

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUNG CỦA NỮ SINH VIÊN NGÀNH TRUYỀN THÔNG ĐA PHƯƠNG TIỆN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG - ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

ThS. Trần Minh Liên¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, đề tài đã đánh giá được thực trạng thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên (CNTT&TT - ĐHTN). Đồng thời, xác định nguyên nhân dẫn đến thực trạng thể lực chung của nữ sinh còn thấp do sinh viên ít vận động, bài tập thể lực chưa đa dạng, yêu cầu của giảng viên trong mỗi bài tập chưa cao, điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu.

Từ khóa: thể lực chung, nữ sinh viên, ngành Truyền thông đa phương tiện, Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên.

Summary: By using basic research methods along with 05 physical fitness assessment tests prescribed by the Ministry of Education and Training, the topic assessed the physical status of female students majoring in multimedia communication. Facilities at Thai Nguyen University of Information and Communication Technology are still low. At the same time, the topic has identified a number of causes leading to this situation, which are: Students are sedentary, physical exercises are not diverse, the requirements of lecturers in each exercise are not high, physical conditions are not high. Quality, equipment, and exercise equipment are lacking and old...

Keywords: Current status, general fitness, female students majoring in multimedia communication, Thai Nguyen University of Information and Communication Technology.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua thực tiễn công tác giảng dạy tại trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN chúng tôi nhận thấy, trong các giờ học giáo dục thể chất (GDTC) vẫn còn có nhiều sinh viên thể hiện tố chất thể lực (TCTL) còn yếu kém, đặc biệt là nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện. Vì vậy dẫn tới không hoàn thành mục tiêu của giờ học, ảnh hưởng đến kết quả học tập môn GDTC. Vì vậy, việc đánh giá đúng thực trạng thể lực chung và xác định những nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN là việc làm cần thiết, từ đó đưa ra các biện pháp khắc phục kịp thời.

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện

Để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chung của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN, nghiên cứu sử dụng 04 test đánh giá, xếp loại học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT. Các test gồm: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (giây), Chạy con thoi 4 x 10m (giây), Chạy tùy sức 5 phút (m). Kết quả được đề tài trình bày ở bảng 1.

Phân tích kết quả tại bảng 1 cho thấy: Thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện khi kiểm tra thông qua các chỉ tiêu đánh giá là chưa được tốt. Tỷ lệ chưa đạt còn chiếm khá cao ở tất cả các chỉ tiêu kiểm tra. Cụ thể:

- Sinh viên năm 1: Tỷ lệ đạt "Tốt" chỉ chiếm từ 9.0% đến 15.0%; Tỷ lệ "Đạt" là 55.0% đến

Bảng 1. Kết quả kiểm tra, đánh giá thực trạng thể lực chung của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện (n = 300)

TT	Các tiêu chí đánh giá	Kết quả kiểm tra			Xếp loại thể lực					
		\bar{x}	δ	Cv (%)	Tốt		Đạt		Không đạt	
					m _i	%	m _i	%	m _i	%
Năm thứ nhất (n = 100)										
1	Bật xa tại chỗ (cm)	152.7	8.53	5.59	16	16	57	57	27	27
2	Chạy 30m XPC (s)	6.79	0.52	7.51	17	17	56	56	27	27
3	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.92	0.33	2.44	14	14	55	55	31	31
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	658.2	0.45	0.07	9	9	55	55	36	36
Năm thứ 2 (n = 100)										
1	Bật xa tại chỗ (cm)	152.5	9.51	6.24	16	16	56	56	28	28
2	Chạy 30m XPC (s)	6.77	0.38	5.76	19	19	59	59	22	22
3	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.56	0.83	6.19	15	15	59	59	26	26
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	695	9.5	1.37	10	10	55	55	35	35
Năm thứ 3 (n = 100)										
1	Bật xa tại chỗ (cm)	154.8	8.91	5.76	17	17	59	59	24	24
2	Chạy 30m XPC (s)	6.69	0.45	6.58	18	18	56	56	26	26
3	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.89	0.8	5.83	15	15	57	57	28	28
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	671	12.1	1.8	10	10	53	53	37	37

57.0%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ 27% đến 36%.

- Sinh viên năm 2: Tỷ lệ đạt “Tốt” chỉ chiếm từ 10.0% đến 19%; Tỷ lệ “Đạt” là 55% đến 59%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ 22% đến 35.0%.

- Sinh viên năm 3: Tỷ lệ đạt “Tốt” chỉ chiếm từ 10% đến 18%; Tỷ lệ “Đạt” là 53.5% đến 59.0%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ 24% đến 37.0%.

Với kết quả trên, theo nhận định của đề tài, sinh viên nữ hiện nay rất ngại học môn GDTC và tập luyện thể thao hàng ngày. Tỷ lệ sinh viên đi làm thêm rất cao, ngoài ra sinh viên có nhiều những mối quan tâm khác hấp dẫn hơn việc tập

luyện thể thao, đó là facebook, zalo... Hiện trạng này không chỉ của riêng sinh viên trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN mà còn là tình trạng phổ biến của hầu hết giới trẻ hiện nay.

2.2. Nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực chung của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện

Để tìm hiểu những nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện, đề tài tiến hành phỏng vấn 20 người, trong đó có 08 giảng viên Bộ môn GDTC và 12 cán bộ chuyên môn của trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Kết quả ở bảng 2 cho thấy: Đa số các nguyên

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện (n=20)

TT	Nội dung phỏng vấn	Mức 1		Mức 2		Mức 3	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Bài tập thể lực ít và thiếu đa dạng	18	90	2	10	0	0
2	Lượng vận động trong mỗi bài tập nhỏ	16	80	4	20	0	0
3	Thời gian dành cho các bài tập thể lực ít	17	85	3	15	0	0
4	Yêu cầu của giáo viên trong mỗi bài tập chưa cao	15	75	5	25	0	0
5	Môn thể thao tự chọn trong chương trình học chưa phong phú	15	75	5	25	0	0
6	Điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu và cũ	14	70	6	30	0	0
7	Sinh viên không nhận thấy vai trò và ý nghĩa của việc rèn luyện thể lực	14	70	6	30	0	0
8	Phần lớn sinh viên lười vận động	15	75	4	20	1	5
9	Đa số sinh viên chưa cố gắng trong học tập, học theo kiểu đối phó chỉ cần đủ điểm qua	18	90	2	10	0	0
10	Thể lực chung của sinh viên yếu	4	20	4	20	12	60
11	Đa số sinh viên không tham gia tập luyện ngoại khóa	16	80	4	20	0	0

nhân mà đề tài đưa vào phỏng vấn đều có kết quả trả lời ở mức 1 cao (chiếm tỷ lệ từ 70% - 90%); trong khi mức 3 chỉ chiếm tỷ lệ 0% - 5%. Có 1 nguyên nhân “Thể lực chung của sinh viên yếu” có số phiếu trả lời ở mức 1 thấp, chiếm tỷ lệ 20%, trong khi mức 3 chiếm tỷ lệ cao là 60%.

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn đề tài đã phân chia những nguyên nhân ảnh hưởng đến thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện thành 3 nhóm.

Nhóm 1: Những nguyên nhân thuộc về phía chủ quan của sinh viên bao gồm:

- Sinh viên không nhận thấy vai trò và ý nghĩa của việc rèn luyện thể lực.
- Phần lớn sinh viên lười vận động.
- Đa số sinh viên chưa cố gắng trong học tập, học theo kiểu đối phó chỉ cần đủ điểm qua.
- Đa số sinh viên không tham gia tập luyện ngoại khóa.

Theo đề tài, nhóm nguyên nhân này bắt nguồn trước hết từ sự nhận thức chưa đầy đủ về việc rèn luyện sức khỏe, nâng cao thể lực đã chi phối tới tâm lý khiến các em lười nhác, không muốn cố gắng, học theo kiểu đối phó. Ngoài ra có một nhóm sinh viên do không có điều kiện để tập luyện ngoại khóa (điều kiện về kinh tế, thời gian, địa điểm tập xa...) dẫn đến thể lực của sinh viên ngày càng kém.

Nhóm 2: Những nguyên nhân thuộc về phía giảng viên bao gồm:

- Bài tập thể lực ít và thiếu đa dạng.
- Lượng vận động trong mỗi bài tập nhỏ.
- Thời gian dành cho các bài tập thể lực ít.
- Yêu cầu của giáo viên trong mỗi bài tập chưa cao.

Đây là nhóm nguyên nhân chính có ảnh hưởng trực tiếp đến việc phát triển thể lực cho sinh viên. Giáo viên luôn mang tâm lý chung là



Ảnh minh họa (Nguồn: Internet)

môn học GDTC chỉ là môn điều kiện (qua hoặc không qua), điểm thi kết thúc học phần không tính vào bảng điểm chung nên việc giảng dạy và đánh giá chỉ mang tính chất tương đối (tạo điều kiện cho sinh viên hoàn thành môn học).

Nhóm 3: Những nguyên nhân thuộc về điều kiện khách quan gồm:

- Môn thể thao tự chọn trong chương trình học chưa phong phú.

- Điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu và cũ.

Mặc dù là nhóm nguyên nhân khách quan nhưng nó cũng ảnh hưởng không nhỏ đến việc phát triển thể lực tới nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện. Nội dung chương trình học thi đơn điệu, cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện thì nghèo nàn ảnh hưởng đến hứng thú của cả người dạy và người học đã dẫn đến kết quả học tập chưa cao.

3. KẾT LUẬN

Thông qua các chỉ tiêu đánh giá cho thấy thể lực đối với nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN còn yếu so với tiêu chuẩn xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT. Đồng thời quá trình nghiên cứu đề tài đã tìm ra 3 nhóm nguyên nhân cơ bản

ảnh hưởng trực tiếp đến thể lực của nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, (Nguyễn Quang Hưng dịch), Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Đồng Văn Triệu, Trần Đức Dũng, Bùi Quang Hải (2007), *Luồng vận động và lập kế hoạch trong huấn luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

3. PGS. Nguyễn Toán, TS. Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội

4. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài NCKH: “Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên ngành Truyền thông đa phương tiện năm thứ nhất trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên”, Đề tài cấp trường, năm 2019), chủ nhiệm đề tài: ThS. Trần Minh Liên.

Ngày nhận bài: 12/9/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.