

**BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

**BỘ VĂN HÓA, THỂ THAO VÀ DU LỊCH**

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH**

**NGHIÊN CỨU XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH  
TẬP LUYỆN NGOẠI KHÓA MÔN CẦU LÔNG CHO  
SINH VIÊN ĐẠI HỌC KHỐI CÁC TRƯỜNG KỸ THUẬT  
THÀNH PHỐ THÁI NGUYÊN**

**Ngành : Giáo dục học**

**Mã số : 9140101**

**TÓM TẮT LUẬN ÁN TIẾN SĨ GIÁO DỤC HỌC**

**BẮC NINH – 2019**

**Công trình được hoàn thành tại: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

**Người hướng dẫn khoa học:** 1. PGS.TS. Nguyễn Kim Xuân  
2. PGS.TS. Nguyễn Ngọc Sơn

**Phản biện 1:** PGS.TS. Lê Đức Chương  
Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

**Phản biện 2:** PGS.TS. Phạm Đình Bẩm  
Nguyên Phó hiệu trưởng Trường ĐH TDTT Bắc Ninh

**Phản biện 3:** TS. Lê Hồng Sơn  
Trung tâm HLTT Quốc gia Đà Nẵng

**Luận văn được bảo vệ trước Hội đồng chấm luận án tiến sĩ tại:  
Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

*Vào hồi..... giờ..... ngày..... tháng..... năm 2019*

**Có thể tìm luận án tại:**

1. Thư viện Quốc gia Việt Nam
2. Thư viện Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

## A. GIỚI THIỆU LUẬN ÁN

### MỞ ĐẦU

Phát triển thể thao trường học có ý nghĩa chiến lược to lớn, một mặt nhằm nâng cao sức khỏe, thể lực, bồi dưỡng các phẩm chất đạo đức, nhân cách và lối sống tích cực, lành mạnh cho HS, SV, góp phần tích cực chuẩn bị nguồn nhân lực chất lượng cao, mặt khác nhằm góp phần phát hiện, bồi dưỡng năng khiếu, phát triển tài năng thể thao cho đất nước.

Trong những năm gần đây, công tác thể thao trường học đã có tiến bộ đáng kể. Theo thống kê của Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch, tính đến năm 2014, cả nước có trên 90% số trường học thực hiện tốt chương trình GDTC chính khóa theo quy định, trên 60% số trường học có hoạt động TDTT ngoại khóa Bên cạnh đó, để đảm bảo khối lượng kiến thức quy định của Bộ GD&ĐT và hoàn thành được mục tiêu của GDTC như đã nêu ở trên, thì việc tiến hành các hoạt động TDTT ngoại khóa các môn thể thao là cần thiết, trong đó có môn Cầu lông.

Nhận thức được vấn đề này, đã có rất nhiều tác giả đã quan tâm nghiên cứu về các lĩnh vực ngoại khóa, nhưng các công trình chủ yếu nghiên cứu về đổi mới nội dung chương trình GDTC và lựa chọn nội dung, hình thức thể thao ngoại khóa. Riêng các công trình nghiên cứu về môn Cầu Lông trong nước cũng chỉ tập trung vào đối tượng VĐV, còn vấn đề nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa được ít người nghiên cứu, đặc biệt tại Khối trường Đại học kỹ thuật khu vực Thành phố Thái Nguyên chưa có tác giả nào nghiên cứu.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: ***“Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các Trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên”***.

**Mục đích nghiên cứu:** Tiến hành xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu tập luyện của sinh viên, bước đầu ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình xây dựng. Kết quả nghiên cứu của luận án sẽ xây dựng được chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thống nhất cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên, góp phần nâng cao chất lượng GDTC ngoại khóa nổi riêng và nâng cao hiệu quả công tác thể thao trường học nói chung cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

#### **Nhiệm vụ nghiên cứu:**

*Nhiệm vụ 1.* Đánh giá thực trạng hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

*Nhiệm vụ 2.* Xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập.

*Nhiệm vụ 3.* Ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn.

### **NHỮNG ĐÓNG GÓP MỚI CỦA LUẬN ÁN**

Luận án đánh giá được thực trạng hoạt động TDTT ngoại khóa và hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học thuộc khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn; Lựa chọn được 17 tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thuộc 5 tiêu chuẩn, trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông.

Từ kết quả phân tích cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn của việc xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập, luận án đã lựa chọn được 35 tiêu chí thuộc 7 tiêu chuẩn làm căn cứ xây dựng chương trình. Trên cơ sở đó, tiến hành xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn bao gồm 2 giai đoạn (tương ứng với 2 học phần).

Luận án đã tiến hành ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn trong thực tiễn và đánh giá hiệu quả trên các mặt: Mức độ đáp ứng mục tiêu thể thao trường học (gồm đánh giá mức độ phát triển thể lực, hiệu quả giáo dục đạo đức, mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao và mục tiêu phát triển phong trào TDTT ngoại khóa) và đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập (gồm mức độ đáp ứng nhu cầu sinh lý căn bản; nhu cầu an toàn; nhu cầu được giao lưu tình cảm và hoạt động tập thể; nhu cầu được quý trọng, kính mến và nhu cầu tự thể hiện bản thân). Chương trình ứng dụng đã bước đầu cho hiệu quả nhất định.

### **CẤU TRÚC CỦA LUẬN ÁN**

Luận án gồm 146 trang A4: Gồm các phần: Mở đầu (06 trang); Chương 1 - Tổng quan vấn đề nghiên cứu (42 trang); Chương 2 - Phương pháp và tổ chức nghiên cứu (12 trang); Chương 3 - Kết quả nghiên cứu và bàn luận (83 trang); Kết luận và kiến nghị (03 trang). Luận án sử dụng 118 tài liệu, trong đó có 108 tài liệu bằng tiếng Việt, 04 tài liệu bằng tiếng Trung Quốc, 03 tài liệu bằng tiếng Anh, 03 tài liệu bằng tiếng Nga, ngoài ra còn có 40 bảng số liệu, 01 sơ đồ, 05 biểu đồ và 14 phụ lục.

### **B. NỘI DUNG LUẬN ÁN**

## CHƯƠNG 1. TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

Chương 1 của luận án trình bày về các vấn đề cụ thể sau:

1.1. Quan điểm của Đảng và Nhà nước về giáo dục thể chất và thể dục thể thao trường học.

1.2. Một số vấn đề cơ bản về công tác thể dục thể thao ngoại khóa trong trường học các cấp.

1.3. Một số vấn đề cơ bản về xây dựng chương trình môn học ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức.

1.4. Đặc điểm, tác dụng của môn Cầu lông.

1.5. Đặc điểm tâm, sinh lý lứa tuổi sinh viên (18 - 22).

1.6. Tình hình kinh tế - xã hội Tỉnh Thủ Đức và tổng quan Đại học Thủ Đức.

1.7. Các công trình nghiên cứu có liên quan.

Các vấn đề cụ thể được trình bày từ trang 7 tới trang 48 của luận án.

Quá trình nghiên cứu chương 1 của luận án đã hệ thống hóa, bổ sung và hoàn thiện các kiến thức lý luận về các vấn đề liên quan tới GDTC và hoạt động TDTT ngoại khóa, các kiến thức chuyên môn về xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa nói chung và xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức nói riêng.

## CHƯƠNG 2

### PHƯƠNG PHÁP VÀ TỔ CHỨC NGHIÊN CỨU

#### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu luận án sử dụng 6 phương pháp khoa học thường quy trong nghiên cứu khoa học TDTT gồm: Phương pháp tham khảo tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp thực nghiệm sự phạm và Phương pháp toán học thống kê

#### 2.2. Tổ chức nghiên cứu

**2.2.1. Đối tượng nghiên cứu:** Chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức.

Khách thể nghiên cứu của luận án:

Đối tượng phỏng vấn:

Có 10 Giáo viên HLV thuộc các CLB Cầu lông của 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức

Có 35 chuyên gia là các GS, PGS, TS trong lĩnh vực GDTC và HLV Cầu lông

Có 35 chuyên gia gồm: 11 người nghiên cứu về lĩnh vực GDTC và TDDT trường học, 7 người về xây dựng chương trình môn học và 17 giảng viên Cầu lông tại các trường Đại học chuyên về TDDT

Đối tượng điều tra xã hội học:

Có 3152 sinh viên thuộc 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Có 400 sinh viên đang tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông tại 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Địa bàn khảo sát:

Có 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên và 08 CLB Cầu lông tại các trường nói trên.

### **2.2.2. Phạm vi nghiên cứu**

Phạm vi nghiên cứu thực trạng: Phong trào TDDT NK nói chung và ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Mức độ đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu xã hội của chương trình TDDT NK tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Tổ chức thực nghiệm chương trình ngoại khóa môn học Cầu lông mới và đánh giá hiệu quả.

Phạm vi thực nghiệm: 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

### **2.2.3. Địa điểm nghiên cứu**

Nghiên cứu được tiến hành tại Trường Đại học TDDT Bắc Ninh và 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

### **2.2.4. Cơ quan phối hợp nghiên cứu**

Có 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Có 08 CLB ngoại khóa môn Cầu lông tại 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

### **2.2.5. Kế hoạch và thời gian nghiên cứu**

Thời gian nghiên cứu: Luận án tiến hành nghiên cứu trong 04 năm từ tháng 12 năm 2014 đến tháng 12 năm 2018.

## **CHƯƠNG 3**

### **KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

**3.1. Đánh giá thực trạng hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

**3.1.1. Thực trạng hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

Tiến hành đánh giá thực trạng hoạt động TDDT NK của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên thông qua điều tra 3152 sinh viên thuộc 04 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên, trong đó có 1741 sinh viên nam và 1411 sinh viên nữ (danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 9). Phỏng vấn được tiến hành bằng phiếu hỏi (phụ lục 1).

*3.1.1.1. Thực trạng mức độ và nội dung tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn*

Tỷ lệ tập luyện TDTT ngoại khóa trung bình là 56.19%, trong đó nam cao hơn nữ khoảng 5%

Tỷ lệ học sinh tập luyện ngoại khóa các môn thể thao phân tán ở cả nam và nữ, trong đó, ở nam mức độ phân tán cao hơn. Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ở nam và nữ có sự khác biệt ở một số môn nhất định như Bóng đá, Bóng chuyền. Các môn thể thao được cả sinh viên nam và nữ yêu thích tập luyện gồm: Võ thuật, Điền kinh, Cầu lông, Thể dục. Các môn như Bơi lội, Đá cầu, Cờ (cờ vua và cờ tướng), Bóng bàn và các môn thể thao khác có số lượng sinh viên tham gia tập luyện thấp hơn.

*3.1.1.2. Thực trạng hình thức và tổ chức tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn*

Sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn tập luyện TDTT ngoại khóa theo 6 hình thức. Trong đó, hình thức được tập luyện nhiều nhất là tự tập luyện, Câu lạc bộ, Nhóm – lớp ở cả nam và nữ.

Hình thức tổ chức tập luyện TDTT ngoại khóa phổ biến tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn là Không có hướng dẫn, kết hợp, có hướng dẫn.

*3.1.1.3. Thực trạng nhu cầu hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn*

Tỷ lệ học sinh có nhu cầu tham gia tập luyện TDTT NK, (bao gồm cả những học sinh đã tập và muốn tập) tương đối cao. Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ở nam là Bóng đá, Cầu lông, Võ thuật, Điền kinh. Ở nữ là Điền kinh, Cầu lông. Học sinh thích tham gia tập luyện TDTT NK theo hình thức CLB thể thao có người hướng dẫn.

*3.1.1.4. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn Văn*

Đa số sinh viên có nhận thức về vai trò tác dụng của tập luyện TDTT NK tuy nhiên, vẫn còn gần 7% số sinh viên nhận thức chưa đúng về vấn đề này; CSVC phục vụ tập luyện TDTT NK còn thiếu cả về số lượng và chất lượng so với nhu cầu tập luyện; đội ngũ GV, hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện TDTT NK cho sinh viên còn thiếu nhiều về số lượng; chương trình các môn thể thao ngoại khóa còn chưa được xây dựng đầy đủ; Các khó khăn khi tham gia tập luyện TDTT NK là áp lực công việc, thiếu người hướng dẫn, thiếu kinh phí, chương trình tập luyện chưa khoa học, thiếu quyết tâm, kế hoạch... còn các nguyên nhân khách quan như thiếu sân bãi, dụng cụ tập luyện và các nguyên nhân khác chiếm tỷ lệ ít hơn rất nhiều.

### 3.1.2. Thực trạng hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

3.1.2.1. Thực trạng nội dung và hình thức tổ chức tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

(a). Thực trạng nội dung tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông.

Tiến hành khảo sát nội dung chương trình tập luyện Cầu lông ngoại khóa tại 8 CLB thuộc 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên. Qua khảo sát luận án nhận thấy cả 8 CLB Cầu lông đều sử dụng chung một chương trình ngoại khóa của môn thể thao này. Phân phối và nội dung cụ thể của chương trình này được trình bày tại bảng 3.11 và 3.12.

**Bảng 3.11. Phân phối chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

Thời gian								
Tổng số giờ	Lý thuyết		Thực hành		Thảo luận		Phương pháp	
	SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %
60	0	0	60	100	0	0	0	0

**Bảng 3.12. Nội dung cụ thể của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

TT	Nội dung tập luyện	Thời gian tập luyện		
		SL	Tỷ lệ %	
1	Kỹ thuật	Di chuyển đơn bước	2	3.33
		Di chuyển đa bước	3	5.0
		Di chuyển bật nhảy	3	5.0
		Phía cầu	4	6.67
		Phông cầu	5	8.33
		Phông thủ	4	6.67
		Đập cầu	9	15.5
		Bỏ nhỏ	5	8.33
2	Chiến thuật	Không có	0	0
3	Thi đấu	Thi đấu đơn	5	8.33
		Thi đấu đôi	20	33.33
4	Thể lực		0	0
5	Kiểm tra, đánh giá		0	0

Qua bảng 3.11 và 3.12 cho thấy: Chương trình được phân phối chưa hợp lý và thiếu tính khoa học giữa các hình thức. Nội dung cụ thể của chương trình vẫn còn thiếu sót rất nhiều. Cụ thể, bên cạnh thiếu rất nhiều kỹ thuật cơ bản thi chiến thuật và thể lực cũng không được đề cập đến.. Mặt khác, vấn đề cũng rất quan trọng của một chương trình đó là kiểm tra, đánh giá cũng không được đề cập trong chương trình này.



## (b). Thực trạng hình thức tổ chức tập luyện TDTT NK môn Cầu lông

Khảo sát hình thức tổ chức tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông tại các CLB thuộc các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên cho thấy: Các CLB ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường đều sinh hoạt theo hình thức các CLB cóphi Cộ thể:

Về chương trình tập luyện: Các CLB đều sử dụng chương trình như trên mà luận án vừa phân tích. Các HLV, hướng dẫn viên ở các CLB không cógiáo án giảng dạy, huấn luyện cho từng buổi tập. Việc kiểm tra, đánh giá cũng không được tiến hành tổ chức.

Về tổ chức CLB:

Đối tượng: Chủ yếu là sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên và các đối tượng khác yêu thích (nếu có).

Địa điểm: Nhà thi đấu thể thao Đại học Thái Nguyên và nhà thi đấu các trường Đại học trong khối kỹ thuật.

Cơ sở vật chất: Trang phục cá nhân (gồm quần áo, giày, vợt) do sinh viên tự trang bị; các thiết bị khác như sân, lưới, cột lưới... do CLB trang bị.

Thời gian: Buổi tập bắt đầu vào các buổi chiều, thời lượng 90 phút/buổi (thường khoảng 17h30' tới 19h00'), tập 2 - 3 buổi/ tuần tùy theo từng trường.

Phí sinh hoạt: Dao động từ 250.000 - 300.000đ/tháng.

Về quản lý CLB: Các CLB được quản lý trực tiếp bởi các HLV của CLB, số ít CLB có GV thể dục tham gia giám sát. HLV chịu trách nhiệm về hoạt động của CLB mình trước Nhà trường.

Về lực lượng HLV: Các HLV của các CLB phải được đào tạo chuyên ngành Cầu lông tại các trường Đại học chuyên về TDTT trên cả nước. Các hướng dẫn viên có trình độ chuyên môn tốt và có chứng chỉ đăng cấp VĐV môn Cầu lông từ cấp II trở lên do các trường chuyên về TDTT cấp. Các HLV đều là người có tư cách đạo đức tốt, tâm huyết với nghề.

*3.1.2.2. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới công tác ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên*

(a). Thực trạng CSVC dành cho hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên

Đánh giá thực trạng CSVC dành cho hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên thông qua khảo sát CSVC tại 8 CLB Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên. Kết quả cho thấy: CSVC dành cho tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của các CLB tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên là tương đối đầy đủ, đáp ứng tốt nhu cầu tập luyện của các thành viên CLB.

b. Thực trạng đội ngũ GV hướng dẫn hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên

Đánh giá thực trạng đội ngũ HLV, hướng dẫn viên phục vụ cho hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyên thông qua khảo sát. Kết quả cho thấy: đội ngũ GV, hướng dẫn viên hướng dẫn tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học

khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn là đủ về số lượng và chất lượng, đảm bảo có thể tổ chức giảng dạy, huấn luyện đạt hiệu quả cao.

c. Thực trạng và nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn

Đánh giá thực trạng nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn thông qua phỏng vấn 1180 sinh viên (bao gồm 301 SV đã tham gia tập luyện Cầu lông và 879 sinh viên có nhu cầu tập luyện môn Cầu lông). Kết quả được trình bày tại bảng 3.15.

**Bảng 3.15. Thực trạng nhu cầu tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn (n=1180)**

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		m <sub>i</sub>	Tỷ lệ %
1	Số buổi tập luyện /tuần	1 buổi	12,88
		2-3 buổi	73,47
		4-5 buổi	10,17
		Nhiều hơn	3,47
2	Thời gian tập luyện mỗi buổi	45-60 phút	9,49
		60-90 phút	83,73
		90-120 phút	6,78
3	Thời điểm tập luyện trong ngày	5h-7h	8,31
		17h-19h	82,03
		19h-21h	9,66

Qua bảng 3.15 cho thấy:

Trong tổng số 1180 sinh viên được phỏng vấn, có 867 sinh viên có nhu cầu tập luyện từ 2 - 3 buổi/tuần (chiếm tỷ lệ 73,47%) với thời gian tập luyện từ 60 - 90 phút/buổi (có 988 sinh viên lựa chọn, chiếm 83,73%) vào thời điểm từ 17h - 19h hàng ngày. Đây cũng là khoảng thời gian thích hợp để tổ chức giảng dạy ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn.

*3.1.2.3. Thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện ngoại khóa Cầu lông*

(a). Lựa chọn tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông

Tiến hành lựa chọn tiêu chí đánh giá thông qua các bước:

Lựa chọn tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn trực tiếp các HLV, chuyên gia Cầu lông.

Lựa chọn qua phỏng vấn bằng phiếu hỏi

Xác định độ tin cậy nội tại của thang đo bằng hệ số Cronback's Anpha

Kết quả, luận án đã lựa chọn được 17 tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn trên cơ sở 5 cấp bậc nhu cầu của Abraham Maslow.

(b). Đánh giá thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện ngoại khóa Cầu lông.

Việc đánh giá thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu người tập của chương trình tập luyện Cầu lông ngoại khóa cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức được tiến hành trên cơ sở điều tra xã hội học với 120 sinh viên hiện đang tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông tại 4 trường đã lựa chọn (mẫu được chọn ngẫu nhiên 15 SV/CLB). Khảo sát được tiến hành theo thang Likert 5 mức. Chúng tôi sẽ tính điểm trung bình cho từng tiêu chí đạt được để đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình hiện tại theo thang đo Likert 5 mức. Kết quả được trình bày ở bảng 3.19.

**Bảng 3.19. Thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện Cầu lông ngoại khóa cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên (n = 120)**

TT	Tiêu chí	Kết quả trả lời					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
<b>Nhu cầu sinh lý căn bản</b>								
1	Lượng vận động phù hợp với độ tuổi, giới tính của người tập luyện	15	24	50	15	16	367	3.06
2	Đáp ứng tốt việc hoãn thiện các kỹ năng cơ bản như đi, chạy, nhảy, phối hợp các hoạt động vận động	16	25	48	17	14	372	3.10
3	Được vui chơi lành mạnh, phát triển thể chất	35	27	36	10	12	423	3.53
<b>Nhu cầu an toàn</b>								
4	Hoạt động tập luyện an toàn, không gây chấn thương cho người tập luyện	21	18	65	9	8	398	3.32
5	Sinh viên được trang bị các kiến thức tự bảo vệ bản thân trong quầng tập luyện	22	15	65	7	11	390	3.25
6	Sinh viên được trang bị đầy đủ dụng cụ bảo vệ trong quầng tập luyện	14	27	54	9	16	374	3.12
<b>Nhu cầu được giao lưu tình cảm và hoạt động tập thể</b>								
7	Chương trình tập luyện giúp người học giao lưu tốt với các bạn tập trong và ngoài CLB	30	31	35	14	10	417	3.48
8	Tăng cường khả năng tự tin trong giao tiếp cho người học	31	32	35	13	9	423	3.53
9	Đáp ứng nhu cầu thuộc về CLB và làm cho người học cảm thấy là một phần của CLB	35	29	32	10	14	421	3.51
<b>Nhu cầu được quý trọng, kính mến</b>								
10	Giá trị đạo đức	25	31	35	14	15	397	3.31
11	Giá trị ý chí quyết tâm của người học	24	32	35	13	16	395	3.29
12	Nhận được sự tôn trọng, động viên của HLV	30	20	32	10	28	374	3.12
13	Nhận được sự tôn trọng của bạn tập	26	21	44	5	4	360	3.00
<b>Nhu cầu tự thể hiện bản thân</b>								
14	Đáp ứng tốt các nội dung thi, kiểm tra định kỳ	29	27	30	13	21	390	3.25
15	Giúp phát hiện các HS có năng khiếu	22	21	45	18	14	379	3.16
16	Đã quan tâm tốt tới các HS có năng khiếu	19	28	55	8	10	398	3.32
17	Giúp HS tự tin thể hiện hết năng lực của bản thân trong quầng học tập	25	21	47	7	20	384	3.20

Qua bảng 3.19 cho thấy: Kết quả phỏng vấn ý kiến đánh giá thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện Cầu lông ngoại khóa cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên trên đối tượng sinh viên đang tập luyện môn Cầu lông ngoại khóa phần lớn các tiêu chí được đánh giá đáp ứng nhu cầu ở mức trung bình với điểm trung bình đạt được ở ngưỡng [2.6 - 3.4). Chính vì vậy, việc đổi mới chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông theo hướng đáp ứng nhu cầu người tập là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

### 3.1.3. Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

#### 3.1.3.1. Lựa chọn tiêu chí đánh giá trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

Các tổ chất thể lực được đánh giá bao gồm sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo và mềm dẻo. Thông qua phỏng vấn trực tiếp 10 chuyên gia GDTC (1ác sư Giáo sư, Phó Giáo sư, Tiến sĩ chuyên ngành cứu về lĩnh vực GDTC và TDTT trường học). Nội dung kiểm tra căn cứ vào quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên hiện nay do Bộ Giáo dục và đào tạo quy định (Quyết định số 53). Kết quả thu được cụ thể: Lực bóp tay thuận (kG); Nằm ngửa gập bụng (lần/30s); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m XPC (s); Chạy con thoi 4 x 10m (s) và Chạy tụt sức 5 phút (m).

#### 3.1.3.2. Đánh giá thực trạng trình độ thể lực cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

Đánh giá thực trạng trình độ thể lực cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên thông qua kiểm tra trực tiếp 400 sinh viên năm thứ nhất Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên bằng 6 test đã lựa chọn.

Đối tượng kiểm tra: Mỗi trường gồm 100 học sinh (50 nam và 50 nữ) thuộc 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên. Danh sách các trường được trình bày tại phụ lục 8.

Kết quả đánh giá thực trạng và phân loại trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên được trình bày tại bảng 3.20 và 3.21.

**Bảng 3.20. Thực trạng thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên (n = 400)**

TT	Các test	Giới tính	$\bar{x}$	$\pm\sigma$	$C_v$	Tiêu chuẩn thể lực do Bộ GD&ĐT quy định		
						Tốt	Trung bình	Kém
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n=200)	213	10.48	4.92	> 222	205 - 222	< 205
		Nữ (n=200)	158.5	11.32	7.14	> 168	151 - 168	< 151
2	Lực bóp tay thuận (kG)	Nam (n=200)	40.6	3.14	7.73	> 47,2	40,7 - 47,2	< 40,7
		Nữ (n=200)	26.12	1.79	6.85	> 31,5	26,5 - 31,5	< 26,5
3	Chạy 30m XPC (s)	Nam (n=200)	4.92	0.32	6.50	< 4,80	5,80 - 4,80	> 5,80
		Nữ	5.77	0.47	8.15	< 5,80	5,80 - 6,80	> 6,80

		(n=200)						
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam (n=200)	12.24	0.37	3.02	< 11,80	11,80 - 12,50	> 12,50
		Nữ (n=200)	12.74	0.56	4.40	< 12,10	12,10 - 13,10	> 13,10
5	Nằm ngửa gập bụng (s/l/s)	Nam (n=200)	18.57	1.58	8.51	> 21	16 - 21	< 16
		Nữ (n=200)	16.4	1.12	6.83	> 18	15 - 18	< 15
6	Chạy tụt sức 5 ph út (m)	Nam (n=200)	1051.5	64.87	6.17	> 1050	940 - 1050	< 940
		Nữ (n=200)	887.3	39.57	4.46	> 930	850 - 930	< 850

**Bảng 3.21. Phân loại thực trạng thể lực sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo tiêu chuẩn thể lực của Bộ GD&ĐT (n=400)**

TT	Phân loại	Kết quả phân loại					
		Tổng số (n=400)		Nam (n=200)		Nữ (n=200)	
		$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %
1	Tốt	117	29.25	60	30.0	57	28.5
2	Đạt	211	52.75	107	53.5	104	52.0
3	Chưa đạt	72	18.0	33	16.5	39	19.5

Qua số liệu ở bảng 3.20 và 21 cho thấy:

- Thể lực của nam và nữ sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên đạt được đa phần đều ở trung bình.

- Đa số sinh viên được kiểm tra có trình độ thể lực thuộc mức đạt (trên 50% tổng số sinh viên). Tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra trình độ thể lực loại tốt chiếm xấp xỉ 30% trong tổng số sinh viên được kiểm tra. Tuy nhiên, vẫn còn tới 18% tổng số sinh viên được khảo sát chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực theo quy định. Chính vì vậy, nâng cao trình độ thể lực cho sinh viên là vấn đề cần thiết. Song song với đó, chúng tôi tiến hành so sánh tổ chức vận động sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo 3 nhóm sau: Nhóm không tập luyện TDTT NK; Nhóm có tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên và nhóm tham gia tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3.22:

**Bảng 3.22. So sánh trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo từng nhóm đối tượng tập luyện TDTT ngoại khóa (n=400)**

TT	Test	Không tập TDTT ngoại khóa (1)		Cv	Tập TDTT ngoại khóa thường xuyên (2)		Cv	Tập Cầu lông ngoại khóa thường xuyên (3)		Cv	t <sub>1-2</sub>	t <sub>2-3</sub>	t <sub>1-3</sub>
		$\bar{x}$	$\pm\sigma$		$\bar{x}$	$\pm\sigma$		$\bar{x}$	$\pm\sigma$				
<b>Nam</b>		<b>n = 91</b>			<b>n = 83</b>			<b>n = 26</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	209.4	9.01	4.30	215.8	10.79	5.00	216.5	10.74	4.96	4.22	0.29	3.08
2	Lực bóp tay thuận (kG)	38.7	3.21	8.29	42	3.12	7.43	42.5	4.12	9.69	6.87	0.57	4.34
3	Chạy 30m XPC (s)	5.07	0.37	7.30	4.83	0.42	8.70	4.69	0.38	8.10	3.98	1.60	4.52
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.39	0.32	2.58	12.14	0.36	2.97	12.05	0.41	3.40	4.82	1.00	3.90
5	Nằm ngửa gập bụng (sl/s)	17.2	1.13	6.57	19.5	1.89	9.69	20.6	2.01	9.76	9.63	1.56	8.26
6	Chạy tỳ sức 5 ph út (m)	1031.6	68.49	6.64	1068	56.75	5.31	1068.5	58.38	5.46	3.83	0.04	2.73
<b>Nữ</b>		<b>n = 95</b>			<b>n = 85</b>			<b>n = 20</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	154	9.44	6.13	162.4	10.34	6.37	163.1	15.44	9.47	5.58	0.22	2.86
2	Lực bóp tay thuận (kG)	24.7	2.43	9.84	27.3	2.65	9.71	27.6	2.44	8.84	6.72	0.54	5.35
3	Chạy 30m XPC (s)	5.91	0.58	9.81	5.64	0.43	7.62	5.71	0.23	4.03	3.51	1.07	2.64
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.96	0.46	3.55	12.5	0.54	4.32	12.6	0.66	5.24	6.02	0.70	2.61
5	Nằm ngửa gập bụng (sl/s)	15.2	1.32	8.68	17.4	1.36	7.82	17.1	1.67	9.77	10.81	0.83	5.34
6	Chạy tỳ sức 5 ph út (m)	870.4	32.88	3.78	905.6	37.02	4.09	889.7	45.42	5.11	6.61	1.62	2.02

Qua bảng 3.22 cho thấy:

Ở cả đối tượng nam và nữ là tương đương nhau và đều có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê khi so sánh nhóm 1 và nhóm 2 hay nhóm 1 và nhóm 3 thể hiện ở  $t_{nh} > t_{bảng}$  ở ngưỡng xác suất  $P < 0.05$ . Điều đó chứng tỏ sinh viên tập luyện TDTT NK thường xuyên và tập luyện Cầu lông ngoại khóa thường xuyên có tố chất vận động tốt hơn so với sinh viên không tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên.

Khi so sánh kết quả kiểm tra tố chất vận động của sinh viên nhóm 2 và nhóm 3, mặc dù kết quả kiểm tra trên các test có giá trị trung bình khác nhau, nhưng sự khác biệt ở tất cả các test đều không có ý nghĩa thống kê thể hiện ở  $t_{nh} < t_{bảng}$  ở ngưỡng  $P > 0.05$ .

Tóm lại, có thể khẳng định trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực của Bộ GD&ĐT là còn thấp. Đồng thời, mức độ phát triển các tố chất vận động của nhóm đối tượng sinh viên tập luyện TDTT NK thường xuyên và tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên tốt hơn so với nhóm đối tượng sinh viên không tập luyện TDTT NK thường xuyên.

### **3.2. Xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập**

#### **3.2.1. Cơ sở lý luận và thực tiễn xây dựng chương trình**

Phần viết trình bày chi tiết về các cơ sở lý luận và thực tiễn để xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập được trình bày cụ thể trong luận án. Đồng thời, thông qua phỏng vấn 35 người gồm: 11 chuyên gia nghiên cứu về lĩnh vực GDTC và TDTT trường học; 7 người về xây dựng chương trình môn học và 17 giảng viên Cầu lông tại các trường Đại học chuyên về TDTT bằng phiếu hỏi, chúng tôi lựa chọn được 35 tiêu chí thuộc 7 tiêu chuẩn làm căn cứ xây dựng chương trình ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên. Cụ thể gồm:

Tiêu chuẩn về tình phù hợp: 7 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình tự: 6 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình hợp: 2 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình cân bằng, cân đối: 8 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình gắn kết: 2 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình cập nhật: 5 tiêu chí

Tiêu chuẩn về tình hiệu quả: 5 tiêu chí

#### **3.2.2. Xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập**

##### **3.2.2.1. Mục tiêu chương trình**

###### **Mục tiêu chung**



Chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cung cấp cho sinh viên môi trường và những hoạt động giải trí để hình thành kỹ năng, kỹ xảo vận động chung và chuyên môn Cầu lông, đồng thời phát triển nhân cách, đạo đức, rèn luyện tính kiên trì, độc lập, khiên tốn, khả năng chịu khó, chịu khổ, phát triển thể chất... đảm bảo yêu cầu chuyên môn môn Cầu lông, yêu cầu của công tác TDTT NK (bao gồm giải trí, giáo dục, phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao) và nhu cầu người tập.

### **Mục tiêu cụ thể**

Chương trình được xây dựng theo 2 giai đoạn, khi học xong mỗi giai đoạn, tương ứng với 1 học phần, sinh viên có khả năng:

(1). Hiểu biết những kiến thức chung về phương pháp, lợi ích của tập luyện thể dục thể thao (TDTT) nói chung và tập luyện Cầu lông với sức khỏe. Có những hiểu biết cơ bản về tầm quan trọng của tập luyện TDTT và có ý thức tự tập luyện suốt đời.

(2). Nắm vững và có khả năng thực hành các kỹ năng chuyên môn Cầu lông tương ứng với mỗi giai đoạn (bao gồm cả kỹ thuật căn bản, chiến thuật, thể lực và thi đấu).

(3). Phát triển các tố chất vận động.

(4). Phát triển nhân cách, đạo đức, ý chí

(5). Với những sinh viên có năng khiếu, được phát hiện, tuyển chọn và đào tạo chuyên môn cao hơn.

(6). Đáp ứng tốt nhu cầu bản thân người học khi tập ngoại khóa môn Cầu lông

### **3.2.2.2. Phân phối chương trình**

Chương trình môn học được xây dựng thành 2 giai đoạn (tương ứng với 2 học phần). Tiến trình học tập được tính đúng theo phân bổ chương trình tập luyện. Cụ thể phân phối chương trình được trình bày tại bảng 3.25.

**Bảng 3.25. Phân phối chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

TT	Nội dung	Tổng số giờ	Thời gian và hình thức giảng dạy			
			Lý thuyết	Bài tập/Phương pháp	Thực hành	Thảo luận
1	Giai đoạn 1 (học phần 1)	75	06	0	67	02
2	Giai đoạn 2 (học phần 2)	75	02	0	69	02

Qua bảng 3.25 cho thấy: Chương trình ngoại khóa môn Cầu lông dành cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên được phân phối một cách cụ thể, chi tiết và đảm bảo theo nguyên tắc của xây dựng chương trình TDTT NK.

### **3.2.2.3. Nội dung chương trình**

Nội dung chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên được trình bày trong 2 giai đoạn (tương ứng với 2 học phần) bao gồm các nội dung cụ thể: (1) Vị trí môn học; (2) Mục đích môn học; (3) Mục tiêu môn học (Mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể); (4) Điều kiện tiên quyết; (5) Cấu trúc môn học; (6) Đối tượng; (7) Hình thức kiểm tra, đánh giá; (8) Thang điểm đánh giá; (9) Phân phối chương trình; (10) Nội dung chương trình; (11) Tài liệu tham khảo phục vụ giảng dạy.

Nội dung cụ thể của từng chương trình được trình bày tại phụ lục 15.

Chương trình sau khi được xây dựng đã được chúng tôi xin ý kiến trực tiếp 15 chuyên gia, HLV, Giáo viên môn Cầu lông và chuyên gia GDTC về mức độ hợp lý của chương trình. Đánh giá được tiến hành theo thang độ Likert 5 mức. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 3.26.

**Bảng 3.26. Kết quả xin ý kiến chuyên gia đánh giá về chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông được xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên (n=15)**

TT	Nội dung đánh giá	Kết quả		Xếp loại
		Tổng điểm	Điểm trung bình	
1	Vị trí môn học	67	4.47	Rất tốt
2	Mục đích môn học	69	4.60	Rất tốt
3	Mục tiêu môn học (Mục tiêu chung và mục tiêu cụ thể)	66	4.40	Rất tốt
4	Điều kiện tiên quyết	59	3.93	Tốt
5	Cấu trúc môn học	67	4.47	Rất tốt
6	Đối tượng	65	4.33	Rất tốt
7	Hình thức kiểm tra, đánh giá	62	4.13	Tốt
8	Thang điểm đánh giá	70	4.67	Rất tốt
9	Phân phối chương trình	63	4.20	Tốt
10	Nội dung chương trình	63	4.20	Tốt
11	Tài liệu tham khảo phục vụ giảng dạy	70	4.67	Rất tốt
12	Đánh giá chung về chương trình	62	4.13	Tốt
13	Mức độ thích hợp với đối tượng sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên	59	3.93	Tốt

Qua bảng 3.26 cho thấy: Cả 13 nội dung đã xây dựng của luận án trong từng chương trình nhỏ đều được đánh giá ở mức rất tốt và tốt. Đánh giá chung về chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên và mức độ thích hợp với đối tượng sinh viên đều ở mức tốt.

### **3.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

#### **3.3.1. Tổ chức thực nghiệm**

*Phương pháp thực nghiệm:* Luận án sử dụng phương pháp thực nghiệm so sánh song song

*Thời gian thực nghiệm:* 12 tháng, từ tháng 6/2016 tới tháng 6/2017

*Địa điểm thực nghiệm:* Thực nghiệm được tiến hành tại 4 trường Đại học thuộc khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

*Đối tượng thực nghiệm:* Thực nghiệm được tiến hành trên đối tượng sinh viên tại các trường nói trên sau khi kết thúc năm học thứ nhất và được theo dõi dọc trong 1 năm.

Đối tượng thực nghiệm được chia làm 3 nhóm:

*Thời điểm bắt đầu thực nghiệm:*

Nhóm thực nghiệm: gồm có 160 sinh viên thuộc 8 CLB Cầu lông tại 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Nhóm thực nghiệm tập 2 buổi/tuần + 1 buổi tự tập, mỗi buổi 90 phút, thời điểm tập luyện vào 17h30' tới 19h00'. Chi tiết thời gian, phân phối nội dung tập luyện của từng nhóm đối tượng được trình bày tại phụ lục 11.

Nhóm đối chứng 1: Tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông theo chương trình cũ thường được sử dụng tại các CLB. Nhóm đối chứng 1 có tổng số 182 sinh viên thuộc 8 CLB Cầu lông tại 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Nhóm đối chứng tập 2 - 3 buổi/tuần. Mỗi buổi từ 90 - 120 phút, thời điểm tập luyện vào 17h30' tới 19h00'.

Nhóm thực nghiệm và đối chứng 1 đều tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông các CLB thuộc 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh. Các điều kiện CSVC tập luyện, HLV, hướng dẫn viên... là tương đương nhau.

Nhóm đối chứng 2: Tập luyện ngoại khóa các môn thể thao khác. Nhóm gồm các em học sinh tham gia tập luyện ngoại khóa các môn thể thao ngoài môn Cầu lông, thời gian tập luyện một tuần từ 3 buổi trở lên, mỗi buổi ít nhất 45 phút. Nhóm đối chứng 2 có tổng số 550 sinh viên thuộc 4 trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh.

Phân bố chi tiết đối tượng thực nghiệm được trình bày tại bảng 3.27.

**Bảng 3.27. Phân bố đối tượng thực nghiệm thời điểm bắt đầu thực nghiệm**

TT	Đối tượng	Giới tính		Tổng
		Nam	Nữ	
1	Nhóm thực nghiệm	85	75	160
2	Nhóm đối chứng 1	95	87	182
3	Nhóm đối chứng 2	275	275	550
	<b>Tổng</b>	<b>455</b>	<b>437</b>	<b>892</b>

*Thời điểm kết thúc thực nghiệm:*

Sau 1 năm thực nghiệm, sinh viên thuộc nhóm thực nghiệm, nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 theo danh sách ban đầu đã giảm đi đáng kể. Phân bố chi tiết được trình bày tại bảng 3.28.

**Bảng 3.28. Phân bố đối tượng thực nghiệm thời điểm kết thúc thực nghiệm**

TT	Đối tượng	Giới tính		Tổng
		Nam	Nữ	
1	Nhóm thực nghiệm	68	58	126
2	Nhóm đối chứng 1	51	42	93
3	Nhóm đối chứng 2	141	131	272
	<b>Tổng</b>	<b>260</b>	<b>231</b>	<b>491</b>

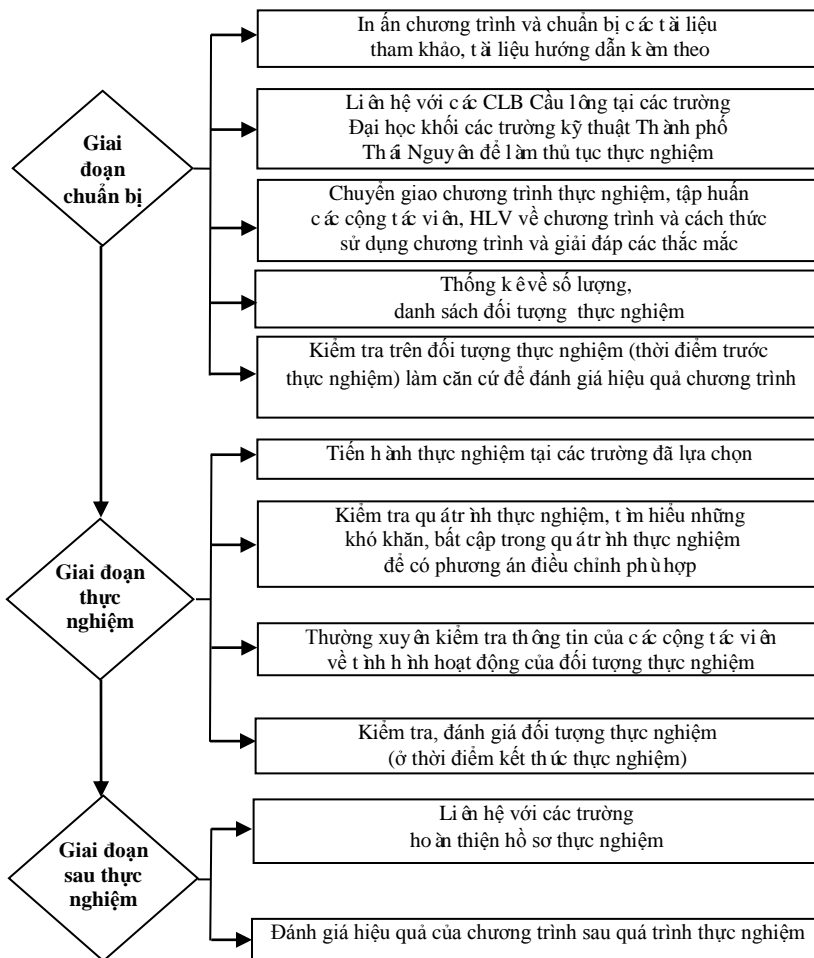
Trong quá trình nghiên cứu, luận án chốt số lượng sinh viên còn lại ở thời điểm kết thúc thực nghiệm làm số liệu so sánh theo dõi dọc trong quá trình đánh giá hiệu quả thực nghiệm.

**Nội dung thực nghiệm:** Ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng của luận án trong thực tế và đánh giá hiệu quả.

**Công tác kiểm tra, đánh giá:** Được tiến hành tại 2 thời điểm: Trước thực nghiệm và sau 12 tháng thực nghiệm.

Nội dung kiểm tra: Gồm 9 tiêu chuẩn thuộc 2 nhóm đánh giá mức độ đáp ứng mục tiêu TDDT trường học (4 tiêu chuẩn) và đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập (5 tiêu chuẩn) được lựa chọn tại phần 3.3.2.1 dưới đây của luận án.

**Các bước tiến hành thực nghiệm:** Thực nghiệm được tiến hành theo 3 giai đoạn: Giai đoạn chuẩn bị, giai đoạn thực nghiệm, giai đoạn sau thực nghiệm. Chi tiết các công việc cần làm theo từng giai đoạn thực nghiệm được trình bày cụ thể tại sơ đồ 3.1.



**Sơ đồ 3.1. Các bước tiến hành thực nghiệm ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

**3.3.2. Đánh giá hiệu quả của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng**

3.3.2.1. Lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên

Luận án tiến hành lựa chọn các tiêu chí đánh giá thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và phỏng vấn 35 chuyên gia GDTC, HLV, GV GDTC bằng phiếu hỏi (phụ lục 7). Luận án sẽ lựa chọn những tiêu chuẩn đạt từ 80% tổng điểm tối đa để đánh giá hiệu quả chương trình. Kết quả được trình bày tại bảng 3.29.

**Bảng 3.29. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên (n=35)**

TT	Nội dung	Kết quả	
		Tổng điểm	%
<b>Tiêu chuẩn đáp ứng mục tiêu TDTT trường học</b>			
1	Mức độ phát triển thể lực	98	93.33
2	Hiệu quả giáo dục đạo đức	94	89.52
3	Mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao	90	85.71
4	Mục tiêu phát triển phong trào TDTT NK	89	84.76
<b>Tiêu chuẩn đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập</b>			
1	Nhu cầu sinh lý căn bản	95	90.48
2	Nhu cầu an toàn	89	84.76
3	Nhu cầu được giao lưu tình cảm và hoạt động tập thể	90	85.71
4	Nhu cầu được quý trọng, kính mến	88	83.81
5	Nhu cầu tự thể hiện bản thân	89	84.76

Qua bảng 3.29 cho thấy: Cả 9 tiêu chuẩn thuộc 2 nhóm khi đưa ra phỏng vấn đạt tổng điểm tối đa từ 83.81 tới 93.33% và được lựa chọn để đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

**3.3.2.2. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm**

(a). Thời điểm trước thực nghiệm:

So sánh mức độ phát triển thể lực:

Trước thực nghiệm, luận án tiến hành so sánh mức độ phát triển thể lực của sinh viên nhóm thực nghiệm và các nhóm đối chứng. Kết quả được trình bày tại bảng 3.30:

**Bảng 3.30. Kết quả kiểm tra trình độ phát triển thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên các nhóm đối chứng và thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n= 491)**

T T	Test	Nhóm thực nghiệm (1)		Cv	Nhóm đối chứng 1 (2)		Cv	Nhóm đối chứng 2 (3)		Cv	t <sub>1-2</sub>	t <sub>2-3</sub>	t <sub>1-3</sub>
		$\bar{x}$	$\sigma$		$\bar{x}$	$\sigma$		$\bar{x}$	$\sigma$				
<b>Sinh viên nam (n=261)</b>		<b>n=68</b>			<b>n=51</b>			<b>n=141</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	213.43	11.12	5.21	214.08	10.88	5.08	213.96	10.68	4.99	0.32	0.07	0.33
2	Lực bóp tay thuận (kG)	41.51	3.46	8.34	41.62	3.75	9.01	41.4	3.89	9.40	0.16	0.36	0.21
3	Chạy 30m XPC (s)	5.36	0.51	9.51	5.24	0.48	9.16	5.27	0.51	9.68	1.31	0.38	1.20
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.23	0.38	3.11	12.36	0.71	5.74	12.42	1.01	8.13	1.19	0.46	1.95
5	Nằm ngửa gập bụng (sl/s)	18.1	1.78	9.83	18.35	1.57	8.56	18.68	1.69	9.05	0.81	1.26	1.91
6	Chạy tụt sức 5 phút (m)	1049.12	58.76	5.60	1048.82	54.8	5.22	1049.5	53.25	5.07	0.03	0.08	0.05
<b>Sinh viên nữ (n=230)</b>		<b>n=58</b>			<b>n=42</b>			<b>n=131</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	157.06	13.09	8.33	159.07	11.26	7.08	160.44	11.06	6.89	0.82	0.69	1.71
2	Lực bóp tay thuận (kG)	26.35	2.25	8.54	27.02	1.78	6.59	27.5	2.89	10.51	1.66	1.29	1.94
3	Chạy 30m XPC (s)	6.39	0.57	8.92	6.2	0.56	9.03	6.38	0.56	8.78	1.66	1.81	0.11
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.77	0.62	4.86	12.69	0.55	4.33	12.65	0.55	4.35	0.68	0.41	1.27
5	Nằm ngửa gập bụng (sl/s)	16.31	1.23	7.54	16.62	1.52	9.15	16.76	1.97	11.75	1.09	0.48	1.91
6	Chạy tụt sức 5 phút (m)	880.16	48.21	5.48	881.12	40.78	4.63	895.21	65.4	7.31	0.11	1.66	1.76

Qua bảng 3.30 cho thấy: Ở thời điểm trước thực nghiệm, ở cả đối tượng sinh viên nam và nữ ở tất cả các chi tiêu kiểm tra, kết quả kiểm tra đều không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê khi so sánh kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của nhóm thực nghiệm, nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 (thể hiện ở  $t_{\text{th}} < t_{\text{bảng}}$  ở ngưỡng  $P > 0.05$ ), chứng tỏ sự phân nhóm của luận án hoàn toàn khách quan, sinh viên các nhóm không có sự khác biệt về thể chất ở thời điểm trước thực nghiệm.

Song song với đó, luận án tiến hành so sánh tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của sinh viên các nhóm theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực HS, SV. Kết quả được trình bày tại bảng 3.31.

**Bảng 3.31. Kết quả phân loại trình độ thể lực của sinh viên các nhóm đối chứng và thực nghiệm theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT thời điểm trước thực nghiệm (n=491)**

Giới tính	Phân loại	Nhóm TN (1)		Nhóm ĐC 1 (2)		Nhóm ĐC 2 (3)		So sánh		
		$m_i$	%	$m_i$	%	$m_i$	%	$\chi^2_{1-2}$	$\chi^2_{2-3}$	$\chi^2_{1-3}$
		(n=126)		(n=93)		(n=272)				
Nam + nữ	Tốt	41	32.5	29	31.2	92	33.8	0.24	0.31	0.20
	Đạt	67	53.2	51	54.8	145	53.3			
	chưa đạt	18	14.3	13	14	35	12.9			
		(n=68)		(n=51)		(n=141)				
Nam	Tốt	22	32.4	16	31.4	48	34.0	0.12	0.14	0.11
	Đạt	36	52.9	28	54.9	74	52.5			
	chưa đạt	10	14.7	7	13.7	19	13.5			
		(n=58)		(n=42)		(n=131)				
Nữ	Tốt	19	32.8	13	31.0	44	33.6	0.14	0.19	0.11
	Đạt	31	53.4	23	54.8	71	54.2			
	Chưa đạt	8	13.8	6	14.3	16	12.2			

Qua bảng 3.31 cho thấy: Khi so sánh tỷ lệ sinh viên đạt mức tốt, đạt và không đạt của cả nam + nữ và cả phân loại theo từng giới tính khi đánh giá tổng hợp trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và nhóm thực nghiệm đều không thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ( $P > 0.05$ ) khi so sánh bằng tham số  $\chi^2$ . Điều đó chứng tỏ, ở thời điểm trước thực nghiệm, trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và thực nghiệm là tương đương nhau. Như vậy, có thể kết luận, trước thực nghiệm, trình độ thể lực của sinh viên các nhóm là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm là khách quan, sinh viên thuộc các nhóm đủ tiêu chuẩn làm mẫu.

Hiệu quả giáo dục đạo đức:

Ở thời điểm trước thực nghiệm, luận án tiến hành so sánh điểm rèn luyện của sinh viên thông qua quy định xếp loại điểm rèn luyện của nhà trường. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3.32.

**Bảng 3.32. So sánh điểm rèn luyện năm học 2015 - 2016 của sinh viên các nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm thời điểm trước thực nghiệm (n=491)**

T T	Phân loại	Nhóm						So sánh	
		Thực nghiệm (n=126) (1)		Đối chứng 1 (n=93) (2)		Đối chứng 2 (n=272) (3)		$\chi^2$	P
		$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %		
1	Tốt	104	82.54	77	82.80	237	87.13	$\chi^2_{1-2} = 2.03$	$\chi^2(0.05) = 5.99$
2	Khá	20	15.87	13	13.98	31	11.40	$\chi^2_{2-3} = 1.99$	$\chi^2(0.05) = 5.99$
3	Trung bình	2	1.59	3	3.23	4	1.47		
4	Yếu	0	0.00	0	0.00	0	0.00	$\chi^2_{1-3} = 1.80$	$\chi^2(0.05) = 5.99$
<b>Tổng</b>		<b>126</b>	<b>100.00</b>	<b>93</b>	<b>100.00</b>	<b>272</b>	<b>100.00</b>		

Qua bảng 3.32 cho thấy:

Khi so sánh mức độ xếp loại điểm rèn luyện của sinh viên nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và thực nghiệm bằng tham số  $\chi^2$  cho thấy không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Điều đó chứng tỏ, ở thời điểm trước thực nghiệm, tỷ lệ xếp loại điểm rèn luyện của sinh viên nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và thực nghiệm là tương đương nhau, hay nói cách khác, sự phân nhóm là khách quan, sinh viên thuộc các nhóm đủ tiêu chuẩn làm mẫu.

Đánh giá kết quả mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao:

Ở thời điểm trước thực nghiệm, luận án tiến hành thống kê số lượng VĐV năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và bổ sung cho đội tuyển trường của sinh viên nhóm đối chứng 2, vì đối tượng thực nghiệm và nhóm đối chứng 1 được tiến hành trên học sinh bắt đầu học môn Cầu lông nên chưa có thành tích cũng như chưa được phát hiện năng khiếu môn Cầu lông. Kết quả được trình bày tại bảng 3.33.

**Bảng 3.33. Tỷ lệ sinh viên năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và đạt thành tích thể thao của sinh viên nhóm đối chứng 2 năm học 2015 - 2016 (n=272)**

TT	Phân loại	Kết quả	
		$m_i$	%
1	Được phát hiện	13	4.78
2	Được gọi lên đội tuyển trường	7	2.57
3	Đạt thành tích giải phong trào	6	2.21

Qua bảng 3.33 cho thấy: Tỷ lệ sinh viên nhóm đối chứng 2 được phát hiện, bồi dưỡng; gọi lên đội tuyển trường các môn thể thao tại các trường và đạt thành tích cao tại các giải thi đấu phong trào là rất thấp (từ 2.21 tới 4.78% ở tất cả các



môn thể thao). Chúng tỏ, khi sinh viên tập luyện TDTT NK theo hình thức tự phát, mức độ đáp ứng nhu cầu phát hiện, bồi dưỡng, tuyển chọn VĐV năng khiếu và đạt thành tích thể thao là chưa cao.

**Đánh giá mức độ phát triển phong trào TDTT NK:** Ở thời điểm trước thực nghiệm, luận án đã tiến hành thống kê chi tiết số lượng sinh viên thuộc từng nhóm: đối chứng 1, đối chứng 2 và thực nghiệm, làm cơ sở để đánh giá mức độ phát triển phong trào TDTT NK của các loại hình tập luyện sau này. Kết quả chi tiết được trình bày tại bảng 3.27 (phần 3.3.1).

**Đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập:** Ở thời điểm trước thực nghiệm, vì sinh viên nhóm đối chứng 1 và nhóm thực nghiệm đều chưa tập luyện môn Cầu lông theo chương trình thực nghiệm hay đối chứng nên mặc định là đánh giá ban đầu về chương trình là chưa có và là tương đương nhau.

Tóm lại, ở thời điểm trước thực nghiệm, khi so sánh kết quả kiểm tra của nhóm đối chứng và thực nghiệm theo mức độ phát triển thể lực, tỷ lệ đạt tiêu chuẩn xếp loại thể lực theo quy định của Bộ GD&ĐT, so sánh điểm rèn luyện của nhóm đối chứng 1, đối chứng 2 và thực nghiệm đều không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Các tiêu chuẩn còn lại cũng được mặc định là tương đương nhau. Như vậy, có thể nhận xét, sự phân nhóm đối tượng nghiên cứu của luận án là thích quan.

(b). Thời điểm sau thực nghiệm

So sánh mức độ phát triển thể lực:

Sau 1 năm thực nghiệm, luận án tiến hành so sánh mức độ phát triển thể lực của sinh viên nhóm thực nghiệm, các nhóm đối chứng bằng 6 test đã lựa chọn của luận án, đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả kiểm tra giữa các nhóm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.34:

Qua các bảng 3.34 cho thấy: Sau 1 năm thực nghiệm, kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của sinh viên đã có sự khác biệt. Sự khác biệt diễn ra nhiều nhất khi so sánh giữa kết quả kiểm tra của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng 1; nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng 2 ( $P < 0.05$ ). Kết quả kiểm tra các test ở nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 chưa có ý nghĩa thống kê ở cả đối tượng nam và nữ ( $P > 0.05$ ). Điều này chứng tỏ chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên mà luận án xây dựng đã có hiệu quả cao trong việc phát triển thể lực cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

Để thấy rõ hơn sự khác biệt này, luận án tiến hành tính nhịp tăng trưởng kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên sau 1 năm thực nghiệm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.35 và hình ảnh qua các biểu đồ 3.4 và 3.5:

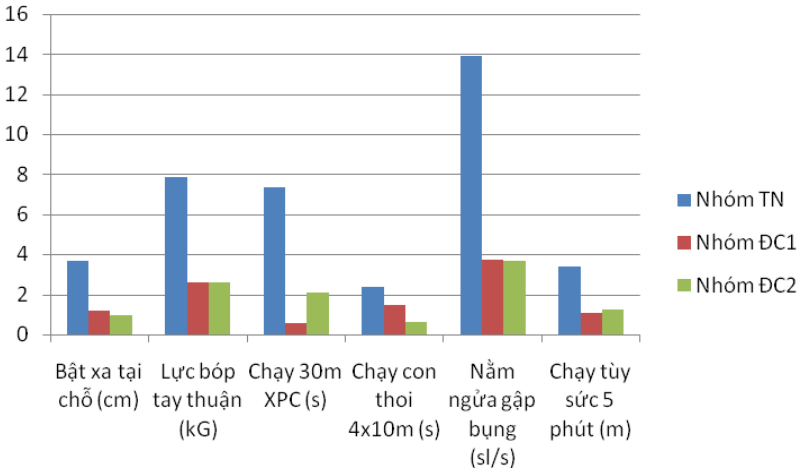
**Bảng 3.34. Kết quả kiểm tra mức độ phát triển thể lực của sinh viên các nhóm đối chứng và thực nghiệm  
thời điểm sau thực nghiệm (n= 491)**

TT	Test	Nhóm thực nghiệm (1)		Cv	Nhóm đối chứng 1 (2)		Cv	Nhóm đối chứng 2 (3)		Cv	t <sub>1-2</sub>	t <sub>2-3</sub>	t <sub>1-3</sub>
		$\bar{x}$	$\sigma$		$\bar{x}$	$\sigma$		$\bar{x}$	$\sigma$				
<b>Sinh viên nam (n=261)</b>		<b>n=68</b>			<b>n=51</b>			<b>n=141</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	221.38	8.66	3.91	216.65	9.95	4.59	216.11	10.06	4.66	2.71	0.33	3.91
2	Lực bóp tay thuận (kG)	44.95	3.21	7.14	42.74	3.14	7.35	42.46	4.12	9.70	3.76	0.50	4.78
3	Chạy 30m XPC (s)	4.98	0.37	7.43	5.21	0.43	8.25	5.16	0.46	8.91	3.06	0.70	3.04
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	11.94	0.29	2.43	12.18	0.54	4.43	12.34	0.57	4.62	2.88	1.79	6.72
5	Nằm ngửa gấp bụng (sl/s)	20.75	1.32	6.36	19.1	1.76	9.21	19.42	1.45	7.47	5.61	1.16	6.61
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1085.38	32.64	3.01	1059.88	47.93	4.52	1062.48	42.65	4.01	3.27	0.34	4.28
<b>Sinh viên nữ (n=230)</b>		<b>n=58</b>			<b>n=42</b>			<b>n=131</b>					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	166.8	9.04	5.42	161.74	10.37	6.41	162.57	10.75	6.61	2.54	0.45	2.79
2	Lực bóp tay thuận (kG)	30.1	2.16	7.18	27.46	2.36	8.59	28.3	0.54	1.91	5.72	2.29	6.26
3	Chạy 30m XPC (s)	6.01	0.48	7.99	6.25	0.63	10.08	6.32	0.54	8.54	2.07	0.65	3.94
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.23	0.42	3.43	12.55	0.5	3.98	12.53	0.53	4.23	3.37	0.22	4.17
5	Nằm ngửa gấp bụng (sl/s)	18.07	1.35	7.47	17	1.54	9.06	17.28	1.57	9.09	3.61	1.02	3.52
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	911.91	32.73	3.59	888.76	41.56	4.68	900.19	37.77	4.20	3.00	1.58	2.16

**Bảng 3.35. Nhịp tăng trưởng các tổ chất thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên sau 1 năm học thực nghiệm (n=491)**

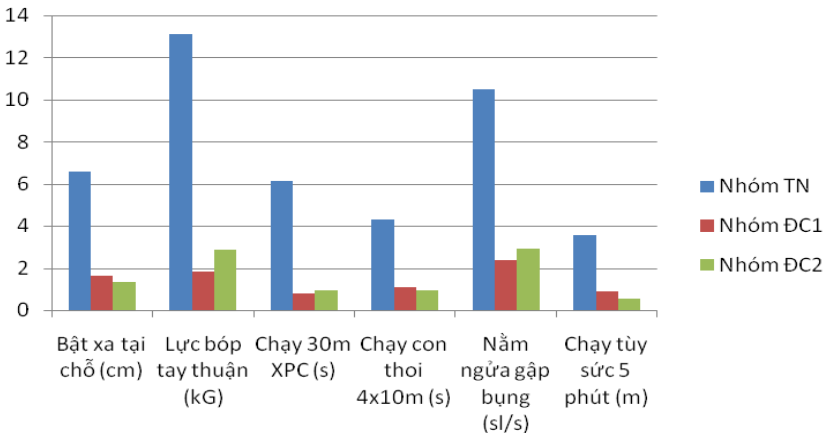
TT	Test	Nhóm thực nghiệm			Nhóm đối chứng 1			Nhóm đối chứng 2		
		Trước TN	Sau TN	$W_{TN}$	Trước TN	Sau TN	$W_{ĐC1}$	Trước TN	Sau TN	$W_{ĐC2}$
<b>Sinh viên nam</b>										
1	Bật xa tại chỗ (cm)	213.4	221.4	3.68	214.1	216.6	1.16	214	216.1	0.98
2	Lực bóp tay thuận (kG)	41.5	44.9	7.87	41.6	42.7	2.61	41.4	42.5	2.62
3	Chạy 30m XPC (s)	5.36	4.98	7.35	5.24	5.21	0.57	5.27	5.16	2.11
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.23	11.94	2.40	12.36	12.18	1.47	12.42	12.34	0.65
5	Nằm ngửa gấp bụng (sl/s)	18.1	20.8	13.88	18.4	19.1	3.73	18.7	19.4	3.67
6	Chạy tỳ sức 5 phút (m)	1049.1	1085.4	3.40	1048.8	1059.9	1.05	1049.5	1062.5	1.23
<b>Sinh viên nữ</b>										
1	Bật xa tại chỗ (cm)	156.2	166.8	6.56	159.1	161.7	1.62	160.4	162.6	1.36
2	Lực bóp tay thuận (kG)	26.4	30.1	13.1	27	27.5	1.83	27.5	28.3	2.87
3	Chạy 30m XPC (s)	6.39	6.01	6.13	6.2	6.25	0.8	6.38	6.32	0.94
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.77	12.23	4.32	12.69	12.55	1.11	12.65	12.53	0.95
5	Nằm ngửa gấp bụng (sl/s)	16.3	18.1	10.47	16.6	17.0	2.38	16.8	17.3	2.93
6	Chạy tỳ sức 5 phút (m)	880.2	911.9	3.54	881.1	888.8	0.87	895.2	900.19	0.56

W%



**Biểu đồ 3.4. Nhịp tăng trưởng các tổ chất thể lực của nam sinh vi ên sau 1 năm thực nghiệm**

W%



**Biểu đồ 3.5. Nhịp tăng trưởng các tổ chất thể lực của nữ sinh viên sau 1 năm thực nghiệm**

Qua bảng 3.35 cho thấy:

Sau 1 năm học thực nghiệm ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức, nhịp tăng trưởng kết quả kiểm tra các test đánh giá mức độ phát triển các tổ chức thể lực của cả sinh viên nam và nữ ở nhóm thực nghiệm đều cao hơn nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 ở tất cả các test. Còn ở 2 nhóm đối chứng, sự khác biệt này không có điểm chung ở cả nam và nữ và khác biệt không rõ ràng. Đồng thời, thông qua biểu đồ 3.4 và 3.5 cho thấy: Sự chênh lệch nhịp tăng trưởng các test đánh giá sau 1 năm thực nghiệm theo giới tính của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 trên cả đối tượng nam và nữ. Như vậy, có thể thấy rằng, chương trình thực nghiệm đã phát huy hiệu quả tốt trong việc phát triển các tổ chức thể lực cho sinh viên nhóm thực nghiệm.

Song song với đó, luận án tiến hành so sánh tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của sinh viên các nhóm theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực HS, SV. Kết quả được trình bày tại bảng 3.36.

**Bảng 3.36. Kết quả phân loại trình độ thể lực của sinh viên các nhóm đối chứng và thực nghiệm theo quy định của Bộ GD&ĐT thời điểm sau 1 năm thực nghiệm (n= 491)**

Giới tính	Phân loại	Nhóm TN (1)		Nhóm ĐC 1 (2)		Nhóm ĐC 2 (3)		Số sánh		
		$m_i$	%	$m_i$	%	$m_i$	%	$\chi^2_{1-2}$	$\chi^2_{2-3}$	$\chi^2_{1-3}$
		(n=126)	(n=93)	(n=272)						
Nam + nữ	Tốt	85	67.5	37	39.8	114	41.9	6.21	0.34	7.58
	Đạt	41	32.5	50	53.8	140	51.5			
	Chưa đạt	0	0	6	6.5	18	6.6			
		(n=68)		(n=51)		(n=141)				
Nam	Tốt	47	69.1	21	41.2	58	41.1	7.72	0.24	8.12
	Đạt	21	30.9	26	51.0	75	53.2			
	Chưa đạt	0	0	4	7.8	8	5.7			
		(n=58)		(n=42)		(n=131)				
Nữ	Tốt	38	65.5	16	38.1	56	42.7	8.11	0.41	8.63
	Đạt	20	34.5	24	57.1	65	49.6			
	Chưa đạt	0	0	2	4.8	10	7.6			

Qua bảng 3.36 cho thấy:

Sau 1 năm học áp dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông mà luận án đã xây dựng, khi so sánh tỷ lệ sinh viên (cả nam và nữ) ở nhóm thực nghiệm tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn xếp loại thể lực loại tốt đã trên 60% , đồng thời không có sinh viên nào xếp loại không đạt ở cả nam và nữ. Kết quả kiểm tra của sinh viên nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn khi so sánh với sinh viên nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 bằng tham số  $\chi^2$  ( $P < 0.05$ ). Khi so sánh kết quả phân loại trình độ thể lực của sinh viên nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2,

kết quả này chưa có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng  $P > 0.05$  ở cả sinh viên nam và nữ. Như vậy, có thể nhận xét chương trình tập luyện đã xây dựng của luận án đã phát huy hiệu quả cao trong việc phát triển thể lực cho sinh viên của nhóm thực nghiệm.

Sơ sánh hiệu quả giáo dục đạo đức:

Sau 1 năm thực nghiệm, luận án tiến hành so sánh điểm rèn luyện của sinh viên thông qua kết quả xếp loại điểm rèn luyện cuối năm học 2016 - 2017. Việc đánh giá thông qua xếp loại điểm rèn luyện của sinh viên theo quy định của nhà trường. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3.37.

**Bảng 3.37. So sánh điểm rèn luyện năm học 2016 - 2017 của sinh viên các nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm sau 1 năm học thực nghiệm (n=491)**

T T	Phân loại	Nhóm						So sánh	
		Thực nghiệm (n=126) (1)		Đối chứng 1 (n=93) (2)		Đối chứng 2 (n=272) (3)		$\chi^2$	P
		$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %		
1	Tốt	115	91.27	78	83.87	235	86.40	$\chi^2_{1-2} = 11.46$	$\chi^2(0.05) = 5.99$
2	Khá	11	8.73	13	13.98	32	11.76		
3	Trung bình	0	0.00	2	2.15	5	1.84	$\chi^2_{2-3} = 0.36$	$\chi^2(0.05) = 5.99$
4	Yếu	0	0.00	0	0.00	0	0.00		
<b>Tổng</b>		<b>126</b>	<b>100.00</b>	<b>93</b>	<b>100.00</b>	<b>272</b>	<b>100.00</b>	$\chi^2_{1-3} = 13.18$	$\chi^2(0.05) = 5.99$

Qua bảng 3.37 cho thấy: Sau 1 năm học áp dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng của luận án, ở nhóm thực nghiệm, tỷ lệ sinh viên xếp loại tốt đạt trên 90%, đồng thời không có sinh viên xếp loại trung bình và yếu. Kết quả kiểm tra của sinh viên nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn khi so sánh với sinh viên nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 bằng tham số  $\chi^2$  ( $P < 0.05$ ). Khi so sánh điểm rèn luyện của sinh viên nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 bằng tham số  $\chi^2$  chưa thấy có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng  $P > 0.05$ . Như vậy, chứng tỏ chương trình tập luyện Cầu lông đã xây dựng đã phát huy hiệu quả cao trong việc rèn luyện đạo đức cho sinh viên nhóm thực nghiệm.

Đánh giá kết quả mục tiêu phát hiện và bồi dưỡng tài năng thể thao:

Sau 1 năm học thực nghiệm, luận án tiến hành thống kê số lượng sinh viên năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và bổ sung cho đội tuyển của các môn thể thao trong các trường và số lượng sinh viên đạt thành tích thể thao trong năm 2016 - 2017 của sinh viên nhóm thực nghiệm, nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2. Kết quả được trình bày tại bảng 3.38.

**Bảng 3.38. Tỷ lệ sinh viên năng khiếu được phát hiện, bồi dưỡng và đạt thành tích thể thao của các nhóm đối chứng và thực nghiệm năm học 2016 - 2017 (n=491)**

TT	Nhóm	Phân loại	Kết quả	
			$m_i$	%
1	Thực nghiệm	Được phát hiện	7	5.56
		Được gọi lên đội tuyển trường	1	0.79
		Đạt thành tích giải phong trào	1	0.79
2	Đối chứng 1	Được phát hiện	3	3.23
		Được gọi lên đội tuyển trường	0	0.00
		Đạt thành tích giải phong trào	0	0.00
3	Đối chứng 2	Được phát hiện	11	4.04
		Được gọi lên đội tuyển trường	3	1.10
		Đạt thành tích giải phong trào	6	2.21

Qua bảng 3.38 cho thấy: Sau 1 năm học áp dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng của luận án, ở nhóm thực nghiệm đã phát hiện và bồi dưỡng 7 sinh viên có năng khiếu (chiếm 5.56%), có 1 sinh viên được gọi vào đội tuyển Cầu lông của trường (ĐH Nông Lâm) để tập luyện (chiếm 0.79%) và có 1 sinh viên đạt giải phong trào. Những tỷ lệ này cao hơn so với hai nhóm còn lại. Vì vậy, có thể cho phép kết luận chương trình ngoại khóa Cầu lông mới xây dựng có hiệu quả cao hơn trong việc phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao so với chương trình ngoại khóa Cầu lông cũ.

Đánh giá mức độ phát triển phong trào TDTT NK:

Sau 1 năm thực nghiệm, luận án đã tiến hành thống kê chi tiết số lượng sinh viên thuộc từng nhóm: thực nghiệm, đối chứng 1 và đối chứng 2, đồng thời tính tỷ lệ sinh viên còn tập luyện thường xuyên tại các nhóm. Với nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng 1, chúng tôi thống kê thêm số lượng sinh viên đăng ký tập mới trong 1 năm thực nghiệm. Nhóm đối chứng 2 không tính được số lượng này vì không khu trú được chi tiết đối tượng nghiên cứu. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3.39.

**Bảng 3.39. Số lượng sinh viên tham gia tập luyện thường xuyên tại các nhóm đối chứng và thực nghiệm sau 1 năm thực nghiệm**

TT	Đối tượng	Số người tập luyện thường xuyên				Số người tập luyện tăng thêm tại các CLB	
		Trước TN	Sau TN	Mức giảm	Tỷ lệ giảm (%)	Mức tăng	Tỷ lệ tăng (%)
1	Nhóm thực nghiệm	160	126	34	21.25	215	134.4
2	Nhóm đối chứng 1	182	93	89	48.90	164	90.11
3	Nhóm đối chứng 2	550	272	278	50.55	-	-
<b>Tổng</b>		<b>892</b>	<b>491</b>	<b>401</b>	<b>44.96</b>	-	-

Qua bảng 3.39 cho thấy: sau 1 năm thực nghiệm, tỷ lệ sinh viên bỏ tập tại nhóm thực nghiệm là 21.25%, thấp hơn nhóm đối chứng 1 và nhóm đối chứng 2 trên 25% tổng số sinh viên. Tỷ lệ sinh viên bỏ tập của nhóm đối chứng 1 và đối chứng 2 là tương đương nhau (48.90% và 50.55%) tổng số sinh viên.

Khi thống kê số lượng sinh viên đăng ký học mới của nhóm thực nghiệm tính tới tháng 6/2017 là 215 người, tăng 134.4% so với số sinh viên đăng ký học mới thời điểm tháng 6/2016; tỷ lệ này ở nhóm đối chứng 1 là 164 người, chiếm 90.11%. Như vậy, tỷ lệ sinh viên đăng ký học mới tại các CLB Cầu lông nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn so với nhóm đối chứng.

Như vậy, qua bảng 3.39 có thể thấy chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng của luận án giúp sinh viên bỏ tập ít hơn và đăng ký tập mới nhiều hơn tại các CLB thực nghiệm.

Tóm lại, có thể khẳng định, chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông mà luận án đã xây dựng đã phát huy hiệu quả cao trong việc đáp ứng nhu cầu TDTT trường học thể hiện qua việc có hiệu quả cao hơn chương trình tập luyện ngoại khóa Cầu lông cũ và tập luyện ngoại khóa tự phát thể hiện thông qua các mặt: Nâng cao tỷ lệ sinh viên đạt yêu cầu đánh giá trình độ thể lực; giảm áp lực đạo đức; phát hiện và bồi dưỡng năng khiếu thể thao cũng như phát triển phong trào tập luyện TDTT NK.

#### **Đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập:**

Sau 1 năm thực nghiệm, luận án tiến hành đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thông qua 126 sinh viên thuộc nhóm thực nghiệm và 93 sinh viên thuộc nhóm đối chứng 1. Đồng thời phỏng vấn 15 HLV và hướng dẫn thuộc của nhóm thực nghiệm (8 người) và nhóm đối chứng 1 (7 người). Kết quả được trình bày ở bảng 3.40.



**Bảng 3.40. Khảo sát mức độ đáp ứng nhu cầu người tập của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên**

TT	Tiêu chí	Sinh viên (n=219)				HLV, hướng dẫn viên (n=15)			
		Nhóm đối chứng 1 (n=93)		Nhóm thực nghiệm (n=126)		Nhóm đối chứng 1 (n=7)		Nhóm thực nghiệm (n=8)	
		Tổng điểm	Điểm TB	Tổng điểm	Điểm TB	Tổng điểm	Điểm TB	Tổng điểm	Điểm TB
<b>Nhu cầu sinh lý căn bản</b>									
1	Lượng vận động phù hợp với độ tuổi, giới tính của người tập luyện	312	3.35	467	3.71	23	3.29	31	3.88
2	Đáp ứng tốt việc hòa thiện các kỹ năng cơ bản như đi, chạy, nhảy, phối hợp các hoạt động vận động	313	3.37	480	3.81	21	3.00	32	4.00
3	Được vui chơi lành mạnh, phát triển thể chất	296	3.18	459	3.64	22	3.14	33	4.13
<b>Nhu cầu an toàn</b>									
4	Hoạt động tập luyện an toàn, không gây chấn thương cho người tập luyện	294	3.16	484	3.84	19	2.71	32	4.00
5	Sinh viên được trang bị các kiến thức tự bảo vệ bản thân trong quá trình tập luyện	306	3.29	466	3.70	20	2.86	32	4.00
6	Sinh viên được trang bị đầy đủ dụng cụ bảo vệ trong quá trình tập luyện	287	3.09	444	3.52	23	3.29	31	3.88
<b>Nhu cầu được giao lưu tình cảm và hoạt động tập thể</b>									
7	Chương trình tập luyện giúp người học giao lưu tốt với các bạn tập trong và ngoài CLB	289	3.11	444	3.52	23	3.29	31	3.88
8	Tăng cường khả năng tự tin trong giao tiếp cho người học	264	2.84	453	3.60	23	3.29	30	3.75
9	Đáp ứng nhu cầu thuộc về CLB và làm cho người học cảm thấy là một phần của CLB	306	3.29	453	3.60	21	3.00	29	3.63
<b>Nhu cầu được quý trọng, kính mến</b>									
10	Giáo dục đạo đức	283	3.04	543	4.31	24	3.43	35	4.38
11	Giáo dục ý chí quyết tâm của người học	302	3.25	551	4.37	23	3.29	37	4.63
12	Nhận được sự tôn trọng, đồng ý của HLV	287	3.09	533	4.23	23	3.29	36	4.50
13	Nhận được sự tôn trọng của bạn tập	296	3.18	537	4.26	22	3.14	35	4.38
<b>Nhu cầu tự thể hiện bản thân</b>									
14	Đáp ứng tốt các nội dung thi, kiểm tra định kỳ	314	3.38	543	4.31	21	3.00	37	4.63
15	Giúp phát hiện các HS có năng khiếu	311	3.34	476	3.78	22	3.14	39	4.88
16	Đã quan tâm tốt tới các HS có năng khiếu	317	3.41	486	3.86	21	3.00	38	4.75
17	Giúp HS tự tin thể hiện hết năng lực của bản thân trong quá trình học tập	305	3.28	476	3.78	21	3.00	36	4.50

Qua bảng 3.40 cho thấy: Kết quả phỏng vấn ý kiến đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập của chương trình tập luyện Cầu lông ngoại khóa trên sinh viên và các HLV, hướng dẫn viên của nhóm đối chứng 1 có ý kiến đánh giá tương đối giống nhau và phần lớn các tiêu chí được đánh giá đáp ứng nhu cầu ở mức trung bình do có điểm trung bình nằm trong ngưỡng [2.6 - 3.4). Nhưng ở nhóm thực nghiệm, kết quả trả lời của sinh viên và các HLV, hướng dẫn viên ở các tiêu chí đánh giá đều cho kết quả ở mức độ hài lòng và rất hài lòng do có điểm trung bình nằm trong ngưỡng [3.4 - 4.2) và [4.2 - 5.0).

Như vậy, có thể kết luận rằng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn đã đáp ứng tốt nhu cầu của người tập.

Tóm lại, qua trình nghiên cứu cho thấy, chương trình ngoại khóa Cầu lông mà luận án xây dựng đã có hiệu quả cao trong việc đáp ứng mục tiêu TDTT trường học và nhu cầu người tập trên đối tượng nghiên cứu.

## **KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ**

### **1. Kết luận**

Từ các kết quả nghiên cứu của luận án cho phép có các kết luận sau:

1. Đánh giá thực trạng hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn cho thấy:

Về thực trạng hoạt động ngoại khóa của sinh viên: Tỷ lệ sinh viên có nhu cầu tập luyện TDTT ngoại khóa cao, tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT NK trung bình đạt 56.19% số sinh viên, trong đó tỷ lệ sinh viên tham gia tập luyện TDTT NK của nam cao hơn nữ là trên 4%. Các môn thể thao được yêu thích tập luyện ngoại khóa cao nhất ở nam là Bóng đá, Võ thuật, Cầu lông, Điền kinh và Thể dục và ở nữ sinh viên là Thể dục, Võ thuật, Bóng chày, Cầu lông và Điền kinh; các em thích tham gia tập luyện TDTT NK theo hình thức câu lạc bộ thể thao có người hướng dẫn... Nội dung tập luyện ngoại khóa của sinh viên rất đa dạng, phong phú và phân tán ở cả nam và nữ, trong đó, ở nam mức độ phân tán cao hơn. Sinh viên các trường Đại học thuộc khối các trường kỹ thuật Thành phố Thủ Đức Nguyễn tập luyện TDTT NK theo 5 hình thức: Thể dục buổi sáng, đội tuyển thể thao, tập theo nhóm - lớp, CLB TDTT và tự tập luyện, trong đó, hình thức được đông đảo học sinh tham gia thường xuyên nhất là tự tập luyện, hình thức tổ chức tập luyện phổ biến nhất là không có người hướng dẫn. Ngoài ra luận án cũng phân tích chi tiết về 5 nhóm yếu tố ảnh hưởng tới hoạt động ngoại khóa của học sinh gồm: Nhận thức của học sinh về vai trò, tác dụng của tập luyện TDTT NK; cơ sở vật chất; đội ngũ giáo viên, hướng dẫn viên hướng dẫn ngoại khóa; chương trình ngoại khóa các môn thể thao và những vấn đề khó khăn khi tham gia tập luyện TDTT NK.

Về thực trạng tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông: Chương trình tập luyện chưa được thống nhất, chương trình tập luyện môn Cầu lông NK mới chỉ đáp ứng ở mức trung bình. Chương trình ngoại khóa môn Cầu lông tại các CLB chủ yếu tập luyện những kỹ thuật cơ bản (gần 60%) thời lượng chương trình và tập trung vào thi đấu (trên 40%), kỹ - chiến thuật còn thiếu. Sinh viên có nhu cầu tập luyện NK Cầu lông cao (27.89%), hệ thống CSVC và lực lượng HLV, hướng dẫn viên môn Cầu lông đủ và đáp ứng tốt nhu cầu tập luyện. Qua trình nghiên cứu cũng đã

lựa chọn được 17 tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thuộc 5 tiêu chuẩn, trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông. Kết quả cho thấy: ngoại trừ cả 3 tiêu chí của nhóm “nhu cầu được giao lưu tình cảm và hoạt động tập thể” và tiêu chí “Được vui chơi lành mạnh, phát triển thể chất” được sinh viên đánh giá ở mức độ hài lòng, tất cả các tiêu chí thuộc các nhóm còn lại, ý kiến đánh giá của sinh viên mới chỉ dừng lại ở mức độ trung bình.

Về thực trạng mức độ phát triển thể chất của sinh viên: trình độ thể lực của sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo quy định của Bộ GD&ĐT đa số ở mức đạt (trên 50% tổng số sinh viên), 18% chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá. Đồng thời, mức độ phát triển các tố chất vận động của nhóm đối tượng sinh viên tập luyện TDTT NK thường xuyên và tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên tốt hơn so với nhóm đối tượng sinh viên không tập luyện TDTT NK thường xuyên.

2. Luận án xây dựng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên theo hướng đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập. Chương trình được xây dựng chi tiết với 11 phần: Vị trí môn học; Mục đích môn học; Mục tiêu môn học; Điều kiện tiên quyết; Cấu trúc môn học; Đối tượng; Hình thức kiểm tra, đánh giá; Thang điểm đánh giá; Phân phối chương trình; Nội dung chương trình; Tài liệu tham khảo phục vụ giảng dạy.

3. Luận án đã tiến hành ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng cho sinh viên Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên trong thực tế và đánh giá hiệu quả trên các mặt: Mức độ đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu người tập. Kết quả cho thấy, chương trình đã xây dựng của luận án đã có hiệu quả cao hơn trong việc đáp ứng mục tiêu thể thao trường học và nhu cầu người tập khi so sánh với việc sinh viên tập luyện TDTT NK tự do.

## **2. Kiến nghị:**

Từ kết quả nghiên cứu trên luận án có các kiến nghị sau:

1. Kiến nghị với Đại học Thái Nguyên: Cho phép ứng dụng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông đã xây dựng của luận án trong tổ chức hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông tại các trường Đại học khối các trường kỹ thuật Thành phố Thái Nguyên.

2. Kiến nghị với các trường thuộc Đại học Thái Nguyên: Sử dụng kết quả nghiên cứu của luận án như một tài liệu tham khảo trong việc phát triển phong trào tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông.

3. Kiến nghị với các nghiên cứu tiếp theo: Cần xây dựng thêm các chương trình tập luyện ngoại khóa các môn thể thao khác cho sinh viên nhằm góp phần nâng cao hiệu quả công tác TDTT trong trường học.

## **DANH MỤC CÁC CÔNG TRÌNH NGHIÊN CỨU ĐÃ CÔNG BỐ CÓ LIÊN QUAN ĐẾN LUẬN ÁN**

1. Nguyễn Trường Giang (2018), *“Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên khối các trường kỹ thuật thành phố Thái Nguyên”*, số 05, Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện Thể thao, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh; Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.

2. Nguyễn Trường Giang (2018), *“Đánh giá thực trạng trình độ thể lực sinh viên đại học khối các trường kỹ thuật thành phố Thái Nguyên”*, số đặc biệt, Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện Thể thao, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh; Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.