

DIỄN BIẾN PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN KHÓA 50 CHUYÊN NGÀNH QUẢN LÝ THỂ DỤC THỂ THAO TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH SAU 2 NĂM TẬP LUYỆN

Ths. Đào Đoàn Dũng¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy tiến hành lựa chọn được 13 test đánh giá hình thái chức năng và các tố chất thể lực của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý thể dục thể thao (TDTT) trường Đại học TDTT Bắc Ninh đồng thời đánh giá diễn biến phát triển thể chất của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý Thể dục thể thao trường Đại học TDTT Bắc Ninh sau 2 năm tập luyện

Từ khóa: Diễn biến, hình thái, chức năng, tố chất thể lực, Quản lý Thể dục thể thao.

Summary: Using conventional scientific research methods, we selected 13 tests to assess the morphology, function and physical qualities of students of course 50 majoring in Sports Management at Bacninh University of Sports and at the same time evaluated Physical development of students of course 50, majoring in Sports Management, Bacninh University of Sports after 2 years of practice

Keywords: evaluated, morphology, function, physical qualities, Sports Management.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường đại học TDTT Bắc Ninh là nơi đào tạo và cung cấp lực lượng cán bộ chủ chốt cho việc mở rộng và phát triển các Trường đại học đào tạo cán bộ TDTT trên toàn quốc. Nhà Trường hiện đang đảm nhiệm đào tạo 4 loại hình cán bộ là: Giáo viên TDTT, Huấn luyện viên (HLV) các môn thể thao, cán bộ quản lý TDTT và cán bộ Y sinh học TDTT với các hình thức từ bậc học cao đẳng đến tiến sĩ. Trong đó, ngành đào tạo cán bộ quản lý TDTT được đưa vào hệ thống tuyển sinh và giảng dạy muộn hơn so với các ngành đào tạo còn lại. Mục tiêu đào tạo cử nhân quản lý TDTT. Vì tính chất của ngành là đào tạo cán bộ quản lý TDTT nên số giờ học kiến thức chuyên ngành trên giảng đường nhiều hơn số giờ học các môn thể thao. Do vậy, trong những năm gần đây ý thức học tập và rèn luyện thể chất của sinh viên chuyên ngành quản lý TDTT đang kém đi so với các ngành còn lại trong nhà trường. Từ những vấn đề trên cho thấy việc tìm hiểu và nghiên cứu diễn biến phát triển thể chất của sinh viên khóa 50 chuyên ngành quản lý thể dục thể thao trường Đại học thể dục thể thao Bắc Ninh sau 2 năm tập luyện là rất cần thiết.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra y học, kiểm tra sự phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn chỉ tiêu đánh giá diễn biến phát triển thể chất của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý Thể dục thể thao

Thông qua tham khảo tài liệu, tham khảo ý kiến của các chuyên gia, qua thực tiễn công tác kiểm tra đánh giá diễn biến phát triển thể chất của sinh viên khóa tại trường đại học thể dục thể thao, đồng thời qua tham khảo các tài liệu chuyên môn của các tác giả trong và ngoài nước chúng tôi đã lựa chọn được 11 chỉ tiêu, test đánh giá sự phát triển thể chất cho đối tượng nghiên cứu gồm:

* **Nhóm chỉ tiêu hình thái, chức năng:**

1. Chiều cao (cm)

2. Cân nặng (kg)

3. Vòng ngực hít vào hết sức (cm)

4. Vòng ngực thở ra hết sức (cm)

5. Thông khí phổi tối đa (l/p)

* **Nhóm các test đánh giá tố chất vận động**

6. Chạy 30m XPC (s)

7. Bật xa tại chỗ (cm)

8. Chạy 1500m (s) (nam), chạy 800m (nữ)

9. Dẻo gập thân về trước (cm)

10. Lực bóp tay thuận (kg)

11. Nằm sấp chống đẩy 20s (lần)

Để đảm bảo việc đánh giá một cách khách quan, chính xác và khoa học về các chỉ tiêu, test đánh giá sự phát triển thể chất cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 30 cán bộ quản lý, giảng viên của trường đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 11 tiêu chí đánh giá hình thái chức năng và tố chất thể lực của sinh viên khóa 50 chuyên ngành quản lý TDTT trường đại học TDTT Bắc Ninh đều được các chuyên gia đánh giá với mức điểm ưu tiên tương đối cao (từ 73.3% đến 97.0%). Vì vậy các tiêu chí này đều được lựa chọn tiếp tục sử dụng.

2.2. Diễn biến phát triển hình thái, chức năng của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TDTT sau 2 năm tập luyện

Để nghiên cứu diễn biến phát triển hình thái, chức năng của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TDTT trường Đại học TDTT Bắc Ninh sau 2 năm tập luyện, đề tài đã tiến hành thu thập số liệu ở 3 lần kiểm tra đầu năm học thứ nhất, cuối năm học thứ nhất và cuối năm học thứ hai để đánh giá tổng thể diễn biến phát triển của các chỉ số hình thái, chức năng được kiểm tra sau 2 năm học. Kết quả được trình bày tại các bảng 2, 3 và 4

Qua bảng 2,3 và 4 cho thấy:

- Diễn biến phát triển thể lực thông qua các lần lập test cho thấy thể lực của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TDTT có tăng ở giai đoạn cuối năm học thứ nhất nhưng đang có chiều hướng

Bảng 1. Lựa chọn các chỉ tiêu, test đánh giá diễn biến phát triển thể chất cho sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý Thể dục thể thao

TT	Các chỉ số hình thái chức năng	Kết quả đánh giá	
		Số phiếu	Tỷ lệ (%)
1	Chiều cao (cm)	25	83,3 %
2	Cân nặng (kg)	27	90.00%
3	Vòng ngực hít vào hết sức (cm)	23	77.00%
4	Vòng ngực thở ra hết sức (cm)	18	93,3 %
5	Thông khí phổi tối đa (l/p)	22	73,3 %
	Các test thể lực		
6	Chạy 30m XPC (s)	26	87.00%
7	Chạy 50m XPC (s)	9	80%
8	Lực bóp tay thuận (KG)	27	90%
9	Bật xa tại chỗ (cm)	24	80%
10	Đeo thân gập về trước	28	93,3 %
11	Chạy 1500m (s) (nam)	24	80%
12	Chạy 800m (nữ)	29	97.00%
13	Nằm sấp chống đẩy (lần)	28	93,3 %

Bảng 2: Diễn biến phát triển về hình thái, chức năng của nam sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TĐTT sau 2 năm tập luyện (n = 25)

Chỉ số	$\bar{X}_1 \pm \delta$	$\bar{X}_2 \pm \delta$	$\bar{X}_3 \pm \delta$	$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$
Chiều cao (cm)	168.67 $\pm$ 6.46	170.6 $\pm$ 5.74	171.56 $\pm$ 5.25	1.12	0.62	1.73	1.14	0.56	1.78
Cân nặng (kg)	55.45 $\pm$ 4.72	58.67 $\pm$ 5.85	59.97 $\pm$ 5.74	2.14	0.8	3.04	5.64	2.2	7.83
VN HVHS (cm)	80.24 $\pm$ 3.12	81.78 $\pm$ 3.45	82.56 $\pm$ 3.9	1.66	0.75	2.32	1.9	0.95	2.85
VN TRHS (cm)	77.37 $\pm$ 2.45	78.72 $\pm$ 2.64	79.42 $\pm$ 2.13	1.87	1.03	3.16	1.73	0.9	2.61
Thông khí phổi tối đa (l/p)	121.09 $\pm$ 23.97	124.89 $\pm$ 22.16	128.56 $\pm$ 23.78	0.58	0.56	1.1	3.09	2.9	6

Bảng 3. Diễn biến phát triển về hình thái, chức năng của nữ sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TĐTT sau 2 năm tập luyện (n=10)

Chỉ số	$\bar{X}_1 \pm \delta$	$\bar{X}_2 \pm \delta$	$\bar{X}_3 \pm \delta$	$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$
Chiều cao (cm)	157.38 $\pm$ 4.35	159.45 $\pm$ 3.37	160.28 $\pm$ 2.65	1.2	0.64	1.8	1.3	0.52	1.83
Cân nặng (kg)	46.34 $\pm$ 2.67	49.55 $\pm$ 2.34	52.62 $\pm$ 2.42	2.86	2.88	5.51	6.75	6	12.72
VN HVHS (cm)	78.24 $\pm$ 2.26	79.06 $\pm$ 1.85	79.58 $\pm$ 1.63	0.9	0.67	1.52	1.04	0.65	1.78
VN TRHS (cm)	75.13 $\pm$ 1.67	76.05 $\pm$ 1.51	77.15 $\pm$ 1.43	1.3	1.67	2.91	1.22	1.43	2.65
Thông khí phổi tối đa (l/p)	101.76 $\pm$ 13.16	108.78 $\pm$ 8.12	115.34 $\pm$ 6.23	1.43	2.02	2.95	6.67	5.85	12.51

Bảng 4. Diễn biến phát triển về các tố chất thể lực của nam, nữ sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TĐTT Đại học TĐTT sau 2 năm tập luyện (n= 35 sv)

Giới	Chỉ số	$\bar{X}_1 \pm \delta$	$\bar{X}_2 \pm \delta$	$\bar{X}_3 \pm \delta$	$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$
Nam (n = 25)	Chạy 30m XPC (s)	5.2 $\pm$ 0.47	4.5 $\pm$ 0.25	4.8 $\pm$ 0.18	56.57	4.87	3.97	14.43	6.45	8
	Bật xa tại chỗ (cm)	226.4 $\pm$ 4.67	236 $\pm$ 4.13	231 $\pm$ 4.25	7.7	4.22	3.64	4.15	-2.14	2.01
	Chạy 1500m (s)	367.7 $\pm$ 5.00	335 $\pm$ 7.34	342 $\pm$ 5.68	18.41	3.8	17	9.3	2.07	7.24
	Đeo gấp thân về trước (cm)	10.14 $\pm$ 1.45	11.45 $\pm$ 0.34	10.56 $\pm$ 0.57	4.4	6.7	1.35	12.13	8.09	4.06
	Lực bóp tay thuận (KG)	38.56 $\pm$ 2.78	42.56 $\pm$ 2.93	40.38 $\pm$ 2.81	4.95	2.7	2.3	9.86	5.25	4.61
	Nằm sấp chống đẩy (1/20s)	18 $\pm$ 2.00	21 $\pm$ 2.5	20 $\pm$ 2.8	4.7	1.33	2.9	15.34	4.87	10.53
	Chạy 30m XPC (s)	6.4 $\pm$ 0.54	5.63 $\pm$ 0.42	5.82 $\pm$ 0.39	3.55	1.04	2.75	12.8	3.32	9.5
Nữ (n = 10)	Bật xa tại chỗ (cm)	212.3 $\pm$ 5.24	226.78 $\pm$ 4.75	221 $\pm$ 4.23	6.47	2.87	4.08	6.6	2.61	4.02
	Chạy 800m (s)	224.34 $\pm$ 4.00	183.6 $\pm$ 4.34	203.4 $\pm$ 4.12	21.82	10.46	11.53	19.97	10.23	9.8
	Đeo gấp thân về trước (cm)	12.31 $\pm$ 1.12	13.24 $\pm$ 0.36	12.67 $\pm$ 0.40	2.5	3.35	0.96	7.28	4.4	2.88
	Lực bóp tay thuận (kg)	30.23 $\pm$ 3.05	33.6 $\pm$ 2.37	31.5 $\pm$ 2.25	2.76	2.03	1.06	10.56	6.45	4.11
	Nằm sấp chống đẩy (lần)	15 $\pm$ 2.00	18 $\pm$ 2.5	16 $\pm$ 2.3	2.96	1.86	1.04	18.18	11.76	6.45

giảm và kém đi vào giai đoạn cuối năm học thứ hai.

- Diễn biến phát triển hình thái, chức năng của sinh viên khóa 50 chuyên ngành Quản lý TDTT qua 3 giai đoạn có tăng nhưng không đáng kể. Các chỉ số về chiều cao, cân nặng, chu vi vòng ngực: Sau 2 năm tập luyện đều có sự tăng trưởng, có ý nghĩa thống kê so với ban đầu, tuy nhiên sự tăng trưởng về chiều cao là không đáng kể. Điều này hoàn toàn phù hợp với quy luật phát triển theo lứa tuổi và quy luật của quá trình huấn luyện: Đây là giai đoạn phát triển của cơ thể, nhưng hệ xương đã phát triển chậm lại, đồng thời do ảnh hưởng của quá trình huấn luyện nên các chỉ số về hình thái đều có sự biến đổi đáng kể so với ban đầu.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu cho thấy: Diễn biến về các chỉ số hình thái, chức năng đều tăng qua 2 năm học ở nam và nữ. Các chỉ số này có xu hướng tăng sau 1 năm học tập và đến cuối năm học thứ 2, sự tăng trưởng này không lớn; diễn biến về các chỉ tiêu thể lực: Các tổ chất thể lực tăng trưởng không đều qua các năm học, sau 1 năm học sự tăng trưởng về thể lực cao hơn nhưng đến cuối năm học thứ hai thì có chiều hướng giảm xuống. Như vậy thông qua nghiên cứu cho thấy diễn biến phát triển thể chất của sinh viên chuyên ngành Quản lý TDTT trường đại học TDTT Bắc Ninh không đều và có chiều hướng giảm đi sau 2 năm học tập và rèn luyện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.
2. Harre.D (1996): *Học thuyết huấn luyện* - Nxb TDTT, Hà Nội. Sách dịch.
3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2006), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Lê Hữu Hưng (2008), *Nghiên cứu ứng dụng sử dụng máy Cortex MetaMax 3B trong việc đánh giá một số chỉ số tuần hoàn, hô hấp trọng vận động của VĐV trẻ trường Đại học TDTT Bắc Ninh*, đề tài cấp trường.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội.

NGUỒN BÀI BÁO: Bài báo được trích từ Luận văn thạc sĩ : “*Nghiên cứu diễn biến phát triển thể chất của sinh viên chuyên ngành Quản lý Thể dục thể thao trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh*”, trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh, bảo vệ năm 2018



Ảnh minh họa