

Đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh

ThS. Nguyễn Xuân Phúc; ThS. Nguyễn Thành Cao

TÓM TẮT:

Nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng thể lực và so sánh thể lực của sinh viên (SV) trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh (ĐHCNTP TP.HCM) với các tiêu chuẩn của Bộ GD & ĐT tạo quy định. Kết quả nghiên cứu cho thấy các tố chất thể lực của SV phát triển không đều, với nam SV phần lớn đáp ứng theo quy định, còn đối với nữ vẫn còn một số chỉ tiêu chưa đáp ứng theo yêu cầu nhất là các chỉ tiêu đánh giá sức mạnh và sức bền.

Từ khóa: giáo dục thể chất, thể lực, các tố chất thể lực, sinh viên, trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh.

ABSTRACT:

The aim of this research was to evaluate students' strength and show the development of student's strength during study physical education at school. The results show that the strength of student development is uneven, after each physical fitness it has developed but not uniform. After classifying physical strengths of students according to Ministry of Education regulations, male students are mostly required, while female students are relatively modest in terms of strength and endurance.

Keywords: physical education, strength, physical fitness factors, students, Ho Chi Minh City University of Food Industry.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường ĐHCNTP TP.HCM được thành lập năm 2010 trên cơ sở nâng cấp Trường Cao đẳng CNTP TP.HCM. Với mục tiêu chung đào tạo người học có phẩm chất chính trị, đạo đức, có kiến thức, kỹ năng thực hành nghề nghiệp, năng lực nghiên cứu và phát triển ứng dụng khoa học và công nghệ tương xứng với trình độ đào tạo, có sức khỏe, có khả năng sáng tạo và trách nhiệm nghề nghiệp, thích nghi với môi trường



(Ảnh minh họa)

làm việc, có ý thức phục vụ nhân dân. Chương trình giáo dục thể chất (GDTC) ở nhà trường gồm 150 tiết chia làm ba học phần, GDTC1 (60 tiết), GDTC2 (30 tiết), GDTC3 (60 tiết). SV hoàn thành chương trình trong hai năm đầu của khóa học. Tuy nhiên, trong thời gian qua hầu như chưa có công trình nào nghiên cứu liên quan đến môn GDTC tại trường, đặc biệt là về thực trạng thể lực của SV, vì vậy nó trở thành một vấn đề bức thiết đối với những người làm công tác giảng dạy môn GDTC của trường.

Mục tiêu của nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng thể lực của SV dựa trên các tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT) quy định nhằm xây dựng cơ sở đổi mới công tác GDTC cho SV của trường.

Phương pháp đề tài sử dụng để giải quyết vấn đề đặt ra là: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sơ phạm và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng thể lực của SV trường ĐHCNT TP.HCM

Để đánh giá thực trạng thể lực của SV đề tài tiến hành kiểm tra thể lực của 200 SV (100 nam và 100 nữ) ngay sau khi hoàn thành chương trình GDTC. Kết quả thể lực của SV được thể hiện qua bảng 1.

Thông qua kết quả trên thấy rằng:

- Các chỉ số về cơ bản có độ đồng nhất cao giữa các cá thể nghiên cứu. ($C_v < 10\%$) đối với nam ở tất cả các chỉ tiêu. Còn đối với nữ là chỉ tiêu lực bóp tay thuận, chạy 30m xuất phát cao, chạy 4 x 10m và chạy tùy sức 5 phút.

- Các chỉ số ít có độ đồng nhất giữa các cá thể nghiên cứu ($C_v > 10\%$). Với nam không có chỉ tiêu nào, với nữ có hai chỉ tiêu nằm ngửa gập bụng và bật xa tại chỗ.

Mặc dù độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu ở một vài chỉ số tương đối lớn như trên nhưng tất cả các giá trị trung bình mẫu đều đủ đại diện

cho số trung bình tổng thể ($\varepsilon \leq 0,05$). Như vậy, qua nghiên cứu thể lực tuy chỉ với 200 SV (100 nam và 100 nữ) nhưng những kết quả thu được có thể phản ánh trình độ thể lực chung của SV trường ĐHCNT TP.HCM sau khi hoàn thành chương trình GDTC.

2. Đánh giá thể lực của SV trường ĐHCNT TP.HCM theo quy định của Bộ GD&ĐT

Theo Quyết định 53/2008 của Bộ GD&ĐT, đánh giá thể lực của SV thông qua phân loại theo từng chỉ tiêu và phân loại thể lực chung theo lứa tuổi. Nghiên cứu này được tiến hành trên lứa tuổi 20.

1. Phân loại thể lực của SV ở từng chỉ tiêu

Kết quả phân loại thể lực của SV ở từng chỉ tiêu được thể hiện qua bảng 2.

Số liệu ở bảng 2 cho thấy:

Ở nam số đạt loại tốt từ 22% (nằm ngửa gập bụng) đến 88% (chạy con thoi), số đạt từ 9% (chạy con thoi) đến 74% (nằm ngửa gập bụng), số không đạt từ 2% (lực bóp tay thuận) đến 7% (chạy tùy sức 5 phút). Như vậy ở

Bảng 1. Thực trạng thể lực của SV

TT	Test	Nam				Nữ			
		X	S	C_v	ε	X	S	C_v	ε
1	Lực bóp tay thuận (kg)	45,91	2,31	5,03	0,01	29,58	2,6	8,79	0,02
2	Nằm ngửa gập bụng 30s/lần	21,3	2,12	9,95	0,02	16,95	2,27	13,41	0,03
3	Bật xa tại chỗ (cm)	235,7	14,2	6,03	0,01	162,66	16,81	10,34	0,02
4	Chạy 30m XPC (s)	4,74	0,36	7,59	0,02	5,85	0,37	6,38	0,01
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	10,63	0,66	6,20	0,01	11,94	0,45	3,77	0,01
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1067,35	79,31	7,43	0,01	845,3	61,66	7,29	0,01

Bảng 2. Diễn biến phân loại thể lực của nam qua các học phần GDTC

TT	TEST	Xếp loại	Nam (n = 100)		Nữ (n = 100)		χ^2
			n	%	n	%	
1	Lực bóp tay thuận (kg)	Tốt	33	33	23	23	9,860
		Đạt	65	65	64	64	
		Không đạt	2	2	13	13	
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	Tốt	22	22	10	10	35,865
		Đạt	74	74	52	52	
		Không đạt	4	4	38	38	
3	Bật xa tại chỗ (cm)	Tốt	70	70	34	34	31,174
		Đạt	25	25	38	38	
		Không đạt	5	5	28	28	
4	Chạy 30m XPC (s)	Tốt	34	34	23	23	3,600
		Đạt	63	63	71	71	
		Không đạt	3	3	6	6	
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	Tốt	88	88	36	36	61,570
		Đạt	9	9	62	62	
		Không đạt	3	3	2	2	
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Tốt	48	48	19	19	54,798
		Đạt	45	45	26	26	
		Không đạt	7	7	55	55	

nam SV các chỉ tiêu về cơ bản đều đạt yêu cầu trở lên, chỉ còn một số ít chưa đạt.

Ở nữ số đạt loại tốt chiếm từ 10% (nằm ngửa gấp bụng) đến 36% (chạy con thoi), số đạt từ 26% (chạy tùy sức 5 phút) đến 71% (chạy 30m XPC), số không đạt từ 2% (chạy con thoi) đến 55% (chạy tùy sức 5 phút), điều đó chứng tỏ đa số đạt yêu cầu trở lên về thể lực ở từng chỉ tiêu ngoại trừ chạy tùy sức 5 phút (chỉ tiêu đánh giá sức bền chung) số không đạt yêu cầu còn quá lớn.

So sánh kết quả phân loại thể lực ở từng chỉ tiêu giữa nam và nữ SV theo quy định của Bộ GD&ĐT thể hiện trong quyết định 53/2008 QĐ-BGD&ĐT thì nam SV chiếm ưu thế ($p < 0,001$), ngoại trừ chạy 30m XPC là tương đương ($p > 0,05$)

2. Phân loại thể lực chung của SV

Khi phân loại thể lực chung trong Quyết định 53/2008 yêu cầu kiểm tra thể lực SV ít nhất là bốn chỉ tiêu, trong đó có hai chỉ tiêu bắt buộc là bật xa tại chỗ và chạy tùy sức 5 phút. Qua phỏng vấn các giảng viên đang giảng dạy tại trường chúng tôi thống nhất đánh giá thể lực chung theo 4 chỉ tiêu đó là lực bóp tay thuận, bật xa tại chỗ, chạy con thoi 4x10m và chạy tùy sức 5 phút. Đánh giá thể lực chung theo ba mức: tốt (tối thiểu 3 chỉ tiêu tốt + 1 chỉ tiêu đạt trở lên); đạt (tối thiểu 4 chỉ tiêu đều đạt); không đạt (có một chỉ tiêu không đạt).

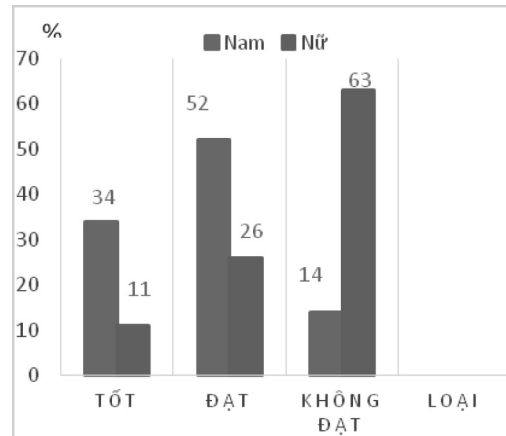
Kết quả đánh giá thể lực chung được thể hiện qua bảng 3.

- Với nam SV: xếp loại thể lực chung có 34% đạt loại tốt, 52% loại đạt và 14% không đạt, trong khi đó với SV nữ thì 11% loại tốt, 26 % loại đạt và 63 % không đạt. So sánh kết quả phân loại thể lực chung giữa nam và nữ là có sự khác biệt rõ ràng ($p < 0,001$). Phân loại thể lực chung giữa nam và nữ được thể hiện qua biểu đồ 1.

Từ kết quả nghiên cứu cho thấy so với quy định của Bộ GD&ĐT thì thể lực của nam ở từng chỉ tiêu đạt yêu cầu vì khi xếp loại phần lớn nam đều từ loại đạt trở lên. Đối với nữ, thành tích ở các chỉ tiêu như lực bóp tay thuận, chạy 30m XPC, chạy 4 x 10m đạt yêu cầu, còn thành tích ở các chỉ tiêu nằm ngửa gấp bụng, bật xa tại

Bảng 3. Phân loại thể lực chung của SV

Loại	Nam (n = 100)		Nữ (n = 100)		X ²
	n	%	n	%	
Tốt	34	34	11	11	51,604
Đạt	52	52	26	26	
Không đạt	14	14	63	63	



Biểu đồ 1. Biểu đồ phân loại thể lực chung giữa nam và nữ

chỗ và chạy tùy sức 5 phút là những chỉ tiêu đánh giá sức mạnh và sức bền chưa đạt yêu cầu vì ở các nội dung này số lượng SV không đạt chiếm tỉ lệ rất lớn. Khi xếp loại thể lực chung tổng hợp cả 4 chỉ tiêu thì số lượng từ mức đạt trở lên của nam cao hơn rất nhiều so với nữ, điều đó cho thấy thể lực của nam tốt hơn và phát triển toàn diện hơn so với nữ.

3. KẾT LUẬN

Ở từng chỉ tiêu thể lực cả nam và nữ về cơ bản phát triển đồng đều, giá trị trung bình của mẫu nghiên cứu có thể đại diện cho số trung bình cùng lứa tuổi.

Nam SV về cơ bản đạt yêu cầu trở lên về thể lực cả ở từng chỉ tiêu lẫn thể lực chung, tuy vậy còn một bộ phận không nhỏ chưa đạt 14%. Còn nữ SV, nói chung thể lực chung còn yếu (63% chưa đạt yêu cầu) nhất là sức bền 55%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Quyết định của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 về việc ban hành quy định đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV*.
2. Trương Xuân Hùng, *"Chủ tịch Hồ Chí Minh với TDTT"*, Nxb TDTT - Hà Nội, (2007).
3. *Luật giáo dục đại học (18/6/2012)* Nxb chính trị quốc gia - Hà Nội, (2013).
4. *Luật thể dục, thể thao (12/12/2006)*, Nxb TDTT - Hà Nội, (2013).

Nguồn bài báo: trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài: "Đánh giá diễn biến kết quả học tập và thể lực của SV trường ĐH Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM trong quá trình học môn GDTC" (2014), ThS. Nguyễn Xuân Phúc.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 8/3/2019; ngày phản biện đánh giá: 12/4/2019; ngày chấp nhận đăng: 26/5/2019)