Journal of educational equipment: Applied research, Volume 1, Issue 322 (October 2024)
ISSN 1859 - 0810

Nghiên cứu thực trạng thể lực của sinh viên Học viện Quản lý Giáo dục năm học 2023-2024

Nguyễn Đức Trường*

**Đơn vị công tác: Khoa Cơ bản Học viện Quản lý Giáo dục*
Received: 15/9/2024; Accepted: 22/9/2024; Published: 01/10/2024

Abstract: *The results show that the physical strength of male students at the Academy of Educational Management has 2/4 physical strength tests (Long Jump in Place and 5-minute Free Running) classified as unqualified, so the physical strength of male students is classified as unqualified according to the assessment standards of the Ministry of Education and Training. Regarding female students, comparing the physical strength standards of the Ministry of Education and Training, female students at the Academy of Educational Management have 2/4 standards that are good, 2/4 standards that are qualified, in general, female students at the Academy of Educational Management are classified as qualified according to the assessment standards of the Ministry of Education and Training. The results of comparing the physical fitness test results of students of the Academy of Educational Management after semester 1 and after semester 2 of the 2023-2024 school year show that the achievements of both male and female students have shown positive progress, significant with the table at $p<0.05$ with the growth rate of achievements obtained from 5.14→11.55% for all students.*

Keywords: *Physical Education, physical fitness, current situation, school year 2-23-2024, Academy of Educational Management.*

1. Đặt vấn đề

Nhiệm vụ của hoạt động giáo dục thể chất trường đại học, học viện được xác định là giúp sinh viên (SV) nắm được một số kiến thức cơ bản về một số môn Thể thao cơ bản, phù hợp, từ đó rèn luyện thói quen tự tập luyện thể chất, bảo vệ sức khỏe, nâng cao thể lực, cũng như hình thành thói quen luyện tập thể chất thường xuyên, suốt đời. Tuy nhiên hiện nay, hoạt động giáo dục thể chất ở các trường đại học và học viện còn nhiều hạn chế. Theo thống kê sơ bộ, mới chỉ có hơn 70% số trường học đảm bảo các điều kiện cơ bản cho hoạt động giáo dục thể chất trường học, việc áp dụng các phương pháp giảng dạy còn mang đậm nét truyền thống, chưa hoặc rất ít áp dụng các phương pháp tích cực, kết quả nghiên cứu khoa học vào thực tiễn giảng dạy. Thêm vào đó, trình độ giảng viên còn yếu, nội dung phương pháp và hình thức giảng dạy, tập luyện còn nghèo nàn chưa phong phú, chưa khuyến khích, lôi cuốn nhiều SV tự giác tập luyện,… Tổng hợp nhiều yếu tố dẫn đến các hạn chế liên quan đến hoạt động giáo dục thể chất trường học nói chung và trình độ thể lực của SV nói riêng.

Học viện Quản lý Giáo dục có chức năng đào tạo nguồn nhân lực quản lý giáo dục; nghiên cứu và phát triển khoa học quản lý giáo dục; ứng dụng khoa học quản lý giáo dục, tham mưu và tư vấn cho các cơ quan quản lý giáo dục nhằm đáp ứng những yêu cầu của chiến lược phát triển giáo dục và đào tạo của đất nước. Được ban Giám đốc quan tâm, tuy nhiên trong thực tế giảng dạy, hoạt động giáo dục thể chất vẫn còn một số vướng mắc. Mục đích của nghiên cứu này là đánh giá thực trạng thể lực của SV tại Học viện Quản lý Giáo dục năm học 2023-2024. Kết quả nghiên cứu được sử dụng làm căn cứ để xác định các can thiệp, điều chỉnh chương trình giảng dạy môn Giáo dục Thể chất hiện hành theo hướng hoàn thành và nâng cao chất lượng, đáp ứng nhu cầu đổi mới và hội nhập giáo dục Việt Nam với quốc tế.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp thường quy: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp kiểm tra sư phạm (áp dụng Tiêu chuẩn đánh giá thể lực của SV theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT và các test do nghiên cứu lựa chọn) và Phương pháp toán thống kê.

2.2. Đánh giá thực trạng thể lực của SV tại Học viện Quản lý Giáo dục năm học 2023-2024

2.2.1. Đánh giá thực trạng thể lực của SV tại Học viện Quản lý Giáo dục theo tiêu chuẩn của Quyết định 53/2008

Do điều kiện nghiên cứu, nghiên cứu áp dụng 4/6 test theo tiêu chuẩn của Quyết định 53/2008, cụ thể gồm: Bật xa tại chỗ (cm); Nằm ngửa gập bụng (lần); Chạy 30m xuất phát cao (XPC) (s); Chạy tùy sức 5 phút (m). Qua trình kiểm tra được thực hiện thống nhất cho tất cả đối tượng nghiên cứu. Hoạt động kiểm tra được thực hiện vào cuối học kỳ 2 năm học 2023-2024. Kết quả thu được như sau:

Bảng 2.1. Thực trạng thể lực của nam SV tại Học viện Quản lý Giáo dục (n_{nam}=31, $n_{nữ}$=42)

TT	Test	$\bar{x}$	±δ	Cv%	Min	Max	Xếp loại riêng	Xếp loại tổng thể
Nữ SV								
1	Bật xa tại chỗ (cm)	171,65	8,05	4,69	152	187	Tốt	Đạt
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	20,18	3,46	17,15	15	28	Tốt	
3	Chạy 30m XPC (s)	6,02	0,43	7,06	5,09	6,87	Đạt	
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	864,58	62,37	7,21	723	984	Đạt	
Nam SV								
1	Bật xa tại chỗ (cm)	206,33	9,84	4,77	180	252	Đạt	Chưa đạt
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	19,72	2,64	12,73	16	27	Chưa đạt	
3	Chạy 30m XPC (s)	5,39	0,29	5,33	5,01	6,12	Đạt	
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	939,32	76,15	8,11	804	1089	Chưa đạt	

Kết quả thu được từ bảng 2.1 cho thấy:

Đối với nhóm nữ SV: Test bật xa tại chỗ (cm) thu được $\bar{x}$ =171,65±8,05 (cm) với Cv%=4,69% chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu và xếp loại tốt theo tiêu chuẩn; Test nằm ngửa gập bụng (lần) thu được $\bar{x}$=20,18±3,46 (lần) với 10%<Cv%=17,15<20% và xếp loại tốt theo tiêu chuẩn; Test chạy 30m XPC (s) thu được $\bar{x}$ =6,02±0,43 (s) với Cv%=7,06 chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu và xếp loại đạt theo tiêu chuẩn; Test chạy tùy sức 5 phút (m) thu được $\bar{x}$=864,58±62,37 (m) với Cv%=7,21 chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu, tuy nhiên, so sánh với tiêu chuẩn thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo với giá trị mức đạt (≥850m) nên nhóm SV này xếp loại chưa đạt. Như vậy cả 4 tets đều thu được Cv <10% chứng minh các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu. Tuy nhiên, so sánh tiêu chuẩn thể lực theo Quyết định 53/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo thì nữ SV tại Học viện Quản lý Giáo dục có 3/4 test xếp loại đạt, vì vậy thể lực của nhóm nữ SV này được xếp loại đạt.

Đối với nhóm nam SV: Test bật xa tại chỗ (cm) thu được $\bar{x}$ =206,33±9,84 (cm) với Cv% = 4,77% chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu và xếp loại đạt theo tiêu chuẩn; Test nằm ngửa gập bụng (lần) thu được $\bar{x}$ =19,72±2,64 (lần) với 10%<Cv% = 12,73<20% chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất trung bình và xếp loại chưa đạt theo tiêu chuẩn; Test chạy 30m XPC (s) thu được $\bar{x}$ =5,39±0,29 (s) với Cv% = 5,33% chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu và xếp loại đạt theo tiêu chuẩn; Test chạy tùy sức 5 phút (m) thu được $\bar{x}$=939,32±76,15 (s) với Cv% = 8,11% chứng tỏ các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu và xếp loại chưa đạt theo tiêu chuẩn; Như vậy cả 4 tets đều thu được Cv <10% chứng minh các số liệu có độ đồng nhất cao và đảm bảo tính đại diện của tập hợp mẫu. Tuy nhiên, so sánh tiêu chuẩn thể lực theo Quyết định 53/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo thì nữ SV tại Học viện Quản lý Giáo dục chỉ có 2/4 test xếp loại đạt, vì vậy thể lực của nhóm nữ SV này được xếp loại chưa đạt.

2.2.2. Đánh giá thực trạng thể lực của SV Học viện Quản lý Giáo dục theo các test nghiên cứu lựa chọn

Thông qua tổng hợp và phân tích các tài liệu có liên quan, nghiên cứu tổng hợp được 9 test phù hợp để đánh giá đối tượng nghiên cứu. Sau khi lựa chọn bước đầu, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn chuyên gia, kết quả lựa chọn được 04 test có tổng số ý kiến lựa chọn mức rất phù hợp ≥90% trong số 30 chuyên gia gồm:1. Bật nâng cao gối liên tục 15s (lần); 2. Bật đổi chân liên tục 20s (lần); 3. Chạy 200m (s); 4. Di chuyển nhặt cầu cách 3.2m 20s (lần).

Để đảm bảo các yêu cầu về tính khoa học trong đánh giá đối tượng, nghiên cứu tiến hành áp dụng 04 test trên đối tượng nghiên cứu khách thể (2 lần cách nhau 7 ngày với điều kiện, quá trình kiểm tra đồng nhất tại thời điểm tuần đầu của năm học 2023-2024). Kết quả thu được sẽ được dụng để phân tích hệ số tương quan, qua đó xác định hệ số tin cậy của các chỉ số, test với đối tượng thực tế. Kết quả kiểm tra và phân tích được thể hiện tại bảng 2.2 như sau:

Bảng 2.2. Độ tin cậy của các test đánh giá thể lực cho SV Học viện Quản lý Giáo dục (Σ_n=62, n_{nam}=33, $n_{nữ}$=39)

Test	Kiểm tra lần 1	Kiểm tra lần 2	r	p
1. Bật nâng cao gối liên tục 15s (lần)	27.1±2.01	27.0±2.02	0.88	<0.05
2. Bật đổi chân liên tục 20s (lần)	64.4±2.02	64.3±2.01	0.82	<0.05
3. Chạy 200m (s)	31.7±2.11	31.6±2.10	0.85	<0.05
4. Di chuyển nhặt cầu cách 3.2m 20s (lần)	18.6±1.79	18.5±1.80	0.87	<0.05

Kết quả kiểm tra và phân tích thu được tại bảng 2.2 cho thấy hệ số tương quan r=0.81→0.88>0.8 (tại p<0.05) vì vậy các chỉ số, test đánh giá hình thái cơ thể và thể lực chuyên môn mà nghiên cứu đã lựa chọn đều đảm bảo độ tin cậy để đánh giá đối tượng nghiên cứu.

Để đánh giá sự thay đổi về hình thái và thể lực chuyên môn của SV tại Học viện Quản lý Giáo dục trong năm học 2023-2024, nghiên cứu tiến hành áp dụng 04 test đánh giá đối tượng 02 lần, trong đó lần 1 vào sau học kỳ 01 và lần 2 sau học kỳ 2 của năm học 2023-2024. Kết quả của 2 lần kiểm tra được nghiên cứu sử dụng nhằm xác định mức độ thay đổi của đối tượng nghiên cứu sau 01 năm học, tập thực tế. Kết quả thu được cụ thể như sau:

Bảng 2.3. Diễn biến thể lực của SV Học viện Quản lý Giáo dục trong năm học 2023-2024 (n_{nam}=33, $n_{nữ}$=39)

Test	Sau học kỳ 1	Sau học kỳ 2	t	p	W (%)
Nữ SV					
1. Bật nâng cao gối liên tục 15s (lần)	26.3±2.04	28.3±2.02	2.18	<0.05	5.14
2. Bật đổi chân liên tục 20s (lần)	61.6±2.02	64.2±4.06	2.21	<0.05	5.82
3. Chạy 200m (s)	30.1±2.10	33.7±2.18	2.44	<0.05	9.89
4. Di chuyển nhặt cầu cách 3.2m 20s (lần)	18.1±1.62	20.1±1.73	2.35	<0.05	10.02
Nam SV					
1. Bật nâng cao gối liên tục 15s (lần)	28.7±2.05	30.1±2.13	2.56	<0.05	7.22
2. Bật đổi chân liên tục 20s (lần)	66.3±2.05	69.5±4.12	2.35	<0.05	6.68
3. Chạy 200m (s)	32.7±2.15	35.3±2.25	2.52	<0.05	10.83
4. Di chuyển nhặt cầu cách 3.2m 20s (lần)	19.5±1.87	21.4±1.96	2.53	<0.05	11.55

Kết quả thu được từ bảng 2.3 và cho thấy: Kết quả so sánh thành tích cuối học kỳ 1 và sau khi kết thúc học kỳ 2 thu được ở cả 4 test đều là $t_{tính}>t_{bảng}$ như vậy ở cả 4 test đối với nam và nữ SV thu được kết quả sự khác biệt đều có ý nghĩa tại p<0.05. Mức độ thay đổi thể lực của các SV được thể hiện rõ qua chỉ số nhịp tăng trưởng (W%), cụ thể nhóm nữ tăng từ 5.14→10.02%, nhóm nam SV tăng từ 7.22→11.55%. Như vậy sau 01 năm học, các SV Học viện Quản lý Giáo dục đều được ghi nhận có mức tăng trưởng các yếu tố thể lực, trong đó ghi nhận nhóm nam SV có mức tăng trưởng tốt hơn so với nữ SV.

3. Kết luận

Kết quả cho thấy thể lực nam SV tại Học viện Quản lý Giáo dục có 2/4 test thể lực (Bật xa tại chỗ và Chạy tùy sức 5 phút) xếp loại chưa đạt, vì vậy thể lực của nam SV được xếp loại chưa đạt theo tiêu chuẩn đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Về nữ SV so sánh tiêu chuẩn thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo thì nữ SV Học viện Quản lý Giáo dục có 2/4 tiêu chuẩn đạt loại tốt, 2/4 tiêu chuẩn đạt loại đạt, tổng hợp nữ SV Học viện Quản lý Giáo dục được xếp loại đạt theo tiêu chuẩn đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Kết quả so sánh thành tích kiểm tra đánh trình độ thể lực của SV Học viện Quản lý Giáo dục sau học kỳ 1 và sau học kỳ 2 năm học 2023-2024 cho thấy thành tích của các SV cả năm và nữ đều có tính tiến bộ khả quan, có ý nghĩa với $t_{tính}>t_{bảng}$ tại p<0.05 với nhịp tăng trưởng thành tích thu được đều từ 5.14→11.55% cho tất cả các SV.

Tài liệu tham khảo

[1]. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học Thể dục Thể thao*, Nhà xuất bản Hà Nội.

[2]. Trịnh Trung Hiếu (1997), *Lý luận và Phương pháp giáo dục Thể dục Thể thao trong nhà trường*, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.

[3]. Novicốp A.D - Mátveep L.P (1990), *Lý luận và phương pháp Giáo dục Thể chất*, tập 1, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.

[4]. Lê Quý Phượng, Đặng Quốc Bảo (2002), *Cơ sở sinh học của tập luyện Thể dục Thể thao vì sức khỏe*, Nhà xuất bản. Thể dục Thể thao, Hà Nội.

[5]. *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo*.