

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT KHỎI CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC KỸ THUẬT TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ HÀ NỘI

ThS. Nguyễn Trọng Tài

Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội

Tóm tắt: Tiến hành đánh giá thực trạng thể lực và mức độ xếp loại thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội theo tiêu chuẩn phân loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời so sánh trình độ thể lực của nhóm sinh viên không tập luyện TDTT NK thường xuyên, tập luyện TDTT NK tự do và tập luyện TDTT NK theo hình thức CLB thể thao. Kết quả cho thấy, trình độ thể lực của sinh viên chủ yếu ở mức độ trung bình; sinh viên không tập luyện TDTT NK có thể lực yếu hơn so với sinh viên tập luyện TDTT NK tự do và tập luyện TDTT NK theo hình thức CLB thể thao.

Từ khóa: Thực trạng, thể lực, Thể dục thể thao ngoại khóa, câu lạc bộ thể thao, sinh viên, Khối trường kỹ thuật, thành phố Hà Nội...

Abstract: Conducted assessment of physical fitness status and physical fitness rating of first-year students at Technical Universities in Hanoi city according to the fitness classification standards of the Ministry of Education and Training, at the same time, comparing the fitness level of the group of students who do not practice sports regularly, practice free sports and sports, and practice sports in the form of sports clubs. The results show that the students' physical fitness level is mainly at the average level; Students who don't practice sports weaker than students who practice sports freely and practice sports in the form of sports clubs.

Keywords: Current status, physical fitness, Extra-curricular sports, sports club, students, Technical university group, Hanoi city...

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thành phố Hà Nội hiện có 11 trường đại học đào tạo ngành Kỹ thuật. Đây là ngành học có đặc điểm nghề nghiệp đặc thù, gồm nhiều chuyên ngành học khác nhau như khối ngành kỹ thuật cơ khí, xây dựng, vận tải, khối ngành công nghiệp, khối ngành điện - điện tử và các khối chuyên ngành ngành liên quan đến kỹ thuật. Mỗi chuyên ngành lại có một đặc thù riêng và áp dụng những thành tựu khoa học - công nghệ vào từng lĩnh vực cụ thể. Với những đặc điểm đặc thù trên, việc phát triển toàn diện các tố chất thể lực, tạo điều kiện phù hợp nhất cho sinh viên đáp ứng các yêu cầu công việc sau khi ra trường là vấn đề cần thiết và có ý nghĩa thực tiễn cao. Tuy nhiên, trên thực tế, việc đánh giá thực trạng trình độ thể lực của sinh viên lại chưa được chú ý thích đáng.

Để có căn cứ tác động các giải pháp phát triển câu lạc bộ TDTT ngoại khóa phù hợp, có hiệu quả để phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất, đồng thời so sánh sự khác biệt thể lực của nhóm sinh viên không tập luyện TDTT NK, tập luyện TDTT NK tự do và tập luyện TDTT NK theo các CLB thể thao.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Khảo sát được tiến hành tại 06 trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội

gồm: Trường Đại học Bách Khoa Hà Nội, Trường Đại học Giao Thông Vận tải, Trường Đại học Mỏ - Địa chất, Trường Đại học Xây dựng; Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp, Trường Đại học Thủy lợi.

Thời điểm khảo sát: Học kỳ 2 năm học 2018-2019.

Số lượng mẫu khảo sát: 1.200 sinh viên, trong đó có 600 sinh viên nam và 600 sinh viên

nữ (lấy 100 sinh viên nam và 100 sinh viên nữ cho mỗi năm học). Số liệu được thu thập thông qua các cộng tác viên là các giảng viên GDTC tại các Trường.

Số lượng mẫu theo các nhóm khảo sát: Tập luyện TDTT NK theo các CLB thể thao; Tập luyện TDTT NK tự do (từ 1 buổi/tuần trở lên) không tập luyện TDTT NK:

Phân loại	Tổng số			Sinh viên nam			Sinh viên nữ		
	CLB	Tự do	Không	CLB	Tự do	Không	CLB	Tự do	Không
Năm thứ nhất	86	394	720	32	263	305	54	131	415

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội

Tiến hành đánh giá trình độ thể lực của sinh viên thông qua 6 test quy định theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Kết quả được trình bày tại Bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội (n = 1200)

TT	Test	Nam (n = 600)		Cv	nữ (n = 600)		Cv
		$\bar{x}$	δ		$\bar{x}$	δ	
1	Lực bóp tay thuận (kG)	43,15	3,93	9,11	29,03	2,79	9,61
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19,41	1,34	6,90	16,42	1,19	7,25
3	Bật xa tại chỗ (cm)	219,35	15,93	7,26	162,18	15,02	9,26
4	Chạy 30m XPC (s)	5,49	0,47	8,56	6,46	0,42	6,50
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12,42	1,03	8,29	12,95	1,17	9,03
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	989,97	76,62	7,74	892,41	66,47	7,45

Phân tích từng tổ chất thể lực cho thấy, sinh viên các năm học đều có xu hướng chung là yếu về sức bền và khả năng phối hợp vận động. Các tổ chất sức nhanh và sức mạnh tốc độ có cao hơn, nhưng cũng chỉ đạt mức trung bình.

Để có cái nhìn tổng quát hơn về trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn Thành phố

Hà Nội, chúng tôi tiến hành phân loại trình độ thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Quá trình phân loại sử dụng các tiêu chí: Lực bóp tay thuận (kG), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 4x10m (s) và chạy tùy sức 5 phút (m), đồng thời so sánh sự khác biệt tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của nam và nữ theo từng năm học. Kết quả phân loại được trình bày tại Bảng 2.

Qua Bảng 2 cho thấy: Khi phân loại trình độ thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn xếp loại của Bộ Giáo dục và Đào tạo của sinh viên năm thứ nhất có đặc điểm chung: đa số sinh viên có trình độ thể lực mức đạt (gần 60%); tỷ lệ sinh viên có trình độ thể lực đạt tốt chỉ gần 30%. Và còn tới 16,00% số sinh viên nam và nữ trong diện khảo sát có trình độ thể lực ở mức không

đạt. So sánh tỷ lệ đạt tiêu chuẩn thể lực của nam và nữ theo từng năm học chưa có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Chính vì vậy, phát triển thể lực cho sinh viên là vấn đề cần thiết.

Như vậy, có thể thấy công tác GDTC chưa thực sự phát huy tốt trong việc phát triển thể lực cho sinh viên. Cần có giải pháp phù hợp để khắc phục vấn đề này.

Bảng 2. Kết quả phân loại trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn Thành phố Hà Nội (n = 4800)

Phân loại	Tổng số (n = 1200)		Nam (n = 600)		Nữ (n = 600)	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%
Tốt	290	24,17	149	24,83	141	23,50
Đạt	709	59,08	351	58,50	358	59,67
Không đạt	201	16,75	100	16,67	101	16,83
So sánh	χ^2		0,295			
	P		P = 0,863 > 0,05			

2. So sánh sự khác biệt trình độ thể lực của sinh viên theo các hình thức tập luyện thể thao ngoại khóa

Song song với việc đánh giá thực trạng trình độ thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, chúng tôi tiến

hành so sánh trình độ thể lực của sinh viên theo mức độ tập luyện TDTT ngoại khóa. Cụ thể theo 3 nhóm: Tập luyện TDTT NK theo các CLB thể thao; Tập luyện TDTT NK tự do (từ 1 buổi/tuần trở lên) không tập luyện TDTT NK. Kết quả được trình bày tại Bảng 3.

Bảng 3. So sánh khác biệt trình độ thể lực của sinh viên đại học năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn Thành phố Hà Nội theo các hình thức tập luyện thể thao ngoại khóa (n = 1200)

TT	Test	Tập luyện TDTT NK theo CLB		Cv	Tập luyện TDTT NK tự do		Cv	Không tập luyện TDTT NK		Cv	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
		$\bar{x}$	δ		$\bar{x}$	δ		$\bar{x}$	δ				
Sinh viên nam		n = 32			n = 263			n = 305					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	46,35	3,88	8,37	45,33	2,85	6,29	40,40	2,80	6,94	2,34*	2,36*	3,37*
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	21,17	1,32	6,25	20,29	1,22	5,99	18,23	1,20	6,56	2,28*	2,34*	3,42*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	238,38	15,73	6,60	229,45	15,35	6,69	205,94	15,10	7,33	2,31*	2,38*	3,29*
4	Chạy 30m XPC (s)	5,22	0,46	8,89	5,36	0,43	8,01	5,56	0,42	7,60	2,28*	2,29*	3,15*
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12,21	1,02	8,33	12,32	1,20	9,70	12,37	1,18	9,51	2,35*	2,41*	3,38*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1125,78	75,68	6,72	1037,41	67,92	6,55	922,71	66,81	7,24	2,33*	2,25*	3,41*

Sinh viên nữ		n = 54			n = 131			n = 415					
1	Lực bóp tay thuận (kG)	32,17	3,05	9,48	30,67	2,98	9,72	30,77	2,87	9,33	2,37*	2,33*	3,33*
2	Nằm ngửa gấp bụng (lần/30s)	19,25	1,56	8,10	17,84	1,63	9,14	17,09	1,51	8,84	2,31*	2,31*	3,37*
3	Bật xa tại chỗ (cm)	178,33	15,27	8,56	168,48	14,33	8,51	173,11	14,22	8,21	2,34*	2,35*	3,25*
4	Chạy 30m XPC (s)	6,26	0,43	6,87	6,35	0,47	7,40	7,14	5,69	79,69	2,31*	2,26*	3,11*
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12,78	1,09	8,53	12,86	1,11	8,63	14,24	1,26	8,85	2,38*	2,38*	3,34*
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	982,35	78,12	7,95	943,21	79,05	8,38	946,80	78,33	8,27	2,36*	2,22*	3,36*

Ghi chú: * tương đương $P < 0,05$.

Qua Bảng 1 tới Bảng 3 cho thấy: Xu hướng chung là những sinh viên tham gia tập luyện TDTT NK theo hình thức CLB thể thao có trình độ thể lực tốt hơn so với những sinh viên không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa và tập luyện TDTT NK tự do. Nguyên nhân là do tập luyện theo các CLB được tiến hành đều đặn, có chương trình chi tiết, khoa học.

Khi so sánh kết quả kiểm tra thể lực của nhóm không tập luyện TDTT NK với nhóm tập luyện TDTT NK tự do mặc dù có thấy sự khác biệt nhưng chưa có ý nghĩa thống kê. Khi so sánh nhóm không tập luyện TDTT NK với

nhóm Tập luyện TDTT NK theo CLB, nhóm tập TDTT NK tự do với tập TDTT NK theo các CLB thể thao ở năm thứ nhất đã có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0,05$).

Để thấy rõ hơn sự khác biệt về trình độ thể lực của sinh viên theo các hình thức tập luyện TDTT NK, chúng tôi tiến hành so sánh tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn thể lực của từng nhóm theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả phân loại trình độ thể lực của sinh viên các nhóm. Kết quả chi tiết được trình bày tại Bảng 4.

Bảng 4. Kết quả so sánh phân loại trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội theo từng năm học (n = 1200)

Phân loại	Tập luyện TDTT NK theo CLB		Tập luyện TDTT NK tự do		Không tập luyện TDTT NK		So sánh		
	m_i	%	m_i	%	m_i	%			
	n = 86		n = 394		n = 720		χ^2_{1-2}	χ^2_{2-3}	χ^2_{1-3}
Tốt	47	54,65	154	39,09	125	17,36	12,871*	93,076*	76,375*
Đạt	39	45,35	202	51,27	382	53,06			
Không đạt	0	0,00	38	9,64	213	29,58			

Ghi chú: * tương đương $P < 0,05$.

Qua Bảng 4 cho thấy: Khi so sánh tỷ lệ phân loại trình độ thể lực của sinh viên khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội theo tiêu chuẩn xếp loại của Bộ Giáo

dục và Đào tạo cho thấy giữa các nhóm không tập luyện TDTT NK, nhóm tập luyện TDTT NK tự do và nhóm Tập luyện NK theo CLB có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0,05$), nhóm tập luyện TDTT NK tự do và tập luyện

TDDT NK theo CLB tốt hơn hẳn nhóm không tập luyện TDDT NK. Như vậy, tập luyện TDDT NK có tác dụng tốt tới sự phát triển thể lực của sinh viên khối các trường đại học Kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội, đặc biệt là tập luyện TDDT NK theo CLB thể thao.

KẾT LUẬN

- Trình độ thể lực của sinh viên năm thứ nhất đại học khối ngành kỹ thuật trên địa bàn thành phố Hà Nội ở tất cả các tiêu chí thu được

đều cao hơn mức trung bình khi so sánh với người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Tuy nhiên, khi phân loại trình độ thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, tỷ lệ sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn còn cao ở cả nam và nữ.

- Tập luyện TDDT NK có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho sinh viên. Sinh viên tập luyện TDDT NK tự do và tập luyện TDDT NK theo CLB có thể lực tốt hơn so với sinh viên không tham gia tập luyện TDDT NK.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*.
- [2]. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb. TDDT, Hà Nội.
- [3]. Đỗ Đình Quang (2011), “*Nghiên cứu một số giải pháp phát triển thể chất nhằm nâng cao kết quả học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao trong chương trình đào tạo sinh viên khoa TDDT trường Đại học Hải Phòng*”, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDDT, Hà Nội.
- [4]. Đặng Minh Thành (2018), “*Đổi mới nội dung và phương pháp tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho sinh viên tỉnh Sóc Trăng*”, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDDT, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Văn Toàn (2015), “*Nghiên cứu giải pháp và đánh giá hiệu quả giáo dục thể chất theo hệ thống tín chỉ cho sinh viên cao đẳng sư phạm giáo dục thể chất trường Đại học Hồng Đức Thanh Hóa*”, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDDT, Hà Nội.