

# THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ KỸ THUẬT - CÔNG NGHIỆP

Hoàng Hoài Nam<sup>1</sup>; Trần Mạnh Huân<sup>2</sup>

**Tóm tắt:** Bằng các phương pháp nghiên cứu cần thiết, đề tài đã lựa chọn được 08 test và tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật - công nghiệp. Thông qua kết quả cho thấy thực trạng thể chất của đối tượng nghiên cứu chỉ đạt ở mức trung bình, một số chỉ tiêu đạt mức trung bình yếu. Vấn đề này cũng ảnh hưởng không nhỏ tới hiệu quả của công tác giảng dạy, đây là cơ sở thực tiễn quan trọng khẳng định tính cấp thiết của đề tài nghiên cứu

**Từ khóa:** thực trạng, thể chất, sinh viên, Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật - công nghiệp.

**Abstract:** Utilizing necessary research methods, this study selected eight tests and proceeded to evaluate the physical fitness status of students at the University of Economics and Technology for Industry. The results revealed that the physical fitness of the research subjects was only at an average level, with some indicators falling to a below-average level. This issue significantly affects the effectiveness of teaching, thereby providing a crucial practical foundation that affirms the urgency of this research topic.

**Keywords:** Current status, physical fitness, students, University of Economics and Technology for Industry.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật - công nghiệp (ĐHKT-KTCN) là một trong những trường đào tạo ra đội ngũ Kỹ sư và Cử nhân cho ngành Kỹ thuật và Kinh tế ở nước ta, và việc tăng cường rèn luyện sức khỏe là một yếu tố hết sức cần thiết và quan trọng. Mặc dù công tác giáo dục thể chất (GDTC) cũng đã được nhà trường quan tâm, đầu tư phát triển trong quá trình đào tạo, Song do sự đòi hỏi ngày càng cao của xã hội về công tác GDTC, thực tiễn cho thấy công tác GDTC của nhà trường vẫn còn rất nhiều hạn chế, cần phải được đánh giá một cách nghiêm túc để tìm ra những giải pháp phát triển một cách phù hợp và hiệu quả, đáp ứng được nhu cầu giảng dạy và đào tạo của nhà trường cũng như của xã hội

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sự phạm, nhân trắc, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Lựa chọn test đánh giá thể chất cho sinh viên Trường ĐHKT-KTCN

#### 2.1.1. Xác định nội dung và phương pháp đánh giá thể chất

\* Nội dung kiểm tra thể chất:

Thể chất của con người gồm thể trạng (tình trạng sức khỏe và hình thái cơ thể) và thể lực (mức độ phát triển các tổ chất thể lực). Vì vậy, để đánh giá thể chất, thường dùng các chỉ số đánh giá về 3 mặt:

- Hình thái cơ thể: Chiều cao, cân nặng, vòng ngực, vòng tay, vòng đùi, tay, chân, độ rộng vai, độ

rộng hông, dày ngực, mỡ da...

- Về chức năng: Người ta thường kiểm tra chức năng các hệ thống cơ quan cơ thể như chức năng hệ tim mạch (mạch đập, huyết áp, thể tích tâm thu, lưu lượng phút, công năng tim...), hệ hô hấp như dung tích sống, khả năng nín thở, thông khí phổi, lượng hấp thụ ôxy tối đa...

- Về tổ chất thể lực: Chức năng tổng hợp của các cơ quan vận động và nội tạng (gồm các tổ chất: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo).

Để đảm bảo tính toàn diện trong đánh giá thể chất cho sinh viên, chúng tôi đã dùng các kết quả kiểm tra sức khỏe của trạm y tế Trường, kết hợp với sự kiểm tra hiện trường về hai mặt thể hình và thể lực. Như vậy, chúng tôi đã xác định nội dung kiểm tra thể chất cho sinh viên Trường ĐHKT-KTCN như sau:

1. Phân loại sức khỏe y tế: A,B,C.

2. Hình thái cơ thể: Chiều cao, cân nặng.

3. Tổ chất thể lực: Sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo, khả năng phối hợp vận động.

#### 2.1.2. Lựa chọn test đánh giá thể chất cho sinh viên Trường ĐHKT-KTCN

Để có cơ sở và đảm bảo tính khách quan trong lựa chọn test đánh giá thể chất cho sinh viên Trường ĐHKT-KTCN. Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp tham khảo, tổng hợp tài liệu, quan sát sự phạm... chúng tôi đã lựa chọn được 23 chỉ tiêu, test đánh giá sự phát triển thể chất cho đối tượng nghiên cứu. Các chỉ tiêu được lựa chọn đều đáp ứng được các tiêu chuẩn trên về góc độ hình thái và sự phạm.

1, 2: Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp

Các chỉ tiêu này cho phép xác định được những yếu tố hình thái và năng lực tổ chất vận động của đối tượng nghiên cứu. Tiếp theo, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn gián tiếp bằng phiếu hỏi 28 giảng viên, các nhà chuyên môn đang làm công tác giảng dạy tại khoa GDTC tại các trường Đại học, cao đẳng trên địa bàn Nam Định và các trường Đại học Thể dục thể thao (TDTT) như: Trường đại học TDTT Bắc Ninh, trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội,

trường cao đẳng Sư phạm Nam Định, Đại học Sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học điều dưỡng, Đại học Lương Thế Vinh.... Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: đề tài đã lựa chọn được 10 test được các giảng viên đánh giá rất quan trọng (chiếm tỷ lệ cao từ 75%-95,8%) để đưa vào đánh giá thực trạng thể chất cho sinh viên Trường ĐHK-TTCN, đó là:

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về lựa chọn các test nhằm đánh giá thể chất của sinh viên Trường ĐHK-TTCN**

TT	Các chỉ tiêu	Kết quả trả lời phỏng vấn (n = 28)					
		<i>Rất có ý nghĩa</i>		<i>Bình thường</i>		<i>Không có ý nghĩa</i>	
		Số người	Tỉ lệ %	Số người	Tỉ lệ %	Số người	Tỉ lệ %
<b>I. Các chỉ tiêu hình thái</b>							
1	Chiều cao đứng (cm)	22	91,6	2	8,4		
2	Cân nặng (kg)	19	79,1	5	20,8		
3	Vòng ngực trung bình (cm)	21	87,5	3	12,5		
4	Chỉ số vòng ngực (cm)	10	41,6	8	33,3	6	25
5	Vòng ngực hít vào hết sức (cm)	11	45,8	5	20,8	8	33,3
6	Quetelet (g/cm)	23	95,8	1	4,16		
7	Vòng đùi (cm)	9	37,5	4	16,6	11	45,8
8	Vòng cánh tay phải co (cm)	8	33,3	4	16,6	12	50
9	Pignet	9	37,5	5	20,8	10	41,6
10	QVC	10	41,6	7	29,1	7	29,1
11	Tỷ trọng cơ thể	4	16,6	2	8,4	18	75
12	Tỷ lệ % mỡ	3	12,5	2	8,4	19	79,1
<b>II. Các test về tổ chất vận động</b>							
13	Chạy 30m XPC (s)	22	91,6	2	8,3		
14	Chạy 50m XPC (s)	23	95,8	1	4,16		
15	Chạy 100m XPC (s)	11	45,8	8	33,3	5	20,8
16	Bật xa tại chỗ (cm)	21	87,5	3	12,5		
17	Bật cao tại chỗ (cm)	7	29,1	6	25	11	45,8
18	Chạy 1000m (nam)	20	83,3	4	16,6		
19	Chạy 800m (s)	8	33,3	6	25	10	41,6
20	Chạy 1500m (s)	7	29,1	3	12,5	14	58,3
21	Chạy 2000m (s)	8	33,3	4	16,6	12	50
22	Chạy con thoi 4x30m (s)	18	75	6	25		
23	Ke bụng 90° xà đơn (s).	19	79,1	5	20,8		

\* Nhóm chỉ tiêu hình thái:

1. Chiều cao đứng (cm).
2. Cân nặng (kg).
3. Vòng ngực trung bình (cm).
4. Quetelet (g/cm).

\* Nhóm các test về tố chất vận động:

5. Chạy 30m XPC (s).
6. Chạy 50m XPC (s).
7. Bật xa tại chỗ (cm).
8. Chạy 1000 m (nam), 500m nữ (s).

**Bảng 2. Thực trạng thể chất của sinh viên Trường ĐHK-TKCN**

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả kiểm tra ( $\bar{x} \pm \delta$ )	
		Nam	Nữ
1	Chiều cao đứng (cm).	165.28 ± 4.12	154,66 ± 4,43
2	Cân nặng (kg).	55.22 ± 5.31	46,87 ± 4,22
3	Vòng ngực TB (cm).	83.34 ± 6.08	80,63 ± 5,67
4	Quetelet (g/cm).	334.09 ± 12.88	303.05 ± 95.25
5	Chạy 30m XPC (s).	5.33 ± 0.45	6,24 ± 0,51
6	Bật xa tại chỗ (cm).	207,27 ± 5.12	153.89 ± 4,57
7	Chạy 1000m nam (s).	334.21 ± 17.96	
8	Chạy 500m nữ (s)		146.82 ± 5.96
9	Ke bụng 90° xà đơn (s)	6.92 ± 0.52	5.21 ± 0.52

**Bảng 3. Đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên Trường ĐHK-TKCN so với sinh viên trường ĐH Sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học Lương Thế Vinh.**

TT	Test	Giới tính	Trường ĐHK-TKCN	Trường Đại Sư phạm kỹ thuật Nam Định	Đại học Lương Thế Vinh
			( $\bar{x} \pm \delta$ )	( $\bar{x} \pm \delta$ )	( $\bar{x} \pm \delta$ )
1	Chiều cao đứng (cm).	Nam	165.28 ± 4.12	165.80 ± 4.02	165.48 ± 4.22
		Nữ	154.66 ± 4,43	154,96 ± 4,44	154,95 ± 4,13
2	Cân nặng (kg).	Nam	55.22 ± 5.31	55.56 ± 5.26	55.32 ± 5.51
		Nữ	46.87 ± 4,22	47,17 ± 4,12	47,25 ± 4,06
3	Vòng ngực trung bình (cm).	Nam	83.34 ± 6.08	84.11 ± 6.02	83.64 ± 6.05
		Nữ	80.63 ± 5.67	80,43 ± 5,37	80,64 ± 5,47
4	Quetelet (g/cm).	Nam	334.09 ± 12.88	335.10 ± 13.08	334.30 ± 12.34
		Nữ	303.05 ± 95.25	304,40 ± 92.79	304.93 ± 98.30
5	Chạy 30m XPC (s).	Nam	5.33 ± 0.45	5.03 ± 0.57	5.11 ± 0.48
		Nữ	6,24 ± 0.51	6,08 ± 0.48	6,13 ± 0.54
6	Bật xa tại chỗ (cm).	Nam	207.27 ± 5.12	215.47 ± 5.43	213.96 ± 5.38
		Nữ	153.89 ± 4.57	157.12 ± 4.82	155.76 ± 4.68
7	Chạy 1000 m (nam) (s); 500 m (nữ) (s).	Nam	334.21 ± 17.96	312.12 ± 14.78	319.01 ± 15.06
		Nữ	146.82 ± 5.96	139.81 ± 5.07	142.11 ± 5.31
8	Ke bụng 90° xà đơn (s).	Nam	6.92 ± 0.52	7.23 ± 0.66	7.64 ± 0.78
		Nữ	5.21 ± 0.52	5.63 ± 0.47	5.30 ± 0.58

9. Chạy con thoi 4 × 30m (s).

10. Ke bụng 90° xà đơn (s).

## 2.2. Thực trạng thể chất của sinh viên Trường ĐHK-TKCN

Để có sự đánh giá chính xác về thực trạng thể chất cho sinh viên Trường ĐHK-TKCN. Chúng tôi đã tiến hành kiểm tra các chỉ tiêu, test trên 258 sinh viên nam và 159 sinh viên nữ, đang theo học năm thứ nhất đến năm thứ 2 (K7; K8) tại trường. Kết quả cho thấy ở bảng 2. Trong đó:

- Năm thứ nhất: 139 nam, 70 nữ

- Năm thứ hai: 140 nam, 68 nữ

Để đánh giá một cách khách quan và chính xác về thực trạng thể chất của Trường ĐHK-TKCN. Chúng tôi tiến hành phỏng vấn và khảo sát thực trạng thể chất của sinh viên một số trường Đại học, cao đẳng, trung học chuyên nghiệp trên địa bàn tỉnh Nam Định như: trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học Điều dưỡng, Đại học Lương Thế Vinh, Cao đẳng sư phạm Nam Định, Cao đẳng kinh tế kỹ thuật Công nghiệp,... Kết quả nghiên cứu được trình bày ở bảng 3.

Thông qua kết quả đánh giá giữa các sinh viên ở các trường về thực trạng thể chất, chúng ta có thể nhận thấy rằng:

- Về các chỉ số hình thái của sinh viên Trường ĐHK-TKCN phòng so với trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học Lương Thế Vinh là không đáng kể, hay nói cách khác là không có sự khác biệt rõ rệt.

- Về các chỉ tiêu thể lực thì sinh viên Trường ĐHK-TKCN so với trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Nam Định, Đại học Lương Thế Vinh còn thấp hơn, sự chênh lệch được biểu hiện rõ qua kết quả kiểm tra.

## 3. KẾT LUẬN

Dựa vào những thông tin, kết quả trên và những tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục - Đào tạo thì hầu hết ở các chỉ tiêu đã lựa chọn, sinh viên

Trường ĐHK-TKCN chỉ đạt ở mức trung bình, một số chỉ tiêu đạt mức trung bình yếu. Từ thực trạng trên cũng đặt ra một yêu cầu bức thiết đối với Khoa GDTC của Trường ĐHK-TKCN là cần sử dụng nhiều giải pháp, hình thức để nâng cao thể chất cho sinh viên.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quy định về kiểm tra đánh giá thể lực HSSV ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008.

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 TĐTT, Hà Nội.

3. Dương Nghiệp Chí (2007), “*Thể thao trường học ở Việt Nam và một số quốc gia trên thế giới*”, Tạp chí Khoa học thể thao, số 1, tr.52 – 56, Viện Khoa học thể thao, Hà Nội.

4. Vũ Đức Thu, Nguyễn Xuân Sinh, Lưu Quang Hiệp, Trương Anh Tuấn (1998), *Lý luận và phương pháp GDTC*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.

5. Thủ tướng chính phủ (2015), Nghị định số 11/2015/NĐ-CP ngày 31/01/2015 Quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường.

6. Thủ tướng Chính phủ (2016), Quyết định số 1076/QĐ-TTg ngày 17/6/2016 phê duyệt Đề án tổng thể phát triển GDTC và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020, định hướng đến năm 2025.

*Nguồn bài báo: trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài cao học “Lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp Nam Định” năm 2015. Trần Mạnh Huân.*

*Ngày nhận bài: 15/9/2024; Ngày duyệt đăng: 20/11/2024.*



Ảnh minh họa (nguồn Internet)