

GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC - ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

Hoàng Duy Tường*

Trường Đại học Y Dược – ĐH Thái Nguyên

TÓM TẮT

Sử dụng phương pháp tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn và toán học thống kê đánh giá thực trạng hoạt động Thể dục thể thao của Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên trên cơ sở khảo sát 325 sinh viên năm thứ nhất và năm thứ 2 tại Trường. Trên cơ sở đó lựa chọn được 06 giải pháp nâng cao hiệu quả Giáo dục Thể chất cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên. Bước đầu ứng dụng các giải pháp lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả. Kết quả, các giải pháp lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Y Dược – Đại học Thái Nguyên

Từ khóa: *giải pháp, nâng cao hiệu quả, giáo dục thể chất, sinh viên, Trường Đại học Y Dược – Đại học Thái Nguyên.*

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên có sứ mạng đào tạo cán bộ Y Dược có trình độ đại học, sau đại học, nghiên cứu khoa học và chuyển giao công nghệ y dược, hỗ trợ phát triển hệ thống y tế, cung cấp dịch vụ nhằm đáp ứng nhu cầu chăm sóc sức khỏe cho nhân dân các dân tộc miền núi phía Bắc Việt Nam và cả nước. Đây là ngôi trường có nhiều thành tích trong phong trào thi đua “dạy tốt - học tốt”, trong đó có thành tích môn học Giáo dục Thể chất (GDTC). Xác định được tầm quan trọng về Thể dục thể thao (TDTT) trong trường học, Nhà trường coi phong trào TDTT không chỉ đem lại sức khỏe cho mọi người mà còn là nơi giao lưu, học hỏi hợp tác giúp đỡ lẫn nhau trong công tác giữa các trường, các đơn vị trong và ngoài trường. Ngoài ra, luyện tập TDTT còn là một trong những biện pháp tích cực nhất để phòng chống các tệ nạn xã hội trong sinh viên.

Nhận thức được tầm quan trọng của công tác GDTC trong trường học, trong những năm qua, Trường Đại học Y Dược – Đại học Thái Nguyên luôn tích cực, chủ động trong việc tổ chức hoạt động TDTT nội khóa và ngoại khóa cho sinh viên, tuy nhiên, các kết quả đạt được còn chưa thực sự cao. Theo đánh giá của nhiều giảng viên GDTC tại Trường, kết quả

công tác GDTC của Trường chưa thực sự tương ứng với tiềm năng sẵn có. Chính vì vậy, phân tích thực trạng công tác GDTC của Trường, trên cơ sở đó, phân tích chi tiết các điểm mạnh, điểm tồn tại và nguyên nhân trong công tác GDTC, từ đó tác động các giải pháp phát huy các điểm mạnh, khắc phục những điểm yếu để nâng cao hiệu quả công tác GDTC tại trường là vấn đề cần thiết và cấp thiết. Tuy nhiên, vấn đề này trên thực tế lại chưa được quan tâm nghiên cứu.

Trên cơ sở phân tích tầm quan trọng và tính cấp thiết của vấn đề, chúng tôi tiến hành nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược – Đại học Thái Nguyên.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp tham khảo tài liệu; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp thực nghiệm sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng thực nghiệm trong quá trình nghiên cứu gồm 325 sinh viên, trong đó có 112 sinh viên năm thứ nhất (58 nam và 54 nữ); 105 sinh viên năm thứ hai (49 nam và 56 nữ) và 108 sinh viên năm thứ ba (53 nam và 55 nữ).

* Tel: 0962220922; Email: duytuong.sport@gmail.com

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Thực trạng công tác GDTC và hoạt động TDTT của Trường Đại học Y Dược – ĐH Thái Nguyên

Hoạt động GDTC nội khóa

Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên hiện đang giảng dạy đầy đủ nội dung GDTC nội khóa cho sinh viên theo chương trình quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo với 3 học kỳ trong đó có 1 học kỳ học học phần Điền kinh, 1 học kỳ học học phần Bóng chuyền và 1 học kỳ học học phần Bóng rổ.

Hoạt động GDTC nội khóa thường được tổ chức theo chương trình đào tạo tín chỉ, mỗi lớp tín chỉ khoảng 80 sinh viên, giảng dạy trong giờ học chính khóa và được bố trí 3 tiết/tuần (mỗi tiết học 50 phút).

Trang thiết bị phục vụ hoạt động GDTC của Nhà trường còn ít cả về số lượng và hạn chế về chất lượng so với tổng số sinh viên và nhu cầu tập luyện TDTT của sinh viên Nhà trường.

Hoạt động TDTT ngoại khóa

Việc tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên Nhà trường đã được quan tâm, tuy nhiên, chưa đáp ứng được nhu cầu thực tế của sinh viên.

Phần lớn các hoạt động TDTT ngoại khóa của cán bộ giảng viên và sinh viên Nhà trường diễn ra thường xuyên và theo hình thức tự phát, có thể tập luyện theo nhóm hoặc theo sự yêu thích của cá nhân.

Các môn thể thao được tổ chức tập luyện thường chỉ bao gồm các môn trong hệ thống thi đấu thể thao của Nhà trường như Cầu lông, Bóng bàn, Bóng đá, Bóng chuyền và Tennis. Các môn thể thao khác chưa được chú trọng phát triển. Bên cạnh đó việc tổ chức tập luyện ngoại khóa theo nhu cầu của sinh viên hoàn toàn chưa được chú ý và thiếu cán bộ hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa đã làm ảnh hưởng không nhỏ tới sự phát triển phong trào TDTT của Nhà trường.

Hoạt động giao lưu, thi đấu TDTT

- Giải Bóng đá nam, nữ giữa các liên chi đoàn các khoa.

- Giải Bóng chuyền thường niên chào mừng ngày Thành lập Đoàn 26/3.

- Tham gia giải bóng chuyền nam do tỉnh Thái Nguyên tổ chức.

- Tham gia giải Bóng đá nam do tỉnh Thái Nguyên tổ chức.

Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên

Tiến hành lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên theo các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu và quan sát sự phạm;

- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi;

- Tham khảo ý kiến của các chuyên gia GDTC.

Kết quả lựa chọn được 6 giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên. Cụ thể từng giải pháp:

Giải pháp 1: Nâng cao nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học bằng phương pháp tuyên truyền

Mục đích: Nâng cao nhận thức về tầm quan trọng của công tác GDTC trong nhà trường cho các đối tượng: Cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên... tạo tiền đề cho việc triển khai các giải pháp tiếp theo.

Nội dung và cách làm: Phối hợp với các phòng ban chức năng, đặc biệt là Đoàn Thanh niên trường, quán triệt các chỉ thị Nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDTT trong trường học; Làm cho lực lượng cán bộ quản lý, giảng viên, sinh viên hiểu rõ quan điểm của Đảng và Nhà nước về công tác GDTC trong trường học các cấp [1].

Giải pháp 2: Nâng cao hiệu quả sử dụng hệ thống cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường

Mục đích: Quản hợp lý hệ thống cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường, tận dụng và bảo quản tốt cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường để phục vụ công tác GDTC nội khóa và ngoại khóa, hạn chế khó khăn do thiếu trang thiết bị dụng cụ tập luyện, giúp hoạt động GDTC của Nhà trường có hiệu quả tốt hơn.

Nội dung và cách làm: Tận dụng tối đa cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường trong việc tập luyện các môn thể thao.

Giải pháp 3: Tăng cường đội ngũ hướng dẫn tập luyện TDTT ngoại khóa bằng phương pháp đào tạo lực lượng hướng dẫn viên thể thao

Mục đích: Giảm tỷ lệ sinh viên / giảng viên, giúp giảng viên có thời gian quan tâm sâu sắc tới sinh viên và thời gian dành cho hướng dẫn sinh viên tập luyện GDTC trong giờ chính khóa và ngoại khóa.

Nội dung và cách làm: Đào tạo đội ngũ tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường.

Giải pháp 4: Tăng mật độ động trong giờ học chính khóa bằng đổi mới phương pháp giảng dạy

Mục đích: Giúp sinh viên tăng mật độ và cường độ tập luyện trong giờ học GDTC chính khóa, nâng cao hiệu quả giảng dạy GDTC.

Nội dung và cách làm: Đổi mới hình thức tổ chức quản lý giảng dạy, hạn chế những hình thức tập luyện đơn lẻ không cần thiết, khuyến khích tập luyện theo nhóm trong đó sinh viên thực hiện tốt kèm thêm cho những sinh viên thực hiện chưa tốt.

Giải pháp 5: Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa thường xuyên, liên tục, có hiệu quả

Mục đích: Đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa của sinh viên, góp phần nâng cao thể lực cho sinh viên.

Nội dung và cách làm: Tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa quanh năm, tránh hiện tượng bộ môn GDTC không tổ chức phong trào ngoại khóa dẫn tới sinh viên tự đứng ra tổ chức và hoạt động không có hiệu quả.

Giải pháp 6: Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao

Mục đích: Tạo sự say mê, hứng khởi và tác động tới tính tranh đua, tinh thần đồng đội của sinh viên trong tập luyện TDTT.

Nội dung và cách làm: Tổ chức các giải thi đấu thể thao toàn trường định kỳ hàng năm và yêu cầu tất cả các lớp học phải có thành viên tham gia.

Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp Tổ chức thực nghiệm

- Thực nghiệm được tiến hành thực nghiệm theo hình thức thực nghiệm so sánh song song.

- Đối tượng thực nghiệm 325 sinh viên, trong đó có 112 sinh viên năm thứ nhất (58 nam và 54 nữ); 105 sinh viên năm thứ hai (49 nam và 56 nữ) và 108 sinh viên năm thứ ba (53 nam và 55 nữ) được chia thành 2 nhóm theo phương pháp bốc thăm ngẫu nhiên.

+ Nhóm thực nghiệm gồm 159 sinh viên, trong đó có 51 sinh viên năm thứ nhất (26 nam và 25 nữ) và 55 sinh viên năm thứ hai (25 nam và 30 nữ); 53 sinh viên năm thứ ba (24 nam và 29 nữ); Nhóm thực nghiệm áp dụng các giải pháp lựa chọn của đề tài để nâng cao chất lượng GDTC.

+ Nhóm đối chứng gồm 166 sinh viên, trong đó có 55 sinh viên năm thứ nhất (27 nam và 28 nữ) và 59 sinh viên năm thứ hai (26 nam và 33 nữ); 52 sinh viên năm thứ ba (25 nam và 27 nữ). Nhóm đối chứng tập luyện GDTC theo phương pháp thường được tổ chức tại trường.

- Thời gian thực nghiệm được căn cứ vào chương trình môn học GDTC năm học 2014 - 2015 từ tháng 9 năm 2014 tới tháng 6 năm 2015 tương ứng với 02 học kỳ.

- Công tác kiểm tra, đánh giá được tiến hành ở thời điểm trước và sau thực nghiệm theo các tiêu chí: Trình độ thể lực (theo tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực ban hành kèm theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo [1]); Tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa và điểm học tập môn học GDTC của sinh viên [2].

Kết quả thực nghiệm

Kết quả thực hiện từng giải pháp

+ Giải pháp 1: Nâng cao nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học bằng phương pháp tuyên truyền.

- Tổ chức tuyên truyền định kỳ 01 buổi/tuần, mỗi buổi 30, vào thứ 4 hàng tuần về tầm quan trọng, ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học.

- Trong 75% giờ học, các GV đã thông qua bài giảng liên hệ với thực tế giúp sinh viên hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của TĐTT.

+ Giải pháp 2: Nâng cao hiệu quả sử dụng hệ thống cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường

- 100% giáo án giảng dạy GDTC nội khóa tận dụng tối đa cơ sở vật chất sẵn có của Nhà trường trong việc tập luyện các môn thể thao.

- 1 tháng/ 1lần, giảng viên và sinh viên tiến hành vệ sinh, bảo quản trang thiết bị, dụng cụ, cơ sở vật chất tập luyện.

+ Giải pháp 3: Tăng cường đội ngũ hướng dẫn tập luyện TĐTT ngoại khóa bằng phương pháp đào tạo lực lượng hướng dẫn viên thể thao

Đào tạo được 04 tình nguyện hướng dẫn tập luyện thể thao cho các lớp, khối trong phạm vi nhà trường.

+ Giải pháp 4: Tăng mật độ động trong giờ học chính khóa bằng đổi mới phương pháp giảng dạy

- 100% giáo án môn học GDTC nội khóa đổi mới hình thức tổ chức quản lý giảng dạy, hạn chế những hình thức tập luyện đơn lẻ không cần thiết, khuyến khích tập luyện theo nhóm trong đó sinh viên thực hiện tốt kèm thêm cho những sinh viên thực hiện chưa tốt.

- 100% giáo án Thiết kế giáo án tận dụng hết các dụng cụ và không gian sẵn có trong tập luyện cho sinh viên, giúp sinh viên có điều kiện tập luyện tốt hơn.

+ Giải pháp 5: Tổ chức hoạt động TĐTT ngoại khóa thường xuyên, liên tục, có hiệu quả

Tổ chức hoạt động TĐTT ngoại khóa môn Cầu lông quanh năm dưới hình thức câu lạc bộ thể thao có người hướng dẫn.

+ Giải pháp 6: Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao

- Tổ chức 02 giải thi đấu thể thao toàn trường chào mừng ngày 26/3 và ngày 20/11.

- Tổ chức 12 buổi thi đấu thể thao giữa các lớp trong cùng khối học hoặc giữa các khối học trong trường.

Kết quả phát triển thể lực, phát triển phong trào và kết quả học tập của sinh viên

Trước thực nghiệm, tiến hành so sánh kết quả kiểm tra tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo 06 test quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo; Đồng thời so sánh tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TĐTT ngoại khóa của sinh viên năm thứ nhất, năm thứ hai và năm thứ ba của nhóm thực nghiệm và đối chứng. Kết quả được trình bày tại bảng 1 và bảng 2. [3]

Bảng 1. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm – thời điểm trước thực nghiệm

TT	Test/ Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Sự khác biệt thống kê	
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	$t_{\text{tính}}$	P
Năm thứ nhất							
<i>Nam</i>		<i>(n = 27)</i>		<i>(n = 26)</i>			
1	Lực bóp tay thuận (KG)	42,21	4,12	42,28	4,23	1,23	>0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	19,05	1,97	19,17	2,01	1,27	>0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	213,17	10,12	214,45	10,50	1,31	>0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	5,62	0,54	5,64	0,56	1,09	>0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,29	1,33	12,21	1,37	1,28	>0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	973,59	88,15	969,32	88,07	1,25	>0,05
<i>Nữ</i>		<i>(n = 28)</i>		<i>(n = 25)</i>			
1	Lực bóp tay thuận (KG)	27,20	2,81	27,10	2,83	1,03	>0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	17,60	1,75	17,70	1,77	1,41	>0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	159,35	15,97	160,33	15,90	1,32	>0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6,57	0,62	6,55	0,63	1,27	>0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,86	1,25	12,84	1,26	1,09	>0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	887,27	89,1	886,32	88,90	1,12	>0,05

TT	Test/ Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm		Sự khác biệt thống kê	
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	$t_{\text{tính}}$	P
Năm thứ hai							
<i>Nam</i>		<i>(n = 26)</i>		<i>(n = 25)</i>			
1	Lực bóp tay thuận (KG)	44,27	4,35	44,23	4,27	1,11	>0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	20,25	2,01	20,31	2,03	1,28	>0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	215,26	10,70	215,03	10,50	1,33	>0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	5,52	0,51	5,53	0,53	1,26	>0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,13	1,31	12,12	1,33	1,15	>0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	978,37	92,12	981,23	91,07	1,28	>0,05
<i>Nữ</i>		<i>(n = 33)</i>		<i>(n = 30)</i>			
1	Lực bóp tay thuận (KG)	28,13	2,61	8,21	2,75	1,23	>0,05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	18,16	1,65	18,14	1,71	1,32	>0,05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	162,27	14,91	162,72	14,96	1,46	>0,05
4	Chạy 30m XPC (s)	6,35	0,67	6,31	0,65	1,41	>0,05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,46	1,28	12,42	1,23	1,23	>0,05
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	903,47	87,10	908,12	88,20	1,19	>0,05

Bảng 2. So sánh tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm – thời điểm trước thực nghiệm

TT	Test/ Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm	
		m_i	%	m_i	%
1	Năm thứ nhất	n=55		n=51	
		13	23,64	12	23,53
2	Năm thứ hai	n=59		n=55	
		10	16,95	9	16,36
3	Năm thứ ba	n=52		n=53	
		11	21,15	11	20,75

Qua bảng 1 và bảng 2 cho thấy: Kết quả cho thấy, trước thực nghiệm, kết quả kiểm tra trình độ thể lực ở các test kiểm tra trên nhóm thực nghiệm và đối chứng ở cả nam và nữ không có sự khác biệt thống kê, thể hiện $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$. Kết quả thu được tương ứng ở tỷ lệ sinh viên tham gia hoạt động TDDT ngoại khóa. Cụ thể: Ở thời điểm trước thực nghiệm, tỷ lệ sinh viên tham gia hoạt động TDDT ngoại khóa của nhóm đối chứng và thực nghiệm là tương đương nhau ở cả năm thứ nhất, năm thứ 2 và năm thứ 3. Điều này chứng tỏ rằng, trước thực nghiệm, kết quả kiểm tra trình độ thể lực của sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm hoàn toàn khách quan [4].

Sau thực nghiệm, chúng tôi tiếp tục kiểm tra trình độ thể lực của sinh viên bằng 6 test theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời so sánh tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa và kết quả học tập môn

GDTC của sinh viên. Kết quả so sánh nhịp tăng trưởng trình độ thể lực của sinh viên 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm được trình bày tại bảng 3, so sánh tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa của 2 nhóm được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 3 và bảng 4 cho thấy:

- Sau thực nghiệm, sinh viên nhóm đối chứng và thực nghiệm đều có nhịp độ tăng trưởng kết quả kiểm tra trình độ thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo ở mức độ tốt, tuy nhiên, nhịp tăng trưởng thể lực của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở tất cả các test kiểm tra, mức độ chênh lệch đạt từ 0,36 – 1,39%.

- Tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa của nhóm thực nghiệm đã cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng ở cả năm thứ nhất, năm thứ hai và năm thứ ba. Như vậy, các giải pháp lựa chọn đã có hiệu quả trong việc thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDDT ngoại khóa.

Bảng 3. Kết quả so sánh nhịp tăng trưởng trình độ thể lực của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm – thời điểm trước và sau thực nghiệm

TT	Test/ Đối tượng	Năm thứ nhất (W%)		Năm thứ hai (W%)		Năm thứ ba (W%)	
		Nhóm ĐC	Nhóm TN	Nhóm ĐC	Nhóm TN	Nhóm ĐC	Nhóm TN
<i>Nam</i>		<i>n=27</i>	<i>n=26</i>	<i>n=26</i>	<i>n=25</i>	<i>n=25</i>	<i>n=24</i>
1	Lực bóp tay thuận (KG)	2,32	3,42	2,14	3,51	2,09	3,62
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	2,28	3,28	2,36	3,37	2,17	3,39
3	Bật xa tại chỗ (cm)	3,01	3,37	3,21	3,42	2,33	3,35
4	Chạy 30m XPC (s)	2,73	3,45	2,05	3,29	2,29	3,26
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	2,48	3,41	2,27	3,51	2,41	3,31
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	2,32	3,39	2,29	3,33	2,35	3,42
<i>Nữ</i>		<i>n=28</i>	<i>n=25</i>	<i>n=33</i>	<i>n=30</i>	<i>n=27</i>	<i>n=29</i>
1	Lực bóp tay thuận (KG)	2,29	3,33	2,13	3,37	2,28	3,48
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 s)	2,33	3,41	2,09	3,35	2,12	3,33
3	Bật xa tại chỗ (cm)	2,39	3,62	2,11	3,29	2,33	3,59
4	Chạy 30m XPC (s)	2,41	3,39	2,33	3,43	2,21	3,41
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	2,25	3,41	2,18	3,37	2,16	3,55
6	Chạy tuý sức 5 phút (m)	2,32	3,23	2,15	3,33	2,22	3,46

Bảng 4. So sánh tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm – thời điểm sau thực nghiệm

TT	Test/ Đối tượng	Nhóm đối chứng		Nhóm thực nghiệm	
		m_i	%	m_i	%
1	Năm thứ nhất	n=55		n=51	
		13	23,64	15	29,41
2	Năm thứ hai	n=59		n=55	
		11	18,64	12	21,82
3	Năm thứ ba	n=52		n=53	
		12	23,08	15	28,30

Như vậy, các giải pháp lựa chọn của đề tài đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên trong cả việc nâng cao trình độ thể lực, thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa và nâng cao kết quả học tập môn học GDTC cho sinh viên.

KẾT LUẬN

1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên trên các mặt: Công tác GDTC nội khóa, Công tác TDTT ngoại khóa và sự tham gia các hoạt động giao lưu, thi đấu TDTT của cán bộ, giảng viên và sinh viên Nhà trường ngoài những điểm nổi bật còn nhiều điểm hạn chế như chưa thường xuyên luyện tập TDTT, chưa tổ chức được nhiều giải thi đấu.

2. Từ hiệu quả của các giải pháp đề lựa chọn được 6 giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên, trên cơ sở đó, xây dựng cụ thể nội dung của từng giải pháp.

3. Bước đầu ứng dụng các giải pháp lựa chọn trong thực tế đã cho thấy hiệu quả tích cực trong tất cả các giải pháp ứng dụng. Đồng thời, các giải pháp lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên Trường Đại học Y Dược - ĐH Thái Nguyên trong cả việc nâng cao trình độ thể lực, thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa và nâng cao kết quả học tập môn học GDTC cho sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), quyết định Số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
2. Lưu Quang Hiệp, Vũ Đức Thu (1989), *Nghiên cứu về sự phát triển thể chất sinh viên các trường Đại học*, Nxb Thể dục Thể thao Hà Nội.
3. Novicop A.D - Matveep L.P (1990), *Lý luận và phương pháp GDTC*, Dịch: Phạm Trọng Thanh, Lê Văn Lắm, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội
4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.

SUMMARY

SOLUTIONS TO ENHANCE PHYSICAL EDUCATION EFFICIENCY FOR STUDENTS AT THAI NGUYEN UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY – THAI NGUYEN UNIVERSITY**Hoang Duy Tuong****TNU University of Medicine and Pharmacy*

The study was conducted using the methods of reference material, pedagogical observation, interview and mathematical statistics to assess the status of physical activities at Thainguyen University of Medicine and Pharmacy based on the survey of 325 first and second year students in the university. On that basis, 06 solutions were chosen to enhance physical educational efficiency for students at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy. The solutions were initially applied in practice and evaluated. The results showed that, the selected solutions were highly effective in enhancing the efficiency of physical education for students at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy.

Keywords: *solutions, enhancing efficiency, physical education, students, Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy.*

Ngày nhận bài: 24/11/2017; Ngày phản biện: 19/12/2017; Ngày duyệt đăng: 28/02/2018

* Tel: 0962220922; Email: duytuong.sport@gmail.com

SOCIAL SCIENCE – HUMANITIES – ECONOMICS

Content	Page
Nghiêm Thi Ho Thu - Formation basis of Ngoc Giao's prose characteristics	3
Vu Thi Hanh - From new consciousness of gender characteristics to new women in Vietnamese novels at the beginning of 21 st century	9
Phạm Thi Ngọc Anh - Applications of water-wave icons on contemporary sculpture of monuments in Viet Nam	15
Phung Phuong Nga, Doan Duc Hai - Symbols in Nguyen Xuan Khanh's novels (the cases of novels <i>Hồ Quý Ly</i> , <i>Mẫu thượng ngàn</i> , and <i>Đội gạo lên chùa</i>)	21
Vu Thuy Hang, Doan Thi Hong Nhung - Discussion on classification of the motherworship religion	25
Phạm Văn Hưng, Nguyễn Huy Hưng, Nguyễn Thị Thu Hương - Thai Nguyen University's assessment of program learning outcomes through the assessment of senior students near their completion of their undergraduate degree	31
Hoàng Duy Tuông - Solutions to enhance physical education efficiency for students at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy – Thai Nguyen University	37
Hoàng Thu Thủy, Lý Trung Thành - Nguyen Ai Quoc – Ho Chi Minh – who set the foundation for the special relationship between Vietnam and Laos	45
Trần Thị Lan - Applying the tectonic theory to teaching "the basic principles of the Marxism - Leninism" in universities	49
Nguyễn Thanh Tú - Some solutions to enhance the quality of teaching and learning English at University of Transport Technology, Thai Nguyen Campus	55
Nguyễn Thị Hoài Thu - Methods of active teaching for efficient development of Vietnamese speaking skill for foreign students at Military Technical Academy	61
Ngô Thị Lan Anh, Võ Văn Tri - Necessity of educating the consciousness of ecological environment protection for youth in Long Xuyen city, An Giang province	67
Le Van Hieu - Communications projected by the model "propaganda department" in communes, wards, township and "commander" in villages, cities in Bac Ha district (Lao Cai province)	73
Trần Hoàng Tinh, Trần Văn Khanh, Nguyễn Trung Kiên - Strengthen examination and evaluation of disciplinary education activities for students at national defense and security education centers in the current phase	79
Nguyễn Mai Anh, Nguyễn Thị Hoàng Lan - Renovation of legal education content in the bachelor's degree program in political education of Thai Nguyen University of Education to meet the requirements of the new general education curriculum	85
Đo Thị Ngọc Phương, Trần Thị Thảo - Project power in the study of the English written language used by the second-year English majors at Thai Nguyen University of Education	91
Vu Đình Bắc, Lý Mai Hương, Hoàng Thị Hồng Hạnh - Using group-work activities to improve English speaking skill for the first year English majors at Thai Nguyen University of Education	97
Nguyễn Thị Hằng, Lê Thị Quyên, Nguyễn Lê Mai, Vũ Thị Lenh - Organizing the experiential learning in teaching the theme "pests and disease of plants" (Technology 10 in high school)	103
Nguyễn Thị Khuông - Applying the flipped classroom model in teaching citizen education subject in high school	109
Lai Thu Uyên, Vũ Đình Bắc, Nguyễn Thanh Long - Enhance grammar of third-year students of English major through peer check at Thai Nguyen University of Education	115
Nguyễn Thị Hồng Chuyền, Hà Thị Nhu Quỳnh - Imitation technique in improving 2 nd year non-English major students' oral competence discourse at Thai Nguyen University of Education	121

Nguyen Nam Ha, Nguyen Thi Thuy - Assessment on physical condition of students at Thai Nguyen University	127
Vu Thi Thanh Thuy, Chu Van Trung, Cao Thuy Linh - Research on the current and potential developments of Thai Nguyen tourism industry	133
Tran Thi Ngoc Ha - Researching household economy model for sustainable management and use on sloping land in tea growing areas in La Bang commune, Dai Tu district, Thai Nguyen province	139
Nguyen Van Tam, Ha Thi Hoa, Bui Thi Minh Ha, Le Thi Hoa Sen, Dang Thi Huong - Impact of resource factors on livelihood diversification of tea growing households in Dai Tu district, Thai Nguyen province	143
Hoang Van Hai, Hoang Thi Thu Hang - The effects of fertilizers on rice yield in Thai Nguyen	149
Dang Thuong Hoai Linh, Ly Thu Trang - The international and Vietnamese laws on protection of well-known trademarks	155
Do Tuyet Ngan - The role of women with community based tourism development in Nghia Lo town, Yen Bai province	163
Vu Thi Thu - Assessing the agricultural land use change under the climate change context in Giao Thuy district, Nam Dinh province	169
Pham Thi Thanh Mai, Tran Le Kim, Nguyen Thi Lan - Enhancing the application of science and technology advances into tea production in Thai Nguyen city	175
Nguyen Thi Bich Hanh, Nguyen Thi Thu Thuy - Assessment of efficiency of agricultural land use in Yen Phuc commune, Van Quan district, Lang Son province	181
Dang Quynh Trinh, Tran Van Hung - Business income tax inspection for non-state enterprises in Pho Yen district, Thai Nguyen province	187