

THỰC TRẠNG TẬP LUYỆN THỂ DỤC CỦA NGƯỜI CAO TUỔI Ở BÌNH DƯƠNG TRONG SÁU THÁNG ĐẦU NĂM 2023

THE CURRENT STATUS OF PHYSICAL EXERCISE OF THE ELDERLY IN BINH DUONG IN THE FIRST SIX MONTHS OF 2023

TÓM TẮT: Thông qua khảo sát, nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng tập luyện thể dục của người cao tuổi tỉnh Bình Dương trong 06 tháng đầu năm 2023. Kết quả cho thấy phần lớn tại các thành phố, huyện, thị trong tỉnh, hoạt động thể dục thể thao của người cao tuổi rất đa dạng, phong phú về loại hình và thu hút được nhiều hội viên tham gia tập luyện.

TỪ KHOẢ: Thực trạng, tập luyện thể dục thể thao, người cao tuổi, tỉnh Bình Dương.

ABSTRACT: Through a survey, the study has assessed the current status of physical exercise of the elderly in Binh Duong province in the first 06 months of 2023. The results show that the majority in cities, districts and towns in In the province, sports activities for the elderly are very diverse and rich in types and attract many members to participate in exercise.

KEYWORDS: The current status, physical exercise, elderly people, Binh Duong province.

MAI VĂN HOÀNG

Trường Đại học Thủ Dầu Một

LƯU THIÊN SƯƠNG

Trường Đại học TDTT TP.HCM

MAI VAN HOANG

Thu Dau Mot University

LUU THIEN SUONG

University of Sport Ho Chi Minh City

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh thời, Chủ tịch Hồ Chí Minh rất coi trọng và quan tâm đến người cao tuổi (NCT). Người luôn đánh giá cao vai trò của người cao tuổi trong sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc. Trong suốt cuộc đời, dù bận nhiều việc nhưng Hồ Chí Minh vẫn luôn dành cho người cao tuổi Việt Nam những tình cảm ân cần và sự quan tâm sâu sắc. Người luôn khẳng định vai trò, vị thế của người cao tuổi trong xã hội. Người coi người

cao tuổi là lực lượng quan trọng góp phần tăng cường sức mạnh của khối đại đoàn kết toàn dân tộc, xây dựng và bảo vệ Tổ quốc.

Hiện nay với sự phát triển như vũ bão về khoa học, kỹ thuật và y tế, máy móc dần thay thế con người trong những công việc nặng nhọc, cùng với đó con người ngày càng ý thức cao trong việc tự nuôi dưỡng và chăm sóc bản thân, điều đó dẫn tới hiện tượng người cao tuổi trong nửa thế kỷ qua đã tăng nhanh, một kỷ nguyên người cao tuổi đang đến gần.

Người cao tuổi là lớp người có uy tín và vai trò quan trọng trong gia đình và xã hội, là người có công sinh thành, nuôi dạy con cháu, hình thành nhân cách, phát triển giống nòi, giáo dục lý tưởng và truyền thống văn hóa, đạo đức tốt đẹp của

dân tộc cho thế hệ trẻ. Trong những năm qua, người cao tuổi trên địa bàn tỉnh Bình Dương đã tích cực tham gia vào các phong trào thi đua, sản xuất và đã phát huy được vai trò “đầu tàu” gương mẫu trong các lĩnh vực của đời sống xã hội, góp phần to lớn vào sự phát triển kinh tế - xã hội và giữ vững trật tự an ninh chính trị tại địa phương.

Dân số thế giới có xu hướng già, tuổi thọ ngày càng tăng. Trường thọ là niềm ao ước chung của loài người. Một trong các điều bản khoăn nhiều của người cao tuổi là sức khỏe suy giảm, dễ bệnh tật. Từ xa xưa loài người đã đấu tranh để sinh tồn và phát triển, qua kinh nghiệm thực tế đã tìm đến nhiều phương pháp với hi vọng duy trì sức khỏe và kéo dài tuổi thọ. Bởi



vậy do lợi ích thiết thực về giữ gìn sức khỏe phòng chống bệnh tật, lão hóa, nâng cao tuổi thọ tích cực nên người cao tuổi có nhu cầu tập luyện thể dục ngày càng cao, phong trào tập luyện thể dục của họ phát triển sâu rộng và thường xuyên.

Nằm trong vùng kinh tế trọng điểm phía Nam, Bình Dương là tỉnh có tốc độ và quy mô phát triển công nghiệp hoá – hiện đại hoá nhanh chóng. Chính vì thế, đời sống vật chất và tinh thần của người dân cũng được tình rất quan tâm, đặc biệt là người cao tuổi – vốn quý vô giá của nước nhà. Để chăm lo đời sống, chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi, lãnh đạo tỉnh mà tiêu biểu là Hội Người cao tuổi rất chú tâm đến việc tập luyện thể dục thể thao (TDTT) của NCT. Không chỉ cải thiện, nâng cao sức khỏe mà đây còn là sân chơi, là mái nhà chung để NCT có nơi sinh hoạt lành mạnh, bổ ích.

Với những lợi ích thiết thực đó, phong trào tập luyện thể thao của NCT trên địa bàn tỉnh Bình Dương những năm gần đây phát triển rất mạnh mẽ và sôi nổi, không chỉ ở thành thị mà còn phủ khắp vùng nông thôn với đa dạng các loại hình phù hợp với từng đối tượng như: thể dục dưỡng sinh, xe đạp, đi bộ, cầu lông, cờ tướng, bóng bàn, bóng chuyền hơi... Bình Dương những năm gần đây được xem là địa phương mạnh về phong trào TDTT của NCT.

Với phương pháp khảo sát thực tiễn trên địa bàn tỉnh Bình Dương, nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng tập luyện

BẢNG 1. SỐ LƯỢNG VÀ THÀNH VIÊN CÁC CẦU LẠC BỘ THỂ DỤC THỂ THAO NCT TỈNH BÌNH DƯƠNG

TT	ĐƠN VỊ HÀNH CHÍNH	TÊN CLB		THỂ DỤC DƯỠNG SINH		CẦU LÔNG		BÓNG BÀN		CỜ TƯỚNG		BÓNG CHUYỀN HƠI		YOGA		KHIẾU VŨ DƯỠNG SINH		XE ĐẠP DƯỠNG SINH		ĐI BỘ DƯỠNG SINH	
		Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên	Số CLB phường	Số thành viên
1	TP. Thủ Dầu Một	80	1217	6	67	3	25	10	159	0	0	4	60	0	0	0	0	0	0	0	0
2	TP. Thuận An	38	745	0	0	7	107	8	149	5	68	0	0	3	121	0	0	0	0	0	30
3	TP. Dĩ An	57	1182	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	TP. Tân Uyên	61	732	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5	Bến Cát	7	137	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	Bàu Bàng	16	305	2	35	0	0	1	24	0	0	0	0	0	0	0	0	1	30	1	70
7	Dầu Tiếng	43	521	12	193	0	0	12	221	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	Phú Giáo	60	714	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9	Bắc Tân Uyên	101	2025	0	0	0	0	2	48	8	117	0	0	0	0	0	0	0	0	2	30
TỔNG		463	7578	20	295	10	132	33	601	13	185	4	60	3	121	1	30	6	130	6	130

Nguồn: khảo sát

TDĐT của NCT trên địa bàn tỉnh Bình Dương trong 6 tháng đầu năm 2023. Kết quả nghiên cứu sẽ là cơ sở khoa học khách quan giúp các nhà nghiên cứu có những giải pháp phù hợp giúp phát triển hơn nữa phong trào tập luyện TDĐT của NCT.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Từ ngày 10/4/2023, tỉnh Bình Dương có 09 đơn vị hành chính cấp huyện, gồm 04 huyện (Bàu Bàng, Phú Giáo, Dầu Tiếng, Bắc Tân Uyên), 01 thị xã (Bến Cát) và 04 thành phố (Thủ Dầu Một, Thuận An, Dĩ An, Tân Uyên) cùng 91 đơn vị hành chính cấp xã. Theo website World Population Review, tính đến tháng 8/2021, dân số tỉnh Bình Dương đạt khoảng 2.678.220 người, với diện tích 2 694,64 km², mật độ dân số là 964 người/km².

Phong trào tập luyện thể dục thể thao NCT trên địa bàn tỉnh thời gian qua phát triển mạnh với sự xuất hiện của nhiều câu lạc bộ (CLB) ở khắp các thành phố, huyện trong tỉnh. Các CLB này đã thu hút nhiều NCT tham gia luyện tập và trở thành những điểm đến hữu ích để các thành viên giao lưu, cải thiện sức khỏe thể chất lẫn tinh thần. Thậm chí, nhiều CLB ở các khu, ấp cũng đã được thành lập, hoạt động ổn định, số lượng thành viên không ngừng tăng lên.

Nghiên cứu tiến hành khảo sát số lượng và thành viên các câu lạc bộ thể dục thể thao NCT tỉnh Bình Dương, kết quả được trình bày qua bảng 1.

2.1. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi

ở Thành phố Thủ Dầu Một

Hưởng ứng phong trào “toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại”, Hội NCT Thành phố Thủ Dầu Một đã phát động phong trào tập luyện TDĐT trong hội viên. Từ đó, các CLB TDĐT dần trở thành mái nhà chung, nơi sinh hoạt của NCT giúp rèn luyện sức khỏe, giao lưu văn hoá cũng như khuyến khích phong trào tập luyện trong cộng đồng.

Bảng 1 cho thấy, phong trào TDĐT của NCT ở Thành phố Thủ Dầu Một rất đa dạng các môn cũng như thu hút đông đảo các thành viên tham gia. Trên địa bàn thành phố, không chỉ có các CLB thể dục của các phường, xã mà ở mỗi khu phố đều có CLB riêng của mình, tạo điều kiện thuận lợi cho các thành viên tham gia tập luyện mỗi ngày. Cụ thể:

- Môn thể dục dưỡng sinh, là môn thu hút nhiều thành viên tham gia nhất, 1217 thành viên sinh hoạt tại 80 CLB (đa số là nữ), đa số các CLB sẽ tập luyện vào buổi sáng, khoảng 5h đến 6h, các thành viên sẽ tập hợp tại các địa chỉ quen thuộc, chủ yếu là ở văn phòng các khu phố để tập luyện bằng những động tác mềm mại, uyển chuyển đến những điệu nhảy dân vũ, cha cha sôi động.
- Môn cầu lông ở Thành phố Thủ Dầu Một có 06 CLB với khoảng 67 thành viên có cả nam và nữ sẽ tập luyện cả buổi sáng và buổi chiều tại các sân cầu lông trên địa bàn Phú Hoà, Phú Lợi, Phú Tân tùy thuộc vào thời gian rảnh rỗi của các thành viên ở mỗi CLB.

- Môn bóng bàn có 03 CLB ở Phú Hoà và Phú Lợi với khoảng 35 thành viên (chủ yếu là nam) sinh hoạt đều đặn. Các thành viên chủ yếu tập luyện vào buổi chiều tại các sân bóng bàn trên địa bàn.

- Môn cờ tướng có 01 CLB ở phường Phú Hoà với số lượng thành viên tương đối đông đảo, có trên 30 người tham gia. Các thành viên chủ yếu sinh hoạt và buổi sáng các ngày trong tuần tại văn phòng các khu phố.

- Ngoài ra còn có một số môn khác cũng dần phát triển và lan rộng trên địa bàn thành phố như Yoga, xe đạp ở các địa phương như Phú Hoà, Chánh Mỹ, Tương Bình Hiệp...

2.2. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Thành phố Thuận An

Trong những năm qua, Hội NCT thành phố đã phối hợp với Phòng Văn hóa Thông tin thành phố Thuận An phát động phong trào TDĐT cho đối tượng là người cao tuổi đến các xã - phường, khu - ấp. Tính đến nay thành phố có 61 CLB TDĐT của NCT với đa dạng các môn. Cụ thể:

- Môn thể dục dưỡng sinh: toàn Thành phố có 38 CLB của 10 phường và các khu phố trực thuộc, với số lượng đông đảo với 745 thành viên tham gia. Các CLB dưỡng sinh của thành phố chủ yếu hoạt động vào buổi sáng (5h-6h) và buổi tối (18h-19h) tại văn phòng các khu phố, các công viên hoặc tại Ủy ban nhân dân Phường.
- Bên cạnh thể dục dưỡng sinh thì trên địa bàn Thành phố



Thuận An gần đây có thêm sự phát triển của các CLB khiêu vũ dưỡng sinh, thu hút nhiều thành viên ở nhiều độ tuổi tham gia hơn. Cụ thể ở bộ môn này, có nhiều thành viên ở độ tuổi 55 đến 59 tham gia cùng với các thành viên chủ yếu khác ở độ tuổi 60-69. Cụ thể, toàn thành phố có 03 CLB khiêu vũ dưỡng sinh với 121 thành viên.

- Môn bóng bàn: Thành phố có 07 CLB với 107 thành viên tại các phường: An Phú, Lái Thiêu, An Thạnh, Bình Chuẩn, Bình Hoà. Các thành viên chủ yếu sinh hoạt vào buổi chiều (14h-16h) mỗi ngày.

- Môn cờ tướng: có 08 CLB 149 thành viên tham gia tập luyện thường xuyên vào mỗi buổi sáng. Thành viên chủ yếu của các CLB cờ tướng là nam giới.

- Ngoài ra, tại Thành phố Thuận An còn rất phát triển bộ môn bóng chày hơi. Cả Thành phố có 5 CLB với 58 thành viên tham gia đều đặn. Một số thành viên cũng là nòng cốt đội tuyển bóng chày hơi của tỉnh tham gia thi đấu tại các giải đấu cho NCT.

2.3. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Thành phố Dĩ An

Tương tự Thuận An, phong trào TDTT của NCT ở Thành phố Dĩ An cũng phát triển từ rất sớm. Các CLB thể dục thể thao NCT ở Thành phố phần lớn đều chủ động tìm hiểu, học hỏi từ các CLB đi trước hoặc xem qua truyền hình, sách báo và internet để lựa chọn các bài tập phù hợp với sức khỏe và thể

chất của các thành viên. Với mỗi bài tập mới, các thành viên sẽ tập nhẹ để lắng nghe phản ứng của cơ thể trước khi tăng khối lượng hoặc hủy bỏ nếu không phù hợp.

Tuy nhiên, sự phát triển phong trào TDTT của NCT ở Thành phố Dĩ An chưa thật sự đồng đều. Bởi số thành viên tập luyện rất đông nhưng chỉ tập trung vào bộ môn thể dục dưỡng sinh. Toàn thành phố có 57 CLB với 1182 thành viên tham gia. Với đặc thù môn này, các thành viên tham gia chủ yếu là nữ. Chính vì vậy cho thấy Hội viên nam của Hội NCT của Thành phố chưa thật sự tích cực trong việc tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe.

2.4. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Thành phố Tân Uyên

Những năm gần đây, phong trào thể thao quần chúng trên địa bàn Thành phố Tân Uyên phát triển rất sôi nổi. Cùng với đó là phong trào tạo luyện của NCT cũng khá phát triển, góp phần tăng cường sức khỏe, nâng cao đời sống tinh thần cho người dân nói chung và NCT nói riêng. Khác với các địa phương khác, NCT ở Thành phố Tân Uyên chủ yếu tham gia các CLB thể dục dưỡng sinh với số lượng tương đối đông đảo. Cụ thể trên địa bàn thành phố có 61 CLB với 732 thành viên tham gia tập luyện. Các CLB ở đây tập luyện chủ yếu vào các buổi sáng và tối tại văn phòng các khu phố, tại nhà riêng hoặc công viên.

Có thể nói phong trào thể dục

dưỡng sinh ở Thành phố Tân Uyên những năm gần đây phát triển tương đối mạnh mẽ. Tuy nhiên, với đặc thù bộ môn này thường thu hút đối tượng tham gia là nữ giới. Chính vì vậy, nam giới trong thành phố vẫn còn hạn chế hoạt động thể dục thể thao. Chủ yếu thành viên nam của Hội NCT Thành phố Tân Uyên tập luyện xe đạp, cờ tướng. Tuy nhiên vẫn chưa hình thành các CLB hoạt động sôi nổi để thu hút hơn nữa nhiều thành viên tham gia và hoạt động tích cực.

2.5. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Thị xã Bến Cát

So với các thành phố và huyện khác thì phong trào TDTT của người cao tuổi thuộc thị xã Bến Cát có vẻ ít sôi nổi hơn hẳn. Cả thị xã chỉ có 07 CLB thể dục dưỡng sinh với tổng cộng khoảng 137 thành viên tham gia. Có địa phương trong thị xã như xã Phú An không có CLB TDTT nào hoạt động.

Có thể thấy do điều kiện địa lý, thị xã Bến Cát vừa được chia tách từ huyện Bến Cát trước đây (năm 2014). Nên việc phát triển các hoạt động TDTT nói chung và hoạt động thể thao cho NCT nói riêng còn hạn chế so với các thành phố và huyện khác trên địa bàn tỉnh. Bên cạnh đó, hoạt động của Hội NCT thị xã Bến Cát có thể nói chưa thực sự sôi nổi và tích cực trong việc phát triển các hoạt động TDTT nhằm góp phần tăng cường và nâng cao sức khỏe cho NCT, tạo sân chơi lành mạnh và bổ ích cho các hội viên của Hội.

2.6. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Huyện Bàu Bàng

Cũng được chia tách từ huyện Bến Cát cũ, nhưng hoạt động TDTT dành cho NCT ở huyện Bàu Bàng có thể nói phát triển rất vượt bậc so với thị xã Bến Cát. Tính đến 6 tháng đầu năm 2023, cả huyện có 19 CLB TDTT dành cho NCT với đa dạng các loại hình:

- Thể dục dưỡng sinh: trên địa bàn huyện có 16 CLB thể dục dưỡng sinh với 02 CLB cấp xã và 14 CLB thuộc các khu, ấp với tổng số 305 thành viên (trong đó nam chỉ chiếm khoản 8-9%) đang hoạt động hằng hái. Hội viên của các CLB thể dục dưỡng sinh ở đây chủ yếu tập luyện vào buổi tối (18h-19h).

- Xe đạp dưỡng sinh: bên cạnh các phong trào xe đạp tự phát thì ở huyện Bàu Bàng hiện nay còn có 01 CLB xe đạp dưỡng sinh hoạt động chính thức với khoản 30 thành viên tham gia tích cực. Các hội viên của Hội NCT tham gia CLB này chủ yếu là nam giới và tham gia tập luyện vào các buổi sáng trong tuần.

- Đi bộ dưỡng sinh: nếu xe đạp dưỡng sinh thu hút nhiều đối tượng tham gia là nam giới thì đi bộ dưỡng sinh lại thu hút nữ giới tham gia nhiều hơn. Trên địa bàn huyện hiện nay có 01 CLB đi bộ dưỡng sinh với 70 thành viên tham gia, trong đó nữ chiếm khoảng trên 75% trên tổng số thành viên, tập luyện chủ yếu vào buổi chiều tối.

- Cầu lông: huyện Bàu Bàng hiện tại có 02 CLB cầu lông ở xã Lai Uyên và Hưng Hòa với tổng

số khoảng 35 thành viên tham gia tập luyện vào các buổi chiều (từ 15h đến 17h) trong tuần.

- Ngoài ra, ở xã Tân Hưng hiện nay còn có 01 CLB cờ tướng với 16 thành viên tham hoạt động vào các buổi sáng.

2.7. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Huyện Phú Giáo

Ở huyện Phú Giáo hiện nay có số lượng hội viên Hội NCT tham gia tập luyện TDTT cũng rất đông đảo. Tuy nhiên điểm hạn chế của huyện là các thành viên tham gia sinh hoạt trong các CLB chủ yếu là nữ giới với bộ môn chính là thể dục dưỡng sinh. Toàn huyện có 60 CLB thể dục dưỡng sinh của các xã và các ấp với 714 thành viên tham gia luyện tập vào khung thời gian chủ yếu là 18h đến 19h mỗi ngày.

Một điểm nổi bật của huyện Phú Giáo so với các địa phương khác trong tỉnh là có 01 CLB dưỡng sinh nam ở xã An Bình với khoản 80 thành viên tham gia tập luyện. Đây cũng là lực lượng được tuyển chọn để thi đấu tại các giải thể dục dưỡng sinh hàng năm của huyện và của tỉnh.

2.8. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở Huyện Dầu Tiếng

Tuy là huyện vùng sâu vùng xa của tỉnh nhưng có thể thấy hoạt động TDTT của NCT trên địa bàn huyện Dầu Tiếng những năm gần đây phát triển rất mạnh mẽ và sôi nổi. Tính đến 6 tháng đầu năm 2023, toàn huyện có 2439 thành viên tham

gia sinh hoạt tại các CLB thể dục dưỡng sinh, cầu lông, cờ tướng. Cụ thể:

- Thể dục dưỡng sinh: đây là một môn thể mạnh của Hội NCT huyện với tổng số 12 CLB của xã và 89 CLB của các khu, ấp trên 2025 thành viên tham gia tập luyện mỗi buổi tối hàng ngày từ 18h đến 19h tại văn phòng các ấp và xã. 89/89 khu, ấp đều có CLB thể dục dưỡng sinh, đây là một con số rất phấn khởi cho phong trào tập luyện TDTT của NCT trên địa bàn huyện, góp phần tăng cường sức khoẻ cho các thành viên cũng như làm gương cho các thế hệ con cháu trong việc tập luyện thể thao nâng cao sức khoẻ.

- Cầu lông: cũng như các địa phương khác trong tỉnh, nếu hoạt động thể dục dưỡng sinh thu hút đa số nữ giới tham gia thì hoạt động của các CLB cầu lông lại thu hút đa phần là nam giới, tập luyện vào khung giờ chủ yếu 14h đến 17h tùy vào mỗi xã. Hiện nay, 12/12 xã thuộc huyện Dầu Tiếng đều có CLB cầu lông hoạt động với 193 thành viên tham gia.

- Cờ tướng: cờ tướng cũng là một bộ môn được yêu thích của NCT ở huyện Dầu Tiếng hiện nay. Toàn huyện có hiện 12 CLB của 12 xã, thị trấn với 221 thành viên đang hoạt động tích cực. Bộ môn này thu hút chủ yếu nam giới ở độ tuổi 65-75 tuổi là chủ yếu.

2.9. Thực trạng tập luyện thể dục thể thao của người cao tuổi ở huyện Bắc Tân Uyên

Được chia tách từ huyện Tân Uyên cũ vào năm 2014, Bắc



Tân Uyên có thể nói là huyện mới của tỉnh. Tuy nhiên, những năm qua phong trào TDTT của quần chúng huyện phát triển rất mạnh mẽ trong đó có phong trào TDTT của NCT góp phần tăng cường sức khỏe, nâng cao đời sống tinh thần. Hoạt động tập luyện của NCT ở đây cũng rất đa dạng với nhiều bộ môn khác nhau.

- Thể dục dưỡng sinh: toàn huyện có 43 CLB thể dục dưỡng sinh, tổng số 10 CLB của xã, thị trấn và 33 CLB của các ấp với tổng số 521 thành viên tham gia tập luyện. Hội viên ở đây tập luyện vào cả buổi sáng và tối tùy thuộc vào điều kiện hoàn cảnh của mỗi CLB, chủ yếu tập ở các văn phòng ấp hoặc nhà riêng.

- Bên cạnh thể dục dưỡng sinh thì bóng chuyền hơi cũng là một bộ môn được yêu thích của NCT Bắc Tân Uyên. Trên toàn huyện có 08 CLB với tổng số thành viên là 117 người. Bóng chuyền hơi ở đây thu hút cả nam và nữ tham gia tập luyện sôi nổi vào chủ yếu là các buổi chiều trong tuần.

- Ngoài ra, trên địa bàn huyện còn có 02 CLB cờ tướng với 48

thành viên và 02 CLB đi bộ với 60 thành viên tham gia, chủ yếu tập luyện vào buổi sáng.

3. KẾT LUẬN

Được sự quan tâm và hỗ trợ từ các cấp chính quyền, cùng với hoạt động tích cực và năng nổ của Hội NCT tỉnh Bình Dương, Hội NCT các thành phố, huyện, thị trong tỉnh, những năm gần đây hoạt động TDTT của NCT trong tỉnh phát triển rất tích cực và hiệu quả. Phong trào phát triển được đa dạng các loại hình, bộ môn: thể dục dưỡng sinh, cầu lông, cờ tướng, bóng bàn, bóng chuyền hơi... Chính vì thế thu hút được nhiều đối tượng NCT tham gia tùy thuộc vào điều kiện sức khỏe cũng như sở thích.

Bên cạnh những địa phương có đa dạng các loại hình cũng như đông đảo NCT tham gia tập luyện tại các CLB như Thành phố Thủ Dầu Một, thành phố Thuận An, huyện Bàu Bàng, huyện Dầu Tiếng thì vẫn còn một số địa phương còn hạn chế số lượng cũng như tính đa dạng trong các loại hình tập luyện như Thị xã Bến Cát. Một số địa phương như Thành phố

Tân Uyên hay Dĩ An, số lượng Hội viên tham gia tập luyện tương đối đông nhưng chủ yếu tham gia các CLB thể dục dưỡng sinh chứ không đa dạng các môn.

Với đặc thù thể dục dưỡng sinh chủ yếu nữ giới tham gia, có thể thấy tại các địa phương này, chưa có các phong trào TDTT thu hút hội viên nam của Hội NCT tham gia tập luyện.

Với phương châm “Sống vui, sống khỏe, sống có ích”, các CLB TDTT trên địa bàn tỉnh Bình Dương 06 tháng đầu năm 2023 hoạt động ngày càng có hiệu quả, thiết thực, thu hút ngày càng nhiều hội viên là NCT tham gia. Đây thật sự trở thành sân chơi thể thao bổ ích dành cho NCT, góp phần đưa phong trào luyện tập thể dục thể thao tỉnh phát triển sâu rộng. Có sức khỏe dẻo dai, NCT càng thêm hăng hái, yêu đời, có nhiều đóng góp thiết thực cho sự phát triển kinh tế và hạnh phúc của gia đình, địa phương. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 01/07/2023;
ngày phản biện đánh giá: 30/07/2023;
ngày chấp nhận đăng: 10/08/2023)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Văn Hấn (2018), Sức khỏe tâm tính người cao tuổi, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội.
2. Lâm Hạnh (2018), Phong trào thể dục dưỡng sinh của Người cao tuổi, Báo Bình Dương, Số 420 ngày 1/8/2018.
3. Thiên Lý (2016), Bình Dương nỗ lực chăm lo cho người cao tuổi, Báo Bình Dương ngày 28/4/2016.
4. Thiên Lý (2016), Câu lạc bộ hưu trí - Ngôi nhà chung của Người cao tuổi, Báo Bình Dương ngày 12/8/2016.
5. Văn Quang biên dịch (2005), Rèn luyện sức khỏe dưỡng sinh trị bệnh, Nxb Tổng hợp Thành phố Hồ Chí Minh.
6. <https://baobinhduong.vn/phong-trao-the-duc-duong-sinh-san-choi-cho-nguoi-cao-tuoi-a118310.html> Cập nhật ngày 14/7/2023
7. <https://laodong.vn/the-thao/soi-noi-lien-hoan-cac-cau-lac-bo-the-duc-duong-sinh-tinh-binh-duong-1144229.ldo> Cập nhật ngày 14/7/2023
8. <https://lytuong.net/thong-ke-dan-so-binh-duong/> cập nhật ngày 14/7/2023.