở nữ là 5.86% và nam là 5.64%). Như vậy, thực trạng sự ảnh hưởng của phương pháp dạy học đến hiệu quả GDTC cho SV là "Chưa hiệu quả".

Đánh giá về phương pháp giảng dạy môn GDTC, kết quả nghiên cứu khẳng định đây là nhân tố then chốt, trực tiếp chi phối chất lượng tiếp thu và hiệu quả rèn luyện của SV. Tuy nhiên, thực trạng cho thấy phần lớn GV vẫn phụ thuộc chủ yếu vào phương pháp trực quan (làm mẫu) và thuyết trình lý thuyết. Việc lạm dụng các phương pháp truyền thống này, dù có ưu điểm trong việc truyền thụ kỹ thuật cơ bản, nhưng lại dễ dẫn đến sự thụ động, thiếu tính đột phá trong việc kích thích tư duy vận

động và tinh thần tự giác, sáng tạo của người học. Phương pháp này mặc dù có nhiều ưu điểm cho người giảng dạy, nhưng ảnh hưởng chưa tích cực đến tâm lý người học 63.18% “Chưa hiệu quả” ở nam và 66.18% ở nữ, trong khi “Rất hiệu quả” chỉ có 5.86% đối với nữ và 5.64% đối với nam. Từ kết quả nghiên cứu này đã chứng tỏ phương pháp dạy học môn GDTC hiện nay còn nhiều hạn chế, chưa thúc đẩy tính tích cực ở người học. Vì vậy, việc nghiên cứu thực trạng để tìm kiếm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC là rất cần thiết.

c. Thực trạng hiệu quả tổ chức HĐTT phong trào của SV Trường ĐHTL

Để đánh giá một cách khách quan về mức độ tham gia HĐTT của SV Trường ĐHTL, luận án đã tiến hành khảo sát thực tiễn trên SV nữ và nam đang học tại trường. Dưới đây là bảng số liệu tổng hợp phản ánh thực trạng kết quả tham gia các HĐTT phong trào, qua đó giúp làm rõ hơn vai trò, mức độ hưởng ứng cũng như những hạn chế còn tồn hiện nay. Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.10.

Bảng 3.10. Thực trạng HĐTT phong trào của SV Trường ĐHTL

Giới tính	Các hoạt động phong trào thể thao cho SV	Kết quả tham gia hoạt động phong trào thể thao năm học 2022-2023							
		≥ 5 lần/tuần		≥ 2 lần/tuần		1 lần/tuần		Không tham gia	
		m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%
Nữ (n=1200)	CLB thể thao	23	1.92	120	10.00	175	14.58	882	73.50
	Cấp trường	20	1.67	133	11.08	244	20.33	803	66.92
	Cấp liên trường	13	1.08	86	7.17	204	17.00	897	74.75
	Trung bình nữ	18.7	1.56	113	9.41	207.7	17.3	860.7	71.7
Nam (n=700)	CLB thể thao	21	3.00	186	26.57	245	35.00	248	35.43
	Cấp trường	22	3.14	191	27.29	312	44.57	175	25.00
	Cấp liên trường	20	2.86	121	17.29	289	41.29	270	38.57
	Trung bình nam	21	3	166	23.7	282	40.3	231	33
Tổng hợp	$\bar{x}$	19.83	2.28	139.5	16.57	244.83	28.79	545.83	52.36
	δ	3.54	0.84	41.09	8.68	51	13.09	347.78	21.84

Qua bảng 3.10 cho thấy mức độ tham gia các HĐTT phong trào của SV Trường ĐHTL còn hạn chế và có sự khác biệt rõ rệt giữa nam và nữ.

Ở nhóm tham gia ≥ 5 lần/tuần, tỷ lệ SV rất thấp ở cả nam và nữ. Trung bình nữ chỉ đạt 1.56%, trong khi nam đạt 3.00%. Cho thấy chỉ một bộ phận rất nhỏ SV duy trì được thói quen tập luyện với tần suất cao. Đối với nhóm tham gia ≥ 2 lần/tuần, tỷ lệ nam sinh cao hơn rõ rệt (23.7%) so với nữ (9.41%), tức cao gấp khoảng 2,5 lần. Sự khác biệt này phản ánh rõ ràng mức độ tích cực hơn của nam sinh trong việc tham gia các HĐTT. Ở nhóm tham gia 1 lần/tuần, nam sinh đạt trung bình 40.3%, cao gấp hơn 2 lần so với nữ (17.3%). Đây là nhóm có tỷ lệ tham gia cao nhất ở cả hai giới, song vẫn cho thấy sự chênh lệch đáng kể về tần suất giữa nam và nữ.

Đáng chú ý, nhóm không tham gia chiếm tỷ lệ cao nhất, đặc biệt ở nữ sinh với trung bình 71.7%, trong khi ở nam chỉ ở mức 33%. Sự khác biệt này phản ánh rào cản giới tính trong việc tham gia HĐTT, có thể bắt nguồn từ yếu tố tâm lý, thời gian, hoặc điều kiện học tập và sinh hoạt.

Tính chung toàn trường, trung bình tỷ lệ SV không tham gia còn ở mức 52.36%, trong khi nhóm tham gia ≥ 2 lần/tuần chỉ đạt 16.57%. Sự chênh lệch này cho thấy HĐTT trong trường vẫn chưa thật sự lan tỏa mạnh mẽ.

Qua phân tích ở trên cho thấy mức độ tham gia thể thao phong trào của SV còn thấp, đặc biệt ở nữ. Nam sinh tích cực hơn rõ rệt ở các mức tham gia ≥ 2 lần/tuần và 1 lần/tuần, trong khi phần lớn nữ sinh vẫn ít tham gia hoặc không tham gia. Thực trạng này đặt ra yêu cầu cấp thiết phải tăng cường công tác tuyên truyền, đổi mới hình thức tổ chức và xây dựng các HĐTT hấp dẫn, phù hợp hơn với nữ sinh, nhằm thúc đẩy sự tham gia rộng rãi và duy trì phong trào thể thao thường xuyên trong Nhà trường.

d. Thực trạng kết quả tham gia các giải thể thao của sinh viên

HĐTT trong môi trường đại học không chỉ là công cụ rèn luyện thể chất thuần túy mà còn đóng vai trò là “chất xúc tác” quan trọng giúp cân bằng đời sống tinh thần và phát triển kỹ năng mềm cho SV. Tuy nhiên, khi nhìn vào bức tranh thực tế, kết quả tham gia các giải thi đấu thể thao hiện nay đang bộc lộ những chỉ số đáng quan ngại. Nghiên cứu vấn đề này tại Trường ĐHTL, kết quả trình bày ở bảng 3.11.

Kết quả ở bảng 3.11 cho thấy, trong giai đoạn 2020–2023, phong trào thể thao

của Trường ĐHTL duy trì được sự tham gia ổn định và có dấu hiệu phát triển tích cực. Tổng cộng, Nhà trường đã tổ chức và tham dự 22 giải thể thao ở các cấp độ khác nhau, bao gồm 09 giải cấp trường, 04 giải liên trường, 02 giải cấp địa phương, 01 giải cấp quốc gia và 06 giải CLB.

**Bảng 3.11. Thực trạng hoạt động thi đấu thể thao của SV
Trường Đại học Thăng Long.**

TT	Kết quả tham gia các giải thể thao 2020 – 2023				
	Các hoạt động	Số lần tham gia	Thành tích		
			Nhất	Nhì	Ba
1	Giải cấp trường	9	1	3	2
2	Giải cấp liên trường	4	1	2	1
3	Giải địa phương	2	1	2	1
4	Giải cấp quốc gia	1	0	0	0
5	Giải câu lạc bộ	6	1	2	2
	Σ	22	4	9	6

Xét về thành tích, tổng số giải Nhất đạt được là 04, giải Nhì 09 và giải Ba 06, cho thấy sự nỗ lực đáng ghi nhận của đội ngũ GV, SV và các CLB thể thao trong Nhà trường. Mặc dù số lượng giải tham gia chưa nhiều, nhưng việc có mặt và đạt thành tích ở tất cả các cấp độ, từ nội bộ trường đến quốc gia, phản ánh nền tảng phong trào thể thao đã được hình thành và phát triển ổn định.

Xét về thành tích, tổng số giải Nhất đạt được là 04, giải Nhì 09 và giải Ba 06, cho thấy sự nỗ lực đáng ghi nhận của đội ngũ GV, SV và các CLB thể thao trong Nhà trường. Mặc dù số lượng giải tham gia chưa nhiều, nhưng việc có mặt và đạt thành tích ở tất cả các cấp độ, từ nội bộ trường đến quốc gia, phản ánh nền tảng phong trào thể thao đã được hình thành và phát triển ổn định.

Đáng chú ý, sự tham gia của Trường ĐHTL tại các giải cấp liên trường và quốc gia cho thấy phong trào thể thao của trường không chỉ giới hạn trong phạm vi nội bộ, mà đã từng bước vươn ra bên ngoài, góp phần nâng cao hình ảnh, thương hiệu và uy tín của Nhà trường trong khối cơ sở giáo dục đại học.

Tuy nhiên, xét trên tổng thể, tần suất tham gia 22 giải trong 03 năm vẫn còn

khiếm tốn so với tiềm năng về quy mô SV và cơ sở vật chất hiện có. Điều này cho thấy phong trào thể thao tuy đã được duy trì nhưng chưa thật sự lan tỏa mạnh mẽ và thường xuyên, cần có cơ chế khuyến khích, hỗ trợ tài chính, và kế hoạch đào tạo vận động viên SV bài bản hơn để phát huy hiệu quả.

Nhìn chung, kết quả đạt được trong giai đoạn 2020–2023 phản ánh nền tảng phong trào thể thao của Trường đã hình thành và có xu hướng phát triển tích cực, song vẫn cần được đầu tư đồng bộ, duy trì tính bền vững và mở rộng phạm vi tham gia nhằm hướng tới mục tiêu xây dựng môi trường GDTC toàn diện, năng động và hội nhập.

3.1.3. Nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Để có thêm cơ sở thực tiễn nghiên cứu tìm kiếm giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL đề tài luận án tiến hành nghiên cứu xác định thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC.

3.1.3.1. Kết quả phân tích SWOT đánh giá thực trạng chung công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Áp dụng phân tích SWOT trên cơ sở kết quả nghiên cứu thực trạng công tác GDTC, luận án đã xác định được một số vấn đề cần quan tâm, đó là:

a. Strengths (Điểm mạnh): Chương trình GDTC được triển khai đúng quy định: Nhà trường thực hiện chương trình GDTC theo đúng thông tư, quy định của Bộ GD&ĐT (Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT); Chất lượng thể lực trung bình của SV vượt chuẩn: Kết quả đánh giá cho thấy SV có chỉ số thể lực cao hơn mức trung bình của Bộ và phù hợp với các nghiên cứu quốc gia; Tổ chức được nhiều HĐTT ngoại khóa: Từ 2022–2023 trường đã tổ chức và tham gia 22 giải thể thao các cấp, đạt được nhiều giải nhất, nhì, ba – thể hiện sự nỗ lực trong thúc đẩy phong trào. Áp dụng công cụ đánh giá khoa học: Sử dụng các phương pháp như Cronbach's Alpha để kiểm định tiêu chí đánh giá, cho thấy sự nghiêm túc trong nghiên cứu.

b. Weaknesses (Điểm yếu): Tỷ lệ SV có kết quả học tập GDTC loại khá – giỏi còn thấp: Nhiều SV xếp loại yếu hoặc chưa đạt, phản ánh hiệu quả giảng dạy chưa

cao; Phương pháp dạy học còn truyền thống: Chủ yếu dùng phương pháp thuyết trình và trực quan, ảnh hưởng không tích cực tới tâm lý người học (chỉ ~5–6% SV đánh giá là “rất tích cực”); Tỷ lệ tham gia HĐTT rất thấp: Trên 50% SV không tham gia HĐTT, đặc biệt là nữ giới (trên 70%); Tính hình thức trong triển khai giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC: Dù có chỉ đạo áp dụng giải pháp, nhưng chưa đi vào thực chất, chưa có chiều sâu.

c. Opportunities (Cơ hội): Hỗ trợ từ chính sách giáo dục quốc gia: Bộ GD&ĐT đã ban hành các khung đánh giá cụ thể, tạo cơ sở pháp lý và định hướng rõ ràng cho GDTC; Xu hướng chú trọng sức khỏe, thể chất sau dịch COVID-19: Xã hội ngày càng quan tâm đến sức khỏe, là cơ hội để GDTC phát triển mạnh và thu hút SV; Tiềm năng phát triển HĐTT phong trào: Việc tổ chức các giải thể thao cấp trường, liên trường có thể được mở rộng thành các phong trào thường xuyên, tăng sự quan tâm từ SV; Khả năng tích hợp GDTC vào các mô hình học tập tích cực hơn: Như học qua trải nghiệm, tổ chức theo câu lạc bộ, hoặc chương trình GDTC linh hoạt.

d. Threats (Thách thức): Nhận thức còn hạn chế từ SV và cán bộ: Một trong những yếu tố ảnh hưởng lớn là thái độ, hứng thú và nhu cầu tập luyện TĐTT còn yếu; Nguồn lực (GV, phương tiện) còn hạn chế: Cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ GDTC chưa đồng đều hoặc còn thiếu, ảnh hưởng đến chất lượng dạy và học; Cạnh tranh về thời gian và ưu tiên học tập: SV thường ưu tiên học chuyên môn, việc tham gia thể chất thường bị xem nhẹ, đặc biệt trong bối cảnh học trực tuyến và khối ngành không thiên về vận động; Chênh lệch thể lực giữa các khóa học và giới tính: Dù thể lực trung bình vượt chuẩn, nhưng có sự khác biệt lớn giữa các năm học và giữa nam – nữ, gây khó khăn trong xây dựng chương trình đồng đều, phù hợp.

3.1.3.2. Gợi ý chiến lược từ SWOT

Từ kết quả phân tích SWOT, luận án hệ thống tổng đa chiều góc nhìn cả bên trong và bên ngoài đối với vấn đề thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng, từ đó thấy rõ điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức.

Kết quả được trình bày ở bảng 3.12.

Bảng 3.12. Chiến lược phát triển từ kết quả phân tích SWOT

Chiến lược	Nội dung
S-O (Phát huy điểm mạnh để tận dụng thời cơ)	Mở rộng quy mô các giải thể thao cấp trường và liên trường; Kết hợp với chính sách Bộ để phát triển GDTC như một lợi thế cạnh tranh; Kết hợp GV có chuyên môn tốt + công nghệ số để xây dựng lớp học thể thao trực tuyến hoặc thử thách theo nhóm.
W-O (Khắc phục điểm yếu để tận dụng thời cơ)	Cải tiến phương pháp dạy học thể chất – chuyển sang học tích cực, dựa vào trải nghiệm; Truyền thông nâng cao nhận thức về lợi ích thể chất; Triển khai gói hỗ trợ như đồng phục thể thao miễn phí...
S-T (Dùng điểm mạnh để đối phó thách thức)	Tăng cường phân tích dữ liệu đánh giá GDTC để cải thiện chất lượng, tạo báo cáo minh bạch; Phát huy thành tích thể thao làm hình mẫu khuyến khích SV; Tạo sân chơi thể thao duy trì sự tham gia của SV; Tổ chức lớp học online để SV dễ tiếp cận...
W-T (Hạn chế điểm yếu và tránh rủi ro)	Xây dựng kế hoạch cải thiện toàn diện – từ nội dung giảng dạy đến cách tổ chức hoạt động; Đa dạng hóa hoạt động ngoài giờ để thu hút SV; Mở rộng nguồn tài trợ, tăng cường hỗ trợ các SV tích cực, điển hình...

3.1.3.3. Kết quả phỏng vấn xác định các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Trong thực tiễn GDTC luôn chịu ảnh hưởng và phụ thuộc bởi nhiều yếu tố khách quan và chủ quan khác nhau. Để xác định các yếu tố chủ yếu ảnh hưởng đến công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL, đề tài tiến hành nghiên cứu tài liệu, quan sát sự phạm và tổng hợp được 16 các yếu tố, theo thứ tự như sau:

1. Tình trạng sức khỏe thể chất và tâm lý
2. Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC
3. Trình độ và kinh nghiệm GDTC của GV
4. Phương tiện, thiết bị dạy học GDTC
5. Nhu cầu rèn luyện thể chất
6. Mật độ tập luyện
7. Cường độ tập luyện
8. Thái độ học tập, rèn luyện thể chất của người tham gia

9. Xu hướng thể thao trường học
10. Điều kiện kinh tế, văn hóa - xã hội
11. Chính sách thể thao của nhà trường
12. Văn hóa nhà trường và cộng đồng
13. Khí hậu và thời tiết
14. Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho SV
15. Quan điểm lãnh đạo, chỉ đạo
16. Phương tiện dạy và học

Trên cơ sở tổng hợp được 16 yếu tố, luận án tiến hành tổ chức đàm thoại khoa học, phỏng vấn chuyên gia để xác định các yếu tố ảnh hưởng cơ bản. Kết quả bảng 3.13

Bảng 3.13. Kết quả phỏng vấn xác định các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL (n = 30)

Các yếu tố ảnh hưởng	Ý kiến chuyên gia										$\bar{x}$ (1-5)	% (Tổng điểm/điểm tối đa)
	Mức 5 đ		Mức 4 đ		Mức 3 đ		Mức 2 đ		Mức 1 đ			
	m _i	Tổng điểm	m _i	Tổng điểm	m _i	Tổng điểm	m _i	Tổng điểm	m _i	Tổng điểm		
1	2	10	2	8	3	9	15	30	8	8	2.17	43.33
2	21	105	9	36	0	0	0	0	0	0	4.70	94.00
3	21	105	9	36	0	0	0	0	0	0	4.70	94.00
4	22	110	8	32	0	0	0	0	0	0	4.73	94.67
5	18	90	11	44	1	3	0	0	0	0	4.57	91.33
6	2	10	3	12	1	3	14	28	10	10	2.10	42.00
7	1	5	2	8	4	12	15	30	8	8	2.10	42.00
8	21	105	9	36	0	0	0	0	0	0	4.70	94.00
9	16	80	14	56	0	0	0	0	0	0	4.53	90.67
10	2	10	3	12	8	24	10	20	7	7	2.43	48.67
11	2	10	3	12	5	15	14	28	6	6	2.37	47.33
12	2	10	2	8	3	9	15	30	8	8	2.17	43.33
13	1	5	2	8	2	6	17	34	8	8	02.03	40.67
14	18	90	12	48	0	0	0	0	0	0	4.60	92.00
15	2	10	3	12	5	15	14	28	6	6	2.37	47.33
16	1	5	2	8	2	6	17	34	8	8	02.03	40.67

Qua bảng 3.13 cho thấy: Mức độ ảnh hưởng của các yếu tố đến hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL có sự phân hóa rõ rệt. Trong tổng số 16 yếu tố được khảo sát, có 07 yếu tố đạt tỷ lệ điểm trung bình từ 80% trở lên so với mức tối đa ($n \times 5$ điểm), phản ánh đây là những yếu tố được các chuyên gia đánh giá có mức ảnh hưởng rất mạnh hoặc ảnh hưởng mạnh đến hiệu quả GDTC. Ngược lại, còn lại 09 yếu tố chỉ đạt dưới 80% điểm tối đa, thể hiện mức độ tác động thấp hơn và chưa đáp ứng tiêu chuẩn lựa chọn trong nghiên cứu này.

Trên cơ sở đó, để đảm bảo độ tin cậy và tính khách quan, luận án chỉ giữ lại 07 yếu tố đạt tiêu chuẩn $\geq 80\%$ điểm tối đa để tiến hành kiểm định độ tin cậy bằng hệ số Cronbach's Alpha, đồng thời loại bỏ 09 yếu tố chưa đạt yêu cầu ($<80\%$) nhằm tập trung phân tích vào những yếu tố có ý nghĩa quyết định hơn đối với công tác GDTC.

Bảng 3.14. Kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach' Alpha

ANOVA	CRONBACH' ALPHA						
Source of Variation	SS	df	MS	F	P-value	F crit	Cronbach's Alpha
Rows	24.7667	29	0.8540	6.244	2.85E-15	1.5327	
Columns	1.05713	6	0.1762	1.2881	0.265	2.1510	
Error	23.8	174	0.1368				0.839838
Total	49.6238	209					

Qua Bảng 3.14 cho thấy: Sau khi loại bỏ 09 yếu tố chưa đạt tiêu chuẩn ($<80\%$ điểm tối đa), kết quả kiểm định độ tin cậy bằng Cronbach's Alpha đối với 07 yếu tố còn lại đạt giá trị 0.839. Đây là mức Alpha cao, phản ánh thang đo có độ tin cậy tốt và sự nhất quán nội tại giữa các biến quan sát.

Như vậy, bằng việc kết hợp phương pháp nghiên cứu tài liệu, quan sát thực tiễn và phỏng vấn chuyên gia, luận án đã xác định được 07 yếu tố then chốt ảnh hưởng đến công tác GDTC tại Trường ĐHTL bao gồm:

1. Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC;
2. Trình độ và kinh nghiệm GDTC của GV;
3. Phương tiện, cơ sở vật chất trang thiết bị;

4. Nhu cầu hoạt động thể chất của SV;
5. Thái độ học tập, rèn luyện thể chất của cán bộ và SV;
6. Xu hướng thể thao trường học;
7. Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho SV.

3.1.3.4. Nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC của SV Trường Đại học Thăng Long

- Đối tượng tham gia nghiên cứu: Sinh viên $n= 800$; Chuyên gia $n=30$
- Thời điểm thực hiện: Năm học 2022 - 2023 tại Trường ĐHTL
- Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.15

**Bảng 3.15. Nghiên cứu ảnh hưởng chung của các yếu tố đến hiệu quả
công tác GDTC Trường ĐHTL (n=830)**

TT	Các yếu tố ảnh hưởng (phỏng vấn n=830)	Rất ảnh hưởng (3 điểm)		Khá ảnh hưởng (2 điểm)		Ít ảnh hưởng (1 điểm)		Ảnh hưởng chung	
		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm	Tổng điểm	% điểm
1.	Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC	129	387	276	552	425	425	1364	54.52
2.	Trình độ và kinh nghiệm GDTC của giảng viên	158	474	378	756	294	294	1524	60.91
3.	Phương tiện dạy học môn GDTC cho sinh viên	177	531	293	586	360	360	1477	59.03
4.	Nhu cầu hoạt động thể chất của sinh viên	137	411	255	510	438	438	1359	54.32
5.	Thái độ học tập rèn luyện thể thao của người tham gia	112	336	273	546	445	445	1327	53.04
6.	Xu hướng thể thao trường học	265	795	279	558	286	286	1639	65.51
7.	Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho sinh viên	127	381	278	556	425	425	1362	54.44
Trung bình chung		157.86	473.57	290.29	580.57	381.86	381.86	1436	57.39
Max		265	795	378	756	445	445	1639	65.51
Min		112	336	255	510	286	286	1327	53.04

Quả bảng 3.15 cho thấy: Cả bảy yếu tố khảo sát đều có ảnh hưởng nhất định đến hiệu quả công tác GDTC của Trường ĐHTL, tuy nhiên mức độ tác động có sự khác biệt rõ rệt. Yếu tố có tác động mạnh nhất là Xu hướng thể thao trường học, với 1639 điểm (65.51%), vượt trội so với các yếu tố khác. Điều này phản ánh rằng phong trào thể thao và xu thế hoạt động tập thể trong môi trường học đường có vai trò quan trọng hàng đầu, vừa tạo động lực rèn luyện cho SV, vừa nâng cao tính lan tỏa và hiệu quả GDTC ở cấp toàn trường.

Yếu tố Trình độ và kinh nghiệm GDTC của đội ngũ GV đứng ở vị trí tiếp theo, đạt 1524 điểm (60.91%). Kết quả này khẳng định chất lượng chuyên môn, năng lực sư phạm và kinh nghiệm thực tiễn của GV là nền tảng quan trọng để triển khai thành công các chương trình GDTC. Bên cạnh đó, Phương tiện dạy học môn GDTC cũng được đánh giá cao, với 1477 điểm (59.03%), cho thấy cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện và phương tiện hỗ trợ là điều kiện thiết yếu để nâng cao hiệu quả giảng dạy, nhất là trong bối cảnh yêu cầu đổi mới phương pháp đang ngày càng được đặt ra.

Ở mức độ tác động trung bình, các yếu tố như Nhận thức của người tham gia về vai trò GDTC (1364 điểm, 54.52%), Nhu cầu hoạt động thể chất của SV (1359 điểm, 54.32%) và Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC (1362 điểm, 54.44%) đều có điểm số khá tương đồng. Điều này cho thấy mặc dù SV có nhu cầu và nhận thức nhất định, nhưng chưa thực sự nổi bật; đồng thời công tác quản lý, chỉ đạo cũng chưa tạo được sự khác biệt lớn trong việc thúc đẩy hiệu quả GDTC.

Yếu tố có mức tác động thấp nhất là Thái độ học tập và rèn luyện thể thao của người tham gia, chỉ đạt 1327 điểm (53.04%). Đây là minh chứng rõ ràng rằng mặc dù có phong trào và chương trình, song nếu bản thân SV thiếu động cơ và thái độ tích cực trong rèn luyện thì hiệu quả GDTC khó đạt được tối ưu. Sự chênh lệch giữa nhóm yếu tố mang tính định hướng (xu hướng thể thao, chỉ đạo, phương tiện) và nhóm yếu tố mang tính cá nhân (nhu cầu, thái độ, nhận thức) cho thấy một trong những thách thức lớn nhất hiện nay chính là làm thế nào để thay đổi hành vi và khuyến khích SV tham gia một cách chủ động, tự giác.

Như vậy, các số liệu khẳng định rằng để nâng cao hiệu quả GDTC, Nhà trường

không chỉ cần phát huy thế mạnh sẵn có từ xu hướng thể thao học đường và nâng cao năng lực GV, mà đồng thời phải quan tâm hơn tới việc cải thiện nhận thức, thái độ và động cơ rèn luyện của SV. Chỉ khi kết hợp hài hòa giữa yếu tố phong trào, cơ sở vật chất, chuyên môn giảng dạy và yếu tố tâm lý – hành vi của người học thì hiệu quả GDTC mới được nâng lên toàn diện và bền vững.

Để có căn cứ khoa học trong việc đánh giá sự tác động của từng yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC, luận án tiến hành điều tra thực tiễn.

Yếu tố 1: Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC.

Người tham gia GDTC được xác định là đối tượng nhận thức về vai trò của GDTC bao gồm: Cán bộ quản lý, nhà khoa học, GV và SV Trường ĐHTL (n=830).

Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.16

Bảng 3.16. Nghiên cứu ảnh hưởng ở nhận thức của người tham gia về vai trò công tác GDTC

Trường Đại học Thăng Long

TT	Nhận thức của cán bộ, GV, SV về vai trò của GDTC (n=830)	Các mức độ ảnh hưởng của nhận thức về vai trò GDTC						$\bar{x}$	Tổng điểm	% Điểm	So sánh	
		Rất ảnh hưởng (3 điểm)		Khá ảnh hưởng (2 điểm)		Ít ảnh hưởng (1 điểm)					X2	df
		m _i	Điểm	m _i	Điểm	m _i	Điểm					
1.	Giáo dục ý chí, đạo đức	95	285	315	630	424	424	1.61	1339	53.52	226.85	8
2.	Sử dụng quỹ thời gian hợp lý, phòng tránh tệ nạn xã hội	218	654	354	708	262	262	1.95	1624	64.91		
3.	Phát triển thể lực	253	759	325	650	256	256	2.00	1665	66.55		
4.	Tạo hưng phấn, giúp tiếp thu các môn học tốt hơn	107	321	375	750	352	352	1.71	1423	56.87		
5.	Giải trí, thư giãn	118	354	362	724	354	354	1.72	1432	57.23		
Tổng		791	2373	1731	3462	1648	1648		7483	299.08	p-value <0.001	
Max		253	759	375	750	424	424		1665	66.55		
Min		95	285	315	630	256	256		1339	53.52		

Qua bảng 3.16 cho thấy: Nhận thức của cán bộ, GV và SV về vai trò của GDTC tại Trường ĐHTL có ảnh hưởng nhất định nhưng mức độ tác động chưa cao và khá chênh lệch giữa các yếu tố. Trong năm yếu tố khảo sát, Phát triển thể lực được đánh giá cao nhất, với 1665 điểm (66.55%), khẳng định rằng phần lớn người tham gia nhìn nhận GDTC trước hết gắn liền với mục tiêu tăng cường thể lực và sức khỏe. Đây cũng là mục tiêu cơ bản, lâu dài và dễ nhận thấy nhất của GDTC.

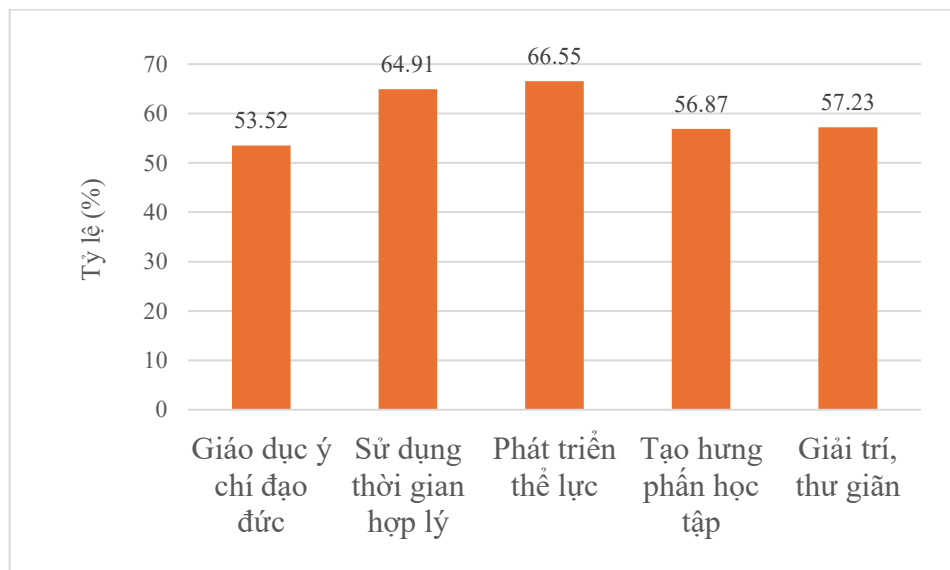
Yếu tố Sử dụng quỹ thời gian hợp lý, phòng tránh tệ nạn xã hội xếp ở vị trí tiếp theo, đạt 1624 điểm (64.91%). Điều này phản ánh rằng GDTC không chỉ giúp cải thiện sức khỏe mà còn được nhận thức như một kênh tích cực để quản lý thời gian, giảm thiểu nguy cơ tham gia các hoạt động không lành mạnh. Cùng với đó, yếu tố Giải trí, thư giãn (1432 điểm, 57.23%) và Tạo hưng phấn, giúp tiếp thu các môn học tốt hơn (1423 điểm, 56.87%) cũng được đánh giá có tác động ở mức trung bình. Điều này cho thấy ngoài rèn luyện thể chất, người học còn kỳ vọng GDTC mang lại sự cân bằng tinh thần, tạo động lực và hỗ trợ hiệu quả cho quá trình học tập các môn chuyên môn khác.

Ngược lại, yếu tố có mức tác động thấp nhất là giáo dục ý chí, đạo đức, chỉ đạt 1339 điểm (53.52%). Kết quả này phản ánh một thực tế rằng SV và cả GV chưa thực sự coi trọng hoặc chưa cảm nhận rõ vai trò của GDTC trong việc hình thành phẩm chất ý chí và đạo đức. Đây là một hạn chế cần được khắc phục, bởi trong nhiều nghiên cứu, GDTC được xem là môi trường rèn luyện ý chí, tính kỷ luật và tinh thần tập thể – những yếu tố quan trọng đối với sự phát triển nhân cách SV.

Kết quả kiểm định thống kê với $\chi^2 = 409.10$, $df = 8$, $p < 0.001$ cho thấy sự khác biệt giữa các yếu tố là có ý nghĩa. Điều này khẳng định rằng không phải tất cả các khía cạnh nhận thức đều có tác động như nhau, mà có sự phân hóa rõ rệt giữa nhóm yếu tố liên quan đến thể lực, sức khỏe với nhóm yếu tố liên quan đến phẩm chất và ý chí. Nói cách khác, SV có xu hướng đánh giá cao lợi ích thể chất trực tiếp của GDTC, trong khi giá trị về tinh thần, đạo đức và ý chí chưa được nhìn nhận đầy đủ.

Như vậy, có thể kết luận rằng nhận thức của người tham gia về vai trò GDTC tại Trường ĐHTL tuy đã bao quát nhiều khía cạnh, nhưng vẫn còn thiên lệch và chưa

phát huy được giá trị toàn diện của GDTC. Trong thời gian tới, công tác giáo dục cần chú trọng nâng cao nhận thức về mặt giáo dục ý chí, đạo đức và tinh thần tập luyện cho sinh viên, bên cạnh việc duy trì các yếu tố về phát triển thể lực, sử dụng thời gian hợp lý và giải trí. Đây là giải pháp quan trọng để nâng cao hiệu quả GDTC một cách toàn diện, không chỉ dừng lại ở rèn luyện sức khỏe mà còn góp phần hình thành phẩm chất và năng lực của SV trong môi trường đại học.



Biểu đồ 3.5. Sự ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC của nhận thức người tham gia

Qua biểu đồ 3.5 cho thấy:

- Phát triển thể lực (66,55%): Phản ánh quan niệm phổ biến rằng GDTC gắn liền với sức khỏe và năng lực vận động.
- Sử dụng thời gian hợp lý (64,91%): Được đánh giá tương đối cao, cho thấy người học đánh giá GDTC như một kênh quản lý thời gian tích cực, giảm lãng phí và tăng tính tổ chức sinh hoạt.
- Giải trí, thư giãn (57,23%) và tạo hứng phấn học tập (56,67%): Hai yếu tố này ở mức trung bình, thể hiện SV cũng nhìn GDTC như một hoạt động hỗ trợ tinh thần, chứ không chỉ thuần túy rèn thể chất.
- Giáo dục ý chí, đạo đức (53,52%): Thấp nhất, nghĩa là vai trò GDTC đối với phẩm chất nhân cách chưa được đánh giá cao bằng các khía cạnh khác.

- Xu hướng chung: Người tham gia coi GDTC ưu tiên cho thể lực và tổ chức đời sống, trong khi vai trò giáo dục nhân cách chưa nổi bật.

- Khoảng cách đánh giá: Có sự chênh lệch ~13% giữa “thấp nhất” (ý chí, đạo đức) và “cao nhất” (thể lực).

Yếu tố 2: Trình độ và kinh nghiệm GDTC của giảng viên.

- Trình độ chuyên môn giúp GV dạy đúng, dạy trúng, dạy hay, dạy hiệu quả. Kinh nghiệm giúp GV xử lý tốt các tình huống, truyền cảm hứng và tối ưu hóa việc giảng dạy. Trình độ và kinh nghiệm là những yếu tố quan trọng để nâng cao hiệu quả công tác GDTC, giúp SV có nền tảng tri thức và kỹ năng bảo vệ, rèn luyện sức khỏe vững chắc, đặc biệt là thúc đẩy hứng thú, niềm đam mê, yêu thích thể thao ở người học. Luận án tiến hành điều tra thống kê thực tiễn kết quả được trình bày ở bảng 3.17.

Bảng 3.17. Thực trạng trình độ và kinh nghiệm của GV GDTC

Trường Đại học Thăng Long

Trình độ và kinh nghiệm/Số lượng	Trình độ			Kinh nghiệm		Ngoại ngữ		Tin học
	TS	Ths	CN	> 10 năm	< 10 năm	B2	B1	A
	1	4	4	3	6	2	7	9

Qua bảng 3.17 cho thấy: Trường ĐHTL có 09 GV GDTC, trong đó: Tiến sĩ có 01 GV, thạc sĩ có 04 GV, còn lại là cử nhân. Thâm niên kinh nghiệm có 03 GV >10 năm giảng dạy, 06 GV có <10 năm kinh nghiệm giảng dạy. Trình độ B2 có 02 GV, B1 có 07 GV. Trình độ tin học A có 09 GV.

Để xác định sự ảnh hưởng của trình độ, kinh nghiệm GDTC đối với việc dạy học, luận án tiến hành điều tra trên 800 SV. Kết quả được trình bày ở bảng 3.18

Qua bảng 3.18 cho thấy: Ảnh hưởng của trình độ và kinh nghiệm giảng dạy môn GDTC tại Trường ĐHTL nhìn chung còn hạn chế, khi phần lớn ý kiến tập trung ở mức Khá ảnh hưởng hoặc Ít ảnh hưởng, trong khi tỷ lệ đánh giá Rất ảnh hưởng còn khá thấp ở hầu hết các khía cạnh.

Ở nhóm yếu tố được đánh giá cao, khả năng nghiên cứu và cập nhật kiến thức cùng với phát triển nội dung linh hoạt đều có tỷ lệ “Rất ảnh hưởng” đạt 9.13%, kèm

theo mức “Khá ảnh hưởng” tương ứng 44.75% và 45.63%. Đây là tín hiệu tích cực, cho thấy GV được ghi nhận ở khả năng đổi mới và bổ sung kiến thức trong quá trình dạy học.

Bảng 3.18. Ảnh hưởng của trình độ, kinh nghiệm dạy học môn GDTC (n=800)

TT	Nội dung ảnh hưởng	Các mức độ ảnh hưởng					
		Rất ảnh hưởng		Khá ảnh hưởng		Ít ảnh hưởng	
		mi	%	mi	%	mi	%
1.	Kiến thức lý thuyết thực hành chuyên sâu	52	6.5	355	44.38	393	49.125
2.	Phương pháp dạy hiệu quả	55	6.88	337	42.13	408	51
3.	Sử dụng công nghệ trong giảng dạy	62	7.75	386	48.25	352	44
4.	Khả năng nghiên cứu và cập nhật kiến thức	73	9.13	358	44.75	369	46.125
5.	Khả năng xử lý tình huống	16	2	326	40.75	458	57.25
6.	Khả năng truyền cảm hứng	65	8.13	287	35.88	448	56
7.	Phát triển nội dung linh hoạt	73	9.13	365	45.63	362	45.25

Tuy nhiên, nhiều khía cạnh then chốt lại bị đánh giá thấp. Đáng chú ý, khả năng xử lý tình huống chỉ có 2% ý kiến ở mức “Rất ảnh hưởng”, trong khi có tới 57.25% đánh giá “Ít ảnh hưởng”. Tương tự, khả năng truyền cảm hứng cũng chỉ đạt 8.13% Rất ảnh hưởng, nhưng có tới 56% ở mức “Ít ảnh hưởng”. Điều này phản ánh hạn chế trong việc tạo động lực và sự gắn kết cho sinh viên trong quá trình học tập.

Một số yếu tố khác như sử dụng công nghệ trong giảng dạy (7.75% Rất ảnh hưởng, 48.25% Khá ảnh hưởng) hay phương pháp dạy hiệu quả (6.88% Rất ảnh hưởng, 42.13% Khá ảnh hưởng) cũng cho thấy mức độ áp dụng và hiệu quả chưa thực sự nổi bật. Trong khi đó, kiến thức lý thuyết thực hành chuyên sâu được nhìn nhận chủ yếu ở mức Khá và Ít ảnh hưởng, với gần một nửa SV (49.13%) cho rằng yếu tố này chỉ tác động ở mức thấp.

Như vậy, số liệu cho thấy SV đánh giá cao nhất các yếu tố gắn với đổi mới, cập nhật kiến thức và phát triển nội dung, trong khi những kỹ năng sư phạm quan trọng như xử lý tình huống, truyền cảm hứng và phương pháp dạy hiệu quả lại chưa được phát huy đầy đủ. Ngoài ra, kết quả cho thấy ảnh hưởng của trình độ và kinh nghiệm giảng dạy môn GDTC của đội ngũ GV vẫn chưa phát huy được tối đa hiệu quả. Thực tế, trong số 9 GV GDTC hiện có, chỉ 3 người có trên 10 năm kinh nghiệm, trong khi 6 người có dưới 10 năm. Đây có thể là một trong những nguyên nhân dẫn tới tỷ lệ đánh giá ít ảnh hưởng cao. Do đó, để nâng cao hiệu quả, Nhà trường cần chú trọng hơn vào bồi dưỡng năng lực sư phạm, khả năng truyền cảm hứng và kỹ năng xử lý tình huống của GV, đồng thời kết hợp tăng cường ứng dụng công nghệ trong giảng dạy.

Yếu tố 3: Phương tiện vật chất dạy học môn GDTC cho sinh viên.

Luận án tiến hành thống kê thực tiễn hiệu quả sử dụng phương tiện cơ sở vật chất trang thiết bị trong công tác GDTC Trường ĐHTL năm học 2022 - 2023. Phương pháp điều tra: Khảo sát thống kê thực tiễn và đánh giá của 09 GV trong Bộ môn GDTC Trường ĐHTL.

Trong nghiên cứu này, việc đánh giá chất lượng phương tiện và cơ sở vật chất GDTC được hiểu là sự xem xét tổng hợp về tình trạng kỹ thuật, mức độ sử dụng, và khả năng đáp ứng yêu cầu giảng dạy - học tập của từng hạng mục thiết bị. Các chỉ báo “Tốt”, “Bình thường” và “Kém” trong bảng 3.19 phản ánh đánh giá cảm nhận chuyên môn của GV về mức độ phù hợp, độ bền và khả năng phục vụ thực tế của từng loại phương tiện, không chỉ đơn thuần là kiểm tra tình trạng vật lý của thiết bị, dụng cụ, cơ sở vật chất. Vì vậy, kết quả không chỉ cho thấy tình trạng kỹ thuật, mà còn phản ánh hiệu quả khai thác và mức độ đáp ứng mục tiêu đào tạo trong công tác GDTC của Nhà trường.

Qua bảng 3.19 cho thấy. Thực trạng cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ cho công tác GDTC của Trường ĐHTL tương đối đa dạng, bao gồm các sân bãi (bóng chuyền, bóng rổ...), nhà tập (bóng bàn, GYM...), cùng với hệ thống dụng cụ cơ bản như bóng, vợt, bàn, dây nhảy và đồng hồ bấm giờ. Tuy nhiên, chất lượng sử dụng của các phương tiện này còn có sự chênh lệch đáng kể.

Bảng 3.19. Đánh giá thực trạng chất lượng sử dụng phương tiện, trang thiết bị phục vụ cho công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

TT	Phương tiện trang thiết bị GDTC.	Tổng số lượng	Chất lượng dụng cụ, thiết bị, cơ sở vật chất					
			Tốt		Bình thường		Kém	
			Số lượng	%	Số lượng	%	Số lượng	%
1	Sân Bóng chuyền ngoài trời	01	0	0	01	100	0	0
2	Quả Bóng chuyền	40	25	62.5	15	37.5	0	0
3	Sân Bóng rổ ngoài trời	01	0	0	01	100	0	0
4	Cột ném rổ	04	02	50	02	50	0	0
5	Quả Bóng rổ	40	25	62.5	12	30	03	7.5
6	Nhà tập Bóng bàn	01	0	0	01	100	0	0
7	Bàn Bóng bàn	06	04	66.67	01	16.67	01	16.67
8	Vợt Bóng bàn	40	25	62.5	12	30	03	7.5
9	Quả Bóng bàn	60	40	66.67	20	33.33	0	0
10	Nhà tập thể dục	01	0	0	01	100	0	0
11	Phòng (GYM) Fitness	01	01	100	0	0	0	0
12	Quả bóng đá	30	20	66.67	07	23.33	03	10
13	Dây nhảy	32	08	25	22	68.75	02	6.25
14	Đồng hồ bấm giờ	04	04	100	0	0	0	0
15	Sân chung (mái vòm)	01	0	0	01	100	0	0

Trong số các hạng mục, một số phương tiện có tỷ lệ đánh giá tốt cao, tiêu biểu như đồng hồ bấm giờ (100%), phòng tập GYM (100%), quả bóng bàn (66.67%) và quả bóng đá (66.67%). Ngược lại, nhiều hạng mục có tỷ lệ chỉ ở mức bình thường hoặc thấp, chẳng hạn như sân bóng chuyền ngoài trời (100% bình thường), sân bóng rổ ngoài trời (100% bình thường), dây nhảy (68.75% bình thường, chỉ 25% tốt), hay khả năng khai thác bàn bóng bàn (chỉ 66.67% tốt nhưng còn 16.67% kém). Đặc biệt, một số dụng cụ có tỷ lệ đánh giá kém đáng kể như quả bóng rổ (7.5%), vợt bóng bàn (7.5%) và quả bóng đá (10%).

Kết quả tổng hợp phản ánh xu thế chung là chất lượng thiết bị thiên về mức

trung bình; Tỷ lệ đạt mức tốt còn hạn chế và tình trạng đánh giá kém tuy không phổ biến nhưng vẫn hiện hữu. Điều này phản ánh rằng, mặc dù cơ sở vật chất và thiết bị của nhà trường khá phong phú, song chất lượng và hiệu quả sử dụng chưa thật sự đáp ứng yêu cầu giảng dạy và học tập.

Như vậy, có thể khẳng định rằng cơ sở vật chất và trang thiết bị là yếu tố then chốt ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả giảng dạy GDTC. Thực tiễn tại Trường ĐHTL cho thấy vẫn còn tình trạng thiết bị xuống cấp hoặc chưa được đầu tư đồng bộ, dẫn tới việc khai thác chưa tối ưu. Đây có thể coi là một nguyên nhân quan trọng ảnh hưởng đến kết quả học tập môn GDTC, đồng thời cũng là căn cứ để Nhà trường cần có kế hoạch nâng cấp, bảo trì và bổ sung trang thiết bị trong thời gian tới.

Yếu tố 4: Nhu cầu hoạt động thể chất của sinh viên.

Luận án tiến hành tổ chức điều tra thu thập thông tin về vấn đề này trên 800 sinh viên (nữ 400 và nam 400) đang học tập tại Trường ĐHTL. Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.20.

Qua bảng 3.20 cho thấy: Nhu cầu tập luyện thể thao của SV có ảnh hưởng trực tiếp và rõ rệt đến hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL. Những SV có nhu cầu tập luyện thường xuyên (ví dụ: “muốn tập thể thao” hoặc lựa chọn các môn bóng, võ, nghệ thuật) đa số đánh giá ở mức Rất ảnh hưởng hoặc Khá ảnh hưởng. Điều này chứng tỏ khi nhu cầu rèn luyện được đáp ứng, SV có động lực học tập tốt hơn, dễ tham gia tích cực vào các hoạt động GDTC. Ngược lại, ở nhóm SV tập thể thao tùy hứng hoặc không muốn tập luyện, tỷ lệ đánh giá ở mức Ít ảnh hưởng khá cao, phản ánh sự hạn chế trong động cơ và thói quen vận động. Điều này có thể ảnh hưởng tiêu cực đến quá trình tổ chức giảng dạy, khiến hiệu quả chung của môn GDTC chưa đạt như mong muốn.

Xét theo giới tính, nam SV thường thể hiện nhu cầu cao hơn và ổn định hơn, đặc biệt ở nhóm muốn tập thể thao (74% rất ảnh hưởng), trong khi nữ SV có sự phân tán hơn, với một bộ phận đáng kể ở nhóm không muốn tập luyện. Sự khác biệt này cho thấy hiệu quả GDTC không chỉ phụ thuộc vào điều kiện cơ sở vật chất và giảng dạy, mà còn chịu ảnh hưởng lớn từ nhu cầu tập luyện vốn có của từng nhóm SV.

**Bảng 3.20. Sự ảnh hưởng của nhu cầu tập luyện thể thao của SV
đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL**

Nhu cầu hoạt động thể chất của SV		Rất ảnh hưởng		Khá ảnh hưởng		Ít ảnh hưởng	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
Nữ (n=400)	Muốn tập thể thao	158	39.5	121	30.25	121	30.25
	Tập thể thao tùy hứng	283	70.75	103	25.75	14	3.5
	Không muốn tập luyện	125	31.25	117	29.25	158	39.5
	Các môn bóng	118	29.5	118	29.5	164	41
	Các môn võ	277	69.25	105	26.25	18	4.5
	Các môn nghệ thuật	255	63.75	127	31.75	18	4.5
	Các môn trí tuệ	163	40.75	125	31.25	112	28
	Các môn khác	228	57	138	34.5	34	8.5
	Trung bình	200.88	50.22	119.25	29.82	79.88	19.97
Nam (n=400)	Muốn tập thể thao	296	74	85	21.25	19	4.75
	Tập thể thao tùy hứng	177	44.25	137	34.25	86	21.5
	Không muốn tập luyện	92	23	226	56.5	82	20.5
	Các môn bóng	185	46.25	153	38.25	62	15.5
	Các môn võ	208	52	114	28.5	78	19.5
	Các môn nghệ thuật	86	21.5	138	34.5	176	44
	Các môn trí tuệ	92	23	103	25.75	205	51.25
	Các môn khác	258	64.5	137	34.25	5	1.25
	Trung bình	174.25	43.56	136.63	34.15	89.13	22.28

Như vậy, kết quả nghiên cứu khẳng định rằng nhu cầu tập luyện thể thao là yếu tố tác động mạnh mẽ đến hiệu quả GDTC. Việc khơi gợi, duy trì và phát triển nhu cầu này – thông qua đa dạng hóa hình thức tập luyện, tạo môi trường học tập hấp dẫn và phù hợp với sở thích từng giới – sẽ góp phần nâng cao chất lượng và hiệu quả của công tác GDTC tại Nhà trường.

Yếu tố 5: Thái độ học tập rèn luyện thể thao của người tham gia.

- Luận án khai thác thông tin những người tham gia: Thái độ của người tham gia là yếu tố then chốt quyết định tính hiệu quả và sự lan tỏa của công tác GDTC

trong Nhà trường. Đây không chỉ là biểu hiện của ý thức hệ cá nhân mà còn là lăng kính phản ánh thực trạng xây dựng văn hóa thể thao học đường. Luận án nghiên cứu vấn đề này, thông qua điều tra thực tiễn đối với cán bộ và SV Trường ĐHTL. Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.21.

Bảng 3.21. Sự ảnh hưởng của thái độ tập luyện thể thao của cán bộ và SV Trường ĐHTL đến hiệu quả công tác GDTC

Thái độ đối với hoạt động thể chất của người tham gia.	Rất ảnh hưởng		Khá ảnh hưởng		Ít ảnh hưởng		So sánh	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ ²	df
Chuyên gia (n = 30)	4	13.33	18	60.00	8	26.67	12.9	2
Sinh viên (n = 800)	151	18.87	293	36.62	356	44.5		
Trung bình	77.5	16.1	155.5	48.31	182	35.585	P<0.05	

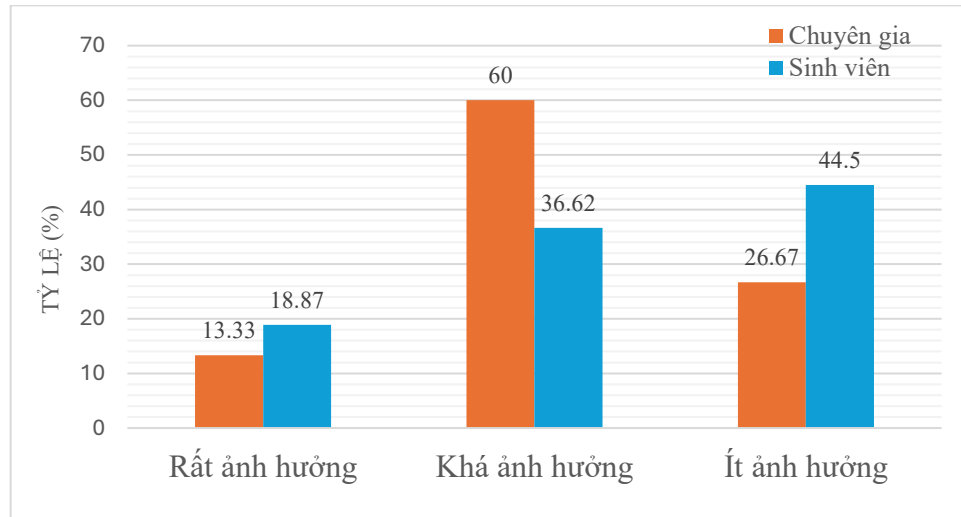
Qua bảng 3.21 cho thấy: Thái độ tập luyện thể thao của cán bộ và SV Trường ĐHTL có sự khác biệt đáng kể giữa các nhóm được khảo sát. Nhìn chung, nhóm đánh giá “Rất ảnh hưởng” chiếm tỷ lệ trung bình 16.1%, nhóm “Khá ảnh hưởng” đạt 48.31%, trong khi nhóm “Ít ảnh hưởng” là 35.59%. Điều này cho thấy phần lớn người được hỏi cho rằng thái độ tập luyện thể thao có ảnh hưởng rõ rệt đến hiệu quả công tác GDTC trong Nhà trường.

Xét theo từng nhóm đối tượng, chuyên gia có tỷ lệ đánh giá “Rất ảnh hưởng” là 13.33%, chủ yếu tập trung ở mức “Khá ảnh hưởng” (60%), cho thấy họ nhìn nhận yếu tố thái độ như một yếu tố quan trọng trong tổ chức và giảng dạy HĐTT.

Đối với SV, kết quả cho thấy sự phân tán rõ hơn: 18.87% đánh giá “Rất ảnh hưởng”, 36.62% “Khá ảnh hưởng” và 44.5% “Ít ảnh hưởng”, phản ánh mức độ nhận thức và động lực tập luyện còn chưa đồng đều giữa các nhóm.

Kết quả kiểm định thống kê Chi-square ($\chi^2 = 12.9$, df = 2, p < 0.05) cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở mức $\alpha = 0.05$ giữa các nhóm đối tượng được khảo sát. Như vậy, có thể bác bỏ giả thuyết H_0 (“không có sự khác biệt về thái độ tập

luyện thể thao giữa các nhóm”) và khẳng định rằng thái độ tập luyện thể thao thực sự khác biệt giữa chuyên gia và SV.



Biểu đồ 3.6. Sự ảnh hưởng của thái độ tập luyện thể thao đến hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Qua biểu đồ 3.6. Cho thấy nhìn tổng thể, thái độ tích cực của cán bộ và GV là yếu tố quan trọng, có tác dụng định hướng và lan tỏa tinh thần thể thao trong toàn trường. Tuy nhiên, tỷ lệ “Ít ảnh hưởng” của SV còn khá cao (44.5%) cho thấy việc hình thành nhận thức và thói quen rèn luyện thể thao ở người học vẫn còn hạn chế. Điều này đặt ra yêu cầu cần tăng cường các hoạt động truyền thông, tổ chức phong trào thể thao đa dạng và khuyến khích sự tham gia tự nguyện của SV, nhằm tạo chuyển biến rõ nét hơn về thái độ, từ đó nâng cao hiệu quả GDTC toàn trường.

Yếu tố 6: Xu hướng thể thao trường học.

Trong bối cảnh thể thao hướng tới sự phát triển toàn diện thể lực, tâm lý kỹ năng sống và tăng cường giá trị cộng đồng cho người học thì thể thao trường học không đơn thuần là những bài tập với những động tác truyền thống, mà có nhiều thay đổi mang tính hiện đại hơn, phù hợp với yêu cầu của phát triển xã hội. Nghiên cứu thực trạng vấn đề này, đề tài tiến hành tổ chức điều tra trên các đối tượng là các cán bộ quản lý, GV và SV Trường ĐHTL.

- Đối tượng điều tra: Chuyên gia n=30; Sinh viên n=800.
- Thời điểm thực hiện: Tháng 4 năm 2024.

- Địa điểm thực hiện: Trường ĐHTL.
- Nội dung xu hướng thể thao trường học
 - + Nhóm xu hướng 1: Tăng cường thể thao toàn diện trong chương trình chính khóa.
 - + Nhóm xu hướng 2: Ứng dụng công nghệ trong quản lý và đào tạo.
 - + Nhóm xu hướng 3: Phát triển mô hình thể thao mở và cộng đồng hóa.
- Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.22.

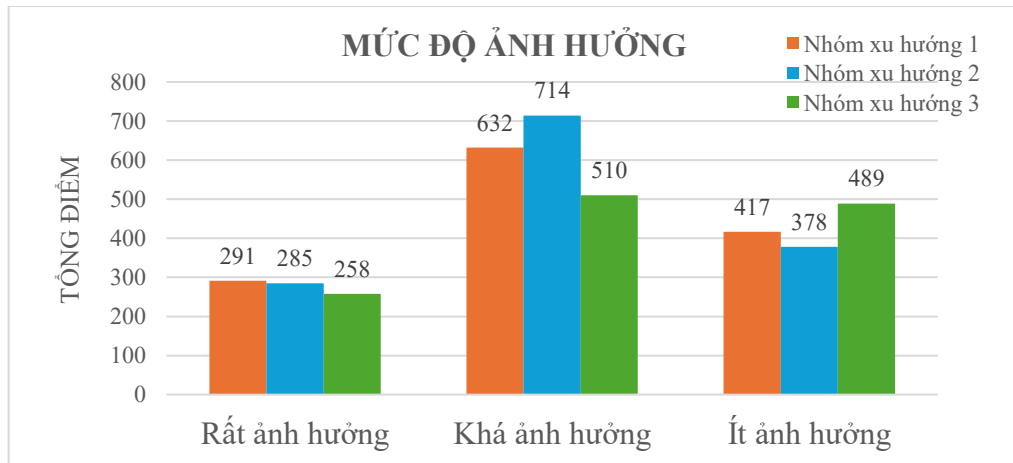
Bảng 3.22. Ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học đến hiệu quả công tác GDTC theo nhận định của chuyên gia, GV và SV (n=830)

Xu hướng thể thao trường học	Rất ảnh hưởng (3 điểm)		Khá ảnh hưởng (2 điểm)		Ít ảnh hưởng (1 điểm)		Tổng điểm	%(Tổng điểm/điểm tối đa)	χ^2 df=4
	m_i	điểm	m_i	điểm	m_i	điểm			
Nhóm xu hướng 1	97	291	316	632	417	417	1340	53.82	116.4
Nhóm xu hướng 2	95	285	357	714	378	378	1377	55.30	
Nhóm xu hướng 3	86	258	255	510	489	489	1257	50.48	
Trung bình	92.67	278	309.33	618.67	489	489	1377	55.30	p-value <0.001
Max	97	291	357	714	378	378	1257	50.48	
Min	86	258	255	510	417	417	1340	53.82	

Qua Bảng 3.22 cho thấy, mức độ ảnh hưởng của các xu hướng thể thao trường học đến hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL còn ở mức trung bình. Cụ thể, nhóm xu hướng 1 đạt tổng điểm 1340, tương ứng 53.82% so với điểm tối đa; nhóm xu hướng 2 đạt 1377 điểm (55.30%); trong khi nhóm xu hướng 3 đạt 1257 điểm (50.48%). Như vậy, cả ba nhóm xu hướng đều có mức độ tác động chưa vượt quá 60% điểm tối đa, phản ánh ảnh hưởng còn hạn chế và chưa thật sự hiệu quả.

Kết quả kiểm định Chi-Square (χ^2) với giá trị $\chi^2 = 116.40$, df = 4, cho thấy $p < 0.001$. Điều này khẳng định có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê rất cao trong phân

bố tần suất giữa các nhóm xu hướng. Nói cách khác, các xu hướng phát triển thể thao trường học chưa được triển khai đồng đều: một số xu hướng nhận được sự quan tâm và tác động rõ nét hơn, trong khi những xu hướng khác vẫn còn mờ nhạt và ít được chú trọng trong thực tiễn.



Biểu đồ 3.7. Sự ảnh hưởng của xu hướng thể thao trường học đến hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL

Qua biểu đồ 3.7 phản ánh sự phân bố tần suất đánh giá mức độ ảnh hưởng của ba nhóm xu hướng thể thao trường học đến công tác GDTC tại Trường ĐHTL qua ba mức độ: Rất ảnh hưởng, Khá ảnh hưởng và Ít ảnh hưởng

Kết quả cho thấy, cả ba nhóm xu hướng đều tập trung chủ yếu ở mức Khá ảnh hưởng, chiếm ưu thế trong tổng điểm. Đáng chú ý, nhóm xu hướng 02 có số điểm ở mức Khá ảnh hưởng cao nhất (714 điểm), cho thấy xu hướng này có tác động ổn định nhưng chưa thật sự nổi bật. Ở mức Rất ảnh hưởng, số điểm dao động từ 258 đến 291, trong đó nhóm xu hướng 01 đạt cao nhất (291 điểm), nhỉnh hơn hai nhóm còn lại (nhóm 2 = 285 điểm; nhóm 3 = 258 điểm). Tuy nhiên, xét tổng thể, điểm số của cả ba nhóm vẫn chỉ dao động từ 50.48% đến 55.30% so với điểm tối đa, chưa vượt ngưỡng 60%. Điều này cho thấy phần lớn người tham gia khảo sát đánh giá rằng các xu hướng thể thao trường học hiện nay mới chỉ có ảnh hưởng ở mức trung bình, chưa phát huy được tác động rõ rệt đối với hiệu quả công tác GDTC.

Kết quả này cho thấy rằng để nâng cao hiệu quả, Nhà trường cần có chiến lược đồng bộ và đầu tư nhiều hơn vào việc phát triển, triển khai các xu hướng thể thao

trường học, nhằm gia tăng mức độ tác động tích cực đến quá trình dạy – học GDTC.

Yếu tố 7: Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho sinh viên.

Vai trò định hướng của công tác chỉ đạo trong GDTC quyết định tính khả thi và bền vững của mục tiêu phát triển con người toàn diện. Sự quan tâm sát sao từ cấp quản lý không chỉ tháo gỡ những nút thắt về nguồn lực mà còn kiến tạo cơ chế phối hợp hiệu quả giữa các bộ phận chuyên môn, không chỉ đưa GDTC trở thành trụ cột trong việc rèn luyện sức khỏe mà còn hình thành lối sống lành mạnh, tinh thần đoàn kết và ý chí vươn lên trong học tập cho SV. Nghiên cứu vấn đề này, luận án tiến hành điều tra trên các đối tượng là cán bộ quản lý, GV và SV Trường ĐHTL Cụ thể:

- Đối tượng điều tra: Sinh viên $n=800$; Chuyên gia $n= 30$
- Kết quả được trình bày ở bảng 3.23

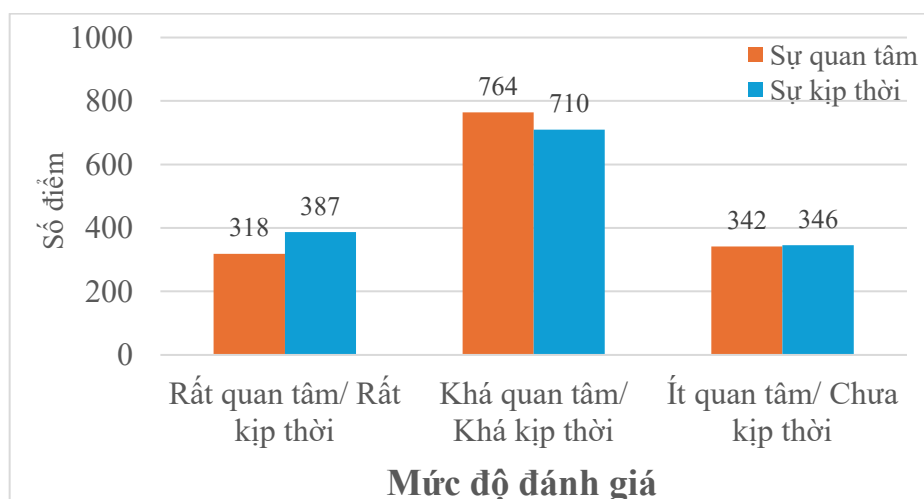
Bảng 3.23. Sự ảnh hưởng của công tác chỉ đạo đến hiệu quả công tác GDTC theo nhận định của chuyên gia, GV và SV ($n=830$)

Công tác chỉ đạo	Các mức đánh giá						Tổng điểm	% điểm	χ^2 df=2
	3 điểm		2 điểm		1 điểm				
	Rất quan tâm		Quan tâm		Không quan tâm				
Sự quan tâm	m _i	điểm	m _i	điểm	m _i	điểm			$\chi^2 = 3.26,$ p > 0.05
	106	318	382	764	342	342	1424	57.19%	
	Rất kịp thời		Kịp thời		Chưa kịp thời				
Sự kịp thời	m _i	điểm	m _i	điểm	m _i	điểm			
	129	387	355	710	346	346	1443	57.95%	
Trung bình	117.5	352.5	368.5	737	344	344	1433.5	59.59	

Kết quả kiểm định cho thấy sự khác biệt về phân bố đánh giá giữa nhóm “Sự quan tâm” và nhóm “Sự kịp thời” không có ý nghĩa thống kê ($p > 0.05$). Điều này có nghĩa là mức độ tác động của công tác chỉ đạo tới hiệu quả GDTC, xét theo hai khía cạnh mức độ quan tâm và tính kịp thời, là tương đối đồng đều.

Cụ thể, nhóm “Sự quan tâm” đạt tổng điểm 1424 điểm (57.19%), trong khi nhóm “Sự kịp thời” đạt 1443 điểm (57.95%) – sự chênh lệch này rất nhỏ. Cả hai nhóm đều dừng lại ở mức trung bình, chưa vượt quá 60% điểm tối đa. Điều này phản ánh rằng, dù có sự ghi nhận nhất định, nhưng công tác chỉ đạo trong GDTC của nhà trường vẫn chưa thể hiện được sự nổi bật, chưa tạo ra tác động mạnh mẽ và khác biệt rõ rệt giữa các tiêu chí.

Như vậy, kết quả thống kê cho thấy công tác chỉ đạo GDTC tại Trường ĐHTL được đánh giá ở mức tương đối, đồng đều giữa các yếu tố quan tâm và kịp thời. Tuy nhiên, để nâng cao hiệu quả, cần có những giải pháp thiết thực nhằm tăng cường sự quan tâm sâu sát và kịp thời hơn từ phía quản lý, đồng thời gắn với việc triển khai các hoạt động cụ thể, thực chất để vượt qua ngưỡng trung bình hiện nay.



Biểu đồ 3.8. Sự ảnh hưởng của công tác chỉ đạo đến hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long.

Qua biểu đồ 3.8 có thể thấy, mức độ “Khá quan tâm/Khá kịp thời” đạt điểm cao nhất (764 và 710 điểm), phản ánh thực tế rằng công tác chỉ đạo và triển khai GDTC tại trường được quan tâm ở mức tương đối tốt, song chưa thật sự thường xuyên và sâu sát. Nhóm “Rất quan tâm/Rất kịp thời” đạt điểm thấp hơn, cho thấy việc quan tâm toàn diện và đồng bộ đến hoạt động GDTC vẫn còn hạn chế ở một số khâu tổ chức, triển khai. Ngược lại, nhóm “Ít quan tâm/Chưa kịp thời” có điểm số thấp nhất (342 và 346 điểm), điều này cho thấy khi sự chỉ đạo thiếu kịp thời, hiệu quả của hoạt động GDTC dễ bị ảnh hưởng rõ rệt.

Nhìn chung, mức điểm trung bình dao động từ 57–65% cho thấy mức độ quan tâm và tính kịp thời của công tác chỉ đạo hiện mới dừng ở mức trung bình khá, phản ánh vẫn còn khoảng trống trong việc duy trì sự quan tâm thường xuyên và hệ thống, cần được tăng cường để nâng cao chất lượng và hiệu quả của chương trình GDTC.

3.1.3.5. Thực trạng sử dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Tiến hành khảo sát về thực trạng sử dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV cho thấy, hiện nay ngoài việc thực hiện kế hoạch thường niên, Nhà trường đã và đang có những cập nhật mới trong quá trình sử dụng các giải pháp để nâng cao chất lượng giảng dạy.

a. Thực trạng hiện nay

- Chuyển đổi số và áp dụng công nghệ thông tin: Ứng dụng E-learning, MS Team, LMS (Learning Management System), AI hỗ trợ học tập. Bước đầu có sự hợp tác với các nền tảng như E-learning, MS Team...

- Cập nhật chương trình đào tạo theo chuẩn quốc tế, sát thực tiễn: Kết nối với doanh nghiệp để điều chỉnh nội dung sát với nhu cầu thị trường; Bước đầu tiếp cận mô hình CDIO (Conceive- Design – Implement – Operate).

- Tăng cường công tác kiểm định chất lượng giáo dục, bao gồm cả đánh giá trong và ngoài cơ sở đào tạo.

- Nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên thông qua việc khuyến khích đào tạo, bồi dưỡng và phát triển trình độ chuyên môn.

- Đẩy mạnh hoạt động nghiên cứu khoa học và công bố quốc tế nhằm nâng cao vị thế của Nhà trường, đồng thời cải thiện chất lượng học thuật.

- Các sáng kiến kinh nghiệm: Đội ngũ GV bộ môn đã tích cực đóng góp nhiều sáng kiến nhằm tối ưu hóa các khía cạnh cụ thể của quá trình giảng dạy như: Cải thiện ý thức học tập, xây dựng hệ thống bài tập phát triển thể lực hay cải tiến trang thiết bị. Mặc dù các sáng kiến này mang lại hiệu quả tức thời cho từng vấn đề đơn lẻ, song chúng thường chỉ mang tính chất "giải quyết triệu chứng" hơn là tác động vào “căn nguyên” của những bất cập trong công tác GDTC.

- Đề tài nghiên cứu khoa học cấp cơ sở: Các nghiên cứu đã bước đầu được triển khai nhằm giải quyết những đòi hỏi từ thực tiễn dạy học với quy mô và hàm lượng khoa học cao hơn so với sáng kiến kinh nghiệm. Tuy nhiên, phạm vi tiếp cận của các đề tài này vẫn còn khá hẹp, thường chỉ tập trung phát triển CLB ngoại khóa chẳng hạn. Do hạn chế về số lượng và tính kết nối, các nghiên cứu này chưa tạo ra được sự chuyển biến mang tính bứt phá hay giải quyết triệt để các bài toán quản trị và đào tạo tổng thể tại Nhà trường.

b. Một số vấn đề tồn tại

- Nội dung đào tạo còn tồn tại khoảng cách so với yêu cầu thực tiễn.
- Cơ chế đánh giá chất lượng GV từ phía người học chưa được xây dựng và triển khai hiệu quả.
- Đội ngũ GV chất lượng cao còn hạn chế, chính sách thu hút nhân tài chưa thực sự hấp dẫn.
- Nguồn lực về tài chính và hạ tầng công nghệ còn chưa đáp ứng đầy đủ nhu cầu phát triển.
- Các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục nói chung, GDTC nói riêng vẫn còn tính hình thức chưa thực sự đi vào chiều sâu.

c. Kết quả điều tra thu thập thông tin thực trạng về hiệu quả sử dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL

- Đối tượng: Chuyên gia $n=30$; Sinh viên $n=400$. Thời gian:
- Địa điểm, thời gian thực hiện: Tháng 4/2023, tại Trường ĐHTL.
- Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.24 và biểu đồ 10.

Bảng 3.24. Thực trạng sử dụng giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC Trường ĐHTL (n=430)

Các giải pháp	Tiêu chí đánh giá	Rất hiệu quả (3 điểm)		Khá hiệu quả (2 điểm)		Ít hiệu quả (1 điểm)		Σ	
		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm	mi	% Điểm tối đa
Giải pháp 1	Nền tảng công nghệ được đưa vào sử dụng	52	156	281	562	97	97	430	63.18
Giải pháp 2	GV GDTC được tập huấn mỗi năm	63	189	292	584	75	75	430	65.74
Giải pháp 3	Các hạng mục cơ sở vật chất được cải thiện	36	108	269	538	125	125	430	59.77
Giải pháp 4	Mức tăng trưởng	58	174	276	552	96	96	430	63.72
Giải pháp 5	Hoạt động truyền thông	115	345	250	500	65	65	430	70.54
Giải pháp 6	Tỉ lệ sinh viên tham gia	86	258	243	486	101	101	430	65.50
Giải pháp 7	a.Các HĐTT cấp trường	92	276	232	464	106	106	430	65.58
	b.Các HĐTT cấp liên trường	53	159	237	474	140	140	430	59.92
	c.Các HĐTT cấp quốc gia	46	138	167	334	217	217	430	53.41
Giải pháp 8	Các sự kiện của trường có nội dung thể chất	27	81	201	402	202	202	430	53.10
Giải pháp 9	Chính sách hỗ trợ sinh viên	55	165	154	308	221	221	430	53.80
Giải pháp 10	Đối tác liên kết	95	285	273	546	62	62	430	69.22
Trung bình chung:		64.83	194.50	239.58	479.17	125.58	125.58	430.00	61.96
Max		115	345	292	584	221	221	430	70
Min		27	81	154	308	62	62	430	53

Qua bảng 3.24 cho thấy: Hiệu quả sử dụng các giải pháp nâng cao công tác GDTC tại Trường ĐHTL nhìn chung đạt mức trung bình khá, với điểm trung bình toàn bộ các giải pháp là 62.6% so với điểm tối đa. Trong đó, giải pháp 5 – Hoạt động truyền thông (70.54%) và giải pháp 10 – Đối tác liên kết (69.22%) đạt giá trị cao nhất, cho thấy đây là những hướng có tác động nổi bật và được đánh giá tích cực hơn so với các giải pháp còn lại. Ở chiều ngược lại, các giải pháp đạt điểm thấp nhất gồm giải pháp 8 – Sự kiện thể chất của trường (53.10%) và các HĐTT cấp quốc gia (53.41%), phản ánh những hạn chế về mức độ hiệu quả triển khai.

Xét theo nhóm giải pháp, có thể nhận thấy một số xu hướng:

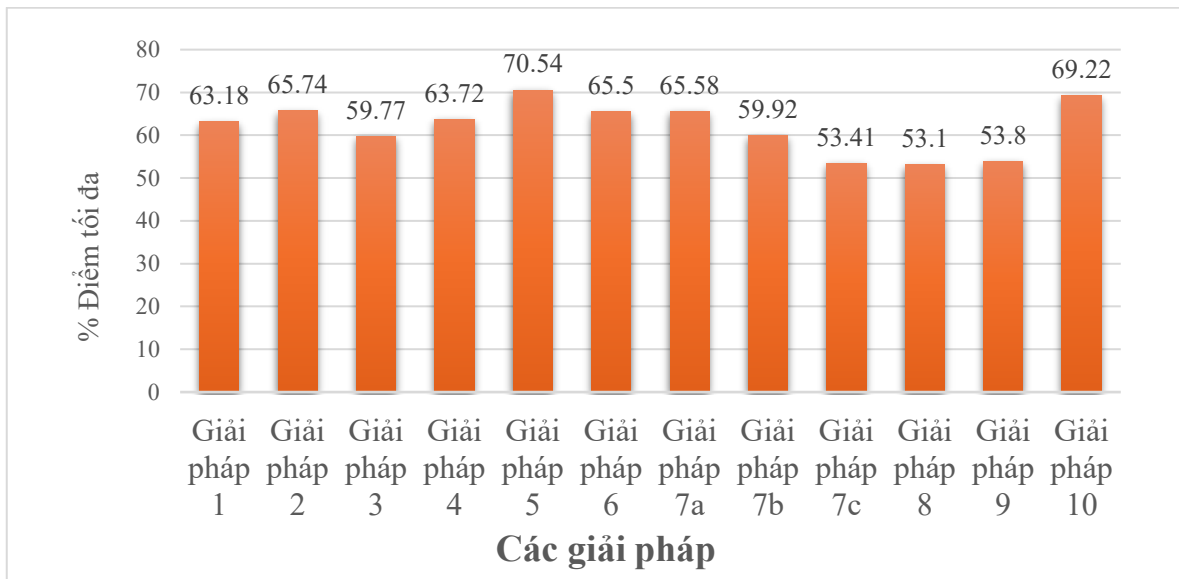
Nhóm gắn với nguồn lực bên ngoài (truyền thông, đối tác liên kết) được đánh giá cao nhất, chứng tỏ các yếu tố hợp tác và quảng bá có vai trò quan trọng trong việc nâng cao hiệu quả GDTC.

Nhóm giải pháp cơ sở vật chất và sự kiện lại có mức điểm thấp (59.77% và 53.10%), phản ánh hạn chế về điều kiện vật chất và quy mô tổ chức, cho thấy đây là khâu cần ưu tiên cải thiện.

Nhóm giải pháp liên quan đến đội ngũ GV (tập huấn GV, chính sách hỗ trợ SV) đạt mức trung bình khá (65.74% và 53.80%), cho thấy có sự nỗ lực nhưng vẫn chưa đồng đều, cần tiếp tục bồi dưỡng năng lực và tạo cơ chế khuyến khích hiệu quả hơn.

Nhóm giải pháp gắn với phong trào thể thao trong trường (cấp trường, liên trường, quốc gia) có sự phân hóa: Cấp trường và liên trường đạt trên 59–65%, nhưng cấp quốc gia chỉ đạt 53.41%, phản ánh khó khăn trong việc mở rộng hoạt động ở quy mô lớn.

Như vậy, kết quả nghiên cứu khẳng định rằng hiệu quả các giải pháp còn dừng ở mức trung bình, trong đó một số giải pháp đã cho thấy tiềm năng nổi bật, trong khi các giải pháp khác vẫn bộc lộ hạn chế. Điều này gợi ý rằng Nhà trường cần tập trung cải thiện cơ sở vật chất, tăng cường tổ chức sự kiện, đồng thời phát huy lợi thế hợp tác đối tác và truyền thông để nâng cao chất lượng và hiệu quả GDTC trong giai đoạn tới.



Biểu đồ 3.9. Thực trạng sử dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Nhận xét chung: Hầu hết các giải pháp được sử dụng đều ở mức trung bình thấp. Có sự khác biệt về hiệu quả sử dụng giữa các nhóm giải pháp, đặc biệt nhóm giải pháp 7 và 8 có tỉ lệ thấp hơn so với các nhóm giải pháp còn lại. Kết quả này cho thấy các giải pháp đạt hiệu quả trung bình thấp, còn nhiều vấn đề cần phải quan tâm đầu tư đẩy mạnh hơn nữa việc sử dụng các nhóm giải pháp để cải thiện thực trạng.

3.1.4. Bàn luận về nghiên cứu thực trạng công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

3.1.4.1. Bàn luận về kết quả nghiên cứu xác định tiêu chí đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Việc xác định các tiêu chí đánh giá không chỉ đơn thuần là liệt kê các thước đo, mà là quá trình xác lập một khung tham chiếu khoa học để soi rọi diện mạo công tác GDTC dưới nhiều góc độ. Thông qua quy trình phỏng vấn chuyên gia và kiểm định độ tin cậy bằng hệ số Cronbach's Alpha, luận án đã thiết lập được mô hình đánh giá đảm bảo tính toàn diện từ thực thi năng lực đến hiệu quả quản trị:

Nhóm tiêu chí 1 - Năng lực vận động và kỹ năng thể thao: Đây là nhóm tiêu chí cốt lõi, phản ánh trực tiếp kết quả của quá trình tương tác giữa GV và SV trên sân tập. Thay vì chỉ nhìn vào điểm số thuần túy, tiêu chí này nhấn mạnh đến khả năng

làm chủ kỹ thuật và mức độ thích ứng vận động của người học. Việc ưu tiên nhóm tiêu chí này cho thấy tư duy lấy người học làm trung tâm, khẳng định mục tiêu tối thượng của GDTC không phải là lý thuyết mà là khả năng thực hành và vận động thực tiễn trong môi trường học chế tín chỉ.

Nhóm tiêu chí 3 - Thể lực của sinh viên: Đây là thước đo mang tính khách quan sinh học, phản ánh “*nền tảng vật chất*” của sức khỏe. Luận án bám sát hệ thống test theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT để đảm bảo tính quy chuẩn. Việc duy trì nhóm tiêu chí này giúp luận án có được một hệ quy chiếu chuẩn mực để đánh giá trình độ thể chất của SV Trường ĐHTL, từ đó nhận diện được những mặt còn hạn chế về sức mạnh, sức bền và tốc độ.

Nhóm tiêu chí 4 - Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC: GDTC không chỉ là hoạt động kỹ thuật mà còn là một quy trình quản trị đào tạo. Tiêu chí này cho phép đánh giá từ công tác chỉ đạo, phương pháp giảng dạy đến việc vận hành hệ thống CLB và các giải đấu ngoại khóa. Nó giúp luận án tránh được góc nhìn hạn hẹp về một môn học đơn thuần để đánh giá GDTC như một hệ sinh thái giáo dục có sự gắn kết giữa Nhà trường, GV và các nguồn lực xã hội hóa.

Nhận định chuyên môn: Sự kết hợp giữa Năng lực (Kỹ năng) - Thể lực (Thể chất) - Tổ chức quản lý (Vận hành) đã tạo nên một cấu trúc đánh giá đa chiều. Cách tiếp cận này giúp luận án không chỉ dừng lại ở việc đọc số liệu mà còn giải mã được nguyên nhân của những tồn tại trong thực trạng, từ đó xác lập cơ sở thực chứng vững chắc cho việc đề xuất các giải pháp mang tính khả thi cao ở chương tiếp theo.

3.1.4.2. Bàn luận về kết quả áp dụng tiêu chí nghiên cứu đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

a. Về năng lực vận động và kỹ năng thể thao.

Phân tích kết quả học tập tại bảng 3.3 cho thấy một thực trạng cần được nhìn nhận thấu đáo về chất lượng đào tạo thể chất hiện nay. Việc tỷ lệ xếp loại Giỏi và Khá còn khiêm tốn, trong khi nhóm xếp loại Yếu và Kém vẫn chiếm tỷ trọng đáng kể là một minh chứng cho thấy giữa yêu cầu chuyên môn của chương trình và khả năng đáp ứng thực tế của SV còn chưa ăn khớp.

Dưới góc độ sư phạm thể thao, điểm số thấp không chỉ phản ánh năng lực vận động hạn chế mà còn bộc lộ lỗ hổng trong phương pháp tự học và tự rèn luyện. Trong hệ thống học chế tín chỉ, thời gian lên lớp chỉ đóng vai trò hướng dẫn kỹ thuật cốt lõi, việc hình thành kỹ năng đòi hỏi sự tích lũy bền bỉ ngoài giờ. Tuy nhiên, dữ liệu thực tế cho thấy đa số SV đang thiếu đi động lực tự thân này. Nếu tiếp tục duy trì phương pháp kiểm tra đánh giá dựa trên các tiêu chí kỹ thuật thuần túy mà không tính đến sự tiến bộ cá nhân, GDTC sẽ vô tình tạo ra rào cản tâm lý, khiến môn học trở thành áp lực thay vì là hoạt động giải tỏa căng thẳng. Thực trạng này đặt ra yêu cầu cấp thiết về việc chuyển dịch từ mô hình dạy học định hướng nội dung sang dạy học định hướng năng lực nhằm cải thiện chất lượng học tập một cách thực chất và bền vững.

b. Về trình độ thể lực của sinh viên:

Việc áp dụng nội dung 06 test sư phạm theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT đã đưa đến những phát hiện quan trọng. Một mặt, các chỉ số thể lực trung bình của SV Trường ĐHTL vượt chuẩn do Bộ quy định và tương đương với mặt bằng chung của SV khối ngành kinh tế hiện nay, thể hiện qua hệ số biến thiên thấp ($CV < 10\%$). Điều này phản ánh nền tảng thể chất cơ bản của sinh viên được duy trì tương đối ổn định. Tuy nhiên, mặt khác, tỷ lệ “Chưa đạt” vẫn chiếm tới 24-25%, phản ánh sự phân hóa sâu sắc về trình độ thể chất trong quần thể người học.

Đáng chú ý, kết quả kiểm định ANOVA tại bảng 3.5 đã cho thấy sự biến thiên thiếu ổn định của các tổ chất thể lực qua từng năm học. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa SV năm thứ nhất và năm cuối (biến thiên từ 2.29 đến 12.22 ở nam) chỉ ra rằng thể lực không phát triển theo hướng tích lũy mà có xu hướng suy giảm dần. Hiện tượng này phản ánh rõ nét tác động của lối sống ít vận động thường thấy ở môi trường đại học đô thị, nơi áp lực học tập chuyên ngành ngày càng gia tăng ở các năm cuối. SV dường như chỉ vận động mang tính thời điểm để vượt qua các kỳ kiểm tra định kỳ thay vì hình thành một lối sống năng động lâu dài. Đây là một cảnh báo về sự thiếu bền vững trong công tác GDTC, đòi hỏi những giải pháp can thiệp có tính hệ thống nhằm duy trì sức bền và sức mạnh cơ bắp suốt toàn bộ tiến trình 4 năm đào tạo.

c. Về hiệu quả tổ chức và quản lý công tác giáo dục thể chất:

Phân tích thực trạng tổ chức và quản lý (bảng 3.8 - 3.11) đã chỉ ra những điểm nghẽn hệ thống, đặc biệt là sự thiếu liên tục giữa giảng dạy chính khóa và phong trào ngoại khóa:

Về phương pháp và tâm lý: Việc có tới 63% SV đánh giá mức độ hưởng ứng “*chưa tích cực*” đối với phương pháp trực quan và thuyết trình truyền thống là một bằng chứng thực tế cho thấy sự lạc hậu của phương thức truyền thụ một chiều. SV hiện đại đòi hỏi tính tương tác cao, sự đa dạng trong nội dung và tính ứng dụng thực tiễn của bài tập. Việc duy trì giáo án cũ không chỉ làm giảm hứng thú tập luyện mà còn gián tiếp làm gia tăng tỷ lệ SV không đạt chuẩn thể lực do thiếu động lực rèn luyện.

Về hoạt động phong trào và thi đấu: Một nghịch lý tồn tại là trong khi Nhà trường đạt nhiều thành tích cao tại 22 giải đấu, thì có tới trên 52% SV (đặc biệt là trên 71% nữ giới) chưa tham gia tập luyện thường xuyên. Điều này cho thấy công tác quản trị GDTC đang chỉ ở bề nổi thi đấu mà chưa chú trọng mục tiêu giáo dục đại chúng. Sự thờ ơ của nhóm SV nữ đối với hoạt động thể chất là hệ quả của việc thiếu hụt các loại hình vận động phù hợp đặc thù giới tính.

Tóm lại: Từ các kết quả nghiên cứu có thể nhận định rằng hiệu quả công tác GDTC tại Trường DHTL mới chỉ dừng lại ở mức hoàn thành các chỉ tiêu hành chính mà chưa thực sự tạo ra một hệ sinh thái vận động bền vững cho đa số người học. Các giải pháp hiện tại còn mang tính đơn lẻ, thiếu sự gắn kết chặt chẽ giữa đổi mới nội dung giảng dạy, hiện đại hóa phương pháp và xã hội hóa hoạt động ngoại khóa. Đây chính là cơ sở quan trọng để luận án đề xuất hệ thống giải pháp mang tính đột phá và đồng bộ nhằm giải quyết triệt để các tồn tại đã nhận diện, hướng tới sự phát triển toàn diện cả về kỹ năng lẫn thể chất cho SV trong giai đoạn tiếp theo.

3.1.4.3. Bàn luận về kết quả nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Kết quả nghiên cứu đã xác định được 7 nhóm yếu tố cơ bản có tác động trực tiếp và gián tiếp đến hiệu quả công tác GDTC của SV, bao gồm (1) Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC; (2) Trình độ và kinh nghiệm GDTC của GV;

(3) Phương tiện cơ sở vật chất trang thiết bị; (4) Nhu cầu hoạt động thể chất của SV; (5) Thái độ học tập, rèn luyện thể chất của cán bộ và SV; (6) Xu hướng thể thao trường học; và (7) Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho SV.

Qua phân tích định lượng, một thực trạng đáng chú ý là hầu hết các yếu tố này mới chỉ đạt mức dưới 60% so với điểm tối đa, đồng nghĩa với việc hiệu quả tác động hiện tại mới dừng lại ở ngưỡng trung bình, chưa tạo ra lực đẩy đủ mạnh để thay đổi diện mạo chất lượng GDTC của Nhà trường. Đáng chú ý hơn, các yếu tố mang tính quyết định đến hành vi vận động tự thân như nhu cầu HĐTT, thái độ và hứng thú tập luyện, cùng với công tác quản lý chỉ đạo đều nằm trong nhóm có tỷ lệ đánh giá thấp. Thực trạng này phản ánh một sự hạn chế rõ rệt trong việc tạo dựng động lực và thiết lập một môi trường hỗ trợ đủ sức hấp dẫn để cuốn hút SV tham gia vào các HĐTT một cách tự nguyện. Trong khi đó, ở chiều hướng ngược lại, các yếu tố liên quan đến xu hướng thể thao trường học và nhận thức về vai trò của GDTC tuy có phần nổi bật hơn nhưng vẫn chưa thể vượt ngưỡng 70%. Điều này chứng minh rằng dù có sự chuyển biến về quan điểm, song tác động tích cực thực sự vẫn chưa đủ mạnh mẽ để chuyển hóa từ nhận thức lý thuyết sang hành động thực tiễn.

Những kết quả thu được gợi mở một nhận định quan trọng rằng hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL đang chịu ảnh hưởng bởi một hệ thống các tác nhân đa chiều, hiện tại chưa xuất hiện yếu tố nào đóng vai trò dẫn dắt hay tạo ra sự tác động vượt trội để làm thay đổi cục diện. Nguyên nhân sâu xa của tình trạng này có thể xuất phát từ sự thiếu đồng bộ trong việc đầu tư cho các điều kiện cần như cơ sở vật chất, thiết bị dạy học, cũng như các hoạt động truyền thông quảng bá chưa đủ sức lan tỏa sâu rộng. Bên cạnh đó, công tác quản lý và chỉ đạo còn bộc lộ những khoảng trống nhất định trong việc thúc đẩy phong trào thể thao học đường phát triển bền vững.

Chính vì vậy, để nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong giai đoạn tới, luận án nhận định cần phải có sự tác động tổng thể và đồng bộ. Một mặt, cần ưu tiên nâng cấp các điều kiện khách quan thông qua việc hiện đại hóa cơ sở vật chất, phương tiện dạy học và hoàn thiện các cơ chế chính sách hỗ trợ. Mặt khác, cần đặc biệt chú trọng đến việc khơi thông các yếu tố chủ quan bằng cách thay đổi nhận thức, bồi đắp thái

độ và tạo ra các giá trị hứng thú mới trong tập luyện cho cả SV lẫn đội ngũ GV. Đây chính là nền tảng thực chứng để luận án xác lập hệ thống các giải pháp mang tính đột phá, đảm bảo tính khoa học và khả năng ứng dụng thực tế cao.

3.1.4.4. Bàn luận về thực trạng sử dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Kết quả nghiên cứu thực chứng tại bảng 3.24 cho thấy việc triển khai các giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC tại Trường ĐHTL đã bước đầu đạt được những chuyển biến nhất định, phản ánh nỗ lực và tinh thần chỉ đạo sát sao của Nhà trường trong việc cải thiện chất lượng GDTC. Một số giải pháp đã ghi nhận những tác động tích cực rõ rệt, tiêu biểu là hoạt động truyền thông đạt hiệu quả 70.54% và đối tác liên kết đạt 69.22%. Những con số này minh chứng cho khả năng huy động nguồn lực xã hội hóa và sức lan tỏa của các chiến dịch thông tin trong việc nâng cao nhận thức của SV. Bên cạnh đó, các giải pháp mang tính nội bộ như tập huấn đội ngũ GV định kỳ hay duy trì các HĐTT cấp trường cũng được đánh giá ở mức khá (trên 65%), cho thấy sự ổn định trong việc vận hành các hoạt động giảng dạy và phong trào truyền thống.

Tuy nhiên, khi đi sâu vào phân tích các thành tố cốt lõi mang tính hạ tầng, nghiên cứu đã nhận diện được những hạn chế đáng kể khi phần lớn các giải pháp then chốt chỉ đạt mức hiệu quả trung bình hoặc thấp. Đáng chú ý nhất là các giải pháp gắn trực tiếp với cơ sở vật chất và sự kiện thể thao, như việc cải thiện hạng mục cơ sở vật chất chỉ đạt 59.77%, hay việc tham gia các sự kiện thể chất cấp quốc gia và trong trường chỉ dao động quanh ngưỡng 53%. Thực trạng này phản ánh một nghịch lý: Trong khi công tác quảng bá và nhận thức được đẩy mạnh, thì các điều kiện bảo đảm thực tế về sân bãi, thiết bị lại chưa được đầu tư tương xứng. Việc tổ chức các sự kiện thể thao dường như vẫn còn mang nặng tính hình thức, dẫn đến việc chưa tạo ra được sức hút đủ lớn và chiều sâu lan tỏa để thay đổi thói quen vận động của đại đa số SV.

Nhìn một cách tổng thể, hiệu quả chung của hệ thống các giải pháp hiện tại chỉ đạt khoảng 62–63% so với điểm kỳ vọng tối đa. Điều này cho thấy, mặc dù nỗ lực của Nhà trường, nhưng các giải pháp này vẫn mang tính rời rạc, thiếu sự cộng hưởng để tạo ra sự thay đổi toàn diện về chất. Nguyên nhân cốt lõi của tình trạng này xuất

phát từ sự thiếu đồng bộ trong phân bổ nguồn lực; Hoạt động truyền thông dù nổi bật nhưng lại chưa có sự gắn kết hữu cơ với việc cải thiện hạ tầng và các cơ chế chính sách hỗ trợ trực tiếp cho người học. Sự chưa ăn khớp giữa nội dung quảng bá và thực tế trải nghiệm tại sân tập đã làm giảm hiệu năng thực chất của các nỗ lực mà Nhà trường đã triển khai.

Chính vì vậy, để tối ưu hóa hiệu quả công tác GDTC trong giai đoạn tiếp theo, yêu cầu đặt ra không chỉ là tiếp tục duy trì các giải pháp về truyền thông hay hợp tác đối tác, mà phải tập trung đầu tư chiều sâu vào những hạn chế còn tồn tại. Việc hiện đại hóa cơ sở vật chất gắn liền với đổi mới cơ chế chính sách hỗ trợ SV phải được coi là nhiệm vụ trọng tâm. Chỉ khi các giải pháp được thiết kế và triển khai một cách đồng bộ, có tính hệ thống và dựa trên sự cân bằng giữa nguồn lực khách quan với động lực chủ quan, công tác GDTC tại Trường ĐHTL mới có thể đạt được sự phát triển bền vững và bứt phá về chất lượng đào tạo.

3.1.4.5. Bàn luận về kết quả phân tích SWOT

Kết quả phân tích SWOT cho thấy công tác GDTC tại Trường ĐHTL đang tồn tại trong một bức tranh đa chiều, với những điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức đan xen. Về điểm mạnh, Nhà trường đã triển khai chương trình GDTC đúng quy định, có cơ sở pháp lý vững chắc; Thể lực trung bình của SV vượt chuẩn Bộ GD&ĐT; Đồng thời duy trì HĐTT qua nhiều giải đấu cấp trường và liên trường, cho thấy sự quan tâm thực chất đến hoạt động rèn luyện.

Tuy nhiên, những điểm yếu vẫn khá rõ rệt: Hiệu quả học tập môn GDTC còn thấp, nhiều SV chưa đạt chuẩn; Phương pháp giảng dạy còn truyền thống, thiếu tính tích cực; Tỷ lệ SV tham gia thể thao rất thấp, đặc biệt ở nữ giới; và nhiều giải pháp triển khai còn mang tính hình thức, chưa có chiều sâu. Đây là những yếu tố trực tiếp làm giảm hiệu quả của công tác GDTC.

Trong bối cảnh đó, cơ hội mở ra từ xu hướng xã hội ngày càng chú trọng sức khỏe, đặc biệt sau đại dịch COVID-19, cùng với định hướng chính sách của Nhà nước và tiềm năng phát triển phong trào thể thao học đường. Đây là thời điểm thuận lợi để Nhà trường tận dụng nền tảng số, đẩy mạnh hoạt động câu lạc bộ, phong trào thể thao

và học tập qua trải nghiệm. Tuy nhiên, cũng tồn tại những thách thức lớn: từ nhận thức còn hạn chế của một bộ phận SV và cán bộ, sự thiếu hụt cơ sở vật chất và nguồn lực, cho đến cạnh tranh về thời gian và sự chênh lệch thể lực giữa các nhóm sinh viên, gây khó khăn cho việc xây dựng một chương trình đồng bộ và công bằng.

Trên cơ sở đó, việc xác định các chiến lược S-O, W-O, S-T và W-T là cần thiết. Trong đó, tận dụng điểm mạnh để khai thác thời cơ (S-O) nhằm biến GDTC thành lợi thế cạnh tranh; khắc phục điểm yếu để tận dụng cơ hội (W-O) thông qua đổi mới phương pháp, tăng truyền thông và hỗ trợ sinh viên; dùng điểm mạnh để đối phó thách thức (S-T) bằng cách phát huy thành tích, dữ liệu và công nghệ để khuyến khích tham gia; và cuối cùng, hạn chế điểm yếu để tránh rủi ro (W-T) thông qua kế hoạch cải thiện đồng bộ, đa dạng hóa hoạt động và huy động thêm nguồn lực.

Như vậy, phân tích SWOT không chỉ phản ánh thực trạng của GDTC tại Trường ĐHTL mà còn cung cấp cơ sở khoa học để định hình chiến lược phát triển phù hợp, hướng tới mục tiêu nâng cao chất lượng toàn diện, đồng bộ và bền vững.

Từ các kết quả mục tiêu nghiên cứu 1, luận án có một số kết luận sau

Trước hết, thông qua quy trình khảo sát và kiểm định khách quan, nghiên cứu đã xác lập được ba nhóm tiêu chí trọng yếu để đánh giá hiệu quả công tác GDTC, bao gồm: Năng lực vận động và kỹ năng thể thao; Thể lực của sinh viên; và Hiệu quả tổ chức và quản lý công tác GDTC. Đây chính là khung tham chiếu đa chiều giúp luận án thoát khỏi cách đánh giá đơn nhất, tiến tới cái nhìn toàn diện về công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

Kết quả áp dụng các tiêu chí vào thực tiễn Trường ĐHTL đã cho thấy một thực trạng với nhiều mâu thuẫn cần giải quyết. Mặc dù trình độ thể lực trung bình của SV đạt mức khá so với chuẩn chung, nhưng tỷ lệ xếp loại Giỏi và Khá trong môn học còn thấp, đồng thời nhóm Yếu và Kém vẫn chiếm tỷ trọng đáng kể. Đặc biệt, sự thiếu đồng đều về thể lực giữa các khóa học và khoảng cách giới tính trong rèn luyện là những minh chứng cho tính thiếu bền vững của các kết quả đạt được. Sự suy yếu của phong trào thể thao, với trên 50% SV không tham gia rèn luyện thường xuyên, đã chỉ ra một “vùng trũng” lớn trong việc hình thành thói quen tập luyện của người học.

Bên cạnh đó, thực trạng các yếu tố ảnh hưởng từ nhận thức, trình độ GV, cơ sở vật chất đến công tác chỉ đạo đã làm rõ nguyên nhân sâu xa của những hạn chế nêu trên. Nghiên cứu khẳng định rằng, mặc dù Nhà trường đã có những nỗ lực nhất định, song các giải pháp triển khai thời gian qua vẫn mang tính hình thức, thiếu sự đồng bộ và chiều sâu chiến lược. Chính sự thiếu hụt một lộ trình dài hạn và các chính sách hỗ trợ thực chất đã khiến cho hiệu quả tác động của các nguồn lực hiện có mới chỉ dừng lại ở bề nổi, chưa thực sự đi vào đời sống học tập và rèn luyện của SV.

Cuối cùng, thông qua ma trận SWOT, luận án đã phác họa thành công bức tranh toàn cảnh về các điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức đặc thù tại Trường ĐHTL. Việc xác lập bốn cặp định hướng chiến lược (S-O, W-O, S-T và W-T) không chỉ là kết quả của quá trình phân tích logic mà còn đóng vai trò là cơ sở khoa học tiên quyết. Những định hướng này là kim chỉ nam để luận án xây dựng 10 giải pháp đột phá ở chương tiếp theo, nhằm hóa giải các thách thức thực tại và khai thác tối đa tiềm năng nâng cao hiệu quả công tác GDTC của Nhà trường trong bối cảnh mới.

3.2. Lựa chọn, ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

3.2.1. Định hướng lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

3.2.1.1. Định hướng xác lập các giải pháp từ kết quả phân tích SWOT

Từ các cặp chiến lược phối hợp (S-O, W-O, S-T, W-T) đã xác lập tại (mục 3.1.3.2), luận án tiến hành đối chiếu và soi rọi vào 10 giải pháp đã được xây dựng. Việc phân tích SWOT đóng vai trò là bộ lọc cơ sở, giúp định vị giá trị thực tiễn của từng giải pháp trong bối cảnh cụ thể tại Trường ĐHTL. Sự tương quan này được thể hiện qua các định hướng thực thi sau:

Định hướng phát huy nội lực và tận dụng thời cơ (Chiến lược S-O): Để hiện thực hóa mục tiêu này, luận án ưu tiên triển khai các giải pháp mang tính đột phá về mô hình và công nghệ. Trọng tâm là Giải pháp 1, 2, 3 (về đổi mới hình thức, nội dung dạy học ứng dụng và công nghệ số) phối hợp cùng Giải pháp 10 (về liên kết đào tạo). Nhóm này giúp Nhà trường chuyển mình từ đào tạo truyền thống sang mô hình hiện

đại, bắt kịp xu thế xã hội.

Định hướng khắc phục hạn chế để đón đầu cơ hội (Chiến lược W-O): Tập trung vào việc giải quyết “điểm nghẽn” về nhận thức và sự thụ động của người học. Định hướng này được hỗ trợ trực tiếp bởi các Giải pháp 4, 5, 7. Thông qua việc chuẩn hóa quy trình đánh giá và các chính sách truyền thông, hỗ trợ SV, các rào cản về tâm lý và tính hình thức sẽ dần được tháo gỡ.

Định hướng sử dụng thế mạnh để ứng phó thách thức (Chiến lược S-T): Nhằm đối phó với áp lực về hạ tầng nội đô và sự cạnh tranh thời gian học tập, luận án vận dụng Giải pháp 8 (tối ưu hóa hạ tầng) và Giải pháp 6 (nâng cao năng lực GV). Sự chuyên nghiệp của đội ngũ và việc sắp xếp khoa học sẽ giúp duy trì chất lượng GDTC ngay cả trong điều kiện nguồn lực hạn chế.

Định hướng giảm thiểu rủi ro và hóa giải tồn tại (Chiến lược W-T): Đây là nhóm giải pháp mang tính củng cố nền tảng, được thực hiện qua Giải pháp 9 (phân hóa đối tượng) nhằm giải quyết triệt để sự chênh lệch thể lực giữa các khóa và giới tính, tránh tình trạng “cào bằng” gây áp lực cho SV.

Nhìn chung, 10 giải pháp được trình bày theo lộ trình ưu tiên từ đổi mới nhận thức đến hoàn thiện cơ chế quản lý và hạ tầng, nhằm giải quyết trọn vẹn các vấn đề cốt lõi đã được nhận diện qua ma trận SWOT. Cách tiếp cận này đảm bảo tính kế thừa giữa lý luận chiến lược và khả năng ứng dụng thực tế tại Nhà trường.

3.2.1.2. Cơ sở khoa học lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Việc xác định các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐH TL không dựa trên những kết quả của quá trình đối chiếu giữa nền tảng lý luận chuyên ngành và các dữ liệu thực nghiệm cứu.

3.2.1.2.1. Cơ sở khoa học lựa chọn các giải pháp

a. Về cơ sở lý luận và định hướng phương pháp luận:

Luận án sử dụng hệ thống lý luận để định hình các nhóm giải pháp. Trước hết, bằng việc vận dụng lý thuyết hệ thống trong công tác GDTC đã được phân tích tại Chương 1, các giải pháp được lựa chọn phải đảm bảo tính chỉnh thể và đồng bộ, tác

động đồng thời vào các thành tố từ chương trình đào tạo, năng lực đội ngũ GV cho đến hạ tầng kỹ thuật và quy trình quản trị chất lượng. Bên cạnh đó, các giải pháp còn bám sát chuẩn đầu ra về thể chất theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT và triết lý đào tạo định hướng ứng dụng của Nhà trường. Mục tiêu cốt lõi là chuyển dịch từ mô hình dạy học kỹ thuật thuần túy sang hình thành năng lực vận động và thói quen rèn luyện tự giác cho người học. Đặc biệt, với đặc thù học chế tín chỉ (03 học kỳ/năm), các giải pháp được thiết kế nhằm duy trì tính liên tục của quá trình phát triển thể chất, hóa giải những ngắc ngứ về mặt thời gian trong lộ trình đào tạo.

b. Về cơ sở thực tiễn khách quan:

Kết quả nghiên cứu thực trạng là căn cứ để khu trú các nhóm giải pháp hướng tới giải quyết các vấn đề thực tế. Luận án tập trung xử lý sự phân hóa về trình độ thể lực giữa các khóa học thông qua các giải pháp cá thể hóa cường độ vận động. Đồng thời, với thực trạng hơn 52% SV chưa tham gia hoạt động thể thao thường xuyên, logic giải pháp hướng tới việc tối ưu hóa không gian của Nhà trường để đa dạng hóa các loại hình CLB. Tính cấp thiết của việc triển khai các giải pháp mới còn được phản ánh rõ nét thông qua kết quả khảo sát nhu cầu của các bên liên quan được trình bày tại bảng 3.25 dưới đây:

Bảng 3.25. Kết quả phỏng vấn các mức độ cần thiết về nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

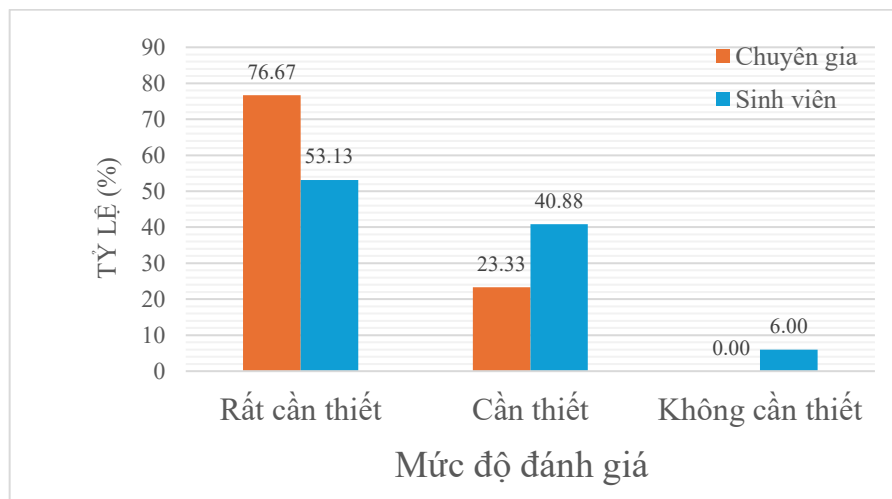
Các nhóm	Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết		χ^2 df=2
	m_i	%	m_i	%	m_i	%	
Chuyên gia (n=30)	23	76.67	7	23.3	0	0	7.79 0.10<P<0.05
SV (n=800)	425	53.13	327	40.88	48	6	
Trung bình	224	64.9	167	32.1	24	3	

Qua bảng 3.25 cho thấy: Kết quả khảo sát về mức độ cần thiết của việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho thấy một sự đồng thuận rất cao từ các nhóm đối tượng. Cụ thể, tỷ lệ đánh giá ở mức “rất cần thiết” có tỷ lệ trung bình là 64.9%, “cần

thiết” đạt 32.1%, trong khi “không cần thiết” chỉ dừng lại ở con số khiêm tốn là 3%. Những chỉ số thống kê này là minh chứng khách quan khẳng định rằng hầu hết các đối tượng khảo sát đều đánh giá cao tầm quan trọng của việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

Xét theo từng nhóm đối tượng, chuyên gia có tỷ lệ lựa chọn “rất cần thiết” cao nhất (76.67%), cho thấy đánh giá của đội ngũ này về vai trò then chốt của công tác GDTC trong đào tạo toàn diện SV. Đối với SV, mức độ “rất cần thiết” vẫn chiếm tỷ lệ đáng kể (53.13%), tuy nhiên số người lựa chọn “cần thiết” (40.88%) và “không cần thiết” (6%) cho thấy vẫn còn một bộ phận SV chưa nhận thức đầy đủ về ý nghĩa và lợi ích của việc tăng cường hoạt động thể chất trong môi trường đại học.

Giá trị kiểm định thống kê Chi-square ($\chi^2 = 7.79$, $df = 2$) với $p < 0.05$. Điều này chứng tỏ rằng sự khác biệt giữa các nhóm đối tượng có ý nghĩa thống kê, nghĩa là mức độ nhận thức về nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC có sự khác biệt thực sự giữa chuyên gia và SV. Kết quả cho thấy, mặc dù cả hai nhóm đều nhìn nhận đây là một nhu cầu cần thiết, nhưng chuyên gia có mức độ đồng thuận và quan tâm cao hơn, thể hiện nhận thức chuyên sâu về vai trò GDTC trong phát triển toàn diện.



Biểu đồ 3.10. Kết quả phỏng vấn các mức độ cần thiết về nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Kết quả phân tích trên khẳng định rằng nhu cầu nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL là một yêu cầu thực tiễn có tính khách quan, được đồng thuận cao bởi cả chuyên gia và SV.

3.2.1.2.2. Nguyên tắc khoa học lựa chọn các giải pháp

a. Tiêu chí khoa học

Để bảo đảm tính khách quan và khả năng ứng dụng, việc lựa chọn các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC được tiến hành dựa trên hệ thống tiêu chí khoa học cụ thể.

Trước hết, về **tính khách quan**, các giải pháp được xây dựng trên cơ sở dữ liệu khảo sát thực chứng, kết hợp với phân tích thống kê và ý kiến phản hồi từ nhiều đối tượng liên quan như (SV, GV và cán bộ quản lý) qua đó hạn chế tối đa yếu tố chủ quan. Về **tính khoa học**, các đề xuất được hình thành dựa trên sự tích hợp giữa lý luận GDTC hiện đại, các phương pháp sư phạm tiên tiến, tâm lý học lứa tuổi và khoa học vận động, đồng thời tuân thủ các quy luật phát triển tự nhiên của cơ thể và nguyên lý giáo dục. Về **tính thực tiễn và đặc thù**, các giải pháp được thiết kế phù hợp với điều kiện cụ thể của Trường ĐHTL, bao gồm cơ sở vật chất, đặc điểm người học và năng lực đội ngũ GV. Về **tính kế thừa**, nghiên cứu có sự chọn lọc, tiếp thu kinh nghiệm từ các mô hình GDTC hiệu quả trong và ngoài nước, từ đó điều chỉnh phù hợp với bối cảnh riêng của Nhà trường. Về **tính khả thi**, các giải pháp đảm bảo có thể triển khai trong điều kiện thực tế, phù hợp với thời gian đào tạo và nguồn lực hiện có.

Cuối cùng, về **tính hiệu quả**, các giải pháp được lựa chọn phải mang lại hiệu quả tổng thể, bao gồm hiệu quả về kinh tế, thời gian và sử dụng nguồn nhân lực.

b. Ý nghĩa trong nghiên cứu

Việc lựa chọn và đề xuất các giải pháp không chỉ nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC mà còn mang ý nghĩa lý luận và thực tiễn rõ rệt. Trước hết, các giải pháp góp phần hoàn thiện mục tiêu và nội dung nghiên cứu của luận án. Đồng thời, chúng hỗ trợ nâng cao chất lượng giáo dục toàn diện cho SV, thúc đẩy sự phát triển cân đối giữa thể lực, trí tuệ, đạo đức và thẩm mỹ. Bên cạnh đó, việc triển khai các giải pháp còn giúp cải thiện sức khỏe thể chất và tinh thần, góp phần giảm áp lực học tập và hình thành lối sống lành mạnh cho sinh viên.

Ngoài ra, các giải pháp này tạo nền tảng cho việc xây dựng môi trường học tập tích cực, tăng cường sự tham gia và gắn kết của SV thông qua các HĐTT, từ đó phát

triển văn hóa thể chất trong Nhà trường. Đồng thời, đây cũng là cơ sở khoa học và thực tiễn quan trọng trong việc thiết kế chương trình đào tạo và hoạch định chính sách phát triển GDTC phù hợp với yêu cầu đổi mới giáo dục trong bối cảnh hiện nay.

c. Nguyên tắc khoa học lựa chọn giải pháp

Trong quá trình lựa chọn giải pháp, cần tuân thủ một số nguyên tắc cơ bản nhằm đảm bảo tính hệ thống và hiệu quả triển khai. Trước hết, **nguyên tắc đồng bộ** yêu cầu các giải pháp phải được tổ chức và thực hiện thống nhất giữa các yếu tố như công tác quản lý, hoạt động giảng dạy, điều kiện cơ sở vật chất và các phong trào TDTT. Bên cạnh đó, **nguyên tắc phù hợp** đòi hỏi các giải pháp phải đáp ứng đúng đặc điểm, nhu cầu, khả năng tiếp nhận của SV, đồng thời phù hợp với điều kiện thực tế của Trường ĐHTL. **Nguyên tắc phát triển bền vững** nhấn mạnh việc các giải pháp không chỉ mang lại hiệu quả trước mắt mà còn có khả năng duy trì và phát triển lâu dài.

Ngoài ra, **nguyên tắc lấy người học làm trung tâm** yêu cầu mọi hoạt động và giải pháp đều hướng tới việc nâng cao trải nghiệm, động lực học tập và lợi ích thiết thực cho SV. Cuối cùng, **nguyên tắc linh hoạt và sáng tạo** khuyến khích việc đa dạng hóa các hình thức tổ chức hoạt động, phù hợp với xu hướng thể thao hiện đại và đáp ứng sở thích cá nhân của người học.

Nhận xét chung: Việc nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cần dựa trên cơ sở: Nền tảng lý luận; Dữ liệu thực tiễn cụ thể, khách quan và bảo đảm tiêu chí khoa học trong lựa chọn giải pháp. Khi có cơ sở khoa học đầy đủ, các giải pháp sẽ mang lại giá trị bền vững, có thể đánh giá và nhân rộng trong các trường.

3.2.1.3. Kết quả lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

a. Kết quả tổ chức phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Từ kết quả nghiên cứu, các nguồn tài liệu liên quan luận án đã tổng hợp được 14 giải pháp chia thành 03 nhóm (nhóm giải pháp chung, nhóm giải pháp cơ sở vật chất, nhóm giải pháp về tổ chức hoạt động) nhằm bảo đảm tính khách quan, khoa học

để lập phiếu phỏng vấn. Việc xác lập và phân chia 14 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL thành 03 nhóm cơ bản được dựa trên sự kết hợp giữa lý luận quản lý giáo dục hiện đại và thực tiễn đặc thù của Nhà trường, cụ thể:

Thứ nhất, dựa trên cấu trúc của hệ thống quản lý chất lượng giáo dục và khoa học quản trị: Một hệ thống đào tạo hiệu quả luôn được cấu thành từ ba trụ cột chính: Chủ thể thực hiện - Nguồn lực đảm bảo - Quy trình vận hành. Theo Từ điển Quản lý xã hội [18] và tiêu chuẩn quản lý chất lượng ISO 9001 [80], việc phân nhóm yếu tố tác động là điều kiện tiên quyết để tối ưu hóa hiệu quả vận hành:

Nhóm giải pháp chung (Giải pháp 1-4): Tập trung vào Chủ thể, bao gồm năng lực đội ngũ GV, nhận thức SV và công cụ hỗ trợ hiện đại (công nghệ). Đây là nhóm giải pháp đóng vai trò hạt nhân, quyết định chất lượng chuyên môn theo nguyên lý dạy học lấy người học làm trung tâm [37].

Nhóm giải pháp cơ sở vật chất (Giải pháp 5-8): Tập trung vào Nguồn lực đảm bảo, giải quyết bài toán về hạ tầng, kinh phí và mạng lưới sân bãi. Đây là nền tảng kỹ thuật vật chất tất yếu để triển khai các hoạt động vận động theo các quy chuẩn về đo lường và trang thiết bị TDDT [6], [11], [24].

Nhóm giải pháp về hoạt động (Giải pháp 9-14): Tập trung vào Quy trình vận hành, thông qua công tác chỉ đạo, truyền thông, liên kết và chính sách khuyến khích. Nhóm này đóng vai trò “*chất xúc tác*” để kết nối nguồn lực và con người.

Thứ hai, dựa trên các nguyên tắc của Lý luận và Phương pháp GDTC: Việc phân nhóm giải pháp đảm bảo tính hệ thống và tính tăng tiến trong việc tác động đến đối tượng SV. Theo Dương Nghiệp Chí (2007) [12] và Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006) [62], hiệu quả công tác GDTC không chỉ nằm ở bài giảng chính khóa mà còn phụ thuộc mật thiết vào môi trường hoạt động ngoại khóa và công tác quản lý vĩ mô của Nhà trường. Sự sắp xếp 14 giải pháp theo các nhóm từ nội tại đến khách quan đảm bảo tính đồng bộ, tránh sự rời rạc trong triển khai thực tiễn.

Thứ ba, đáp ứng tính tương quan với kết quả phân tích thực trạng và SWOT: Cấu trúc 03 nhóm giải pháp này trực tiếp giải quyết 03 nhóm vấn đề tồn tại đã được chỉ ra ở mục 3.1: (1) Phương pháp dạy học và nhận thức chưa cao; (2) Cơ sở vật chất còn hạn chế; (3) Công tác tổ chức phong trào chưa đồng bộ. Việc phân nhóm giúp

Nhà trường có cái nhìn tổng thể để triển khai các giải pháp một cách đồng bộ, đúng tinh thần của đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025 [57].

- Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 3-4/2023 tại Trường ĐHTL.
- Tham gia nghiên cứu: Chuyên gia (n=30).
- Nội dung phỏng vấn: 03 nhóm bao gồm 14 giải pháp tổng thể
- Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp được trình bày tại bảng 3.26.

Bảng 3.26. Kết quả phỏng vấn đánh giá mức độ cần thiết của các nhóm giải pháp.

Các nhóm giải pháp	5 điểm	4 điểm	3 điểm	2 điểm	1 điểm	Tổng điểm	% điểm tối đa
	mi	mi	mi	mi	mi		
Nhóm giải pháp chung							
1. Giải pháp về công nghệ	20	10	0	0	0	140	93.33
2. Giải pháp về nguồn lực	20	10	0	0	0	140	93.33
3. Giải pháp đội ngũ GV	1	1	10	15	3	72	48.00
4. Giải pháp cho SV	21	9	0	0	0	141	94.00
Nhóm giải pháp cơ sở vật chất							
5. Giải pháp xây dựng quỹ hoạt động	1	1	6	19	3	56	37.33
6. Giải pháp tài chính, kinh phí hoạt động	22	8	0	0	0	142	94.67
7. Giải pháp tăng cường cơ sở vật chất và trang thiết bị	19	11	0	0	0	139	92.67
8. Giải pháp quy hoạch mạng lưới	1	1	7	18	3	69	46.00
Nhóm giải pháp về tổ chức hoạt động							
9. Giải pháp truyền thông	21	9	0	0	0	141	94.00
10. Giải pháp công tác chỉ đạo và quản lý	17	13	0	0	0	137	91.33
11. Giải pháp lồng ghép GDTC vào các sự kiện	17	13	0	0	0	137	91.33
12. Giải pháp chính sách hỗ trợ, khuyến khích	17	13	0	0	0	137	91.33
13. Giải pháp phối hợp và liên kết	19	11	0	0	0	139	92.67
14. Giải pháp xã hội hóa	1	1	7	19	2	70	46.67

Qua bảng 3.26 cho thấy: Trong tổng số 14 giải pháp, có 04 giải pháp có tỉ lệ điểm <80% điểm tối đa (giải pháp 3, 5, 8 và 14), còn lại 10 giải pháp đạt tỉ lệ >80% so với điểm tối đa (giải pháp 1, 2, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13). Như vậy, kết quả phỏng vấn lựa chọn được 10 giải pháp.

b. Kết quả kiểm định độ tin cậy 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC thông qua hệ số Cronbach's Alpha

Luận án tiến hành kiểm định độ tin cậy bằng phương pháp Cronbach's Alpha đối với 10 giải pháp đã lựa chọn. Kết quả được trình bày tại bảng 3.27.

Bảng 3.27. Kết quả kiểm định tính nhất quán hệ thống giữa các nhân tố được lựa chọn

Item-Total Statistics				
Các giải pháp được lựa chọn	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Giải pháp 1	41.7667	8.599	.580	.849
Giải pháp 2	41.7667	8.599	.580	.849
Giải pháp 4	41.7333	8.202	.765	.834
Giải pháp 6	41.7000	8.148	.822	.830
Giải pháp 7	41.8000	8.579	.572	.850
Giải pháp 9	41.7333	8.340	.707	.839
Giải pháp 10	41.8667	8.189	.700	.839
Giải pháp 11	41.8667	8.602	.543	.852
Giải pháp 12	41.8667	9.223	.521	.871
Giải pháp 13	41.8000	9.545	.523	.878

Qua bảng 3.27 cho thấy:

Nhóm giải pháp chung: Cho thấy mức độ đồng thuận cao của người tham gia khảo sát. Đặc biệt, giải pháp hướng đến SV (Giải pháp 4) có hệ số tương quan tổng = 0.765 và nếu bị loại bỏ thì hệ số Cronbach's Alpha của toàn thang đo giảm xuống còn 0.834. Điều này cho thấy tầm quan trọng của việc tăng cường các giải pháp hỗ trợ SV trong việc nâng cao hiệu quả GDTC.

Nhóm giải pháp cơ sở vật chất: Cho thấy giải pháp tài chính – kinh phí hoạt động (Giải pháp 6), có hệ số tương quan tổng = 0.822 – cao nhất toàn bảng, đồng thời nếu loại bỏ thì hệ số Alpha giảm mạnh (còn 0.830). Điều này cho thấy vai trò của tài chính trong việc đảm bảo hiệu quả triển khai các hoạt động GDTC. Trong khi đó, giải pháp về thiết bị, cơ sở vật chất (Giải pháp 7) có mức độ đóng góp thấp hơn ($r = 0.572$) nhưng vẫn nằm trong hệ thống.

Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động: Có mức độ đóng góp chênh lệch nhưng không đáng kể. Các giải pháp như truyền thông (Giải pháp 9) và công tác chỉ đạo, quản lý (Giải pháp 10) có hệ số tương quan tương đối cao (> 0.7), cho thấy được sự đánh giá tích cực từ người tham gia. Tuy nhiên, giải pháp chính sách hỗ trợ, khuyến khích (Giải pháp 12) và giải pháp phối hợp, liên kết (Giải pháp 13) có hệ số tương quan tổng thấp hơn. Tuy nhiên hệ số Alpha vẫn có ý nghĩa. Nếu loại khỏi hệ thống cũng sẽ ảnh hưởng đến hệ số chung. Điều này cho thấy nhóm giải pháp được đề xuất cơ bản có tính ổn định, đồng nhất trong thang đo tổng thể và có tính hệ thống tương đối chặt chẽ.

Bảng 3.28. Hệ số Cronbach'S Alpha

ANOVA	CRONBACH'S ALPHA						
Source of Variation	SS	Df	MS	F	P-value	F crit	Alpha
Rows	30.3367	29	1.046	7.2815	1.8E-20	1.511	
Columns	1.0033	9	0.112	0.776	0.638	1.9158	
Error	37.49	261	0.144				0.86266

Qua bảng 3.28 cho thấy: Source of Variation: Nguồn biến thiên (chỉ ra các thành phần gây ra sự khác biệt trong dữ liệu (hàng, cột, sai số). Kết quả cho thấy sự tập trung và nhất quán hệ thống. Cronbach's Alpha = 0.862665: đồng nghĩa thang đo có độ tin cậy cao, phù hợp để sử dụng trong nghiên cứu. SS (Total Sum of Squares) = 68.83667: Là tổng toàn bộ phương sai của dữ liệu. Nó thể hiện mức độ tổng thể mà các giá trị dữ liệu khác nhau so với giá trị trung bình chung. df (Degrees of Freedom): Bậc Tự do (số lượng giá trị Tự do trong tính toán). MS (Mean Square): Trung bình

biến phương sai. F: Thống kê F (dùng để kiểm định ANOVA – so sánh phương sai giữa nhóm và trong nhóm. P-value (Rows) = $1.8E-20 < 0.05$: nghĩa là có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các hàng (nhóm khảo sát). P-value (Columns) = $0.638794 > 0.05$: nghĩa là không có sự khác biệt đáng kể giữa các cột (giải pháp), nghĩa là các câu hỏi/tiêu chí nhất quán với nhau (không có yếu tố sai biệt gây lỗi hệ thống). $F > F_{crit}$ (ở Rows): Sự khác biệt giữa các nhóm là đáng kể $\rightarrow$ khẳng định độ tin cậy của kết quả là vững chắc.

- Kết quả kiểm định độ tin cậy của thang đo bằng hệ số Cronbach's Alpha qua phân tích thống kê ghi nhận chỉ số Alpha đạt giá trị 0.8627, vượt xa ngưỡng tiêu chuẩn tối thiểu 0.7. Chỉ số này là minh chứng khoa học khẳng định thang đo có độ tin cậy rất tốt, đảm bảo mức độ nhất quán nội tại tối ưu giữa các biến quan sát trong cùng một nhóm tiêu chí. Phân tích ANOVA cho thấy sự khác biệt giữa các nhóm khảo sát là có ý nghĩa thống kê ($F = 7.281 > F_{crit} = 1.511$; P-value = $1.8E-20 < 0.05$), trong khi sự khác biệt giữa các tiêu chí không đáng kể (P-value = $0.638 > 0.05$), cho thấy các tiêu chí đánh giá là đồng nhất và ổn định. Như vậy, bộ tiêu chí lựa chọn có thể được sử dụng để đánh giá thực trạng hiệu quả công tác GDTC tại Trường DHTL một cách khách quan và tin cậy.

c. Kết quả kiểm định Cronbach's Alpha, KMO & Bartlett's Test xác định các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường DHTL

Kết quả kiểm định Cronbach's Alpha cho thấy các nhóm giải pháp đảm bảo mức độ tin cậy, không xuất hiện biến gây sai lệch hệ thống. Trên cơ sở đó, nghiên cứu tiếp tục thực hiện kiểm định KMO và Bartlett để xác định sự phù hợp của dữ liệu đối với việc tiến hành phân tích nhân tố khám phá (EFA). Việc kết hợp phân tích hai phương pháp này không chỉ giúp xác định bộ giải pháp có tính ổn định và đồng nhất, mà còn hỗ trợ phân loại giải pháp theo các yếu tố cấu thành thực tiễn.

Qua bảng 3.29 cho thấy: Các giải pháp đều có Mean cao; Giải pháp 06 có sự đồng thuận mạnh mẽ nhất; Giải pháp 10, 11, 12 có sự đa dạng nhưng không ảnh hưởng đến tính nhất quán.

Kiểm định KMO & Bartlett's Test

Bảng 3.29. Tổng hợp thông tin phỏng vấn về các giải pháp được lựa chọn

Descriptive Statistics					
Các giải pháp	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Giải pháp 1	30	4.00	5.00	4.6667	.47946
Giải pháp 2	30	4.00	5.00	4.6667	.47946
Giải pháp 4	30	4.00	5.00	4.7000	.46609
Giải pháp 6	30	4.00	5.00	4.7333	.44978
Giải pháp 7	30	4.00	5.00	4.6333	.49013
Giải pháp 9	30	4.00	5.00	4.7000	.46609
Giải pháp 10	30	4.00	5.00	4.5667	.50401
Giải pháp 11	30	4.00	5.00	4.5667	.50401
Giải pháp 12	30	4.00	5.00	4.5667	.50401
Giải pháp 13	30	4.00	5.00	4.6333	.49013

Kết quả thống kê mô tả cho thấy hầu hết các giải pháp đều nhận được sự đồng thuận cao từ người khảo sát ($\text{Mean} > 4.5$). Đặc biệt, giải pháp về tài chính (Giải pháp 6) nổi bật với mức độ đánh giá cao nhất ($\text{Mean} = 4.7333$) và mức độ phân tán thấp nhất ($\text{SD} = 0.44978$), phản ánh tầm quan trọng hàng đầu của nguồn lực tài chính trong việc nâng cao hiệu quả GDTC.

Bảng 3.30. Hệ số KMO & Bartlett's Test

TT	KMO and Bartlett's Test	
1	Test:	Value
2	Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.	0.856
3	Bartlett's Test of Sphericity:	
4	Approx. Chi-Square	412.350
5	Df	45
6	Sig.	.000

Qua bảng 3.30 cho thấy: Hệ số KMO = 0.856, chứng tỏ dữ liệu có mức độ tương quan đủ cao để tiến hành phân tích nhân tố (theo Kaiser, KMO > 0.8 là rất tốt). Chỉ số KMO = 0.856 và Bartlett's Test có Sig. = 0.000 khẳng định rằng mẫu dữ liệu đủ điều kiện để thực hiện phân tích nhân tố. Phân tích EFA đã trích xuất được 03 nhân

tổ chính với tổng phương sai trích là 77.2%, xác nhận sự tồn tại rõ ràng của cấu trúc nhóm giải pháp, phù hợp với lý thuyết đề xuất.

- EFA trích ra 03 thành phần chính tương ứng với:
- + Nhóm giải pháp chung.
- + Nhóm giải pháp cơ sở vật chất.
- + Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động,

Bảng 3.31. Tương quan và khả năng độc lập của 03 nhóm giải pháp

Component Transformation Matrix			
Component	Nhóm giải pháp 1	Nhóm giải pháp 2	Nhóm giải pháp 3
Nhóm giải pháp chung	.694	.687	.214
Nhóm giải pháp cơ sở vật chất	-.617	.416	.668
Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động	.570	-.596	.713

Bảng 3.31 cho thấy: Ma trận chuyển hóa giữa các thành phần (components) sau khi thực hiện xoay (rotation), trong trường hợp này sử dụng phương pháp xoay Varimax với chuẩn Kaiser. Ma trận này thể hiện mức độ tương quan giữa các trục thành phần sau khi xoay và trước khi xoay, qua đó giúp đánh giá mức độ độc lập hoặc giao thoa giữa các nhóm giải pháp. Mặc dù, các nhóm giải pháp được xác định là tương đối độc lập về mặt cấu trúc, nhưng vẫn có sự liên kết nội tại đáng chú ý, đặc biệt giữa giải pháp cơ sở vật chất và tổ chức hoạt động. Vì vậy, trong quá trình triển khai, cần áp dụng cách tiếp cận liên ngành, tích hợp các giải pháp một cách đồng bộ thay vì chia tách riêng rẽ. Việc đảm bảo thống nhất giữa chiến lược, nguồn lực, cơ sở vật chất và hoạt động triển khai thực tiễn là yếu tố quan trọng nhằm tối ưu hóa hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL.

Hệ số Cronbach's Alpha và hệ số KMO & Bartlett's Test

Dựa trên kết quả kiểm định Cronbach's Alpha và KMO & Bartlett's Test, nghiên cứu thực hiện việc phân tích hai phương pháp này. Mục tiêu không chỉ nhằm xác định các nhóm giải pháp có tính ổn định và đồng nhất mà còn hỗ trợ trong việc

phân loại các giải pháp theo yếu tố cấu thành thực tiễn. Kết quả tại bảng 3.32.

**Bảng 3.32. Kết quả phân tích về mục tiêu và bản chất
kết quả kiểm định độ tin cậy.**

Tiêu chí	Cronbach's Alpha	KMO & Bartlett's Test
Mục đích	Đánh giá độ tin cậy hệ thống nội tại của thang đo	Đánh giá sự phù hợp để thực hiện phân tích nhân tố (EFA)
Ý nghĩa	Các biến đo cùng một khái niệm có đồng nhất hay không	Các biến có liên quan tuyến tính để tạo thành nhóm hay không
Kết quả nghiên cứu	Cronbach's Alpha = 0.863 (> 0.8) → rất đáng tin cậy	KMO = 0.856; Bartlett: $p = .000$ → phân tích nhân tố phù hợp
Mối quan hệ giữa 2 kết quả nghiên cứu	Các biến có hệ số tương quan cao → được giữ lại trong thang đo	Các biến đó đồng thời tập trung vào các nhóm nhân tố tương ứng sau xoay
Kết luận chung:	Cấu trúc thang đo đáng tin cậy và có tính nhóm hóa rõ ràng. Dữ liệu phù hợp để thực hiện phân tích nhân tố khám phá (EFA)	

Qua bảng 3.32 cho thấy: Kết quả hệ số Cronbach's Alpha: Hầu hết các biến (các câu hỏi giải pháp) có hệ số Corrected Item-Total Correlation > 0.5 , chứng minh rằng các giải pháp đo cùng một khái niệm tổng thể (nâng cao GDTC).

- Kết quả phân tích nhân tố khám phá KMO & Bartlett's Test cho thấy:
- + KMO = 0.856 → mẫu đủ tốt để khám phá cấu trúc nhóm giải pháp.
- + Bartlett's Test có Sig. = 0.000 → tồn tại tương quan có ý nghĩa giữa các biến.
- + Từ đó, EFA trích ra 3 thành phần chính tương ứng với:
- + Nhóm giải pháp chung.
- + Nhóm giải pháp cơ sở vật chất.
- + Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động.

Các nhóm giải pháp được xác định là tương đối độc lập về mặt cấu trúc, nhưng vẫn có sự liên kết nội tại, đặc biệt giữa giải pháp cơ sở vật chất và tổ chức hoạt động. Do đó, trong quá trình triển khai, cần có cái nhìn liên ngành – tích hợp giải pháp thay

vì phân tách rời rạc. Việc đảm bảo đồng bộ giữa chiến lược, nguồn lực, cơ sở vật chất và hoạt động triển khai thực tiễn sẽ tạo ra hiệu quả tối ưu cho công tác GDTC.

Nhận xét chung: Thông qua phương pháp phỏng vấn chuyên gia và xử lý thống kê thực chứng, nghiên cứu đã xác lập cơ sở khoa học vững chắc cho các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL: Cronbach's Alpha cho thấy thang đo có độ tin cậy tốt, các tiêu chí đánh giá hiệu quả GDTC có sự nhất quán nội tại tối ưu giữa các biến quan sát. Trong khi đó, kết quả kiểm định KMO và Bartlett cho thấy cấu trúc dữ liệu đáp ứng đầy đủ điều kiện để tiến hành phân tích nhân tố khám phá (EFA), đồng thời khẳng định tồn tại mối tương quan có ý nghĩa giữa các biến quan sát.

Như vậy, sự kết hợp bổ trợ giữa hai phương pháp kiểm định này không chỉ xác nhận chất lượng khoa học của các giải pháp mà còn khẳng định giá trị hội tụ và tính đại diện của dữ liệu khảo sát. Đây là tiền đề khách quan, đảm bảo tính khả thi và độ tin cậy khi triển khai ứng dụng các giải pháp này vào thực tiễn đào tạo tại Trường ĐHTL cũng như các cơ sở giáo dục đại học có đặc thù tương tự.

Trên cơ sở phân tích khoa học và thực tiễn, nghiên cứu đã đề xuất 10 giải pháp có tính ứng dụng cao, góp phần nâng cao hiệu quả GDTC cho SV Trường ĐHTL. Các giải pháp được chia thành 03 nhóm có mối quan hệ bổ trợ lẫn nhau, phản ánh nhu cầu đổi mới toàn diện cả về nội dung, điều kiện thực hiện và cách tổ chức. Trong đó, giải pháp tài chính và hỗ trợ SV nhận được sự đồng thuận cao nhất. Kết quả nghiên cứu có thể làm cơ sở để xây dựng kế hoạch triển khai cụ thể trong Nhà trường và mở rộng ra các trường đại học tương đồng.

3.2.1.4. Xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Nhằm ứng dụng các giải pháp đạt hiệu quả cao trong thực tiễn, luận án tiến hành xây dựng và hệ thống hóa nội dung 10 giải pháp tổng thể theo ba nhóm chủ yếu, bao gồm: Nhóm giải pháp chung; Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất và Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động.

a. Nhóm giải pháp chung

Giải pháp 1: Ứng dụng công nghệ trong GDTC.

Mục đích: Hiện đại hóa quy trình quản lý hồ sơ thể lực, nâng cao tính tương tác trong giảng dạy và hỗ trợ theo dõi kết quả học tập của SV một cách khoa học, chính xác.

Nội dung chi tiết:

Xây dựng Phần mềm quản lý dữ liệu GDTC (trên nền tảng Excel/Google Sheets nâng cao): Thiết lập hệ thống bảng tính có cấu trúc đồng bộ cho toàn bộ GV. Phần mềm này tích hợp sẵn các hàm tính toán tự động để đối chiếu 06 chỉ số test thể lực theo quyết định số 53/QĐ-BGDĐT. Khi GV nhập số liệu thô, hệ thống sẽ tự động xuất kết quả xếp loại, giúp chuẩn hóa dữ liệu toàn trường và giảm thiểu sai sót thủ công.

Tích hợp tính năng phân tích dự báo (AI mức độ cơ bản): Sử dụng các công cụ phân tích dữ liệu có sẵn để thiết lập biểu đồ biến thiên thể lực cho từng khóa học. Thông qua việc so sánh dữ liệu qua các năm, hệ thống sẽ tự động đưa ra các cảnh báo số đối với những nhóm SV có chỉ số thể lực sụt giảm, giúp GV có cơ sở để điều chỉnh cường độ tập luyện phù hợp.

Khai thác hệ thống MS Teams và E-Learning: Xây dựng kho tư liệu bài giảng số bao gồm các tài liệu hướng dẫn kỹ thuật, luật thi đấu và các video clip minh họa ngắn để SV chủ động nghiên cứu trước khi thực hành trên sân. Ứng dụng Gamification (Trò chơi hóa) thông qua việc tổ chức các cuộc thi vận động đơn giản (như thử thách bước chân, thi đấu plank...) trên nhóm lớp MS Teams. SV tham gia tích cực sẽ được ghi nhận điểm cộng vào cột điểm chuyên cần hoặc điểm rèn luyện.

Số hóa công tác truyền thông: Tận dụng tối đa các nền tảng mạng xã hội và bảng tin điện tử của Nhà trường để thông báo kế hoạch học tập, vinh danh các cá nhân đạt thành tích cao, tạo động lực thi đua trong SV.

Cách thức thực hiện:

Bước 1: Thiết kế các mẫu biểu quản lý điện tử thống nhất và xây dựng kho học liệu số cơ bản cho từng môn học.

Bước 2 (Chuyển đổi số trong giảng dạy): Kết hợp giữa hướng dẫn trực tiếp

trên sân với việc giao bài tập tự học, tự kiểm tra thông qua các nhóm lớp trực tuyến.

Bước 3 (Theo dõi kết quả): Sau mỗi kỳ kiểm tra, GV cập nhật dữ liệu vào hệ thống chung để Bộ môn tổng hợp.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC, Phòng Công nghệ thông tin, Phòng Đào tạo, Đoàn Thanh niên.

Tiêu chí đánh giá:

Có ít nhất 02 nền tảng công nghệ (Bảng quản lý dữ liệu và hệ thống MS Teams/E-learning) được đưa vào sử dụng thường xuyên.

100% kết quả thể lực SV được quản lý và báo cáo trên hệ thống file số hóa.

Giải pháp 2: Phát triển nguồn lực và đội ngũ giảng dạy.

Mục đích: Xây dựng đội ngũ GV GDTC có trình độ chuyên môn cao, kỹ năng sư phạm hiện đại và tâm huyết, nhằm đáp ứng yêu cầu đổi mới chương trình đào tạo và nâng cao hứng thú tập luyện cho SV.

Nội dung chi tiết:

Kiểm toàn và sắp xếp nguồn lực giảng dạy: Rà soát, đánh giá thực trạng đội ngũ để bổ sung GV có chuyên môn ở các môn học mới (như Yoga, Khiêu vũ thể thao, Pickleball...) phù hợp với nhu cầu SV. Sắp xếp quy mô lớp học hợp lý để đảm bảo GV có đủ thời gian theo sát, sửa lỗi kỹ thuật cho từng cá nhân.

- Chương trình đào tạo, bồi dưỡng chuyên sâu:

+ Tổ chức các khóa tập huấn không chỉ về chuyên môn thể thao mà còn về kỹ năng sư phạm hiện đại, phương pháp giảng dạy tích cực và tâm lý học vận động.

+ Bồi dưỡng năng lực ứng dụng CNTT (sử dụng MS Teams, quản lý dữ liệu trên Excel, thiết kế bài giảng số) để thực hiện tốt Giải pháp 1.

- Cải tiến nội dung và phương pháp giảng dạy: Chuyển dịch từ phương pháp “làm mẫu – bắt chước” thuần túy sang phương pháp giải quyết vấn đề và dạy học phân hóa. GV thiết kế các bài tập linh hoạt theo trình độ thể lực của từng nhóm sinh viên (giải quyết vấn đề chênh lệch thể lực đã nhận diện ở thực trạng).

- Xây dựng Bộ tiêu chuẩn đánh giá và KPI GV: Thiết lập hệ thống tiêu chí đánh giá toàn diện bao gồm: Chất lượng giờ dạy (qua dự giờ); Kết quả cải thiện thể

lực của SV; Sự hài lòng của người học và đóng góp cho phong trào HĐTT.

Cách thức thực hiện:

Giai đoạn 1: Phối hợp với Phòng Quản trị nguồn nhân lực xây dựng bản mô tả công việc và bộ tiêu chuẩn đánh giá năng lực GV GDTC đặc thù.

Giai đoạn 2: Tổ chức các buổi hội thảo nội bộ, mời chuyên gia trao đổi về xu hướng GDTC hiện đại; Cử GV tham gia các lớp bồi dưỡng chứng chỉ trọng tài, huấn luyện viên quốc gia.

Giai đoạn 3: Thực hiện đánh giá KPI định kỳ hàng năm, kết nối kết quả đánh giá với công tác khen thưởng, kỷ luật và lộ trình thăng tiến để tạo động lực phấn đấu cho GV.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC (trực tiếp triển khai), Phòng Quản trị nguồn nhân lực (phối hợp về chính sách), Trung tâm Đào tạo ngắn hạn và chuyển giao công nghệ (TTC) (tổ chức tập huấn).

Tiêu chí đánh giá:

- 100% GV đạt chuẩn về năng lực ứng dụng công nghệ trong giảng dạy.
- 100% GV tham gia ít nhất 01 khóa bồi dưỡng chuyên môn/năm.
- Chỉ số hài lòng của SV đối với GV GDTC đạt trên 80%.
- 100% GV được đánh giá hoàn thành và hoàn thành tốt nhiệm vụ (KPI).

Giải pháp 3: Tăng cường hoạt động thể chất cho sinh viên.

Mục đích: Khơi dậy nhu cầu tự thân và hình thành thói quen rèn luyện thân thể bền vững cho SV. Chuyển trọng tâm từ việc tập luyện cưỡng bách sang hoạt động tự nguyện thông qua các loại hình vận động đa dạng, hấp dẫn và phù hợp với đặc thù giới tính, sở thích.

Nội dung chi tiết:

- Xây dựng mô hình CLB thể thao định hướng sở thích: Thay đổi cách tiếp cận phong trào truyền thống bằng việc hỗ trợ SV thành lập và vận hành các CLB chuyên biệt (như Yoga, Dance Sport, Pickleball, Bóng rổ, Cầu lông...). Bộ môn GDTC đóng vai trò cố vấn chuyên môn, hỗ trợ về giáo án và trọng tài, giúp các CLB hoạt động chuyên nghiệp và bài bản.

- Lồng ghép GDTC vào hệ thống kỹ năng mềm và hoạt động ngoại khóa: Phối hợp với Phòng Đào tạo để công nhận giờ tập luyện tại các CLB hoặc tham gia giải đấu chính thức tương đương với một phần điểm chuyên cần hoặc điểm rèn luyện. Đưa các chuyên đề về Dinh dưỡng học đường, Kỹ năng sơ cứu chấn thương và Tâm lý vận động vào các buổi sinh hoạt kỹ năng mềm của Nhà trường.

- Đẩy mạnh xã hội hóa và liên kết nguồn lực: Thiết lập mối quan hệ với các tổ chức thể thao, liên đoàn chuyên môn và các doanh nghiệp (đặc biệt là các nhãn hàng đồ thể thao, nước giải khát) để tài trợ kinh phí tổ chức các giải đấu thường niên. Tổ chức các sự kiện “*Sport Day*” hoặc “*Ngày hội thể thao Thăng Long*” với sự tham gia của các cựu sinh viên thành đạt để truyền cảm hứng về lối sống lành mạnh.

- Tăng cường giao lưu và thi đấu liên trường: Chủ động đăng cai hoặc tham gia các giải đấu trong hệ thống Đại học khu vực và Quốc gia. Việc cọ xát với các đơn vị bạn không chỉ giúp nâng cao thành tích mà còn là cơ hội để SV học hỏi các mô hình tổ chức phong trào tiên tiến.

Cách thức thực hiện:

Giai đoạn 1 (Xây dựng khung): Ban hành quy chế hoạt động cho các CLB và quy định về việc cộng điểm thưởng cho SV có thành tích xuất sắc trong phong trào.

Giai đoạn 2 (Triển khai): Tổ chức định kỳ các giải đấu cấp trường (Giải bóng đá nam/nữ, Giải bóng rổ, Hội thao sinh viên khóa mới). Phát động các thử thách vận động ngắn hạn (30 ngày thay đổi thể hình) để thu hút nhóm SV ít vận động.

Giai đoạn 3 (Lan tỏa): Mở rộng quy mô các giải đấu theo hướng mời các trường lân cận giao lưu, đồng thời kêu gọi các đối tác doanh nghiệp đồng hành dài hạn.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC (chủ trì), Phòng Công tác chính trị sinh viên, Đoàn thanh niên - Hội sinh viên (vận động phong trào), Phòng Đào tạo (công nhận điểm rèn luyện), Phòng Marcom (truyền thông sự kiện).

Tiêu chí đánh giá:

- Tỷ lệ SV tham gia các hoạt động thể thao ngoại khóa và CLB tăng ít nhất 10-15% mỗi năm.

- Tổ chức được ít nhất 02 giải thi đấu quy mô cấp trường và tham gia tối thiểu

01 giải cấp khu vực/năm.

- Thu hút được ít nhất 01 đơn vị tài trợ đồng hành cho các giải đấu lớn của trường.

b. Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất

Giải pháp 4: Tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị.

Mục đích: Đảm bảo các điều kiện hạ tầng cơ bản và trang thiết bị tập luyện luôn trong trạng thái vận hành tốt, an toàn và thẩm mỹ, tạo môi trường thuận lợi nhất để SV học tập và rèn luyện thể chất.

Nội dung chi tiết:

- Cải tạo và nâng cấp các hạng mục cơ sở vật chất: Thực hiện rà soát định kỳ để bảo trì, sơn sửa hệ thống sân bãi (sân bóng rổ, sân bóng chuyền) và các phòng tập chức năng. Chú trọng vào việc nâng cấp hệ thống chiếu sáng, lưới chắn bóng và mặt sàn để đảm bảo an toàn, hạn chế chấn thương cho SV trong quá trình tập luyện.

- Đầu tư mua mới và bảo trì trang thiết bị chuyên dụng: Căn cứ vào quy mô sinh viên và nội dung giảng dạy của từng học kỳ để mua sắm bổ sung các dụng cụ tiêu hao (bóng, vợt, thảm tập, lưới...). Xây dựng quy trình bảo trì, bảo dưỡng định kỳ đối với các thiết bị tập luyện cố định nhằm kéo dài tuổi thọ và đảm bảo tính thẩm mỹ.

- Cải thiện môi trường luyện tập và không gian vận động: Tối ưu hóa các khoảng trống quanh khu vực tập luyện để bố trí thêm các thiết bị vận động ngoài trời đơn giản hoặc khu vực nghỉ ngơi, tiếp nước cho SV. Tăng cường cây xanh và vệ sinh môi trường sân bãi để tạo không gian tập luyện thông thoáng, sạch sẽ, góp phần giảm bớt áp lực tâm lý cho người học.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Rà soát): Hàng năm, Bộ môn GDTC phối hợp với tổ quản trị CSVC kiểm kê, đánh giá mức độ xuống cấp của trang thiết bị để lập danh mục ưu tiên sửa chữa hoặc mua mới.

Bước 2 (Lập kế hoạch): Đề xuất dự toán kinh phí cụ thể cho các hạng mục ưu tiên (ví dụ: năm thứ nhất tập trung sửa mặt sân, năm thứ hai tập trung thay mới hệ thống lưới và mua thêm bóng).

Bước 3 (Triển khai & Giám sát): Thực hiện việc mua sắm, cải tạo theo tiến độ phê duyệt của Nhà trường, đảm bảo các hạng mục hoàn thành trước khi bắt đầu học kỳ mới.

Đơn vị phối hợp: Văn phòng trường (quản trị CSVC), Phòng Tài chính – Kế toán (phê duyệt ngân sách), Bộ môn GDTC (đề xuất nhu cầu chuyên môn).

Tiêu chí đánh giá:

- Mỗi năm học có ít nhất 01 – 02 hạng mục CSVC hoặc trang thiết bị được cải thiện, làm mới.
- Đảm bảo 100% trang thiết bị đưa vào giảng dạy đạt tiêu chuẩn an toàn sử dụng.

Giải pháp 5: Cơ chế tài chính

Mục đích: Thiết lập hành lang pháp lý nội bộ minh bạch và cơ chế phân bổ nguồn lực hợp lý, nhằm đảm bảo kinh phí duy trì các hoạt động chuyên môn và tạo động lực khuyến khích GV, sinh viên tham gia phong trào thể thao.

Nội dung chi tiết:

- Xây dựng quy chế định mức chi tiêu cho hoạt động thể thao: Phối hợp với phòng Tài chính xây dựng bảng định mức chi tiết cho các hoạt động đặc thù như: Kinh phí tổ chức giải đấu; Chế độ bồi dưỡng trọng tài; Nước uống; Vật tư tiêu hao và kinh phí khen thưởng. Việc cụ thể hóa các định mức này giúp bộ môn chủ động trong lập kế hoạch và quyết toán, tránh sự chồng chéo hoặc thiếu hụt kinh phí khi triển khai thực tế.

- Thiết lập cơ chế khuyến khích và thi đua: Ban hành quy định về chế độ thưởng cho các GV có thành tích xuất sắc trong huấn luyện và SV đạt giải tại các kỳ hội thao. Áp dụng hình thức “*điểm thưởng rèn luyện*” hoặc “*điểm cộng học phần*” để khuyến khích SV tích cực tham gia các giải đấu cấp trường.

- Đẩy mạnh công tác xã hội hóa và vận động tài trợ: Chủ động xây dựng các hồ sơ mời tài trợ chuyên nghiệp để kết nối với các doanh nghiệp, các nhãn hàng thể thao hoặc các đơn vị đối tác của Trường. Nguồn kinh phí này sẽ hỗ trợ cho việc nâng cao chất lượng giải thưởng, đồng phục thi đấu và các sự kiện truyền thông thể thao.

- Hỗ trợ phát triển hệ thống thi đấu nội bộ: Bố trí một phần kinh phí cố định hàng năm để duy trì 02-03 giải đấu truyền thống của Trường, đảm bảo tính liên tục và chuyên nghiệp của phong trào thể thao SV.

Cách thức thực hiện:

Bước 1: Bộ môn GDTC lập dự toán ngân sách hoạt động chi tiết theo năm học, dựa trên kế hoạch giảng dạy và thi đấu đã được phê duyệt.

Bước 2: Ban hành các thông báo, quy định nội bộ về mức thưởng và quyền lợi của GV, SV khi tham gia hoạt động ngoại khóa để tạo tính minh bạch.

Bước 3: Sau mỗi sự kiện hoặc kết thúc năm học, tiến hành tổng kết, công khai các nguồn thu chi (bao gồm cả nguồn tài trợ) để rút kinh nghiệm và lập kế hoạch cho năm tiếp theo.

Đơn vị phối hợp: Phòng Tài chính – Kế toán (quản lý ngân sách), Ban Giám hiệu (phê duyệt chủ trương), Bộ môn GDTC (trực tiếp điều hành), Phòng Marcom (hỗ trợ vận động tài trợ).

Tiêu chí đánh giá:

- Kinh phí dành cho các hoạt động phong trào được phê duyệt và giải ngân đúng tiến độ.

- Có ít nhất 01 giải đấu lớn hàng năm được tổ chức bằng nguồn vốn kết hợp (ngân sách trường và nguồn tài trợ).

c. Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động

Giải pháp 6: Đẩy mạnh truyền thông GDTC.

Mục đích: Nâng cao nhận thức, thay đổi thái độ và khơi gợi niềm đam mê vận động trong cộng đồng SV; biến việc rèn luyện thể chất từ một môn học bắt buộc thành một lối sống chủ động.

Nội dung chi tiết:

- Đa dạng hóa kênh truyền thông số và nội bộ: Tận dụng hệ sinh thái truyền thông sẵn có của Nhà trường (Fanpage, Group sinh viên, Website) để đăng tải các nội dung định kỳ về lợi ích của GDTC. Thiết kế các chuyên mục như “*Góc sức khỏe*”, “*Mẹo tập luyện tại nhà*” hoặc “*Dinh dưỡng học đường*” với hình thức thể hiện trẻ

trung, bắt mắt.

- Xây dựng hình ảnh “Đại sứ Thể thao Thăng Long”: Lựa chọn và giới thiệu những gương mặt SV tiêu biểu có thành tích thể thao xuất sắc hoặc có quá trình thay đổi ngoại hình, sức khỏe ngoạn mục nhờ tập luyện. Việc sử dụng “*người thật, việc thật*” sẽ tạo hiệu ứng lan tỏa mạnh mẽ hơn các bài viết lý thuyết đơn thuần.

- Triển khai các chiến dịch truyền thông theo chủ đề: Tổ chức các thử thách định kỳ mang tính cộng đồng như: “*Thử thách 10.000 bước chân mỗi ngày*”, “*Tuần lễ SV khỏe - Học tập tốt*”, hoặc “*Challenge 15 phút vận động tại chỗ*”. Các chiến dịch này cần có bộ nhận diện riêng (Hashtag, khung ảnh đại diện) để SV dễ dàng tham gia và chia sẻ trên mạng xã hội cá nhân.

- Kết hợp truyền thông đa phương tiện: Sản xuất các sản phẩm đồ họa hiện đại như Infographic (tóm tắt luật thi đấu, kỹ thuật bài tập), các video ngắn (Reels/TikTok) hướng dẫn động tác chuẩn và các mẫu Poster cổ động trực quan đặt tại các khu vực tập trung đông SV.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Lên ý tưởng): Bộ môn GDTC phối hợp với Đoàn Thanh niên xây dựng kế hoạch truyền thông theo từng học kỳ, gắn liền với các giải đấu hoặc các sự kiện lớn của Nhà trường.

Bước 2 (Sản xuất nội dung): Phối hợp với Phòng Marcom để chuyên nghiệp hóa các sản phẩm truyền thông (chụp ảnh, quay dựng video, thiết kế đồ họa) đảm bảo đúng bộ nhận diện thương hiệu của Nhà trường.

Bước 3 (Lan tỏa và Tương tác): Tổ chức các cuộc thi nhỏ online (như thi thiết kế Poster cổ động, quay clip tập luyện sáng tạo) để thu hút SV trực tiếp tham gia vào quá trình truyền thông, thay vì chỉ là người tiếp nhận thụ động.

Đơn vị phối hợp: Phòng Marcom (hỗ trợ kỹ thuật thiết kế), Bộ môn GDTC (cung cấp nội dung chuyên môn), Công tác Chính trị sinh viên và Đoàn Thanh niên (vận động SV tham gia).

Tiêu chí đánh giá:

- Mỗi năm học thực hiện được ít nhất từ 02 – 03 chiến dịch truyền thông chủ

đề hoặc sản phẩm truyền thông có chất lượng (Video, Infographic...).

- Tăng tỷ lệ tương tác và phản hồi tích cực của SV trên các bài viết liên quan đến hoạt động GDTC của trường.

Giải pháp 7: Tăng cường công tác chỉ đạo và tổ chức sự kiện thể thao.

Mục đích: Thiết lập cơ chế điều hành thống nhất từ cấp cao nhất của Nhà trường, nhằm tạo lập một môi trường thể thao học đường có tổ chức, được đảm bảo về nguồn lực và vận hành theo lộ trình chiến lược dài hạn.

Nội dung chi tiết:

- Tăng cường vai trò chỉ đạo trực tiếp của Ban Giám hiệu: Đưa công tác GDTC vào nội dung trọng tâm trong kế hoạch năm học của Nhà trường. BGH trực tiếp phê duyệt khung chương trình và các gói ngân sách định kỳ, đồng thời ban hành các văn bản chỉ đạo các phòng, ban phối hợp chặt chẽ với Bộ môn GDTC, tránh tình trạng hoạt động đơn lẻ của bộ môn chuyên môn.

- Xây dựng kế hoạch phát triển GDTC dài hạn và phân công nhiệm vụ: Thiết lập lộ trình phát triển thể chất SV theo giai đoạn 3-5 năm. Trong đó, phân định rõ trách nhiệm của từng đơn vị: Bộ môn GDTC chịu trách nhiệm nội dung; Đoàn Thanh niên chịu trách nhiệm vận động; Phòng Marcom chịu trách nhiệm quảng bá. Phân công nhiệm vụ cụ thể và khoa học chính là nền tảng để tối ưu hóa hiệu suất sử dụng nhân lực, vật lực và tăng tính trách nhiệm.

- Thiết lập hệ thống đánh giá, giám sát định kỳ: Xây dựng bộ tiêu chí đánh giá hiệu quả (KPI) cho công tác GDTC, không chỉ dựa trên điểm số môn học mà còn dựa trên tỷ lệ SV tham gia phong trào và mức độ cải thiện thể lực thực tế. Tổ chức các buổi họp giao ban định kỳ để rà soát tiến độ và tháo gỡ kịp thời các rào cản về cơ chế hay kinh phí.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Lập kế hoạch & Ngân sách): Hàng năm, BGH phê duyệt danh mục các sự kiện thể thao trọng điểm và phân bổ kinh phí cố định để các đơn vị chủ động triển khai.

- Bước 2 (Thành lập Ban tổ chức): Thành lập Ban tổ chức sự kiện thể thao cấp

trường với sự tham gia của đại diện lãnh đạo trường và các phòng ban liên quan để đảm bảo tính quy mô và chuyên nghiệp.

Bước 3 (Vận hành sự kiện): Tổ chức đều đặn ít nhất 03 HĐTT cấp trường mỗi năm (ví dụ: Hội thao chào Tân sinh viên, Giải bóng đá truyền thống TLU, Thăng Long Open).

Đơn vị phối hợp: Ban Giám hiệu (chủ trì chỉ đạo), Bộ môn GDTC (trực tiếp thực hiện), các Khoa chuyên môn, Phòng Công tác sinh viên và Đoàn thanh niên.

Tiêu chí đánh giá:

- Duy trì ổn định tối thiểu 02 sự kiện thể thao quy mô toàn trường mỗi năm.
- Có văn bản phê duyệt kế hoạch GDTC dài hạn và các thông báo chỉ đạo phối hợp liên phòng ban.

Giải pháp 8: Lồng ghép GDTC vào các chương trình – sự kiện của trường.

Mục đích: Tối đa hóa cơ hội vận động cho SV thông qua việc tích hợp các nội dung thể chất vào đời sống sinh hoạt chung. Giải pháp này nhằm biến vận động thành một phần tự nhiên của các sự kiện trường học, từ đó hình thành thói quen rèn luyện mọi lúc, mọi nơi cho người học.

Nội dung chi tiết:

- Tích hợp yếu tố vận động vào các chương trình trọng điểm của SV: Trong Tuần sinh hoạt công dân đầu khóa, thay vì các buổi báo cáo hội trường thuần túy, lồng ghép các hoạt động Teambuilding hoặc trò chơi vận động tập thể (Small games) để vừa gắn kết tân SV, vừa khởi động năng lượng thể chất ngay từ ngày đầu nhập học. Tích hợp các khu vực Trải nghiệm vận động nhanh (như thử thách Plank, chống đẩy, ném bóng rổ giải trí...) ngay tại các lễ hội văn hóa, ngày hội việc làm hay các sự kiện truyền thông của Nhà trường.

- Tăng cường hoạt động thể lực thông qua trải nghiệm thực tế: Khuyến khích các hoạt động dã ngoại, tham quan có tính chất vận động như: Đi bộ vì cộng đồng, trekking nhẹ trong các chuyến thực tế, hoặc tham gia các chiến dịch tình nguyện có yếu tố lao động thể chất. Việc gắn vận động với các giá trị xã hội giúp SV tham gia một cách hào hứng và ý nghĩa hơn.

- Xây dựng văn hóa Vận động trong khuôn viên: Khuyến khích sử dụng cầu thang bộ thông qua các chỉ dẫn trực quan vui nhộn; Tận dụng không gian mở, sảnh chờ để bố trí các bộ dụng cụ vận động đơn giản (như bàn bóng bàn, xà đơn di động) giúp SV có thể vận động ngắn trong thời gian nghỉ giữa các tiết học chuyên ngành.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Phối hợp kế hoạch): Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng Công tác chính trị SV và Đoàn Thanh niên rà soát lịch trình các sự kiện lớn trong năm để đề xuất các “*module vận động*” phù hợp với tính chất từng chương trình.

Bước 2 (Thiết kế nội dung): Xây dựng các trò chơi, bài tập vận động ngắn gọn, dễ triển khai, không yêu cầu trang phục chuyên dụng để SV có thể tham gia ngay tại sự kiện.

Bước 3 (Đánh giá lan tỏa): Theo dõi mức độ tương tác và hưởng ứng của SV qua từng sự kiện để cải tiến hình thức lồng ghép sinh động, hấp dẫn hơn cho các năm tiếp theo.

Đơn vị phối hợp: Phòng Marcom (truyền thông sản phẩm), Phòng Công tác Chính trị sinh viên, Đoàn – Hội sinh viên (tổ chức thực hiện), Bộ môn GDTC (tư vấn chuyên môn và cung cấp dụng cụ).

Tiêu chí đánh giá:

- Tỷ lệ các sự kiện văn hóa - xã hội của trường có lồng ghép nội dung vận động tăng dần qua từng năm (mục tiêu mỗi năm bổ sung thêm ít nhất 01-02 sự kiện).

- Thu hút được sự tham gia của các nhóm đối tượng SV vốn ít quan tâm đến thể thao chuyên sâu.

Giải pháp 9: Chính sách hỗ trợ, khuyến khích SV và GV.

Mục đích: Thiết lập cơ chế động viên kịp thời và thỏa đáng về cả vật chất lẫn tinh thần, nhằm tạo động lực tự giác, nâng cao trách nhiệm và khát vọng cống hiến của người dạy cũng như người học trong hoạt động GDTC.

Nội dung chi tiết:

- Cơ chế khen thưởng và quy đổi điểm cho SV: Ban hành định mức khen thưởng bằng tài chính cụ thể cho các cá nhân, tập thể đạt huy chương tại các giải thi

đấu cấp Trường, cấp Thành phố và Quốc gia. Áp dụng chính sách Quy đổi điểm ưu tiên: SV đạt thành tích cao trong các giải đấu chính thức có thể được xem xét miễn giảm nội dung thực hành hoặc quy đổi thành điểm tổng kết môn học GDTC tương ứng (đảm bảo đúng quy chế đào tạo). Điều này đặc biệt có ý nghĩa với những SV có năng khiếu, giúp các em tập trung cống hiến cho màu cờ sắc áo của Nhà trường.

- Chính sách đãi ngộ và tôn vinh GV: Thiết lập chế độ bồi dưỡng thỏa đáng cho GV trực tiếp huấn luyện các đội tuyển thi đấu ngoài giờ hành chính. Đưa thành tích phong trào và kết quả cải thiện thể lực SV vào hệ thống tính điểm thi đua, xét danh hiệu GV của năm.

- Xây dựng văn hóa vinh danh định kỳ: Tổ chức các buổi lễ vinh danh trang trọng để trao thưởng và tôn vinh những gương mặt SV, GV có đóng góp nổi bật. Hình ảnh các cá nhân tiêu biểu sẽ được lưu giữ trên website hoặc sảnh của Nhà trường.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Xây dựng văn bản): Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng Công tác Chính trị sinh viên và Phòng Tài chính soạn thảo “*Quy chế khen thưởng HĐTT*” trình Ban Giám hiệu phê duyệt.

Bước 2 (Triển khai thường niên): Cập nhật danh sách thành tích sau mỗi học kỳ hoặc sau mỗi giải đấu để thực hiện các thủ tục quy đổi điểm và trao thưởng.

Bước 3 (Truyền thông vinh danh): Tổ chức sự kiện vinh danh tập trung vào cuối năm học để tạo hiệu ứng tâm lý tích cực và lan tỏa tinh thần thể thao cho các khóa tiếp theo.

Đơn vị phối hợp: Phòng Công tác Chính trị sinh viên (quản lý hồ sơ khen thưởng), Phòng Tài chính – Kế toán (chi trả kinh phí), Bộ môn GDTC (xác nhận thành tích chuyên môn), Ban Giám hiệu (phê duyệt chính sách).

Tiêu chí đánh giá:

- Có văn bản quy định chính sách hỗ trợ, khen thưởng cụ thể được ban hành và áp dụng chính thức.

- 100% sinh viên và GV có thành tích xuất sắc đều được khen thưởng và vinh danh đúng thời hạn.

- Số lượng GV được quy đổi giờ huấn luyện và dẫn đội thành giờ nghiên cứu khoa học.

Giải pháp 10: Tăng cường phối hợp và liên kết phát triển GDTC.

Mục đích: Thiết lập mạng lưới đối tác đa dạng trong và ngoài Nhà trường nhằm khai thác tối đa các nguồn lực về chuyên môn, tài chính và cơ sở vật chất, tạo bước đột phá trong việc nâng cao chất lượng GDTC và phong trào thể thao SV.

Nội dung chi tiết:

- Xây dựng liên kết chiến lược với các tổ chức thể thao và doanh nghiệp: Ký kết biên bản ghi nhớ với các Liên đoàn thể thao, các trung tâm huấn luyện hoặc các CLB chuyên nghiệp để hỗ trợ về mặt kỹ thuật, trọng tài và tư vấn chuyên môn cho các giải đấu của trường. Thu hút các doanh nghiệp, nhãn hàng đồng hành dưới hình thức tài trợ độc quyền hoặc tài trợ hiện vật (đồng phục, nước uống, dụng cụ tập luyện) để giảm bớt gánh nặng ngân sách cho Nhà trường.

- Thiết lập mạng lưới liên kết và mở rộng giao lưu thể thao liên trường là giải pháp then chốt nhằm thúc đẩy sự hội nhập và đối sánh chất lượng GDTC. Việc định kỳ tổ chức các giải thi đấu giao hữu và hình thành các cụm thi đấu trong khối liên kết không chỉ tạo môi trường thực tiễn để SV rèn luyện bản lĩnh và nâng cao trình độ chuyên môn, mà còn kiến tạo diễn đàn tri thức để cán bộ quản lý thực hiện việc đối sánh, học hỏi các mô hình quản trị vận hành tiên tiến từ các đơn vị bạn.

- Mời chuyên gia và huấn luyện viên thỉnh giảng: Thuê các chuyên gia, vận động viên có thành tích cao về hướng dẫn các buổi chuyên đề hoặc huấn luyện ngắn hạn cho các đội tuyển của trường. Sự xuất hiện của những nhân vật có tầm ảnh hưởng sẽ tạo động lực cực lớn và sức hút mạnh mẽ đối với SV.

Cách thức thực hiện:

Bước 1 (Xác định đối tác): Bộ môn GDTC phối hợp với các phòng ban chức năng rà soát và lập danh sách các đối tác tiềm năng có sự tương đồng về mục tiêu và giá trị thương hiệu với Trường ĐHTL.

- Bước 2 (Thiết lập quan hệ): Chủ động liên hệ, đàm phán và ký kết các thỏa thuận hợp tác cụ thể, trong đó xác định rõ quyền lợi và trách nhiệm của mỗi bên (ví

dự: đối tác được quyền quảng bá thương hiệu trong trường, đổi lại trường được hỗ trợ sân bãi hoặc nhân sự chuyên môn).

Bước 3 (Duy trì và Phát triển): Định kỳ đánh giá hiệu quả hợp tác hàng năm để điều chỉnh và mở rộng quy mô liên kết, hướng tới xây dựng một hệ sinh thái thể thao học đường bền vững.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC (trực tiếp kết nối chuyên môn), Phòng Quản trị nguồn nhân lực (hỗ trợ thủ tục mời chuyên gia), Phòng Marcom (truyền thông đối ngoại), Ban Giám hiệu (ký kết thỏa thuận).

Tiêu chí đánh giá:

- Thiết lập được ít nhất từ 01 – 02 thỏa thuận hợp tác hoặc đối tác chiến lược chính thức mỗi năm học.
- Tổ chức được tối thiểu 01 hoạt động giao lưu hoặc huấn luyện chuyên đề có sự tham gia của yếu tố bên ngoài (chuyên gia hoặc đội tuyển trường bạn).

Nhận xét chung về: Kết quả xây dựng nội dung giải pháp

Việc xây dựng các giải pháp của luận án được thực hiện trên nguyên tắc kế thừa có chọn lọc các kết quả nghiên cứu đã công bố, đồng thời xuất phát từ kết quả đánh giá thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL. So với các nghiên cứu trước đây, các giải pháp của luận án không chỉ tập trung vào từng lĩnh vực riêng lẻ như chương trình, đội ngũ, cơ sở vật chất hay cơ chế chính sách mà được xây dựng theo hướng tích hợp, bảo đảm sự liên kết giữa các nhóm giải pháp về nguồn lực, tổ chức quản lý, người học, điều kiện bảo đảm và tổ chức hoạt động. Bên cạnh việc kế thừa những nội dung đã được chứng minh có hiệu quả, luận án bổ sung các giải pháp về ứng dụng công nghệ trong quản lý và tổ chức GDTC, tăng cường vai trò chủ động của SV, đẩy mạnh truyền thông, lồng ghép GDTC vào các hoạt động của Nhà trường và tăng cường cơ chế phối hợp giữa các đơn vị trong quá trình triển khai.

Trên cơ sở đó, luận án đã xây dựng được hệ thống đồng bộ gồm 10 giải pháp mang tính đột phá nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL. Các giải pháp này không tồn tại biệt lập mà được cấu trúc hóa chặt chẽ thành ba nhóm

trụ cột chính: (1) Nhóm giải pháp chung; (2) Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất; (3) Nhóm giải pháp về tổ chức hoạt động. Việc thiết lập cấu trúc năm thành tố cho mỗi giải pháp (*Mục đích – Nội dung – Cách thực hiện – Đơn vị phối hợp – Tiêu chí đánh giá*) không chỉ đảm bảo tính khoa học, minh bạch mà còn khẳng định sự chuẩn bị kỹ lưỡng, tạo điều kiện thuận lợi cho quá trình triển khai, kiểm tra và đánh giá hiệu quả thực hiện.

Điểm nhấn quan trọng của các giải pháp này chính là sự kết hợp hài hòa giữa tính hiện đại và tính khả thi. Luận án đã tích hợp yếu tố công nghệ, phối hợp liên ngành và các chính sách khuyến khích, một hướng đi hoàn toàn phù hợp với xu hướng chuyển đổi số của giáo dục đại học hiện đại. Tuy nhiên, các yếu tố này đã được thực tế hóa, điều chỉnh để tương thích hoàn toàn với nguồn nhân lực sẵn có của Trường ĐHTL. Bên cạnh đó, việc coi trọng cơ chế phối hợp liên ngành và các chính sách khuyến khích tạo động lực cho người học/người dạy đã biến GDTC từ một môn học đơn thuần trở thành một hệ sinh thái vận động năng động, gắn liền với trải nghiệm và lợi ích sát sườn của SV.

Toàn bộ 10 giải pháp đề xuất đều hướng tới tính hệ thống và bền vững, giải quyết trực diện các tồn tại về nhận thức, thái độ và năng lực vận động đã được nhận diện ở chương thực trạng. Đây không chỉ là những phản ứng mang tính thời điểm mà là một định hướng chiến lược dài hạn, nhằm đáp ứng yêu cầu đổi mới GDTC theo hướng chất lượng cao, hội nhập quốc tế. Với lộ trình triển khai rõ ràng và các tiêu chí đánh giá định lượng cụ thể, khi được áp dụng đồng bộ, các giải pháp này sẽ làm thay đổi căn bản công tác GDTC tại Trường ĐHTL, góp phần thực hiện mục tiêu phát triển con người toàn diện cho SV.

3.2.1.5. Kiểm chứng lý thuyết về tính phù hợp thực tiễn, tính khả thi, tính hiệu quả cho các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL thông qua phỏng vấn

Quá trình kiểm chứng đánh giá dựa trên:

- Đối tượng phỏng vấn: Chuyên gia $n=30$
- Kết quả được trình bày tại bảng 3.33.

Qua bảng 3.33 cho thấy: Cả 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường DHTL đều được chuyên gia đánh giá cao trên ba tiêu chí: Tính phù hợp thực tiễn; Tính khả thi và Tính hiệu quả, với tỷ lệ điểm tối đa đều vượt ngưỡng 80%. Điều này khẳng định rằng các giải pháp đã được xây dựng có cơ sở khoa học, đồng thời phù hợp với điều kiện thực tiễn triển khai.

Xét theo tính phù hợp thực tiễn, giải pháp 1 và 6 có mức điểm cao nhất (95.56%), cho thấy các giải pháp này được chuyên gia đồng thuận gần như tuyệt đối về khả năng áp dụng vào thực tế đào tạo. Các giải pháp còn lại dao động từ 83 đến 90 điểm (tương ứng 87.78%–93.33%), trong đó thấp nhất là giải pháp 9 với 82.22%. Kết quả này phản ánh rằng mặc dù phần lớn giải pháp được đánh giá rất khả thi về thực tiễn, song vẫn còn những điểm cần hoàn thiện ở một số giải pháp để phù hợp hơn với môi trường đào tạo cụ thể.

Ở tiêu chí tính khả thi, giải pháp 6 tiếp tục nổi bật với mức điểm cao nhất (96.67%), khẳng định khả năng triển khai hiệu quả ngay trong điều kiện hiện có. Giải pháp 5 và giải pháp 8 cũng đạt trên 93% (94.44% và 93.33%), thể hiện mức độ khả thi rất cao. Trong khi đó, giải pháp 7 và 9 có điểm số thấp nhất (87.78% và 85.56%), tuy vẫn trên 80% nhưng cho thấy cần có sự hỗ trợ thêm về cơ sở vật chất hoặc chính sách để bảo đảm khả năng thực hiện.

Về tính hiệu quả, kết quả càng rõ rệt hơn: Hầu hết các giải pháp đều đạt mức trên 90%. Các giải pháp 1 và 5 đạt điểm cao nhất (95.56%), tiếp theo là giải pháp 6 (93.33%) và giải pháp 8 (94.44%). Các giải pháp còn lại dao động trong khoảng 88.89% – 91.11%, thấp nhất là giải pháp 7 và 9 (88.89%). Như vậy, mặc dù có sự khác biệt nhỏ giữa các giải pháp, nhưng nhìn chung toàn bộ đều được đánh giá là mang lại hiệu quả thiết thực và có thể tạo chuyển biến rõ rệt trong công tác GDTC.

Bảng 3.33. Kết quả kiểm chứng lý thuyết thông qua kết quả phỏng vấn chuyên gia (n=30)

Các giải pháp	Nhận định của chuyên gia về hiệu quả giải pháp (n=30)												Hiệu quả giải pháp (điểm)		
	Tính phù hợp thực tiễn (A)				Tính khả thi (B)				Tính hiệu quả (C)						
	Các mức đánh giá			Tổng điểm	Các mức đánh giá			Tổng điểm	Các mức đánh giá			Tổng điểm	% điểm tối đa (n*3)		
	3 (đ)	2 (đ)	1 (đ)		3 (đ)	2 (đ)	1 (đ)		3 (đ)	2 (đ)	1 (đ)		A	B	C
	mi	mi	mi		mi	mi	mi		mi	mi	mi		mi		
Giải pháp 1	27	2	1	86	25	3	2	83	27	2	1	86	95.56	92.22	95.56
Giải pháp 2	22	6	2	80	21	8	1	80	22	6	2	80	88.89	88.89	88.89
Giải pháp 3	25	3	2	83	26	2	2	84	23	6	1	82	92.22	93.33	91.11
Giải pháp 4	22	5	3	79	25	3	2	83	25	4	1	84	87.78	92.22	93.33
Giải pháp 5	25	3	2	83	26	3	1	85	27	2	1	86	92.22	94.44	95.56
Giải pháp 6	27	2	1	86	28	1	1	87	25	4	1	84	95.56	96.67	93.33
Giải pháp 7	23	5	2	81	22	5	3	79	22	6	2	80	90.00	87.78	88.89
Giải pháp 8	25	3	2	83	25	4	1	84	26	3	1	85	92.22	93.33	94.44
Giải pháp 9	19	6	5	74	21	5	4	77	23	5	2	81	82.22	85.56	90.00
Giải pháp 10	24	5	1	83	25	4	1	84	23	5	2	81	92.22	93.33	90.00
Trung bình	23.9	4	2.1	81.8	24.4	3.8	1.8	82.6	24.3	4.3	1.4	82.9	90.89	91.77	92.11
Max	27.00	6.00	5.00	86.00	28.00	8.00	4.00	87.00	27.00	6.00	2.00	86.00	95.56	96.67	95.56
Min	3	2	1	74	3	1	1	77	3	2	1	80	82.22	85.56	88.89

Tổng thể, không có giải pháp nào dưới 80% ở cả ba tiêu chí. Các giải pháp có điểm số vượt trội như giải pháp 1 và 6 thể hiện rõ ưu thế cả về tính phù hợp, tính khả thi và hiệu quả. Ngược lại, giải pháp 7 và 9 mặc dù vẫn đạt trên 85%, nhưng có khoảng cách nhất định so với nhóm cao, gợi ý rằng đây là những giải pháp cần được điều chỉnh, bổ sung nguồn lực và phương thức tổ chức.

Kết quả phỏng vấn chuyên gia cho thấy sự đồng thuận cao đối với toàn bộ giải pháp. Điều này không chỉ khẳng định tính khoa học, thực tiễn của quá trình xây dựng, mà còn chứng minh rằng việc áp dụng các giải pháp này hoàn toàn có khả năng mang lại tác động tích cực, bền vững đối với hiệu quả GDTC trong môi trường đại học

Để củng cố cơ sở khoa học và đảm bảo tính thực tiễn trong việc áp dụng bộ giải pháp, luận án đã tiến hành kiểm chứng lý thuyết một cách nghiêm túc và có hệ thống. Quá trình kiểm chứng được thực hiện thông qua phân tích, đối chiếu bộ giải pháp với các nguyên lý cơ bản trong lý luận dạy học, lý thuyết GDTC hiện đại, cũng như các mô hình phát triển thể chất toàn diện đã được kiểm nghiệm trên thế giới và trong nước. Trên cơ sở đó luận án xác định:

- Các giải pháp lựa chọn đảm bảo tính phù hợp toàn diện từ bám sát mục tiêu đào tạo đến việc đổi mới phương pháp và hình thức tổ chức dạy và học, đồng thời phù hợp với xu thế phát triển của GDTC học đường trong giai đoạn mới.

- Các giải pháp được xây dựng trên nền tảng lý luận vững chắc về tâm lý học lứa tuổi, đặc điểm hoạt động thể chất của SV, cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến động lực và hiệu suất rèn luyện thể chất;

- Các giải pháp không chỉ đáp ứng yêu cầu đổi mới nội dung và phương pháp giảng dạy, mà còn phù hợp với xu thế chung cũng như định hướng phát triển thể lực, phẩm chất và năng lực tự học thể chất của SV trong bối cảnh giáo dục đại học đổi mới theo hướng phát triển toàn diện người học;

- Đặc biệt, qua quá trình kiểm chứng lý thuyết, luận án cũng xác lập được mối liên hệ chặt chẽ giữa từng giải pháp cụ thể với các yếu tố then chốt của hiệu quả GDTC – bao gồm: Động cơ hứng thú học tập, khả năng vận động, mức độ tham gia hoạt động thể chất tự nguyện, và hiệu quả tiếp thu kiến thức – kỹ năng thể chất. Điều

này không chỉ giúp bộ giải pháp có tính nhất quán về mặt lý luận, mà còn tạo tiền đề quan trọng để triển khai hiệu quả trong tương lai thực tiễn giảng dạy.

Kết quả kiểm chứng lý thuyết đã củng cố thêm cơ sở để khẳng định: Các giải pháp mà luận án đề xuất không chỉ mang tính khả thi về mặt triển khai, mà còn đảm bảo tính khoa học và phù hợp với định hướng phát triển GDTC hiện đại trong các trường đại học Việt Nam hiện nay.

3.2.2. Ứng dụng và đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

3.2.2.1. Tổ chức ứng dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

Nhằm đánh giá tính hiệu quả và khả năng áp dụng của các giải pháp trong thực tiễn GDTC tại Trường ĐHTL, nghiên cứu đã tiến hành triển khai thực nghiệm.

Do điều kiện và phạm vi giới hạn của luận án, vì vậy, để bảo đảm trong chương trình thực nghiệm, luận án đồng thời triển khai đồng 10 giải pháp, trong đó có lựa chọn trọng tâm nhằm đạt hiệu quả thực nghiệm và mục đích của luận án.

Các giải pháp trọng tâm trong quá trình thực nghiệm giai đoạn đầu dựa trên các tiêu chí: Mức độ tác động trực tiếp đến SV; Dễ tổ chức, ít phụ thuộc ngân sách; Hiệu quả nhanh; Phù hợp nhất với điều kiện hiện tại của Trường ĐHTL. Trong 10 giải pháp, luận án xác định các giải pháp trọng tâm là:

Giải pháp 1: Ứng dụng công nghệ.

Lý do: Dễ triển khai (phần mềm điểm danh, app theo dõi tập luyện, video hướng dẫn...); Tài liệu ứng dụng truyền thông mạnh, phù hợp với SV gen Z; Dữ liệu đo lường rõ ràng (Số lượt truy cập, tương tác, bài tập nộp online...).

Hiệu quả mong đợi sau 12 tháng: SV tham gia học GDTC tích cực hơn nhờ trải nghiệm học tập hiện đại; GV dễ dàng quản lý, đánh giá.

Giải pháp 3: Giải pháp cho sinh viên.

Lý do: Là nhóm tác động trực tiếp nhất đến hành vi vận động tự nguyện của SV; Dễ kết hợp với hoạt động, không tốn nhiều chi phí...

Hiệu quả mong đợi: Tỷ lệ SV tham gia các HĐTT gia tăng; Cải thiện tinh thần,

sức khỏe SV rõ rệt trong 12 tháng.

Giải pháp 6. Giải pháp truyền thông.

Lý do: Truyền thông mạnh giúp lan tỏa 09 giải pháp còn lại; Dễ đo lường (số lượng tương tác, bài viết, video, chiến dịch online...)

Hiệu quả mong đợi: Nâng cao nhận thức và tạo phong trào tập luyện thể thao trên phạm vi rộng, đa dạng; Thu hút SV tham gia HĐTT tích cực hơn.

Đề xuất triển khai ngay từ tuần lễ đầu tiên (tuần sinh hoạt đầu khóa) của năm học mới (2023-2024). Chiến dịch *“10.000 bước chân mỗi ngày, leo cầu thang bộ khi di chuyển lên tầng 04, 15 phút vận động mỗi ngày – SV khỏe, học tốt, sống tích cực”*.

Đồng thời với các giải pháp trọng tâm ưu tiên đẩy mạnh tác động, chương trình thực nghiệm cũng chú trọng đảm bảo các nhóm giải pháp được triển khai đồng bộ, hiệu quả và phù hợp với đặc điểm thực tế của Nhà trường. Do đó, để chương trình thực nghiệm đạt hiệu quả cao, cần tuân theo các bước cụ thể sau:

- Thời gian thực hiện: Từ tháng 10 năm 2023 đến tháng 4 năm 2024.

- Địa điểm thực hiện: Trường ĐHTL

- Nội dung thực hiện:

- + Ứng dụng 03 nhóm giải pháp bao gồm 10 giải pháp tổng thể vào nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.

- + Kiểm tra đánh giá hiệu quả 10 giải pháp sau 12 tháng thực nghiệm trong công tác GDTC Trường ĐHTL.

3.2.2.1.1. Trách nhiệm

Ban Giám hiệu: Trực tiếp chỉ đạo, theo dõi và ban hành các quyết định, chính sách về GDTC.

Phòng Đào tạo và Phòng Công tác Chính trị sinh viên: Phối hợp tổ chức các hoạt động, điều phối kế hoạch giảng dạy – phong trào – đánh giá.

Phòng Marcom: Chịu trách nhiệm truyền thông nội bộ qua fanpage, bản tin và poster cổ động.

Bộ môn GDTC: Chịu trách nhiệm chuyên môn, tổ chức giảng dạy, đề xuất cải tiến nội dung, phương pháp và kiểm tra đánh giá.

Đoàn Thanh niên – Hội Sinh viên: Tổ chức phong trào thể thao, các CLB và hoạt động ngoại khóa mang tính cộng đồng

a. Phân công nhiệm vụ

Chỉ đạo, quản lý: Ban hành quy chế đánh giá thể chất; họp định kỳ; lồng ghép tiêu chí thể chất vào xếp loại sinh viên.

Đội ngũ giảng viên: Bồi dưỡng chuyên môn; đổi mới phương pháp giảng dạy; xây dựng tài liệu và video hướng dẫn.

Cơ sở vật chất: Bảo dưỡng sân bãi; bổ sung dụng cụ; tận dụng không gian trường cho luyện tập.

Sinh viên: Tổ chức tuần lễ thể thao; phát triển CLB theo môn; gắn điểm rèn luyện với khen thưởng.

Phối hợp liên kết: Giao lưu với chuyên gia, VĐV; thi đấu liên trường, mở rộng giải khu vực.

Đánh giá hiệu quả của các giải pháp: So sánh kết quả trước và sau 12 tháng triển khai.

b. Lập cơ chế giám sát, đánh giá và điều chỉnh duy trì bền vững

Theo dõi định kỳ: Hàng học kỳ, tổng kết hoạt động giảng dạy và phong trào thể chất; Lấy ý kiến SV qua khảo sát online.

Chỉ số đánh giá: Số lượng SV tham gia, tỉ lệ hoàn thành học phần, mức độ hài lòng, số CLB hoạt động hiệu quả, số sự kiện tổ chức thành công.

Điều chỉnh linh hoạt: Cập nhật kế hoạch, phương pháp giảng dạy hoặc tổ chức dựa trên phản hồi thực tế và nguồn lực hiện có.

c. Khuyến khích sáng tạo và tính tự chủ

Tạo điều kiện cho SV được lựa chọn môn học thể chất phù hợp sở thích.

Khuyến khích tổ chức các HĐTT kết hợp nghệ thuật – công nghệ (chạy bộ qua app, thi thể thao quay video TikTok...).

Giao quyền chủ động cho các khoa và CLB thể thao SV tự lên ý tưởng tổ chức giải đấu hoặc hoạt động truyền thông thể thao.

3.2.2.1.2. Huy động, phân bổ nguồn lực và triển khai các nhóm giải pháp

a. Huy động và phân bổ nguồn lực

Kinh phí: Trích từ ngân sách Nhà trường; Đề xuất tài trợ từ doanh nghiệp hoặc các chương trình liên kết thể thao – giáo dục.

Nhân lực: Huy động GV GDTC, cán bộ Đoàn – Hội, SV tình nguyện, cộng tác viên từ các CLB thể thao.

Cơ sở vật chất – thiết bị – công nghệ: Xây dựng kế hoạch đầu tư, sửa chữa, nâng cấp theo tiến độ và mức độ ưu tiên.

b. Triển khai song song và linh hoạt các nhóm giải pháp

Ưu tiên triển khai nhóm giải pháp nền tảng trước: Như nhóm 2 (Nguồn lực – giảng dạy), nhóm 3 (Cơ sở vật chất), nhóm 4 (Tài chính – cơ chế). Nhóm công nghệ (1) cần triển khai đồng thời, hỗ trợ theo dõi, đánh giá và truyền thông.

Các nhóm giải pháp hướng đến SV (giải pháp 5–10) cần được triển khai đồng thời với các chương trình truyền thông và HĐTT để tạo hiệu ứng lan tỏa.

c. Truyền thông – Ghi nhận – Nhân rộng mô hình

Thiết lập cơ chế truyền thông đa kênh, kết hợp giữa truyền thông nội bộ và công bố rộng rãi, nhằm tối ưu hóa việc lan tỏa thông điệp và thu hút sự quan tâm, tham gia tự nguyện của cộng đồng Nhà trường. Song song với đó là sự ghi nhận cần biểu dương kịp thời các cá nhân, tập thể có đóng góp xuất sắc hoặc sáng kiến đột phá trong quá trình thực thi giải pháp. Đây chính là tiền đề then chốt để thực hiện chiến lược nhân rộng các mô hình điển hình, từ các CLB thể thao đến các phương pháp giảng dạy ưu việt, tạo hiệu ứng lan tỏa tích cực và bền vững trong toàn hệ thống.

3.2.2.2. Đánh giá của chuyên gia về tổng quan kết quả đạt được của 10 giải pháp sau khi ứng dụng vào thực tiễn nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

- Mục đích đánh giá: Từ kết quả so sánh nhằm đánh giá tổng quan chung về hiệu quả của 10 giải pháp trong thực tiễn công tác GDTC sau khi ứng dụng giải pháp.

- Phương pháp đánh giá: Phỏng vấn, so sánh tự đối chiếu...

- Nội dung đánh giá:

+ So sánh tổng quát chung hiệu quả sử dụng giải pháp qua nhận định của

chuyên gia ở thời điểm trước và sau khi nghiên cứu ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.

+ Đánh giá tổng quát chung về các chỉ tiêu đạt được của giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp.

3.2.2.2.1. So sánh tổng quát chung hiệu quả sử dụng giải pháp sau khi ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

Luận án đã tiến hành triển khai ứng dụng trong thời gian 12 tháng. Trên cơ sở đó tiến hành phỏng vấn, so sánh phân tích mức độ “*hiệu quả*” qua đánh giá của GV, cán bộ quản lý, chuyên gia và SV đối với từng nhóm giải pháp trước và sau quá trình thực nghiệm.

- Tiến hành phỏng vấn: Sinh viên 400, chuyên gia $n = 30$.
- Kết quả được trình bày ở bảng 3.34, chi tiết Phụ lục 14.

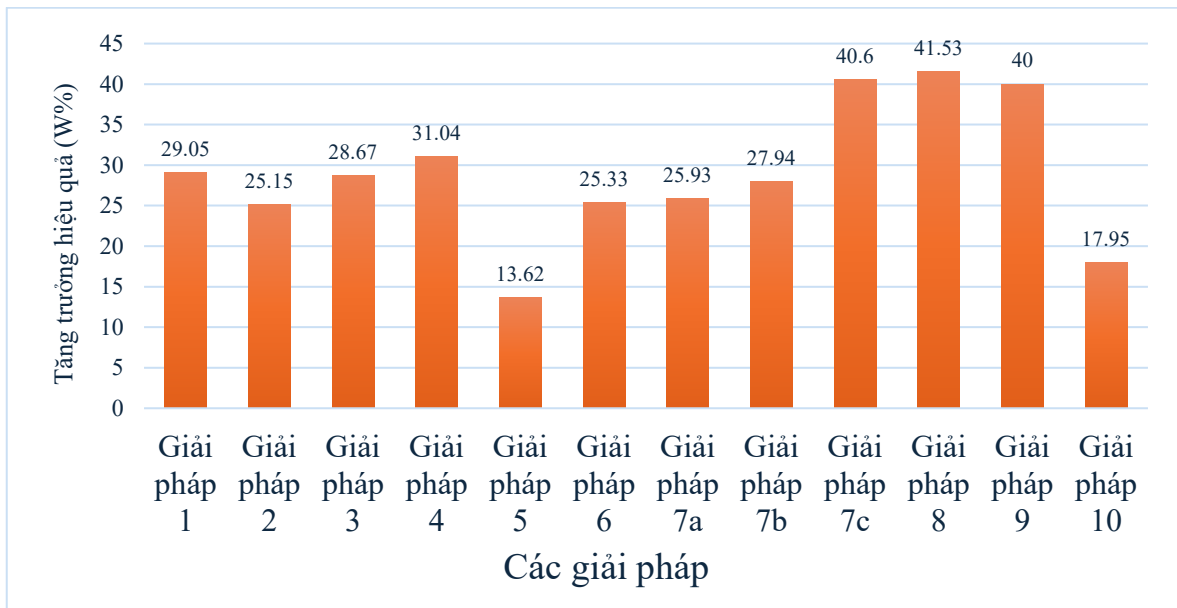
Quả bảng 3.34 cho thấy: Hiệu quả sử dụng các giải pháp nâng cao công tác GDTC tại Trường ĐHTL đã có sự thay đổi rõ rệt sau khi áp dụng thực tiễn. Trước khi triển khai (8/2023), phần lớn các giải pháp chỉ đạt ở mức trung bình, với tỷ lệ % hiệu quả ghi nhận trong khoảng từ 53.10% (Giải pháp 8) đến 70.54% (Giải pháp 5). Điều này phản ánh rằng, mặc dù Nhà trường đã có chủ trương áp dụng các biện pháp, song kết quả thực tế thu được vẫn thiên về “Khá hiệu quả” hoặc “Ít hiệu quả”.

Sau khi áp dụng (8/2024), hiệu quả của các giải pháp đều tăng lên rõ rệt. Kết quả bảng cho thấy các giải pháp sau thực nghiệm đều đạt từ 79.38% (Giải pháp 7b) đến 87.13% (Giải pháp 4). Như vậy, toàn bộ các giải pháp đều vượt ngưỡng trung bình, nhiều giải pháp được nâng lên mức “Rất hiệu quả”, phản ánh tác động tích cực của việc triển khai đồng bộ.

Bảng 3.34. So sánh tổng quát chung hiệu quả sử dụng giải pháp sau khi ứng dụng và trước khi chưa ứng dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua đánh giá của chuyên gia và SV (n=430)

Các nhóm giải pháp		Hiệu quả sử dụng giải pháp ở thời điểm trước thực nghiệm (8/2023)							Hiệu quả sử dụng giải pháp sau khi ứng dụng (8/2024)							Tăng trưởng Hiệu quả (W%)
		Rất hiệu quả (3 điểm)		Khá hiệu quả (2 điểm)		Ít hiệu quả (1 điểm)		% Hiệu quả	Rất hiệu quả (3 điểm)		Khá hiệu quả (2 điểm)		Ít hiệu quả (1 điểm)		% Hiệu quả	W (%)
		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm		
Nhóm giải pháp chung	Giải pháp 1	52	156	281	562	97	97	63.18	283	849	96	192	51	51	84.65	29.05
	Giải pháp 2	63	189	292	584	75	75	65.74	255	765	152	304	23	23	84.65	25.15
	Giải pháp 3	36	108	269	538	125	125	59.77	237	711	125	250	68	68	79.77	28.67
	<i>Trung bình chung</i>	<i>50.33</i>	<i>151</i>	<i>280.67</i>	<i>561.33</i>	<i>99</i>	<i>99</i>	<i>62.90</i>	<i>258.33</i>	<i>775</i>	<i>124.33</i>	<i>248.67</i>	<i>47.33</i>	<i>47.33</i>	<i>83.02</i>	<i>27.62</i>
	Max	63	189	292	584	125	125	65.74	283	849	152	304	68	68	84.65	29.05
	Mín	36	108	269	538	75	75	59.77	237	711	96	192	23	23	79.77	25.15
Nhóm giải pháp cơ sở vật chất trang thiết bị	Giải pháp 4	58	174	276	552	96	96	63.72	287	861	120	240	23	23	87.13	31.04
	Giải pháp 5	115	345	250	500	65	65	70.54	218	654	177	354	35	35	80.85	13.62
	<i>Trung bình chung</i>	<i>86.5</i>	<i>259.5</i>	<i>263</i>	<i>526</i>	<i>80.5</i>	<i>80.5</i>	<i>67.13</i>	<i>252.5</i>	<i>757.5</i>	<i>148.5</i>	<i>297</i>	<i>29</i>	<i>29</i>	<i>83.99</i>	<i>22.33</i>

Các nhóm giải pháp		Hiệu quả sử dụng giải pháp ở thời điểm trước thực nghiệm (8/2023)							Hiệu quả sử dụng giải pháp sau khi ứng dụng (8/2024)							Tăng trưởng Hiệu quả (W%)
		Rất hiệu quả (3 điểm)		Khá hiệu quả (2 điểm)		Ít hiệu quả (1 điểm)		% Hiệu quả	Rất hiệu quả (3 điểm)		Khá hiệu quả (2 điểm)		Ít hiệu quả (1 điểm)		% Hiệu quả	W (%)
		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm		mi	điểm	mi	điểm	mi	điểm		
Nhóm giải pháp về tổ chức hoạt động	Giải pháp 6	86	258	243	486	101	101	65.50	256	768	148	296	26	26	84.50	25.33
		36	108	269	538	125	125	59.77	237	711	125	250	68	68	79.77	28.67
	Giải pháp 7 (a, b, c)	92	276	232	464	106	106	65.58	257	771	154	308	19	19	85.12	25.93
		53	159	237	474	140	140	59.92	228	684	138	276	64	64	79.38	27.94
		46	138	167	334	217	217	53.41	226	678	158	316	46	46	80.62	40.60
	Giải pháp 8	27	81	201	402	202	202	53.10	241	723	132	264	57	57	80.93	41.53
	Giải pháp 9	55	165	154	308	221	221	53.80	247	741	117	234	66	66	80.70	40.00
	Giải pháp 10	95	285	273	546	62	62	69.22	241	723	157	314	32	32	82.87	17.95
	Trung bình chung	61.25	183.75	222	444	146.75	146.75	60.04	241.63	724.88	141.13	282.25	47.25	47.25	81.74	30.99
	Max	95	285	273	546	221	221	69.22	257	771	158	316	68	68	85.12	41.53
	Min	27	81	154	308	62	62	53.1	226	678	117	234	19	19	79.38	17.95



Biểu đồ 3.11. Hiệu quả của 10 giải pháp trong thực tiễn công tác GDTC

Trường Đại học Thăng Long

Xét về mức tăng trưởng hiệu quả (W%), tất cả các giải pháp đều có cải thiện. Mức tăng dao động từ +13.62% (Giải pháp 5) đến +41.53% (Giải pháp 8). Các nhóm giải pháp liên quan đến sự kiện thể chất, chính sách hỗ trợ SV và HĐTT cấp quốc gia có mức cải thiện rõ rệt. Ngược lại, các giải pháp về truyền thông và liên kết đối tác chỉ ghi nhận mức tăng trưởng khiêm tốn. Sự chênh lệch này phản ánh khác biệt về mức độ tác động và hiệu quả triển khai của từng nhóm giải pháp trong thực tiễn.

Nhìn tổng thể, so sánh trước và sau khi áp dụng các giải pháp cho thấy hiệu quả các giải pháp đã được cải thiện đồng đều và có ý nghĩa. Việc tăng điểm % hiệu quả và mức tăng trưởng W% ở tất cả các giải pháp là minh chứng cho thấy các giải pháp được lựa chọn không chỉ phù hợp mà còn mang lại tác động thực chất đối với công tác GDTC của Nhà trường.

Tổng hợp các kết quả thực chứng cho thấy, việc triển khai các giải pháp đã tạo ra sự chuyển biến tích cực và đồng bộ trên nhiều phương diện: Từ hạ tầng công nghệ, cơ sở vật chất đến các hoạt động ngoại khóa và cơ chế chính sách. Thực tế này khẳng định hiệu quả công tác GDTC là kết quả của sự cộng hưởng hệ thống, nơi không một yếu tố nào tồn tại độc lập. Trong đó, các giải pháp hướng đích vào người học (như sự kiện thể chất, hoạt động ngoại khóa) đóng vai trò là động lực kích hoạt, tạo ra sức hút

và hiệu ứng thay đổi tức thời về mặt nhận thức. Ngược lại, các giải pháp mang tính cấu trúc (ứng dụng công nghệ, thiết lập đối tác liên kết) lại giữ vai trò là trụ cột nền tảng, đảm bảo tính ổn định và sự phát triển bền vững cho công tác GDTC trong lộ trình dài hạn.

Qua đó, có thể rút ra kết luận rằng việc nâng cao hiệu quả GDTC trong bối cảnh hiện nay cần hướng đến sự hài hòa giữa tính thực tiễn và tính chiến lược: Vừa tạo ra môi trường học tập – rèn luyện sinh động, hấp dẫn, vừa duy trì các nền tảng hỗ trợ lâu dài. Đây sẽ là cơ sở quan trọng để Nhà trường tiếp tục củng cố và mở rộng các giải pháp trong giai đoạn tiếp theo, nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC một cách bền vững.

3.2.2.2.2. Đánh giá tổng quát chung về các chỉ tiêu đạt được của 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp

Từ số lượng đạt được trước và sau thực nghiệm, thông qua phỏng vấn “Hiệu quả” từ chuyên gia: $n=30$ và sinh viên: $n=400$. Thời điểm thực hiện: Tháng 12/2024.

Chấm điểm số lượng đạt được theo "Tiêu chí đánh giá" của từng nhóm giải pháp sau khi ứng dụng giải pháp.

Kết quả trình bày ở bảng 3.35. Qua bảng 3.35a cho thấy: Sau thực nghiệm:

- Nền tảng công nghệ được đưa vào sử dụng, Có ít nhất 2 nền tảng công nghệ được đưa vào sử dụng.
- Phát triển nguồn lực và đội ngũ giảng dạy, 100% GV GDTC được tập huấn mỗi năm.
- Tăng cường hoạt động thể chất cho sinh viên. Tỷ lệ SV tham gia các HĐTT tăng qua từng năm.
- Tăng cường sử dụng cơ sở vật chất, trang thiết bị. Mỗi năm có ít nhất 1–2 hạng mục cơ sở được cải thiện.
- Cơ chế tài chính và vận hành hoạt động thể chất. Số kinh phí được giải ngân hàng năm; Tỷ lệ tăng trưởng tài chính và mức độ minh bạch.
- Đẩy mạnh truyền thông GDTC. Có từ 2–3 sản phẩm truyền thông mỗi năm

(video, poster, infographic...).

- Tăng cường công tác chỉ đạo và tổ chức sự kiện thể thao. Tối thiểu 3 sự kiện thể thao cấp trường mỗi năm.

- Lồng ghép GDTC vào các chương trình – sự kiện của trường. Tỷ lệ sự kiện có nội dung vận động tăng qua từng năm.

- Chính sách hỗ trợ, khuyến khích SV và GV. Có chính sách hỗ trợ cụ thể mỗi năm cho người học/người dạy.

- Tăng cường phối hợp và liên kết phát triển GDTC. Có ít nhất 1-2 đối tác hợp tác chính thức mỗi năm.

Chi tiết phụ lục 13.2.

Bảng 3.35a. Kết quả đạt được của 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC sau khi ứng dụng

Các giải pháp	Nội dung giải pháp	Trước thực nghiệm (năm học 2022-2023)	Sau thực nghiệm (năm học 2023-2024)
1	Nền tảng công nghệ được đưa vào sử dụng	2	4
2	GV GDTC được tập huấn mỗi năm	67%	100%
3	Các hạng mục cơ sở vật chất được cải thiện	3	8
4	Tăng cường cơ sở vật chất, trang thiết bị	2.55%	12.65%
5	Cơ chế tài chính	3	6
6	Hoạt động truyền thông	21.5	69.4
7	Công tác chỉ đạo và tổ chức các sự kiện thể thao	10.75	25
	a/. HĐTT cấp trường (tỉ lệ SV tham gia)	10.5	15.75
	b/. HĐTT cấp liên trường (Số lần tham gia)	4	7
	c/. HĐTT cấp quốc gia (Số lần tham gia)	1	3
8	Các sự kiện của trường có nội dung thể chất	1	2
9	Chính sách hỗ trợ sinh viên hoạt động thể thao	1	3
10	Đối tác liên kết	3	5

Qua bảng 3.35b cho thấy: Hiệu quả tổng thể của các giải pháp: Các tiêu chí đạt được sau 12 tháng ứng dụng giải pháp đều đạt tỉ lệ tăng trưởng. Tỉ lệ % điểm

(hiệu quả) trung bình tăng từ 62.02 lên 80.98% đạt mức tăng trưởng trung bình là 28.54%. Trong đó, tỉ lệ tăng trưởng thấp nhất là 13.62% và cao nhất là 41.53%. Về số lượng đạt được tăng trung bình từ 4.81 lên 6.11, đạt mức tăng trưởng trung bình là 75.35%. Điều này phản ánh các giải pháp được triển khai có tác động tích cực rõ rệt đến hiệu quả công tác GDTC.

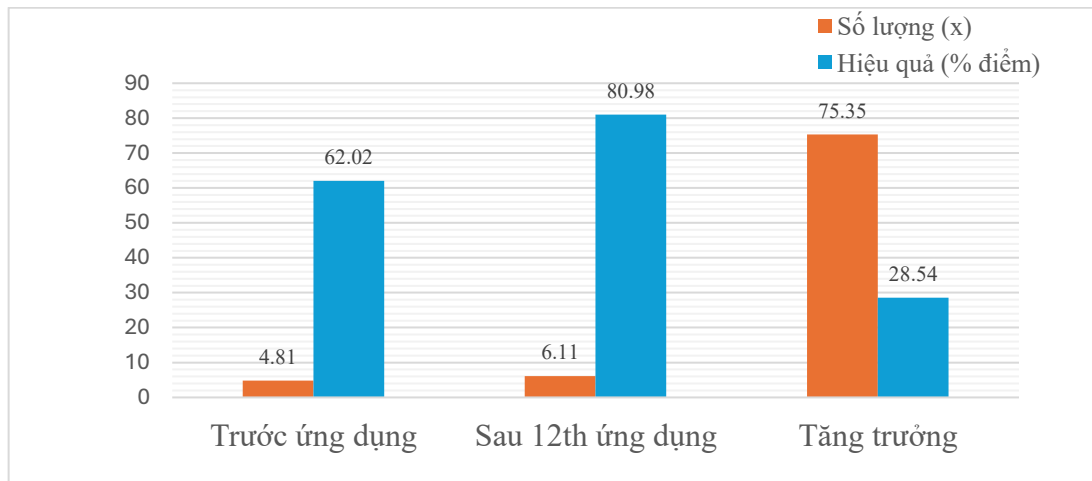
Các giải pháp có tiêu chí đạt được cao nhất: Giải pháp 04 đạt mức tăng trưởng cả về số lượng, hiệu quả cao nhất (từ 63.72% lên 87.13%. Mức tăng trưởng đạt 31.04%. Giải pháp 06: Với tiêu chí tăng trưởng tỉ lệ SV tham gia, tăng trưởng về thể lực, kết quả học tập môn GDTC của SV kết quả sau 12 tháng ứng dụng giải pháp đều có nhịp tăng trưởng đáng kể (từ > 24% đến > 28%).

Các giải pháp có tiêu chí đạt được thấp hơn: Giải pháp 5 (truyền thông) và giải pháp 10 (đôi tác liên kết) chỉ đạt mức tăng trưởng 13.62% và 17.95%. Kết quả cho thấy cần có chiến lược truyền thông bài bản và hấp dẫn hơn để tạo sức lan tỏa.

Tương quan giữa số lượng và hiệu quả: Những giải pháp có tiêu chí đạt số lượng lớn, cũng có hiệu quả lớn và mức tăng trưởng cao. Trong khi đó, một số giải pháp có ít tiêu chí như giải pháp 1, 2, 5 nhưng vẫn đạt hiệu quả cao. Điều đó chứng tỏ, nếu được tập trung triển khai phù hợp thì vẫn có thể nâng cao hiệu quả.

Bảng 3.35b. Tổng quát chung về tiêu chí đạt được của 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC sau khi ứng dụng qua đánh giá của chuyên gia và SV (n=430)

Các giải pháp	Tiêu chí đánh giá	Thời điểm chưa ứng dụng 8/2023					Thời điểm sau khi ứng dụng 8/2024					Tăng trưởng W (%)	
		Số lượng	Các mức đánh giá			% điểm (hiệu quả)	Số lượng	Các mức đánh giá			% điểm (hiệu quả)	Số lượng	Hiệu quả
			3 (đ)	2 (đ)	1 (đ)			3 (đ)	2 (đ)	1 (đ)			
Giải pháp 1	Nền tảng công nghệ được đưa vào sử dụng	2	52	281	97	63.18	4	283	96	51	84.65	66.67	29.05
Giải pháp 2	GV GDTC được tập huấn mỗi năm	2	63	292	75	65.74	5	255	152	23	84.65	85.71	25.15
Giải pháp 3	Các hạng mục cơ sở vật chất được cải thiện	3	36	269	125	59.77	6	237	125	68	79.77	66.67	28.67
Giải pháp 4	Cơ chế và tài chính hoạt động	2.55	58	276	96	63.72	12.65	287	120	23	87.13	132.89	31.04
Giải pháp 5	Hoạt động truyền thông	3	115	250	65	70.54	6	218	177	35	80.85	66.67	13.62
Giải pháp 6	Tỉ lệ SV tham gia	21.5	86	243	101	65.5	69.4	256	148	26	84.5	105.39	25.33
	Trình độ thể lực của SV (Tốt)	10.75	36	269	125	59.77	25	237	125	68	79.77	79.72	28.67
	Kết quả học tập môn GDTC của SV (tốt)	10.5	56	297	77	65.04	15.75	228	152	50	82.79	40.00	24.01
Giải pháp 7	Các HĐTT cấp trường	4	92	232	106	65.58	7	257	154	19	85.12	54.55	25.93
	Các HĐTT cấp liên trường	1	53	237	140	59.92	3	228	138	64	79.38	100.00	27.94
	Các HĐTT cấp quốc gia	1	46	167	217	53.41	2	226	158	46	80.62	66.67	40.60
Giải pháp 8	Các sự kiện của trường có nội dung thể chất	1	27	201	202	53.1	3	241	132	57	80.93	100.00	41.53
Giải pháp 9	Chính sách hỗ trợ SV	2	55	154	221	53.8	3	247	117	66	80.7	40.00	40.00
Giải pháp 10	Đôi tác liên kết	3	95	273	62	69.22	5	241	157	32	82.87	50.00	17.95
Trung bình chung:		4.81	62.14	245.79	122.07	62.02	6.11	245.79	139.36	44.86	80.98	75.35	28.54
Max		21.5	115	297	221	70.54	25	287	177	68	87.13	132.89	41.53
Min		1	27	154	62	53.1	0.13	218	96	19	62.79	40.00	13.62



Biểu đồ 3.12. Tổng quan chung chỉ tiêu đạt được của 10 giải pháp

Qua biểu đồ 3.12 cho thấy: Kết quả đạt được cả về số lượng và hiệu quả tác động của các giải pháp ở thời điểm trước và sau thực nghiệm. Số lượng có nhịp tăng trưởng đạt 75.35% và được đánh giá hiệu quả tác động với mức tăng trưởng đạt tỉ lệ 28.54% so với trước thực nghiệm.

Nhận xét chung: Tổng thể, kết quả nghiên cứu khẳng định tính khả thi, hiệu quả và tác động thiết thực của 10 giải pháp. Kết quả tổng hợp ở bảng 3.35b cung cấp góc nhìn tổng quan và đầy đủ về hiệu quả thực tiễn của 10 giải pháp sau 12 tháng triển khai ứng dụng trong thực tiễn. Nghiên cứu chỉ ra rằng, việc triển khai đồng bộ, có kế hoạch và xác định các giải pháp trọng điểm đã mang lại tác động tích cực rõ rệt trong việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL. Một số nhóm giải pháp như “Cơ chế tài chính...”, “Cải thiện cơ sở vật chất và nâng cao thể lực SV...” cần tiếp tục được ưu tiên đầu tư. Các giải pháp đạt hiệu quả thấp hơn cần được tiếp tục đẩy mạnh mở rộng phạm vi và tăng cường phối hợp đa ngành để tiếp tục vai trò nâng cao hiệu quả công tác GDTC.

3.2.2.3. Đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua so sánh kết quả hoạt động GDTC của sinh viên

- Mục đích đánh giá: Nhằm xác định hiệu quả cụ thể trong thực tiễn công tác GDTC của 10 giải pháp sau khi nghiên cứu ứng dụng tại Trường ĐHTL.

- Phương pháp đánh giá: So sánh tự đối chiếu

- Thời điểm xác định ứng dụng giải pháp: Từ tháng 8/2023 - 8/2024

- Nội dung đánh giá

+ So sánh trình độ thể lực của SV sau khi ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL.

+ So sánh kết quả học tập môn GDTC của SV sau 12 tháng ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL.

+ So sánh tỉ lệ SV tham gia các HĐTT sau 12 tháng ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL.

3.2.2.3.1. So sánh trình độ thể lực của SV sau 12 tháng ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Nhằm kiểm chứng hiệu quả của các giải pháp đã nghiên cứu xây dựng và triển khai trong công tác GDTC, luận án tiến hành so sánh, xác định giá trị tăng trưởng thể lực của SV nữ và nam năm 1 và năm 2 tại hai thời điểm (trước thực nghiệm (8/2023) và sau khi ứng dụng giải pháp.

a. Tăng trưởng thể lực

Luận án tiến hành áp dụng 06 test sư phạm đánh giá trình độ thể lực theo Quyết định 53 của Bộ GD&ĐT. Đây là các test phản ánh toàn diện trình độ thể lực của SV. Kết quả nghiên cứu được trình bày tại bảng 3.36.

Bảng 3.36 cho thấy sau 12 tháng áp dụng chương trình thực nghiệm với 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC, thể lực SV năm 1 và năm 2 đều có sự cải thiện đáng kể.

Ở nữ sinh, lực bóp tay thuận tăng từ 24.92 ± 2.32 kG lên 26.58 ± 4.96 kG ($W = 6.66\%$), và ở năm 2 từ 24.83 ± 2.02 kG lên 27.90 ± 2.65 kG ($W = 12.36\%$). Thành tích chạy 30m xuất phát cao giảm từ 6.02 s xuống 5.40 s ($W = 10.30\%$) và từ 6.09 s xuống 5.10 s ($W = 16.26\%$), phản ánh sự cải thiện rõ rệt về tốc độ. Bật xa tại chỗ cũng tiến bộ ($W = 12.42\%$ ở năm 1 và 11.45% ở năm 2), cho thấy sức mạnh bộc phát của chi dưới được nâng cao. Các test sức bền như chạy 5 phút và chạy con thoi cũng có sự cải thiện ở mức 6–11%.

Bảng 3.36. So sánh đối chiếu thể lực của SV năm 1 và năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp

	Trước ứng dụng (8/2023)				Sau ứng dụng (8/2024)				Giá trị tăng trưởng sau ứng dụng			
Test trình độ thể lực của nữ SV	Năm 1 (n=100) (1)		Năm 2 (n=100) (2)		Năm 1 (n=100) (3)		Năm 2 (n=100) (4)		Thể lực SV năm 1		Thể lực SV năm 2	
	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$t_{1,3}$	W (%)	$t_{2,4}$	W (%)
Lực bóp tay thuận (kG)	24.92	2.32	24.83	2.02	26.58	4.96	27.90	2.65	3.03	6.66	9.21	12.36
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	32.77	2.80	31.20	2.50	35.77	7.80	33.50	3.80	3.62	9.15	5.06	7.37
Bật xa tại chỗ (cm)	153	12	166	18	172	22	185	21	7.58	12.42	6.87	11.45
Chạy 30m XPC (s)	6.02	0.64	6.09	0.56	5.40	0.53	5.10	0.53	7.46	10.30	12.84	16.26
Chạy con thoi 4x10m (s)	12.05	1.19	12.41	0.81	11.30	0.76	11.00	0.74	5.31	6.22	12.85	11.36
Chạy tùy sức 5 phút (m)	691.18	65.57	721.93	77.15	735.00	75.57	770.00	73.83	4.20	6.35	6.78	10.94
Test trình độ thể lực của nam SV	Năm 1 (n=100)		Năm 2 (n=100)		Năm 1 (n=100)		Năm 2 (n=100)		Thể lực SV năm 1		Thể lực SV năm 2	
	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$t_{1,3}$	W (%)	$t_{2,4}$	W (%)
Lực bóp tay thuận (kG)	35.30	2.98	35.84	3.18	39.80	5.38	40.78	4.64	7.32	12.75	8.78	13.78
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	45.55	4.18	43.00	3.50	48.55	7.80	47.00	8.00	3.39	6.59	4.58	9.30
Bật xa tại chỗ (cm)	196	17	208	13	216	0.21	228	0.24	8.33	9,71	10.75	9,17
Chạy 30m XPC (s)	5.06	0.49	4.89	0.49	4.70	0.47	4,53	0.41	12.54	7,38	9.67	7,64
Chạy con thoi 4x10m (s)	10.87	0.87	10.75	0.64	9.02	0.70	9.50	0.65	16.57	17.02	13.70	11.63
Chạy tùy sức 5 phút (m)	891.52	92.03	985.59	98.66	952.53	95.00	1072.59	91.66	4.30	6.84	5.82	8.83

Ở nam sinh, các chỉ tiêu thể lực đều có sự cải thiện rõ rệt sau thực nghiệm. Lực bóp tay thuận tăng từ 35.30 ± 2.98 kG lên 39.80 ± 5.38 kG ($W = 12.75\%$) ở sinh viên năm 1 và từ 35.84 ± 3.18 kG lên 40.78 ± 4.64 kG ($W = 13.78\%$) ở sinh viên năm 2. Thành tích bật xa tại chỗ tăng từ 196 ± 17 cm lên 216 ± 29 cm ($W = 9.71\%$) và từ 208 ± 13 cm lên 228 ± 34 cm ($W = 9.17\%$), cho thấy sự phát triển tốt về sức mạnh tốc độ của chi dưới. Thành tích chạy 30 m xuất phát cao được cải thiện từ 5.06 ± 0.49 s xuống 4.70 ± 0.47 s ($W = 7.38\%$) và từ 4.89 ± 0.49 s xuống 4.53 ± 0.41 s ($W = 7.64\%$), phản ánh sự nâng cao về tốc độ di chuyển. Đối với chạy con thoi 4×10 m, thời gian thực hiện giảm còn 9.02–9.50 s, tương ứng nhịp tăng trưởng đạt 17.02% và 11.63%. Bên cạnh đó, sức bền chung cũng được cải thiện với thành tích chạy tùy sức 5 phút tăng từ 891.52 m lên 952.53 m ($W = 6.84\%$) ở sinh viên năm 1 và từ 985.59 m lên 1.072.59 m ($W = 8.83\%$) ở sinh viên năm 2.

Như vậy, kết quả bảng số liệu khẳng định chương trình thực nghiệm có tác động rõ rệt và toàn diện đến các tổ chất thể lực. Ở cả nam và nữ, các chỉ số sức mạnh, sức nhanh và sức bền đều cải thiện, trong đó nam sinh có mức tiến bộ vượt trội hơn ở sức mạnh bộc phát và tốc độ. Tuy nhiên, nữ sinh cũng đạt được những cải thiện đáng kể, đặc biệt trong các chỉ số tốc độ và sức mạnh cơ bản. Điều này chứng tỏ các giải pháp áp dụng phù hợp và mang lại hiệu quả rõ rệt cho nhiều nhóm đối tượng.

b. So sánh kết quả xếp loại thể lực trước và sau khi ứng dụng giải pháp

Để đánh giá hiệu quả thực tiễn của các giải pháp có tác động tích cực đến việc nâng cao trình độ thể lực cho SV, ngoài việc phân tích giá trị tăng trưởng của các chỉ số thể lực cụ thể, luận án còn tiến hành đối chiếu, so sánh kết quả xếp loại trình độ thể lực tổng hợp của SV năm thứ nhất và năm thứ hai tại hai thời điểm: Trước thực nghiệm và sau 12 tháng thực nghiệm. Việc xếp loại dựa trên hệ tiêu chí đánh giá trình độ thể lực theo Chương 4, Điều 14, 15, 16, Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định đánh giá, xếp loại thể lực học HSSV.

Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.37 và biểu đồ 13.

Qua bảng 3.37 cho thấy: Kết quả kiểm định Chi-Square (χ^2) đối với dữ liệu tổng hợp cho thấy giá trị $\chi^2 = 39.63$ với bậc tự do (df) = 14 và giá trị $p \approx 0.00029$.

So với bảng phân phối Chi-square: P-value rất nhỏ ($0.00029 < 0.001$), $df = 14$, thì giá trị tới hạn $\chi^2(0.05, 14) \approx 23.685$, ở đây $\chi^2 = 39.63 > 23.685$ và $P < 0.001$.

Với giá trị p rất nhỏ (< 0.001), nghiên cứu hoàn toàn có đủ cơ sở khoa học bác bỏ giả thuyết không (H_0) ở mức ý nghĩa thống kê rất cao. Kết quả này khẳng định sự khác biệt về trình độ thể lực của SV giữa hai thời điểm trước và sau thực nghiệm không phải do ngẫu nhiên mà mang tính quy luật rõ rệt. Về mặt sư phạm, sự chuyển biến tích cực trong xếp loại thể lực là minh chứng cho tính hiệu quả của các giải pháp đã triển khai trong suốt quá trình thực nghiệm.

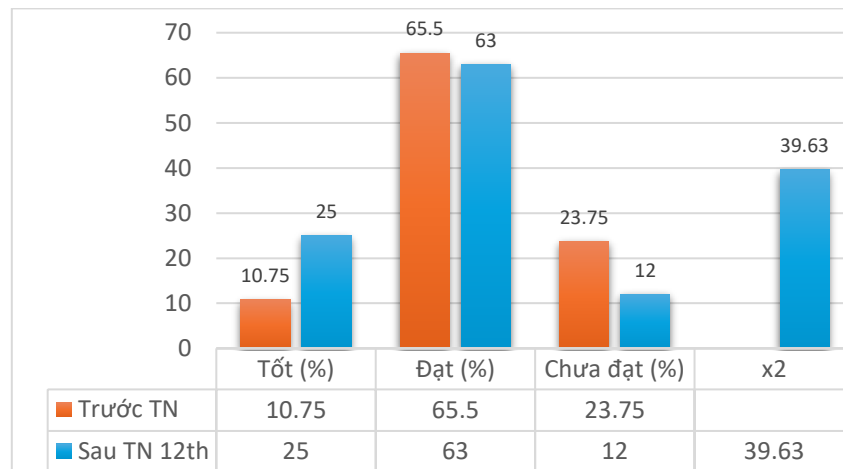
Bảng 3.37. So sánh kết quả xếp loại trình độ thể lực của SV ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp

Sinh viên	Giới tính	Xếp loại thể lực SV ở thời điểm trước ứng dụng giải pháp (8/2023)						So sánh	
		Tốt		Đạt		Chưa đạt		χ^2	Df
		m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Năm 1	Nữ (n=100)	11	11	65	65	24	24	39.63	14
	Nam (n=100)	10	10	67	67	23	23		
Năm 2	Nữ (n=100)	11	11	66	66	23	23		
	Nam (n=100)	11	11	64	64	25	25		
	$\bar{x}$	10.75	10.75	65.5	65.5	23.75	23.75		
Sinh viên	Giới tính	Xếp loại thể lực SV sau khi ứng dụng giải pháp (8/2024)							
		Tốt		Đạt		Chưa đạt			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%		
Năm 1	Nữ (n=100)	26	26	62	62	12	12	p-value = 0.00029	
	Nam (n=100)	24	24	65	65	11	11		
Năm 2	Nữ (n=100)	25	25	62	62	13	13		
	Nam (n=100)	25	25	63	63	12	12		
	$\bar{x}$	25	25	63	63	12	12		

SV năm 1 và năm 2 được trải nghiệm sau thời gian ứng dụng giải pháp đều có sự cải thiện rõ. Tỷ lệ SV đạt "Tốt" tăng mạnh ở cả nam và nữ. Tỷ lệ "Chưa đạt" giảm

đáng kể.

Cụ thể, tỷ lệ SV đạt loại "Tốt" tăng rõ rệt sau thời gian ứng dụng giải pháp, đặc biệt ở nhóm SV năm 1 – nữ (tăng từ 11% lên 26%) và nam (tăng từ 10% lên 25%). Đồng thời, tỷ lệ SV thuộc nhóm "Chưa đạt" có xu hướng giảm mạnh ở cả hai năm học và ở cả hai giới tính. Điều này cho thấy hiệu quả của các giải pháp không chỉ dừng lại ở cải thiện thể lực tổng thể mà còn góp phần nâng cao chất lượng đào tạo thể chất theo hướng toàn diện và bền vững.



Biểu đồ 3.13. Tổng hợp kết quả xếp loại trình độ thể lực của SV năm 1 và năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp.

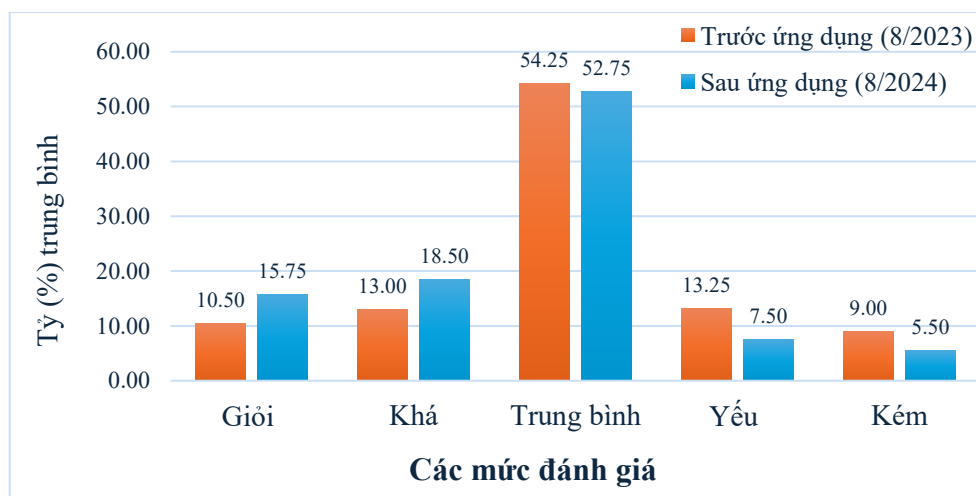
Qua biểu đồ 3.13 cho thấy: tỷ lệ SV được xếp loại “Tốt” đã tăng mạnh từ 10.75% lên 25%, trong khi tỷ lệ “Chưa đạt” giảm từ 23.75% xuống còn 12%; tỷ lệ SV ở mức “Đạt” chỉ giảm nhẹ từ 65.5% xuống 63%. Sự chuyển biến này không chỉ phản ánh xu hướng tích cực trong cải thiện thể lực mà còn cho thấy chương trình can thiệp đã phát huy hiệu quả rõ rệt. Đặc biệt, kết quả kiểm định Chi-Square với giá trị $\chi^2 = 39.63$ và $p\text{-value} \approx 0.00029$ (nhỏ hơn 0.05) khẳng định rằng sự thay đổi trong phân bố xếp loại thể lực là có ý nghĩa thống kê. Điều này chứng minh sự tác động tích cực của các giải pháp được áp dụng trong thực tiễn nâng cao hiệu quả GDTC.

3.2.2.3.2. So sánh kết quả học tập môn GDTC của SV sau ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp

Để đánh giá hiệu quả của giải pháp được triển khai tại Trường ĐHTL, nghiên cứu đã tiến hành theo dõi và phân tích kết quả học tập của SV trong thời gian 12

Bảng 3.38 cho thấy: Kết quả kiểm định Chi-Square (χ^2) đối với dữ liệu "Trung bình" trước và sau thực nghiệm cho thấy giá trị $\chi^2 = 17.88$ với bậc tự do (df) = 4 và giá trị p-value ≈ 0.00013 . So với bảng phân phối Chi-square: P-value rất nhỏ ($0.00013 < 0.001$), df = 4, thì giá trị tới hạn $\chi^2(0.05, 4) \approx 13.28$, ở đây $\chi^2 = 17.88 > 13.28$ và $0.001 < P=0.00013 < 0.01$. Điều này thể hiện với ý nghĩa thống kê rất cao, cho phép bác bỏ giả thuyết không (H_0) với độ tin cậy $> 99\%$. Nói cách khác, sự khác biệt giữa trước và sau thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê, và khó xảy ra do yếu tố ngẫu nhiên.

Điều này phản ánh rõ hiệu quả của chương trình thực nghiệm đã có tác động tích cực đối với kết quả học tập môn GDTC của SV năm 1 và năm 2 Trường DHTL. Kết quả kiểm định Chi-Square ($\chi^2 = 17.88$; $p = 0.00013$) ở bảng 3.38 khẳng định sự thay đổi có ý nghĩa thống kê, loại trừ khả năng biến động ngẫu nhiên. Đây là cơ sở thực tiễn và khoa học để tiếp tục triển khai và mở rộng mô hình giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC mà luận án đã nghiên cứu lựa chọn trong các năm học tiếp theo. Xem thêm biểu đồ 3.13.



Biểu đồ 3.14. Tổng hợp kết quả xếp loại kết quả học tập môn GDTC của SV năm 1 và năm 2 ở thời điểm trước và sau khi ứng dụng giải pháp.

Qua biểu đồ 3.14 cho thấy: Kết quả học tập môn GDTC của SV có sự cải thiện rõ rệt sau 12 tháng ứng dụng các giải pháp thực nghiệm.

Tỷ lệ SV đạt mức “Giỏi” tăng từ 10.5% lên 15.75% (tăng 5.25 điểm phần trăm, tương đương khoảng 50%), trong khi tỷ lệ “Khá” tăng từ 13% lên 18.5% (tăng 5.5 điểm phần trăm, tương đương hơn 42%). Ngược lại, nhóm “Yếu” và “Kém” giảm

manh, lần lượt từ 13.25% xuống 7.5% và từ 9% xuống 5.5%.

Sự chuyển dịch tỷ lệ theo hướng tích cực này phản ánh hiệu quả rõ rệt của chương trình thực nghiệm, cho thấy các giải pháp được triển khai đã góp phần nâng cao chất lượng rèn luyện thể chất, kết quả học tập của SV một cách toàn diện và bền vững

3.2.2.3.3. So sánh tần suất và tỉ lệ SV tham gia các HĐTT sau ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Nhằm đánh giá một cách toàn diện tác động của chương trình thực nghiệm áp dụng 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC thông qua sự tăng trưởng tỉ lệ SV tham gia các HĐTT ở thời điểm sau 12 tháng triển khai chương trình thực nghiệm so với trước thực nghiệm và theo các mức độ cụ thể:

- Tần suất tham gia: ≥ 5 lần/tuần, ≥ 2 lần/tuần, 1 lần/tuần và không tham gia
- Các HĐTT: Câu lạc bộ; Cấp trường; Cấp liên trường.
- Đối tượng: SV đang học tập tại Trường năm học 2022 - 2023 và 2023 - 2024.
- Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.39.

Qua bảng 3.39 cho thấy: Trước khi áp dụng giải pháp (năm học 2023 – 2024), mức độ tham gia các HĐTT của SV Trường ĐHTL còn hạn chế, đặc biệt ở nữ sinh.

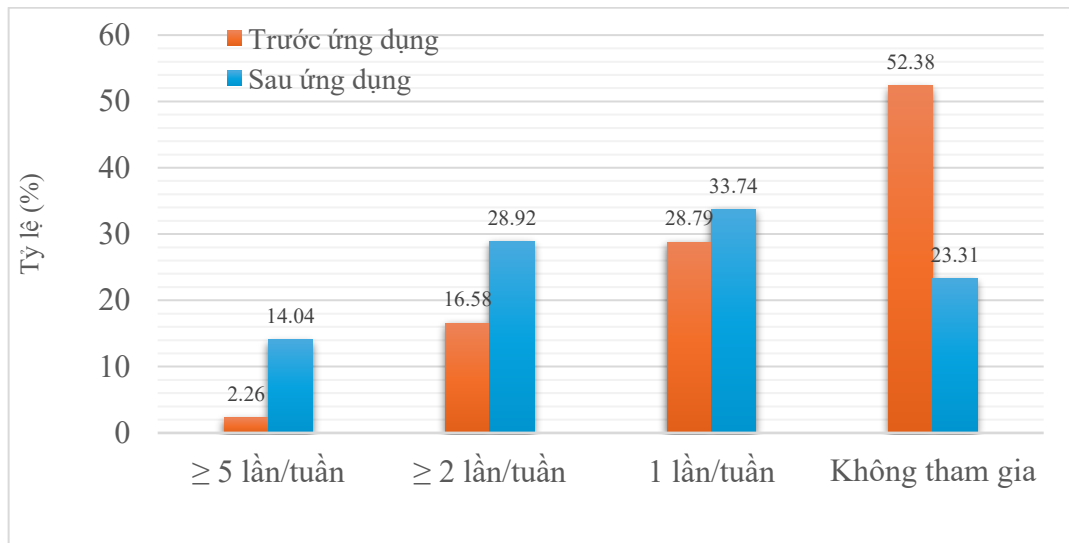
Ở nhóm ≥ 5 lần/tuần, tỷ lệ rất thấp: nữ chỉ đạt trung bình 1.56%, nam 2.97%. Nhóm ≥ 2 lần/tuần cũng chưa cao, lần lượt là 9.43% ở nữ và 23.72% ở nam. Ngược lại, nhóm không tham gia chiếm ưu thế tuyệt đối với trung bình 71.73% ở nữ và 33.04% ở nam. Điều này phản ánh thực trạng chung là phần lớn sinh viên, đặc biệt là nữ, chưa duy trì được thói quen tập luyện thể thao thường xuyên.

Sau khi áp dụng giải pháp (năm học 2024 – 2025), tần suất tham gia HĐTT tăng rõ rệt ở cả hai giới. Ở nữ sinh, tỷ lệ “không tham gia” giảm mạnh từ 71.73% xuống còn 25.02%, trong khi nhóm ≥ 5 lần/tuần tăng từ 1.56% lên 9.49% (tăng hơn 6 lần). Tương tự, nhóm ≥ 2 lần/tuần tăng từ 9.43% lên 31.74%, và nhóm 1 lần/tuần tăng từ 17.3% lên 33.74%. Sự thay đổi này cho thấy hiệu quả rõ rệt của chương trình can thiệp, không chỉ ở việc tăng số người tập thường xuyên, mà còn mở rộng được nhóm tham gia duy trì.

Ở nam sinh, xu hướng tương tự được ghi nhận: nhóm ≥ 5 lần/tuần tăng từ 2.97% lên 18.58%, nhóm ≥ 2 lần/tuần từ 23.72% lên 26.09%, và nhóm 1 lần/tuần duy trì ở mức 40.28% – 33.74%, trong khi nhóm không tham gia giảm mạnh từ 33.04% xuống 21.58%. Dữ liệu này cho thấy mức độ tham gia thể thao của nam sinh vốn đã cao nay càng ổn định và tập trung hơn ở nhóm luyện tập cường độ cao, thể hiện sự bền vững trong thói quen vận động.

So sánh theo giới, có thể nhận thấy nữ sinh cải thiện mạnh và đồng đều hơn, đặc biệt ở nhóm tập từ 1–2 lần/tuần, trong khi nam sinh nổi bật ở nhóm tập luyện thường xuyên (≥ 5 lần/tuần). Sự khác biệt này phản ánh đặc trưng giới tính trong hành vi vận động: nữ sinh có xu hướng mở rộng tham gia, còn nam sinh có xu hướng tăng cường cường độ tập luyện.

Kết quả kiểm định Chi-square ($\chi^2 = 2639.6$, $df = 3$, $p < 0.001$) khẳng định sự khác biệt giữa hai thời điểm có ý nghĩa thống kê rất cao, chứng minh rằng các giải pháp được triển khai đã mang lại hiệu quả thực nghiệm rõ rệt trong việc thúc đẩy sinh viên tham gia thể thao.



Biểu đồ 3.15. Tổng hợp nhịp tăng trưởng tỉ lệ SV tham gia các HĐTT sau khi ứng dụng giải pháp

Biểu đồ 3.15 cho thấy: Xét về mức tăng trưởng hiệu quả (W%), tỷ lệ trung bình chung tăng từ 2.26% lên 14.04% ở nhóm ≥ 5 lần/tuần (+521.2%), từ 16.58% lên 28.92% ở nhóm ≥ 2 lần/tuần (+74.4%), trong khi nhóm không tham gia giảm từ 52.38% xuống 23.31% (-55.5%). Những con số này cho thấy mức tăng trưởng mạnh và hướng chuyển dịch tích cực từ “không tham gia” sang “tham gia thường xuyên”.

Tóm lại, việc triển khai các giải pháp đã mang lại hiệu quả thực tiễn rõ rệt, giúp hình thành và duy trì thói quen tập luyện thể thao đều đặn của SV, đồng thời thu hẹp đáng kể khoảng cách giới trong hoạt động thể chất. Kết quả nghiên cứu chứng minh rằng chương trình thực nghiệm áp dụng 10 giải pháp là hiệu quả, bền vững và có ý nghĩa thống kê, góp phần tạo dựng môi trường GDTC năng động, toàn diện và có khả năng nhân rộng trong tương lai.

Trên cơ sở đó, Nhà trường cần tiếp tục đầu tư cho cơ sở vật chất, mở rộng các CLB, đẩy mạnh truyền thông, đặc biệt chú trọng đến nhóm nữ sinh, nhằm duy trì và phát triển phong trào thể thao học đường theo hướng lâu dài và bền vững.

3.2.2.3.4. So sánh hiệu quả tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC sau 12 tháng ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

Nhằm đánh giá toàn diện hiệu quả của chương trình thực nghiệm, nghiên cứu

không chỉ tập trung vào kết quả thể lực và học tập mà còn xem xét các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC. Các yếu tố này bao gồm:

1. Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC
2. Trình độ và kinh nghiệm GDTC của GV
3. Phương tiện dạy học môn GDTC cho SV
4. Nhu cầu hoạt động thể chất của SV
5. Thái độ học tập rèn luyện thể thao của người tham gia
6. Xu hướng thể thao trường học
7. Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho SV

Sau đây là kết quả cụ thể về sự thay đổi mức độ tác động của các yếu tố nêu trên trước và sau quá trình thực nghiệm. (bảng 3.40). (chi tiết Phụ lục 5.3)

Bảng 3.40. cho thấy: Sự cải thiện đáng kể về hiệu quả tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC sau khi ứng dụng 10 giải pháp (8/2024 - năm học 2024-2025) Các chỉ số về mức “Rất hiệu quả” tăng mạnh, trong khi mức “Ít hiệu quả” có xu hướng giảm đáng kể.

Tỉ lệ tăng trưởng mạnh tập trung ở mức "Rất hiệu quả" đạt từ 34.89% đến 96.77%; Tỉ lệ tăng trưởng ở mức “Khá hiệu quả” từ 1.08 đến 42.74% và Tỉ lệ ở mức “Ít hiệu quả” giảm mạnh từ 44.44% đến 93.84%.

Bảng 3.40. So sánh hiệu quả tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC sau khi ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Thăng Long

Các yếu tố ảnh hưởng (n=830)	Trước ứng dụng (8/2023)				Sau ứng dụng (8/2024)				Nhịp tăng trưởng (W%)			
	Rất hiệu quả	Khá hiệu quả	Ít hiệu quả	% điểm (hiệu quả)	Rất hiệu quả	Khá hiệu quả	Ít hiệu quả	% điểm (hiệu quả)	Rất hiệu quả	Khá hiệu quả	Ít hiệu quả	% điểm (hiệu quả)
1. Nhận thức của người tham gia về vai trò của GDTC	387	552	429	54.78	759	852	151	70.76	64.92	42.74	-95.86	25.46
2. Trình độ và kinh nghiệm GDTC của GV	474	756	298	61.20	792	774	179	69.74	50.24	2.35	-49.90	13.04
3. Phương tiện dạy học môn GDTC cho SV	531	586	364	59.32	825	792	159	70.98	43.36	29.90	-78.39	17.90
4. Nhu cầu hoạt động thể chất của SV	411	510	442	54.58	1056	566	195	72.62	87.93	10.41	-77.55	28.36
5. Thái độ học tập rèn luyện thể thao của người tham gia	336	546	449	53.29	966	636	190	71.62	96.77	15.23	-81.06	29.35
6. Xu hướng thể thao trường học	795	558	290	65.82	1131	630	138	75.90	34.89	12.12	-71.03	14.23
7. Công tác chỉ đạo hoạt động GDTC cho SV	381	556	429	54.70	858	550	269	67.03	77.00	-1.08	-45.85	20.26
Trung bình chung	473.57	580.57	385.86	57.67	912.43	685.71	183.00	71.24	65.02	16.26	71.38	21.23
Max	795	756	449	65.82	1131	852	269	75.9	96.77	42.74	95.86	29.35
Min	336	510	290	53.29	759	550	138	67.03	34.89	1.08	45.85	13.04

Yếu tố 1: "Rất hiệu quả" tăng 64.92%, mức "Ít hiệu quả" giảm 93.84%. Đây là yếu tố có sự cải thiện rõ rệt nhất, chứng tỏ công tác truyền thông và giáo dục nhận thức trong 12 tháng đã đem lại kết quả tích cực. Yếu tố 2: Tăng 67.51% tập trung ở mức Rất hiệu quả. Cho thấy việc bồi dưỡng, đào tạo lại GV, cũng như việc sử dụng các cán bộ có năng lực phù hợp đã phát huy tác dụng. Yếu tố 3: Tăng 43.36% (Rất hiệu quả), mức "Ít hiệu quả" giảm 76.28%. Yếu tố 4: Tăng 87.93% tập trung ở mức "Rất hiệu quả" và giảm 75.82% ở mức "Ít hiệu quả". Yếu tố 5: Tăng trưởng 96.77% (tỉ lệ tăng trưởng nổi bật nhất) tập trung ở mức "Rất hiệu quả" và giảm mạnh ở mức "Ít hiệu quả" 79.32%. Yếu tố 6: Tăng trưởng đạt 34.89% và giảm mạnh 68.52% ở mức "Ít hiệu quả". Cho thấy yếu tố 6 có sự tác động hiệu quả tương đối ổn định. Yếu tố 7: Tăng trưởng 77% ở mức "Rất hiệu quả" và giảm 44.44% ở mức Ít hiệu quả"

Như vậy, sau khi ứng dụng 10 giải pháp, các yếu tố có xu hướng ảnh hưởng hiệu quả hơn cho công tác GDTC Trường ĐHTL.

3.2.2.4. Đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua kiểm chứng lý thuyết

Sau 12 tháng triển khai thực nghiệm các giải pháp trong thực tiễn công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL đã ghi nhận những chuyển biến rõ rệt và tích cực. Những kết quả đạt được, như đã trình bày, không chỉ mang tính định lượng trong việc nâng cao thể lực và cải thiện kết quả học tập môn GDTC của SV, mà còn thể hiện tác động sâu rộng về mặt nhận thức và thái độ đối với hoạt động rèn luyện thể chất. Đặc biệt, 10 giải pháp được luận án nghiên cứu lựa chọn đã góp phần khắc phục rõ rệt các hạn chế tồn tại trước đó, đồng thời tăng cường tỷ lệ ảnh hưởng "Rất hiệu quả" trong toàn bộ quá trình triển khai giải pháp. Những kết quả bước đầu này là minh chứng thực tiễn, cho thấy các giải pháp của luận án không chỉ có tính khả thi cao, mà còn phù hợp với điều kiện thực tiễn và mang lại hiệu quả rõ ràng. Đây là cơ sở quan trọng để khẳng định tính ứng dụng của các giải pháp trong việc đổi mới và nâng cao chất lượng hiệu quả GDTC cho SV trong bối cảnh hiện nay.

Tuy nhiên, trong giai đoạn này nghiên cứu đã ưu tiên tập trung vào các giải pháp mang tính chiến lược và có tính bứt phá cao nhằm tối ưu hóa hiệu quả thực

chúng bước đầu. Sự triển khai có trọng tâm này không làm giảm đi giá trị tổng thể của đề tài, mà ngược lại, nó xác lập một lộ trình khả thi và mở ra những dư địa phát triển đầy tiềm năng

Nếu các giải pháp được tiếp tục đầu tư, triển khai sâu rộng và có sự hỗ trợ từ phía Nhà trường cũng như các đơn vị liên quan, chắc chắn hiệu quả tác động của giải pháp đối với công tác GDTC sẽ còn được nâng cao hơn nữa trong thời gian tới. Chính vì vậy, để tiến tới mục tiêu phổ biến và ứng dụng rộng rãi hệ thống giải pháp này trong công tác GDTC, luận án đã chủ động tiến hành kiểm chứng lý thuyết như một bước đi cần thiết nhằm khẳng định tính khoa học thực tiễn và tính khoa học về mặt lý thuyết của mô hình đề xuất.

3.2.2.5. So sánh phân tích giữa kết quả ứng dụng thực tiễn với kết quả kiểm chứng lý thuyết

Việc đối sánh phân tích này không chỉ giúp xác định mức độ phù hợp giữa lý luận và thực tiễn, mà còn làm rõ hơn nữa tính khả thi, hiệu quả và tính ứng dụng của từng nhóm giải pháp trong điều kiện triển khai cụ thể.

Luận án tiến hành so sánh phân tích hai nguồn dữ liệu: Kết quả thực nghiệm ứng dụng 10 giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC Trường ĐHTL với kết quả kiểm chứng lý thuyết thông qua phỏng vấn chuyên gia. Nhằm kiểm chứng kết quả qua góc nhìn định lượng và góc nhìn định tính, từ đó đánh giá toàn diện hơn về tính hiệu quả, tính khả thi và tính phù hợp thực tiễn ứng dụng của 10 nhóm giải pháp. Kết quả được trình bày ở bảng 3.41. Qua bảng 3.41 cho thấy:

- Hiệu quả rõ rệt: Cả hai nguồn đều cho thấy các giải pháp mang lại cải thiện đáng kể về thể lực, kết quả học tập và tỷ lệ tham gia HĐTT.
- Giải pháp công nghệ (nhóm 1): Nổi bật về mọi mặt – tính khả thi, thực tiễn, hiệu quả. Đây là giải pháp có thể nhân rộng nhanh và hiệu quả cao.
- Tăng cường thói quen vận động: Tỷ lệ SV luyện tập ≥ 5 lần/tuần tăng đáng kể; được xác nhận cả bằng số liệu và cảm nhận thực tế.
- Cả hai nguồn đều xác nhận hiệu quả cao, tính khả thi và phù hợp của 10 giải pháp GDTC.

Bảng 3.41. So sánh tổng thể kết quả định lượng và định tính về 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

So sánh tổng thể			
Tiêu chí	Kết quả định lượng sau thực nghiệm	Kết quả kiểm chứng lý thuyết	Đánh giá
Tính hiệu quả	Trung bình 82,85% (tăng 28,9%); có ý nghĩa thống kê qua các chỉ số thể lực, học tập, vận động.	Đạt đồng thuận 83,7%. Các giải pháp 1, 4, 6, 10 được đánh giá gần tuyệt đối.	Đồng thuận cao giữa hai nguồn; xác thực hiệu quả trên cả thực tiễn và kỳ vọng chủ quan.
Tính khả thi	Thể hiện rõ qua: Tỷ lệ SV tham gia các HĐTT tăng từ 21.5% lên 69.4%, GV tập huấn tăng từ 2 lên 5 người, các sự kiện có thể thao tang	Đạt 81.3%; Giải pháp liên quan SV (1, 6) được đánh giá rất cao. Một số giải pháp cần điều chỉnh triển khai.	Kết quả phỏng vấn xác thực dữ liệu thực nghiệm, nhưng cũng chỉ ra điểm yếu. Dữ liệu định tính làm rõ chiều sâu tính khả thi.
Tính thực tiễn	Các số liệu định lượng cho thấy sự cải thiện rõ rệt về thể lực (W% đến 47,85%) Tỷ lệ SV xếp loại “Tốt” gia tăng, trong khi nhóm “Chưa đạt” giảm đáng kể. Kết quả này phản ánh sự chuyển biến tích cực trong thói quen rèn luyện TDDT của SV.	Đạt đồng thuận 79.7%; Giải pháp 1 đạt cao nhất (95.56%), nhóm 9 và 10 thấp hơn không đáng kể.	Tính thực tiễn nhìn chung được công nhận, nhưng phỏng vấn chỉ ra yếu tố thực tế ở một số nhóm giải pháp.

Kết quả kiểm chứng thực nghiệm và kiểm chứng lý thuyết về 10 giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC với những nội dung cụ thể bước đầu hình thành mô hình GDTC tích hợp, kết hợp công nghệ, truyền thông, quản lý và phát triển động lực cá nhân – phù hợp với đặc điểm thể hệ SV và xu hướng GDTC hiện đại.

Bảng 3.42. Sự thống nhất, khác biệt giữa kết quả định lượng và kiểm định lý thuyết

Điểm mạnh thống nhất giữa hai nguồn	
Nội dung	Nhận định chung
10 giải pháp	Được xác định tính hiệu quả cao sau thực nghiệm cả ở dữ liệu định lượng và kiểm định lý thuyết.
Giải pháp 1 về công nghệ	Nổi bật nhất ở cả hai nguồn. Trong phỏng vấn, đạt gần 96%. Trong thực nghiệm, hiệu quả tăng rõ qua số liệu định lượng. Cần ưu tiên nhân rộng.
Kết quả học tập và trình độ thể lực của SV sau thực nghiệm	Cả kiểm định thống kê (χ^2 , t-test) và đánh giá phỏng vấn đều thống nhất rằng SV cải thiện rõ rệt sau 12 tháng.
Tỉ lệ SV tham gia các HĐTT tăng mạnh sau thực nghiệm	Sự cải thiện thói quen tập luyện được xác thực bằng cả số liệu khách quan và cảm nhận của người tham gia.
Một số khác biệt - bổ sung từ phỏng vấn	
Yếu tố	Phân tích
Một số giải pháp (9, 10)	Trong thực nghiệm cho kết quả tích cực, nhưng phỏng vấn phản ánh khó khăn về tổ chức và nguồn lực – đây là điều thực nghiệm ít đề cập sâu.
Tính hiệu quả và thực tiễn	Phỏng vấn chỉ ra một số giải pháp được đánh giá hiệu quả cao, nhưng khó triển khai hơn (giải pháp 2, 7, 9) so với các nhóm giải pháp khác. Mặc dù vậy, tổng thể tỉ lệ điểm >80% (có sự tương đồng với dữ liệu định tính và định lượng).
Sự cảm nhận	Dữ liệu kiểm định lý thuyết bổ sung góc nhìn định tính: mức độ đồng thuận, kỳ vọng và sự tin tưởng vào chương trình thực nghiệm. Đây là phần không đo lường được qua thống kê đơn thuần.

Qua bảng 3.42 cho thấy: Dữ liệu thực tiễn sau 12 tháng ứng dụng giải pháp mang tính định lượng – khách quan, minh chứng hiệu quả thực tế qua con số.

- Phỏng vấn kiểm chứng cung cấp góc nhìn định tính – cảm nhận, giúp làm rõ yếu tố tổ chức, kỳ vọng, và tiềm năng triển khai thực tế.

- Một số khác biệt nhỏ (về tổ chức, nguồn lực) cần được cân nhắc để điều chỉnh và hoàn thiện các giải pháp trong giai đoạn tiếp theo.

Nhận xét chung: Sự tương quan chặt chẽ giữa dữ liệu thực nghiệm định lượng và kết quả phỏng vấn đã củng cố tính khách quan, toàn diện và khả thi của 10 giải pháp. Kết quả thực chứng không chỉ ghi nhận sự cải thiện đột phá về trình độ thể lực và thành tích học tập của SV, mà còn nhận được sự đồng thuận cao từ đội ngũ thực thi về tính tương thích và cấp thiết. Sự giao thoa giữa con số thống kê và đánh giá chuyên gia chính là minh chứng thuyết phục nhất cho giá trị thực tiễn và tiềm năng ứng dụng rộng rãi của các giải pháp trong môi trường giáo dục đại học hiện nay.

Tuy nhiên, để đạt hiệu quả bền vững, cần tiếp tục đẩy mạnh triển khai một số nhóm giải pháp, đặc biệt trong tổ chức, truyền thông và huy động nguồn lực...

- Ưu tiên mở rộng triển khai các nhóm giải pháp có tính khả thi cao, đặc biệt là các giải pháp ứng dụng công nghệ và hướng đến người học.

- Điều chỉnh, hoàn thiện các giải pháp một cách linh hoạt, phù hợp với điều kiện thực tiễn của đơn vị.

- Tăng cường đầu tư nguồn lực cho các nhóm giải pháp còn hạn chế về hiệu quả thực tiễn nhằm nâng cao năng lực triển khai.

- Kết hợp phương pháp nghiên cứu định lượng và định tính trong các nghiên cứu GDTC tiếp theo để đảm bảo tính toàn diện và độ tin cậy của kết quả đánh giá.

3.2.3. Bàn luận về nghiên cứu lựa chọn, ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp nâng cao công tác GDTC cho SV Trường Đại học Thăng Long

3.2.3.1. Bàn luận về cơ sở lựa chọn giải pháp

- Cơ sở lý luận.

Cơ sở lý luận được xác lập một cách toàn diện, phản ánh đúng tính chất liên ngành và đặc thù của GDTC trong môi trường đại học. Việc hệ thống hóa các khái niệm liên quan như "GDTC", "công tác GDTC", "giải pháp nâng cao hiệu quả" giúp làm rõ phạm vi, đối tượng và mục tiêu của nghiên cứu.

Đặc biệt, nội dung về đặc điểm cơ bản của môn GDTC trong đào tạo đại học và phương pháp luận GDTC đã tạo nên nền móng vững chắc để từ đó xác định các nguyên tắc lựa chọn giải pháp. Cùng với đó, việc phân tích mục tiêu, nội dung, chương trình và hình thức tổ chức môn học góp phần làm nổi bật tính đặc thù của GDTC so với các môn học khác, từ đó đòi hỏi các giải pháp phải toàn diện, sát với thực tiễn, sáng tạo và linh hoạt. Bên cạnh đó, phần tổng kết các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC đã chỉ ra rõ các yếu tố then chốt như: Con người (GV, sinh viên), cơ sở vật chất, chính sách quản lý và phương pháp giảng dạy. Từ đó, việc xây dựng giải pháp cần tiếp cận theo hướng hệ thống, đa chiều và có trọng tâm. Việc cập nhật xu hướng đổi mới GDTC trong giáo dục đại học hiện nay, trong bối cảnh chuyển đổi số và yêu cầu phát triển toàn diện con người, cũng là một điểm nhấn cho cơ sở lý luận nghiên cứu lựa chọn giải pháp.

- Cơ sở thực tiễn lựa chọn giải pháp.

Cơ sở thực tiễn được xây dựng từ việc phân tích kết quả khảo sát, phỏng vấn, và thống kê một cách khách quan. Việc chỉ ra rằng tỷ lệ SV đạt khá – giỏi trong môn GDTC còn thấp, trong khi tỷ lệ yếu – kém còn cao, là bằng chứng rõ ràng cho thấy hiệu quả hiện tại chưa đạt yêu cầu. Từ thực trạng này, nhóm nghiên cứu đã tiếp cận các nguyên nhân một cách khoa học, bao gồm cả yếu tố chủ quan (nhận thức, nhu cầu của SV) và khách quan (cơ sở vật chất, chương trình, đội ngũ...).

Điểm đặc biệt là việc vận dụng phân tích SWOT đã góp phần nhận diện một cách hệ thống các điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức trong công tác GDTC tại Trường ĐHTL. Qua đó, nâng cao tính khả thi, định hướng rõ ràng và giá trị chiến lược cho quá trình đề xuất các nhóm giải pháp. Ngoài ra, kết quả phân tích cũng cho thấy một thực tế mặc dù Nhà trường đã có chủ trương nâng cao chất lượng GDTC, nhưng việc triển khai còn thiếu chiều sâu, chưa bền vững – đây chính là "khoảng trống" mà các giải pháp cần tập trung khắc phục

- Nguyên tắc khoa học lựa chọn giải pháp.

Việc đề xuất các tiêu chí và nguyên tắc lựa chọn giải pháp là một bước đi khoa học, đảm bảo tính khách quan và định hướng hiệu quả. Các tiêu chí như: tính khách

quan, tính khoa học, tính thực tiễn, tính kế thừa, tính khả thi và tính hiệu quả đã tạo thành bộ khung chắc chắn để sàng lọc, đánh giá và xác định các giải pháp phù hợp với điều kiện thực tế của Nhà trường. Bên cạnh đó, các nguyên tắc lựa chọn giải pháp như: Đồng bộ, phù hợp, phát triển bền vững, lấy người học làm trung tâm và linh hoạt – sáng tạo là những định hướng mang tính hiện đại, phù hợp với đặc thù giáo dục trong bối cảnh đổi mới giáo dục hiện nay. Đặc biệt, nguyên tắc "lấy người học làm trung tâm" thể hiện rõ xu hướng chuyển đổi từ dạy học định hướng nội dung sang dạy học định hướng năng lực – phù hợp với mục tiêu GDTC toàn diện. Việc lựa chọn giải pháp cũng được đặt trong bối cảnh hội nhập, chuyển đổi số và yêu cầu xây dựng môi trường học đường năng động, từ đó nâng cao giá trị sống, phát triển thể lực và góp phần hoàn thiện nhân cách người học. Đây không chỉ là mục tiêu của môn học mà còn là sứ mệnh giáo dục toàn diện mà Nhà trường hướng đến.

3.2.3.2. Bàn luận về kết quả lựa chọn giải pháp và kiểm định các giải pháp

- Về kết quả phỏng vấn:

Dựa trên nền tảng tổng hợp từ cơ sở lý luận và khảo sát thực tiễn, luận án đã đề xuất sơ bộ gồm 14 giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường THPT. Để đảm bảo tính khách quan và khoa học, các giải pháp này đã được đưa vào tham vấn thông qua phương pháp phỏng vấn chuyên gia, sử dụng thang đo Likert 5 mức độ. Kết quả định lượng cho thấy có 10 giải pháp đạt ngưỡng giá trị hội tụ với tỷ lệ điểm $\geq 80\%$ tổng điểm tối đa, đủ điều kiện để lựa chọn chính thức. Ngược lại, 04 giải pháp không đạt yêu cầu về mức độ cấp thiết và tính khả thi đã bị loại bỏ, nhằm đảm bảo sự tinh gọn và tập trung của mô hình nghiên cứu.

- Về kết quả kiểm định Cronbach's Alpha và KMO

Để đảm bảo độ tin cậy nội tại của thang đo, nghiên cứu đã áp dụng phép kiểm Cronbach's Alpha, thu được hệ số Alpha = 0.8627 – vượt ngưỡng 0.7, cho thấy mức độ nhất quán cao giữa các tiêu chí đánh giá. Kết quả phân tích ANOVA hỗ trợ khẳng định có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các nhóm khảo sát ($F = 7.281$; $p < 0.05$), trong khi sự khác biệt giữa các tiêu chí không đáng kể ($p > 0.05$), chứng minh tính ổn định và khách quan của hệ thống tiêu chí. Song song với kiểm định KMO &

Bartlett's Test nhằm xác định tính thích hợp cho phân tích nhân tố khám phá (EFA) cho kết quả $KMO = 0.78$ và $Sig. = 0.05$, cho thấy dữ liệu có mức tương quan đủ mạnh, đủ điều kiện để phân tích chuyên sâu hơn. Hệ số tải nhân tố đều đạt ≥ 0.4 tổng phương sai trích vượt 50%, khẳng định cấu trúc thang đo là hợp lý, phù hợp với mục tiêu nghiên cứu.

=> Thông qua kết quả phân tích định lượng và chứng thực khoa học, luận án đã xác lập được 10 giải pháp cốt lõi, đảm bảo tính hệ thống, khoa học và khả năng ứng dụng tối ưu tại Trường ĐHTL. Không dừng lại ở phạm vi một đơn vị đào tạo, các giải pháp này còn sở hữu giá trị tham chiếu chiến lược, cung cấp cơ sở khoa học và thực tiễn quan trọng cho các cơ sở giáo dục đại học có đặc thù tương đương.

3.2.3.3. *Bàn luận về xây dựng nội dung giải pháp*

Việc thiết kế 10 giải pháp tổng thể nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL không chỉ đơn thuần là việc liệt kê các đầu việc, mà là một quá trình tái cấu trúc toàn diện dựa trên tư duy hệ thống và quản trị đại học hiện đại. Điểm đột phá trong việc xây dựng nội dung các giải pháp này chính là sự dịch chuyển từ phương thức quản lý hành chính truyền thống sang mô hình hệ sinh thái vận động số. Mỗi giải pháp trong hệ thống được thiết lập như một mắt xích không thể tách rời, đảm bảo tính chặt chẽ qua cấu trúc 05 thành tố: Mục đích – Nội dung – Cách thực hiện – Đơn vị phối hợp – Tiêu chí đánh giá. Việc xác lập các chỉ báo định lượng (KPI) cho từng giải pháp giúp giám sát hiệu quả thực chất mà hội đồng thường quan tâm. Điều này cho thấy tác giả không dừng lại ở việc đưa ra ý tưởng mà đã xây dựng một quy trình vận hành có khả năng đo lường, đối soát và điều chỉnh kịp thời trong thực tiễn.

Sự phân nhóm 10 giải pháp đã bao phủ toàn diện các phương diện trọng yếu của công tác GDTC:

- Nhóm giải pháp hạ tầng và công nghệ (Giải pháp 1, 3, 4): Đóng vai trò là nền tảng, tận dụng thế mạnh công nghệ của Trường ĐHTL để minh bạch hóa dữ liệu thể lực và hiện đại hóa môi trường tập luyện.

- Nhóm giải pháp con người và chuyên môn (Giải pháp 2, 5, 10): Tập trung vào việc nâng cao chất lượng của đội ngũ giảng dạy và tính linh hoạt của chương

trình, đảm bảo nội dung GDTC luôn sát với nhu cầu thực tế của thế hệ SV hiện nay.

- Nhóm giải pháp động lực và quản trị (Giải pháp 6, 7, 8, 9): Đây chính là động cơ thúc đẩy hệ thống vận hành bền vững thông qua các cơ chế đòn bẩy kinh tế, vinh danh và truyền thông sáng tạo, biến việc vận động từ nghĩa vụ thành nhu cầu tự thân của người học.

Sự gắn kết hữu cơ giữa các nhóm này tạo nên một cơ chế hỗ trợ lẫn nhau: Công nghệ giúp quản lý tốt hơn, chính sách tạo động lực cho con người, và con người lại vận hành công nghệ hiệu quả hơn. Đây chính là minh chứng cho tính liên ngành và tính thực tiễn cao của nghiên cứu.

So với các nghiên cứu đã công bố trước đây về nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong các cơ sở giáo dục đại học, các giải pháp của luận án được xây dựng trên cơ sở kế thừa có chọn lọc các kết quả nghiên, đồng thời được phát triển phù hợp với điều kiện thực tiễn của Trường ĐHTL. Điểm khác biệt của luận án không nằm ở từng giải pháp riêng lẻ mà ở việc xây dựng một hệ thống giải pháp tích hợp, hình thành từ kết quả đánh giá thực trạng, xác định các yếu tố ảnh hưởng, tham khảo ý kiến chuyên gia và kiểm chứng bằng thực nghiệm. Các giải pháp này kết hợp đồng bộ về công nghệ, nguồn lực, người học, cơ sở vật chất, truyền thông, quản lý, tổ chức hoạt động và chính sách hỗ trợ, bảo đảm tính liên kết và phù hợp với mô hình trường đại học ngoài công lập với cơ chế tự chủ và đào tạo theo học chế tín chỉ. Đây cũng là cơ sở góp phần khẳng định tính mới và giá trị ứng dụng của luận án.

Tóm lại: Việc lựa chọn và xây dựng giải pháp đã đảm bảo sự hội tụ đầy: Cơ sở lý luận vững chắc làm nền tảng khoa học; Cơ sở thực tiễn khách quan làm căn cứ xuất phát; và Nguyên tắc khoa học nghiêm túc làm chuẩn mực sàng lọc. Sự kết hợp nhuần nhuyễn này đã kiến tạo nên một hệ thống giải pháp không chỉ có tính ứng dụng cao, khả thi với nguồn lực của Nhà trường mà còn mang tính dự báo, đón đầu các xu hướng đổi mới giáo dục đại học. Đây là tiền đề then chốt để chuyển sang giai đoạn thực nghiệm, nhằm chứng minh sự tác động tích cực của các giải pháp đối với việc phát triển thể lực và hoàn thiện nhân cách cho SV Trường ĐHTL.

3.2.3.4. Bàn về những thuận lợi và khó khăn khi áp dụng giải pháp

a. Những thuận lợi

- Sự quan tâm và tầm nhìn chiến lược của Ban Giám hiệu Trường ĐHTL trong những năm gần đây đã trở thành động lực then chốt thúc đẩy công tác GDTC chuyển mình mạnh mẽ. Việc ưu tiên nguồn lực đầu tư cho hạ tầng sân bãi, đa dạng hóa các loại hình hoạt động ngoại khóa và quyết liệt trong việc điều chỉnh chương trình đào tạo theo hướng hiện đại không chỉ là những minh chứng cụ thể cho cam kết về chất lượng, mà còn tạo ra một hành lang pháp lý và điều kiện vận hành thuận lợi. Sự đồng thuận từ cấp quản lý cao nhất đóng vai trò là yếu tố đảm bảo tính khả thi, giúp các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC được triển khai một cách hệ thống, đồng bộ và có giá trị bền vững lâu dài.

- Đội ngũ GV về cơ bản đáp ứng được yêu cầu về chuyên môn và tâm huyết với nghề: Bộ môn GDTC có đội ngũ GV được đào tạo chính quy, bài bản chuyên sâu từ các trường đại học thể thao có uy tín trong nước. Vì vậy GV có nghiệp vụ sư phạm, nhiều người có học vị sau đại học, thường xuyên tham gia các khóa bồi dưỡng chuyên môn, sẵn sàng đổi mới phương pháp giảng dạy, từ đó đáp ứng tốt yêu cầu triển khai các giải pháp mới.

- Tinh thần hỗ trợ tích cực từ phía SV: SV Trường ĐHTL nhìn chung có thái độ học tập nghiêm túc, nhận thức ngày càng rõ về vai trò của thể chất đối với sức khỏe và hiệu quả học tập. Tinh thần cởi mở, năng động của SV là điều kiện thuận lợi để các giải pháp về tự chọn môn học, học tập theo nhóm, vận động ngoài giờ... phát huy hiệu quả.

- Trường ĐHTL có ứng dụng công nghệ trong tổ chức và quản lý công tác GDTC: Việc áp dụng nền tảng số trong điểm danh, đăng ký môn học, theo dõi kết quả học tập thể chất giúp quy trình tổ chức GDTC trở nên minh bạch và linh hoạt. Đây là nền tảng để triển khai các giải pháp quản lý chất lượng, đánh giá tiến độ học tập một cách hiệu quả hơn.

b. Những khó khăn

- Hạn chế về cơ sở vật chất: Do là trường ngoài công lập, trường nằm trong nội đô Hà Nội, diện tích dành cho sân tập còn hạn chế. Việc thuê sân bên ngoài vừa

tốn kém, vừa dễ bị gián đoạn do thời tiết hoặc vấn đề quản lý. Nhiều thiết bị phục vụ các môn học mới (Pickerball, Aerobic,...) chưa đầy đủ, gây cản trở trong việc mở rộng chương trình học tự chọn và cá thể hóa.

- Áp lực thời khóa biểu: Do học văn hóa – chuyên môn, SV khó khăn sắp xếp thời gian và động lực để tham gia đầy đủ các giờ học thể chất. Điều này ảnh hưởng đến tiến độ và hiệu quả khi triển khai các giải pháp yêu cầu sự tham gia tích cực, như học nhóm, vận động tự chọn, hoặc luyện tập ngoài giờ.

- Nhận thức chưa đồng đều về vai trò của GDTC: Một bộ phận SV và thậm chí phụ huynh vẫn coi GDTC là môn phụ, không quan trọng bằng các học phần chuyên môn. Quan điểm này làm giảm sự tự giác, tích cực, từ đó làm giảm hiệu quả khi áp dụng các phương pháp khuyến khích chủ động rèn luyện.

- Khác với các học phần lý thuyết, việc đánh giá kết quả trong GDTC thường đối mặt với những thách thức về tính định tính và sai số chủ quan. Phương pháp đánh giá trực quan truyền thống tiềm ẩn nguy cơ thiếu nhất quán, dễ bị chi phối bởi nhận quan cảm tính của người chấm. Do đó, việc triển khai các giải pháp đổi mới nếu thiếu đi một hệ thống tiêu chuẩn hóa (Standardized Rubrics) và các công cụ đo lường định lượng cụ thể, sẽ khó có thể đảm bảo được tính minh bạch và sự công bằng trong đánh giá học phần. Đây chính là nút thắt cần tháo gỡ để khẳng định giá trị thực chất của quá trình đổi mới phương pháp giảng dạy.

Mặc dù còn tồn tại những khó khăn nhất định về cơ sở vật chất, nhận thức và thời gian biểu, song với những thuận lợi về đội ngũ GV, sự ủng hộ từ Nhà trường và tinh thần tích cực từ SV, việc áp dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL là hoàn toàn khả thi. Tuy nhiên, để các giải pháp thực sự phát huy tác dụng, cần có lộ trình triển khai rõ ràng, đồng bộ từ quản lý, giảng dạy đến truyền thông nhận thức cho SV.

3.2.3.5. Bàn luận về tổ chức ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long

Việc tổ chức triển khai 10 giải pháp tại Trường ĐHTL được thiết lập như một tiến trình thực nghiệm sư phạm bài bản, có sự phân kỳ rõ rệt nhằm đảm bảo tính đồng

bộ và khả thi trong điều kiện đặc thù của Nhà trường. Quy trình này không chỉ đơn thuần là việc áp dụng máy móc các nội dung mới mà là một chu trình quản trị khép kín kéo dài trong 12 tháng năm học 2023-2024, đi từ khâu phân công trách nhiệm, triển khai cụ thể cho đến giám sát đánh giá và điều chỉnh linh hoạt. Trong đó, việc xây dựng các tiêu chí định lượng cho từng giải pháp ngay từ đầu chính là chìa khóa để đảm bảo tính kiểm chứng khách quan cho toàn bộ quá trình thực nghiệm.

Sự thành công của công tác tổ chức ứng dụng trước hết bắt nguồn từ một cơ chế phân công trách nhiệm đa tầng và sự phối hợp liên ngành nhịp nhàng. Luận án đã xây dựng được một chuỗi gắn kết chặt chẽ từ cấp chiến lược là Ban Giám hiệu đến các đơn vị chuyên môn và đoàn thể. Việc lồng ghép các chỉ tiêu thể chất vào xếp loại SV, kết hợp với sự phát triển của các CLB thể thao tự quản, đã tạo ra một đòn bẩy định hướng. Chính sự ràng buộc giữa quyền lợi, trách nhiệm và đam mê của người học đã biến các giải pháp từ những văn bản lý thuyết thành những hành động tự giác, có sức lan tỏa rộng khắp trong môi trường học đường.

Xuyên suốt lộ trình một năm học, tính khoa học của nghiên cứu còn được khẳng định thông qua việc triển khai đánh giá dựa trên so sánh trước và sau thực nghiệm. Mọi yếu tố từ giảng dạy, cơ sở vật chất cho đến các ứng dụng công nghệ hỗ trợ đều được vận hành đồng bộ nhằm tạo ra một tác động cộng hưởng lên thể chất SV. Để duy trì sức bền cho hệ thống này, tác giả đã chú trọng vào việc huy động và tối ưu hóa nguồn lực tổng thể, từ việc sử dụng hiệu quả ngân sách Nhà trường đến việc thu hút các nguồn xã hội hóa. Sức mạnh tập thể của đội ngũ GV nòng cốt và mạng lưới SV tình nguyện đã trở thành nguồn nhiên liệu quan trọng để duy trì các hoạt động thực nghiệm một cách liên tục và hiệu quả.

Điểm nhấn trong tổ chức ứng dụng chính là tinh thần khuyến khích đổi mới và cá nhân hóa trải nghiệm vận động cho người học. Việc tích hợp các nền tảng công nghệ đương đại như App theo dõi tập luyện hay các thử thách sáng tạo trên mạng xã hội đã thực sự giúp môn GDTC tiệm cận với thị hiếu của thế hệ SV Gen Z. Mặc dù quá trình thực hiện vẫn gặp phải những rào cản khách quan như quỹ thời gian học tập dày đặc hay sự hạn chế về hạ tầng sân bãi, nhưng việc nhận diện và đối mặt trực diện

với các khó khăn này đã giúp tác giả đưa ra những điều chỉnh linh hoạt. Chính sự trung thực trong cách nhìn nhận thách thức đã làm nổi bật tính khả thi và bản lĩnh khoa học của đề tài.

=> Tổng kết lại, công tác tổ chức thực nghiệm áp dụng các giải pháp đã được tiến hành một cách khoa học, đồng bộ và đầy tính chủ động. Sự chuyển dịch từ mô hình dạy học truyền thống sang phương thức quản trị hiệu quả dựa trên dữ liệu thực chứng và sự hài lòng của SV đã minh chứng cho tầm nhìn hiện đại của nghiên cứu. Đây không chỉ là kết quả của một giai đoạn thực nghiệm ngắn hạn mà còn là cơ sở thực tiễn vững chắc để Trường ĐHTL có thể duy trì và phát triển bền vững công tác GDTC trong tương lai, tạo tiền đề để nhân rộng mô hình này cho các cơ sở đào tạo đại học có điều kiện tương đồng.

3.2.3.6. Bàn luận về kết quả đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL theo nhận định của chuyên gia

- Đánh giá tổng quát chung giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL sau khi ứng dụng trong thực tiễn: Đánh giá tổng quát chung về hiệu quả 10 giải pháp qua nhận định của chuyên gia: Sau khi triển khai ứng dụng giải pháp (bảng 3.34 và biểu đồ 3.11), toàn bộ 10 giải pháp đã cho thấy hiệu quả rõ rệt trong thực tiễn GDTC. Điểm trung bình đánh giá từ chuyên gia, GV và SV tăng từ 61,96% lên 82,85%, tương ứng mức tăng trưởng 28,9%, trong đó đa số các nhóm giải pháp đạt mức $\geq 80\%$ – được đánh giá là "Rất hiệu quả".

- Đánh giá tổng quát chung về chỉ tiêu đạt được của các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL: Đánh giá tổng quát qua các tiêu chí định lượng của 10 giải pháp: Dữ liệu từ bảng 3.35a, bảng 3.35b và biểu đồ 3.12 cho thấy: Số lượng kết quả đạt được theo tiêu chí đánh giá của từng nhóm giải pháp đã đề ra trong quá trình luận án xây dựng nội dung giải pháp, sau khi ứng dụng trong thực tiễn có tỉ lệ tăng mạnh, từ trung bình trước thực nghiệm là 3.84 lên trung bình sau thực nghiệm là 10.5, tương ứng tỷ lệ tăng trưởng 77,94%. Một số tiêu chí đặc biệt nổi bật đó là: Tỷ lệ SV tham gia tăng từ 21.5% lên 69.4%. Sự kiện thể chất trong chương trình của trường tăng từ 1 lên 3 hoạt động/năm. GV được tập huấn hằng năm

tăng từ 2 lên 5 người – gần gấp đôi so với trước thực nghiệm.

Kết quả nghiên cứu cho thấy các giải pháp không chỉ đáp ứng tính khả thi về triển khai, mà còn mang lại hiệu quả thực tiễn rõ rệt trong nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại Trường ĐHTL. Kết quả ứng dụng không chỉ là bước thử nghiệm hiệu quả, mà còn là công cụ định hướng điều chỉnh các chính sách, chiến lược phù hợp hơn cho từng nhóm đối tượng và mục tiêu cụ thể.

Việc ứng dụng các giải pháp trong 12 tháng đã chứng minh tính hiệu quả, khả thi và cần thiết của các nội dung cải tiến. Đây là cơ sở khoa học quan trọng để mở rộng mô hình, nhân rộng điển hình tốt và tiếp tục điều chỉnh các nhóm giải pháp còn hạn chế, đặc biệt trong công tác truyền thông và huy động SV. Đồng thời, kết quả này cũng có thể cung cấp những thông tin khoa học hữu ích góp phần xây dựng nền tảng cho các chính sách phát triển GDTC bền vững và toàn diện trong các cơ sở giáo dục đại học hiện nay.

3.2.3.7. Đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua kết quả GDTC

- So sánh thể lực của SV sau khi trải nghiệm chương trình ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long:

Kết quả đánh giá sự phát triển thể lực của SV (bảng 3.36) cho thấy, sau thời gian thực nghiệm, thể lực của SV nam và nữ năm thứ nhất và năm thứ hai đều được cải thiện ở tất cả các chỉ tiêu kiểm tra. Hệ số tăng trưởng (W%) dao động từ (6.22-17.02%). Đối với nam sinh, các chỉ tiêu có mức tăng trưởng từ (6.59-17.02%), trong đó lực bóp tay thuận tăng (12.75–13.78%), chạy con thoi 4×10 m tăng (11.63–17.02%), bật xa tại chỗ tăng (9.17–9.71%), chạy 30 m xuất phát cao tăng (7.38–7.64%), chạy tùy sức 5 phút tăng (6.84–8.83%) và gập bụng tăng (6.59–9.30%). Đối với nữ sinh, hệ số tăng trưởng dao động từ (6.22-16.26%), trong đó chỉ tiêu chạy 30 m xuất phát cao đạt mức tăng cao nhất (16.26%), tiếp đến là lực bóp tay thuận (6.66–12.36%), bật xa tại chỗ (11.45–12.42%), chạy con thoi 4×10 m (6.22–11.36%) và chạy tùy sức 5 phút (6.35–10.94%). Các giá trị kiểm định t đều đạt ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$), khẳng định sự cải thiện thể lực của SV sau thực nghiệm là có ý nghĩa. Kết

quả này cho thấy các giải pháp đề xuất không chỉ khả thi trong tổ chức thực hiện mà còn mang lại hiệu quả tích cực trong việc nâng cao thể lực của SV, tạo cơ sở khoa học để tiếp tục triển khai và nhân rộng công tác GDTC ở các cơ sở giáo dục đại học.

- So sánh kết quả xếp loại trình độ thể lực của SV sau khi trải nghiệm chương trình ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL: (bảng 3.37 và biểu đồ 3.13). Kết quả cho thấy, sự cải thiện trong xếp loại trình độ thể lực của SV là có ý nghĩa thống kê rõ rệt. Cụ thể, kiểm định Chi-Square ($\chi^2 = 39.63$; $p \approx 0.00029$) với $df = 14$ cho thấy $p < 0.001$, đủ cơ sở để bác bỏ giả thuyết H_0 , tức có sự khác biệt đáng kể trước và sau thực nghiệm.

+ Tỷ lệ SV đạt “Tốt” tăng mạnh;

+ Nữ năm 1 từ 11% lên 26%;

+ Nam từ 10% lên 25%;

+ Tỷ lệ “Chưa đạt” giảm rõ rệt, phản ánh kết quả tích cực và đồng đều ở cả hai giới và cả hai khối năm.

- So sánh kết quả học tập môn GDTC của SV sau 12 tháng ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL

+ Kết quả trình bày ở bảng 3.38 và biểu đồ 3.14 và kiểm định Chi-Square ($\chi^2 = 17.88$, $p \approx 0.00013$; $df = 4$) cho thấy sự khác biệt giữa kết quả học tập trước và sau thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê rất cao ($p < 0.001$). Với giá trị χ^2 vượt ngưỡng tới hạn, có thể bác bỏ giả thuyết không (H_0) và khẳng định rằng sự cải thiện trong kết quả học tập môn GDTC không phải do ngẫu nhiên.

+ Ý nghĩa thực tiễn: Kết quả này phản ánh rõ rệt tác động tích cực của các giải pháp đến quá trình học tập của SV năm 1 và năm 2; Không chỉ nâng cao thể lực, chương trình còn góp phần nâng cao chất lượng tiếp thu kiến thức, kỹ năng trong môn học GDTC, theo hướng toàn diện và hiệu quả.

=> Nhận xét chung: Việc cải thiện kết quả học tập sau thực nghiệm là bằng chứng rõ ràng về hiệu quả học thuật của các giải pháp, củng cố tính khả thi và giá trị ứng dụng mở rộng trong các năm học tiếp theo.

- So sánh tần suất và tỉ lệ SV tham gia các HĐTT sau ứng dụng giải pháp nâng

cao hiệu quả công tác GDTC Trường ĐHTL.

+ Kết quả trình bày ở bảng 3.39 và biểu đồ 3.15: Sau 12 tháng thực nghiệm, tỷ lệ SV không tham gia thể thao giảm rõ rệt, đặc biệt ở nữ (giảm từ ~72% xuống còn ~15–38%) và nam (giảm còn ~9–39%). Tỷ lệ tập luyện ≥ 5 lần/tuần tăng mạnh, nữ từ 1.55% lên 9.49%, nam từ 2.96% lên 18.59%.

+ Kết quả kiểm định Chi-Square ($\chi^2 = 2639.6$; $p < 0.001$) cho thấy sự thay đổi có ý nghĩa thống kê rất cao.

=> Chương trình ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL đã tác động tích cực đến thói quen vận động của SV, góp phần hình thành lối sống lành mạnh và duy trì tập luyện thể thao thường xuyên.

- So sánh hiệu quả tác động của các yếu tố ảnh hưởng đến công tác GDTC sau ứng dụng giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL.

+ Kết quả trình bày ở bảng 3.40 cho thấy, các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả GDTC đã có sự thay đổi rõ rệt và có ý nghĩa thống kê cao, với giá trị $\chi^2 = 22.03$ (df = 2), $p < 0.001$. Điều này cho phép bác bỏ giả thuyết (H_0) và khẳng định sự cải thiện là thực chất, không phải do ngẫu nhiên.

+ Những thay đổi nổi bật: Tỷ lệ đánh giá ở mức “Rất tốt” tăng từ 37.27% lên 46.97% (tăng trưởng 19.6%). Tỷ lệ “Chưa tốt” giảm mạnh từ 23.61% xuống còn 11.26% (giảm 71.94%). Yếu tố hứng thú tập luyện (Yếu tố 5) có mức tăng mạnh nhất (từ 22.56% lên 38.75%; tăng trưởng 52.81%). Công tác chỉ đạo (Yếu tố 7) cũng cải thiện đáng kể (tăng từ 52.06% lên 68.35%).

=> Việc áp dụng các giải pháp trong nghiên cứu không chỉ mang lại sự cải thiện về thể lực và kết quả học tập của SV, mà còn tạo ra những thay đổi tích cực ở các yếu tố nền tảng như nhận thức, động cơ tham gia và quản lý hoạt động GDTC. Những kết quả đạt được là minh chứng cho tính toàn diện và hiệu quả thực tiễn của các giải pháp sau quá trình triển khai.

3.2.3.8. Đánh giá giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL qua kiểm chứng lý thuyết

- Để đảm bảo tính khoa học và chứng thực cho các giải pháp đề xuất đã được đưa vào quy trình kiểm chứng đa chiều (tính phù hợp thực tiễn, tính khả thi, tính hiệu quả). Chúng tôi tiến hành tham vấn ý kiến từ đội ngũ chuyên gia

+ Kết quả trình bày ở bảng 3.41 cho thấy 10 giải pháp được đánh giá cao trên cả ba tiêu chí: Tính thực tiễn: Trung bình đạt ~79.7%. Nhóm giải pháp 1 (công nghệ) đạt cao nhất (95.56%), phản ánh tính ứng dụng sát thực. Một số nhóm (9 và 10) có điểm thấp hơn do vướng mắc về tổ chức và nguồn lực. Tính khả thi: Trung bình đạt ~81.3%, cao hơn thực tiễn. Giải pháp 1 và 6 (liên quan SV) nổi bật nhất. Một số giải pháp cần điều chỉnh phương pháp triển khai để tăng tính khả thi thực tế. Tính hiệu quả: Cao nhất với ~83.7% điểm trung bình. Các nhóm 1, 4, 6 và 10 đạt điểm gần tuyệt đối, cho thấy kỳ vọng cao vào hiệu quả thực tế khi áp dụng.

+ Toàn bộ các giải pháp được đánh giá phù hợp, khả thi và hiệu quả, trong đó giải pháp công nghệ (nhóm 1) nổi bật toàn diện, cần ưu tiên nhân rộng. Một số giải pháp có chênh lệch giữa tính hiệu quả và thực tiễn triển khai, đòi hỏi sự điều chỉnh linh hoạt theo điều kiện cụ thể để đảm bảo tính ứng dụng bền vững.

- So sánh phân tích giữa kết quả ứng dụng với kết quả kiểm chứng lý thuyết đối với giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC Trường ĐHTL.

+ Kết quả trình bày ở bảng 3.42: Luận án đã tiến hành kiểm chứng lý thuyết một cách hệ thống, đối chiếu các giải pháp với cơ sở khoa học và thực tiễn GDTC hiện đại. Kết quả kiểm định cho thấy: Các giải pháp phù hợp với mục tiêu, nội dung và phương pháp dạy học GDTC trong môi trường đại học hiện nay. Đồng thời được xây dựng trên nền tảng lý luận vững chắc về tâm lý lứa tuổi, hứng thú học tập, và đặc điểm học tập của SV.

+ Các giải pháp đồng bộ với xu hướng đổi mới GDTC, hướng đến phát triển toàn diện năng lực thể chất, phẩm chất và tự học của người học.

+ Mỗi giải pháp đều bao gồm tổng thể mục đích, nội dung, cách thực hiện và tiêu chí đánh giá bảo đảm tính nhất quán, khoa học và có mối liên hệ rõ ràng với các yếu tố cốt lõi như: Đặc điểm học tập trong đào tạo đại học; Phương pháp luận công tác GDTC và cơ sở lý luận, cơ sở thực tiễn, nguyên tắc khoa học...

Từ các kết quả mục tiêu nghiên cứu 2, luận án có một số kết luận sau

- Thông qua nghiên cứu khắt khe và thực chứng khoa học, luận án đã xác lập được 10 giải pháp cốt lõi, được cấu trúc hóa thành 03 nhóm chiến lược có mối quan hệ tương hỗ chặt chẽ: (1) Nhóm giải pháp chung (công nghệ, nguồn lực, sinh viên), (2) Nhóm giải pháp về cơ sở vật chất (tài chính, thiết bị), (3) Nhóm giải pháp tổ chức hoạt động (truyền thông, chỉ đạo, lồng ghép sự kiện, chính sách hỗ trợ, phối hợp liên kết), đồng thời xây dựng nội dung chi tiết các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL các giải pháp đều được trình bày rõ ràng theo cấu trúc: Mục đích, nội dung, cách thực hiện, đơn vị phối hợp thực hiện và tiêu chí đánh giá kết quả thực hiện giải pháp.

- Luận án ứng dụng và đánh giá hiệu quả 10 giải pháp đã chứng minh hiệu quả rõ rệt trên nhiều mặt: Điểm đánh giá tổng thể của chuyên gia, GV và SV tăng trưởng đạt 28,9%, hầu hết các nhóm đạt mức “Rất hiệu quả” ($\geq 80\%$); Các tiêu chí định lượng như tỷ lệ SV tham gia thể thao, số lượng HĐTT, số GV được tập huấn đều tăng mạnh với mức tăng trưởng trung bình gần 78%; Thể lực của SV được cải thiện đồng bộ ở cả nam và nữ, với hệ số tăng trưởng dao động từ 6.22% đến 17.02%, các kết quả kiểm định thống kê đều có ý nghĩa ($p < 0.05$), khẳng định tính khách quan và độ tin cậy của kết quả nghiên cứu.; Tỷ lệ SV đạt xếp loại thể lực “Tốt” tăng lên đáng kể, tỷ lệ “Chưa đạt” giảm mạnh, phản ánh sự tiến bộ đồng đều ở cả hai giới và các năm học; Kết quả học tập cũng được cải thiện rõ rệt với mức độ ý nghĩa thống kê rất cao, cho thấy các giải pháp không chỉ có ý nghĩa về thể lực mà còn chất lượng học thuật của SV; Tỷ lệ SV không tham gia HĐTT giảm mạnh, số SV tập luyện thường xuyên tăng cao, góp phần hình thành thói quen vận động lành mạnh và bền vững; Các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả GDTC như nhận thức, hứng thú, quản lý đều có sự chuyển biến tích cực, minh chứng cho tính toàn diện của 10 giải pháp sau khi được ứng dụng và thực tiễn

KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

Kết luận

Luận án “Giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho SV Trường ĐHTL” được triển khai trong bối cảnh đổi mới căn bản và toàn diện giáo dục đại học, nhằm hiện thực hóa mục tiêu đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao, có thể lực dồi dào và nhân cách hoàn thiện. Trên cơ sở đối soát giữa hệ thống lý luận và các kết quả thực nghiệm sư phạm khách quan, luận án xác lập các kết luận khoa học cốt lõi như sau:

1. Về thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả công tác GDTC tại Trường Đại học Thăng Long.

Luận án đã xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá đa chiều gồm ba nhóm trụ cột chính: Năng lực vận động và kỹ năng thể thao; Trình độ thể lực của SV và Hiệu quả tổ chức, quản lý công tác GDTC.

Kết quả khảo sát thực trạng cho thấy công tác GDTC tại Trường ĐHTL còn bộ lộ một số hạn chế như: Tỷ lệ SV đạt loại Khá, Giỏi còn thấp; Tỷ lệ Yếu, Kém vẫn chiếm đáng kể; Trình độ thể lực giữa các khóa chưa đồng đều; Trên 50% SV chưa tham gia HĐTT thường xuyên. Qua phân tích ma trận SWOT đã xác định các yếu tố cốt lõi ảnh hưởng chủ yếu gồm nhận thức của SV, năng lực và kinh nghiệm giảng dạy của GV, cùng điều kiện cơ sở vật chất. Từ các luận cứ trên, luận án đề xuất bốn cặp chiến lược (S-O, W-O, S-T, W-T), tạo nền tảng lý luận và thực tiễn cho việc xây dựng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC.

2. Về việc xây dựng các giải pháp và kết quả thực nghiệm sư phạm.

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận và thực tiễn, luận án đã lựa chọn xây dựng được 10 giải pháp đồng bộ, chia thành 03 nhóm trọng tâm gồm: (1) giải pháp chung (công nghệ, nguồn lực, sinh viên), (2) giải pháp về cơ sở vật chất (tài chính, thiết bị), và (3) giải pháp tổ chức hoạt động (truyền thông, chỉ đạo, lồng ghép sự kiện, chính sách hỗ trợ, phối hợp). Điểm nổi bật của các nhóm giải pháp là bảo đảm tính liên thông giữa chương trình chính khóa và mô hình CLB, góp phần khắc phục sự gián đoạn trong học chế tín chỉ.

Kết quả thực nghiệm sư phạm khẳng định hiệu quả của các giải pháp, với mức

tăng trưởng 28,9% trong đánh giá tổng thể của chuyên gia, GV và SV; Đa số giải pháp được đánh giá rất hiệu quả (trên 80%). Quy mô tham gia tập luyện, tần suất HĐTT và tỷ lệ GV được tập huấn đều tăng đáng kể (trung bình gần 78%), trong khi trình độ thể lực của SV cải thiện từ 6.22% đến 17.02%. Các kết quả đều đạt ý nghĩa và độ tin cậy thống kê.

=> Tóm lại, các kết quả nghiên cứu của luận án đã chứng minh tính đúng đắn của giả thuyết khoa học được đặt ra. Về phương diện khoa học, luận án đã làm rõ cơ sở khoa học của việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC theo cách tiếp cận hệ thống, trong đó hiệu quả công tác GDTC chịu sự tác động tổng hợp của các nhóm yếu tố về quản lý, nguồn lực, người học, cơ sở vật chất và tổ chức hoạt động. Trên cơ sở đánh giá thực trạng và xác định các yếu tố ảnh hưởng, luận án đã xây dựng, tổ chức thực nghiệm và kiểm chứng hiệu quả của 10 giải pháp theo hướng đồng bộ, tích hợp. Kết quả nghiên cứu góp phần bổ sung luận cứ khoa học và thực tiễn cho việc nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại các cơ sở giáo dục đại học có điều kiện tương đồng, đồng thời là cơ sở để Trường ĐHTL tiếp tục hoàn thiện và nâng cao chất lượng công tác GDTC trong giai đoạn tới.

Kiến nghị

Trên cơ sở các kết quả nghiên cứu và kết luận của luận án, tác giả đề xuất một số kiến nghị đối với các bên liên quan nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC như sau:

1. Đối với Trường ĐHTL: Nhà trường cần xem xét phê duyệt và đưa 10 giải pháp của luận án vào kế hoạch chiến lược phát triển dài hạn. Đặc biệt, cần ưu tiên đầu tư ngân sách cho việc chuyển đổi số trong quản trị GDTC, nâng cấp hạ tầng bãi tập nội đô và có cơ chế hỗ trợ đặc thù cho các CLB thể thao ngoại khóa nhằm duy trì tính bền vững của thói quen vận động trong SV.

2. Đối với các trường Đại học trong khu vực Hà Nội và hệ thống các trường ngoài công lập: Có thể tham khảo và vận dụng linh hoạt các giải pháp của luận án vào điều kiện thực tiễn của đơn vị. Đặc biệt là mô hình kết nối liên thông giữa giờ chính khóa và hoạt động ngoại khóa để khắc phục tình trạng ngắt quãng về thời gian

tập luyện trong học chế tín chỉ, từ đó nâng cao chất lượng GDTC tổng thể.

3. Đối với các nghiên cứu tiếp theo: Cần tiếp tục mở rộng phạm vi và chiều sâu nghiên cứu từ mô hình của Trường ĐHTL sang các cơ sở giáo dục đại học khác có điều kiện tương đồng. Việc này nhằm xây dựng hệ thống giải pháp mang tính phổ quát, góp phần hình thành các mô hình GDTC hiện đại, bền vững, đáp ứng yêu cầu đổi mới căn bản và toàn diện giáo dục đại học tại Việt Nam trong giai đoạn mới.

**DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ
CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN**

1. Bùi Văn Phương (2025), “*Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên Trường Đại học Thăng Long*”, Tạp chí Khoa học thể thao, Số đặc biệt, Viện Văn hóa, Nghệ thuật, Thể thao và Du lịch Việt Nam, tr. 403- .
2. Bùi Văn Phương (2025), “*Nghiên cứu lựa chọn tiêu chí đánh giá thực trạng công tác GDTC Trường Đại học Thăng Long*”, Tạp chí Khoa học thể thao, Số 03, Viện khoa học Thể dục thể thao, tr. 87- .
3. Bùi Văn Phương (2025), “*Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong đào tạo đại học: Nghiên cứu trường hợp Trường Đại học Thăng Long*”, Tạp chí Khoa học thể thao, Số 04, Viện Văn hóa, Nghệ thuật, Thể thao và Du lịch Việt Nam, tr. 16- .

DANH MỤC TÀI LIỆU THAM KHẢO

Tiếng Việt

1. Ban Chấp hành Trung ương Đảng (2011), *Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị khoá XI, Về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020*, Nxb Chính trị Quốc gia.
2. Ban Chấp hành Trung ương Đảng (2011), *Nghị quyết số 16/NQ-CP ngày 14/01/2013 của Chính phủ: Ban hành Chương trình hành động của Chính phủ thực hiện Nghị quyết số 08-NQ/TW ngày 01/12/2011 của Bộ Chính trị về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020*, Nxb Chính trị Quốc gia.
3. Ban Chấp hành Trung ương (2025), *Nghị quyết số 72/NQ-TW của Tổng Bí thư: Ban hành Nghị quyết của Bộ Chính trị về một số giải pháp đột phá, tăng cường bảo vệ, chăm sóc sức khỏe nhân dân*, Nxb Chính trị Quốc gia.
4. Bộ Đại học, Trung học chuyên nghiệp và Dạy nghề (1988), *Quyết định số 1687/KH-TV, ngày 15/12/1988, Quyết định thành lập Trung tâm Đại học Dân lập Thăng Long*.
5. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, Ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*, Nxb giáo dục.
6. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2012), *Thông tư 62/2012/TT-BGDĐT ngày 28/12/2012, Ban hành Quy định về quy trình và chu kỳ kiểm định chất lượng giáo dục Trường đại học, Cao đẳng và Trung cấp chuyên nghiệp*, Nxb giáo dục.
7. Bộ Giáo dục và đào tạo (2015), *Thông tư 25/2015/ TT-BGDĐT ngày 14/10/2015, Quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học*, Nxb giáo dục.
8. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), *Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT, ngày 31/12/2020, Quy định về HĐTT trong nhà trường*, Nxb Giáo dục.
9. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2025), *Kế hoạch số 1864/KH-BGDĐT ngày 22/10/2025,*

Thực hiện Chiến lược phát triển Thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045 trong ngành Giáo dục, Nxb Giáo dục.

10. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi*, Nxb TDTT, Hà Nội.
11. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2005), *Đo lường Thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.195-200
12. Dương Nghiệp Chí (2007), *Thể thao trường học ở Việt Nam và một số quốc gia trên thế giới*, Tạp chí Khoa học thể thao (1), Viện Khoa học TDTT, Hà Nội, tr.52-56.
13. Nguyễn Đăng Chiêu (2009), *Thực trạng công tác giáo dục thể chất của một số trường đại học tại TP.HCM*, Tạp chí Khoa học thể thao (3), Viện Khoa học TDTT, Hà Nội, tr.51-57.
14. Nguyễn Văn Chiêm (2017), *Nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo cho sinh viên sư phạm chuyên khoa thể dục thể thao trường Đại học Tây Bắc*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
15. Văn Đình Cường (2020), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên các Trường Đại học tại Thành phố Vinh*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
16. Nguyễn Minh Cường (2020), *Nghiên cứu xây dựng một số giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất của Trường Đại học Phú Yên*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường ĐH TDTT Tp. Hồ Chí Minh.
17. Trần Văn Dũng (2021), *Về định hướng ứng dụng chuyển đổi số trong giảng dạy bộ môn Giáo dục thể chất*, Tạp chí Khoa học Việt Nam Trực tuyến.
18. Nguyễn Tuấn Dũng, Đỗ Minh Hợp (2002), *Từ điển quản lý xã hội*, Nxb Đại học quốc gia Hà Nội.
19. Lê Việt Dũng (2022), *Nghiên cứu giải pháp phát triển thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường đại học Tây Bắc*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
20. Nguyễn Đại Dương (2015), *Giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo đại học của trường đại học thể dục thể thao Bắc Ninh*, Đề tài cấp cơ sở, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Bắc Ninh.

21. Phạm Quang Đức (2023), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
22. Don J. Webber và Andrew Mearman ở ĐH West of England (2009), *Sự tham gia của sinh viên vào các HĐTT*, Đề tài nghiên cứu khoa học.
23. Nguyễn Thị Hương Giang (2022), *Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại trường tiểu học thành lập Lương Sơn – Hòa Bình*, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.
24. Lê Thị Mỹ Hà (2001), *Một số khái niệm cơ bản về đánh giá trong giáo dục*, Tạp chí Giáo dục, (14), Hà Nội, tr.11
25. Hoàng Hà (2016), *Nghiên cứu giải pháp nhằm nâng cao công tác giáo dục thể chất các trường thành viên đại học quốc gia tp HCM*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
26. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thuỷ, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.27.
27. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.259, 300.
28. Lưu Quang Hiệp (2000), *Y học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội. tr29, 56,103-104.
29. Ngô Quang Huy (2016), *Nghiên cứu giải pháp đổi mới hoạt động của Trung tâm Giáo dục thể chất và Thể thao Đại học Quốc gia Hà Nội*, Luận án Tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
30. Trần Đình Huy (2021), *Nghiên cứu biện pháp tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa nâng cao thể lực cho sinh viên Học viện An Ninh Nhân Dân*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện khoa học TDTT.
31. Nguyễn Thanh Hùng (2017), *Xây dựng chương trình giáo dục thể chất học phần tự chọn, ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Quy Nhơn*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Tp. Hồ Chí Minh.
32. Nguyễn Việt Hòa (2019), *Biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội theo hướng tích cực hóa người học*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

33. Nguyễn Thị Hồng & Trần Văn Minh (2022). *Ảnh hưởng của hình thức trực quan số hóa đến khả năng thực hiện động tác thể thao của SV đại học*, Tạp chí GDTC và Thể thao.
34. Kimiko Fujita (2005), *Ảnh hưởng của hoạt động ngoại khóa đối với thành tích học tập học sinh trung học*, đề tài Nghiên cứu khoa học.
35. Lê Trung Kiên & Phạm Ngọc Tường (2023), *Thái độ học tập và động cơ rèn luyện thể chất của sinh viên đại học ở miền Trung*. Tạp chí Khoa học Đại học TDTT Đà Nẵng.
36. Lê Văn Lắm, Vũ Đức Thu và cộng sự (2000), *Thực trạng phát triển thể chất học sinh, sinh viên trước thềm thế kỷ XXI*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.159-161.
37. Lê Văn Lắm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình TDTT trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.10, 24, 188-200, 342, 347.
38. Võ Xuân Lộc (2022), *Nghiên cứu ứng dụng biện pháp nâng cao hiệu quả học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên trường đại học Ngoại thương*, Hà Nội, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện khoa học TDTT.
39. Novicop A.D - Matveep L.P (1990), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất tập 2*, Dịch: Phạm Trọng Thanh, Lê Văn Lắm, Nxb TDTT, Hà Nội, tr.313-338.
40. Hà Thế Ngữ, Đặng Vũ Hoạt (1988), *Giáo dục học*, Nxb Giáo dục, TP.HCM, trang 156 – 157.
41. Hoàng Phê và cộng sự (2020), *Từ điển tiếng Việt*, Nxb Đà Nẵng, tr.469.
42. Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam (2018), *Luật thể dục, thể thao, số 26/2018/QH14, (sửa đổi, bổ sung 2018)*, ngày 14/6/2018, Nxb TDTT, Hà Nội. Tr 18.
43. Quốc hội nước CHXHCN Việt Nam (2019), *Luật giáo dục, số 43/2019/QH14 (sửa đổi, bổ sung một số điều)*, ngày 14/6/2019, Nxb Chính trị Quốc gia.
44. Đỗ Đình Quang (2013) với đề tài, *Nghiên cứu một số giải pháp phát triển thể chất nhằm nâng cao kết quả học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao trong chương trình đào tạo sinh viên khoa thể dục thể thao trường đại học Hải Phòng*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
45. Trần Huy Quang (2019), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo*

- dục thể chất trường đại học Bách Khoa Hà Nội*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội.
46. Nguyễn Quang Quyền (1975), *Nhân trắc học và ứng dụng nghiên cứu trên người Việt Nam*, Nxb Y học, Hà Nội.
 47. Nguyễn Việt Hòa (2019), *Biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động học tập môn giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội theo hướng tích cực hóa người học*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội.
 48. *Hồ Chí Minh*, Toàn tập, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
 49. Nguyễn Thị Hồng & Trần Văn Minh (2022). *Ảnh hưởng của hình thức trực quan số hóa đến khả năng thực hiện động tác thể thao của SV đại học*, Tạp chí GDTC và Thể thao.
 50. R.Hedoman (2000), *Sinh lý thể thao cho mọi người*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 51. Thủ tướng Chính phủ (2007), *Quyết định số 1888/QĐ-TTg ngày 31/12/2007 của Thủ tướng Chính phủ, Về việc Trường Đại học Dân lập Thăng Long chuyển thành Trường Đại học Thăng Long*.
 52. Thủ tướng Chính phủ (2010), *Quyết định số 2198/QĐ-TTg ngày 03/12/2010 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt, Chiến lược phát triển TĐTT Việt Nam đến năm 2020*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 53. Thủ tướng Chính phủ (2011), *Quyết định Số 641/QĐ-Ttg ngày 28/4/2011 về việc phê duyệt, Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011-2030*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 54. Thủ tướng Chính phủ (2012), *Quyết định số 711/QĐ-Ttg ngày 13/6/2012 về việc phê duyệt, Chiến lược phát triển giáo dục 2011-2020*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 55. Thủ tướng Chính phủ (2013), *Quyết định số: 2160/QĐ-TTg, ngày 11/11/2013, Quy hoạch phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020, định hướng đến năm 2030*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 56. Thủ tướng chính phủ (2015), *Nghị định 11/2015/NĐ-CP ngày 31/1/2015, Quy định về giáo dục thể chất và HĐTT trong Nhà trường*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 57. Thủ tướng Chính phủ (2016), *Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016, Phê duyệt đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016*

- 2020, *định hướng đến năm 2025*, Nxb Chính trị Quốc gia.
58. Thủ tướng Chính phủ (2024), *Quyết định số 1189/QĐ-TTg, ngày 15/10/2024, Phê duyệt Chiến lược phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045*, Nxb Chính trị Quốc gia.
 59. Tạp chí khoa học giáo dục thể chất và thể thao trường học – số 02, 2022.
 60. Vũ Đức Thu, Nguyễn Xuân Sinh, Lưu Quang Hiệp, Trương Anh Tuấn (1998), *Lý luận và phương pháp GDTC*, NXB Giáo dục, Hà Nội, tr.8, 9, 12, 13, 18.
 61. Nguyễn Văn Toàn (2015), *Nghiên cứu giải pháp và đánh giá hiệu quả giáo dục thể chất theo học chế tín chỉ cho sinh viên cao đẳng sư phạm giáo dục thể chất trường đại học Hồng Đức Thanh Hóa*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục học, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội
 62. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr.18, 20, 21, 22, 24.
 63. Nguyễn Văn Tuấn (2017) *Nghiên cứu lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Hải Phòng*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện khoa học TĐTT, Hà Nội.
 64. Trường ĐHTL (2023), *số: 23061201/KH-ĐHTL, ngày 12/6/2023, Kế hoạch đào tạo năm học 2023-2024*.
 65. Trường ĐHTL (2023), *Quyết định số: 23082902/QĐHT-ĐHTL, ngày 29/8/2023, Quyết định Ban hành Quy chế đào tạo trình độ đại học của Trường Đại học Thăng Long*.
 66. Trường ĐHTL (2023), *Quyết định số: 23082903/QĐHT-ĐHTL, ngày 29/8/2023, Quyết định Ban hành Khung chương trình đào tạo đại học các ngành của Trường Đại học Thăng Long*.
 67. Trương Quốc Uyên (2003), *Chủ tịch Hồ Chí Minh với TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 68. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr.137-151, 177-184.
 69. Phạm Ngọc Viễn (2007), *Giáo trình tâm lý học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 70. Nguyễn Hữu Vũ (2015), *Nghiên cứu ứng dụng một số giải pháp nâng cao hiệu*

quả giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Tư Thục Hoa Sen, Thành phố Hồ Chí Minh, Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học TĐTT Tp. Hồ chí Minh.

71. Võ Văn Vũ (2014), *Đánh giá thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất và HĐTT trong trường Trung học phổ thông ở Đà Nẵng*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TĐTT, Hà Nội.
72. Viện ngôn ngữ học (2017), *Từ điển tiếng Việt*, NXB Từ điển bách khoa.
73. Lê Văn Xem (2004), *Tâm lý học TĐTT*, Nxb Đại học Sư Phạm, Hà Nội.
74. Nguyễn Như Ý, Nguyễn Văn Khang, Phan Xuân Thành (2009), *Từ điển Tiếng Việt thông dụng*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

Tiếng Anh

75. Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6th ed.). Human Kinetics.
76. Bailey, R. (2006). *Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. Journal of School Health, 76(8), 397–401.*
77. Don J. Webber and Andrew Mearman (2009), *Student participation in sporting activities, source: Applied Economics*, Volume 41, Number 9, April 2009, (<http://carecon.org.uk/DPs/0501.pdf>).
78. Dean Dudley, Anthony Okely, Philop Pearson (2011), *A systematic review of the effectiveness of physical education and school sport interventions targeting physical activity, movement skills and enjoyment of physical activity*, European Physical education review, First Published November 7, 2011,
79. S. Fairclough, G. Stratton (2005), *Physical education makes you fit and healthy'. Physical education's contribution to young people's physical activity levels*, Health Education Research, Volume 20, Issue 1, February 2005, Pages 14–23,
80. ISO 9001 (2015), *Quality management systems — Requirements, International Organization for Standardization (2015)*, Geneva: ISO.
81. Irina Kalina (2019), *Ways of improving the students' physical education*, SHS Web of Conferences 69, 0005 (2019),
82. UNESCO (2015). *Rethinking Education: Towards a Global Common Good?*

UNESCO Publishing.

83. Williams, Jesse Feiring (1954). *The Principles of Physical Education*. Saunders, Philadelphia.
84. Wilmore, J. H., Costill, D. L., & Kenney, W. L. (2008). *Physiology of sport and exercise* (4th ed.). Human Kinetics.
85. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.

Tiếng Nga

86. Максименко А.М. (2001), *Основы теории и методики физической культуры/Максименко А.М. М.: 4й фил. Воениздата, Матвеев Л.П. (1999), Теория и методика физической культуры: учеб. Для интов физ. Культуры. М.: Фис, Матвеев Л.П. (1997), Общая теория спорта: учеб. Кн. Для завершающих уровней высш. Физ. Образования/Матвеев Л.П. М.: [4й филиал Воениздата], Матвеев Л.П. (2001), Общая теория спорта и ее прикладные аспекты, М.: “Известия...*

Web

87. <https://doi.org/10.1093/her/cyg101>.
88. <https://doi.org/10.1177/1356336X11416734>.
89. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20196900056>.
90. <https://thanglong.edu.vn> Trường đại học Thăng Long.
91. <https://thuvienphapluat.vn/van-ban/Giao-duc/Thong-tu-25-2015-TT-BGDDT-chuong-trinh-mon-hoc-giao-duc-the-chat-chuong-trinh-dao-tao-trinh-do-dai-hoc-294057.aspx>
92. WHO (1998), *Promoting active living in and through schools*, (http://whqlibdoc.who.int/hq/2000/WHO_NMH_NPH_00.4.pdf).
93. WHO (2007), *WHO Information Series on School Health*. (http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_childfriendly_03_v2.pdf).
94. WHO (2008), *Health and development through physical activity and sport*. (http://whqlibdoc.who.int/hq/2003/WHO_NMH_NPH_PAH_03.2.pdf)