

THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG QUỐC TẾ VÀ TRƯỜNG ĐẠI HỌC GIÁO DỤC - ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI ĐANG HỌC TẠI CƠ SỞ HÒA LẠC

TS. Nguyễn Việt Hòa¹; TS. Trịnh Kiên²; ThS. Nguyễn Văn Sơn³

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã tiến hành kiểm tra, đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - Đại học Quốc gia Hà Nội theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả cho thấy, thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu chưa tốt, đa số sinh viên có thể lực ở mức chưa đạt.

Từ khóa: thể lực, sinh viên, năm thứ nhất, Trường Quốc tế và Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội

Summary: Using standard research methods in Physical Education and Sports, the article examined and assessed the current physical fitness status of first-year students at the International School and College of Education, National University of Hanoi, as per the regulations of the Ministry of Education and Training. The results indicated that the overall physical fitness of the research subjects was not satisfactory, with the majority of students having a below-average level of general physical fitness.

Keywords: physical fitness, students, first-year, International School and College of Education, National University of Hanoi.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường là một bộ phận quan trọng không thể thiếu được của nền giáo dục Xã hội chủ nghĩa, GDTC có tác dụng tích cực đối với việc hoàn thiện nhân cách thể chất cho sinh viên (SV) nhằm đào tạo con người mới phát triển toàn diện phục vụ đắc lực cho sự nghiệp Công nghiệp hóa - Hiện đại hóa đất nước, đồng thời giữ vững an ninh quốc phòng.

Xuất phát từ quan điểm đó, việc xây dựng, đổi mới hoạt động của Trung tâm GDTC&TT (Trung tâm) cũng không nằm ngoài mục tiêu phát triển chung của ĐHQGHN. Hàng năm Trung tâm chịu trách nhiệm giảng dạy cho trên 20.000 SV chính quy, hơn 2.000 học sinh hệ chuyên, ngoài ra còn chịu trách nhiệm xây dựng các Câu lạc bộ thể thao, tổ chức các giải thể thao trong Đại học Quốc gia Hà Nội (ĐHQGHN) và xây dựng, huấn luyện các đội tuyển thể thao tham gia các giải thi đấu khu vực Hà Nội và toàn quốc.

Năm học 2022-2023, cơ sở Hòa Lạc của ĐHQGHN đã đưa toàn bộ SV năm nhất của Trường ĐH Y Dược, toàn bộ Khối ngành Sư phạm của Trường ĐH Giáo dục, Trường Quốc tế và Đại học Giáo dục và 400 SV năm thứ 2 của Trường ĐH Việt Nhật học tại cơ sở Hòa Lạc.

Để đánh giá hiệu quả công tác GDTC cho SV cũng như là cơ sở để đổi mới hoạt động giảng dạy của Trung tâm GDTC & TT nhằm thực hiện tốt mục

tiêu GDTC cho SV, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực của SV đang học tại cơ sở Hòa Lạc.

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN

Để đánh giá thực trạng thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN, chúng tôi đã tiến hành kiểm tra thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT), cụ thể như sau:

Đối tượng kiểm tra: 495 SV năm thứ nhất đang theo học 4 môn thể thao trong chương trình môn học GDTC tại Hòa Lạc, cụ thể:

Lớp Bóng bàn: 126 SV nữ; 22 SV nam.

Lớp Khiêu vũ thể thao: 21 SV nữ; 109 SV nam.

Lớp Golf: 75 SV nữ; 44 SV nam.

Lớp Võ: 82 SV nữ; 16 SV nam.

Nội dung kiểm tra: Nghiên cứu sử dụng 04 test theo Quyết định 53/2008 của Bộ GD&ĐT, cụ thể: *Lực bóp tay thuận (kg)*, *Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)*, *Bật xa tại chỗ (cm)* và *Chạy tùy sức 5 phút (m)*.

Thực trạng thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN được trình bày tại bảng 1 và bảng 2.

Bảng 1. Thực trạng thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN

Giới tính	Test kiểm tra	Tiêu chuẩn theo quy định của Bộ GD&ĐT		Kết quả kiểm tra							
				Bóng bàn (n=126)		Khiêu vũ thể thao (n=21)		Golf (n=75)		Võ (n=82)	
		Tốt	Đạt	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ	\bar{x}	δ
Nữ	Lực bóp tay thuận (kg)	> 31.5	≥ 26.5	23.31	4.28	25.75	4.64	25.15	5.44	23.72	4.94
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	> 18	≥ 15	11.56	3.84	11.76	2.90	11.73	3.57	11.21	3.30
	Bật xa tại chỗ (cm)	> 168	≥ 151	146.17	18.11	145.81	22.09	147.01	23.26	148.89	21.24
	Chạy tùy sức 5p (m)	> 930	≥ 850	686.17	108.12	688.43	76.26	629.19	102.99	721.68	98.70
Nam	Lực bóp tay thuận (kg)	> 47.2	≥ 40.7	33.95	6.04	36.50	5.59	35.25	6.91	37.38	6.62
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	> 21	≥ 16	16.73	2.45	14.21	3.75	14.80	2.71	16.06	3.21
	Bật xa tại chỗ (cm)	> 222	≥ 205	190.77	35.68	189.95	31.22	185.68	31.04	190.38	23.34
	Chạy tùy sức 5p (m)	> 1050	≥ 940	857.55	121.11	845.62	103.14	766.45	139.78	897.75	98.36

Bảng 2. So sánh thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN

Giới tính	Test kiểm tra	t					
		1-2	1-3	1-4	2-3	2-4	3-4
Nữ	Lực bóp tay thuận (kg)	4.832	5.6286	1.298	1.113	3.828	3.917
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	0.33	1.2449	4.156	1.0315	2.691	2.488
	Bật xa tại chỗ (cm)	0.484	0.6082	1.305	-0.066	1.314	1.775
	Chạy tùy sức 5p (m)	1.067	38.15	24.09	26.48	15.12	57.62
Nam	Lực bóp tay thuận (kg)	4.452	1.972	4.123	2.728	1.290	1.67
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	0.593	3.337	0.227	4.290	0.319	2.62
	Bật xa tại chỗ (cm)	6.587	4.644	1.189	1.887	3.817	1.16
	Chạy tùy sức 5p (m)	4.694	30.915	11.778	38.989	19.571	23.78

(Ghi chú: 1: lớp Bóng bàn; 2: lớp Khiêu vũ thể thao; 3: Lớp Golf; 4: Lớp Võ)

Bảng 3. Đánh giá thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT

Giới tính	Nội dung kiểm tra	Số SV Tốt	Tỷ lệ %	Số SV Đạt	Tỷ lệ %	Số SV không đạt	Tỷ lệ %
Nữ (n = 304)	Lực bóp tay thuận (kg)	17	5.59	66	21.71	221	72.70
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	6	1.97	52	17.11	246	80.92
	Bật xa tại chỗ (cm)	46	15.13	84	27.63	174	57.24
	Chạy tùy sức 5p (m)	0	0	17	55.92	287	94.41
Nam (n = 191)	Lực bóp tay thuận (kg)	6	3.14	38	19.90	147	76.96
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	5	2.62	77	40.31	109	57.07
	Bật xa tại chỗ (cm)	27	14.14	34	17.80	130	68.06
	Chạy tùy sức 5p (m)	0	0	37	19.37	154	80.63

Từ kết quả tại bảng 1 và bảng 2 cho thấy:

- Thực trạng thể lực của nam và nữ SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN chưa tốt, xét về số trung bình, hầu hết các test kiểm tra đều có kết quả thấp hơn so với mức đạt theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT.

- Trình độ thể lực của nam và nữ SV theo học ở các lớp là không đồng đều về (hầu hết các test kiểm tra đều có $C_v > 10\%$); và có sự khác biệt về kết quả kiểm tra của SV giữa các lớp, trong đó SV theo học lớp Khiêu vũ thể thao và Golf (ở nữ SV) và Khiêu vũ thể thao và Võ (ở nam SV) tốt hơn so với SV các lớp còn lại.

2.2. Xếp loại thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN theo quy định của Bộ GD&ĐT

Chúng tôi đã tiến hành đánh giá, xếp loại thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN theo quy định của Bộ GD&ĐT, kết quả thu được như trình bày tại bảng 3 và bảng 4.

Từ kết quả tại bảng 3 cho thấy:

Ở nữ SV, số SV ở mức không đạt ở các nội dung kiểm tra chiếm tỷ lệ cao, từ 57.24 – 94.41%, trong đó tỷ lệ cao nhất là ở kết quả test chạy tùy sức 5

phút, sau đó là nằm ngửa gập bụng.

Tương tự, ở nam SV, số SV không đạt ở các nội dung kiểm tra cũng chiếm tỷ lệ rất cao, từ 57.07 - 80.63%, kết quả kém nhất cũng ở nội dung chạy tùy sức 5 phút, sau đó là ở test lực bóp tay thuận.

Bảng 4. Xếp loại thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT

Giới tính	Xếp loại thể lực	Số lượng	Tỷ lệ %
Nữ	Tốt	0	0
	Đạt	17	55.92
	Không đạt	287	94.41
Nam	Tốt	0	0
	Đạt	37	19.37
	Không đạt	154	80.63

Từ kết quả tại bảng 4 cho thấy: Kết quả xếp loại thể lực của SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT cho thấy, đa số SV năm thứ nhất có trình độ thể lực ở mức Chưa đạt (80.63% ở nam SV và 94.41% ở nữ SV). Điều này cho thấy thói quen, thực trạng rèn luyện thể lực của SV chưa tốt, Trung tâm GDTC&TT cần có những biện pháp tích cực, phù hợp trong quá trình giảng dạy môn GDTC để thúc đẩy thói quen tập luyện TDTT cũng nhằm phát triển thể lực của SV trong quá trình học tập tại ĐHQGHN.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu cho thấy: Thực trạng thể

lực của nam và nữ SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN chưa tốt và không đồng đều, hầu hết các test kiểm tra đều có kết quả thấp hơn so với mức đạt theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT.

Đa số SV năm thứ nhất trường Quốc tế và Đại học Giáo dục - ĐHQGHN có trình độ thể lực ở mức Chưa đạt (80.63% ở nam SV và 94.41% ở nữ SV). Điều này cho thấy thói quen, thực trạng rèn luyện thể lực của SV chưa tốt, Trung tâm GDTC & TT cần có những biện pháp tích cực, phù hợp trong quá trình giảng dạy môn GDTC để thúc đẩy thói quen tập luyện TDTT cũng nhằm phát triển thể lực của SV trong quá trình học tập tại ĐHQGHN.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam (2011), *Nghị quyết số 08-NQ/TW về “tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về TDTT đến năm 2020”*, ngày 01 tháng 12 năm 2011, Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội.
2. Bộ GD&ĐT (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 23 tháng 12 năm 2008 về quy định tổ chức thể thao ngoại khóa cho học sinh, SV*.
3. Bộ GD&ĐT (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008*, Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, SV.
4. Dương Nghiệp Chí (2006), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội
5. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả nghiên cứu nhiệm vụ khoa học cấp Trung tâm năm 2022 với tên: “Đổi mới hoạt động giảng dạy môn học Giáo dục thể chất tại Đại học Quốc gia Hà Nội”, chủ nhiệm: TS. Nguyễn Việt Hòa. Nhiệm vụ dự kiến sẽ được bảo vệ vào tháng 6/2023.

Ngày nhận bài: 12/1/2023; **Ngày duyệt đăng:** 15/3/2023