QUẢN LÝ HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT Ở TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ - ĐỊNH HƯỚNG PHÁT TRIỂN THỂ LỰC VÀ CHIỀU CAO CHO HỌC SINH

Phạm Anh Vũ
Khoa Giáo dục thể chất, Trường Sư phạm, Trường Đại học Vinh

Tóm tắt: *Bài viết phân tích cơ sở lý luận và đề xuất khung quản lý hoạt động giáo dục thể chất (GDTC) ở trường trung học cơ sở (THCS) theo tiếp cận nhiều lớp, hướng tới tăng cơ hội vận động an toàn, nâng cao thể lực và hỗ trợ sự phát triển thể chất lành mạnh của học sinh. Phương pháp chủ yếu là phân tích, đối chiếu văn bản chính sách và tổng hợp tài liệu khoa học. Kết quả là khung quản lý gồm bốn phần: lập kế hoạch; tổ chức điều kiện thực hiện; chỉ đạo và phối hợp; kiểm tra, đánh giá và cải tiến. Bài viết gợi ý các chỉ báo theo dõi và quy trình vận dụng ở cấp trường. Đây là đề xuất lý luận, chưa phải kết quả khảo sát hay thử nghiệm tại Nghệ An.*

Từ khóa*: quản lý giáo dục; giáo dục thể chất; trung học cơ sở; thể lực và chiều cao.*

MANAGEMENT OF PHYSICAL EDUCATION ACTIVITIES IN LOWER SECONDARY SCHOOLS: AN ORIENTATION TOWARD DEVELOPING STUDENTS' PHYSICAL FITNESS AND HEIGHT GROWTH

Abstract: *This article examines the theoretical foundations and proposes a multi-level management framework for physical education (PE) activities in lower secondary schools, aiming to increase opportunities for safe physical activity, enhance students' physical fitness, and support their healthy physical development. The study primarily employs policy document analysis, comparative analysis, and a synthesis of relevant scientific literature. The proposed management framework comprises four key components: (1) planning; (2) organizing and ensuring the conditions necessary for implementation; (3) directing and coordinating activities; and (4) monitoring, evaluation, and continuous improvement. The article also suggests a set of monitoring indicators and an implementation process at the school level. This study presents a theoretical proposal rather than empirical findings derived from surveys or experimental interventions conducted in Nghe An Province, Vietnam.*

Keywords: *Educational management; physical education; lower secondary schools; physical fitness; height growth.*

Nhận bài: 18/09/2026 Phản biện: 18/10/2026 Duyệt đăng: 22/10/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất có vai trò trong phát triển toàn diện học sinh, đặc biệt ở cấp THCS, khi nhu cầu vận động và đặc điểm phát triển thể chất có sự khác biệt lớn giữa các em. Chương trình giáo dục phổ thông năm 2018 và các quy định về GDTC, thể thao trường học xác lập trách nhiệm tổ chức hoạt động phù hợp của nhà trường. Tổ chức Y tế thế giới khuyến nghị trẻ em và thanh thiếu niên 5–17 tuổi hoạt động thể lực mức vừa đến mạnh trung bình 60 phút mỗi ngày trong tuần. Khuyến nghị này là định hướng sức khỏe, không phải định mức bắt buộc của từng tiết học. Tuy nhiên, nếu chỉ quản lý theo số tiết học, số cuộc thi hoặc thành tích thể thao, nhà trường khó đánh giá được học sinh có thực sự được vận động thường xuyên, phù hợp và an toàn hay không. Tiếp cận "trường học nâng cao sức khỏe" coi sự tham gia của lãnh đạo, giáo viên, học sinh, gia đình cùng việc phân bổ nguồn lực và theo dõi chất lượng là các điều kiện liên kết. Từ đó, bài viết đặt câu hỏi: cần xây dựng khung quản lý như thế nào để gắn chương trình GDTC với cơ hội vận động thường ngày và khả năng cải tiến hoạt động tại trường THCS.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Bài viết sử dụng phương pháp nghiên cứu lý luận, gồm: (i) phân tích các văn bản và khuyến nghị về GDTC, sức khỏe học đường; (ii) tổng hợp một số công trình về can thiệp vận động trong trường học; (iii) hệ thống hóa các chức năng quản lý và xây dựng khung chỉ báo theo logic "đầu vào – quá trình – kết quả".

III. KẾT QUẢ PHÂN TÍCH VÀ THẢO LUẬN

3.1. Từ quản lý tiết học đến quản lý cơ hội vận động

Đối tượng quản lý cần được mở rộng từ hoạt động chính khóa sang những cơ hội vận động bổ trợ trong ngày học: giờ ra chơi, câu lạc bộ, trò chơi vận động và sự phối hợp giữa trường với gia đình. Tổng quan cho thấy các can thiệp tại trường trung học có kết quả không đồng nhất; vì vậy, cần quan tâm đến chất lượng triển khai, nguồn lực và khả năng duy trì, thay vì giả định cứ tăng số buổi tập là kết quả sẽ tăng tương ứng. Trọng tâm quản lý nên là mức độ tiếp cận, tính phù hợp, sự an toàn và tiến bộ của người học.

3.2. Khung quản lý đề xuất

Trên cơ sở các chức năng quản lý giáo dục, bài viết đề xuất bốn cấu phần gắn với minh chứng có thể ghi nhận tại cấp trường (Bảng 1).

Bảng 1. Khung quản lý GDTC và các chỉ báo gợi ý

Cấu phần	Nội dung quản lý	Minh chứng/chỉ báo gợi ý
Lập kế hoạch	Xác định nhu cầu, mục tiêu, lịch hoạt động và tiêu chí đánh giá.	Kế hoạch có mục tiêu rõ; có khảo sát nhu cầu; phân công cụ thể.
Tổ chức điều kiện	Bố trí giáo viên, thời gian, sân bãi; kiểm soát an toàn và tiếp cận.	Tỷ lệ hoạt động tổ chức đúng lịch; điều kiện dụng cụ, sân bãi được kiểm tra.
Chỉ đạo, phối hợp	Hỗ trợ chuyên môn; phối hợp giáo viên, y tế trường học và phụ huynh.	Có đầu mối trách nhiệm; hoạt động bồi dưỡng; kênh tiếp nhận phản hồi.
Đánh giá, cải tiến	Theo dõi tham gia, chất lượng thực hiện và điều chỉnh theo minh chứng.	Tỷ lệ tham gia phù hợp; phản hồi học sinh; biên bản điều chỉnh định kỳ.

3.3. Quy trình vận dụng tại trường THCS

Giai đoạn chuẩn bị: Ban giám hiệu cùng tổ chuyên môn rà soát thời khóa biểu, điều kiện vận động, nhu cầu của học sinh và những rào cản tham gia. Trên cơ sở đó, nhà trường lựa chọn một số hoạt động khả thi, phù hợp với điều kiện thực tế; xác định rõ người phụ trách, phương án an toàn và cách ghi nhận kết quả. Không xem việc đầu tư nhiều thiết bị là điều kiện tiên quyết của mọi giải pháp. Giai đoạn triển khai: Hoạt động được tổ chức theo kế hoạch có phối hợp giữa giáo viên GDTC, giáo viên chủ nhiệm, nhân viên y tế và gia đình. Khuyến khích nhiều hình thức vận động tự nguyện, có điều chỉnh cho học sinh có nhu cầu hỗ trợ. Việc lựa chọn nội dung, cường độ và hình thức tham gia phải do người có chuyên môn xem xét, bảo đảm an toàn và không gây áp lực về thành tích hay hình thể. Giai đoạn đánh giá: Nhà trường theo dõi tỷ lệ hoạt động thực hiện, mức tham gia, cảm nhận của học sinh, sự cố an toàn và các khó khăn phát sinh; sau đó họp rà soát để điều chỉnh kế hoạch. Có thể đánh giá thể lực phù hợp lứa tuổi khi đáp ứng điều kiện chuyên môn và các quy định liên quan. Dữ liệu cần được thu thập tối thiểu, bảo mật và chỉ công bố ở mức tổng hợp khi có sự chấp thuận cần thiết.

3.4. Ý nghĩa và giới hạn của đề xuất

Khung đề xuất giúp người quản lý nhìn thấy mối liên hệ giữa kế hoạch, nguồn lực, tổ chức và kết quả; đồng thời tạo căn cứ cho việc khảo sát thực trạng tại các trường THCS ở Nghệ An trong nghiên cứu tiếp theo. Để kiểm định, cần tham vấn chuyên gia, thử nghiệm công cụ và đối chiếu phiếu hỏi với hồ sơ, quan sát, phỏng vấn. Đặc biệt, tăng trưởng chiều cao chịu tác động của nhiều yếu tố như di truyền, dinh dưỡng và quá trình phát triển sinh học [6]; vì thế, không thể quy việc tăng chiều cao trong thời gian ngắn cho một giải pháp quản lý hay bài tập cụ thể.

IV. KẾT LUẬN

Quản lý GDTC theo tiếp cận toàn trường nhấn mạnh việc tạo cơ hội vận động đều đặn, an toàn và phù hợp cho mọi học sinh, thay vì chỉ hoàn thành số tiết học. Bốn cấu phần đề xuất — lập kế hoạch, tổ chức điều kiện, chỉ đạo và phối hợp, đánh giá và cải tiến — có thể làm cơ sở xây dựng công cụ khảo sát và giải pháp quản lý tại trường THCS. Cần tiếp tục kiểm định tính cần thiết, khả thi và hiệu quả của khung trong thực tế trước khi đưa ra kết luận về tác động. Mục tiêu ưu tiên là thể lực, sức khỏe và chất lượng tham gia vận động; chiều cao chỉ nên được xem là chỉ báo phát triển dài hạn mang tính mô tả.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018). Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 ban hành Chương trình giáo dục phổ thông.

Chính phủ (2015). Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể thao trong nhà trường.

World Health Organization (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: At a glance. Geneva: WHO.

World Health Organization & UNESCO (2021). Making every school a health-promoting school: Global standards and indicators. Geneva: WHO.

Contardo Ayala, A. M., et al. (2024). Effectiveness of intervention strategies to increase adolescents' physical activity and reduce sedentary time in secondary school settings. Sports Medicine – Open, 10, 25. https://doi.org/10.1186/s40798-024-00688-7

Lui, J. C., Palmer, A. C., & Christian, P. (2024). Nutrition, other environmental influences, and genetics in the determination of human stature. Annual Review of Nutrition, 44, 205–229. https://doi.org/10.1146/annurev-nutr-061121-091112