

## THỰC TRẠNG THỂ LỰC NAM SINH VIÊN 18 TUỔI TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÀ VINH

ThS. Nguyễn Toàn Năng, CN. Kiên Hậu  
*Trường Đại học Trà Vinh*

**Tóm tắt:** Bài viết cung cấp các thông tin về thực trạng thể lực nam sinh viên (SV) 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh; thông qua việc tổng hợp và so sánh giá trị trung bình các tiêu chí đánh giá thể lực nam sinh viên 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh với trung bình thể lực người Việt Nam (TBTLVN) cùng độ tuổi và giới tính; từ đó, đánh giá thể lực sinh viên 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

**Từ khóa:** thực trạng; thể lực; nam sinh viên; Đại học Trà Vinh.

**Abstract:** The paper provides some data about the physical status of male students aged 18 at Tra Vinh University by synthesizing, comparing and contrasting the physical evaluation criteria of 18-year-old male students at Tra Vinh University with the standard physical evaluation criteria for Vietnamese from which assessing the physical status of these students regarding the Decision 53/2008 of Vietnamese Ministry of Education and Training.

**Keywords:** status; physical; male students; Tra Vinh University.

### ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua, ở nước ta đã có nhiều công trình khoa học nghiên cứu về thực trạng thể chất của học sinh, sinh viên. Tuy nhiên, cho đến nay việc nghiên cứu thể chất của sinh viên trường Đại học Trà Vinh chưa có nghiên cứu nào. Sinh viên trường Đại học Trà Vinh là lực lượng lao động trí trong tương lai của tỉnh nhà và của đất nước. Lực lượng này đóng vai trò quan trọng trong sự nghiệp đổi mới, công nghiệp hoá, hiện đại hóa đất nước. Sự phát triển thể lực của đối tượng này không chỉ là vấn đề nòi giống mà còn là vấn đề chăm lo bồi dưỡng một lực lượng lao động quan trọng. Do đó, có những thông tin chính xác về thực trạng thể chất của đối tượng này vô cùng cần thiết, đây là căn cứ quan trọng để đề ra các giải pháp thiết thực có tính khả thi, giúp cho công tác GDTC ở trường Đại học Trà Vinh có sự chuyển biến tốt hơn, nhằm góp phần nâng cao thể lực cho sinh viên và là cơ sở định hướng cho sinh viên trong việc rèn luyện thể lực. Với tầm quan trọng trên chúng tôi chọn hướng nghiên cứu với bài viết: ***“Thực trạng thể lực nam sinh viên 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh”***.

Phương pháp nghiên cứu sau: phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu: 943 nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh (sinh năm 2002).

Thời gian kiểm tra khách thể nghiên cứu: tháng 10/2020.

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

#### 1. Thực trạng thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh

Nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo những tiêu chí trong quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 [1] gồm các tiêu chí sau: Chạy 30m xuất phát cao (XPC) (giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy tùy sức 5 phút (tính quãng đường, m), Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần).

Để đánh giá thực trạng thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh, bài viết tiến hành kiểm tra các tiêu chí đánh giá thể lực của khách thể nghiên cứu và tính toán các tham số thống kê kết quả được trình bày ở Bảng 1.

Bảng 1. Thống kê các tiêu chí đánh giá thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh ( $n = 943$ )

TT	Tiêu chí	Tham số	$\bar{X}$	S	$C_v$	$\mathcal{E}$
1	Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần)		18,42	4,24	23,03	0,01
2	Bật xa tại chỗ (cm)		212,25	21,48	10,12	0,01
3	Chạy 30m XPC (giây)		5,06	0,44	8,77	0,01
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)		1000,41	126,25	12,62	0,01

Số liệu tại Bảng 1 cho thấy, hệ số biến thiên ( $C_v$ ), tham số phản ánh độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu, quần thể; ở tất cả các chỉ số của khách thể nghiên cứu đều cho thấy:

Các chỉ số có độ đồng nhất cao (đồng nghĩa với độ phân tán dao động nhỏ) giữa các cá thể nghiên cứu ( $C_v < 10\%$ ): Chạy 30m XPC (giây).

Các chỉ số có độ đồng nhất trung bình ( $10\% < C_v < 20\%$ ): Bật xa tại chỗ (cm) và chạy 5 phút tùy sức (m).

Các chỉ số có độ đồng nhất thấp ( $20\% < C_v < 30\%$ ): Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần).

Mặc dù độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu, quần thể; ở một vài chỉ số khá lớn như trên nhưng tất cả các giá trị trung bình mẫu đều đủ tính đại diện ( $\mathcal{E} < 0,05$ ) để có thể căn cứ vào đó mà thực hiện các phân tích, đánh giá tiếp theo.

Để có cái nhìn khái quát và cụ thể về thực trạng thể lực của khách thể nghiên cứu, trong nghiên cứu này chúng tôi so sánh với thực trạng thể lực người Việt Nam [2] cùng độ tuổi và giới tính. Trong so sánh, chúng tôi áp dụng kiểm định t-student hai mẫu độc lập. Kết quả so sánh được trình bày tại Bảng 2.

Bảng 2. So sánh giá trị trung bình các tiêu chí đánh giá thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh ( $n = 943$ ) với TBTLVN

TT	Tiêu chí	$\bar{X}_{TV}$	S	$\bar{X}_{VN}$	S	d	t	P
1	Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần)	18,42	4,24	20	3,59	1,58	9,50	<0,001
2	Bật xa tại chỗ (cm)	212,25	21,48	218	20,03	5,75	6,61	<0,001
3	Chạy 30m XPC (giây)	5,05	0,42	4,87	0,5	0,18	9,57	<0,001
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	970,41	126,25	941	110,96	29,41	5,87	<0,001

$$Df = n - 1; t_{05} = 1,962; t_{01} = 2,581; t_{001} = 3,300$$

Số liệu trong Bảng 2 cho thấy:

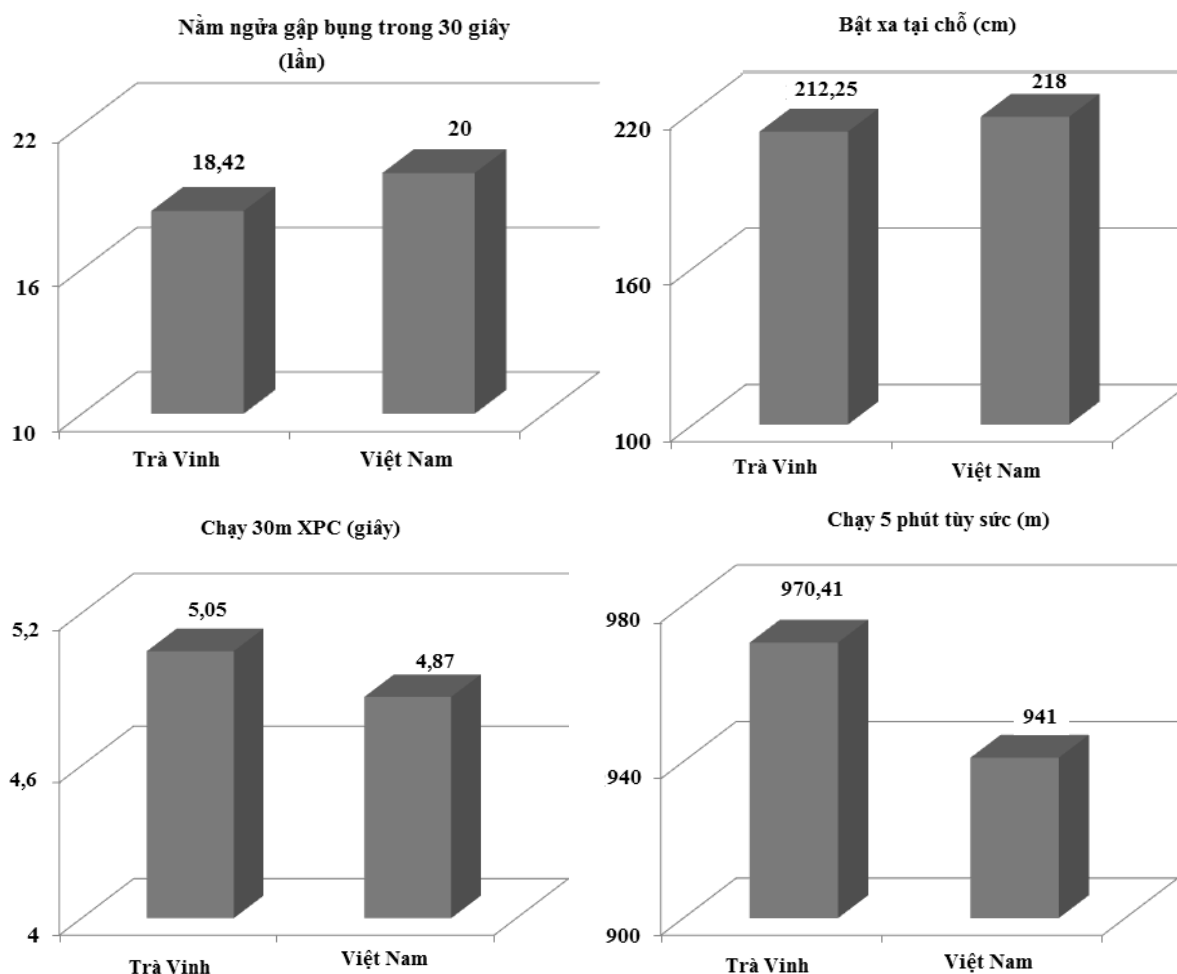
Giá trị trung bình nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần) của nam SV trường Đại học Trà Vinh kém hơn so với TBTLVN 1,58 lần vì  $t_{tính} = 9,50 > t_{001} = 3,300$ ,  $P < 0,001$ .

Giá trị trung bình bật xa tại chỗ (cm) của nam SV trường Đại học Trà Vinh kém hơn so với TBTLVN 5,75cm vì  $t_{tính} = 6,61 > t_{001} = 3,300$ ,  $P < 0,001$ .

Giá trị trung bình chạy 30m XPC (giây) của nam SV trường Đại học Trà Vinh kém hơn so với TBTLVN 0,18 giây vì  $t_{tính} = 9,57 > t_{001} = 3,300$ ,  $P < 0,001$ .

Giá trị trung bình chạy 5 phút tùy sức (m) của nam SV trường Đại học Trà Vinh tốt hơn so với TBTLVN 29,41m vì  $t_{tính} = 5,87 > t_{001} = 3,300$ ,  $P < 0,001$ .

Kết quả so sánh về thể lực còn thể hiện qua Biểu đồ 1.



Biểu đồ 1. So sánh giá trị trung bình chỉ tiêu thể lực của nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh với TBTCVN

Kết quả phân tích tại bảng 2 và biểu đồ 1 cho thấy:

Thực trạng thể lực nam SV trường Đại học Trà Vinh tốt hơn TBTLVN 18 tuổi ở tiêu chí chạy 5 phút tùy sức và kém hơn ở các tiêu chí nằm ngửa gập bụng trong 30 giây, bật xa tại chỗ và chạy 30m XPC. Hay thực trạng thể lực nam SV trường Đại học Trà Vinh tốt hơn TBTLVN 18 tuổi ở sức bền chung và kém hơn ở sức mạnh cơ lưng bụng, sức mạnh nhóm cơ chân và sức nhanh.

## 2. Đánh giá thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT

Theo quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo về

đánh giá, xếp loại thể lực HS, SV được phân loại theo đánh giá tốt, đạt và không đạt [1], kết quả đánh giá trên nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT được trình bày tại Bảng 3.

Trong đánh giá, chúng tôi chọn 4 tiêu chí để đánh giá thể lực cho SV:

- Tiêu chí bắt buộc: Bật xa tại chỗ (cm) và chạy tùy sức 5 phút (m).
- Tiêu chí tự chọn: Chạy 30m XPC (giây) và Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần).

Bảng 3. Đánh giá thể lực nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT

	Xếp loại	Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (giây)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Thể lực
Quyết định của Bộ Giáo dục và Đào tạo	Tốt	> 21	< 222	< 4,80	> 1050	
	Đạt	≥ 16	≤ 205	≤ 5,80	≥ 940	
Nam SV trường Đại học Trà Vinh	Tốt	209 SV 22,16%	279 SV 29,59%	316 SV 33,51%	217 SV 23,01%	62 SV 6,58%
	Đạt	557 SV 59,07%	393 SV 41,68%	573 SV 60,76%	380 SV 40,30%	368 SV 39,02%
	Chưa đạt	177 SV 18,77%	271 SV 28,74%	54 SV 5,73%	346 SV 36,69%	513 SV 54,40%

Số liệu Bảng 3 cho thấy, kết quả xếp loại theo từng tiêu chí và thể lực như sau:

- Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần): xếp loại tốt có 209 SV chiếm tỷ lệ 22,16%; xếp loại đạt có 557 SV chiếm tỷ lệ 59,07%; xếp loại chưa đạt có 177 SV chiếm tỷ lệ 18,77%.

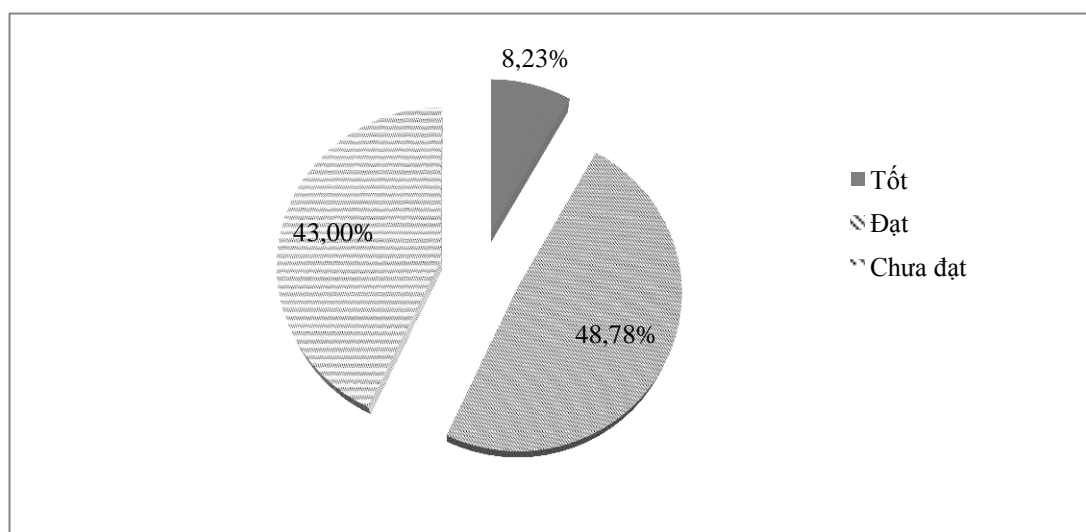
- Bật xa tại chỗ (cm): xếp loại tốt có 279 SV chiếm tỷ lệ 29,59%; xếp loại đạt có 293 SV chiếm tỷ lệ 41,68%; xếp loại chưa đạt có 271 SV chiếm tỷ lệ 28,74%.

- Chạy 30m XPC (giây): xếp loại tốt có 316 SV chiếm tỷ lệ 33,51%; xếp loại đạt có 573 SV

chiếm tỷ lệ 60,76%; xếp loại chưa đạt có 54 SV chiếm tỷ lệ 5,73%.

- Chạy tùy sức 5 phút (m): Xếp loại tốt có 217 SV chiếm tỷ lệ 23,01%; xếp loại đạt có 380 SV chiếm tỷ lệ 40,30%; xếp loại chưa đạt có 346 SV chiếm tỷ lệ 36,69%.

Kết quả xếp loại thể lực của nam sinh viên trường Đại học Trà Vinh theo quy định đánh giá thể lực HS, SV của Bộ Giáo dục và Đào tạo: xếp loại tốt có 62 SV chiếm tỷ lệ 6,58%; xếp loại đạt có 368 SV chiếm tỷ lệ 39,02%; xếp loại chưa đạt có 513 SV chiếm tỷ lệ 54,40% (Biểu đồ 2).



Biểu đồ 2. Tỷ lệ xếp loại thể lực của nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT

Kết quả tại Bảng 3 và Biểu đồ 2 cho thấy, hơn 54% nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh có thể lực chưa đạt theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT. Phân tích từng tiêu chí đánh giá cho thấy, ở ba tiêu chí: bật xa tại chỗ, chạy 30m XPC và nằm ngửa gập bụng, số lượng nam SV xếp loại đạt và tốt trên 70%, đây là một tỷ lệ đạt cao; còn ở tiêu chí chạy 5 phút tùy sức, tỷ lệ SV xếp loại đạt và tốt thấp gần 46% dẫn đến xếp loại thể lực chưa đạt theo tiêu chuẩn đánh giá của BGD&ĐT.

Sức bền là một tố chất thể lực rất khó tập, để có sức bền tốt người tập phải tập luyện thường xuyên và mỗi buổi tập có thời gian dài. Từ những cơ sở trên và thực tế cho thấy, SV rất

ngại rèn luyện sức bền nên thành tích chạy 5 phút tùy sức của nam SV 18 tuổi trường Đại học Trà Vinh chưa đạt theo tiêu chuẩn của BGD&ĐT.

### **KẾT LUẬN**

Thực trạng thể lực nam SV trường Đại học Trà Vinh tốt hơn TBTLVN 18 tuổi ở sức bền chung và kém hơn ở sức mạnh cơ lưng bụng, sức mạnh nhóm cơ chân và sức nhanh.

Kết quả xếp loại thể lực của nam sinh viên trường Đại học Trà Vinh theo quy định đánh giá thể lực HS, SV của Bộ Giáo dục và Đào tạo: xếp loại tốt 6,58%; xếp loại đạt 39,02%; xếp loại chưa đạt 34,40%.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

- [1]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008, Ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV.*
- [2]. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI*, 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]. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu (2000), *Thực trạng phát triển thể chất học sinh, SV trước thềm thế kỷ 21*, Nxb. TDTT, Hà Nội.