

THỰC TRẠNG HÌNH THÁI VÀ CHỨC NĂNG SINH LÝ CỦA HỌC SINH TIỂU HỌC NGƯỜI DÂN TỘC THIỂU SỐ KHU VỰC TRUNG DU VÀ MIỀN NÚI PHÍA BẮC

TS. Trương Hữu Hòa¹

Tóm tắt: Sử dụng phương pháp nghiên cứu thường quy trong thể dục thể thao, bài báo đánh giá thực trạng hình thái và chức năng sinh lý của học sinh (HS) Tiểu học người dân tộc thiểu số (DTTS) khu vực Trung du và miền núi phía Bắc (TD&MNPB). Kết quả nghiên cứu cho thấy mức độ phát triển thể chất của HS Tiểu học người DTTS khu vực TD&MNPB thấp hơn hoặc bằng so với người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính theo kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001.

Từ khóa: Thực trạng, phát triển thể chất, học sinh tiểu học, dân tộc thiểu số, khu vực Trung du và miền núi phía Bắc.

Summary: Using standard research methods in Sports Science, the article evaluates the physical form and physiological functions of primary school students from ethnic minority groups in the North Central and Northern Mountainous regions of Vietnam. The research findings indicate that the physical development of these students is lower than or equivalent to their Vietnamese peers of the same age and gender, as observed in the results of the National Physical Fitness Survey in 2001.

Keywords: Current status, physical development, primary school students, ethnic minorities, North Central and Northern Mountainous regions.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Học sinh tiểu học là những HS ở độ tuổi từ 6 đến 10 tuổi được xem là “giai đoạn vàng” trong sự phát triển của trẻ. Trong giai đoạn này, các hoạt động thể chất có ý nghĩa cực kỳ quan trọng trong việc giáo dục trẻ một cách toàn diện, giúp trẻ phát triển và hoàn thiện về các hệ thần kinh, cơ xương, bộ máy hô hấp. Bởi vậy, đầu tư cho giáo dục thể chất (GDTC) cho trẻ ngay từ nhỏ sẽ là nền tảng vững chắc để trẻ phát triển toàn diện trong tương lai.

Trong GDTC, những biến đổi hình thái, chức năng sinh lý và tổ chức vận động là những yếu tố cơ bản để đánh giá sự phát triển thể chất. Phát triển thể chất và tâm lý của HS Tiểu học (6-10 tuổi) có ý nghĩa đặc biệt quan trọng. Diễn biến thể chất ở lứa tuổi này diễn ra rất mạnh và chịu nhiều sự tác động của yếu tố tự nhiên và xã hội, nhân cách của các em lúc này còn mang tính tiềm ẩn, những năng lực, tố chất của các em còn chưa được bộc lộ rõ rệt, nếu có được tác động thích ứng chúng sẽ bộc lộ và phát triển. Việc tác động của quá trình GDTC cũng như các hoạt động thể thao ngoại khóa đối với lứa tuổi này cần phải đảm bảo tính khoa học. Có như vậy cơ

thể các em mới phát triển bình thường theo quy luật lứa tuổi, giới tính và đạt được nền tảng cơ bản giúp các em phát triển hài hòa về thể chất và tinh thần.

Theo Giáo sư Lưu Quang Hiệp, hiện nay đồng bào các DTTS ít người ở Việt Nam không những có điều kiện sống khó khăn, chế độ dinh dưỡng nghèo nàn, mà còn có chế độ vận động không hợp lý, thậm chí không có hoạt động TDTT. Dựa trên quan điểm phát triển thể chất và hoàn thiện thể chất, thì điều này ảnh hưởng nghiêm trọng đến việc duy trì và phát triển giống nòi.

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 Tiểu học DTTS khu vực TD&MNPB chúng tôi tiến hành nghiên cứu: "Thực trạng phát triển thể chất của HS Tiểu học

¹ Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam

người dân tộc thiểu số khu vực Trung du và miền núi phía Bắc".

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, kiểm tra y học, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng phát triển hình thái HS Tiểu học người DTTS khu vực TD&MNPB

Tiến hành nghiên cứu thực trạng phát triển hình thái của HS Tiểu học người 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 khảo sát ở bảng 1 cho thấy:

Chiều cao đứng

Chiều cao tiếp tục tăng dần theo sự gia tăng của tuổi, đạt mức tăng trung bình/năm ở cả trẻ

Bảng 1. Đặc điểm phát triển hình thái của HS Tiểu học người 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
6 (nam n=50; nữ n=61)	Chiều cao đứng (cm)	Nam	110.61±4.81	4.35	113.69±6.21	4.41	< 0.001
		Nữ	109.71±4.80	4.37	113.14±6.83	5.36	< 0.001
	Cân nặng (kg)	Nam	18.50±4.30	23.22	18.84±3.70	0.55	> 0.05
		Nữ	17.42±2.16	12.4	18.08±3.38	2.28	< 0.05
Chỉ số BMI (kg/m ²)	Nam	15.05±2.82	18.76	14.49±1.95	1.39	> 0.05	
	Nữ	14.46±1.41	9.76	14.08±1.89	2.03	< 0.05	
7 (nam n=53; nữ n=55)	Chiều cao đứng (cm)	Nam	117.45±5.85	4.98	118.56±5.70	1.36	> 0.05
		Nữ	115.93±6.00	5.18	117.81±5.89	2.28	< 0.05
	Cân nặng (kg)	Nam	21.93±5.48	24.98	203.39±4.03	2.03	< 0.05
		Nữ	20.25±3.66	18.1	19.73±3.81	1.03	> 0.05
Chỉ số BMI (kg/m ²)	Nam	15.77±2.86	18.12	14.43±2.01	3.38	< 0.001	
	Nữ	14.99±1.80	12.02	14.13±1.86	3.48	< 0.001	
8 (nam n=53; nữ n=57)	Chiều cao đứng (cm)	Nam	122.15±6.21	5.09	123.78±6.30	1.88	> 0.05
		Nữ	121.75±6.59	5.41	123.37±6.01	1.83	> 0.05
	Cân nặng (kg)	Nam	23.24±4.10	17.63	23.12±4.61	0.21	> 0.05
		Nữ	22.51± 3.81	16.95	22.38±4.15	0.25	> 0.05
Chỉ số BMI (kg/m ²)	Nam	15.47±1.59	10.27	14.98±1.97	2.19	< 0.05	
	Nữ	15.13±1.71	11.34	14.61±1.77	2.25	< 0.05	
9 (nam n=52; nữ n=58)	Chiều cao đứng (cm)	Nam	126.00±7.29	5.79	128.49±6.25	2.43	< 0.02
		Nữ	126.43±5.51	4.36	128.27±6.96	2.47	< 0.02
	Cân nặng (kg)	Nam	24.73±4.51	18.25	25.50±5.40	1.2	> 0.05
		Nữ	24.93±4.12	16.54	24.50±4.97	0.77	> 0.05
Chỉ số BMI (kg/m ²)	Nam	15.48±1.64	10.59	15.33±2.25	0.64	> 0.05	
	Nữ	15.52±1.70	10.96	14.80±1.87	3.15	< 0.01	
10 (nam n=57; nữ n=53)	Chiều cao đứng (cm)	Nam	131.68±7.48	5.68	132.82±6.58	1.13	> 0.05
		Nữ	134.21±5.94	4.43	133.88±7.09	0.39	> 0.05
	Cân nặng (kg)	Nam	28.08±5.45	19.42	27.38±5.46	0.95	> 0.05
		Nữ	28.90±3.96	13.71	27.23±5.87	2.96	< 0.01
Chỉ số BMI (kg/m ²)	Nam	16.09±2.06	12.78	15.42±2.07	2.41	< 0.02	
	Nữ	16.00±1.62	10.14	15.06±2.12	4.1	< 0.001	

nam và nữ giai đoạn 6-10 tuổi tương ứng là 4,2 và 4,9 cm/năm, phù hợp với qui luật phát triển sinh học. Đặc biệt ở tuổi 10, nữ có sự tăng trưởng nhanh, đạt 7,78 cm/năm. Sự tăng trưởng nhanh ở nữ đã cho thấy trẻ nữ bước vào tuổi dậy thì sớm hơn trẻ nam. Tuy vậy, xét theo giá trị gia tăng trung bình/năm, đây là mức tăng trưởng thấp hơn mức tăng ở trẻ toàn quốc.

- Về mức độ phát triển: Giá trị trung bình ở cả 5 độ tuổi đều thấp hơn mức chuẩn trung bình toàn quốc ở cả trẻ nam và nữ và mức độ chênh lệch giảm sút dần theo tuổi. Cụ thể, khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 cho thấy:

+ Trẻ 6 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~3 cm ở nam, 3,4 cm ở nữ;

+ Trẻ 7 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~1,1 cm ở nam, 1,9cm ở nữ;

+ Trẻ 8 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~1,6 cm ở nam, 1,6 cm ở nữ;

+ Trẻ 9 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~2,5 cm ở nam, 1,8 cm ở nữ;

+ Trẻ 10 tuổi thấp hơn chuẩn trung bình toàn quốc ~1,1 cm ở nam, tương đương với nữ.

Cân nặng

Cân nặng tăng dần theo sự gia tăng của tuổi, đạt mức tăng trung bình/năm ở cả trẻ nam và nữ giai đoạn 6-10 tuổi là 1,9 kg và 2,3 kg/năm, phù hợp với quy luật phát triển sinh học. Tuy đạt mức trung bình nhưng ở ngưỡng thấp (trung bình toàn quốc, gia tăng 2.5-3 kg/năm).

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

Kết quả khảo sát mức độ phát triển cân nặng cũng cho thấy quy luật này đã diễn ra tương đồng với quy luật phát triển chiều cao của trẻ DTTS.

Kết quả phân loại dinh dưỡng theo chiều cao/cân nặng (BMI):

Chỉ số BMI chủ yếu phản ánh sự phát triển cân đối của trẻ, qua đó cũng đồng thời chỉ ra mức độ dinh dưỡng. Tuy vậy, khi cả 2 tiêu chí cân nặng và chiều cao của trẻ DTTS trong đề tài này đều thấp hơn mức trung bình toàn quốc, đặc biệt là sự thiếu hụt chiều cao thì BMI không còn giá trị cao trong việc đánh giá tình trạng dinh dưỡng của trẻ. Trong nghiên cứu này, kết quả cho thấy trẻ phát triển cân đối, BMI nằm trong

ngưỡng trung bình ở các độ tuổi.

Mức tăng trưởng của tiêu chí cân nặng cùng với chiều cao đứng đã phản ánh rõ sự ảnh hưởng, chi phối của các yếu tố xã hội đến sự phát triển của trẻ như chế độ dinh dưỡng, chế độ sinh hoạt, vận động và môi trường sống của trẻ DTTS bên cạnh yếu tố nội sinh là gene.

2.2. Thực trạng phát triển chức năng sinh lý của HS Tiểu học người DTTS khu vực TD&MNPB

Trong đánh giá thể lực, năng lực trao đổi chất ưa khí phản ánh trình độ thể lực chung của trẻ. Để đánh giá đặc điểm phát triển các chức năng sinh lý chúng tôi sử dụng tiêu chí: 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.

Kết quả nghiên cứu ở bảng 2 cho thấy: Sự phát triển chức năng sinh lý của HS DTTS phát triển tuân thủ 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 không đồng đều (>10%).

Sự gia tăng chỉ tiêu dung tích sống diễn ra mạnh hơn ở các độ tuổi 10. Đây là giai đoạn nhạy cảm phát triển sức bền yếm khí. 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. Kết quả này phù hợp với quy 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). So sánh với các nghiên cứu khác cho thấy các chỉ số phản ánh chức năng thần kinh của HS DTTS cấp Tiểu học có giá trị tương đương.

3. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy mức độ phát triển thể chất của HS Tiểu học DTTS khu vực TD&MNPB thấp hơn hoặc bằng 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. Luru Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Bảng 2. Thực trạng phát triển chức năng sinh lý của HS Tiểu học người DTTS khu vực TD&MNPB (thời điểm 10/2018)

Độ tuổi	Chỉ tiêu	Giới tính	\bar{x}	$\pm \delta$	Cv
6 (nam n=50; nữ n=61)	Dung tích sống (ml)	Nam	794.95	187.44	23.58
		Nữ	785.54	170.85	21.75
	Phản xạ đơn (ms)	Nam	515.78	191.85	37.2
		Nữ	582.67	276.74	47.5
	Phản xạ phức (ms)	Nam	899.26	308.71	34.33
		Nữ	843.59	262.23	31.09
7 (nam n=53; nữ n=55)	Dung tích sống (ml)	Nam	1061.76	357.92	33.71
		Nữ	866	290.39	33.53
	Phản xạ đơn (ms)	Nam	404.78	156.74	38.72
		Nữ	442.46	149.2	33.72
	Phản xạ phức (ms)	Nam	794.23	229.14	28.85
		Nữ	730.78	232.95	31.88
8 (nam n=53; nữ n=57)	Dung tích sống (ml)	Nam	1247.34	299.28	23.99
		Nữ	1064.77	200.52	18.83
	Phản xạ đơn (ms)	Nam	449.82	156.46	34.78
		Nữ	426.07	171.3	40.2
	Phản xạ phức (ms)	Nam	726	201.41	27.74
		Nữ	762.2	202.25	26.53
9 (nam n=52; nữ n=58)	Dung tích sống (ml)	Nam	1393.68	346.83	24.89
		Nữ	1167.16	222.99	19.11
	Phản xạ đơn (ms)	Nam	450.56	168.15	37.32
		Nữ	509.64	172.94	33.93
	Phản xạ phức (ms)	Nam	755.42	243.78	32.27
		Nữ	803.19	179.05	22.29
10 (nam n=57; nữ n=53)	Dung tích sống (ml)	Nam	1588.82	417.93	26.3
		Nữ	1505.71	393.18	26.11
	Phản xạ đơn (ms)	Nam	400.63	162.66	40.6
		Nữ	439.69	155.21	35.3
	Phản xạ phức (ms)	Nam	671.43	190.34	28.35
		Nữ	695.68	212.38	30.53

2. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2001), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6-20 tuổi*, Nxb TDTT, 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: CTDĐT.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*”, luận án đã bảo vệ.

Ngày nhận bài: 9/9/2023; Ngày duyệt đăng: 20/9/2023.