

ĐÁNH GIÁ DIỄN BIẾN THỂ LỰC NAM SINH VIÊN HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN NĂM HỌC 2023 - 2024

TS. Thiều Tân Thế¹; ThS. Nguyễn Như Long²

Tóm tắt: Đánh giá diễn biến thể lực nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân năm học 2023 - 2024 là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn các biện pháp tăng cường giáo dục thể chất trong nhà trường, từ đó đánh giá diễn biến thể lực nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân từ đó chỉ ra những ưu điểm, nhược điểm tồn tại trong thực tế huấn luyện của đối tượng nghiên cứu, là cơ sở đề ra chương trình đào tạo, huấn luyện và tổ chức rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân nói chung cũng như ở Học viện An ninh nhân dân nói riêng.

Từ khóa: Đánh giá; diễn biến; biện pháp; giáo dục thể chất; phát triển thể lực; nam sinh viên; Học viện An ninh nhân dân.

Abstract: Assessing the physical fitness development of male students at the People's Security Academy during the academic year 2023-2024 is essential. This research aims to select measures to enhance physical education within the academy, subsequently evaluating the physical fitness development of these male students. This evaluation will identify the strengths and weaknesses in the current training practices of the research subjects. This will provide a foundation for developing training programs, instruction, and organizing physical fitness development within the Public Security Forces in general and at the People's Security Academy in particular. **Keywords:** Assessment, development, measures, physical education, physical fitness development, male students, People's Security Academy

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Học viện An ninh nhân dân (HVANND) là một trong những trung tâm đào tạo lớn của lực lượng Công an nhân dân có nhiệm vụ đào tạo cán bộ chiến sỹ an ninh tương lai phục vụ sự nghiệp bảo vệ an ninh quốc gia và giữ gìn trật tự an toàn xã hội. Vì vậy, việc thường xuyên rèn luyện thân thể là trách nhiệm và nghĩa vụ của mỗi cán bộ chiến sỹ công an nói chung và sinh viên HVANND nói riêng, nhằm mục đích rèn luyện thể chất, phát triển thể lực cho mỗi sinh viên ngay từ khi còn ngồi trên ghế nhà trường sẽ giúp họ khi tốt nghiệp ra trường, sẽ nhanh chóng hoà nhập với thực tế công tác và hoàn thành tốt mọi nhiệm vụ được giao.

Vì vậy, việc “**Đánh giá diễn biến thể lực nam sinh viên HVANND**” là rất cần thiết, nhằm đánh giá thực chất thể lực, diễn biến phát triển thể lực của nam sinh viên HVANND, là cơ sở đề ra chương trình đào tạo, huấn luyện và tổ chức rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân nói chung cũng như ở HVANND nói riêng. Điều này có ý nghĩa thiết thực trong việc nâng cao sức khỏe, đáp ứng yêu cầu đặt ra trong công tác bảo vệ an ninh Quốc gia và giữ gìn trật tự an toàn xã hội do Bộ Công an yêu cầu.

Phương pháp nghiên cứu được sử dụng: phân tích và tổng hợp tài liệu, toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực cho nam sinh viên HVANND

Sau 6 tháng áp dụng các biện pháp nâng cao chất lượng rèn luyện thể lực cho nam sinh viên HVANND gồm:

- Biện pháp tuyên truyền, giáo dục nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò và tác dụng của thể dục thể thao (TDTT).

- Biện pháp cải tiến phương pháp giảng dạy và kiểm tra đánh giá

- Biện pháp tăng cường các hoạt động ngoại khoá, xây dựng các Câu lạc bộ (CLB) thể thao.

- Biện pháp về tăng cường cơ sở vật chất và khai thác tối đa cơ sở vật chất phục vụ công tác giáo dục thể chất.

- Biện pháp cải tiến công tác cán bộ, tổ chức quản lý TDTT

- Hình thức, nội dung tập luyện TDTT mới của sinh viên: Tham gia các CLB TDTT (theo sở thích và năng lực); tập luyện TDTT theo nhóm có hướng dẫn; tập luyện trong và ngoại khoá các đội TDTT của sinh viên.

Nghiên cứu tiến hành kiểm tra thực nghiệm, thời gian vào tháng 12/2023. Kết quả được trình bày ở các bảng dưới đây.

2.1.1. Tình hình sức khoẻ lâm sàng nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện

1, 2: Học viện An ninh nhân dân, BCA

Qua thời gian áp dụng các giải pháp, ban chủ nhiệm đề tài yêu cầu phối hợp với Trung tâm y tế - Phòng Hậu cần tổ chức kiểm tra sức khỏe, các phát hiện các bệnh thường gặp của nam sinh viên Khoa D53. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 1.

Từ bảng 1 cho thấy: Sau 6 tháng luyện tập, qua kiểm tra y tế đánh giá tình hình bệnh tật (lâm sàng) của nam sinh viên Khoa D53, HVANND có nhiều thay đổi so với kiểm tra sức khỏe ban đầu. Cụ thể, đa số các bệnh đều thuyên giảm (giảm từ 0,52% - 7,70%). Đặc biệt các bệnh về hô hấp, tim mạch và huyết áp hầu hết không có em nào còn mắc phải.

2.1.2. Đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực của nam sinh viên HVANND

Mục tiêu đưa ra đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực cho sinh viên trong HVANND. Vì vậy, để đánh giá đề tài sử dụng các test kiểm tra là “Tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong CAND” theo Thông tư số 106/2020/TT-BCA, ngày 08/10/2020 của Bộ trưởng Bộ Công an cùng các test theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT về việc đánh giá, xếp loại thể lực học

sinh, sinh viên do Bộ trưởng BGDĐT ban hành năm 2008.

Để đảm bảo tính khách quan chính xác trong việc xác định các kết quả thực nghiệm, đề tài đã tiến hành thành lập ban kiểm tra Tiêu chuẩn rèn luyện thể lực. Ban kiểm tra gồm 4 đồng chí là giảng viên TDTT của Học viện, có kinh nghiệm giảng dạy và kinh nghiệm kiểm tra thường xuyên, hàng năm, giúp việc kiểm tra lấy kết quả thực nghiệm mà đề tài tiến hành có kết quả chính xác, khách quan, có độ tin cậy cao.

Kết quả đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực của nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện được trình bày ở bảng 2.

Từ kết quả đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện trình bày tại bảng 2 cho thấy:

- Chạy 100m(s): Trị số trung bình thành tích chạy 100m(s) có sự cải thiện, giảm từ 14.66 xuống còn 14.08, có nhịp tăng trưởng $W\% = 6.48\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 4.769 > t_{0.001} = 4.318$.

Bảng 1. Tình hình bệnh tật (lâm sàng) nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện

TT	Nội dung khám bệnh		Ban đầu		Sau 6 tháng tập luyện		Giảm %
			n	%	n	%	
1	Bệnh lâm sàng (n= 387)	Tai, Mũi, Họng	20	5,16	10	2,58	2,58
2		Khớp	18	4,65	16	4,13	0,52
3		Răng, Hàm, Mặt	56	14,47	50	12,91	1,56
4		Hô hấp	9	2,32	0	0	2,32
5		Tim mạch	4	1,03	0	0	1,03
6		Bệnh về mắt	29	7,49	20	5,16	2,33
7		Tiêu hoá	10	7,75	2	0,05	7,70
8		Huyết áp	4	1,03	0	0	1,03

Bảng 2. Đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực của nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện

TT	Nội dung	Ban đầu			Sau 6 tháng tập luyện			T	P	W%	
		\bar{X}_1	$\pm\sigma_1$	C_{v1}	\bar{X}_2	$\pm\sigma_2$	C_{v2}				
1	Thể lực	Chạy 100m (s)	14.66	0.89	6.07	14.08	0.75	5,32	4.769	<0.001	6.48
2		Chạy 1500m (s)	370.75	39.68	10.70	358.58	38.12	10.63	4.493	<0.001	3.82
3		Cơ tay xà đơn (lần)	15.33	1.07	6.97	17.33	1.65	9,52	4.690	<0.001	6.32
4		Bật xa tại chỗ (cm)	235.83	8.75	3.71	240.33	8.40	3.49	5.096	<0.001	4.12
5		Gập bụng (1phút/lần)	37.00	3.05	8.24	39.42	2.68	6.79	5.163	<0.001	6.33
6		Chạy con thoi 4x10m (s)	12.78	0.78	6,10	11.33	0.60	5.29	4.855	<0.001	5.11

- Chạy 1500m(s): Trị số trung bình thành tích chạy 1500m(s) có sự cải thiện, giảm từ 370.75 xuống còn 358.58, có nhịp tăng trưởng $W\% = 3.82\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 4.493 > t_{0.001} = 4.318$.

- Co tay xà đơn (lần): Trị số trung bình thành tích co tay xà đơn có sự cải thiện, tăng từ 15.33 lên 17.33, có nhịp tăng trưởng $W\% = 4.12\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 4.690 > t_{0.001} = 4.318$.

- Bật xa tại chỗ (cm): Trị số trung bình thành tích bật xa tại chỗ có sự cải thiện, tăng từ 37.00 lên 39.42, có nhịp tăng trưởng $W\% = 6.33\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 5.690 > t_{0.001} = 4.318$.

- Gập bụng (1 phút/lần): Trị số trung bình thành tích gập bụng có sự cải thiện, tăng từ 235,83 lên 240,33, có nhịp tăng trưởng $W\% = 6.32\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 5.163 > t_{0.001} = 4.318$.

- Chạy con thoi 4x10m (s): Trị số trung bình thành tích chạy con thoi 4x10m có sự cải thiện, giảm từ 12.78 xuống còn 11.33, có nhịp tăng trưởng $W\% = 5.11\%$ có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất ứng với $P < 0.001$, vì có $t_{\text{tính}} = 4.855 > t_{0.001} = 4.318$.

2.1.3 Xây dựng thang điểm đánh giá thể lực của nam sinh viên HVANND

Qua kết quả kiểm tra chi tiết về thể lực, đề tài xây dựng thang đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên HVANND theo thang độ điểm 10 với từng chỉ tiêu. Kết quả xây dựng được trình bày ở bảng 3.

Để thuận tiện cho việc lượng hoá các chỉ tiêu đánh giá, phân loại trình độ thể lực cho nam sinh viên HVANND. Trên cơ sở thang điểm 10, quy ước phân loại chỉ tiêu thành 5 mức: Tốt, Khá, Trung bình, Kém, Rất kém.

Như vậy, để đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên HVANND gồm có 6 chỉ tiêu ứng với 60 điểm tổng. Kết quả phân loại từng chỉ tiêu được đánh giá tổng hợp ở bảng 4.

Căn cứ theo thang điểm đánh giá trình độ thể lực bảng 4 và bảng điểm đánh giá tổng hợp trình độ thể lực nam sinh viên HVANND. So sánh, xếp loại kết quả rèn luyện thể chất sau 6 tháng tập luyện của nam sinh viên được trình bày tại bảng 5.

Từ bảng 5 cho thấy đánh giá qua điểm để xếp loại thể lực nam sinh viên HVANND sau 6 tháng tập luyện, từ xếp loại trung bình về thể lực với 32 điểm lên loại khá về thể lực với 44 điểm, cho thấy sự thay đổi rõ rệt, tích cực khi áp dụng các biện pháp mới.

Sau gần 6 tháng áp dụng các biện pháp mà đề tài đưa ra ứng dụng cho khoá D53 với 387 sinh viên nam, 46. Tháng 11 năm 2023, ban kiểm tra tiến hành kiểm tra, đánh giá thể lực theo các test đã chọn

Bảng 3. Thang điểm đánh giá trình độ thể lực nam sinh viên HVANND

TT	Nội dung 0	Thang điểm											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Thể lực	Chạy 100m (s)	>16,0	16,0	15,9 - 15,7	15,6 - 15,3	15,2 - 14,9	14,8 - 14,5	14,4 - 14,1	14,0 - 13,7	13,6 - 13,3	13,2 - 12,9	≤12,8
2		Chạy 1500m(s)	>6,59	6,59	6,58 - 6,41	6,40 - 6,26	6,25 - 6,11	6,10 - 5,56	5,55 - 5,41	5,40 - 5,31	5,20 - 5,21	5,21 - 5,11	≤5,10
3		Co tay xà đơn (lần)	<4	4-5	6-7	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	19-20	≥21
4		Bật xa tại chỗ (cm)	<195	195	200-204	205-209	210-214	215-219	220-224	225-229	230-234	235-239	≥240
5		Gập bụng (1phút/lần)	<27	27	28-31	32-35	36-39	40-43	44-47	48-51	52-55	56-59	≥60
6		Chạy con thoi 4x10m (s)	>13.56	13.39	13.22	13.05	12.89	12.72	12.55	12.38	12.21	12.05	≤11.88

Bảng 4. Bảng điểm đánh giá tổng hợp trình độ thể lực của nam sinh viên HVANND

Mức phân loại	Điểm	
	Điểm phân loại từng chỉ tiêu	Điểm tổng hợp
Tốt	9.0 – 10.0	50 – 60
Khá	7.0 - < 9.0	40 - < 49
Trung bình	5.0 - < 7.0	30 - < 39
Kém	3.0 - < 5.0	20 - < 29
Rất kém	0.0 - < 3.0	0 - < 19

Bảng 5. Xếp loại trình độ thể lực nam sinh viên HVANND

TT	Nội dung	Ban đầu	Sau 6 tháng luyện tập
1	Chạy 100m	4 điểm	6 điểm
2	Chạy 1500m	4 điểm	6 điểm
3	Co tay xà đơn	6 điểm	7 điểm
4	Bật xa tại chỗ	9 điểm	10 điểm
5	Gập bụng	4 điểm	5 điểm
6	Chạy con thoi	5 điểm	10 điểm
Tổng điểm, xếp loại		∑ 32 điểm = Trung bình	∑ 44 điểm = Khá

lựa. Kết quả thu được so sánh với kết quả của khoá D53 vào thời gian tháng 6 năm 2023, thành tích thu được cả về thành tích kiểm tra và tỷ lệ số người đạt với các chỉ số t tính đều cao hơn t bảng ở ngưỡng $P < 0,001$. Điều này cho thấy nhịp tăng trưởng về thể lực của nam sinh viên HVANND tăng đáng kể, các giải pháp đề tài đưa ra đã bước đầu phát huy hiệu quả.

3. KẾT LUẬN

Việc áp dụng 6 biện pháp nhằm nâng cao chất lượng rèn luyện thể lực cho sinh viên HVANND là có hiệu quả cụ thể. Nhịp tăng trưởng về thể lực của nam sinh viên HVANND tăng đáng kể sau 6 tháng áp dụng các các biện pháp của đề tài đưa ra.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Bộ Chính trị (2004). *Nghị quyết số 40-NQ/TW ngày 08 tháng 11 năm 2004 về nâng cao hiệu quả của công an trong tình hình mới*
- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Công tác đảm bảo và kiểm định chất lượng giáo dục ĐH và TCCN năm 2015, 2016*, công văn số 979/BGDĐT-KTKĐCLGD ngày 03/03/2015 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục & Đào tạo
- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Tiêu chuẩn đánh giá thể lực học sinh, sinh viên lứa tuổi 6-20*, Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục & Đào tạo
- Bùi Hiền, Vũ Văn Tảo, Nguyễn Văn Giao, Nguyễn Hữu Quỳnh (2013), *Từ điển giáo dục*. Nxb

Bách Khoa, Hà Nội. Tr 318

5. Ngô Quang Huy (2016), *Nghiên cứu giải pháp đổi mới hoạt động của trung tâm GDTC và thể thao*, Đại học Quốc gia Hà Nội, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

6. Nguyễn Đắc Hưng, Hà Dũng Hải, Phạm Thanh Cẩm (2012), *Một số nội dung chủ yếu trong các văn bản của Đảng, nhà nước về tuyên truyền; giáo dục và đào tạo, dạy nghề; văn hoá; TDTT*. Nxb Hà Nội, Hà Nội.

7. Quốc hội (2005), *Luật Giáo dục của Quốc Hội nước Cộng hòa xã hội chủ nghĩa Việt Nam số: 38/2005/QHH11 ngày 14 tháng 6 năm 2005*.

8. Nguyễn Xuân Sinh (2012), *Giáo trình lý luận và phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội, Hà Nội.

9. Ủy ban TDTT - Bộ Công an (1999). *Thông tư liên tịch số: 01/199/TTLT/BCA-UBTDTT ngày 04 tháng 02 năm 1999, về ban hành tiêu chuẩn rèn luyện thân thể trong lực lượng CAND*.

10. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán học thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài “Đánh giá diễn biến thể lực nam sinh viên Học viện An ninh Nhân dân”, Mã số GDTC/23/17, Chủ nhiệm TS. Lý Đức Trường, Đồng chủ nhiệm TS. Thiệu Tân Thế, Đại học TDTT Bắc Ninh, 2024.

Ngày nhận bài: 2/12/2024; Ngày duyệt đăng: 25/01/2025.