

THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN HÓA HÀ NỘI

ThS. Vũ Văn Thịnh¹; TS. Đinh Khắc Thi²

Tóm tắt: Tiến hành khảo sát để đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Văn hóa Hà Nội là một trong những tiêu chí quan trọng để đánh giá hiệu quả chương trình môn học Giáo dục thể chất của nhà trường. Định kỳ kiểm tra, đánh giá sự phát triển thể chất của sinh viên là một yêu cầu của kiểm định chương trình đào tạo. Căn cứ vào “Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên” để xác định đặc điểm và đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Văn hóa Hà Nội dựa trên các chỉ tiêu và các test. Kết quả kiểm tra cho thấy thể chất của sinh viên nhà trường tương đương với thể chất của người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính, tuy nhiên thể lực của sinh viên không chuyên chưa đạt được theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo còn chiếm tỷ lệ cao từ 60% đến 82%.

Từ khóa: Giáo dục thể chất, sinh viên, Thể dục thể thao, Trường Đại học Văn hóa Hà Nội.

Abstract: Conducting a survey to assess the physical condition of students at Hanoi University of Culture is one of the important criteria to evaluate the effectiveness of the school's Physical Education program. Periodically testing and evaluating the physical development of students is a requirement of the training program accreditation. Based on the “Regulations on assessment and classification of physical fitness of students” to determine the characteristics and assess the physical condition of students at Hanoi University of Culture based on the criteria and tests. The test results show that the physical fitness of the school's students is equivalent to that of Vietnamese people of the same age and gender, however, the physical fitness of non-major students has not met the physical fitness assessment and classification standards of the Ministry of Education and Training, accounting for a high percentage of 60% to 82%.

Keywords: Physical Education, students, Sports, Hanoi University of Culture.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động Thể dục thể thao (TDTT) nói chung hay hoạt động TDTT ngoại khóa trong nhà trường các cấp là một mặt giáo dục quan trọng trong sự nghiệp Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT), góp phần thực hiện mục tiêu: Nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài cho đất nước. Hiện nay các trường đại học, cao đẳng đều có xu hướng phát triển mô hình đa dạng hóa loại hình đào tạo. Với sự phát triển mạnh mẽ về số lượng sinh viên (SV), vấn đề đảm bảo chất lượng giáo dục, trong đó có GDTC đang đứng trước những thách thức to lớn. Đứng trước tình hình đó, trong nhiều năm qua GD&ĐT đã tập chung chỉ đạo các cơ sở giáo dục trong toàn quốc cải tiến nội dung, phương pháp giảng dạy nhằm phát triển, nâng cao chất lượng GDTC và thể thao trường học. Thông qua các phong trào, các cuộc vận động mang tính xã hội rộng lớn thì mỗi cán bộ giảng viên đã phải tự đặt ra mục tiêu phấn đấu để nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ và bản lĩnh chính trị đáp ứng yêu cầu của sự nghiệp phát triển giáo dục trong thời kỳ hội nhập quốc tế.

Được sự quan tâm của Đảng ủy, Ban giám hiệu, công tác GDTC nội khóa và ngoại khóa tại Trường Đại học Văn hóa Hà Nội (ĐHVHHN) đã và đang phát triển rất sôi động. Nhiệm vụ chính của trường là đào tạo, nghiên cứu khoa học, chuyển giao công nghệ phục vụ phát triển kinh tế - xã hội trong khu vực. Để nâng cao công tác GDTC cho SV Trường ĐHVHHN cần xác định được đặc điểm và đánh giá đúng thực trạng thể chất của SV từ đó đưa ra những điều chỉnh hợp lý nhằm nâng cao chất lượng môn học.

Quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng các phương pháp sau: đọc và phân tích tài liệu; quan sát sự phạm; phỏng vấn; kiểm tra sự phạm; toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Đánh giá thực trạng thể chất SV Trường ĐHVHHN so với thể chất người Việt Nam thời điểm 2001

Năm 2013, Tổng cục TDTT công bố “Thể chất người Việt nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI” được nghiệm thu năm 2014, kết quả công bố này dựa trên cơ sở dự án công trình khoa học TDTT để

1: Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

2: Trường Đại học Văn hóa Hà Nội

biên soạn những chỉ số cơ bản phản ánh thực trạng phát triển thể chất của người Việt Nam. Đây là kết quả kế thừa số liệu thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi, thời điểm 2001. Dựa vào kết quả công bố trên, để đánh giá thực trạng thể chất SV Trường ĐHVHHN, các chỉ tiêu, test đã được sử dụng là:

- Hình thái (02 chỉ số trực tiếp và 02 chỉ số gián tiếp): Chiều cao; Cân nặng; Chỉ số BMI.

- Y sinh (01 chỉ số): Chỉ số công năng tim (HW).

- Thể lực (04 test): Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (viết tắt là XPC) (s); Chạy con thoi 4 x 10m (s); Chạy tùy sức 5 phút (m).

Đối tượng kiểm tra là SV các khóa: Khóa 62 (Năm thứ nhất 19 tuổi); Khóa 61 (Năm thứ hai 20 tuổi); Khóa 60 (Năm thứ ba 21 tuổi); Khóa 59 (Năm thứ tư 22 tuổi). Mỗi khóa kiểm tra 250 nam SV và 500 nữ SV. Thời điểm kiểm tra: Từ tháng 3 đến tháng 5 năm 2022.

Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 1 và bảng 2.

Căn cứ vào kết quả kiểm tra chúng tôi đã xác định được đặc điểm thể chất của SV Trường ĐHVHHN từ đó cho thấy thể chất của SV nhà trường tương đương với thể chất của người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Điều này cho thấy, SV tự rèn luyện thân thể thông qua các hoạt động thể thao còn ít, mặt khác do thời lượng môn học chỉ có 90 tiết tương ứng với ba học phần và được phân bố trong ba học kì, đồng thời trong các buổi học, SV chủ yếu được học các kĩ thuật, giờ học tập trung phát triển sức nhanh, sức mạnh và khéo léo nhưng chưa chú trọng tới các bài tập nâng cao thể lực sức bền nên đã tác động tới sự tăng trưởng thể chất của SV.

2.2 Thực trạng thể chất SV Trường ĐHVHHN so tiêu chuẩn thể lực của SV Việt Nam (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ký ngày 18 tháng 9 năm 2008)

Từ đặc điểm thể chất của SV Trường ĐHVHHN chúng tôi tiến hành đánh giá thể lực của SV theo tiêu chuẩn thể lực của SV Việt Nam (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT ký ngày 18 tháng 9 năm 2008). Để đánh giá xếp loại thể lực cho SV, chúng tôi đã sử dụng 4 test để đánh giá thể lực: Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (s); Chạy con thoi 4x10m (s) và Chạy tùy sức 5 phút (m). Căn cứ vào quy định xếp loại thể lực theo Quy định 53 thì SV được xếp loại thể lực theo 3 loại:

- Tốt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có ba chỉ tiêu Tốt và một chỉ tiêu Đạt trở lên.

- Đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi từ mức Đạt trở lên.

- Chưa đạt: Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu theo lứa tuổi có một chỉ tiêu dưới mức Đạt.

Kết quả kiểm tra đánh giá được trình bày ở bảng 3 và bảng 4. Qua kết quả tại bảng 3 và 4 cho thấy:

Đối với nam: Thể lực của nam SV năm thứ nhất và năm thứ hai tốt hơn so với SV năm thứ ba và thứ tư, cụ thể:

- Nam SV năm thứ nhất: Sức nhanh, sức mạnh tốc độ và khéo léo cũng xếp loại đạt cao nhất chiếm tỉ lệ 96,8%; Sức bền xếp loại cao nhất chiếm tỉ lệ 96,8%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỉ lệ 40,8%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam SV năm thứ nhất: Đạt loại tốt chiếm tỉ lệ 9,6%, loại đạt chiếm tỉ lệ 30,4% và loại không đạt chiếm tỉ lệ 60,0%.

- Nam SV năm thứ hai: Sức nhanh, sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỉ lệ 98,2%, sức bền xếp loại đạt thấp nhất chiếm tỉ lệ 39,4%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam SV năm thứ hai: SV đạt loại tốt chiếm tỉ lệ 10% và loại không đạt chiếm tỉ lệ 60,4%.

- Nam SV năm thứ ba: Sức nhanh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỉ lệ 79,6%; sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỉ lệ 55,6%. Đánh giá xếp loại thể lực nam SV năm thứ ba: Đạt loại tốt chiếm tỉ lệ 0,8%, loại đạt chiếm tỉ lệ 26,8% và không đạt chiếm tỉ lệ 72,4%.

- Nam SV năm thứ tư: Sức nhanh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất chiếm tỉ lệ 80,4%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất chiếm tỉ lệ 10,8%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam SV năm thứ tư: SV đạt loại tốt chiếm tỉ lệ 0,8%, loại đạt chiếm tỉ lệ 20,8% và loại không đạt chiếm tỉ lệ 78,4%.

Đối với nữ: Thể lực của nữ SV năm thứ nhất đến năm thứ tư đều xếp loại ở mức tốt rất thấp từ 1,0% đến 5%; xếp loại không đạt chiếm tỷ lệ cao từ 61,6% đến 82%, cụ thể:

- Nữ SV năm thứ nhất: Sức mạnh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất chiếm tỉ lệ 64,8%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỉ lệ từ 25%. Đánh giá xếp loại thể lực của nữ SV năm thứ nhất: Loại tốt là 1%, loại đạt chiếm tỉ lệ 24%, và không đạt chiếm tỉ lệ 75%.

- Nữ SV năm thứ hai: Sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất chiếm tỉ lệ 53%, sức bền xếp loại đạt thấp nhất chiếm tỉ lệ 38,4%. Đánh giá xếp loại thể lực của nữ SV năm thứ hai: loại tốt 5% và loại đạt chiếm tỉ lệ 33,4% và loại không đạt chiếm tỉ lệ 61,6%.

- Nữ SV năm thứ ba: Sức nhanh xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỉ lệ 60,6%; Sức bền chiếm tỉ lệ thấp nhất 19,6%; Đánh giá xếp loại thể lực của nữ SV năm thứ ba: loại tốt 0,8%; loại đạt chiếm tỉ lệ 26,8%

Bảng 1. Đặc điểm thể chất của nam SV Trường ĐHVHHN

Chỉ tiêu/test	Năm thứ nhất (18 tuổi) Khóa 62 (n=250)			Năm thứ hai (19 tuổi) Khóa 61 (n=250)			Năm thứ ba (20 tuổi) Khóa 60 (n=250)			Năm thứ tư (21 tuổi) Khóa 59 (n=250)		
	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v
Chiều cao (cm)	163.64	4.67	4.75	164.49	5.07	3.85	164.70	6.25	3.87	165.30	6.09	3.66
Cân nặng (kg)	50.53	7.86	15.55	51.03	6.54	16.14	54.30	9.27	15.96	54.61	9.03	15.70
BMI (kg/m ²)	19.23	1.02	3.26	21.14	2.08	5.10	21.34	0.89	8.81	24.13	1.82	9.30
Chỉ số công năng tim (HW)	10.13	5.27	52.08	10.31	6.07	32.12	10.44	3.98	29.44	10.93	2.83	25.92
Đeo gập thân (cm)	6.70	5.64	84.60	6.96	6.24	81.05	4.92	7.01	159.01	7.87	6.35	169.94
Lực bóp tay thuận (kg)	32.41	6.37	19.64	34.12	6.21	18.75	36.18	5.39	15.94	39.15	2.06	14.25
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20.44	4.59	22.46	21.86	5.19	24.06	22.50	4.01	19.30	15.11	6.39	11.83
Bật xa tại chỗ	189.34	28.48	15.04	192.42	29.89	17.01	201.95	19.64	11.64	215.73	19.41	9.82
Chạy 30m XPC (s)	5.31	0.81	15.19	5.22	0.65	16.11	5.05	0.48	10.14	4.78	0.56	11.49
Chạy con thoi 4x10m (s)	11.44	1.03	9.00	10.74	1.13	9.00	10.58	0.78	9.34	10.53	0.55	2.87
Chạy tùy sức 5 phút (m)	825.72	86.87	10.52	844.17	166.98	12.99	773.22	92.92	14.07	730.22	73.28	11.74

Bảng 2. Đặc điểm thể chất của nữ SV trường ĐHVHHN

Chỉ tiêu/test	Năm thứ nhất (18 tuổi) Khóa 62 (n=500)			Năm thứ hai (19 tuổi) Khóa 61 (n=500)			Năm thứ ba (20 tuổi) Khóa 60(n=500)			Năm thứ tư (21 tuổi) Khóa 59 (n=500)		
	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v
Chiều cao (cm)	153.79	4.72	3.07	154.11	5.47	3.55	154.38	5.56	3.60	154.42	5.53	3.58
Cân nặng (kg)	46.01	3.74	8.13	46.21	4.11	8.89	47.33	5.21	8.89	47.78	3.43	7.18
BMI (kg/m ²)	19.56	1.82	9.30	19.42	1.58	8.14	20.13	2.01	9.99	19.98	1.76	8.81
Chỉ số công năng tim (HW)	7.28	4.34	6.61	13.99	1.06	7.58	11.47	1.08	9.42	11.24	0.74	6.58
Đeo gập thân (cm)	12.92	1.07	8.28	12.88	2.18	16.93	10.67	0.92	8.62	9.97	0.85	8.53
Lực bóp tay thuận (kg)	28.99	2.06	7.11	28.99	2.29	7.90	28.76	2.35	8.17	28.33	2.15	7.59
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.11	1.29	10.65	15.08	1.07	8.86	14.43	0.86	9.12	13.99	0.67	8.39
Bật xa tại chỗ	158.69	15.14	9.54	156.43	14.22	9.09	153.99	13.78	8.95	153.21	13.42	8.76
Chạy 30m XPC (s)	6.22	0.58	9.32	6.17	0.47	7.62	6.51	0.59	9.06	6.82	0.53	7.77
Chạy con thoi 4x10m (s)	12.72	0.97	7.63	12.74	0.96	7.54	13.86	1.35	9.74	13.97	1.04	7.44
Chạy tùy sức 5 phút (m)	740.57	61.03	8.37	729.36	64.46	8.96	694.60	66.76	9.61	689.66	54.53	7.91

Bảng 3. Đánh giá thể lực của nam Trường ĐHVHHN theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT

Chỉ tiêu/test	Năm thứ nhất (18 tuổi) Khóa 62 (n=250)			Năm thứ hai (19 tuổi) Khóa 61 (n=250)			Năm thứ ba (20 tuổi) Khóa 60 (n=250)			Năm thứ tư (21 tuổi) Khóa 59 (n=250)		
	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %
Bật xa tại chỗ	189.34	185	74.60	192.42	185	74.60	201.95	144	45.60	215.73	144	45.60
Chạy 30m XPC (s)	5.31	240	96.80	5.22	245	98.20	5.05	199	79.60	4.78	176	70.40
Chạy con thoi 4x10m (s)	11.44	240	96.80	10.74	240	96.20	10.58	209	83.60	10.53	201	80.40
Chạy tùy sức 5 phút (m)	825.72	100	40.80	844.17	99	39.40	773.22	69	55.60	730.22	54	10.80
Xếp loại	Tốt	24	9.60	Tốt	25	10.00	Tốt	2	0.80	Tốt	2	0.80
	Đạt	76	34.40	Đạt	74	29.60	Đạt	67	26.80	Đạt	52	20.80
	Không đạt	150	60.00	Không đạt	151	60.40	Không đạt	181	72.40	Không đạt	196	78.40

Bảng 4. Đánh giá thể lực của nữ Trường ĐHVHHN theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT

Chỉ tiêu/test	Năm thứ nhất (18 tuổi) Khóa 62 (n=250)			Năm thứ hai (19 tuổi) Khóa 61 (n=250)			Năm thứ ba (20 tuổi) Khóa 60 (n=250)			Năm thứ tư (21 tuổi) Khóa 59 (n=250)		
	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %	\bar{X}	Số SV đạt	Tỉ lệ %
Bật xa tại chỗ	158.69	292	58.40	156.43	265	53.00	153.99	208	41.60	153.21	198	39.60
Chạy 30m XPC (s)	6.22	380	76.00	6.17	394	78.80	6.51	303	60.60	6.82	186	37.20
Chạy con thoi 4x10m (s)	12.72	324	64.80	12.74	321	64.20	13.86	200	40.00	13.97	179	35.80
Chạy tùy sức 5 phút (m)	740.57	125	25.00	729.36	192	38.40	694.60	98	19.60	689.66	90	18.00
Xếp loại	Tốt	5	1.00	Tốt	25	5.00	Tốt	14	2.80	Tốt	8	1.60
	Đạt	120	24.00	Đạt	167	33.40	Đạt	86	17.20	Đạt	82	16.40
	Không đạt	375	75.00	Không đạt	308	61.60	Không đạt	400	80.00	Không đạt	410	82.00



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

và loại không đạt chiếm tỉ lệ 72.4%.

- Nữ SV năm thứ tư: Sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỉ lệ 39,6%, sức bền có tỷ lệ thấp nhất chiếm 18%. Đánh giá xếp loại thể lực của nữ SV năm thứ tư: loại tốt 1.6%; loại đạt chiếm tỉ lệ 16.4% và loại không đạt chiếm tỉ lệ 82%.

Như vậy, thể lực của nam và nữ SV Trường ĐHVHHN ở mức thấp so với chuẩn đánh giá xếp loại của Bộ GD&ĐT. SV năm thứ nhất và năm thứ hai có thể lực tốt hơn SV năm thứ ba và năm thứ tư. Theo quy định của Bộ GD&ĐT xếp loại thể lực của SV Trường ĐHVHHN có tỷ lệ chưa đạt còn cao, các tố chất có số SV Đạt cao nhất là sức nhanh, sức mạnh đối với nam và khéo léo đối với nữ, sức bền ở cả nam và nữ đều có tỉ lệ số SV xếp loại Đạt thấp. Điều này cho thấy chương trình môn học GDTC của trường trong thời gian hai năm với ba học phần gồm một học phần bắt buộc và hai học phần là các môn thể thao tự chọn thì SV chủ yếu được tập luyện phát triển các tố chất sức nhanh, sức mạnh và khéo léo, nhưng lại hạn chế luyện tập phát triển tố chất sức bền

3. KẾT LUẬN

Trên cơ sở kiểm tra đánh giá thực trạng, chúng tôi đã xác định được đặc điểm thể chất của SV Trường ĐHVHHN tương đương với thể chất của người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính.

Thể lực của nam và nữ SV Trường ĐHVHHN xếp

loại Đạt ở mức thấp so với tiêu chuẩn xếp loại của Bộ GD&ĐT. SV năm thứ nhất và năm thứ hai có thể lực tốt hơn SV năm thứ ba và SV năm thứ tư. Tỷ lệ SV chưa Đạt theo chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT còn cao chiếm tỷ lệ từ 60% đến 82%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008 “Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV”*, Bộ Giáo dục và Đào tạo, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Tổng cục TDTT (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học cấp trường: “Thực trạng thể chất SV Trường ĐHVHHN” tác giả Đinh Đắc Thi nghiệm thu năm 2022.

Ngày nhận bài: 17/2/2025; Ngày duyệt đăng: 15/4/2025.