

# Thực trạng phát triển thể chất của học sinh trung học cơ sở người dân tộc thiểu số khu vực trung du và miền núi phía bắc

NCS. Trương Hữu Hòa ■

## TÓM TẮT:

Sử dụng phương pháp tham khảo tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sơ phạm và toán học thống kê để đánh giá thực trạng phát triển thể chất của học sinh (HS) Trung học cơ sở (THCS) người dân tộc thiểu số (DTTS) khu vực Trung du và miền núi phía Bắc (TD&MNPB) trên các mặt: Thực trạng phát triển hình thái; thực trạng phát triển chức năng sinh lý; thực trạng phát triển thể lực, làm cơ sở đánh giá mức độ phát triển thể chất của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB.

*Từ khóa:* Thực trạng, thể chất, học sinh trung học cơ sở, người dân tộc thiểu số, khu vực Trung du và miền núi phía Bắc...

## ABSTRACT:

Using the method of documents reference, interviews, pedagogical tests and statistical mathematics to evaluate the physical development of ethnic minority middle school students in the Midlands and Northern on the following aspects: Status of morphological development; Current situation of physiological function development; Physical development status, which then used as a basis for assessing the physical development of ethnic minority middle school students in the midland and northern region.

*Keywords:* Current situation, physical development, middle school students, ethnic minority, Midlands and Northern region.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác dân tộc luôn được Đảng và Nhà nước đặc biệt quan tâm, điều này được thể hiện trong các nghị quyết của Đảng và các văn bản quy phạm pháp luật của Nhà nước. "Vấn đề dân tộc và đoàn kết các dân tộc có vị trí chiến lược lâu dài trong sự nghiệp cách mạng nước ta. Các dân tộc trong đại gia đình Việt Nam bình đẳng, đoàn kết, tôn trọng và giúp đỡ nhau cùng tiến bộ...".

Để thúc đẩy phát triển nguồn nhân lực các DTTS, nâng cao dân trí góp phần xóa đói giảm nghèo bền vững, phát triển toàn diện kinh tế - xã hội vùng DTTS, Chính phủ đã thảo luận và ra Nghị quyết số 52/NQ-CP, ngày 15/6/2016 về việc "Đẩy mạnh phát triển nguồn nhân lực các DTTS giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2030" với các chỉ tiêu nâng cao thể lực: Nâng thể trạng, tầm vóc của người DTTS: giảm tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi ở trẻ em DTTS dưới 5 tuổi đến năm 2020 còn 29% và 2030 xuống 19%; trong đó ở nhóm dân tộc có chất lượng nguồn nhân lực thấp tỷ lệ suy dinh dưỡng thấp còi năm 2020 tối đa là 30% và năm 2030 còn 20% [4].

Xuất phát từ những lý do nêu trên chúng tôi cho

rằng, trước những bất cập của thể chất các DTTS, thì việc xây dựng những luận cứ khoa học phục vụ phát triển thể chất cho đồng bào DTTS ở Việt Nam góp phần cải thiện giống nòi, nâng cao chất lượng nguồn nhân lực phục vụ mục tiêu phát triển bền vững là vấn đề mang tính thời sự và cấp thiết.

Để có cơ sở đề xuất giải pháp phát triển thể chất cho HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB phía Bắc đề tài tiến hành nghiên cứu: "*Thực trạng phát triển thể chất của học sinh THCS người dân tộc thiểu số khu vực TD&MNPB*".

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp sau: tham khảo tài liệu; kiểm tra y học; kiểm tra sơ phạm và toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

### 2. 1. Thực trạng phát triển hình thái của HS Trung học cơ sở DTTS khu vực TD&MNPB

Tiến hành nghiên cứu thực trạng phát triển hình thái của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB thông qua các chỉ tiêu: chiều cao, cân nặng và BMI đây là các chỉ tiêu được xem là các tiêu chí trung tâm, phản ánh đặc tính di truyền của chủng tộc và các yếu tố

môi trường tự nhiên và xã hội. Kết quả khảo sát thống kê được trình bày trong bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy:

**Chiều cao đứng**

- Về quy luật phát triển: chiều cao tiếp tục tăng dần theo sự gia tăng của tuổi, đạt mức tăng trung bình/năm ở cả trẻ nam và nữ giai đoạn 11 - 14 tuổi tương ứng là 4,6 và 3,1 cm/năm, phù hợp với qui luật phát triển sinh học. Tuy nhiên đây là mức tăng trưởng thấp hơn mức tăng trung bình ở trẻ toàn quốc (sau 2 tuổi đến tuổi trưởng thành, trung bình 6-7cm/năm). Giai đoạn 11 - 14 tuổi, sự phát triển không đồng đều qua các năm và không tương đồng giữa 2 giới tính. Cụ thể:

+ Nam, tăng nhanh nhất ở tuổi 12, 13; sau đó tốc độ tăng giảm dần;

+ Nữ, tiếp tục tăng nhanh ở tuổi 12; sau tuổi 13 tốc độ tăng giảm rõ, chỉ đạt 1,4 cm/năm.

- Về mức độ phát triển: giá trị trung bình ở 4 độ tuổi có sự khác biệt so với mức chuẩn trung bình toàn quốc. Cụ thể, khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 của Viện KH TDTT thì:

+ Trẻ 11 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc

~ 1,8 cm ở nam và 1,5 cm ở nữ;

+ Trẻ 12 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc

~ 1,57 cm ở nam và 1 cm ở nữ;

+ Trẻ 13 tuổi, nữ đạt chiều cao tương đương, nam thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~ 2,7 cm;

+ Trẻ 14 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~ 1,6 cm ở nam, 0,87 cm ở nữ.

Như vậy, so với thời điểm 2001, sau 17 năm với sự phát triển nhanh của nền kinh tế và sự quan tâm của cả xã hội thông qua các chính sách dân tộc, nhưng trẻ em DTTS vẫn thấp hơn, chưa bắt kịp mức độ phát triển của trẻ toàn quốc và xu hướng ngày càng bị bỏ xa hơn.

**Cân nặng**

Về qui luật và mức độ phát triển: cân nặng tăng dần theo sự gia tăng của tuổi, đạt mức tăng trung bình/năm ở cả trẻ nam và nữ giai đoạn 11-14 tuổi tương ứng là 3,15 kg và 2,99 kg/năm, phù hợp với qui luật phát triển sinh học. Đây là giai đoạn dậy thì nên ở cả 2 giới tính đều tăng trưởng mạnh, vượt giá trị bình quân của cả giai đoạn phát dục trưởng thành (gia tăng bình quân 2.5-3 kg/năm).

**Bảng 1. Đặc điểm phát triển hình thái của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB (thời điểm 10/2018)**

| Độ tuổi                         | Chỉ tiêu                        | Giới tính | $\bar{X} \pm \delta$ | Cv    | Thể chất người Việt Nam | t    | P       |
|---------------------------------|---------------------------------|-----------|----------------------|-------|-------------------------|------|---------|
| 11<br>(nam<br>n=59; nữ<br>n=52) | Chiều cao đứng (cm)             | Nam       | 135,75±8,07          | 5,95  | 137,59±7,38             | 1,72 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 137,90±7,97          | 5,78  | 139,44±7,32             | 1,46 | > 0,05  |
|                                 | Cân nặng (kg)                   | Nam       | 30,82±6,55           | 21,26 | 30,03±6,63              | 0,91 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 31,01±5,67           | 18,27 | 30,41±5,83              | 0,80 | > 0,05  |
|                                 | Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> ) | Nam       | 16,56±1,93           | 11,64 | 15,73±2,28              | 3,22 | < 0,01  |
|                                 |                                 | Nữ        | 16,23±2,13           | 13,14 | 15,53±1,98              | 2,48 | < 0,02  |
| 12<br>(nam<br>n=55; nữ<br>n=60) | Chiều cao đứng (cm)             | Nam       | 141,70±8,62          | 6,09  | 143,27 ±8,34            | 1,33 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 143,67±7,89          | 5,49  | 144,69±7,19             | 0,99 | > 0,05  |
|                                 | Cân nặng (kg)                   | Nam       | 35,59±7,40           | 20,79 | 33,24±7,38              | 2,31 | < 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 36,10±6,64           | 18,40 | 33,84±6,21              | 2,59 | < 0,02  |
|                                 | Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> ) | Nam       | 17,51±2,22           | 12,66 | 16,04±2,27              | 4,82 | < 0,001 |
|                                 |                                 | Nữ        | 17,42±2,54           | 14,58 | 16,06±2,04              | 4,09 | < 0,001 |
| 13<br>(nam<br>n=52; nữ<br>n=47) | Chiều cao đứng (cm)             | Nam       | 147,09±9,56          | 6,50  | 149,77±8,30             | 2,00 | < 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 148,98±6,52          | 4,37  | 148,82±6,33             | 0,17 | > 0,05  |
|                                 | Cân nặng (kg)                   | Nam       | 38,72±7,63           | 19,71 | 37,80±7,52              | 0,86 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 40,99±5,35           | 13,06 | 37,54±6,17              | 4,33 | < 0,001 |
|                                 | Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> ) | Nam       | 17,76±2,14           | 12,03 | 16,72±2,26              | 3,44 | < 0,001 |
|                                 |                                 | Nữ        | 18,45±1,98           | 10,73 | 16,90±2,22              | 5,26 | < 0,001 |
| 14<br>(nam<br>n=63; nữ<br>n=51) | Chiều cao đứng (cm)             | Nam       | 154,07±7,83          | 5,08  | 155,67±7,97             | 1,59 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 150,41±5,90          | 3,92  | 151,28±5,53             | 1,04 | > 0,05  |
|                                 | Cân nặng (kg)                   | Nam       | 43,44±7,22           | 16,62 | 41,87±7,69              | 1,69 | > 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 42,96±6,79           | 15,81 | 40,45±5,71              | 2,61 | < 0,02  |
|                                 | Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> ) | Nam       | 17,94±3,11           | 17,34 | 17,16±2,08              | 1,97 | < 0,05  |
|                                 |                                 | Nữ        | 19,01±2,75           | 14,48 | 17,65±2,08              | 3,50 | < 0,001 |

So sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 của Viện KH TDTT thì cân nặng đạt giá trị tương đương ở mọi độ tuổi.

Cân nặng khi xem xét chỉ tiêu này độc lập cũng có những đặc điểm phát triển tương đồng với chiều cao. Khi đánh giá trong sự phát triển cân đối với chiều cao cơ thể thông qua BMI, nếu căn cứ tiêu chuẩn đánh giá của FAO thì độ tuổi 11 - 12 cả nam và nữ đều nằm trong khoảng thiếu cân độ I, sang tuổi 13,14 đạt mức trung bình. Tuy nhiên, tiêu chuẩn của FAO thường chỉ áp dụng cho tuổi trưởng thành. Căn cứ tiêu chuẩn đánh giá BMI theo độ tuổi (iFitness.vn) thì các nhóm trẻ đối tượng khảo sát đều nằm trong mức phát triển bình thường, cân đối nhưng tiệm cận mức gầy (thiếu cân).

## 2.2. Thực trạng phát triển chức năng sinh lý của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB

Tiến hành nghiên cứu thực trạng phát triển chức năng sinh lý của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB đề tài sử dụng các chỉ tiêu: dung tích sống để phản ánh mức độ cung cấp oxy cho chuyển hóa năng lượng ưa khí là chỉ tiêu phản ánh khách quan trình độ thể lực chung; thời gian phản ứng vận

động đánh giá năng lực thần kinh, là hệ chức năng điều tiết các hoạt động sống bên trong cơ thể. Kết quả khảo sát thống kê được trình bày trong bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: sự phát triển chức năng sinh lý của HS THCS DTTS phát triển theo qui luật sinh học tự nhiên. Quá trình hoàn thiện và tăng trưởng diễn ra cùng với sự gia tăng của tuổi, mức tăng trưởng không đồng đều giữa các độ tuổi, các số liệu thu được ở mẫu nghiên cứu có độ phân tán lớn ( $C_v > 10\%$ ). Kết quả nghiên cứu đã phản ánh sự tác động của các yếu tố môi trường, chủ yếu là dinh dưỡng và chế độ hoạt động tập luyện có sự khác biệt lớn giữa các cá thể.

Sự gia tăng chỉ tiêu dung tích sống diễn ra mạnh hơn ở các độ tuổi 12 - 14 ở nam và 11 - 12 ở nữ. Giá trị gia tăng của các chỉ tiêu phản ánh tốc độ phản xạ không lớn và tương đối đồng đều ở các độ tuổi của nam, ở nữ sự tăng trưởng rất cao ở tuổi 11. Kết quả này phù hợp với qui luật sinh học tự nhiên do đặc tính của thần kinh có tính bảo thủ cao, phụ thuộc nhiều vào đặc điểm cá thể (gene di truyền).

## 2.3. Thực trạng phát triển thể lực của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB

Tiến hành nghiên cứu thực trạng phát triển thể lực

**Bảng 2. Đặc điểm phát triển chức năng sinh lý của HS trung học cơ sở DTTS khu vực TD&MNPB (thời điểm 10/2018)**

| Độ tuổi                         | Chỉ số              | Giới tính | $\bar{X}$ | $\pm \delta$ | $C_v$ |
|---------------------------------|---------------------|-----------|-----------|--------------|-------|
| 11<br>(nam<br>n=59; nữ<br>n=52) | Dung tích sống (ml) | Nam       | 1768,44   | 416,67       | 23,56 |
|                                 |                     | Nữ        | 1594,00   | 270,95       | 17,00 |
|                                 | Phản xạ đơn (ms)    | Nam       | 420,91    | 148,79       | 35,35 |
|                                 |                     | Nữ        | 395,72    | 127,66       | 32,26 |
|                                 | Phản xạ phức (ms)   | Nam       | 620,21    | 206,95       | 33,37 |
|                                 |                     | Nữ        | 675,73    | 220,02       | 32,56 |
| 12<br>(nam<br>n=55; nữ<br>n=60) | Dung tích sống (ml) | Nam       | 1994,70   | 539,71       | 27,06 |
|                                 |                     | Nữ        | 1737,45   | 475,59       | 27,37 |
|                                 | Phản xạ đơn (ms)    | Nam       | 386,04    | 133,08       | 34,47 |
|                                 |                     | Nữ        | 381,43    | 131,13       | 34,38 |
|                                 | Phản xạ phức (ms)   | Nam       | 634,14    | 254,07       | 40,07 |
|                                 |                     | Nữ        | 611,47    | 209,02       | 34,18 |
| 13<br>(nam<br>n=52; nữ<br>n=47) | Dung tích sống (ml) | Nam       | 2182,28   | 523,07       | 23,97 |
|                                 |                     | Nữ        | 1952,32   | 362,52       | 18,57 |
|                                 | Phản xạ đơn (ms)    | Nam       | 359,03    | 163,49       | 45,54 |
|                                 |                     | Nữ        | 366,00    | 125,52       | 34,30 |
|                                 | Phản xạ phức (ms)   | Nam       | 579,04    | 225,24       | 38,90 |
|                                 |                     | Nữ        | 624,80    | 160,59       | 25,70 |
| 14<br>(nam<br>n=63; nữ<br>n=51) | Dung tích sống (ml) | Nam       | 2571,47   | 651,39       | 25,33 |
|                                 |                     | Nữ        | 2061,51   | 454,25       | 22,03 |
|                                 | Phản xạ đơn (ms)    | Nam       | 395,09    | 263,65       | 66,73 |
|                                 |                     | Nữ        | 348,68    | 129,40       | 37,11 |
|                                 | Phản xạ phức (ms)   | Nam       | 544,09    | 190,56       | 35,02 |
|                                 |                     | Nữ        | 629,27    | 180,68       | 28,71 |

của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB được đánh giá theo 7 test, phản ánh toàn diện các tố chất: nhanh, mạnh, sức bền, mềm dẻo và khả năng phối hợp vận động. Đây là các test sử dụng được sử dụng trong đề tài điều tra thể chất nhân dân năm 2001. Kết quả khảo sát thống kê được trình bày trong bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: các tố chất thể lực phát triển theo tuổi với nhịp độ tăng trưởng không đồng đều giữa các độ tuổi, giữa trẻ nam và nữ có sự khác biệt với biểu hiện nam tốt hơn ở nữ, mức độ phát triển tăng nhanh, rõ nhận thấy ở trẻ lứa tuổi 12, 13, 14, đặc biệt là sức mạnh và sức bền. Sự phát triển thể lực tăng nhanh ở tuổi 12 - 14 đã chứng tỏ hiệu quả tác động dương tính của các hormone sinh dục lên toàn bộ quá trình phát triển thể chất của trẻ khi trẻ bước vào giai đoạn phát dục trưởng thành.

Nam bước vào thời kỳ phát dục muộn hơn đã thúc đẩy nhanh quá trình phát triển thể lực, biểu hiện rõ ở sức mạnh chi dưới (bật xa tại chỗ nam độ tuổi 12 - 13

gia tăng trên 9 cm/năm; ở tuổi 13 mức gia tăng nhanh nhất ở cả nam và nữ, tương ứng đạt 15,97 và 8,36 cm; sang tuổi 14 ở nữ mức độ gia tăng đã giảm rõ). Sức mạnh chi trên tăng chậm ở tuổi 11 - 12, nhưng tăng nhanh hơn ở tuổi 13 - 14. Sức nhanh và khả năng phối hợp vận động tăng với mức tăng tương đối ổn định sau tuổi 11. Sức bền ở nam và nữ tiếp tục tăng cao ở các lứa tuổi 12 - 14.

Kết quả này phù hợp với qui luật phát triển không đồng bộ, bởi tuy hình thái tăng nhanh nhưng năng lực chức phận của hệ hô hấp và đặc biệt là hệ tim mạch phát triển không theo kịp đã làm giảm sút năng lực sức bền của trẻ.

Kết quả thu được ở các tiêu chí phản ánh sức mạnh và sức bền của mẫu nghiên cứu có sự tản mát, không tập trung. Đây là các tố chất chịu chi phối nhiều bởi yếu tố môi trường xã hội đã cho thấy trẻ chưa được tập luyện đầy đủ, có hệ thống, sự phát triển diễn ra theo hướng cá thể đã dẫn đến sự phân

**Bảng 3. Đặc điểm phát triển thể lực của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB (thời điểm 10/2018)**

| Độ tuổi                            | Chỉ số                        | Giới tính | $\bar{X} \pm \delta$ | Cv    | Thể chất người Việt Nam | t    | p      |
|------------------------------------|-------------------------------|-----------|----------------------|-------|-------------------------|------|--------|
| 11<br>(nam<br>n=59;<br>nữ<br>n=52) | Lực bóp tay thuận (kG)        | Nam       | 18,35±4,89           | 26,67 | 19,37±3,80              | 1,58 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 15,62±4,30           | 27,50 | 18,78±3,61              | 5,24 | <0,001 |
|                                    | Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)   | Nam       | 15,95±3,54           | 22,20 | 16,00±4,68              | 0,10 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 12,32±4,08           | 33,10 | 13,00±4,71              | 1,18 | > 0,05 |
|                                    | Chạy xuất phát cao 30m (giây) | Nam       | 5,81±0,52            | 9,00  | 5,69±0,48               | 1,74 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 6,44±0,65            | 10,16 | 6,18±0,59               | 2,84 | < 0,01 |
|                                    | Dẻo gập thân (cm)             | Nam       | 6,86±4,53            | 65,94 | 6,00±5,59               | 1,42 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 7,14±4,30            | 60,27 | 6,00±6,04               | 1,85 | > 0,05 |
|                                    | Chạy con thoi (4x10m)         | Nam       | 11,59±0,74           | 6,41  | 11,61±0,86              | 0,20 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 12,32±0,88           | 7,13  | 12,44±0,93              | 0,96 | > 0,05 |
|                                    | Bật xa tại chỗ (cm)           | Nam       | 157,02±19,42         | 12,37 | 161,00±17,88            | 1,55 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 140,69±17,21         | 12,24 | 150,00±16,10            | 3,84 | <0,001 |
|                                    | Chạy tùy sức 5 phút (m)       | Nam       | 816,04±157,26        | 19,27 | 880,00±117,25           | 3,09 | < 0,01 |
|                                    |                               | Nữ        | 758,09±143,46        | 18,92 | 788,00±106,17           | 1,49 | > 0,05 |
| 12<br>(nam<br>n=55;<br>nữ<br>n=60) | Lực bóp tay thuận (kG)        | Nam       | 18,82±5,96           | 31,68 | 22,30±4,96              | 4,28 | <0,001 |
|                                    |                               | Nữ        | 19,76±5,36           | 27,13 | 21,25±3,90              | 2,13 | < 0,05 |
|                                    | Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)   | Nam       | 15,57±4,33           | 27,79 | 17,00±4,47              | 2,40 | < 0,02 |
|                                    |                               | Nữ        | 13,75±3,74           | 27,19 | 12,00±4,40              | 3,53 | <0,001 |
|                                    | Chạy xuất phát cao 30m (giây) | Nam       | 5,73±0,48            | 8,36  | 5,53±0,48               | 3,03 | < 0,01 |
|                                    |                               | Nữ        | 6,05±0,57            | 9,45  | 6,09±0,56               | 0,53 | > 0,05 |
|                                    | Dẻo gập thân (cm)             | Nam       | 6,92±4,82            | 69,65 | 6,00±5,80               | 1,38 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 7,43±4,13            | 55,56 | 7,00±6,13               | 0,77 | > 0,05 |
|                                    | Chạy con thoi (4x10m)         | Nam       | 11,51±0,83           | 7,20  | 11,39±0,89              | 1,05 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 12,02±0,82           | 6,80  | 12,43±0,91              | 3,78 | <0,001 |
|                                    | Bật xa tại chỗ (cm)           | Nam       | 166,13±22,83         | 13,74 | 172,00±18,00            | 1,89 | > 0,05 |
|                                    |                               | Nữ        | 150,21±14,11         | 9,39  | 153,00±17,11            | 1,49 | > 0,05 |
|                                    | Chạy tùy sức 5 phút (m)       | Nam       | 798,50±149,94        | 18,78 | 905,00±118,91           | 5,21 | <0,001 |
|                                    |                               | Nữ        | 747,00±141,18        | 18,90 | 787,00±107,39           | 2,17 | < 0,05 |

|                                    |                                  |     |               |       |               |      |        |
|------------------------------------|----------------------------------|-----|---------------|-------|---------------|------|--------|
| 13<br>(nam<br>n=52;<br>nữ<br>n=47) | Lực bóp tay thuận (kG)           | Nam | 23,30±6,50    | 27,91 | 26,87±6,44    | 3,89 | <0,001 |
|                                    |                                  | Nữ  | 22,38±5,17    | 23,11 | 23,49±4,60    | 1,45 | > 0,05 |
|                                    | Nằm ngửa gập bụng<br>(lần/30s)   | Nam | 16,48±4,68    | 28,39 | 18,00±3,96    | 2,31 | < 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 14,69±3,91    | 26,62 | 12,00±4,30    | 4,63 | <0,001 |
|                                    | Chạy xuất phát cao<br>30m (giây) | Nam | 5,43±0,51     | 9,40  | 5,29±0,49     | 1,95 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 5,99±0,73     | 12,23 | 6,02±0,58     | 0,28 | > 0,05 |
|                                    | Đẻo gập thân (cm)                | Nam | 7,47±4,48     | 60,05 | 7,00±6,40     | 0,73 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 9,83±3,97     | 40,37 | 8,00±6,56     | 3,03 | < 0,01 |
| 14<br>(nam<br>n=63;<br>nữ<br>n=51) | Chạy con thoi (4x10m)            | Nam | 11,52±1,57    | 13,65 | 11,08±0,83    | 2,01 | < 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 11,88±1,10    | 9,25  | 12,38±0,88    | 3,09 | < 0,01 |
|                                    | Bật xa tại chỗ (cm)              | Nam | 182,10±24,55  | 13,48 | 183,00±20,86  | 0,26 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 158,57±20,03  | 12,63 | 157,00±16,91  | 0,53 | > 0,05 |
|                                    | Chạy tùy sức 5 phút (m)          | Nam | 808,40±145,04 | 17,94 | 931,00±122,34 | 6,02 | <0,001 |
|                                    |                                  | Nữ  | 774,76±132,40 | 17,09 | 771,00±101,24 | 0,19 | > 0,05 |
|                                    | Lực bóp tay thuận (kG)           | Nam | 30,76±7,92    | 25,74 | 31,52±6,72    | 0,75 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 26,04±5,96    | 22,88 | 25,79±4,52    | 0,30 | > 0,05 |
|                                    | Nằm ngửa gập bụng<br>(lần/30s)   | Nam | 16,39±3,71    | 22,61 | 19,00±4,19    | 5,44 | <0,001 |
|                                    |                                  | Nữ  | 14,27±4,00    | 28,03 | 12,00±4,36    | 3,97 | <0,001 |
|                                    | Chạy xuất phát cao<br>30m (giây) | Nam | 5,39±0,56     | 10,48 | 5,17±0,53     | 3,06 | < 0,01 |
|                                    |                                  | Nữ  | 5,91±0,75     | 12,68 | 6,09±0,61     | 1,69 | > 0,05 |
|                                    | Đẻo gập thân (cm)                | Nam | 7,36±4,77     | 64,82 | 8,00±7,14     | 1,02 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 9,39±4,86     | 51,74 | 8,00±6,92     | 1,98 | > 0,05 |
|                                    | Chạy con thoi (4x10m)            | Nam | 11,12±0,88    | 7,88  | 10,85±0,84    | 2,39 | < 0,02 |
|                                    |                                  | Nữ  | 11,62±0,85    | 7,35  | 12,42±0,94    | 6,59 | <0,001 |
|                                    | Bật xa tại chỗ (cm)              | Nam | 189,02±25,33  | 13,40 | 193,00±21,02  | 1,23 | > 0,05 |
|                                    |                                  | Nữ  | 162,06±18,82  | 11,61 | 159,00±15,93  | 1,15 | > 0,05 |
|                                    | Chạy tùy sức 5 phút (m)          | Nam | 855,98±122,74 | 14,34 | 967,00±114,46 | 7,05 | <0,001 |
|                                    |                                  | Nữ  | 796,33±110,39 | 13,86 | 781,00±105,98 | 0,98 | > 0,05 |

tán của số liệu cần được quan tâm trong chế độ hoạt động tập luyện của trẻ.

Khi so sánh kết quả thu được ở mẫu nghiên cứu cho kết quả thấp hơn kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001.

### 3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu có thể khẳng định mức độ phát triển thể chất của HS THCS DTTS khu vực TD&MNPB thấp hơn so với người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính theo kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2006), *Văn kiện Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ X*, Nxb Chính trị quốc gia, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2001), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6-20 tuổi*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), *Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 tới lớp 12 (thời điểm 2002-2014)*. Đề tài NCKH cấp Bộ, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.
4. Thủ tướng Chính phủ, *Nghị quyết số 52/NQ-CP ngày 15/6/2016 của Thủ tướng Chính phủ về việc “Đẩy mạnh phát triển nguồn nhân lực các dân tộc thiểu số giai đoạn 2016 - 2020, định hướng đến năm 2030”*.
5. Vũ Chung Thủy và cộng sự (2020), *Nghiên cứu giải pháp, chính sách phát triển thể lực, góp phần nâng cao chất lượng nguồn nhân lực các dân tộc thiểu số đến năm 2030*. Đề tài nghiên cứu khoa học và công nghệ cấp quốc gia (mã số: CTDT.23.17/16-20).

Nguồn bài báo: Bài báo là kết quả nghiên cứu luận án tiến sĩ giáo dục học: “Thực trạng và giải pháp phát triển thể lực cho học sinh Phổ thông người dân tộc thiểu số khu vực trung du và miền núi phía Bắc”, ThS. Trương Hữu Hòa, luận án chưa bảo vệ.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 14/7/2020; ngày phản biện đánh giá: 16/9/2020; ngày chấp nhận đăng: 12/10/2020)