

ĐÁNH GIÁ SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NĂM NHẤT TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG THƯƠNG THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ThS. Trương Xuân Hùng¹; TS. Phạm Thanh Vũ²; Nguyễn Hoàng Anh³; Nguyễn Văn Tài⁴

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao, nghiên cứu tiến hành kiểm tra thể lực ban đầu và sau một năm học tập chương trình giáo dục thể chất của sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công thương thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả kiểm tra cho thấy 3/4 test thể lực của nam sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập có sự phát triển, có 1/4 test không có sự phát triển. Ở nhóm nữ có 1/4 test thể lực của nữ sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập có sự phát triển. Có 3/4 test có sự phát triển, thành tích sau thực nghiệm tốt hơn thành tích ban đầu tuy nhiên sự phát triển này không có ý nghĩa thống kê.
Từ khóa: Thể lực, sinh viên, sự phát triển, cao đẳng công thương.

Abstract: Using scientific research methods in Sports and Physical Training, the study conducted initial physical fitness tests and after one year of studying the physical education program of first-year students at Ho Chi Minh City College of Industry and Trade. Test results showed that 3/4 of the physical fitness tests of first-year male students at Ho Chi Minh City College of Industry and Trade after 1 year of study had development, while 1/4 of the tests had no development. In the female group, 1/4 of the physical fitness tests of first-year female students at Ho Chi Minh City College of Industry and Trade showed improvement after 1 year of study. There were 3/4 tests with development, the post-experimental performance was better than the initial performance, but this development was not statistically significant.
Keywords: Physical fitness, students, development, industrial and commercial colleges

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Khi nhu cầu về nguồn nhân lực “phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức”, ngày càng được đề cao, thì tình hình giáo dục thể chất (GDTC) tại Trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh (CĐCT TPHCM), theo đánh giá chủ quan của chúng tôi, còn rất nhiều hạn chế, làm ảnh hưởng đến chất lượng học tập, cũng như tình hình rèn luyện sức khỏe của sinh viên. Cụ thể là thành tích thi kết thúc môn GDTC ngày một kém đi, chất lượng phong trào thể dục thể thao ngày một giảm. Có rất nhiều nguyên nhân làm giảm hứng thú tham gia học tập, cũng như tham gia các giải thể thao trong sinh viên tại trường như: thiếu sân bãi dụng cụ, chương trình giảng dạy chưa được linh hoạt, phong phú, thiếu sự quan tâm của lãnh đạo trường, học sinh ngày nay ít quan tâm đến các hoạt động GDTC... Ngoài ra, yếu tố giáo viên cũng cần phải được xem xét. Nhiều tồn tại nói trên cần phải được giải quyết, để có thể nâng cao chất lượng thể chất cho sinh viên tại trường.

Với mục tiêu đạt chuẩn đào tạo quốc gia và khu vực, trở thành trường Cao đẳng - Đại học có “thương hiệu” trong và ngoài nước. Việc nghiên cứu đánh giá sự phát triển thể lực của các sinh viên sau quá trình học tập 1 chương trình GDTC là rất cần thiết nhằm đưa ra cơ sở lý luận, điều chỉnh, định hướng công tác GDTC đã và đang trở thành nhiệm vụ hết

sức quan trọng trong giáo dục đào tạo nguồn nhân lực, nhằm đạt được những tiêu chí mà nhà trường đã đề ra. Bắt nguồn từ nhu cầu thực tiễn, mối quan tâm của xã hội, tính cấp thiết của vấn đề nghiên cứu, chúng tôi lựa chọn hướng nghiên cứu: **“Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM”**.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Sự phát triển thể lực của nam sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM

Nghiên cứu tiến hành kiểm tra thành tích thể lực của đối tượng nghiên cứu tại thời điểm ban đầu và sau 1 năm học tập. Thực hiện tính toán so sánh các tham số thống kê các test đánh giá thể lực của nam sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM được thể hiện ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Ở các test: Nằm ngửa gập thân 30s (lần), Bật xa tại chỗ (cm) và Chạy 30m xuất phát cao(giây) thành tích kiểm tra sau một năm tốt hơn so với thành tích ban đầu. Điều này nói lên sự tăng trưởng về thành tích sau một năm học tập có sự tăng trưởng tốt và có ý nghĩa thống kê vì $t_{\text{tinh}} > t_{05} = 1.976$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Test Chạy tùy sức 5 phút (m) thành tích kiểm tra sau một năm giảm đi so với thành tích ban đầu với nhịp tăng trưởng là $W = - 0.17\%$. Điều này nói lên thành tích chạy tùy sức 5 phút (m) sau một năm học tập có không có sự tăng trưởng.

Bảng 1. So sánh sự phát triển thể lực của nam sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM sau 1 năm học tập

STT	Test	Ban đầu		Sau 1 năm		W%	t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ			
1	Nằm ngửa gập thân 30s (lần)	19.57	3.09	20.75	2.05	5.85	3.89	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	228	19.32	233	18.41	1.74	2.29	<0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao(giây)	4.59	0.48	4.41	0.83	1.54	2.31	<0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	988.89	76.29	987.2	69.06	- 0.17	0.2	<0.05

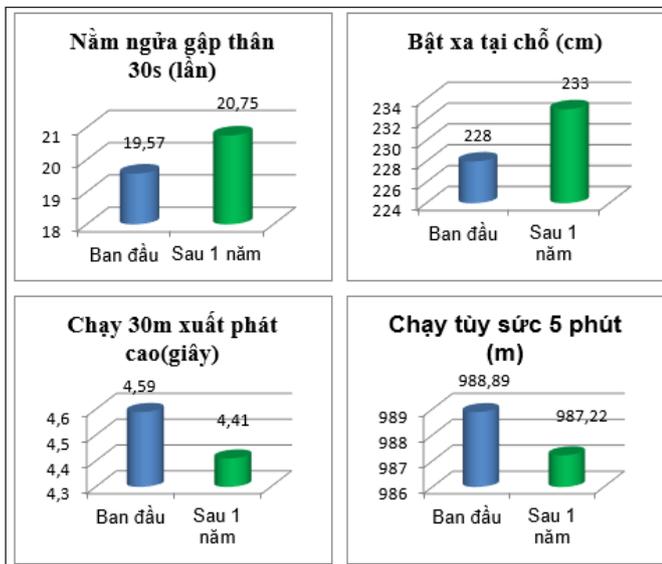
Ghi chú: Df = 150, $t_{0.05} = 1.976$

Bảng 2. So sánh sự phát triển thể lực của nữ sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM sau 1 năm học tập

STT	Test	Ban đầu		Sau 1 năm		W%	t	P
		\bar{x}	δ	\bar{x}	δ			
1	Nằm ngửa gập thân 30s (lần)	13.97	3.61	14.01	2.24	0.29	0.12	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	166	16.17	169.7	17.58	2.20	1.89	<0.05
3	Chạy 30m xuất phát cao(giây)	6.11	1.62	5.77	1.18	5.72	2.13	<0.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	725.24	57.29	731.1	35.11	0.80	1.07	<0.05

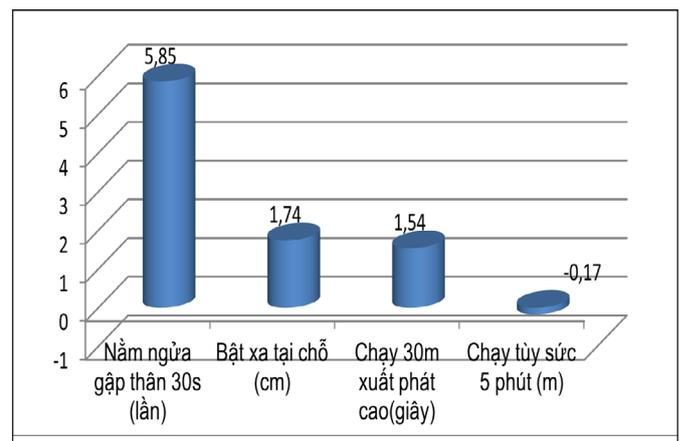
Ghi chú: Df = 150, $t_{0.05} = 1.976$

So sánh thành tích các test của nam sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập được thể hiện qua biểu đồ 1. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam sinh viên năm nhất được thể hiện ở biểu đồ 2.

**Biểu đồ 1. So sánh sự phát triển thành tích thể lực của nam sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập**

2.2. Sự phát triển thể lực của nữ sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM

Nghiên cứu tiến hành kiểm tra thành tích thể lực của đối tượng nghiên cứu tại thời điểm ban đầu và sau 1 năm học tập. Thực hiện tính toán so sánh các

**Biểu đồ 2. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập**

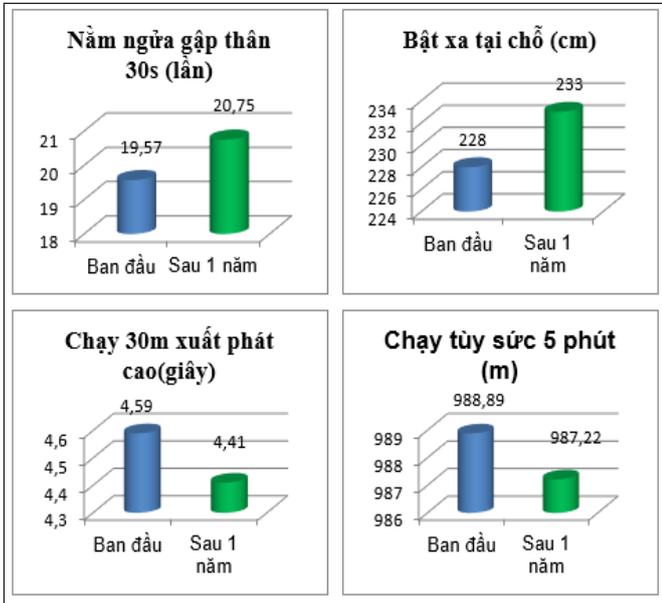
tham số thống kê các test đánh giá thể lực của nữ sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM được thể hiện ở bảng 2.

Qua bảng 2 ta thấy: Ở test Nằm ngửa gập thân 30s (lần); Bật xa tại chỗ (cm) và Test chạy tùy sức 5 phút (m) thành tích kiểm tra sau một năm là tốt hơn so với thành tích ban đầu, tuy nhiên sự tăng trưởng này không có ý nghĩa thống kê vì $t_{\text{tinh}} < t_{0.05} = 1.976$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

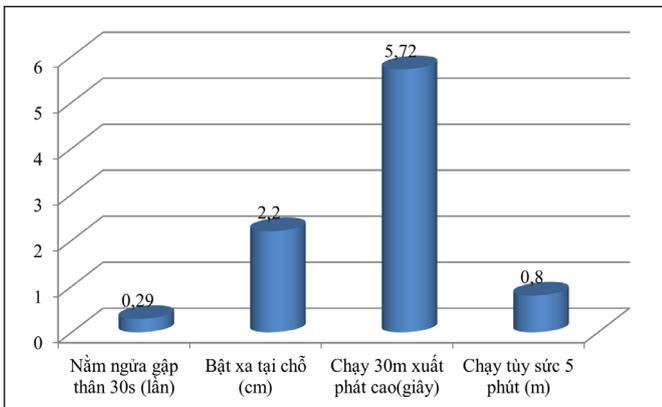
Test Chạy 30m xuất phát cao (giây), thành tích kiểm tra sau một năm tốt hơn so với thành tích ban đầu. Điều này nói lên sự tăng trưởng về thành tích các test này sau một năm học tập có sự tăng trưởng tốt và có ý nghĩa thống kê vì $t_{\text{tinh}} > t_{0.05} =$

1.976, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

So sánh thành tích các test của nữ sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập được thể hiện qua biểu đồ 3. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam sinh viên năm nhất được thể hiện ở biểu đồ 4.



Biểu đồ 3. Nhịp tăng trưởng thể lực của nữ sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập



Biểu đồ 4. Nhịp tăng trưởng thể lực của nam sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Công Thương Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm học tập

3. KẾT LUẬN

Sau 1 năm học tập chương trình GDTC cho thấy 3/4 test thể lực của nam sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM sau 1 năm học tập có sự phát triển. Tuy nhiên có 1/4 test không có sự phát triển, thành tích sau thực nghiệm thấp hơn thành tích ban đầu. Ở nhóm nữ có 1/4 test thể lực của nữ sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM sau 1 năm học tập có sự phát triển. Tuy nhiên có 3/4 test có sự phát triển, thành tích sau thực nghiệm tốt hơn thành tích ban

đầu tuy nhiên sự phát triển này không có ý nghĩa thống kê. Điều này cho thấy thể lực của học sinh Trường CĐCT TPHCM chưa có sự phát triển nhiều chứng tỏ vai trò của chương trình GDTC của nhà trường chưa có sự tác động tốt đến sự phát triển thể lực cho sinh viên, cần phải xem xét, nghiên cứu điều chỉnh chương trình GDTC.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*, ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008.
2. Nguyễn Quốc Trâm (2020), "*Nghiên cứu xây dựng chương trình thể thao ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Phú Yên*". Luận án tiến sĩ Giáo dục học.
3. Đỗ Vĩnh - Trịnh Hữu Lộc (2010), "*Giáo trình Đo lường thể thao*", Nxb Thể dục thể thao.
4. Đỗ Vĩnh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đè (2016), "*Giáo trình Lý thuyết và phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*", Nxb Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh.
5. Đỗ Vĩnh – Huỳnh Trọng Khải (2010), *Thống kê học trong TĐTT*, Nxb TĐTT.

Nguồn bài báo: Trích từ kết quả nghiên cứu của Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học: "Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên năm nhất Trường CĐCT TPHCM", Trương Xuân Hùng (2014).

Ngày nhận bài: 16/6/2024; Ngày duyệt đăng: 20/9/2024.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)