

Thực trạng thể chất học sinh trung học cơ sở các tỉnh trung du Bắc bộ

TÓM TẮT:

Sử dụng các phương pháp thường quy đánh giá được thực trạng thể chất của học sinh (HS) trung học cơ sở (THCS) các tỉnh trung du Bắc bộ (TĐBB) có sự khác biệt khi so sánh với thể chất người Việt Nam cùng lứa tuổi (TCNVNCLT) (năm 2011) và phân loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo (BGD&ĐT) quy định.

Từ khóa: thể chất, trung du Bắc bộ, trung học cơ sở...

ABSTRACT:

Using routine methods to assess the effectiveness of extra-curricular exercises in the martial art to improve the physical education of junior high school students in the northern midland and mountains' provinces. The empirical results show that the extra-curricular practice of traditional martial art has contributed to the physical improvement of secondary school students in the midland provinces with significant differences among the study groups as well. before and after experiment.

Keywords: physical education, traditional martial arts, extracurricular, midland, junior high school, GDTC...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hiện nay, chương trình giáo dục thể chất (GDTC) cho HS đã được phổ cập, tuy nhiên vẫn chưa tạo ra một chế độ vận động thân thể tích cực thường xuyên và có hệ thống, dẫn tới hiệu quả GDTC chưa được như mong muốn. Do đó, cần thiết phải xây dựng chế độ vận động thân thể tích cực cho HS tiểu học, nhằm tạo ra sự biến đổi về thể chất, góp phần nâng cao thể lực và tầm vóc con người Việt Nam. Mặc dù vậy, chiều cao thân thể và tố chất thể lực của người Việt Nam còn thua kém nhiều so với các nước trong khu vực. Để nhận biết những nguyên nhân dẫn đến tình trạng này và có những giải pháp điều chỉnh kịp thời, cần có nhiều công trình nghiên cứu về thể chất con người Việt Nam. Với tính cấp thiết trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Thực trạng thể chất của HS trung học cơ sở các tỉnh trung du Bắc bộ”**.

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

ThS. Trần Dũng ■



(Ảnh minh họa)

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá năng lực thể chất của HS THCS các tỉnh trung du Bắc bộ

Để đánh giá thực trạng năng lực thể chất HS một số trường THCS tại các tỉnh TĐBB đề tài tiến hành kiểm tra các test đã lựa chọn, đảm bảo độ tin cậy.

Quá trình đánh giá được so sánh với thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI (cùng lứa tuổi). Kết quả sau khi xử lý theo các tham số \bar{x} , δ , c_v , t và p , được trình bày ở bảng 1 và 2.

Kết quả bảng 1 cho thấy, so sánh thể chất nam HS THCS tại các tỉnh TĐBB với TCNVNCLT, cùng giới tính có sự chênh lệch đáng kể ở tất cả các test kiểm tra. Phần lớn thành tích của nam HS THCS các tỉnh TĐBB tốt hơn TCNVNCLT, cùng giới tính. Cụ thể:

Thành tích có sự khác biệt của nam HS THCS tại các tỉnh TĐBB:

Khối lớp 6 có 7 test là: chiều cao (cm); cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, lực bóp tay thuận (KG);

bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.01$.

Khối lớp 7 có 7 test là: cân nặng (kg); lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây); chạy con thoi 4x10 m (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.05$.

Khối lớp 8 có 9 test là: chiều cao (cm); cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây); chạy con thoi 4x10 m (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.01$.

Khối lớp 9 có 7 test là: chỉ số công năng tim (HW), lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây); chạy con thoi 4x10 m (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001$.

Thành tích không có sự khác biệt của nam HS THCS tại các tỉnh TDBB:

Khối lớp 6 có 3 test là: chỉ số công năng tim (HW); chạy 30 m XPC (giây); chạy con thoi 4x10 m (giây), không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 7 có 3 test là: chiều cao (cm); chỉ số BMI; chỉ số công năng tim (HW) không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 8 có 1 test là: chiều cao (cm) không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 9 có 3 test là: chiều cao (cm); cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Kết quả bảng 3 cho thấy, so sánh thể lực của nam HS THCS các tỉnh TDBB với đánh giá, xếp loại thể lực cho HS, sinh viên (cùng lứa tuổi) theo Quyết định 53 của Bộ GD&ĐT cho thấy, nam HS THCS các tỉnh TDBB xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ lớn ở tất cả các lứa tuổi, trong đó các test chạy con thoi 4x10 m (giây), chạy tùy sức 5 phút (m) có tỷ lệ HS nam không đạt nhiều hơn với các test còn lại. Cụ thể:

Khối lớp 6: HS nam đạt loại tốt có tỷ lệ chênh lệch không đáng kể giữa các test từ 28.57% - 38.10%; HS nam loại đạt có tỷ lệ chênh lệch giữa

các test từ 39.3% đến 53.57%; còn nhiều tỷ lệ HS nam không đạt giữa các test từ 13.2% đến 30.86%, trong đó test chạy tùy sức 5 phút (m) chiếm tỷ lệ cao hơn các test khác.

Khối lớp 7: HS nam đạt loại tốt có tỷ lệ chênh lệch không đáng kể giữa các test từ 22.86% - 29.29%; HS nam loại đạt có số HS đạt nhiều hơn so với mức tốt và không đạt từ 51.43% - 61.435; tuy nhiên vẫn còn tỷ lệ HS nam không đạt từ 10.0% đến 25.71%, trong đó test chạy tùy sức 5 phút (m) vẫn chiếm tỷ lệ cao hơn các test khác.

Khối lớp 8: HS nam đạt loại tốt có tỷ lệ chênh lệch không đáng kể giữa các test từ 27.21% - 29.25%; HS nam loại đạt có số HS nam đạt nhiều hơn so với mức tốt và không đạt từ 55.10% đến 61.90%; tuy nhiên, vẫn còn nhiều tỷ lệ HS nam không đạt giữa các test từ 9.52% đến 17.01%.

Khối lớp 9: HS nam đạt loại tốt có tỷ lệ tương đương giữa các test từ 28.57% - 38.10%; HS nam loại đạt có tỷ lệ chênh lệch giữa các test từ 39.3% đến 53.57%; còn nhiều tỷ lệ HS nam không đạt giữa các test từ 13.2% đến 30.86%.

Kết quả bảng 2 cho thấy, so sánh thể chất nữ HS THCS tại các tỉnh TDBB với TCNVNCLT, cùng giới tính có sự chênh lệch đáng kể ở tất cả các test kiểm tra. Phần lớn thành tích của nữ HS THCS các tỉnh TDBB tốt hơn TCNVNCLT, cùng giới tính. Cụ thể:

Thành tích có sự khác biệt của nữ HS THCS tại các tỉnh TDBB:

Khối lớp 6 có 7 test là: cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.01$.

Khối lớp 7 có 8 test là: chiều cao (cm); cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.01$.

Khối lớp 8 có 8 test là: chiều cao (cm); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, chỉ số công năng tim (HW), lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC (giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.01$.

Khối lớp 9 có 7 test là: chiều cao (cm); chỉ số công năng tim (HW), lực bóp tay thuận (KG); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng (lần); chạy 30 m XPC

(giây) và chạy tùy sức 5 phút (m), có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001$.

Thành tích không có sự khác biệt của nam HS THCS tại các tỉnh TĐBB:

Khối lớp 6 có 3 test là: chiều cao (cm); cChỉ số công năng tim (HW); chạy con thoi 4x10 m (giây), không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 7 có 2 test là: chỉ số BMI; chạy con thoi 4x10 m (giây), không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 8 có 2 test là: cân nặng (kg); chạy con thoi 4x10 m (giây), không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

Khối lớp 9 có 3 test là: cân nặng (kg); chỉ số BMI: $\text{kg}/(\text{cm})^2$, chạy con thoi 4x10 m (giây), không có sự khác biệt ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.96$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$.

So sánh thể lực của nữ HS THCS các tỉnh TĐBB với đánh giá, xếp loại thể lực cho HS, sinh viên (cùng lứa tuổi) theo Quyết định 53 của Bộ GD&ĐT, HS đạt loại trung bình chiếm tỷ lệ lớn và còn nhiều HS nữ không đạt tiêu chuẩn ở tất cả các lứa tuổi. Cụ thể:

Khối lớp 6: HS nữ đạt loại tốt có tỷ lệ không có sự chênh lệch đáng kể giữa các test từ 18.67% - 24.70%; HS nữ loại đạt có tỷ lệ chênh lệch giữa các test từ 51.81% đến 62.65%; còn nhiều tỷ lệ HS nữ không đạt giữa các test từ 14.5% đến 25.3%.

Khối lớp 7: HS nữ đạt loại tốt không có sự chênh lệch đáng kể giữa các test từ 21.17% - 25.55%; HS nữ loại đạt có số HS đạt nhiều hơn so với mức tốt và không đạt từ 51.09% - 55.47%; tuy nhiên vẫn còn tỷ lệ HS nữ không đạt từ 21.17% đến 27.74%.

Khối lớp 8: HS nữ đạt loại tốt không có sự chênh lệch đáng kể giữa các test từ 24.36% - 26.92%; HS nữ loại đạt có số HS nữ đạt nhiều hơn so với mức tốt và không đạt từ 51.28%-57.05%; tuy nhiên, vẫn còn nhiều tỷ lệ HS nữ không đạt giữa các test từ 16.67-24.36%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Viện Khoa học TĐTT (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI*, Nxb TĐTT.
- Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định 53 về quy định đánh giá xếp loại thể lực HS, sinh viên*.

Nguồn bài báo: bài báo được trích từ luận án nghiên cứu của cùng tác giả. Luận án đã hoàn thành nhưng chưa bảo vệ trước hội đồng khoa học, với tên: Nâng cao thể chất cho HS THCS các tỉnh TĐBB bằng hình thức tập luyện ngoại khóa môn Võ cổ truyền Việt nam.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 6/3/2018; ngày phản biện đánh giá: 21/5/2018; ngày chấp nhận đăng: 12/6/2018)



(Ảnh minh họa)

Khối lớp 9: HS nữ đạt loại tốt không có sự chênh lệch đáng kể giữa các test từ 25.0% - 28.49%; HS nữ loại đạt có tỷ lệ chênh lệch giữa các test từ 52.33 - 56.40%; còn nhiều tỷ lệ HS nữ không đạt giữa các test từ 16.28% - 22.67%.

3. KẾT LUẬN

Sau khi so sánh thể chất của HS THCS các tỉnh Trung du bắc bộ có nhiều chỉ số tốt hơn TCNVNCLT, cùng giới tính có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.001 - 0.05$.