

# THỰC TRẠNG NĂNG LỰC VẬN ĐỘNG CƠ BẢN CỦA HỌC SINH LỚP 6 TRƯỜNG THCS CHU VĂN AN, QUẬN 1, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TS. Lưu Trí Dũng<sup>1</sup>; ThS. Nguyễn Thiên Lý<sup>1</sup>  
ThS. Nguyễn Thị Hồng Hoàng<sup>2</sup>

**Tóm tắt:** Bài viết đã cung cấp thực trạng năng lực vận động cơ bản của học sinh lớp 6 trường Trung học cơ sở (THCS) Chu Văn An, thông qua việc đánh giá thực trạng kỹ năng thực hiện động tác và thực trạng thể lực của học sinh. Kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An còn hạn chế; thể lực của học sinh lớp 6 ở mức trung bình, tỷ lệ học sinh xếp loại chưa đạt ở mức khá cao (42.50%) do sự bất ổn của đại dịch Covid-19 kéo dài dẫn đến việc học sinh không được đến trường học tập, rèn luyện mà phải học trực tuyến tại nhà.

**Từ khóa:** Năng lực, vận động cơ bản, học sinh.

**Summary:** The article evaluated the students' physical condition and movement style to determine the level of their fundamental movement capacity in the sixth grade at Chu Van An Middle School. The sixth-graders at Chu Van An Middle School still have weak physical abilities; their physical strength is ordinary, and a high percentage (42.50%) of them have not received grades as a result of the Covid-19 pandemic's protracted instability, which prevents them from attending class. practice, practice, but you must learn at home online.

**Keywords:** Capacity, Basic movement, Students.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong trường học là một mặt giáo dục quan trọng, không thể thiếu được trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo, góp phần thực hiện mục tiêu: “Nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài” cho đất nước, để cho mỗi công dân, nhất là thế hệ trẻ có điều kiện “Phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức”. Đáp ứng nhu cầu đòi hỏi ngày càng cao của sự nghiệp phát triển kinh tế - xã hội của đất nước đòi hỏi phải nâng cao chất lượng nguồn nhân lực, mà trong đó yếu tố sức khỏe là quan trọng nhất.

Vấn đề nghiên cứu các phương pháp và nội dung giảng dạy phù hợp, hiệu quả, đáp ứng yêu cầu của chương trình giáo dục phổ thông năm 2018 môn GDTC đang được quan tâm, chú trọng trong các trường phổ thông hiện nay. Để tìm hiểu, nghiên cứu và vận dụng những phương pháp, nội dung phù hợp và hiệu quả trong giảng dạy, trước tiên cần tìm hiểu thực trạng của vấn đề cần nghiên cứu. Do đó việc đánh giá thực

trạng năng lực vận động của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An là bước thực hiện đầu tiên trong việc nghiên cứu nâng cao hiệu quả giảng dạy môn GDTC tại trường. Việc đánh giá thực trạng năng lực vận động cơ bản của học sinh, nhằm cung cấp đầy đủ các thông tin có liên quan, cơ sở cho việc xây dựng kế hoạch và tổ chức giảng dạy đáp ứng các yêu cầu của chương trình phổ thông 2018 môn GDTC đề ra.

Đề tài đã sử dụng các phương pháp thường quy trong nghiên cứu khoa học về GDTC và thể dục thể thao như: Phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn; kiểm tra sự phạm; toán thống kê.

Đối tượng nghiên cứu: thực trạng năng lực vận động cơ bản cho học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh.

Khách thể nghiên cứu: 80 học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh.

Địa điểm nghiên cứu: Trường THCS Chu Văn An; Trường Đại học sư phạm TĐTT TPHCM.

1. Trường ĐHSP TĐTT TPHCM

2. Trường THCS Chu Văn An Q1 TPHCM

**2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

**2.1. Lựa chọn các test đánh giá kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 Trường THCS Chu Văn An**

Trong chương trình môn GDTC lớp 6 các kỹ năng thực hiện động tác bao gồm các nội dung như: Chạy cự li ngắn 60m, Ném bóng, Chạy cự li trung bình...trên cơ sở đó đề tài đã tổng hợp các tiêu chuẩn đánh giá kỹ năng thực hiện động

tác cho hai nội dung chạy cự li ngắn 60m, ném bóng. Từ tổng số các test được lựa chọn cho hai nội dung chạy cự li ngắn và ném bóng, đề tài đã tiến hành xây dựng phiếu phỏng vấn (phụ lục 1), để thu thập ý kiến của các cán bộ quản lý, giáo viên, HLV. Đề tài đã tiến hành phỏng vấn 17 cán bộ quản lý, giáo viên, HLV, sau đó tính tỉ lệ phần trăm các test chọn. Trong đề tài chỉ lựa chọn những chỉ tiêu có ý kiến trả lời của cán bộ qu

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn các test đánh giá kỹ năng thực hiện động tác**

STT	Nội dung test	Kết quả phỏng vấn						
		Thường xuyên sử dụng		Sử dụng		Không sử dụng		
		n=17	Tỷ lệ %	n=17	Tỷ lệ %	n=17	Tỷ lệ %	
Chạy cự li ngắn	1	Chạy 30m xuất phát cao	4	23.5	7	41.2	6	35.3
	2	<b>Chạy nâng cao đùi 10-15m</b>	<b>13</b>	<b>76.5</b>	<b>4</b>	<b>23.5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	3	Chạy đạp sau 10-15m	7	41.2	5	29.4	5	29.4
	4	<b>Chạy bước nhỏ 10-15m</b>	<b>10</b>	<b>58.8</b>	<b>7</b>	<b>41.2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
	5	Chạy 40m xuất phát cao	4	23.5	5	29.4	8	47.1
	6	<b>Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát 15-20m</b>	<b>6</b>	<b>35.3</b>	<b>9</b>	<b>52.9</b>	<b>2</b>	<b>11.8</b>
	7	Chạy giữa quãng 15-20m	4	23.5	5	29.4	8	47.1
	8	Chạy nhanh 10m và thực hiện đánh đích	7	41.2	5	29.4	5	29.4
	9	Xuất phát cao chạy nhanh 10m	5	29.4	5	29.4	7	41.2
Ném bóng	10	Ném bóng hai tay qua đầu ra trước 10m	10	58.8	2	11.8	5	29.4
	11	Ném bóng hai tay qua đầu ra sau 10m	10	58.8	2	11.8	5	29.4
	12	<b>Ném bóng bằng một tay trên vai</b>	<b>9</b>	<b>52.9</b>	<b>7</b>	<b>41.2</b>	<b>1</b>	<b>5.9</b>
	13	<b>Ra sức sau cùng và giữ thẳng bằng</b>	<b>7</b>	<b>41.2</b>	<b>8</b>	<b>47.1</b>	<b>2</b>	<b>11.8</b>
	14	<b>Chạy đà 5m thực hiện ném bóng</b>	<b>6</b>	<b>35.3</b>	<b>10</b>	<b>58.8</b>	<b>1</b>	<b>5.9</b>

lí, giáo viên, HLV đánh giá ở mức 80% trở lên số người được hỏi đồng ý trả lời ở hai mức độ sử dụng (thường xuyên sử dụng và sử dụng).

Thông qua bảng kết quả phỏng vấn test đánh giá kỹ năng động tác cho học sinh lớp 6, đề tài đã lựa chọn được 06 test đánh giá bao gồm:

Chạy nâng cao đùi 10-15m

Chạy bước nhỏ 10-15m

Xuất phát và chạy lao sau xuất phát 15-20m

Ném bóng bằng một tay trên vai 15m

Ra sức sau cùng và giữ thăng bằng

Chạy đà 5m thực hiện ném bóng

Để xác định độ tin cậy của các test đánh giá kỹ năng động tác, đề tài sử dụng phương pháp Retest nhằm xác định độ tin cậy giữa 2 lần kiểm tra. Kết quả được trình bày ở bảng 2 như sau:

Từ kết quả ở bảng 2 cho thấy cả 06 test đã được lựa chọn đều có hệ số tương quan giữa kết quả 2 lần kiểm tra tương đối cao với  $r > 0.8$ . Như vậy cả 06 test đánh giá kỹ năng thực hiện động tác đều đảm bảo độ tin cậy.

**Bảng 2. Độ tin cậy của các test đánh giá kỹ năng thực hiện động tác**

Tham số Test kỹ thuật	$\bar{x} \pm \delta$ (Lần 1)	$\bar{x} \pm \delta$ (Lần 2)	r	P
Chạy bước nhỏ 10m	3.61 ± 1.19	3.83 ± 0.97	0.82	<0.05
Chạy nâng cao đùi 10m	5.93 ± 0.88	6.00 ± 0.84	0.87	<0.05
XPC và chạy lao sau XP 20m	4.74 ± 1.46	4.90 ± 1.08	0.85	<0.05
Ném bóng 1 tay trên vai	6.10 ± 0.87	6.19 ± 0.79	0.86	<0.05
Ra sức sau cùng và giữ thăng bằng	5.21 ± 1.40	5.38 ± 1.16	0.89	<0.05
Chạy đà 5 mét thực hiện ném bóng	4.44 ± 1.16	4.59 ± 1.13	0.89	<0.05

**Bảng 3. Kết quả đánh giá kỹ năng thực hiện động tác của sinh lớp 6 Trường THCS Chu Văn An - Quận 1**

Kỹ thuật	Xếp loại					
	Chưa hoàn thành (0-4 điểm)	Tỷ lệ %	Hoàn thành (5-7 điểm)	Tỷ lệ %	Hoàn thành tốt (8-10 điểm)	Tỷ lệ%
Chạy bước nhỏ 10m	63	78.75	17	21.25	0	0
Chạy nâng cao đùi 10m	5	6.25	75	93.75	0	0
XPC và chạy lao sau xuất phát 15m	39	48.75	41	51.25	0	0
Ném bóng bằng một tay trên vai	6	7.5	74	92.5	0	0
Ra sức sau cùng và giữ thăng bằng	33	41.25	47	58.75	0	0
Chạy đà 5m thực hiện ném bóng	48	60	32	40	0	0

**2.2. Thực trạng kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 Trường THCS Chu Văn An, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh**

Để đánh giá, xếp loại kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An đề tài đã tiến hành kiểm tra kỹ năng thực hiện động tác thông qua 06 test đã được lựa chọn. Việc đánh giá, xếp loại kỹ năng thực hiện động tác được đánh giá theo các mức chưa hoàn thành, hoàn thành, hoàn thành tốt (phần phụ lục). Kết quả đánh giá được trình bày cụ thể ở bảng 3 như sau:

Từ bảng kết quả đánh giá kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An có thể kết luận một số nội dung sau:

Thực trạng kỹ năng thực hiện động tác của đa số học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An theo các tiêu chuẩn đánh giá đã được xây dựng thì trung bình có 40.42% học sinh xếp loại Chưa hoàn thành và 59.58% học sinh xếp loại Hoàn thành và không có học sinh xếp loại ở mức Hoàn thành tốt. Đánh giá theo từng tiêu chuẩn kiểm tra, có thể đưa ra một số nhận định sau:

- Chạy bước nhỏ 10m: có 63 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (78.75% - tỉ lệ xếp loại chưa hoàn thành cao nhất trong các tiêu chuẩn kiểm tra) và 17 học sinh xếp loại hoàn thành (21.25% - tỉ lệ xếp loại hoàn thành thấp nhất trong các tiêu chuẩn kiểm tra);
- Chạy nâng cao đùi 10m: có 5 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (6.25% - tỉ lệ xếp loại chưa hoàn thành thấp nhất trong các tiêu chuẩn kiểm

tra) và 75 học sinh xếp loại hoàn thành (93.75% - tỉ lệ xếp loại hoàn thành cao nhất trong các tiêu chuẩn kiểm tra);

- Xuất phát cao và chạy lao sau xuất phát 15m: có 39 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (48.75%) và 41 học sinh xếp loại hoàn thành (51.25%);
- Ném bóng một tay trên vai: có 6 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (7.5%) và 74 học sinh xếp loại hoàn thành (92.5% - tỉ lệ xếp loại hoàn thành cao);
- Ra sức sau cùng và giữ thẳng băng: có 33 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (41.25%) và 47 học sinh xếp loại hoàn thành (58.75%);
- Chạy đà 5m thực hiện ném bóng: có 48 học sinh xếp loại chưa hoàn thành (60%) và 32 học sinh xếp loại hoàn thành (40%);

Như vậy kỹ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An còn hạn chế do sự bất ổn của đại dịch Covid-19 kéo dài dẫn đến việc HS không được đến trường học tập, rèn luyện mà phải học trực tuyến tại nhà cả học kì 1. Do đó việc tiếp cận chương trình học tập, rèn luyện môn GDTC theo GDPT mới 2018 của HS lớp 6 còn hạn chế đã ảnh hưởng đến kỹ năng thực hiện động tác của HS.

**3.4. Thực trạng thể lực của học sinh lớp 6 Trường THCS Chu Văn An**

Đề tài đã tiến hành kiểm tra thể lực của học sinh lớp 6 thông qua 06 test đã được lựa chọn. Việc đánh giá, xếp loại thể lực được đánh giá theo các mức chưa đạt, đạt và tốt. Kết quả đánh

**Bảng 4. Kết quả đánh giá thể lực của sinh lớp 6 Trường THCS Chu Văn An**

Thể lực	Xếp loại					
	Chưa đạt	Tỷ lệ %	Đạt	Tỷ lệ %	Tốt	Tỷ lệ %
Nằm ngửa gập bụng (30s)	23	28.75	48	60	9	11.25
Bật xa tại chỗ (cm)	36	45	37	46.25	7	8.75
Chạy con thoi 4x10m (s)	31	38.75	33	41.25	16	20
Chạy 30m-XPC (s)	22	27.5	49	61.25	9	11.25
Chạy tùy sức 5 phút (m)	69	86.25	11	13.75	0	0
Bóp lực kế tay thuận (kg)	23	28.75	43	53.75	14	17.5

giá được trình bày cụ thể ở bảng 4.

Qua bảng kết quả đánh giá thể lực của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An có thể kết luận một số nội dung sau:

- Thực trạng thể lực của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An thì trung bình có 42.50% học sinh xếp loại Chưa đạt, có 46.04% học sinh xếp loại Đạt và 11.46% học sinh xếp loại Tốt. (theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực cho học sinh, sinh viên của Bộ GD&ĐT)

Đánh giá theo từng chỉ tiêu kiểm tra, có thể đưa ra một số nhận định sau:

- Nằm ngửa gập bụng (30s): có tỉ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt là 71.25%, xếp loại chưa đạt là 28.75%;

- Bật xa tại chỗ (cm): có tỉ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt là 55%, xếp loại chưa đạt là 45%;

- Chạy con thoi 4x10m (s): có tỉ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt là 61.25%, xếp loại chưa đạt là 38.75%;

- Chạy 30m-XPC (s): có sự đồng đều giữa các lớp, tỉ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt là 72.5% (tỉ lệ xếp loại đạt cao nhất trong các test kiểm tra), xếp loại chưa đạt là 27.5%;

- Chạy 5 phút tùy sức (m): là test có tỉ lệ học sinh xếp loại chưa đạt cao nhất với 86.25% và xếp loại đạt 13,75% (tỉ lệ xếp loại đạt thấp nhất trong các test kiểm tra);

- Bóp lực tay thuận (kg): có sự đồng đều giữa các lớp, tỉ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt là 82.5%, xếp loại chưa đạt là 17.5%;

Do thời gian học tập, rèn luyện của đa số học sinh còn rất ít, mỗi tuần chỉ có 2 tiết môn GDTC, bên cạnh đó lịch học văn hóa của các em khá dày đặc, một số học sinh sau mỗi buổi học phải trở về phụ giúp gia đình. Bên cạnh đó điều kiện sân bãi của nhà trường hạn hẹp, một tiết học có đến 3 lớp cùng tổ chức học tập, vì vậy mật độ học sinh hoạt động rất lớn, từ đó cũng ảnh hưởng khá lớn đến việc rèn luyện thể lực cho học sinh.

### 3. KẾT LUẬN

Năng lực vận động cơ bản của học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh còn hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu cần đạt của chương trình do thời gian tiếp

cận và học tập theo chương trình môn GDTC bị gián đoạn vì dịch bệnh Covid-19 kéo dài.

- Về kĩ năng thực hiện động tác của học sinh lớp 6 còn hạn chế, tỷ lệ học sinh chưa hoàn thành khá cao với 59.58%, tỷ lệ học sinh hoàn thành là 42.48% và không có học sinh xếp loại hoàn thành tốt.

- Về trình độ thể lực của học sinh lớp 6 là trung bình, tỷ lệ học sinh xếp loại chưa đạt chiếm 42.50%. Tỷ lệ học sinh xếp loại đạt và tốt chiếm 57.50%, trong đó tỷ lệ học sinh xếp loại tốt rất thấp chỉ 11.46%.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. PGS.TS Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp giáo dục TDTT trong nhà trường*, Nxb Thể dục thể thao Hà Nội.

2. PGS.TS Trịnh Hữu Lộc, TS. Lưu Trí Dũng (2021), *GDTC 6*, Nxb Giáo dục Việt Nam.

3. *Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2009 Ban hành quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*

4. 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.

5. Đồng Hương Lan (2016), *Nghiên cứu phát triển thể chất của học sinh trung học phổ thông chuyên các tỉnh Bắc miền Trung*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

6. Nguyễn Nhật Linh (2018), *Nghiên cứu ứng dụng các bài tập của IAAF vào chương trình giảng dạy GDTC nhằm nâng cao trình độ thể lực của học sinh khối 8 – 9 trường THCS Nguyễn Trường Tộ, Thành phố Rạch Giá, Tỉnh Kiên Giang*, Luận văn Thạc sỹ, TPHCM.

**Nguồn bài báo:** “Lựa chọn một số bài tập phát triển năng lực vận động cơ bản, theo chương trình giáo dục phổ thông mới môn GDTC cho học sinh lớp 6 trường THCS Chu Văn An, Quận 1, Thành Phố Hồ Chí Minh”, *Luận văn Thạc sỹ, Nguyễn Thụy Hồng Hoàng.*

**Ngày nhận bài: 10/9/2023; Ngày duyệt đăng: 20/9/2023.**