

CƠ SỞ LÝ LUẬN PHÁT TRIỂN THỂ THAO TRƯỜNG HỌC

Nguyễn Trung Dũng

Trường Cao đẳng Kinh tế - Kỹ thuật thương mại

Tóm tắt: Thể dục thể thao trường học bao gồm giáo dục thể chất (nội khóa) và hoạt động thể thao (ngoại khóa), là một bộ phận quan trọng cấu thành nền thể dục thể thao (TDTT) và cũng là một bộ phận không thể thiếu của nền giáo dục, là nền tảng của TDTT toàn dân. TDTT trường học là giao điểm giữa hai lĩnh vực giáo dục và TDTT, là cơ sở nền tảng của sự phát triển TDTT. Do đó đầu tư và phát triển TDTT trường học hiện nay được Đảng và Nhà nước ta đặc biệt quan tâm, như là nhu cầu tất yếu của phát triển xã hội. Để có cơ sở triển khai tốt nhiệm vụ này, cần tiếp cận cơ sở lý luận.

Từ khóa: Thể thao trường học, cơ sở lý luận.

THEORETICAL BASIS FOR THE DEVELOPMENT OF SCHOOL SPORTS

Abstract: School sports, encompassing physical education (in-class) and sports activities (extracurricular), is an important component of the sports system and an indispensable aspect of education, forming the foundation of nationwide sports. School sports is the intersection between education and sports, and the fundamental basis for the development of sports. Therefore, investment and development in school sports is currently receiving special attention from the Party and the State, as an essential need for social development. To effectively implement this task, a theoretical foundation is necessary.

Keywords: School sports, theoretical foundation.

Nhận bài: 01/03/2026

Phản biện: 02/04/2026

Duyệt đăng: 06/04/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Nghị quyết số 08/NQ-TW về tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020 đã nhấn mạnh “Thực hiện tốt giáo dục thể chất theo chương trình nội khóa; phát triển mạnh các hoạt động thể thao của học sinh, sinh viên, bảo đảm mục tiêu phát triển thể lực toàn diện và kỹ năng vận động cơ bản của học sinh, sinh viên và góp phần đào tạo năng khiếu và tài năng thể thao”

Phát biểu của Tổng Bí thư Tô Lâm tại Lễ kỷ niệm 80 năm Ngày truyền thống ngành Thể dục thể thao Việt Nam (27/3/1946-27/3/2026), riêng về TDTT trường học, chỉ ra: Phải nâng tầm giáo dục thể chất và thể thao học đường, coi đây là gốc rễ của chiến lược phát triển con người Việt Nam; Một dân tộc muốn khỏe phải bắt đầu từ trẻ em. Một nền thể thao mạnh phải bắt đầu từ trường học. Một xã hội năng động phải được hình thành từ thói quen vận động của mọi công dân; Tôi đề nghị ngành giáo dục, ngành thể thao và các địa phương phải phối hợp chặt chẽ hơn nữa để đổi mới mạnh mẽ giáo dục thể chất và thể thao trường học. Học sinh, sinh viên phải được vận động thực chất, được học những kỹ năng thể chất căn bản, được tiếp cận nhiều môn thể thao phù hợp với lứa tuổi, thể trạng, sở thích. Trường học phải là nơi phát hiện năng khiếu, bồi dưỡng thói quen vận động, hình thành tinh thần đồng đội, ý chí vượt khó, kỷ luật, sự trung thực và lòng tự tin cho thế hệ trẻ...

Theo đó, Thể dục thể thao trường học bao gồm giáo dục thể chất (nội khóa) và hoạt động thể thao (ngoại khóa), là một bộ phận quan trọng cấu thành nền TDTT và cũng là một mặt không thể thiếu của nền giáo dục, là nền tảng của TDTT toàn dân. TDTT trường học là giao điểm giữa hai lĩnh vực giáo dục và TDTT, là cơ sở nền tảng của sự phát triển TDTT. Do đó đầu tư và phát triển TDTT trường học hiện nay được Đảng và Nhà nước ta đặc biệt quan tâm, như là nhu cầu tất yếu của phát triển xã hội. Để có cơ sở triển khai tốt nhiệm vụ này, cần tiếp cận cơ sở lý luận.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái quát bối cảnh giáo dục thể chất và thể thao trong trường học nước ta

Theo đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường trong Chiến lược phát triển TDTT Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2050 cho thấy: Công tác giáo dục thể chất và thể thao trong nhà trường đã có những chuyển biến tích cực, hình thức tổ chức và nội dung tập luyện TDTT của học sinh, sinh viên ngày càng đa dạng; đội ngũ giáo viên thể dục thể thao ở các trường học được đào tạo, nâng cao kiến thức từng bước đáp ứng được yêu cầu về chuyên môn, nghiệp vụ; cơ sở vật chất, sân chơi, bãi tập, công trình thể thao, dụng cụ tập luyện thi đấu thể thao ở trường học các cấp bước đầu được quy hoạch và đầu tư xây dựng.

Công tác giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường tuy có nhiều chuyển biến song còn bất cập. Nội dung, chương trình giáo dục thể chất còn hình thức, các hoạt động TDDT trong trường học chưa thu hút được đông đảo học sinh, sinh viên tham gia tập luyện. Cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện và quỹ đất dành cho giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường chưa đáp ứng yêu cầu. Đội ngũ giáo viên giáo dục thể chất, nhất là ở cấp tiểu học, còn thiếu về số lượng, chủ yếu là giáo viên kiêm nhiệm. Chế độ, chính sách đối với đội ngũ giáo viên thể chất tuy đã được cải thiện, song chưa đáp ứng yêu cầu thực tiễn. Việc phổ cập dạy, học bơi và đảm bảo 100% trường phổ thông đưa môn bơi vào chương trình ngoại khóa đề ra chưa thực hiện được do thiếu nguồn lực và cơ sở vật chất, nhất là bể bơi.

Chiến lược phát triển TDDT Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2050 đã đặt ra: Đổi mới nội dung, chương trình, phương pháp giảng dạy, kiểm tra giáo dục thể chất; coi kết quả giáo dục thể chất là một trong những tiêu chí quan trọng để xét tốt nghiệp, chuyển cấp ở cuối mỗi cấp học. Đảm bảo số lượng, chất lượng đội ngũ giáo viên thể chất. Tăng cường cơ sở vật chất, trang, thiết bị phục vụ giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường. Từng bước đầu tư xây dựng nhà tập đa năng cho các cơ sở giáo dục phổ thông ở những nơi có điều kiện. Khuyến khích xây dựng nhà tập, bể bơi và công trình thể thao khác trong các cơ sở giáo dục nghề nghiệp, giáo dục đại học.

Liên kết giữa trường học với các cơ sở thể thao để tổ chức giờ dạy thể dục, hoạt động thể thao ngoại khóa cho học sinh, sinh viên. Tăng cường hoạt động thể thao ngoại khóa trong trường học theo hướng cá thể hóa, phù hợp với sở thích, tâm sinh lý và lứa tuổi của học sinh, sinh viên.

Phát triển các loại hình câu lạc bộ thể dục, thể thao trong trường học. Chú trọng các hoạt động tập luyện Bơi, Điền kinh, Võ cổ truyền, Bóng đá, Bóng rổ, các môn thể thao dân tộc, trò chơi vận động trong trường học.

Từng bước quy định về hoạt động thể thao ngoại khóa bắt buộc kết hợp với hoạt động ngoại khóa tự chọn nhằm đảm bảo tất cả học sinh, sinh viên đều tập luyện thể thao thường xuyên. Đẩy mạnh phổ cập dạy bơi trong các cơ sở giáo dục phổ thông, triển khai thí điểm trong các cơ sở giáo dục mầm non.

Hoàn thiện hệ thống thi đấu thể thao trong trường học, đảm bảo các trường tổ chức thi đấu

thể thao ít nhất một lần trong mỗi năm học. Thí điểm triển khai, từng bước mở rộng mô hình đào tạo vận động viên năng khiếu, vận động viên trẻ trong nhà trường trên cơ sở liên kết, phối hợp giữa cơ quan chuyên môn về thể dục, thể thao trên địa bàn và nhà trường.

Kết hợp lồng ghép việc triển khai Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2021- 2030 với hoạt động thể thao trường học. Thường xuyên rà soát, đánh giá các chỉ số thể lực, tầm vóc của học sinh, sinh viên, qua đó có biện pháp can thiệp về thể thao và dinh dưỡng khắc phục tình trạng thừa cân, thấp còi, suy dinh dưỡng trong thanh, thiếu niên.

2.2. Khái quát bối cảnh thể thao trường học ở châu Á

Khu vực châu Á với số lượng dân đông đang có những cải cách mới, phần nào thúc đẩy được việc tăng cường luyện tập thể dục thể thao trong cộng đồng nói chung, và phát triển giáo dục thể chất trong trường học nói riêng. Chính phủ của các nước đã có sự đầu tư, nghiên cứu để nắm rõ hoàn cảnh, thực trạng chung... để đưa ra được những cải cách và bước phát triển đúng đắn về thể thao trường học theo nhu cầu của học sinh, sinh viên, từ đó, số lượng học sinh, sinh viên quan tâm hơn tới việc luyện tập thể thao tăng lên.

Một số cải cách mới đã được các quốc gia Châu Á thực hiện có thể kể đến như: Xây dựng các chương trình giáo dục thể chất chính quy và từ xa; Chính phủ xây dựng các website có đường dẫn trực tiếp tới các trang website của các Liên đoàn, Hiệp hội thể thao khu vực và thế giới; Xây dựng hệ thống thư viện thể thao điện tử phục vụ cho công tác lưu trữ và tra cứu...

Dựa vào “Mục tiêu thiên niên kỷ”, Chính phủ các quốc gia ở châu Á cũng đã đưa ra những cải cách thích hợp, vừa đảm bảo thực hiện được các mục tiêu chính, vừa phát triển được hệ thống giáo dục thể chất của đất nước; đó là: Đẩy lùi đói nghèo, ngành công nghiệp thể thao, các tổ chức thể thao lớn, các sự kiện thể thao quan trọng mang tầm cỡ quốc gia hoặc quốc tế sẽ cung cấp việc làm cho người lao động. Giáo dục thể chất trang bị cho mỗi cá nhân những kỹ năng cơ bản nhất trong việc rèn luyện sức khỏe, đảm bảo hiệu quả công việc, nâng cao chất lượng cuộc sống, đẩy lùi đói nghèo và bệnh tật.

Giáo dục thể chất nhận được sự quan tâm và đầu tư của chính phủ các nước Châu Á và môn học này có tầm giá trị tương đương với các môn

học khác. Cải cách trong giáo dục thể chất được xây dựng cho hệ thống giáo dục từ lứa tuổi mầm non, đến đại học, bao trùm tất cả mọi hoạt động thể chất, từ trong trường học đến bên ngoài trường học; Tăng cường, tạo sự giao lưu giữa học sinh, sinh viên, với đội ngũ đào tạo, để các em cảm thấy thoải mái hơn mỗi khi tham gia luyện tập; Đảm bảo cân bằng giới tính tham gia vào các hoạt động giáo dục thể chất; Đảm bảo cung cấp các trang thiết bị hiện đại, đầy đủ, phục vụ cho nhu cầu tập luyện thể thao của học sinh, sinh viên; Xây dựng các địa điểm tập luyện, các trung tâm có trang thiết bị phục vụ cho các em khuyết tật; Cân đối tài chính để giáo dục thể chất nhận được nguồn đầu tư đáng kể; Phát triển mô hình “Thể thao ngoài trường học”. Các chương trình, giải thi đấu thể thao của thanh thiếu niên sẽ được khuyến khích tổ chức tại các địa điểm công cộng lớn như công viên, bãi biển, với mục đích đưa con người lại gần với thiên nhiên và thu hút sự chú ý của cộng đồng hơn nữa.

Mặc dù trong thực tế, giáo dục thể chất trong trường học tại khu vực châu Á đang gặp nhiều khó khăn, cũng như chưa nhận được sự đầu tư hợp lý; tuy nhiên, không ai có thể phủ nhận được những mặt tích cực của thể thao trong việc đảm bảo sức khỏe HSSV.

2.3. Vị trí của thể thao trường học

Thể thao trường học (ngoại khóa) là hoạt động TDTT tự nguyện là chính, diễn ra theo hình thức tổ chức có người hướng dẫn hoặc tự tập, thường được tiến hành ngoài giờ học nội khóa, phù hợp với sở thích, giới tính, lứa tuổi và sức khỏe của HSSV.

Hoạt động thể thao có vị trí quan trọng trong giáo dục và TDTT trường học. Các hoạt động ngoại khóa kết hợp cùng với các hoạt động dạy học cấu thành một cấu trúc giáo dục trường học hoàn chỉnh, góp phần hoàn thành mục tiêu, nhiệm vụ giáo dục. Thể thao cùng với giáo dục thể chất (GDTC) nội khóa là một thể thống nhất của TDTT trường học và song song tồn tại, hỗ trợ, bổ sung cho nhau không thể thiếu mặt nào. Trong quá trình tổ chức tập luyện thể thao còn có thể giải quyết có hiệu quả các nhiệm vụ: tăng cường sức khỏe, phát triển toàn diện và hài hòa; giáo dục tố chất thể lực và hình thành các kỹ năng, kỹ xảo vận động cần thiết trong sinh hoạt và lao động; trang bị những tri thức cần thiết để thực hành TDTT trong lao động và đời sống hàng ngày; hình thành thể giới quan duy vật, sự giác ngộ về chính trị, giáo dục

chủ nghĩa yêu nước, ý thức tập thể..., đào tạo lực lượng hậu bị cho đội tuyển.

Việc tổ chức thể thao trường học được thực hiện trên các cơ sở luận điểm: Phù hợp với các mục tiêu, nhiệm vụ và nguyên tắc GDTC; Có sự liên hệ phối hợp chặt chẽ của tất cả các ngành, cơ quan, tổ chức quan tâm trực tiếp đến hoạt động này cũng như của gia đình và xã hội; Kế thừa kết quả GDTC trong trường học, giúp cho trường học tăng cường, nâng cao và mở rộng kiến thức, kỹ năng và kỹ xảo TDTT, tổ chức nghỉ ngơi lành mạnh cho HSSV; Sử dụng các hình thức hoạt động đa dạng, phù hợp với sự ham thích, đặc điểm lứa tuổi và trình độ thể lực của người tập; Thường xuyên dựa trên kỷ luật tự giác, sự ham thích và lợi ích của đối tượng tập luyện; Bảo đảm sự chỉ đạo về phương pháp và việc kiểm tra y học có chất lượng đối với tất cả các hình thức cơ bản về tập luyện TDTT ngoài trường học.

Như vậy trong khâu tổ chức, hướng dẫn thể thao cần nắm rõ đặc điểm phát triển tâm sinh lý đối tượng HSSV (lứa tuổi, giới tính, sức khỏe, chuyên ngành, nhu cầu, sở thích thể thao...), các điều kiện cần và đủ để thực hiện công tác này là: Phù hợp với xu hướng phát triển chung và đạt hiệu quả thực tiễn; Đáp ứng nhu cầu, sở thích của HSSV; tự nguyện, tự giác; có chương trình, kế hoạch cụ thể và có thể lồng ghép khoa học giữa tập luyện và thi đấu phong trào; xã hội hóa công tác TDTT, đảm bảo tính phổ thông đại chúng.

2.4. Mục đích của thể thao trường học

Thỏa mãn nhu cầu vận động của học sinh, sinh viên: Theo Tổ chức y tế thế giới (WHO) ước tính, khoảng 1.900.000 ca tử vong trên toàn cầu là do không hoạt động thể chất. Nguy cơ mắc bệnh tim mạch tăng lên đến 1,5 lần ở những người không tuân theo tối thiểu các hoạt động thể chất như khuyến nghị. Tổ chức y tế thế giới cũng cảnh báo: “Giảm hoạt động thể chất và chương trình GDTC trong trường học là một xu hướng đáng báo động trên toàn thế giới”. Do đó, tổ chức thêm hoạt động TDTT năng khiếu để thỏa mãn nhu cầu này là điều rất cần thiết.

Hình thành chế độ học tập - nghỉ ngơi hợp lý: Khi bước vào môi trường học tập HSSV sẽ phải đối mặt với hàng loạt các hoạt động đa dạng mà đòi hỏi họ phải có sự ưu tiên lựa chọn, sắp xếp thời gian hợp lý và khoa học để thích nghi và đạt hiệu quả tốt trong suốt quá trình đào tạo. TDTT là phương tiện để hợp lý chế độ hoạt động, nghỉ ngơi tích cực, giữ gìn và nâng cao năng lực hoạt

động trong tất cả các thời kỳ học tập ở trường, cho nên tầm quan trọng của TDTT cũng tăng lên tương ứng.

Tạo môi trường vận động, vui chơi, giải trí lành mạnh, hướng HSSV vào các hoạt động tích cực, tránh xa các tệ nạn xã hội: Bước vào thời kỳ hội nhập toàn cầu, kinh tế xã hội phát triển thì đời sống HSSV càng cao và các điều kiện để thỏa mãn các loại nhu cầu này càng đa dạng. Thực chất họ có những nhu cầu rất lành mạnh và chính đáng như: nhu cầu được vận động, tập luyện TDTT, vui chơi giải trí... nhưng hiện nay, do các trường còn nhiều khó khăn về sân bãi, cơ sở vật chất nên chưa thỏa mãn đầy đủ các yêu cầu này. Trong khi đó, môi trường xã hội bên ngoài thì phức tạp và luôn cám dỗ giới trẻ đi chệch hướng.

Phát triển toàn diện thể chất và nhân cách học sinh, sinh viên: Phát triển toàn diện về thể chất lẫn nhân cách là phát triển cả đức dục, trí dục, mỹ dục và thể dục. Thủ tướng Phạm Văn Đồng đã nói, Đức dục là tư tưởng. Trí dục là sự hiểu biết về văn hóa, khoa học, kỹ thuật. Mỹ dục là sự hiểu biết về những cái hay, cái đẹp. Cuối cùng là thể dục một mục tiêu không thể thiếu theo quan điểm giáo dục của chúng ta, là cơ sở để tiếp thu tốt đức dục, trí dục, mỹ dục. Do đó, cùng với GDTC thể chất nội khóa, thể thao ngoại khóa thể hiện rõ mục đích này.

Rèn luyện kỹ năng sống qua các hoạt động giao lưu, giao tiếp: Quan hệ giao lưu, giao tiếp ảnh hưởng trực tiếp đến sự hình thành và phát triển tâm lý, nhân cách của HSSV. Qua tham gia hoạt động thể thao trường học HSSV sẽ có cơ hội cùng gặp gỡ, tập luyện, giao tiếp với một nhóm người, một tập thể, một cộng đồng... Qua đó sẽ hình thành ở họ các kỹ năng sống như: giao tiếp, ứng xử, quyết định, thay đổi hành vi, lập mục tiêu,

sự tự tin, giảm căng thẳng, sự thành công cũng như học tập tinh thần đoàn kết và sự công bằng. Những tác động tích cực này cũng giúp chống lại những nguy cơ và tác hại do lối sống tĩnh tại, căng thẳng, cạnh tranh và nhiều áp lực gây ra khá phổ biến trong cuộc sống giới trẻ ngày nay.

III. KẾT LUẬN

Hoạt động thể thao có vị trí quan trọng trong giáo dục và TDTT trường học. Các hoạt động ngoại khóa kết hợp cùng với các hoạt động dạy học cấu thành một cấu trúc giáo dục trường học hoàn chỉnh, góp phần hoàn thành mục tiêu, nhiệm vụ giáo dục; là một thể thống nhất của TDTT trường học và song song tồn tại, hỗ trợ, bổ sung cho nhau không thể thiếu mặt nào. Trong quá trình tổ chức tập luyện thể thao còn có thể giải quyết có hiệu quả các nhiệm vụ: tăng cường sức khỏe, phát triển toàn diện và hài hòa; giáo dục tố chất thể lực và hình thành các kỹ năng, kỹ xảo vận động cần thiết trong sinh hoạt và lao động; trang bị những tri thức cần thiết để thực hành TDTT trong lao động và đời sống hàng ngày; hình thành thể giới quan duy vật, sự giác ngộ về chính trị, giáo dục chủ nghĩa yêu nước, ý thức tập thể..., đào tạo lực lượng hậu bị cho đội tuyển.

Với xu hướng hội nhập toàn cầu như hiện nay, nước ta đang có nhiều thời cơ thuận lợi để phát triển nhanh về mọi mặt. Một trong những biện pháp hữu hiệu để làm việc này là dùng hoạt động thể thao trường học như một phương tiện để thu hút HSSV tham gia, vừa có tác dụng giáo dục phẩm chất ý chí, nhân cách, rèn luyện sức khỏe, nâng cao tâm vóc giống nòi và vừa góp phần giúp HSSV sử dụng thời gian nhàn rỗi hợp lý, xa rời cám dỗ đời thường để chăm lo học tập, gây dựng tương lai.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2020), Thông tư số 48/2020/TT-BGDĐT, 31/12/2020 ban hành quy định tổ chức hoạt động TDTT ngoại khóa cho học sinh, sinh viên.
- Bộ Văn hóa Thể thao và Du lịch. (2019), Thông tư 01/2019/TT-BVHTTDL ngày 17/01/2019 của Bộ trưởng Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch quy định về đánh giá phong trào thể dục, thể thao quần chúng
- Chính phủ (2015), Nghị định số 11/2015/NĐ-CP, Quy định về giáo dục thể chất và hoạt động Thể thao trong nhà trường
- Chính phủ (2024) Quyết định số 1189/QĐ-TTg ngày 15/10/2024 của Thủ tướng Chính phủ: Phê duyệt Chiến lược phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045
- Trung tâm thông tin TDTT (2012), Bản tin số 8/2012