

Thực trạng thể chất của học sinh tiểu học tỉnh Thanh Hóa

TS. **Đồng Hương Lan** ■

TÓM TẮT:

Để đạt được mục tiêu nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất (GDTC) cho học sinh (HS) tiểu học tỉnh Thanh Hóa hiện nay, thì việc nghiên cứu phát triển thể chất cho HS là nhiệm vụ hết sức cần thiết và quan trọng. Vì vậy, quá trình nghiên cứu đã tiến hành đánh giá được một cách khái quát thực trạng năng lực thể chất của HS, cũng như thực trạng rèn luyện tố chất thể lực chung của HS theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực quy định.

Từ khóa: năng lực thể chất, tố chất thể lực chung, học sinh, tiểu học.

ABSTRACT:

In order to gain the goal of improving the effectiveness of physical education for primary pupils in Thanh Hoa Province at the moment, the study on physical development for pupils bears essential and important mission. Therefore, the study has been conducted generally in order to access physical capacity of pupils as well as common reality of their physical quality training according to regulated standard.

Keywords: physical capacity, physical quality, pupils, primary schools.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua khảo sát thực tiễn công tác GDTC trong các trường tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa cho thấy, về cơ bản các trường đều thực hiện theo đúng quy định về nội dung chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD & ĐT) quy định. Tuy nhiên, công tác giảng dạy môn Thể dục trong các trường học vẫn còn mang nặng tính hình thức, thực trạng năng lực thể chất (NLTC) của HS còn nhiều hạn chế, một phần do: điều kiện trang thiết bị, sân bãi dụng cụ tập luyện còn thiếu; quá trình quản lý, chỉ đạo, tổ chức vận dụng nội dung hình thức tập luyện chưa hợp lý, các hoạt động tập luyện ngoại khóa hầu như chưa được thực hiện một cách đầy đủ..., nên dẫn đến hoạt động GDTC chưa đạt chất lượng cao. Chính điều đó đã dẫn đến thực trạng NLTC (bao gồm hình thái, chức năng, tố chất thể lực) của HS các trường tiểu học trên địa



(Ảnh minh họa)

bàn tỉnh Thanh Hóa còn nhiều hạn chế.

Xuất phát từ thực tiễn đó, để nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho HS các trường tiểu học hiện nay, việc đánh giá thực trạng NLTC cho HS là nhiệm vụ hết sức cần thiết và quan trọng, làm cơ sở để lựa chọn và triển khai ứng dụng các giải pháp phát triển thể chất cho HS.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, điều tra, kiểm tra sự phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng NLTC của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa

Quá trình nghiên cứu tiến hành đánh giá chất lượng GDTC HS nói chung và đánh giá NLTC của HS nói riêng dựa trên các nội dung yêu cầu cũng như các tiêu chí: kết quả đánh giá, xếp loại học tập môn học Thể dục; kiểm tra NLTC, kiểm tra thể lực HS theo nội dung yêu cầu của tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của các trường tiểu học trong chương trình GDTC do Bộ GD & ĐT ban hành.

Đối tượng kiểm tra khảo sát bao gồm: 450 HS (225 nam và 225 nữ) các khối lớp 1 đến khối lớp 5 thuộc 06 trường tiểu học của 3 huyện trong tỉnh Thanh Hóa là: Hoằng Hóa, Cẩm Thủy và Thọ Xuân. Kết quả thu được như sau:

2.1. 1. Về kết quả học tập môn học thể dục của HS tiểu học

Kết quả môn học Thể dục của HS được lấy tại thời điểm năm học 2017 - 2018 và được đánh giá, xếp loại theo 3 mức: Hoàn thành tốt (A⁺), Hoàn thành (A), chưa hoàn thành (B) theo hướng dẫn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả khảo sát thu được như trình bày ở bảng 1.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: kết quả xếp loại học tập môn học Thể dục của HS tiểu học tỉnh Thanh Hóa ở các khối 1 đến khối 5 tương đối đồng đều nhau. Tỷ lệ số HS xếp loại hoàn thành (loại A) chiếm tỷ lệ khá cao (từ 80.00% đến 84.44%), số HS xếp loại hoàn thành tốt (loại A⁺) chiếm tỷ lệ rất thấp (từ 15.56% đến 20.00%), và không có HS xếp loại chưa hoàn thành (B).

Qua tìm hiểu cho thấy, một trong số những nguyên nhân đó là do các em không được tập luyện nhiều, đồng thời các nhà trường thiếu dụng cụ và không có nơi tập luyện. Hơn nữa do nội dung học tập, tập luyện của môn thể dục quá nghèo nàn, và thời gian tập luyện giờ chính khoá rất ít nên không gây hứng thú cho HS tham gia tập luyện. Do đó, ngoài việc tăng cường các giờ học ngoại khoá theo các hình thức tích cực (như hình thức sinh hoạt theo các câu lạc bộ thể thao), thì để giờ học chính khoá đạt được hiệu quả thì một trong những giải pháp trước mắt là các nhà trường cần phải trang bị bổ sung những phương tiện, dụng cụ tập luyện cần thiết.

2.2. Về NLTC của HS của HS tiểu học

Nhằm đánh giá NLTC của HS tiểu học của tỉnh

Thanh Hóa, quá trình nghiên cứu đã tiến hành tổ chức kiểm tra, đánh giá thực trạng phát triển thể chất HS tiểu học ở một số trường Tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa. Đối tượng tham gia kiểm tra gồm 450 HS Tiểu học thuộc 06 trường trên địa bàn 03 huyện (như đã trình bày ở trên). Các nội dung kiểm tra đánh giá là các chỉ tiêu, các test đánh giá NLTC người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI (tài liệu phục vụ triển khai Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030) - Viện Khoa học Thể dục thể thao - của tác giả Dương Nghiệp Chí (2013), đồng thời so sánh, đối chiếu thông qua các nội dung quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS, sinh viên (SV) đã được Bộ GD & ĐT ban hành (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 09 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS SV). Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 2 đến bảng 7. Kết quả thu được ở bảng 2 đến 7 cho thấy:

Về hình thái, chức năng: các chỉ số hình thái, chức năng của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa nhìn chung là không phát triển đồng đều ($C_V > 10\%$); chỉ có một số chỉ tiêu (cân nặng, chỉ số quetelet, chỉ số BMI và chỉ số công năng tim) có sự phát triển đồng đều ở một số lứa tuổi ($C_V < 10\%$).

Khi so sánh sự khác biệt giữa các chỉ số hình thái, chức năng với thể chất người Việt Nam (có cùng độ tuổi ở đầu thế kỷ XXI) cho thấy, hầu hết các chỉ tiêu này đều có sự khác biệt rõ rệt ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ với $p < 0.05$), các chỉ tiêu này ở HS tiểu học tỉnh Thanh Hóa cao hơn so với thể chất người Việt Nam đầu thế kỷ XXI có cùng độ tuổi. Chỉ có chỉ tiêu chiều cao đứng của tất cả các lứa tuổi (cả nam và nữ) là không có sự khác biệt ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $p < 0.05$) so với chiều cao đứng của người Việt Nam có cùng độ tuổi.

Về tố chất thể lực: kết quả kiểm tra cho thấy hầu hết các tố chất thể lực của HS tiểu học về cơ bản là

Bảng 1. Thực trạng kết quả học tập môn thể dục của HS ở các trường tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa năm học 2017 - 2018 (n = 450)

TT	Khối		Kết quả đánh giá xếp loại môn Thể dục		
			Hoàn thành tốt (A ⁺)	Hoàn thành (A)	Chưa hoàn thành (B)
1	Khối 1 (n = 90)	n	18	72	0
		Tỷ lệ %	20.00	80.00	0.00
2	Khối 2 (n = 90)	n	14	76	0
		Tỷ lệ %	15.56	84.44	0.00
3	Khối 3 (n = 90)	n	16	74	0
		Tỷ lệ %	17.78	82.22	0.00
4	Khối 4 (n = 90)	n	17	73	0
		Tỷ lệ %	18.89	81.11	0.00
5	Khối 5 (n = 90)	n	15	75	0
		Tỷ lệ %	16.67	83.33	0.00

**Bảng 2. Thực trạng NLTC của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa lớp 1 (6 tuổi)
năm học 2017 - 2018**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 46)					Nữ (n = 44)				
		$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thế chất người Việt Nam toàn quốc	t	P	$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thế chất người Việt Nam toàn quốc	t	p
1	Chiều cao đứng (cm)	114.83±15.72	13.69	113.79±6.21	0.448	>0.05	114.05±14.97	13.13	113.14±6.83	0.402	>0.05
2	Cân nặng (kg)	22.33±2.11	9.45	18.84±3.70	10.723	<0.05	22.11±2.16	9.77	18.08±3.38	11.954	<0.05
3	Chỉ số quetelet (g/cm)	186.33±21.20	11.38	165.94±26.30	6.375	<0.05	186.33±21.68	11.64	160.44±24.30	7.779	<0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	15.55±1.87	12.03	14.49±1.95	3.782	<0.05	15.92±1.91	12.00	14.08±1.89	6.300	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12.68±1.09	8.60	12.48±3.51	1.084	>0.05	13.16±1.03	7.83	12.94±3.86	1.192	>0.05
6	Lực bóp tay thuận (KG)	9.53±1.20	12.59	10.28±2.26	4.025	<0.05	9.24±1.22	13.20	9.30±2.07	0.313	>0.05
7	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	10.77±1.51	14.02	8.00±4.31	11.127	<0.05	10.37±1.53	14.75	7.00±4.08	13.288	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	7.18±1.12	15.60	7.07±0.76	0.661	>0.05	7.95±1.06	13.33	7.76±0.89	1.177	>0.05
9	Đeo gập thân (cm)	3.15±0.39	12.38	4.00±4.59	6.449	<0.05	3.97±0.66	16.62	4.00±4.81	0.188	>0.05
10	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	13.90±1.38	9.93	13.78±1.46	0.580	>0.05	14.83±1.41	9.51	14.72±1.58	0.508	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	114.46±13.48	11.78	112.00±16.40	1.211	>0.05	108.93±13.78	12.65	102.00±15.51	3.276	<0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	666.17±78.10	11.72	718.00±116.0	4.356	<0.05	640.24±79.85	12.47	667.00±106.0	2.168	<0.05

**Bảng 3. Thực trạng NLTC của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa lớp 2 (7 tuổi)
năm học 2017 - 2018**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 43)					Nữ (n = 47)				
		$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thế chất người Việt Nam toàn quốc	t	P	$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thế chất người Việt Nam toàn quốc	t	p
1	Chiều cao đứng (cm)	118.72±13.91	11.72	118.56±5.70	0.075	>0.05	118.85±13.24	11.14	117.81±5.89	0.537	>0.05
2	Cân nặng (kg)	24.56±2.50	10.18	20.39±4.03	10.552	<0.05	24.41±2.56	10.49	19.73±3.81	12.119	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	201.75±18.74	9.29	172.20±28.00	10.024	<0.05	200.33±19.16	9.56	167.62±26.20	11.375	<0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.31±1.52	9.32	14.51±2.01	7.578	<0.05	16.72±1.56	9.33	14.13±1.86	11.137	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12.70±1.01	7.95	12.86±3.95	0.866	>0.05	12.97±0.95	7.32	12.89±3.86	0.469	>0.05
6	Lực bóp tay thuận (KG)	11.56±1.77	15.31	12.13±2.37	2.059	<0.05	10.88±1.81	16.64	11.03±2.24	0.555	>0.05
7	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	11.28±1.09	9.66	10.00±4.58	6.275	<0.05	10.98±1.10	10.02	8.00±4.33	15.237	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	6.81±0.88	12.92	6.73±0.68	0.591	>0.05	7.38±0.83	11.25	7.29±0.79	0.733	>0.05
9	Đeo gập thân (cm)	3.61±0.37	10.25	4.00±4.59	2.970	<0.05	3.93±0.49	12.47	4.00±4.97	0.477	>0.05
10	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	13.28±1.29	9.71	13.12±1.22	0.803	>0.05	14.17±1.32	9.32	14.04±1.44	0.663	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	125.90±15.30	12.15	125.00±17.50	0.379	>0.05	118.12±15.64	13.24	116.00±15.90	0.915	>0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	725.44±92.78	12.79	744.00±119.0	1.282	>0.05	687.78±94.86	13.79	699.00±117.0	0.792	>0.05

**Bảng 4. Thực trạng NLTC của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa lớp 3 (8 tuổi)
năm học 2017 - 2018**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 43)					Nữ (n = 47)				
		$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	P	$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	124.11±15.30	12.33	123.78±6.30	0.141	>0.05	123.38±14.58	11.82	123.37±6.01	0.005	>0.05
2	Cân nặng (kg)	26.54±3.48	13.11	23.12±4.61	6.288	<0.05	26.01±3.56	13.69	22.38±4.15	6.846	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	208.80±21.15	10.13	186.83±29.90	6.625	<0.05	210.81±21.62	10.26	181.42±26.80	9.103	<0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.43±1.81	11.02	14.98±1.97	5.166	<0.05	17.09±1.85	10.83	14.16±1.77	10.705	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12.42±0.84	6.76	12.38±3.72	0.250	>0.05	12.77±0.79	6.19	13.02±4.22	1.576	>0.05
6	Lực bóp tay thuận (KG)	13.59±1.21	8.90	13.75±2.61	0.814	>0.05	12.17±1.24	10.19	12.54±2.48	1.928	>0.05
7	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	13.04±1.31	10.05	11.00±4.52	8.817	<0.05	12.78±1.32	10.33	10.00±4.40	12.434	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	6.41±0.61	9.52	6.36±0.62	0.530	>0.05	6.95±0.59	8.49	6.89±0.71	0.682	>0.05
9	Đẻo gập thân (cm)	4.31±0.57	13.23	5.00±4.81	4.552	<0.05	4.83±0.53	10.97	5.00±5.24	1.091	>0.05
10	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	13.06±1.17	8.96	12.64±1.11	2.324	<0.05	13.66±1.20	8.78	13.44±1.23	1.237	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	135.45±12.38	9.14	135.00±15.90	0.233	>0.05	128.33±12.66	9.87	125.00±15.30	1.763	>0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	783.12±74.46	9.51	794.00±123.0	0.923	>0.05	719.68±76.13	10.58	720.00±110.00	0.028	>0.05

**Bảng 5. Thực trạng NLTC của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa lớp 4 (9 tuổi)
năm học 2017 - 2018**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 46)					Nữ (n = 44)				
		$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	P	$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	129.96±14.35	11.04	128.49±6.25	0.693	>0.05	129.56±13.66	10.54	128.27±6.96	0.624	>0.05
2	Cân nặng (kg)	28.54±3.48	12.19	25.50±5.40	5.717	<0.05	28.83±3.56	12.35	24.50±4.97	7.847	<0.05
3	Chỉ số quetelet (g/cm)	219.61±22.49	10.24	198.42±34.30	6.174	<0.05	221.65±22.99	10.37	190.24±30.10	8.843	<0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.90±1.75	10.36	15.33±2.25	5.936	<0.05	17.65±1.78	10.08	14.80±1.87	10.453	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	11.78±0.84	7.13	12.53±3.76	4.766	<0.05	11.95±0.79	6.61	13.51±3.53	10.398	<0.05
6	Lực bóp tay thuận (KG)	15.22±1.36	8.94	15.60±2.80	1.783	>0.05	13.89±1.39	10.01	14.10±2.70	0.951	>0.05
7	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.44±1.40	9.07	13.00±4.90	10.077	<0.05	14.68±1.42	9.67	10.00±4.66	19.058	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	6.18±0.54	8.74	6.09±0.52	1.115	>0.05	6.81±0.51	7.49	6.62±0.66	2.413	<0.05
9	Đẻo gập thân (cm)	4.52±0.61	13.50	5.00±5.28	2.938	<0.05	5.05±0.64	12.67	5.00±5.37	0.296	>0.05
10	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	12.33±1.22	9.89	12.28±1.06	0.275	>0.05	13.15±1.24	9.43	13.10±1.21	0.264	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	141.05±12.98	9.20	145.00±16.00	2.017	<0.05	133.82±13.27	9.92	135.00±15.10	0.579	>0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	810.23±95.81	11.83	827.00±116.0	1.161	>0.05	735.59±97.96	13.32	747.00±105.00	0.760	>0.05

Bảng 6. Thực trạng năng lực thể chất của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa lớp 5 (10 tuổi) năm học 2017 - 2018

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 47)					Nữ (n = 43)				
		$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	P	$\bar{X} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam toàn quốc	t	p
1	Chiều cao đứng (cm)	135.33±15.38	11.36	132.82±6.58	1.116	>0.05	134.56±14.65	10.89	133.88±7.09	0.303	>0.05
2	Cân nặng (kg)	32.84±4.01	12.21	27.38±5.46	9.075	<0.05	31.12±4.10	13.17	27.23±5.87	6.046	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	235.70±24.14	10.24	206.06±33.20	8.179	<0.05	233.00±24.68	10.59	203.03±35.00	7.743	<0.05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.92±1.75	10.34	15.42±2.07	5.751	<0.05	17.45±1.79	10.26	15.06±2.12	8.585	<0.05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	10.72±0.88	8.21	12.15±3.53	9.083	<0.05	10.93±0.83	7.59	13.88±3.87	18.293	<0.05
6	Lực bóp tay thuận (KG)	17.12±1.55	9.05	17.47±3.00	1.464	>0.05	16.16±1.59	9.84	16.25±3.19	0.351	>0.05
7	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.84±1.44	9.09	14.00±4.96	7.479	<0.05	15.59±1.45	9.30	11.00±4.69	18.205	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	6.02±0.53	8.80	5.91±0.55	1.399	>0.05	6.53±0.50	7.66	6.45±0.63	1.026	>0.05
9	Đẻo gập thân (cm)	5.08±0.67	13.19	6.00±5.08	5.622	<0.05	5.35±0.67	12.71	5.00±5.63	1.970	<0.05
10	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	11.98±1.04	8.68	11.93±0.95	0.325	>0.05	12.78±1.07	8.37	12.89±1.14	0.663	>0.05
11	Bật xa tại chỗ (cm)	155.23±13.16	8.48	156.00±15.40	0.393	>0.05	143.28±13.46	9.39	144.00±15.80	0.344	>0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	835.11±97.89	11.72	839.00±122.0	0.266	>0.05	753.58±100.08	13.28	755.00±108.00	0.092	>0.05

Bảng 7. Kết quả đánh giá từng nội dung kiểm tra theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của HS tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa (năm học 2017 - 2018)

T T	Test	HS nam (n = 225)		HS nữ (n = 225)		Tổng (n = 450)	
		Số đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	Số đạt yêu cầu	Tỷ lệ %	Số đạt yêu cầu	Tỷ lệ %
1	Lực bóp tay thuận (KG)	139	61.78	125	55.56	264	58.67
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	129	57.33	126	56.00	255	56.67
3	Bật xa tại chỗ (cm)	128	56.89	114	50.67	242	53.78
4	Chạy 30m XPC (s)	127	56.44	102	45.33	229	50.89
5	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	114	50.67	129	57.33	243	54.00
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	89	39.56	92	40.89	181	40.22
	Trung bình	-	53.04	-	50.59	-	51.81

có sự đồng đều hơn so với các chỉ tiêu hình thái chức năng. Sự phát triển đồng đều này thể hiện rõ hơn ở HS lớp 3, 4 và 5 ($C_v < 10\%$, chỉ có test đẻo gập thân và test chạy 5 phút là có sự phát triển không đồng đều $C_v < 10\%$).

Khi so sánh với kết quả điều tra thể chất người Việt Nam có cùng độ tuổi ở đầu thế kỷ XXI thì cho thấy hầu hết các test thể lực chung đều không có sự khác biệt ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $p > 0.05$), và cho thấy về cơ bản thể lực chung của HS tiểu học của tỉnh Thanh Hóa thấp hơn, và tương đồng so với NLTC người Việt Nam có cùng độ tuổi ở đầu thế kỷ XXI (ngoại trừ các test đẻo gập thân - đánh giá khả năng mềm dẻo, test chạy 30m XPC - đánh giá sức nhanh và test chạy con

thoi 4 10 m - đánh giá nhanh khéo, test chạy tùy sức 5 phút - đánh giá sức bền ở một số độ tuổi nhất định, $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ với $p < 0.05$).

Khi xem xét đến mức độ đạt yêu cầu theo từng chỉ tiêu ở các test thể lực chung (theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của HS, SV theo quy định của Bộ GD & ĐT - tại bảng 7) của đối tượng nghiên cứu cho thấy: số HS đạt tiêu chuẩn sức mạnh khá cao: sức mạnh chi trên (lực bóp tay thuận): nam đạt 57.33%; nữ đạt 53.33%. Sức mạnh chi dưới (bật xa tại chỗ): nam đạt 56.89%; nữ đạt 50.67%. Số HS đạt tiêu chuẩn sức nhanh (chạy 30m XPC) tương đối thấp ở nữ đạt 45.33%, cao hơn ở nam đạt 56.44%; Số HS đạt chỉ tiêu sức bền đạt rất thấp (chạy tùy sức 5 phút): nam



đạt 39.56%, nữ thì đạt tỷ lệ cao hơn so với nam 40.89%. Ngoài ra chạy nhanh khéo cũng tương tự (nam đạt 50.67%, nữ đạt 57.33%). Nhìn chung, xét tỷ lệ HS đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trung bình ở các nội dung chỉ có tỷ lệ 51.81% đạt yêu cầu.

Nguyên nhân của thực trạng này do công tác dạy học thể dục nội, ngoại khóa hiện nay của chưa đáp ứng được việc giải quyết nhiệm vụ nâng cao nhận thức và phát triển thể chất cho HS tiểu học. Đồng thời với kết quả khảo sát thực trạng thể chất đã chứng tỏ HS chưa được tập luyện TDTT theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực, và còn chưa nhận thức đúng về vị trí môn học và vị trí của công tác GDTC với sức khoẻ. Ngoài ra các điều kiện đảm bảo về TDTT của nhà trường chưa đồng viên và đáp ứng được yêu cầu tập luyện của HS, thiếu chế độ chính sách và tổ chức hướng dẫn HS tập luyện.

3. KẾT LUẬN

Thực trạng NLTC (thể hiện của các chỉ tiêu về hình thái, chức năng và tổ chất thể lực chung) của HS một số trường tiểu học trên địa bàn tỉnh Thanh Hóa mặc dù có sự tăng trưởng theo lứa tuổi, tuy nhiên một số chỉ tiêu còn thấp so với tiêu chuẩn thể chất người Việt Nam có cùng độ tuổi ở đầu thế kỷ XXI. Đồng thời mức độ tăng trưởng này về cơ bản là còn theo quy luật phát triển tự nhiên và phản ánh tác động tích cực của thành tựu đổi mới kinh tế - xã hội của nước ta trong những năm cuối thập niên thứ nhất của thế kỷ XXI.

Tỷ lệ HS đạt yêu cầu về tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định của Bộ GD & ĐT trung bình chỉ đạt 51.81%. Phần lớn số HS có sự phát triển về sức mạnh, nhưng các tổ chất sức nhanh, nhanh khéo và tổ chất sức bền thì số lượng HS đạt yêu cầu tương đối thấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD & ĐT(2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD & ĐT quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
2. Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch (2011), *Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030, Hà Nội.*
3. Trần Hồng Quân (2000), *Một số vấn đề đổi mới trong việc giáo dục đào tạo*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Viện khoa học TDTT (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI - tài liệu phục vụ triển khai Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài khoa học và phát triển công nghệ cấp tỉnh: “Nghiên cứu giải pháp phát triển thể chất cho HS tiểu học tỉnh Thanh Hóa”.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 6/3/2019; ngày phản biện đánh giá: 11/4/2019; ngày chấp nhận đăng: 9/5/2019)