MỘT SỐ GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC, THỂ THAO, RÈN LUYỆN THỂ LỰC CHO CÁN BỘ, HỌC VIÊN HỌC VIỆN CẢNH SÁT NHÂN DÂN

ĐÀO QUỐC VIỆT
Khoa Cảnh sát vũ trang,
Học viện Cảnh sát nhân dân

Nhận bài ngày 21/4/2025. Sửa chữa xong 28/4/2025. Duyệt đăng 07/5/2025.

Abstract

Improving the effectiveness of physical training and sports activities for officers and students of the People's Police Academy is a crucial task today. This effort aims to address existing limitations in physical training, develop, and effectively implement solutions to enhance the physical strength and health of officers and students, thereby meeting the operational requirements of the Public Security sector and successfully fulfilling the tasks assigned by the Party, the State, and the people.

Keywords: *Physical education, physical training, physical exercise, sports, health training.*

1. Đặt vấn đề

Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường đại học hiên nay là một bộ phận hết sức quan trọng và cơ bản của hoạt động thể dục thể thao, có vai trò tăng cường sức khỏe, nâng cao thể lực sinh viên (SV), góp phần tích cực vào việc bồi dưỡng, đào tạo con người phát triển toàn diện để xây dựng và bảo vệ Tổ quốc. GDTC là một trong những mục tiêu giáo dục toàn diện của Đảng và Nhà nước ta, nằm trong hệ thống giáo dục quốc dân nói chung và giáo dục quốc phòng, an ninh nói riêng. Những năm qua, Học viện Cảnh sát nhân dân đã chủ động, tích cực tổ chức, triển khai nhiều biện pháp, hình thức nhằm cụ thể hóa các Chỉ thị, Nghị quyết của Đảng, của Ngành vào thực tiễn như: Chỉ thị số 12/CT-BCA ngày 20/10/2020 [1, tr. 9], về tiếp tục đẩy mạnh thực hiện Nghị quyết số 17-NQ/ĐUCA, đề án "Xây dựng lực lượng Công an nhân dân (CAND) đến năm 2030 cách mạng, chính quy, tinh nhuệ, hiện đại" nhằm đáp ứng yêu cầu công tác, chiến đấu và xây dựng lực lượng [2, tr. 18]. Vì vậy, nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục, thể thao (TDTT), rèn luyện thể lực cho cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân là nhiệm vụ quan trọng hiện nay.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Vai trò của hoạt động rèn luyện thể dục, thể thao đối với sức khỏe con người

Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn mong muốn mọi người dân đều được khỏe mạnh để xây dựng cuộc sống ấm no hạnh phúc. Người cũng dành sự quan tâm, chăm lo đặc biệt đến sự phát triển của nền TDTTnước nhà. Những lời dạy của Bác về TDTT: "Phải siêng năng tập TDTT cho mình mẩy được nở nang và ra sức giúp việc cho Nhi đồng cứu vong Hội"; "Luyện tập thân thể cho mạnh mẽ"; "Thể dục: làm cho thân thể khỏe mạnh, đồng thời cần giữ gìn vệ sinh và vệ sinh chung"; "Luôn luôn rèn luyện thân thể cho khỏe mạnh. Khỏe mạnh thì mới có đủ sức để tham gia một cách dẻo dai bền bỉ nhưng công việc ích nước lợi dân"; "Công dân đều bình đẳng trước pháp luật. Nhà nước chú trọng đặc biệt việc giáo dục thanh niên về đức dục, trí dục và thể dục,... [3, tr. 26-29] nhất là những lời căn dặn của Người khi về thăm và nói chuyện với đồng bào, cán bộ các tỉnh: Cao Bằng (21/02/1961), Tuyên Quang (25/03/1961), xã Đại Nghĩa, tỉnh Hà Đông (7/10/1961), xã Quảng An, Hà Nội (29/9/1962), Nam Định (22/5/1963), rồi đến Bắc

Email: daoquocviet@gmail.com

Ninh, Quảng Ninh, Thanh Hóa, Nghệ An, Hải Phòng,… luôn là ngọn đuốc sáng soi rọi, chỉ lối dẫn đường cho nhiệm vụ thể dục thể thao cách mạng hôm nay và mai sau.

Trong mấy thập kỷ qua, lời kêu gọi toàn dân tập thể dục của Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn nhận được sự hưởng ứng rộng khắp của mọi tầng lớp nhân dân. Các cuộc vận động toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại đã được tổ chức hàng năm trên mọi miền Tổ quốc với sự tham gia tích cực của hàng triệu người. Bên cạnh đó, Chủ tịch Hồ Chí Minh đã dành cho ngành TDTT những tình cảm sâu sắc và sự chăm lo to lớn. Từ tổ chức bộ máy cho đến các phong trào TDTT. Đặc biệt là việc đào tạo, bồi dưỡng, giáo dục đội ngũ cán bộ TDTT. Bác ân cần căn dặn: Cán bộ TDTT thì phải học tập chính trị, nghiên cứu nghiệp vụ và hăng hái công tác vì đó là một công tác trong các công tác cách mạng. Tháng 3 năm 1960 tại hội nghị cán bộ TDTT Người đã nhấn mạnh: TDTT là công tác cách mạng - đó là một tư tưởng lớn của Chủ tịch Hồ Chí Minh về TDTT. Tư tưởng lớn đó mang tính chỉ đạo chiến lược, có vị trí quan trọng trong sự nghiệp cách mạng của Đảng của toàn dân tộc. Không chỉ có ngành TDTT quan tâm đến sự phát triển của thể thao nước nhà mà đó còn là trách nhiệm của các cấp ủy Đảng, chính quyền các cấp mà còn của toàn dân, toàn xã hội.

Việc rèn luyện thân thể có tác dụng phòng bệnh và chữa bệnh rất tích cực, lấy lại sự cân bằng âm dương của cơ thể con người. Nếu con người không vận động, không rèn luyện thì khả năng thích nghi kém, tuổi thọ không thể kéo dài. Vận động và rèn luyện là để ngày càng hoàn thiện về thể chất, nâng cao thể lực, tinh thần thoải mái, rèn luyện thân thể kết hợp với giữ gìn vệ sinh càng có tác dụng trong việc phòng bệnh và nâng cao sức khỏe con người. Khi cơ thể con người khỏe mạnh thì sẽ vượt qua và đẩy lùi được bệnh tật, chống trả được vi trùng xâm nhập vào cơ thể; khi cơ thể lành mạnh, tinh thần sung mãn thì con người sẽ thích ứng được với những điều kiện thời tiết thay đổi. Cơ thể tốt, thần kinh tốt, tinh thần tốt thì tránh được mọi bệnh tật.

Ngoài việc tăng cường sức đề kháng và năng lực thích ứng của cơ thể con người, TDTT có vai trò to lớn trong việc nâng cao sức khỏe toàn diện cho con người. Sức khỏe toàn diện là sự phát triển đầy đủ các tố chất thể lực như: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền bỉ dẻo dai và sự khéo léo. Những yếu tố này chỉ có thể đạt được nhờ luyện tập TDTT thường xuyên. Khi con người có sức khỏe toàn diện thì sẽ nâng cao được năng lực thể chất. Năng lực thể chất có vai trò hết sức quan trọng trong cuộc sống, lao động, công tác và trong học tập. Có năng lực thể chất tốt sẽ giúp con người vượt qua được mọi khó khăn, hoàn thành tốt được mọi công việc. Muốn có năng lực thể chất tốt đòi hỏi con người phải có lòng kiên trì, quyết tâm cao trong việc rèn luyện thân thể. Bản thân Người có những lúc bị yếu mệt nhưng Người vẫn cố gắng dậy vận động thân thể, tập một số động tác thể dục nhẹ nhàng, hoặc đi bộ, tập leo núi... Chính vì tập luyện TDTT có vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe con người nên mỗi cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân phải thường xuyên tập luyện TDTT để nâng cao sức khỏe phục vụ tốt cho quá trình học tập, công tác, góp phần vào công cuộc xây dựng và bảo vệ Tổ quốc XHCN đúng như sinh thời Chủ tịch Hồ Chí Minh kêu gọi toàn dân luyện tập TDTT, rèn luyện thân thể, người khỏe mạnh thì mới đủ sức tham gia mọi công tác cách mạng. Người nói: "Mỗi một người dân yếu ớt, tức là làm cho cả nước yếu ớt một phần; mỗi một người dân mạnh khỏe, tức là góp phần cho cả nước mạnh khỏe" [4, tr. 3-5]. Điều đó có ý nghĩa sâu sắc không chỉ về sức khỏe của nhân dân mà cả về vật chất và tinh thần của dân tộc.

2.2. Thực trạng hoạt động rèn luyện thể dục, thể thao của cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân

Xác định việc rèn luyện TDTT, rèn luyện thể lực cho cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân có vai trò hết sức quan trọng trong thực hiện nhiệm vụ, đáp ứng yêu cầu công tác và chiến đấu, xây dựng lực lượng Công an "chính quy, tinh nhuệ, từng bước hiện đại", Đoàn Thanh niên, công đoàn nhà trường đã tổ chức nhiều hoạt động nâng cao chất lượng phong trào TDTT, rèn luyện thể lực trong trường với nhiều hình thức đa dạng nhằm rèn luyện sức khỏe, đồng thời tạo nền tảng thể lực tốt cho cán bộ, học viên đạt các tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định của ngành Công an.

Đối với các hoạt động TDTT Học viện chỉ đạo các khoa, phòng, trung tâm tích cực hưởng ứng cuộc vận động "Toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại" và phát triển phong trào TDTT với khẩu hiệu "Khỏe để bảo vệ an ninh Tổ quốc", tham gia các hoạt động TDTT chào mừng các ngày lễ lớn của Đảng, Nhà nước, của ngành và các giải thể thao do Bộ Công an và Học viện tổ chức; phát động mỗi khoa, phòng, trung

tâm phát triển các môn thể thao phù hợp với cán bộ, chiến sỹ, trong đó tạo điều kiện cho cán bộ, học viên chọn một môn thể thao yêu thích phù hợp để tập luyện hằng ngày như: bóng đá, bóng chuyền, cầu lông,… Ngoài ra, các đơn vị trực thuộc còn kết hợp với các đơn vị bên ngoài địa phương kết nghĩa tổ chức các giải thể thao, tạo sân chơi sinh hoạt lành mạnh, đáp ứng nhu cầu vui chơi, giải trí cho cán bộ, học viên. Qua đó đã góp phần tăng cường sức khỏe, cải thiện đời sống tinh thần của cán bộ, chiến sỹ; đồng thời tạo điều kiện để cán bộ, chiến sỹ được giao lưu, tạo sự đoàn kết, cùng nhau xây dựng lối sống lành mạnh bổ ích.

Bên cạnh các hoạt động TDTT, các khoa, phòng, trung tâm còn đảm bảo 100% cán bộ, học viên tự tập luyện các nội dung kiểm tra rèn luyện thể lực theo quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong CAND với 4 môn: chạy 100m, chạy 1.500m, nhảy xa và kéo xà đơn. Qua đó đã tổ chức kiểm tra các nội dung rèn luyện thể lực theo kế hoạch, đảm bảo phù hợp với điều kiện của Học viện và phục vụ công tác kiểm tra, đánh giá thể lực hằng năm và nhu cầu công tác, chiến đấu của Học viện Cảnh sát nhân dân. Với tinh thần tự rèn luyện, chăm lo thể lực và sức khỏe theo gương Bác Hồ vĩ đại, mỗi cán bộ, học viên luôn đảm bảo sức khỏe, phục vụ có hiệu quả sự nghiệp bảo vệ an ninh trật tự trong tình hình mới, góp phần thúc đẩy phong trào TDTT, rèn luyện thể lực trong toàn lực lượng ngày càng lớn mạnh.

2.3. Một số giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục, thể thao, rèn luyện thể lực cho cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân

Nhằm khắc phục những hạn chế còn tồn tại trong công tác TDTT, xây dựng và thực hiện hiệu quả các giải pháp nâng cao thể lực, sức khỏe cho cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân đáp ứng yêu cầu, nhiệm vụ của ngành Công an, trong đó cần nhấn mạnh một số nội dung trọng tâm:

2.3.1. Tăng cường sự lãnh đạo của cấp ủy đảng, thủ trưởng đơn vị đối với công tác thể dục thể thao

Cấp ủy, thủ trưởng đơn vị phải trực tiếp lãnh đạo, chỉ đạo và chịu trách nhiệm chính về chất lượng, hiệu quả công tác TDTT của đơn vị. Tạo điều kiện thuận lợi về thời gian, cơ sở vật chất; động viên, khuyến khích cán bộ, chiến sỹ tự giác, thường xuyên tập luyện hằng ngày và tham gia các hoạt động TDTT do các cấp tổ chức. Hằng tuần, dành ít nhất 1 buổi với thời gian 30 phút trong giờ làm việc để tổ chức rèn luyện thể lực. Nâng cao chất lượng công tác kiểm tra rèn luyện thể lực theo tiêu chuẩn, lấy kết quả rèn luyện thể lực làm một trong những tiêu chí đánh giá chất lượng cán bộ và bình xét danh hiệu thi đua hằng năm. Công tác TDTT luôn đóng vai trò hết sức quan trọng trong công tác xây dựng lực lượng CAND. Việc phát triển hiệu quả phong trào TDTT trong Học viện đã góp phần nâng cao sức khỏe, thể chất cho cán bộ, học viên; rèn luyện bản lĩnh, tinh thần quyết tâm vượt qua khó khăn, gian khổ, hoàn thành xuất sắc mọi nhiệm vụ được giao. Bởi cán bộ, học viên là lực lượng vũ trang trọng yếu, giữ vai trò quan trọng, nòng cốt trong sự nghiệp bảo vệ an ninh quốc gia, bảo đảm trật tự, an toàn xã hội. Vì vậy, một trong những yêu cầu quan trọng là mỗi cán bộ, chiến sỹ Công an là phải có sức khỏe tốt, khỏe để bảo vệ Tổ quốc, đảm bảo đáp ứng các yêu cầu công tác chuyên môn trên từng lĩnh vực. Trong suốt quá trình xây dựng, chiến đấu và trưởng thành của lực lượng CAND, công tác TDTT luôn có vai trò đặc biệt quan trọng đối với việc rèn luyện thể chất, nâng cao sức khỏe, thể lực, tăng cường bản lĩnh và ý chí chiến đấu cho cán bộ, chiến sỹ. Trong đó, ưu tiên đầu tư phát triển các môn thể thao truyền thống, thế mạnh của lực lượng CAND như: bắn súng, võ thuật, điền kinh, bơi lội, bóng đá, bóng chuyền.

2.3.2. Tuyên truyền, phổ biến, quán triệt đường lối, chủ trương của Đảng, chính sách, pháp luật của Nhà nước về thể dục thể thao

Trong đó chú trọng tuyên truyền Luật Thể dục, thể thao và Luật sửa đổi, bổ sung một số điêu của Luật Luật Thể dục, thể thao năm 2018. Tập trung nghiên cứu, xây dựng, ban hành và tổ chức triển khai thực hiện Thông tư mới quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo định hướng nâng cao sức khỏe, thể lực, tinh thần chiến đấu; Thông tư quy định nội dung tổ chức huấn luyện, thi đấu thể thao ứng dụng nghiệp vụ trong CAND, trong đó quy định bắt buộc cán bộ, chiến sỹ các đơn vị trực tiếp chiến đấu phải tham gia tập luyện các môn chiến sĩ Công an khỏe, chạy vũ trang-việt dã, bắn súng quân dụng, bơi ứng dụng, võ thuật ứng dụng và nghiệp vụ chữa cháy và cứu nạn, cứu hộ; Quy định Tiêu chí đánh giá phong trào TDTT trong CAND và lấy kết quả phong trào TDTT là một trong những tiêu chí đánh giá, bình xét danh hiệu thi đua hằng năm đối với Công an các đơn vị khoa, phòng, trung tâm của Học viện.

2.3.3. Ổn định hệ thống thi đấu thể dục thể thao phong trào theo định kỳ, hằng năm tổ chức các giải, hội thao trong đơn vị

Cụm thi đua khối các đơn vị khoa, phòng, trung tâm mỗi năm một lần tổ chức hội thao theo Cụm thi đua. Bộ Công an tổ chức hội thao toàn lực lượng mỗi năm một lần và 05 năm một lần tổ chức Đại hội khỏe "Vì an ninh Tổ quốc"… Nội dung thi đấu gồm các môn thể thao ứng dụng nghiệp vụ và các môn thể thao phong trào phát triển (như Chiến sỹ Công an khỏe, Bơi ứng dụng, Bắn súng, Võ ứng dụng, Bóng bàn, Cầu lông, Quần vợt…). Trong đó, xác định các môn thể thao Olympic mang tính ứng dụng nghiệp vụ để đầu tư, động viên, khuyến khích, tạo điều kiện cho cán bộ, chiến sỹ tham gia, tạo nguồn lực vận động viên thành tích cao của Bộ Công an như điền kinh, bơi, bắn súng, võ thuật; tăng cường các môn thể thao theo phong trào có nội dung thi đấu dành cho lãnh đạo, giải đồng đội, giải gia đình thể thao…Thành lập và đẩy mạnh hoạt động của các câu lạc bộ thể thao tại Học viện như: Câu lạc bộ cầu lông, câu lạc bộ bắn súng, cải lạc bộ bơi lội,…khuyến khích các khoa, phòng, trung tâm tham dự các hoạt động TDTT; khai thác các nguồn kinh phí tài trợ hợp pháp từ các tổ chức, cá nhân nhằm nâng cao tính hấp dẫn trong việc tổ chức thi đấu, thu hút đông đảo cán bộ, chiến sĩ tham gia.

2.3.4. Xây dựng Đề án phát triển thể thao thành tích cao ổn định, bền vững

Cụ thể là ưu tiên đầu tư các môn thể thao trọng điểm, mũi nhọn (trong đó có môn Bóng đá), chú trọng các môn thể thao mang tính ứng dụng nghiệp vụ CAND nhằm tuyển chọn, đào tạo, huấn luyện các tài năng thể thao cho lực lượng CAND mang tính chuyên nghiệp, đảm bảo gắn kết đào tạo các tuyến, các lớp kế cận; tổ chức quản lý, huấn luyện đào tạo hiệu quả, khoa học, khắc phục tình trạng sử dụng vận động viên theo "thời vụ"; tiếp thu, ứng dụng nghiên cứu khoa học, y học thể thao cho công tác huấn luyện, đào tạo, quản lý dữ liệu về vận động viên đóng góp nhiều thành tích tại đấu trường khu vực và thế giới; nghiên cứu đề xuất sửa đổi chế độ, chính sách tuyển chọn, đãi ngộ cho vận động viên thể thao thành tích cao, như: chế độ tiền lương tiền thưởng, điều kiện ăn ở, tập luyện, thi đấu…; chính sách đối với vận động viên sau khi kết thúc thi đấu chuyên nghiệp, từ đó xây dựng phương án thu hút, bổ sung lực lượng vận động viên thể thao thành tích cao (không thuộc biên chế CAND), nhất là các vận động viên đã đạt nhiều thành tích quốc gia, quốc tế và vận động viên các môn thể thao ứng dụng, làm công tác huấn luyện phục vụ chiến đấu. Nghiên cứu, đề xuất xã hội hóa các hoạt động thể thao đỉnh cao bằng hình thức xây dựng các câu lạc bộ, tiến tới thành lập Hiệp hội thể thao CAND.

2.3.5. Nâng cao nhận thức cho cán bộ, học viên Học viện Cảnh sát nhân dân

Nâng cao nhận thức cho cán bộ, học viên để họ thấy được vai trò của hoạt động rèn luyện TDTT đối với sức khỏe của con người như Chủ tịch Hồ Chí Minh chỉ ra: "Muốn lao động sản xuất tốt, công tác và học tập tốt thì cần có sức khỏe. Muốn giữ sức khỏe thì nên phát triển phong trào TDTT cho rộng khắp". Thông qua phục vụ sức khỏe cho mọi người, TDTT góp phần phục vụ tất cả các hoạt động phát triển kinh tế, văn hóa, xã hội, giáo dục…Người rất coi trọng TDTT đối với thế hệ trẻ vì đây là lực lượng tương lai của đất nước, trong đó có giáo dục thể chất tuổi trẻ học đường trong nền giáo dục toàn diện. Người đã chỉ ra những yếu tố cơ bản của nền giáo dục toàn diện gồm thể dục, trí dục, đức dục và mỹ dục. Đây là bốn yếu tố cơ bản có quan hệ mật thiết với nhau trong một chỉnh thể thống nhất giáo dục và đào tạo con người phát triển toàn diện. Người khẳng định "Mỗi một người dân yếu ớt tức làm cho cả nước yếu ớt một phần; mỗi một người dân mạnh khỏe, tức là góp phần cho cả nước mạnh khỏe". "Vậy nên luyện tập thể dục, bồi bổ sức khỏe là bổn phận của mỗi một người dân yêu nước". Bác chỉ dẫn: "Mỗi người lúc ngủ dậy, tập ít phút thể dục, ngày nào cũng tập thì khí huyết lưu thông, tinh thần đầy đủ. Như vậy là sức khỏe. Dân cường thì quốc thịnh. Tôi mong đồng bào ta ai cũng gắng tập thể dục. Tự tôi ngày nào tôi cũng tập". Đặc biệt với công việc của ngành Công an càng đòi hỏi cán bộ, chiến sỹ phải có sức khỏe tốt mới hoàn thành tốt được nhiệm vụ của Đảng, nhà nước và nhân dân giao phó.

2.3.6. Tăng cường khai thác, sử dụng hiệu quả các công trình, trang thiết bị thể dục thể thao hiện có

Khai thác, sử dụng hiệu quả các công trình, trang thiết bị TDTT hiện có, tạo mọi điều kiện thuận lợi để đáp ứng nhu cầu tập luyện và thi đấu cho cán bộ, chiến sĩ. Nghiên cứu đầu tư, xây dựng Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân có đủ trang bị, điều kiện tập luyện, thi đấu ngang tầm các Trung tâm thể thao lớn trong cả nước.

Xem tiếp trang 195