THỰC TRẠNG PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH LỚP 1-2 (6-7 TUỔI) TRÊN ĐỊA BÀN HÀ NỘI

ThS. Doãn Mạnh Cường[1], ThS. Đào Tuấn Minh[2], Đào Trúc Quỳnh[1]

Tóm tắt: Đặc điểm phát triển thể lực của học sinh tiểu học là cơ sở khoa học hết sức quan trọng trong việc xây dựng chương trình giáo dục thể chất, lựa chọn các nội dung, hình thức, phương tiện tập luyện, vui chơi, giải trí vừa đảm bảo quan điểm giáo dục phát triển thể chất ở lứa tuổi này, vừa nâng cao tính giải trí, tự nguyện, có hứng thú cao trong việc nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất trong trường tiểu học.

Từ khóa: giáo dục thể chất, tiểu học, thể lực, lớp 1, lớp 2

Summary: The characteristics of physical development of primary school students are a very important scientific basis in building physical education programs, choosing contents, forms, means of exercise, entertainment and entertainment, still ensuring the educational perspective of physical development at this age and enhancing the entertainment, voluntary, and high interest in improving the effectiveness of physical education in primary schools.

Keywords: Physical Education, primary schools, physical, grade 1, grade 2

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) là quá trình có tổ chức, có kế hoạch điều khiển quá trình giáo dục theo mục đích định trước nó là quá trình tự giác sử dụng những phương pháp khoa học tổng hợp để điều khiển sự phát triển thể chất mà bẩm sinh di truyền không thể có được. Có thể nói nhiệm vụ hàng đầu của GDTC là đảm bảo phát triển tối ưu ở mỗi cá nhân các tố chất vận động cơ bản cần thiết cho cuộc sống như sức nhanh, sức mạnh ,sức bền và khả năng phối hợp vận động. Sự phát triển các tố chất vận động có ảnh hưởng trực tiếp đến khả năng tiếp thu và hoàn thiện kỹ năng vận động. Trên cơ sở giáo dục tố chất thể lực có thể giải quyết được những nhiệm vụ nhất định về hoàn thiện hình thái cơ thể.

Trong hoạt động phát triển thể chất cho trẻ em, kỹ năng vận động và hoạt động ngoài trời có mối liên quan chặt chẽ với nhau. Chính trong nội dung của hoạt động ngoài trời đòi hỏi trẻ phải sử dụng các kỹ năng vận động mà trẻ đã học để áp dụng các vận động đó vào trong quá trình làm quen với các sự vật hiện tượng của thế giới xung quanh, các trò chơi vận động… Quá trình rèn luyện kỹ năng vận động cho trẻ chính là cuộc sống là hoạt động học tập quan trọng và có mối quan hệ qua lại với hoạt động vui chơi. Đặc biệt là vui chơi ngoài trời và lao động của trẻ ở lứa tuổi học sinh tiểu học. Muốn vậy cần phải đánh giá đúng thực trạng về sự phát triển thể chất và các tố chất thể lực của các em.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; quan sát sư phạm; kiểm tra sư phạm thực nghiệm sư phạm và toán học thống kê

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Khách thể nghiên cứu của đề tài là học sinh tiểu học từ lớp 1 tới lớp 2 đang học tập tại trường tiểu học Dịch Vọng B và trường tiểu học Nghĩa Đô. Với tổng số 421 học sinh, từ lớp 1 đến lớp 2 (từ 6 -7 tuổi). Ở lớp 1 nam là 120 nữ là 93 học sinh. Ở lớp 2 nam là 116 nữ 92 học sinh

Thời gian nghiên cứu từ tháng 9/2017-12/2017. Quá trình triển khai thực hiện đề tài nghiên cứu chủ yếu ở Viện Khoa học TDTT, và 02 trường tiểu học.

Để có cơ sở xác định kết quả năng lực thể lực của học sinh tiến hành kiểm tra thể chất theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT, là các chỉ tiêu được quy định trong tiêu chuẩn đánh giá và xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo năm 2008, bao gồm các nội dung kiểm tra sau: Nằm ngửa gập bụng (số lần/30s), Lực bóp tay (kG); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy con thoi 4 x 10m (s); Chạy 30 XPC (s) và chạy tuỳ sức 5 phút (m).

Thời gian kiểm tra năm học 2017 - 2018; đối tượng tham gia kiểm tra viên là cán bộ, giáo viên của các trường và các cán bộ của Viện Khoa học TDTT, được tập huấn thống nhất quy trình. Tuổi của đối tượng kiểm tra (học sinh tiểu học lứa tuổi 6- 7).

2.1. Kết quả kiểm tra thực trạng cho học sinh lớp 1 - 6 tuổi

Kết quả chiều cao cân nặng học sinh lớp 1-2 đem so sánh với mẫu toàn quốc được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả kiểm tra chiều cao, cân nặng học sinh lớp 1-2 (6 -7 tuổi)

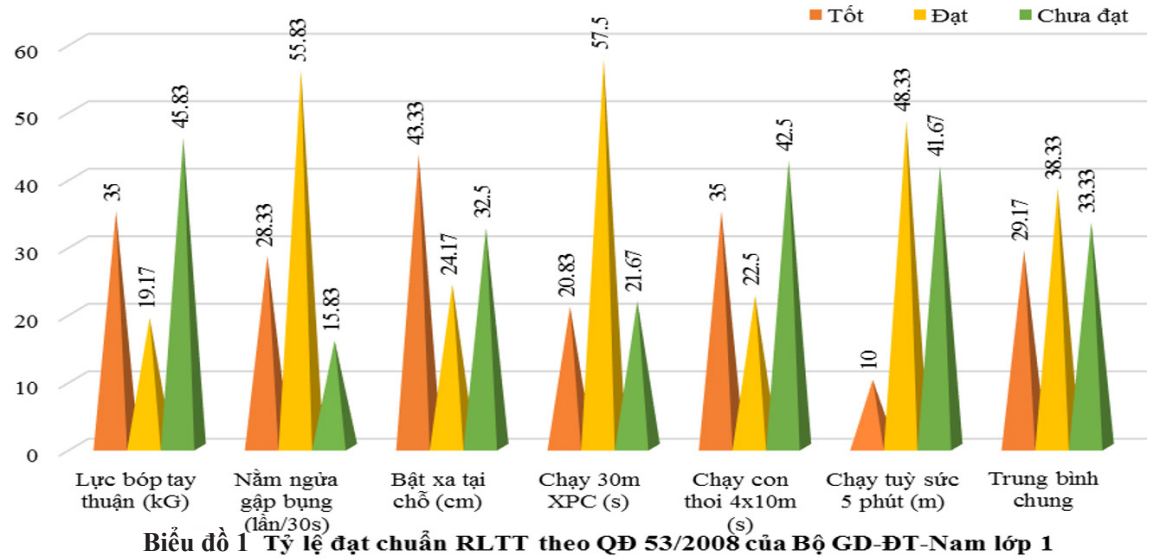
Lớp	Nội dung	Nam tiểu học n=120 lớp1 n=116 lớp2		Nam Toàn quốc (n=1500)		t	P	Nữ tiểu học n=93 lớp1 n=92 lớp2		Nữ toàn quốc (n=1500)		t	P
		$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ			$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ		
1	Chiều cao đứng (cm)	117.9	14.1	113.8	6.22	3.12	<0.01	118.4	14.16	113.1	6.84	4.04	<0.01
	Cân nặng (kg)	23.34	3.63	18.8	3.7	13.16	<0.01	21.25	4.46	18.1	3.39	7.56	<0.01
2	Chiều cao đứng (cm)	121.5	13.94	118.6	5.7	2.27	<0.05	119.2	14.83	117.8	5.9	1.05	>0.05
	Cân nặng (kg)	23.33	5.37	20.4	4.04	5.85	<0.01	21.84	5.41	19.7	3.82	4.25	<0.01

[1] Viện Khoa học TDTT
[2] Trường đại học Y Dược Thái Bình

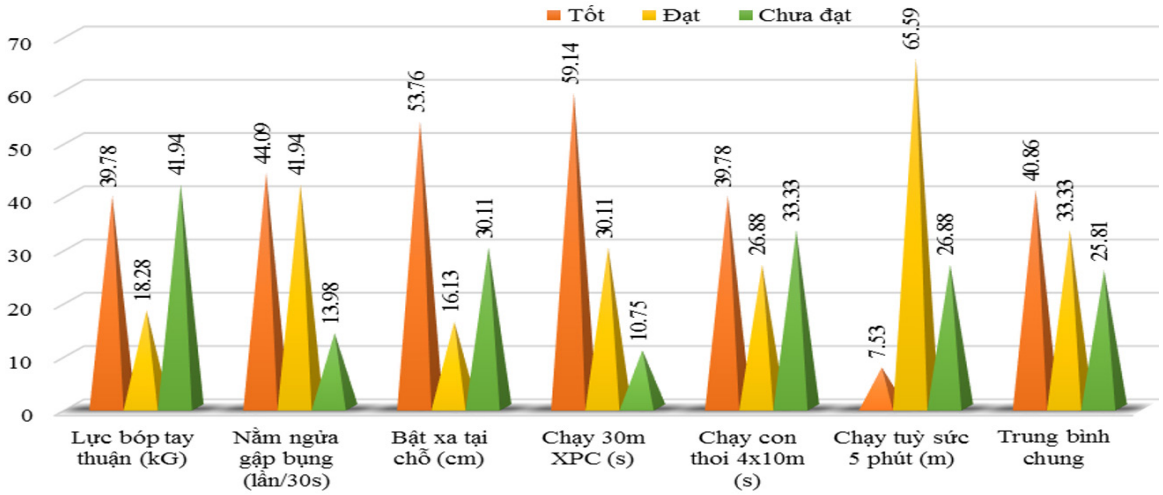
Kết quả kiểm tra thể lực và so sánh với tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT được trình bày tại bảng 2-3 và biểu đồ 1-4

Bảng 2: Kết quả xếp loại tiêu chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT – Lớp 1 – 6 tuổi

TT	Nội dung	Nam (n=120)						Nữ (n=93)					
		Tốt		Đạt		Chưa đạt		Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Lực bóp tay thuận (kG)	42	35	23	19.17	55	45.83	37	39.78	17	18.28	39	41.94
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	34	28.33	67	55.83	19	15.83	41	44.09	39	41.94	13	13.98
3	Bật xa tại chỗ (cm)	52	43.33	29	24.17	39	32.5	50	53.76	15	16.13	28	30.11
4	Chạy 30m XPC (s)	25	20.83	69	57.5	26	21.67	55	59.14	28	30.11	10	10.75
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	42	35	27	22.5	51	42.5	37	39.78	25	26.88	31	33.33
6	Chạy tuỳ sức 5 phút (m)	12	10	58	48.33	50	41.67	7	7.53	61	65.59	25	26.88
7	Trung bình chung	35	29.17	46	38.33	40	33.33	38	40.86	31	33.33	24	25.81



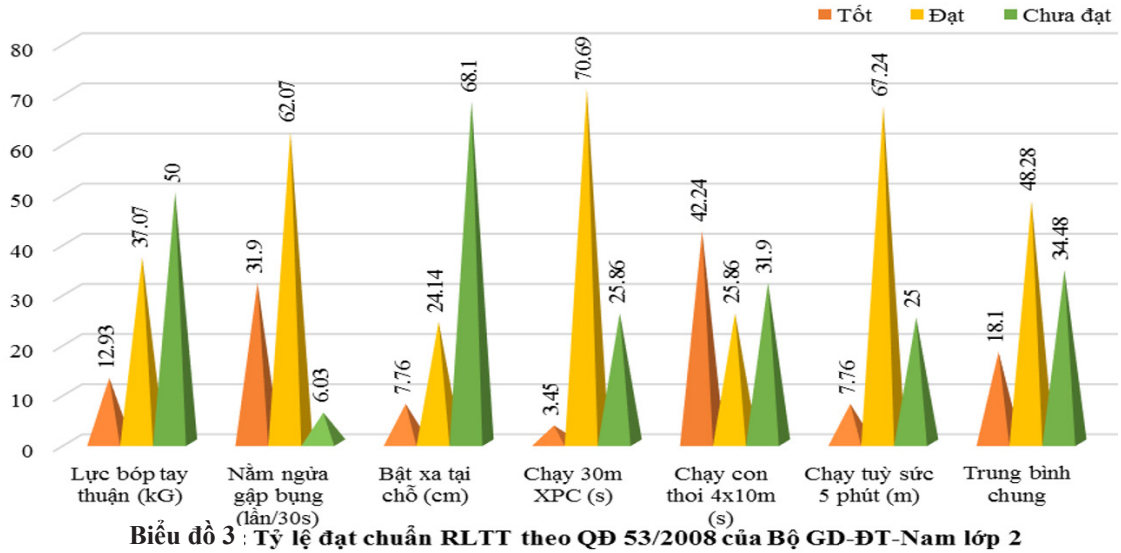
Biểu đồ 1 Tỷ lệ đạt chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT-Nam lớp 1



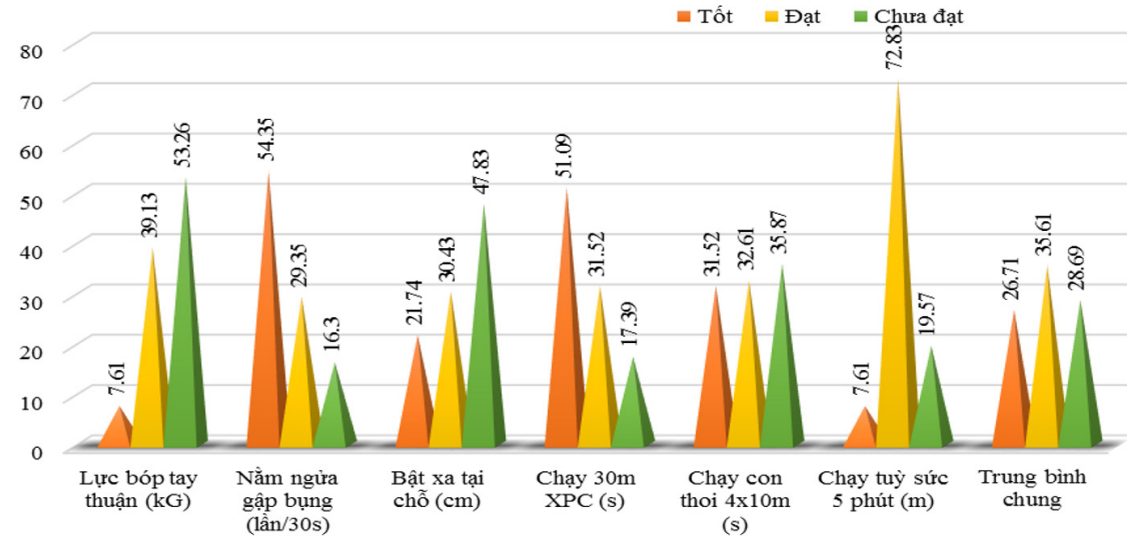
Biểu đồ 2 Tỷ lệ đạt chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT-Nữ lớp 1

Bảng 3: Kết quả xếp loại tiêu chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT – Lớp 2 – 7 tuổi

TT	Nội dung	Nam (n=116)						Nữ (n=92)					
		Tốt		Đạt		Chưa đạt		Tốt		Đạt		Chưa đạt	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Lực bóp tay thuận (kG)	15	12.93	43	37.07	58	50	7	7.61	36	39.13	49	53.26
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	37	31.9	72	62.07	7	6.03	50	54.35	27	29.35	15	16.3
3	Bật xa tại chỗ (cm)	9	7.76	28	24.14	79	68.1	20	21.74	28	30.43	44	47.83
4	Chạy 30m XPC (s)	4	3.45	82	70.69	30	25.86	47	51.09	29	31.52	16	17.39
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	49	42.24	30	25.86	37	31.9	29	31.52	30	32.61	33	35.87
6	Chạy tuỳ sức 5 phút (m)	9	7.76	78	67.24	29	25	7	7.61	67	72.83	18	19.57
7	Trung bình chung	21	18.1	56	48.28	40	34.48	27	26.71	36	35.61	29	28.69



Biểu đồ 3 : Tỷ lệ đạt chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT-Nam lớp 2



Biểu đồ 4 : Tỷ lệ đạt chuẩn RLTT theo QĐ 53/2008 của Bộ GD-ĐT-Nữ lớp 2

Qua bảng và biểu đồ trên cho ta có một số nhận xét sau:

Về lực bóp tay thuận: Tỷ lệ học sinh đạt theo tiêu chuẩn RLTT của Bộ GDT-ĐT chưa cao, tỷ lệ chưa đạt còn chiếm nhiều. Cụ thể mức độ tốt chiếm tỷ lệ 39.78% (nữ), mức độ đạt chiếm tỷ lệ 18.28% (nữ) và tỷ lệ chưa đạt yêu cầu còn cao chiếm 41.94%. Ở nam tỷ lệ này còn cao hơn ở nữ. Như vậy nhóm sức mạnh tay thuận của các em còn nhiều em chưa đạt theo yêu cầu tiêu chuẩn RLTT của Bộ GD-ĐT.

Về nằm ngửa gập bụng: Ở nhóm tiêu chuẩn này thì tỷ lệ tốt và đạt chiếm nhiều cho cả nam và nữ. Nội dung không đạt chiếm ít hơn cho cả nam và nữ. Tỷ lệ nam đạt chiếm 55.83% và ở nữ chiếm 41.94%, nội dung tốt ở nam chiếm tỷ lệ 28.83% và ở nữ chiếm 44.09%, cao hơn ở nam. Tỷ lệ không đạt ở cả nam và nữ thấp và tương đương nhau xấp xỉ 13.96%.

Bật xa tại chỗ: Sức mạnh đôi chân của cả nam và nữ đều có mức độ tốt rất cao, chiếm tỷ lệ lớn. Ở nam chiếm 43.3% và ở nữ chiếm 53.76%, tỷ lệ không đạt chiếm 32.5% ở nam và ở nữ chiếm 30.11%. Ở test này cả nam và nữ lớp 1 có sức mạnh đôi chân rất tốt

Chạy 30m XPC: Mức độ tốt của nữ cao hơn so với tiêu chuẩn RLTT của Bộ GD-ĐT, ở nữ mức độ tốt chiếm 59.14%, còn ở nam chiếm 20.83%, mức độ đạt của nam cao hơn nữ, nam chiếm 57.5% và nữ chiếm 30.11%. Mức độ không đạt của nam cao hơn của nữ, nam chiếm 21.67%, ở nữ chiếm 10.75%.

Chạy con thoi 4x10m: Tỷ lệ nam chưa đạt theo tiêu chuẩn RLTT cao hơn nữ, ở nam tỷ lệ này là 42.5%, ở nữ tỷ lệ này là 33.33%. Tỷ lệ học sinh đạt mức độ tốt ở nữ cao hơn nam nhưng sự chênh lệch chưa nhiều, ở nữ tỷ lệ này là 39.78% và ở nam là 36.67%.

Chạy tùy sức 5 phút: Tỷ lệ học sinh đạt mức độ tốt của nam cao hơn nữ, ở nữ tỷ lệ này chiếm 7.53%,còn ở nam tỷ lệ này chiếm 10%. Tỷ lệ mức độ đạt ở nam chiếm 48.33%, còn ở nữ chiếm 65.59%. Tỷ lệ không đạt ở nữ chiếm 26.88% và ở nam chiếm 41.67%. Như vậy sức bền của nữ cao hơn của nam, và tỷ lệ không đạt của nữ thấp hơn nam.

Về tỷ lệ trung bình chung của học sinh lớp 1 mức độ tốt so với tiêu chuẩn RLTT của nữ cao hơn nam, ở nữ tỷ lệ này là 53.76%, còn ở nam tỷ lệ này là 37.5%. Tỷ lệ đạt ở nam cao hơn ở nữ, ở nam tỷ lệ này chiếm 37.5% và ở nữ chiếm 26.88%. Tỷ lệ không đạt của nữ thấp hơn nam, ở nữ tỷ lệ này chiếm 19.35% và ở nam chiếm 25%.

Tóm lại: về tiêu chuẩn RLTT của học sinh lớp 1 so với tiêu chuẩn của Bộ GD-ĐT ở cả nam và nữ đều có mức độ phát triển tốt và đạt yêu cầu của Bộ GD-ĐT. Tuy nhiên tỷ lệ không đạt vẫn chiếm tỷ lệ từ 25-33% ở cả nam và nữ.

2.2. Kết quả kiểm tra thực trạng cho học sinh lớp 2-7 tuổi

Kết quả chiều cao cân nặng đem so sánh với mẫu toàn quốc được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng số nhận xét sau:

Về lực bóp tay thuận: Tỷ lệ chưa đạt tiêu chuẩn RLTT ở cả nam và nữ còn ở mức cao, ở nữ cao hơn nam. Tỷ lệ đạt yêu cầu của nam và nữ tương đương nhau, còn tỷ lệ mức độ tốt chiếm thấp, nam chiếm tỷ lệ 12.93%, còn nữ chiếm 7.61%.

Về nằm ngửa gập bụng: Tỷ lệ đạt mức độ tốt ở nữ cao hơn ở nam. Tỷ lệ đạt yêu cầu ở nam lại cao hơn nữ, nam chiếm tỷ lệ 62.07% và nữ chiếm tỷ lệ 29.35%. Tỷ lệ không đạt yêu cầu của nữ cao hơn của nam, nữ chiếm 16.3%, còn nam chiếm 6.03%.

Bật xa tại chỗ: Ở cả nam và nữ tỷ lệ chưa đạt yêu cầu chiếm tỷ lệ cao. Tỷ lệ tốt chiếm thấp ở cả nam và nữ, tuy nhiên nữ chiếm cao hơn nam, nữ chiếm tỷ lệ 21.74%, nam chiếm 7.76%.

Chạy 30m XPC: Tỷ lệ đạt của nam cao hơn của nữ bởi vì tỷ lệ đạt mức độ tốt của nữ đã chiếm nhiều hơn của nam, cho nên mức độ đạt của nữ thấp hơn của nam là điều hiển nhiên. Tỷ lệ không đạt của nam cao hơn của nữ

Chạy con thoi 4x10m: Ở cả nam và nữ 3 tỷ lệ tốt, đạt, chưa đạt đều xấp xỉ nhau, ở nam có nhỉnh hơn chút về tỷ lệ tốt.

Chạy tùy sức 5 phút: Tỷ lệ học sinh đạt yêu cầu ở cả nam và nữ chiếm tỷ lệ cao

3. KẾT LUẬN

Ở học sinh lớp 1: về tiêu chuẩn RLTT của học sinh lớp 1 so với tiêu chuẩn của Bộ GD-ĐT ở cả nam và nữ đều có mức độ phát triển tốt và đạt yêu cầu của Bộ GD-ĐT. Tuy nhiên tỷ lệ không đạt vẫn chiếm tỷ lệ từ 25-33% ở cả nam và nữ.

Ở học sinh lớp 2: về tiêu chuẩn RLTT của học sinh lớp 2 so với tiêu chuẩn của Bộ GD-ĐT ở nam tỷ lệ tốt thấp hơn nữ,nam chiếm 18.1% so với nữ chiếm tỷ lệ 26.71%. Tỷ lệ đạt yêu cầu ở nam cao hơn so với nữ, ở nam chiếm tỷ lệ 48.26% và ở nữ chiếm tỷ lệ 35.61%. Tuy nhiên tỷ lệ chưa đạt yêu cầu của cả nam và nữ vẫn còn lớn, nam chiếm 34.48% và nữ chiếm 28.69%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1.Bộ giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinhviên, ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008*.

2.Bộ giáo dục và Đào tạo (2009), t*hông tư ban hành quy định về chế độ làm việc đối với giáo viên phổ thông, ngày 21 tháng 10 năm 2009*.

3.Bộ giáo dục và Đào tạo (2012), *Quy định tiêu chuẩn đánh giá, công nhận trường tiểu học đạt mức chất lượng tối thiểu, trường tiểu học đạt chuẩn quốc gia. Ban hành kèm theo Thông tư số 59/2012/TT-BGDĐT ngày 28 tháng 12 năm 2012 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo*

4.Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

NGUỒN BÀI BÁO: Kết quả thực hiện nhiệm vụ thường xuyên năm 2017 của Viện Khoa học TDTT với tên nhiệm vụ: *Đánh giá thực trạng phát triển thể chất của học sinh tiểu học thành phố Hà Nội sau 2 năm thực hiện Nghị định số 11/2015/NĐ-CP (quy định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường*