

# XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC SINH VIÊN NGÀNH ĐI BIỂN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÀNG HẢI VIỆT NAM

Th.S. Phạm Thị Oanh<sup>1</sup>; TS. Vũ Đức Vinh<sup>2</sup>

**Tóm tắt:** Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển Trường Đại học Hàng hải Việt Nam, được thông qua ứng dụng nội dung giáo dục thể chất và các bài tập thể lực chuyên biệt mà trong quá trình chúng tôi đào tạo sinh viên ngành đi biển.

**Từ khóa:** Xây dựng phân loại, bảng điểm đánh giá thể lực, sinh viên ngành đi biển trường Đại học Hàng hải Việt Nam.

**Abstract:** Building a classification table and scorecard to evaluate the physical fitness of students in the Seafaring Major at Vietnam Maritime University, through the application of physical education content and specialized physical exercises that during the process We train students in the maritime industry.

**Keywords:** Construction of classification, physical fitness assessment scoreboard, maritime students at Vietnam Maritime University.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Chuẩn bị thể lực chung và chuẩn bị thể lực thực dụng nghề nghiệp cho sinh viên có sự thống nhất chung. Trình độ chuẩn bị thể lực chung toàn diện sẽ tạo nên tiền đề cho sự phát triển và chuyên môn hóa cơ thể. Điều đó có nghĩa là nếu có sự phát triển các tố chất thể lực ở mức cao thì có thể hoàn thiện sâu hơn những tố chất và kỹ năng riêng biệt có ý nghĩa quan trọng với hoạt động nghề nghiệp. Những kỹ năng kỹ xảo thu được trong quá trình chuẩn bị thể lực chung là vốn quý để hình thành những dạng động tác mới dễ dàng và nhanh chóng hơn. Do đó cơ ở phương pháp của việc chuẩn bị thể lực thực dụng nghề nghiệp cho sinh viên là mối quan hệ gắn bó giữa chuẩn bị thể lực chung và chuẩn bị thể lực thực dụng chuyên môn.

Nghiên cứu sử dụng phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, thực nghiệm sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Kiểm định tính phân bố chuẩn của các test đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam

Để kiểm định tính phân bố chuẩn của kết quả kiểm tra các test đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường Đại học Hàng hải Việt Nam, tiến hành xác định tính phân bố chuẩn thông qua các chỉ số về hệ số biến sai (Cv), sai số tương đối của số trung bình ( $\epsilon$ ).

Với lượng mẫu  $n < 50$  cho phép sử dụng phương pháp Shaparo - Winky để đánh giá sự phù hợp với

phân phối chuẩn của các tiêu chí dùng để xây dựng thang điểm.

Lập giả thiết  $H_0$  về sự phù hợp phân bố của tập hợp mẫu với phân bố chuẩn; Đặt mức giá trị  $\alpha = 0.05$ .

Sử dụng phần mềm SPSS để xác định độ phân phối chuẩn của mẫu tại menu Analyze - Descriptive Statistics - Frequencies.

Qua kết quả thu được từ menu Analyze - Descriptive Statistics - Frequencies của phần mềm SPSS cho các giá trị của tham số trung bình (mean), trung vị (median), độ xiên (skewness) và tham số Sig. (Significance) [28]. Cho thấy, các giá trị trung bình và trung vị có khoảng cách gần bằng nhau, chỉ số độ xiên đều dao động trong khoảng -1 đến +1, tham số Sig, tất cả đều có giá trị lớn hơn mức ý nghĩa  $\alpha = 0.05$ .

Do vậy chấp nhận giả thiết  $H_0$  về sự phù hợp phân bố của tập hợp mẫu với phân bố chuẩn, cụ thể: Tất cả các test kiểm tra đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển Trường Đại học Hàng hải Việt Nam đánh giá đều có kết quả tương đối tập trung  $Cv < 10\%$ , sai số tương đối của số trung bình cộng đều nằm ở trong phạm vi cho phép  $\epsilon < 0.05$ , chỉ tiêu  $W_{\text{tinh}}$  (Shaparo - Winky) đều  $> W_{\text{bảng}} = 0$ .

Kết quả kiểm định tính phân phối chuẩn tập hợp các tiêu chí đánh giá thực trạng thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam, trình bày ở bảng 1.

### 2.2. Xây dựng bảng phân loại, điểm, điểm đánh giá tổng hợp thể lực sinh viên Ngành đi biển,

**Bảng 1. Kết quả kiểm định phân bố chuẩn các thông số tổ chất thể lực sinh viên Ngành đi biển Trường Đại học Hàng hải Việt Nam– Nam (n = 144)**

TT	Các test	$\bar{X}$	Trung vị (Median)	Độ xiên (Skewness)	Xmax	Xmin
<b>Tổ chất thể lực chung</b>						
1	Lực bóp tay thuận (kG)	40.2	39.1	0.37	58.3	22.1
2	Lực bóp tay không thuận (kG)	36.19	35.9	0.23	57	20.6
3	Đeo gập thân (cm)	8.17	9	0	20	0
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30gy)	17.35	18	-0.36	25	10
5	Nằm sấp chống đẩy tay (lần)	23.72	21	1.33	70	4
6	Bật xa tại chỗ (cm)	210.08	209	-0.65	265	131
7	Chạy 30m XPC (gy)	4.96	4.92	0.51	6.09	4.09
8	Chạy con thoi 4x10m (gy)	10.42	10.35	0.68	12.48	8.88
9	Chạy 5 phút	975.28	975	0.13	1300	524
10	Chạy 12 phút- test Cooper (m)	1768.59	1813	-0.02	2860	1025
<b>Tổ chất thể lực chuyên môn</b>						
11	Vòng quay ly tâm (vòng)	8.76	5	-0.43	22	0
12	Vòng quay lớn (vòng)	5.26	9	0.25	10	0
13	Chạy giàn thể lực (gy)	157.52	165	-0.89	216	60
14	Khả năng bơi (m)	221.86	231	-1.85	265	111

### Trường đại học Hàng hải Việt Nam

Theo quy tắc 2 xích-ma (2 $\delta$ ), giá trị của các test được phân thành 5 mức: Tốt, khá, Trung bình, yếu, và kém.

- Tốt:  $> \bar{x} + 2\delta$ .
- Khá:  $> \bar{x} + 1\delta$  đến  $\bar{x} + 2\delta$ .
- Trung bình: Từ  $\bar{x} - 1\delta$  đến  $\bar{x} + 1\delta$ .
- Yếu:  $< \bar{x} - 1\delta$  đến  $\bar{x} - 2\delta$ .
- Kém:  $< \bar{x} - 2\delta$ .

Với những test mà kết quả lập test có số đo càng nhỏ càng tốt thì 5 mức trên sẽ xếp theo hướng ngược lại. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Để thuận tiện cho việc lượng hóa các nội dung khác nhau trong quá trình đánh giá, phân loại thực trạng thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam, tiến hành phân loại kết quả theo từng chỉ tiêu thành 5 mức với quy ước như sau:

- Xếp loại Tốt: Từ 9 đến 10 điểm
- Xếp loại Khá: Từ 7 đến < 9 điểm
- Xếp loại TB: Từ 5 đến < 7 điểm
- Xếp loại Yếu: Từ 3 đến < 5 điểm
- Xếp loại Kém: Từ 0 đến < 3 điểm

### 2.3. Xác định điểm đánh giá thể lực sinh viên

### Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam

Tiến hành lập thang điểm và bảng phân loại đánh giá sự phát triển thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam, bằng thang độ C. Căn cứ vào giá trị trung bình ( $\bar{x}$ ) và độ lệch chuẩn ( $\sigma$ ) tiến hành tính điểm theo thang độ C từng các chỉ tiêu nghiên cứu.

Thông qua 14 test đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam để đánh giá tổng hợp bằng việc quy đổi từ phân loại sang điểm theo thang độ C, trình bày ở bảng 3.

### 2.4. Xác định điểm tổng hợp đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam

Từ xác định thang điểm đánh giá thực trạng thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường Đại học Hàng hải Việt Nam, cho phép xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường Đại học Hàng hải Việt Nam; với tổng điểm tối đa 140 điểm, tối thiểu là 14 điểm.

Khi đánh giá xếp loại tổng hợp thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam, không tính tỷ trọng các yếu tố thành phần do quy luật bù trừ.

**Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại tố chất thể lực sinh viên Ngành đi biển  
Trường Đại học Hàng hải Việt Nam**

TT	Các test	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
<b>Tố chất thể lực chung</b>						
1	Lực bóp tay thuận (kG)	> 53.99	53.99-43.67	43.66-36.79	36.78-33.35	< 33.35
2	Lực bóp tay không thuận (kG)	> 49.97	46.97-39.63	39.62-32.7	32.6-29.3	< 29.3
3	Đeo gập thân (cm)	>18	17-11	10-6	6-2	<2
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/3gy)	> 23	23-20	19-18	17-16	< 16
5	Nằm sấp chống đẩy tay (lần)	> 44	44-35	34-25	24-15	< 15
6	Bật xa tại chỗ (cm)	> 261	261-231	230-211	210 -201	< 201
7	Chạy 30m XPC (gy)	< 4.26	4.26-4.78	4.79-5.13	5.14-5.31	> 5.31
8	Chạy con thoi 4x10m (gy)	< 9.0	9.0-10.06	10.07-10.77	10.78-11.13	> 11.13
9	Chạy 5 phút tùy sức (m)	> 1227	1227-1038	1037 - 912	911- 850	< 850
10	Chạy 12 phút -test Cooper (m)	< 2123	2123-1946	1945- 1591	1590-1059	> 1059
<b>Tố chất thể lực chuyên môn</b>						
11	Vòng quay ly tâm (vòng)	> 18	17-15	14-11	10-7	< 7
12	Vòng quay lớn (vòng)	> 10	10-8	7-5	4-2	< 2
13	Chạy giàn thể lực (gy)	>120.77	120.77-139.04	139.05-175.89	175.90-231.02	<231.02
14	Khả năng bơi (m)	> 293	293-239	239-203	202-185	< 185

**Bảng 3. Bảng điểm đánh giá tố chất thể lực sinh viên Ngành đi biển  
Trường Đại học Hàng hải Việt Nam**

TT	Các test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>Tố chất thể lực chung</b>											
1	Lực bóp tay thuận (kG)	56.88	53.99	50.55	47.11	43.67	40.2	36.79	33.35	30.90	27.0
2	Lực bóp tay không thuận (kG)	52.95	49.97	46.53	43.08	39.64	36.2	32.75	29.3	25.9	21.8
3	Đeo gập thân (cm)	19	17	15	13	11	9	7	5	3	1
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30gy)	30	28	26	24	22	20	18	16	14	12
5	Nằm sấp chống đẩy tay (lần)	44	40	36	32	28	24	20	16	12	8
6	Bật xa tại chỗ (cm)	271.73	261.75	251.64	241.53	231.42	221	211.2	201.1	191	180.0
7	Chạy 30m XPC (gy)	4.14	4.26	4.44	4.61	4.79	4.96	5.14	5.31	5.49	5.51
8	Chạy con thoi 4x10m (gy)	8.70	9.00	9.36	9.71	10.07	10.4	10.78	11.13	11.50	12.07
9	Chạy 5 phút tùy sức (m)	1290.9	1227.1	1164.1	1101.1	1038.24	975	912.3	849.4	786.4	756.7
10	Chạy 12 phút- test Cooper (m)	2705	2477	2300	2123	1945	1769	1591	1414	1237	1006
<b>Tố chất thể lực chuyên môn</b>											
11	Vòng quay ly tâm (vòng)	20	19	18	17	16	15	14	13	11	10
12	Vòng quay lớn (vòng)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1.
13	Chạy giàn thể lực(gy)	109.0	125.42	141.5	157.56	174.0	189.7	205.77	221.84	237.91	256.90
14	Khả năng bơi (m)	311.61	293.62	275.68	257.74	239.80	222.0	203.92	186.0	160.4	145.06

Khi so chiếu giữa thành tích thực tế với điểm, sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích gần với điểm nào thì được phép sử dụng điểm đó làm điểm đánh giá.

Bảng điểm tổng hợp các chỉ tiêu đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam, trình bày ở bảng 4.

**Bảng 4. Tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam**

TT	Xếp loại	Điểm
1	Tốt	>81.8
2	Khá	81.7- 69.2
3	Trung bình	69.1-56.7
4	Yếu	56.6- 44.0
5	Kém	<44.0

### 3. KẾT LUẬN

Đã kiểm định tính phân bố chuẩn của các test đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam

Tất cả các test kiểm tra đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển Trường Đại học Hàng hải Việt Nam đánh giá đều có kết quả tương đối tập trung  $C_v < 10\%$ , sai số tương đối của số trung bình cộng đều nằm ở trong phạm vi cho phép  $\varepsilon < 0.05$ , chỉ tiêu  $W_{\text{tính}}$  (Shapiro - Winski) đều  $> W_{\text{bảng}} = 0$ .

Đã xây dựng bảng phân loại, điểm, điểm đánh giá tổng hợp thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam.

Trường đại học Hàng hải Việt Nam, tiến hành phân loại kết quả theo từng chỉ tiêu thành 5 mức

Đã xác định điểm tổng hợp đánh giá thể lực sinh viên Ngành đi biển, Trường đại học Hàng hải Việt Nam:

Khi so chiếu giữa thành tích thực tế với điểm, sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích gần với điểm nào thì được phép sử dụng điểm đó làm điểm đánh giá.



Ảnh minh họa (nguồn: Internet)

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic V.I (1982), Đánh giá trình độ tập luyện thể thao (Phạm Ngọc Trân dịch), Nxb TĐTT Hà Nội.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT về việc ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HSSV.
3. Bộ Y tế (2008), Quyết định số 20/2008/QĐ-BYT ngày 09/6/2008, Tiêu chuẩn sức khỏe của thuyền viên làm việc trên tàu biển Việt Nam.
4. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), Đo lường thể thao, Nxb TĐTT.
5. Hoàng Công Dân (1998), Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực sinh viên Đại học Mở- Địa chất, Luận văn thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TĐTT I.

**Nguồn bài báo:** Trích kết quả luận án tiến sĩ Giáo dục học: “Nghiên cứu nội dung giáo dục thể chất chuyên biệt cho sinh viên Ngành đi biển Trường Đại học Hàng hải Việt Nam”, TS. Vũ Đức Vinh.

**Ngày nhận bài:** 20/10/2023; **Ngày duyệt đăng:** 05/1/2024