THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG CAO ĐẲNG KINH TẾ - CÔNG NGHIỆP HÀ NỘI

ThS. Phạm Xuân Tín[1]

Tóm tắt: *Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã tiến hành đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên trường Cao đẳng Kinh tế - Công nghiệp Hà Nội. Kết quả cho thấy, thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Kinh tế - Công nghiệp Hà Nội chưa tốt, tỷ lệ sinh viên chưa đạt chuẩn về thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo còn khá cao.*

Từ khóa: *Thể lực chung, sinh viên, trường Cao đẳng Kinh tế - Công nghiệp Hà Nội*

Summary: *Using routine research methods in Sports and Physical Training, the article evaluated the general physical status of students at Hanoi College of Economics and Industry. The results show that the physical fitness of students at Hanoi College of Economics and Industry is not good, the proportion of students who do not meet physical standards according to regulations of the Ministry of Education and Training is still quite high.*

Keywords: *General physical fitness, students, Hanoi College of Economics and Industry*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Cao đẳng Kinh tế - Công nghiệp Hà Nội (CĐKT - CNHN) là một trường có truyền thống về công tác đào tạo, công tác giáo dục thể chất (GDTC) và hoạt động thể thao cho sinh viên. Tuy nhiên trong những năm qua công tác GDTC vẫn gặp nhiều khó khăn và những hạn chế nhất định, chưa đáp ứng được yêu cầu và mục tiêu đào tạo lao động tri thức trong thời kỳ đổi mới. Chương trình GDTC gồm 90 tiết chia làm 2 học phần, mỗi học phần 45 tiết.

Đối với sinh viên, khi hoàn thành chương trình GDTC cần phải thi kết thúc môn và để lấy chứng chỉ môn học thể chất (là điều kiện để xét tốt nghiệp khi ra trường).

Sau một thời gian áp dụng chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo (GD&ĐT), môn học GDTC của Trường CĐKT - CNHN đã đạt được những kết quả khả quan, song cũng còn bộc lộ một số mặt yếu kém. Về chương trình khi áp dụng cụ thể vào điều kiện thực tiễn của trường, nội dung các môn học nội khóa, vấn đề học các môn học tự chọn và đặc biệt giải quyết vấn đề đối xử cá biệt đối với những sinh viên có trình độ sức khỏe kém còn nhiều bất cập, chưa có những giải pháp cụ thể để giải quyết những vấn đề này. Kết quả môn học GDTC của sinh viên vẫn chưa cao, số lượng sinh viên không hoàn thành yêu cầu đề ra nhiều và không được xét tốt nghiệp vì chưa đạt chứng chỉ GDTC, quá trình học tập của sinh viên còn mang tính đối phó để đạt yêu cầu và được cấp chứng chỉ.

Với mong muốn góp phần hoàn thiện và nâng cao hiệu quả môn học GDTC cho sinh viên CĐKT - CNHN đạt được các yêu cầu mà Bộ GD&ĐT đề ra, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: ***"Thực trạng thể lực chung của sinh viên trường CĐKT - CNHN".***

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Đánh giá trình độ TLC theo năm học của sinh viên trường CĐKT - CNHN.

Thực trạng kiểm tra trình độ TLC của sinh viên trường CĐKT - CNHN theo các năm học được trình bày ở bảng 1 và 2.

Qua các bảng 1 và 2 cho thấy trình độ TLC của sinh viên Trường CĐKT - CNHN ở cả nam và nữ cũng mới chỉ ở mức độ trung bình và rất phân tán. Đặc biệt là ở 2 test chạy 30m XPC và Nằm ngửa gập bụng.

Để xem xét vấn đề này, đề tài sử dụng chỉ số t-student để so sánh kết quả so sánh phát triển TLC của sinh viên Trường CĐKT - CNHN. Kết quả được trình bày tại bảng 3 và 4.

Qua bảng 3 và 4 cho thấy: so sánh kết quả kiểm tra giữa các năm học của sinh viên năm thứ nhất, năm thứ hai, năm thứ ba đều cho thấy, hầu hết các chỉ số đánh giá TLC của nam, nữ sinh viên trường CĐKT - CNHN ở cả ba năm học đều có sự khác biệt rõ rệt và có ý nghĩa về mặt thống kê và đạt độ tin cậy cần thiết khi giá trị $t_{tính} > t_{bảng}$, $p < 0,05$. Sự phát triển TLC của đối tượng nghiên cứu thay đổi theo quá trình học tập. Trong đó sinh viên năm sau đều có thể lực tốt hơn sinh viên năm trước.

Tóm lại, căn cứ vào các kết quả trên chúng tôi nhận thấy rằng TLC của sinh viên trường CĐKT

1: Trường Đại học Công đoàn

Bảng 1. Thực trạng trình độ TLC của nam sinh viên trường CĐKT - CNHN qua các năm học

TT	Test	Năm thứ nhất (n = 80)		Năm thứ hai (n = 70)		Năm thứ ba (n = 60)	
		$\bar{x} \pm \sigma$	Cv	$\bar{x} \pm \sigma$	Cv	$\bar{x} \pm \sigma$	Cv
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (số lần)	16.6 ±4.22	25.42	20.1±4.01	19.95	22.4±2.21	9.87
2	Bật xa tại chỗ (cm)	210.6±17.85	8.48	217.8±19.32	8.87	226.6±20.12	8.88
3	Chạy 30m XPC (giây)	5.78±1.12	19.38	5.38±1.26	23.42	4.89±1.77	36.2
4	Chạy con thoi 4x 10m (giây)	12.4±1.18	9.52	12.2±1.50	12.30	11.78±1.32	11.2
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	898±90.2	10.04	960.7±86.5	9.00	990.8±78.2	7.89

Bảng 2. Thực trạng trình độ TLC của nữ sinh viên trường CĐKT - CNHN qua các năm học

TT	Test	Năm thứ nhất (n = 80)		Năm thứ hai (n = 60)		Năm thứ ba (n = 50)	
		$\bar{x} \pm \sigma$	Cv	$\bar{x} \pm \sigma$	Cv	$\bar{x} \pm \sigma$	Cv
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (số lần)	12.3±4.72	38.37	16.1±4.68	29.07	19.6±1.1	5.61
2	Bật xa tại chỗ (cm)	160.5±12.4	7.73	165.6±10.9	6.58	170.2±11.8	6.93
3	Chạy 30m XPC (giây)	6.5±0.98	15.08	6.04±1.12	18.54	5.72±1.11	19.41
4	Chạy con thoi 4x 10m (giây)	13.2±1.22	9.24	12.7±1.08	8.50	12.1±1.22	10.08
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	860±90.2	10.49	898.7±87.6	9.75	920.6±68.8	7.47

Bảng 3. So sánh trình độ TLC của nam sinh viên Trường CĐKT - CNHN theo các năm học (n_{k1} = 60; n_{k2} = 70; n_{k3} = 80)

TT	Các test	K1 – K2		K2 – K3	
		t	p	t	p
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (số lần)	3.70	p<0.05	3.09	p<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	2.36	p<0.05	2.02	p<0.05
3	Chạy 30m XPC (giây)	2.04	p<0.05	2.59	p<0.05
4	Chạy con thoi 4x 10m (giây)	1.98	p<0.05	2.04	p<0.05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	3.32	p<0.05	2.19	p<0.05

Bảng 4. So sánh trình độ TLC của nữ sinh viên Trường CĐKT - CNHN theo các năm học (n_{k1} = 80; n_{k2} = 60; n_{k3} = 50)

TT	Các test	K1 – K2		K2 – K3	
		t	p	t	p
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (số lần)	4.90	p<0.05	5.32	p<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	2.40	p<0.05	2.66	p<0.05
3	Chạy 30m XPC (giây)	1.72	p<0.05	2.47	p<0.05
4	Chạy con thoi 4x 10m (giây)	1.87	p<0.05	2.64	p<0.05
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	2.81	p<0.05	3.21	p<0.05

- CNHN mới chỉ đạt mức độ trung bình và không đồng đều giữa các năm học. Điều đó khẳng định việc phát triển TLC cho các sinh viên là việc làm cần thiết.

2.2. Đánh giá thực trạng trình độ TLC của sinh viên năm thứ nhất Trường CĐKT - CNHN theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực do Bộ GD & ĐT quy định

Đánh giá kết quả rèn luyện thân thể của sinh viên

Bảng 5. Kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực của sinh viên năm thứ nhất hệ cao đẳng Trường CĐKT - CNHN (n = 150 nam và n= 250 nữ)

TT	Nội dung kiểm tra	Giới tính	Tốt		Đạt		Không đạt	
			n	%	n	%	n	%
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Nam	39	26	92	61.33	19	12.66
		Nữ	57	22.8	157	62.8	36	14.4
2	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	40	26.66	91	60.66	19	12.66
		Nữ	45	18	156	62.4	49	19.6
3	Chạy 30m XPC (giây)	Nam	38	25.33	89	59.33	23	15.33
		Nữ	58	23.2	155	62	37	14.8
4	Chạy con thoi 4x10m (giây)	Nam	26	17.33	92	61.33	32	21.33
		Nữ	28	11.2	148	59.2	64	25.6
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	27	18	85	56.66	38	25.33
		Nữ	31	12.4	156	62.4	63	25.2

năm thứ nhất hệ cao đẳng thông qua tiêu chuẩn rèn luyện thân thể được ban hành theo quyết định Số: 53/2008/QĐ – BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ GD&ĐT về việc ban hành quy định về đánh giá, xếp loại thể lực sinh viên. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Nhìn chung, kết quả kiểm tra theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực của sinh viên năm thứ nhất hệ cao đẳng trường CĐKT - CNHN vẫn chủ yếu ở mức độ trung bình. Tỷ lệ này chiếm từ 56.66% tới 63.2%. Tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra ở mức yếu và kém còn cao, trong đó những chỉ tiêu đánh giá sức bền chiếm tỷ lệ sinh viên có kết quả ở mức yếu, kém cao hơn so với những chỉ tiêu đánh giá về sức nhanh, sức mạnh và mềm dẻo.

3. KẾT LUẬN

Thực trạng thể lực chung của sinh viên trường CĐKT - CNHN vẫn chủ yếu ở mức độ trung bình (chiếm từ 56.66% tới 63.2%). Tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra ở mức yếu và kém còn cao, trong đó những chỉ tiêu đánh giá sức bền chiếm tỷ lệ sinh viên có kết quả ở mức yếu, kém cao hơn so với những chỉ tiêu đánh giá về sức nhanh, sức mạnh và mềm dẻo

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Dương Nghiệp Chí và Nguyễn Danh Thái (chủ biên) (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 - 20 tuổi (thời điểm năm 2001)* – Nxb TDTT. Hà Nội

3. Nguyễn Xuân Sinh (2006), *Giáo trình phương pháp NCKH TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tốn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: *Bài báo trích kết quả luận văn thạc sỹ Giáo dục học của tác giả Phạm Xuân Tín với tên đề tài: "Nghiên cứu giải pháp nâng cao hiệu quả GDTC cho SV Trường Cao đẳng Kinh tế -Công nghiệp Hà Nội". Luận văn đã bảo vệ thành công năm 2021 tại trường Đại học TDTT Bắc Ninh*

Ngày nhận bài: 12/2/2024; Ngày duyệt đăng: 16/4/2024.

Ảnh minh họa (nguồn Internet)