ĐÁNH GIÁ NĂNG LỰC BƠI LỘI CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

NGUYỄN TẤT HÀO
Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh

Nhận bài ngày 04/4/2025. Sửa chữa xong 12/5/2025. Duyệt đăng 19/4/2025.

Abstract

Assessing swimming competence appropriate to the student population of Ho Chi Minh City University of Law is an issue that deserves focused research in the context of current reforms in physical education. This study employs specialized scientific research methods in the field of physical training and sports to investigate, analyze, and identify a suitable set of assessment criteria. The research results have determined seven scientifically grounded criteria that ensure reliability and practical applicability. These serve as an important basis for lecturers to use in evaluating students' swimming competence, thereby contributing to improving the quality of swimming instruction and the overall effectiveness of physical education activities in non-sport-specialized higher education institutions.

Keywords: *Criteria, assessment, proficiency, swimming, swimming competence, students.*

1. Đặt vấn đề

Trong bối cảnh giáo dục đại học đang hướng đến mục tiêu phát triển toàn diện người học, thể chất bên cạnh trí tuệ và tinh thần trở thành một trong những trụ cột quan trọng trong chương trình đào tạo. Theo định hướng của chương trình Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường đại học, bơi lội là một trong những môn thể thao được khuyến khích đưa vào giảng dạy nhằm rèn luyện sức khỏe, phát triển kĩ năng vận động, tăng cường khả năng thích ứng với môi trường sống, đồng thời góp phần phòng tránh tai nạn dưới nước [1]. Tuy nhiên, trên thực tế, việc tổ chức giảng dạy và đặc biệt là đánh giá năng lực bơi lội của sinh viên (SV) tại nhiều cơ sở đào tạo, nhất là các trường không chuyên thể thao còn chưa được quan tâm một cách đầy đủ và hệ thống. Phần lớn hoạt động đánh giá vẫn mang tính định tính, chưa có bộ tiêu chí cụ thể, rõ ràng và phù hợp với trình độ, đặc điểm và mục tiêu đào tạo của từng nhóm đối tượng SV. Nhiều nơi vẫn áp dụng cách đánh giá chung, chủ yếu dựa trên kết quả bơi quãng đường tối thiểu, trong khi chưa xem xét đến các yếu tố kĩ thuật, kĩ năng sinh tồn dưới nước hay mức độ tự tin của người học khi tiếp xúc với môi trường nước [2].Tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh, nơi phần lớn SV không chuyên về thể dục thể thao, việc đánh giá năng lực bơi lội càng cần được thiết kế phù hợp, khoa học và thực tiễn hơn. Việc xây dựng một hệ thống tiêu chí đánh giá rõ ràng, có cơ sở khoa học và khả năng áp dụng trong giảng dạy sẽ giúp giảng viên (GV) kiểm tra, đánh giá SV một cách khách quan, đồng thời nâng cao chất lượng giảng dạy học phần bơi trong chương trình GDTC. Xuất phát từ nhu cầu thực tiễn đó, bài viết tập trung phân tích, đánh giá thực trạng hiện nay, đồng thời đề xuất một hệ thống tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội phù hợp với SV Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Khái niệm "năng lực bơi lội"

2.1.1. Khái niệm "bơi lội"

Bơi lội là hoạt động vận động dưới nước, giúp phát triển thể lực toàn diện, tăng cường sức khỏe và phòng chống tai nạn đuối nước [3] hay bơi lội là môn thể thao dưới nước, do tác dụng của sự vận động

Email: nthao@hcmulaw.edu.vn

toàn thân, đặc biệt là sự vận động của chân, tay mà người bơi có thể vượt qua được những khoảng đường dưới nước với những tốc độ nhất định [4].

2.1.2. Khái niệm "năng lực bơi lội": Năng lực bơi lội được hiểu là khả năng của một cá nhân trong việc thực hiện các kĩ thuật bơi một cách hiệu quả và an toàn, bao gồm việc nắm vững các kiểu bơi cơ bản, khả năng duy trì thể lực trong môi trường nước và ứng dụng kĩ năng bơi vào các tình huống thực tế [5]. Ngoài ra "năng lực bơi lội" là tổng hợp các kĩ năng, kĩ thuật và kiến thức cần thiết để thực hiện các kiểu bơi một cách hiệu quả, đảm bảo an toàn và đạt được mục tiêu luyện tập hoặc thi đấu [6]. Như vậy, năng lực bơi lội được hiểu là khả năng vận dụng kiến thức và kĩ năng bơi lội để thực hiện các động tác bơi đúng kĩ thuật, đảm bảo an toàn và hiệu quả trong môi trường nước, phục vụ cho mục đích rèn luyện sức khỏe và phòng tránh tai nạn đuối nước.

2.2. Xác định các tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội của sinh viên Trường Đại học Luật Thành phố Hồ Chí Minh hiện nay

Qua khảo sát và phỏng vấn 30 chuyên gia và huấn luyện viên bơi lội, cùng với 156 GV GDTC ở các trường đại học tại TP. Hồ Chí Minh, kết quả cho thấy hiện nay tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội tại nhiều cơ sở giáo dục vẫn còn thiếu thống nhất. Một số trường sử dụng tiêu chí mang tính mô tả định tính, trong khi một số khác chỉ tập trung vào kết quả thi kết thúc học phần, bỏ qua các yếu tố kĩ thuật nền tảng và kĩ năng sinh tồn dưới nước. Riêng tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh, các tiêu chí đánh giá môn Bơi hiện đang áp dụng còn đơn giản, chưa phản ánh đúng trình độ kĩ thuật và năng lực vận động của SV, đặc biệt là trong các tình huống thực tế như nổi ngửa, lặn hoặc giữ thăng bằng trong môi trường nước. Qua nghiên cứu các văn bản quy định, chương trình GDTC ở các trường đại học và các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước, nghiên cứu đã lựa chọn 14 tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội của SV Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh gồm: Hụp và thở bong bóng 20 lần (số lần), Nín thở và thở ra ở tư thế hụp dưới nước (s), Đọc số dưới nước (s) Đứng nước (s), Lướt nước (m), Đập chân sải tay duỗi thẳng không cầm ván bơi (m), Bơi ếch (m), Bơi trườn sấp (m), Nổi ngửa (s), Lặn (m), Bơi tự do (m), Bơi nghiêng (m), Giải cứu người khác bằng sào, thừng, vật nổi (điểm), Cứu hộ dưới nước (điểm). Từ 14 tiêu chí trên, tác giả lựa chọn được 7 tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội của SV như sau: Nín thở và thở ra ở tư thế hụp dưới nước (s); Đứng nước (s); Lướt nước (m); Bơi ếch (m); Bơi trườn sấp (m); Nổi ngửa (s); Lặn (m).

2.3. Thực trạng năng lực bơi lội của sinh viên Trường Đại học Luật Thành phố Hồ Chí Minh

Trong bối cảnh GDTC hiện đại hướng tới phát triển toàn diện cả về thể lực, kĩ năng và ý thức rèn luyện, năng lực bơi lội trở thành một trong những nội dung quan trọng trong chương trình học phần bắt buộc của nhiều trường đại học, trong đó có Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh. Tuy nhiên, kết quả khảo sát và quan sát thực tiễn tại trường cho thấy năng lực bơi lội của SV hiện nay còn nhiều hạn chế, chưa đáp ứng đầy đủ yêu cầu về kĩ thuật, thể lực và kĩ năng an toàn dưới nước.

Qua khảo sát trực tiếp trên 312 SV đang học hoặc đã hoàn thành học phần bơi, kết hợp với phỏng vấn 10 GV bộ môn GDTC có thể khái quát thực trạng năng lực bơi lội của SV như sau:

- Tỷ lệ SV chưa biết bơi vẫn còn tương đối cao: Mặc dù môn bơi là học phần bắt buộc nhưng có đến khoảng 27,6% SV năm thứ nhất và năm thứ hai cho biết họ không biết bơi trước khi vào học phần và gần 15% vẫn chưa thực hiện được kĩ thuật bơi cơ bản (như bơi ếch, bơi trườn sấp) sau khi hoàn thành học phần.

- Năng lực kĩ thuật bơi còn ở mức trung bình: Trong số các SV đã học xong học phần bơi, chỉ 41,3% thực hiện đúng kĩ thuật ở mức đạt yêu cầu trở lên theo đánh giá của GV. Những lỗi phổ biến gồm: động tác chân và tay không đồng bộ, thở sai kĩ thuật, chưa biết giữ thăng bằng khi nổi hoặc khi chuyển tư thế trong nước.

- SV thiếu kĩ năng sinh tồn dưới nước: Khi được yêu cầu thực hiện các tình huống như nổi ngửa, đứng nước, nín thở dưới nước hoặc lặn lấy vật, phần lớn SV gặp khó khăn. Chỉ 32% SV có thể đứng nước tối thiểu 30 giây; 21% có thể nổi ngửa ổn định trên 20 giây cho thấy kĩ năng thích ứng thực tế trong môi trường nước còn yếu.

- Ý thức rèn luyện kĩ năng bơi ngoài giờ học chưa cao: Kết quả phỏng vấn cho thấy phần lớn SV chỉ luyện tập kĩ năng bơi trong khuôn khổ thời lượng chính khóa, ít chủ động rèn luyện thêm ngoài giờ. Nhiều SV chia sẻ lí do là do không có điều kiện tiếp cận hồ bơi, thời gian biểu dày hoặc tâm lí "học cho có điểm".

Như vậy, có thể thấy, SV Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh có nhu cầu rèn luyện kĩ năng bơi lội và có tiềm năng phát triển, tuy nhiên năng lực thực tế còn phân hóa rõ rệt giữa các nhóm SV. Nguyên nhân chủ yếu đến từ việc thiếu điều kiện thực hành, thời lượng học phần hạn chế và sự thiếu đồng bộ trong hệ thống tiêu chí đánh giá. Điều này đặt ra yêu cầu cấp thiết trong việc cải tiến chương trình đào tạo, xây dựng tiêu chí đánh giá phù hợp và tăng cường hướng dẫn thực hành nhằm nâng cao năng lực bơi lội một cách thực chất cho SV.

2.4. Kinh nghiệm của Trường Đại học Luật Thành phố Hồ Chí Minh trong việc phát triển năng lực bơi lội của sinh viên

Là cơ sở đào tạo không chuyên về thể dục thể thao, Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh vẫn luôn chú trọng đến việc phát triển toàn diện năng lực cho SV, trong đó có năng lực thể chất thông qua các học phần GDTC, đặc biệt là môn Bơi. Nhận thức được vai trò thiết yếu của kĩ năng bơi lội trong việc nâng cao thể lực, tăng cường khả năng thích ứng với môi trường sống và phòng tránh tai nạn đuối nước, nhà trường đã từng bước triển khai nhiều giải pháp nhằm nâng cao chất lượng dạy-học môn Bơi, đồng thời cải thiện năng lực bơi lội cho SV.

2.4.1. Tổ chức học phần Bơi lội phù hợp với đặc điểm người học

Tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh, môn Bơi lội được thiết kế là một trong các học phần thuộc chương trình GDTC bắt buộc, triển khai từ năm thứ nhất hoặc năm thứ hai. Đây là giai đoạn SV đang dần thích nghi với môi trường học tập đại học, do đó việc tiếp cận với môn học mang tính kĩ thuật và yêu cầu thể lực như bơi lội đòi hỏi phải có sự bố trí hợp lí cả về nội dung lẫn phương pháp tổ chức giảng dạy. Trước hết, nhà trường đã triển khai hình thức phân lớp theo trình độ và khả năng thực tế của SV, phân biệt giữa nhóm chưa biết bơi, nhóm biết bơi cơ bản và nhóm có khả năng nâng cao. Cách tổ chức này không chỉ tạo điều kiện để GV có phương pháp giảng dạy phù hợp với từng nhóm đối tượng mà còn giúp SV có tâm lí thoải mái, không bị mặc cảm hoặc áp lực khi tham gia học cùng các bạn có trình độ cao hơn.

Lịch học bơi cũng được sắp xếp linh hoạt theo từng khối lớp và khung thời gian học chính khóa, đảm bảo SV có đủ thời gian tiếp cận môn học mà không bị trùng với các học phần chuyên ngành. Nhà trường bố trí các buổi học tại bể bơi đạt chuẩn, có hệ thống giám sát và hỗ trợ an toàn đầy đủ, đảm bảo điều kiện cơ sở vật chất tốt nhất cho giảng dạy và thực hành. Đặc biệt, các lớp học được tổ chức theo quy mô nhỏ, trung bình mỗi lớp từ 20-25 SV, giúp GV có điều kiện theo dõi, điều chỉnh kĩ thuật cho từng người học. Trong mỗi buổi học, SV được hướng dẫn tỉ mỉ từ kĩ năng cơ bản như làm quen với nước, nín thở, thở ra dưới nước, cho đến các kiểu bơi cơ bản như bơi ếch, bơi trườn sấp, nổi ngửa và đứng nước. Ngoài ra, GV còn thường xuyên lồng ghép các bài tập tâm lí, vận động nhẹ nhàng giúp SV vượt qua cảm giác sợ nước, đặc biệt với nhóm SV chưa từng học bơi. Những hoạt động này góp phần giúp SV chủ động tiếp nhận môn học, xây dựng sự tự tin và phát triển năng lực vận động một cách toàn diện, an toàn và hiệu quả. Như vậy, việc tổ chức học phần Bơi lội theo hướng cá thể hóa, lấy người học làm trung tâm vừa phù hợp với đặc thù đào tạo của một trường không chuyên thể thao, vừa thể hiện định hướng đúng đắn của nhà trường trong việc bảo đảm chất lượng GDTC toàn diện cho SV trong đoạn hiện nay.

2.4.2. Giảng viên giáo dục thể chất đóng vai trò tư vấn và hướng dẫn kĩ năng cốt lõi

Giảng viên giữ vai trò trung tâm trong quá trình phát triển năng lực bơi lội của SV, không chỉ là người truyền đạt kiến thức và kĩ năng mà còn là người định hướng, đồng hành và khơi gợi động lực học tập. Tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh, đội ngũ GV GDTC được tuyển chọn có trình độ chuyên môn tốt, giàu kinh nghiệm thực tiễn và đặc biệt am hiểu tâm lí của SV đại học không chuyên thể dục thể thao. Chính yếu tố này tạo nên sự khác biệt trong việc giảng dạy học phần Bơi - một môn học đòi hỏi sự kết hợp hài hòa giữa thể lực, kĩ thuật và tâm lí.

GV không chỉ thực hiện nhiệm vụ truyền đạt kĩ thuật bơi cơ bản như thở dưới nước, động tác tay - chân, nổi ngửa, bơi ếch, bơi sải... mà còn đóng vai trò như một người tư vấn kĩ năng sống trong môi trường nước, giúp SV hiểu được tầm quan trọng của bơi lội đối với sức khỏe, sự an toàn cá nhân và khả năng phản ứng trong các tình huống bất ngờ.

Một điểm đáng chú ý trong cách làm của GV là việc lồng ghép các bài học kĩ năng sinh tồn dưới nước vào chương trình giảng dạy. SV không chỉ học để "bơi được" mà còn được hướng dẫn cách đứng nước, lặn tìm vật, nổi ngửa thư giãn, giữ thăng bằng, xử lí khi chuột rút. Những kĩ năng này có ý nghĩa đặc biệt đối với SV sinh sống hoặc học tập ở khu vực đô thị có nhiều hồ, sông hay khi tham gia các hoạt động ngoại khóa liên quan đến môi trường nước.

Ngoài kĩ năng chuyên môn, GV còn là người khơi gợi sự tự tin và tinh thần vượt qua nỗi sợ hãi trong môi trường nước, nhất là đối với SV chưa từng học bơi hoặc từng có trải nghiệm tiêu cực. Việc tạo dựng bầu không khí học tập tích cực, gần gũi và khích lệ SV thử thách bản thân từng bước là một phần quan trọng trong phương pháp giảng dạy được áp dụng. Bên cạnh đó, các GV còn tham gia xây dựng và hoàn thiện hệ thống tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội, trên cơ sở thực tiễn giảng dạy và kết quả rèn luyện của SV nhiều năm qua. Những đóng góp này giúp quá trình đánh giá không chỉ khách quan, chính xác mà còn sát với trình độ thực tế và năng lực vận động của SV, đồng thời tạo động lực để người học cố gắng đạt chuẩn và vượt chuẩn kĩ năng bơi lội trong suốt quá trình học tập tại trường. Từ những vai trò nêu trên có thể thấy GV GDTC không chỉ đơn thuần là người dạy kĩ năng bơi mà còn là nhân tố quyết định trong việc xây dựng môi trường học bơi tích cực, an toàn và hiệu quả tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh.

2.4.3. Xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội phù hợp

Một trong những bước tiến quan trọng trong việc phát triển năng lực bơi lội cho SV Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh là quá trình xây dựng và từng bước hoàn thiện hệ thống tiêu chí đánh giá phù hợp với đặc điểm người học, đảm bảo tính khoa học, thực tiễn và khả năng ứng dụng trong điều kiện giảng dạy hiện nay. Trong nhiều năm, việc đánh giá năng lực bơi lội tại các cơ sở giáo dục đại học, đặc biệt là các trường không chuyên thể thao thường dựa trên các tiêu chí mang tính định tính hoặc đơn giản như "biết bơi", "bơi được một kiểu bơi" hoặc "hoàn thành quãng đường bơi tối thiểu". Cách đánh giá này tuy thuận tiện nhưng không phản ánh đầy đủ các yếu tố cấu thành năng lực bơi lội như kĩ thuật, thể lực, kĩ năng sinh tồn dưới nước và khả năng ứng phó tình huống. Đặc biệt, với đặc thù SV ngành Luật có đặc điểm thể chất trung bình và ít cơ hội rèn luyện chuyên sâu thì hệ thống đánh giá cần được thiết kế phù hợp và có tính hướng dẫn, phát triển.

Xuất phát từ thực tiễn giảng dạy và nhu cầu đổi mới kiểm tra, đánh giá trong GDTC, chúng tôi đã tiến hành khảo sát, phỏng vấn 30 chuyên gia, huấn luyện viên bơi lội, kết hợp lấy ý kiến của 156 GV GDT tại các trường đại học ở TP. Hồ Chí Minh. Trên cơ sở tổng hợp dữ liệu, phân tích các chương trình GDTC hiện hành cùng với đối chiếu các công trình nghiên cứu trong và ngoài nước, một hệ thống gồm 14 tiêu chí đánh giá năng lực bơi lội đã được xác lập. Các tiêu chí này bao phủ cả kĩ năng kĩ thuật, thể lực, khả năng thích ứng và kĩ năng xử lí tình huống.

Từ 14 tiêu chí ban đầu, sau khi tiến hành thử nghiệm thực tiễn và phân tích mức độ phù hợp với điều kiện đào tạo, đặc điểm SV và yêu cầu giảng dạy của nhà trường đã chọn lọc được 7 tiêu chí cốt lõi để áp dụng trong đánh giá năng lực bơi lội tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh, bao gồm: Nín thở và thở ra ở tư thế hụp dưới nước (tính bằng giây); Đứng nước (giây); Lướt nước (mét); Bơi ếch (mét); Bơi trườn sấp (mét); Nổi ngửa (giây); Lặn (mét). Những tiêu chí trên không chỉ đánh giá được năng lực kĩ thuật mà còn phản ánh khả năng duy trì thể lực và thích nghi của SV trong môi trường nước. Việc lượng hóa các kĩ năng cụ thể cũng góp phần giúp GV theo dõi quá trình tiến bộ của người học, tạo cơ sở minh bạch và khách quan trong chấm điểm, đồng thời giúp SV tự xác định mức độ năng lực và đặt ra mục tiêu rèn luyện phù hợp. Việc xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá khoa học, có tính khả thi và phù hợp với đặc điểm SV đã góp phần nâng cao chất lượng đào tạo học phần Bơi, đồng thời là tiền đề để phát triển năng lực vận động bền vững và kĩ năng sống cho SV trong quá trình học tập và sau khi ra trường.

2.4.4. Tạo điều kiện để sinh viên rèn luyện và học tập ngoài giờ học chính khóa

Bên cạnh việc tổ chức học phần Bơi lội trong chương trình chính khóa, Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh còn chú trọng đến việc mở rộng không gian và thời gian học tập để SV có cơ hội rèn luyện thêm ngoài giờ. Việc này đặc biệt quan trọng đối với nhóm SV chưa biết bơi hoặc còn yếu về kĩ thuật cần thời gian luyện tập lâu dài để hình thành kĩ năng vững chắc.

Nhà trường đã có sự phối hợp với các trung tâm thể dục thể thao và hồ bơi đạt chuẩn trên địa bàn

TP. Hồ Chí Minh để hỗ trợ SV được sử dụng cơ sở vật chất ngoài giờ học với chi phí hợp lí. Đồng thời, SV cũng được khuyến khích đăng ký học thêm theo hình thức tự chọn hoặc tham gia các câu lạc bộ thể thao để duy trì việc tập luyện. Những hình thức này tạo điều kiện thuận lợi để người học nâng cao năng lực thể chất và duy trì phong độ, đặc biệt là với những người có mong muốn hoàn thiện kĩ năng bơi ở mức cao hơn. Ngoài ra, một số lớp học tăng cường và bổ trợ kĩ năng bơi cũng được tổ chức theo hình thức ngoại khóa vào cuối tuần, kỳ nghỉ hoặc dịp hè. Các lớp này thường có sĩ số nhỏ, hướng tới cá nhân hóa việc rèn luyện theo năng lực đầu vào và mục tiêu cá nhân của từng SV. Đây là cơ hội để SV chưa đạt yêu cầu trong học phần chính có thể được củng cố kĩ thuật, đồng thời giúp các em có thêm thời gian thích nghi với môi trường nước, vượt qua rào cản tâm lí khi học bơi. Bên cạnh việc rèn luyện kĩ năng bơi thuần túy, một số hoạt động thực hành mở rộng như thi kĩ năng bơi lội theo nhóm, thực hành xử lí tình huống giả định dưới nước, các trò chơi thể thao dưới nước cũng được lồng ghép nhằm tăng tính tương tác, tạo động lực tập luyện và phát triển các kĩ năng mềm như: làm việc nhóm, phản ứng nhanh, thể hiện bản lĩnh và sự tự tin trong môi trường thử thách.

Qua quá trình triển khai, nhiều SV chia sẻ rằng chính các hoạt động bổ trợ ngoài giờ đã giúp họ thực sự yêu thích bộ môn bơi, từ đó tự nguyện duy trì việc tập luyện lâu dài và chủ động xây dựng lối sống năng động, lành mạnh. Điều này cho thấy việc mở rộng không gian học tập không chỉ giúp cải thiện kĩ năng chuyên môn mà còn có ý nghĩa GDTC toàn diện, đúng với định hướng đào tạo của nhà trường. Như vậy, việc tạo điều kiện cho SV học bơi ngoài giờ học chính khóa không những góp phần nâng cao chất lượng học phần mà còn hỗ trợ hiệu quả cho quá trình hình thành và phát triển năng lực bơi lội một cách bền vững, đáp ứng yêu cầu về thể chất và kĩ năng sống cho SV trong thời kỳ mới.

3. Kết luận

Trong bối cảnh đổi mới toàn diện giáo dục đại học hiện nay, việc phát triển năng lực thể chất, trong đó có năng lực bơi lội giữ vai trò quan trọng đối với sự phát triển toàn diện của SV. Nghiên cứu đã làm rõ khái niệm năng lực bơi lội, xác lập hệ thống tiêu chí đánh giá phù hợp với đặc điểm SV trường Luật - nhóm không chuyên thể thao, từ đó góp phần nâng cao hiệu quả giảng dạy học phần Bơi trong chương trình GDTC. Kết quả khảo sát thực tế tại Trường Đại học Luật TP. Hồ Chí Minh cho thấy, năng lực bơi lội của SV còn nhiều hạn chế, không đồng đều giữa các nhóm và chịu ảnh hưởng từ nhiều yếu tố như: điều kiện học tập, thời lượng rèn luyện, phương pháp đánh giá và môi trường thực hành. Dựa trên phân tích dữ liệu và ý kiến chuyên gia, tác giả đã đề xuất 7 tiêu chí đánh giá có tính thực tiễn, khách quan và khả thi, phản ánh đầy đủ kĩ năng cơ bản và năng lực ứng dụng của SV trong môi trường nước. Bên cạnh đó, bài viết làm nổi bật những kinh nghiệm hiệu quả của nhà trường trong việc tổ chức học phần phù hợp với người học, phát huy vai trò của GV thể chất, xây dựng tiêu chí đánh giá khoa học và mở rộng rèn luyện ngoài giờ. Những kinh nghiệm này không chỉ cải thiện năng lực bơi của SV mà còn tạo nền tảng quan trọng cho kĩ năng sống và sức khỏe thể chất bền vững. Từ kết quả nghiên cứu có thể khẳng định xây dựng hệ thống tiêu chí đánh giá phù hợp và tổ chức giảng dạy linh hoạt, cá nhân hóa là hướng đi đúng đắn trong đào tạo năng lực bơi lội cho SV các trường đại học không chuyên thể thao. Đây là cơ sở quan trọng để cải tiến chương trình GDTC, đáp ứng yêu cầu đổi mới giáo dục đại học theo hướng thực chất, toàn diện và nhân văn.

Tài liệu tham khảo

[1] Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT, ngày 14/10/2015 Quy định về chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học,* Thông tư này có hiệu lực thi hành kể từ ngày 29/11/2015.

[2] Nguyễn Văn Thể, Trần Văn Lê (2020), *Nghiên cứu hệ thống tiêu chí đánh giá năng lực vận động trong môn Bơi lội cho sinh viên đại học,* Tạp chí Khoa học Thể dục Thể thao, số 12 (2), tr. 45-52.

[3] Nguyễn Văn Trạch, Nguyễn Sĩ Hà, Phạm Ngọc Hân (2006), *Giáo trình Bơi lội*, NXB Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh.

[4] Nguyễn Thị Mỹ Linh, Trần Thị Minh Thoa (chủ biên, 2016), *Giáo trình bơi lội* (tập 1), NXB Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh.

[5] Hà Đình Lâm, Nguyễn Minh Hà (2010), *Giáo trình Bơi lội*, NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.

[6] Ngô Xuân Viện (chủ biên), Lê Đức Long (2015), *Giáo trình Bơi thể thao* (Giáo trình dành cho sinh viên đại học và cao đẳng thể dục thể thao), NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.