

Developing Physical Education Contents for Students with Weaker Health at Quy Nhon University

ABSTRACT

Based on the practice of teaching and learning Physical Education at Quy Nhon University, there are a group of students with weaker health such as those with rapid or low pulses or with limb defects. These are confirmed by their medical results after check-ups at the beginning of the academic year or from officially-certified health agencies. This fact required appropriate activities for those students, avoiding strong and dangerous physical activities that may negatively affect them. Therefore, it is necessary to develop a comprehensive Physical Education syllabus for them.

Keywords: Quy Nhon University, Physical Education, weaker health, students.

Xây dựng nội dung môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên có sức khỏe yếu Trường Đại học Quy Nhơn

TÓM TẮT

Trên cơ sở đánh giá thực trạng giảng dạy và học tập môn học Giáo dục thể chất (GDTC) cho sinh viên nói chung và nhóm sinh viên yếu sức khỏe (YSK) nói riêng, xây dựng nội dung môn học GDTC cho sinh viên nhóm YSK là các sinh viên khi khám sức khỏe đầu năm học tại Trường Đại học Quy Nhơn (ĐHQN) hoặc có xác nhận của các cơ quan y tế có thẩm quyền bị tật mạch nhanh hoặc chậm và các sinh viên bị tật về chân, tay của Trường ĐHQN theo hướng lựa chọn môn thể thao phù hợp, hạn chế các hoạt động vận động mạnh, nguy hiểm gây ảnh hưởng không tốt đến đối tượng là sinh viên YSK mà theo khuyến cáo của các bác sĩ là cần hạn chế vận động là cần thiết và nhân văn, góp phần phát triển toàn diện cho sinh viên để phục vụ sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước sau này.

Từ khóa: Trường Đại học Quy Nhơn, Giáo dục thể chất, yếu sức khỏe, sinh viên.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường ĐHQN đã tiến hành triển khai chương trình giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên theo hướng tự chọn, người học được chọn các môn thể thao yêu thích, qua đó nâng cao thể chất của người học và chất lượng công tác GDTC của Nhà trường^{1,2}. Qua thực tiễn công tác giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên tại Trường ĐHQN nhận thấy còn nhiều yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả học tập của sinh viên như: sự quan tâm của lãnh đạo Nhà trường, nội dung chương trình đào tạo, điều kiện cơ sở vật chất, sân bãi, trang thiết bị, dụng cụ, các phương tiện giảng dạy³⁻⁵.... Qua thực tế cho thấy Khoa GDTC – Trường ĐHQN chỉ mới xây dựng được chương trình môn học GDTC đại trà cho sinh viên không chuyên³, chưa xây dựng được hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên YSK một cách có đầy đủ và có cơ sở khoa học, phù hợp với đặc điểm, đối tượng tập luyện và các bài tập kỹ năng vận động khác nhau. Trong quá trình giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên YSK, các giảng viên trên cơ sở kinh nghiệm của bản thân đúc rút từ quá trình giảng dạy đã giảm lượng vận động của các bài tập cho đối tượng đại trà. Vì vậy, việc áp dụng các bài tập giảng dạy cho sinh viên YSK còn thiếu tính thống nhất, thiếu đồng bộ, hiệu quả ứng dụng còn thấp.

Từ những vấn đề trên cho thấy việc xây dựng nội dung môn học GDTC cho sinh viên nhóm YSK của Trường ĐHQN theo hướng lựa chọn môn thể thao phù hợp, hạn chế các hoạt động vận động mạnh, nguy hiểm gây ảnh hưởng không tốt đến đối tượng là sinh viên YSK mà theo khuyến cáo của các bác sĩ là cần hạn chế vận động là cần thiết. Thông qua cơ sở lý luận và các

điều kiện thực tiễn, tác giả lựa chọn nghiên cứu đề tài: *“Nghiên cứu xây dựng nội dung môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên có sức khỏe yếu Trường Đại học Quy Nhơn”*.

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp sau: tổng hợp và phân tích tài liệu; phỏng vấn; quan sát sự phạm; kiểm tra sự phạm; toán học thống kê⁶.

Khách thể nghiên cứu: Sinh viên YSK Trường ĐHQN, các giảng viên, huấn luyện viên, chuyên gia về GDTC và thể dục thể thao (TDTT)¹⁻³.

2. NỘI DUNG

2.1. Thực trạng chương trình môn học GDTC Trường ĐHQN

2.1.1. Thực trạng cơ sở vật chất, trang thiết bị phục vụ giảng dạy

Thông qua quan sát, kiểm tra, đánh giá thực trạng có thể khẳng định cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ công tác giảng dạy và học tập trong chương trình môn học GDTC cho sinh viên không chuyên Trường ĐHQN mới đáp ứng được cơ bản về nhu cầu sử dụng hỗ trợ học tập, tập luyện cho sinh viên.

Tuy nhiên, theo đánh giá của các giảng viên Khoa GDTC, trong quá trình sử dụng sân bãi phục vụ công tác giảng dạy và học tập nhiều lúc còn chưa đạt hiệu quả cao do đa số sân bãi được bố trí ngoài trời, các lớp học được phân bố vào tiết 3-5 và 6-7 hầu như không sử dụng được sân bãi do ảnh hưởng của yếu tố thời tiết tiêu cực. Bên cạnh đó, nhà tập luyện thể dục thể thao luôn được phân bố từ 4 đến 6 lớp học phần GDTC, mỗi lớp có từ 40 đến 65 sinh viên và cùng tham gia học nhiều môn tự chọn khác nhau như: bóng chuyền, cầu lông, võ thuật,... trong cùng một thời gian nên mật độ sinh viên cùng tham gia học

tập rất đông dẫn đến không gian tập luyện trong nhà TDTT rất chật hẹp³. Thêm vào đó, cùng với thiết bị phục vụ học tập như: sân tập, bóng tập,... chưa đảm bảo về số lượng cũng như chất lượng điều này cũng ảnh hưởng rất lớn đến chất lượng môn học GDTC. Chính vì vậy, cần có nhiều biện pháp để nâng cao hiệu quả trong việc khai thác tối đa sân bãi dụng cụ và đầu tư mua sắm thêm các trang thiết bị phục vụ cho công tác giảng dạy và học tập môn GDTC.

2.1.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy môn GDTC Trường ĐHQN

Hiện nay có 01 Phó giáo sư, 4 tiến sĩ, 02 nghiên cứu sinh, 09 thạc sĩ, 01 cao học đang tham gia công tác giảng dạy tại Khoa GDTC Trường ĐHQN. Điều này cho thấy đội ngũ giảng viên trong Khoa Giáo dục thể chất đều đủ điều kiện, đáp ứng yêu cầu về chuyên môn, nghiệp vụ trong hoạt động giảng dạy và nghiên cứu khoa học phục vụ cho công tác GDTC trong và ngoài Trường ĐHQN.

2.1.3. Thực trạng Chương trình môn học GDTC của Trường ĐHQN

Chương trình GDTC của Trường ĐHQN được xây dựng theo hướng tự chọn (chọn 1 trong 7 môn thể thao: Bóng đá, Bóng chuyền, Bóng rổ, Cầu lông, Võ Karatedo, Võ Taekwondo, Võ Cổ truyền Việt Nam), đảm bảo theo quy định của Thông tư số 25/2015 của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT). Học phần được triển khai trong 03 học kỳ, 3 tín chỉ, mỗi tín chỉ 30 tiết³⁻⁵.

Bảng 1. Chương trình môn học GDTC– Trường ĐHQN

TT	Tên học phần	Phân phối		
		Nội dung	Lý thuyết	Thực hành
1	Giáo dục thể chất 1	Bóng đá 1 Bóng chuyền 1 Bóng rổ 1 Võ cổ truyền Việt Nam 1 Võ Taekwondo 1 Võ Karatedo 1 Cầu lông 1	04	26
2	Giáo dục thể chất 2	Bóng đá 2 Bóng chuyền 2 Bóng rổ 2 Võ cổ truyền Việt Nam 2 Võ Taekwondo 2 Võ Karatedo 2 Cầu lông 2	04	26
3	Giáo dục thể chất 3	Bóng đá 3 Bóng chuyền 3 Bóng rổ 3 Võ cổ truyền Việt Nam 3 Võ Taekwondo 3 Võ Karatedo 3	04	26

		Cầu lông 3		
--	--	------------	--	--

Chương trình môn học GDTC gồm 03 học phần; các học phần GDTC 1, GDTC 2 được giảng dạy trong năm học thứ nhất; học phần GDTC 3 được giảng dạy trong học kỳ I năm học thứ 2; Yêu cầu môn học là sinh viên phải hoàn thành học phần GDTC trước đó mới được đăng ký các học phần tiếp theo; Sinh viên có sức khỏe bình thường, những trường hợp đặc biệt phải có hồ sơ bệnh án và giấy xác nhận của y tế.

- Về kiểm tra, đánh giá kết quả môn học: Kiểm tra, đánh giá kết quả môn học theo quy định của chương trình, nội dung kiểm tra phù hợp với các môn thể thao được lựa chọn, được thể hiện cụ thể trong đề cương chi tiết từng học phần. Sử dụng thang 10 điểm cho tất cả các hình thức đánh giá trong học phần. Trong đó: điểm quá trình: 40%; Thi cuối kỳ: 60%.

2.2. Đánh giá thực trạng sức khỏe, thể lực và kết quả môn học GDTC của SV YSK tại Trường ĐHQN

2.2.1. Đánh giá thực trạng sức khỏe của SV YSK tại Trường ĐHQN theo kết quả khám sức khỏe định kỳ

Bảng 2. Kết quả tổng hợp về kiểm tra y tế đầu năm học của nhóm SV YSK Khóa 45 Trường ĐHQN (n=2829)

TT	Xếp loại sức khỏe	NAM (n=868)		NỮ (n=1961)	
		n	%	n	%
1	1	60	6,90	55	2,80
2	2	287	33,1	468	23,9
3	3	273	31,4	616	31,4
4	4	218	25,1	744	37,9
5	5	30	3,5	78	4

Kết quả cho thấy hầu hết tất cả sinh viên năm nhất đều được đánh giá kiểm tra sức khỏe định kỳ đầu năm học. Kết quả cho thấy: thực trạng xếp loại sức khỏe của sinh viên rất đáng báo động, sinh viên thuộc nhóm 1, 2, 3 chỉ chiếm tỷ lệ tương đối, trong khi nhóm sức khỏe nhóm 4 và 5 của cả nam (28,6%) và nữ (41,9%) khá cao.

Bảng 3. Phân loại các loại bệnh của các sinh viên xếp loại sức khỏe nhóm 4, 5 năm 2023 Trường Đại học Quy Nhơn

TT	Loại bệnh	NAM				NỮ (n=922)			
		Nhóm 4 (n=218)		Nhóm 5 (n=30)		Nhóm 4 (n=744)		Nhóm 5 (n=78)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Mạch nhanh	89	40,8	1	3,3	458	61,5	16	20,5
2	Mạch chậm	1	0,4	1	3,3	1	0,1	0	0
3	Béo phì	70	32,1	5	16,7	58	7,8	1	1,3
4	Nhẹ cân	3	1,4	3	10	48	6,4	16	20,5
5	Tật khúc xạ	54	24,8	10	33,3	258	34,5	36	46,1
6	Sâu răng	19	8,7	2	6,7	117	15,7	12	15,4
7	Mất sức nhai	79	36,2	6	20	196	26,3	8	10,2
8	Viêm mũi	15	6,9	3	10	29	3,9	2	2,5
9	Tật ở	2	0,9	3	10	1	0,1	2	2,5

	chân, tay								
--	-----------	--	--	--	--	--	--	--	--

Căn cứ bảng 3, ta nhận thấy tỷ lệ sinh viên mắc các tật về mắt và béo phì, nhẹ cân, tật khúc xạ, sâu răng, viêm mũi chiếm đa số, ở đây đề tài chỉ lựa chọn các sinh viên có tật mạch nhanh, chậm và tật ở chân, tay mà theo khuyến cáo của bác sĩ là hạn chế vận động mạnh, gồm 92 sinh viên nam nhóm 4; 5 sinh viên nam nhóm 5; 460 sinh viên nữ nhóm 4 và 18 sinh viên nữ nhóm 5 là đối tượng đề tài hướng đến để thực hiện nghiên cứu.

2.2.2. Xác định sinh viên được miễn học các học phần GDTC hoặc tham gia các học phần GDTC dành cho sinh viên YSK

Căn cứ trên kết quả kiểm tra sức khỏe đầu năm, những em có sức khỏe nhóm 4 hoặc nhóm 5 mà theo khuyến cáo của các chuyên gia y tế không nên vận động hoặc hạn chế vận động mạnh, Căn cứ Quyết định số 3308/QĐ-ĐHQN ngày 17 tháng 12 năm 2018 của Hiệu trưởng Trường Đại học Quy Nhơn về việc ban hành Quy định miễn giảm học phần GDTC, Giáo dục quốc phòng và an ninh, Trường ĐHQN thành lập Hội đồng sức khỏe sinh viên gồm Phó Hiệu trưởng phụ trách, Lãnh đạo phòng Đào tạo đại học, Lãnh đạo phòng Công tác chính trị và Sinh viên, Nhân viên y tế và Khoa GDTC để xét miễn học học phần GDTC. Riêng với năm 2023, Trường đã Quyết định miễn học các học phần GDTC cho 10 sinh viên (7 nữ, 3 nam).

Tóm lại số sinh viên của Trường ĐHQN được miễn các học phần GDTC chiếm tỉ lệ rất ít, số lượng còn lại trong các nhóm sinh viên có sức khỏe yếu vẫn phải tham gia các học phần GDTC hiện có là 94 sinh viên nam và 471 sinh viên nữ, khi tham gia các học phần này không phù hợp và rất nguy hiểm đối với sức khỏe các em này. Như vậy, việc xây dựng học phần GDTC phù hợp dành cho sinh viên YSK của Trường ĐHQN là nhân văn, rất phù hợp để các sinh viên YSK có môi trường rèn luyện, học tập để hoàn thiện bản thân.

2.3. Nghiên cứu xây dựng nội dung giảng dạy GDTC cho sinh viên YSK tại Trường ĐHQN

2.3.1. Đánh giá nhu cầu tập luyện của sinh viên YSK Trường ĐHQN

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn về nhu cầu tập luyện các nội dung GDTC nâng cao sức khỏe cho sinh viên YSK tại Trường ĐHQN (n = 565)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		n	%
1	Nhu cầu tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe		
	Có (nếu Có, trả lời câu tiếp theo)	565	100
	Không	0	0
2	Chương trình môn học GDTC hiện hành có phù hợp		

2	Có	0	0
	Không (nếu không, trả lời câu tiếp theo)	565	100
	Sẵn sàng tham gia thực nghiệm các nội dung GDTC dành cho SV sức khỏe yếu		
	Có, sẵn sàng	565	100
	Không	0	0

Kết quả tất cả 100% nam, nữ sinh viên YSK đều có nhu cầu tập luyện các nội dung GDTC nâng cao sức khỏe và đánh giá chương trình môn học GDTC hiện hành của Trường ĐHQN không phù hợp để các em tập luyện và sẵn sàng tham gia tập luyện nội dung GDTC dành cho SV YSK. Như vậy, việc tiến hành xây dựng các nội dung GDTC vừa là nâng cao sức khỏe vừa là đáp ứng nhu cầu tập luyện GDTC của nhóm sinh viên YSK tại Trường ĐHQN.

2.3.2. Tổng hợp nội dung môn thể thao phù hợp với sinh viên YSK

Kết quả phỏng vấn nhóm SV sức khỏe yếu cho thấy mức độ ưa thích môn thể thao khác nhau giữa nam và nữ:

- Đối với SV nam có mức độ ưa thích và rất ưa thích đạt 100% ở 3 môn thể thao là: Thể dục, Bóng bàn, Cờ Vua (những môn thể thao còn lại đều có mức đánh giá dưới 70%).

- Đối với SV nữ mức độ ưa thích và rất ưa thích đạt tập trung vào 2 môn là: Bóng bàn và Cờ Vua.

Sau khi đánh giá được mức độ ưa thích môn thể thao của nhóm SV YSK tại Trường ĐHQN, đề tài tiến hành phỏng vấn 20 chuyên gia, nhà khoa học, giảng viên GDTC về tầm quan trọng và mức độ phù hợp của các môn thể thao SV ưa thích để đưa vào nội dung giảng dạy GDTC. Cách thức phỏng vấn theo 3 mức rất phù hợp, phù hợp và không phù hợp. Kết quả 100% các chuyên gia được phỏng vấn hoàn toàn đồng ý việc xây dựng nội dung môn học GDTC cho SV YSK Trường ĐHQN và lựa chọn môn Cờ Vua là môn học phù hợp với điều kiện của Nhà trường để đưa vào giảng dạy cho sinh viên YSK.

Đề tài đã xây dựng Đề cương chi tiết học phần GDTC cho sinh viên YSK tại Trường ĐHQN bao gồm 03 tín chỉ, mỗi tín chỉ 30 tiết khoa học, phù hợp với quỹ thời gian và điều kiện thực tiễn của Nhà trường, bám sát các quy định hiện hành của Nhà nước và các quy định của Nhà trường, phù hợp với nhu cầu, nguyện vọng của các sinh viên YSK.

Các nội dung dự kiến đưa vào giảng dạy trong chương trình môn học GDTC dành cho sinh viên YSK Trường ĐHQN⁷:

- Giới thiệu môn Cờ Vua: Vị trí, vai trò môn Cờ Vua; Cấu trúc môn học; Yêu cầu môn học.

- Lịch sử, xu thế phát triển và tác dụng môn Cờ Vua: Lịch sử phát triển môn cờ Vua trên thế giới; Lịch sử phát triển môn Cờ Vua ở Việt Nam; Xu hướng phát triển môn Cờ Vua; Tác dụng của môn Cờ Vua.

- Luật Cờ Vua: Bản chất và mục đích của một ván cờ; Các nhân tố trên bàn cờ; Cách thức di chuyển quân; Quyền đi quân, nước đi và hoàn thành nước đi; Ký hiệu ghi chép các nước đi, cách thức ghi biên bản; Một số ký hiệu ghi chép trận đấu; Quyền đi quân, nước đi và hoàn thành nước đi; Ký hiệu ghi chép các nước đi, cách thức ghi biên bản; Một số ký hiệu ghi chép trận đấu; Nhập thành; Bắt tốt qua đường; Phong cấp tốt; Chiêu vua; Kết thúc ván cờ khi đối thủ chiếu hết vua; Một số trường hợp hòa cờ; Các thuật ngữ trong Cờ Vua; Giá trị tương đối của các quân cờ; Các giai đoạn của ván cờ; Cờ thế.

Các nội dung này được truyền tải xen kẽ với các nội dung thực hành và bố trí phù hợp với các nguyên tắc xây dựng nội dung môn học và các quy định về pháp lý khi xây dựng chương trình của Nhà trường.

2.4. Đánh giá tính phù hợp và khả thi của Đề cương chi tiết mà đề tài xây dựng

Để đánh giá tính phù hợp và tính khả thi của Đề cương chi tiết đã xây dựng, Đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 2 nhóm đối tượng là nhóm sinh viên YSK và các giảng viên tại Khoa GDTC, Trường Đại học Quy Nhơn. Kết quả tất cả các giảng viên, sinh viên được phỏng vấn đều đánh giá Đề cương chi tiết học phần Cờ Vua mà Đề tài lựa chọn xây dựng là phù hợp và có tính khả thi trên đối tượng là SV YSK, nội dung và phương pháp đánh giá học phần khoa học, đánh giá được chuẩn đầu ra của học phần.

3. KẾT LUẬN

Đề tài đã xác định được nhóm đối tượng sinh viên sức khỏe yếu để tham gia các học phần GDTC cho sinh viên YSK gồm các sinh viên khi khám sức khỏe bị tật mạch nhanh hoặc chậm và

các sinh viên bị tật về chân, tay mà theo khuyến cáo của các bác sĩ là cần hạn chế vận động hoặc vận động nhẹ.

Qua đánh giá nhu cầu tập luyện của các sinh viên YSK và phỏng vấn các chuyên gia, nhà khoa học, đề tài đã lựa chọn môn Cờ Vua là môn thể thao không có những hoạt động vận động mạnh, phù hợp với đối tượng sinh viên YSK và xây dựng đề cương chi tiết để đề xuất giảng dạy cho đối tượng sinh viên YSK của Trường ĐHQN. Đề cương bám sát các quy chế, quy định hiện hành của Nhà trường, được thực hiện trong 3 học kỳ, mỗi học kỳ 30 tiết, chia làm 15 tuần. Nội dung vừa có lý thuyết, vừa có thực hành, ngoài ra còn rèn luyện tính tự giác, tích cực, tự học của sinh viên. Việc kiểm tra, đánh giá bao quát hết các nội dung được học, đánh giá được trình độ của người học.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Toán và Phạm Danh Tôn, *Lý luận và phương pháp TDDT*, Nxb TDDT, Hà Nội, 2006.
2. Lê Văn Lắm, Phạm Xuân Thành, *Giáo trình TDDT trường học*, Nxb TDDT, Hà Nội, 2008.
3. Nguyễn Thanh Hùng, *Xây dựng chương trình GDTC học phần tự chọn, ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Quy Nhơn*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Đại học Thể dục thể thao Tp. Hồ Chí Minh, 2017.
4. Nguyễn Văn Hòa, *Cải tiến chương trình giảng dạy các môn thể thao tự chọn cho sinh viên không chuyên Trường Đại học Cần Thơ*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDDT TP.HCM, 2017.
5. Trần Huy Quang, *Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho trường Đại học Bách Khoa*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDDT, Hà Nội, 2019.
6. Nguyễn Xuân Sinh, Lê Văn Lắm, Phạm Ngọc Viễn, Lưu Quang Hiệp, *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học TDDT*, Nxb TDDT, Hà Nội, 1999.
7. Lê Văn Tiên, Nguyễn Văn Tri, *Giáo trình Cờ Vua*, Nxb TDDT, Hà Nội, 2010.