

Xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá chuẩn thể lực nam học viên năm thứ nhất tại Học viện An ninh Nhân dân

Nguyễn Văn Trung*

*Khoa Quân sự-Võ thuật-Thể dục Thể thao, Học viện An ninh Nhân dân

Received: 15/7/2023; Accepted: 21/7/2023; Published: 27/7/2023

Abstract: Based on the published research on assessing the fitness status of male students at the People's Security Academy, the study continues to develop criteria for assessing general fitness for subjects. first year male student. Through the research process to ensure the reliability, the research selected 6 suitable professional tests to evaluate the research object. Through the steps of organizing research, the study successfully identified a single assessment scale, combined with a scoreboard on a 10-point scale, and divided it into 5 levels (good, good, average, weak and poor).) ensure the suitability with the object and practical utility in conducting the test and evaluation of the research object in the process of organizing teaching and research activities.

Keywords: Physical; Male practitioners; Evaluation criteria; First year; People's security Academy.

1. Đặt vấn đề

Trong các kế hoạch giảng dạy vận động, hoạt động kiểm tra đánh giá năng lực thể lực được xác định là bắt buộc và có ý nghĩa quan trọng trong việc xác định hiệu quả chương trình đào tạo, hoạt động giảng dạy tác động tới mục tiêu cơ bản đầu ra là thể lực của đối tượng tiếp nhận chương trình. Đánh giá năng lực thể lực hàng năm cũng có ý nghĩa thiết thực, góp phần xây dựng cơ sở khoa học cho việc hoàn thiện chương trình, thay đổi theo hướng nâng cao và phù hợp với điều kiện thực tế và nhu cầu của xã hội.

Nghiên cứu này là một nghiên cứu có tính kế thừa từ các kết quả nghiên cứu về cùng đối tượng do các giảng viên trong đơn vị (Khoa Quân sự-Võ thuật-Thể dục Thể thao, Học viện An ninh Nhân dân) đã tiến hành. Mục tiêu chính của nghiên cứu là xác định đúng thực trạng của đối tượng, đồng thời qua đó xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá đảm bảo tính khoa học tin cậy và phù hợp nhằm đánh giá hiệu quả của hoạt động giảng dạy và chương trình đào tạo tổng thể. Kết quả của nghiên cứu được dùng như phương tiện đánh giá thường xuyên và là căn cứ để đề xuất các thay đổi phù hợp.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu sử dụng các phương pháp cơ bản, tin cậy gồm phân tích và tổng hợp tài liệu, kiểm tra sự phạm, kiểm tra hình thái, chức năng cơ thể và toán thống kê.

2. Nội dung nghiên cứu và kết quả

2.1. Thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng các tiêu chí của Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT để xác định thực trạng của

đối tượng, kết quả thu được như sau:

Bảng 2.1. Thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu ($n_1, n_2 = 100$)

CHỈ TIÊU	$\bar{x} \pm SD$	δ_{cv}
1-Lực bóp tay thuận(kg)	44.08±4.34	9.85
2-Nằm ngửa gập bụng(lần/s)	18.35±1.8	9.81
3-Chạy 30m XPC(s)	4.70±0.38	8.09
4-Bật xa tại chỗ(cm)	208.52±19.5	9.35
5-Chạy con thoi 4x10m(s)	12.20±1.08	8.85
6-Chạy tùy sức 5 phút (m)	956.78±98	10.24

Kết quả kiểm tra thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu có tính tập chung, tuy nhiên kết quả so sánh cũng cho thấy kết quả trung bình đều nằm trong ngưỡng dưới của mức đạt theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT.

2.2. Xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho đối tượng nghiên cứu

Đề đưa ra định mức cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân, nghiên cứu tiến hành xây dựng bảng điểm chuẩn đánh giá theo thang độ C. Theo đó, các kết quả thu được qua kiểm tra (6 tiêu chí), được quy đổi qua đơn vị đo lường theo thang độ C = 5 + 2Z. Khi quy ra điểm ở các chỉ tiêu tính thời gian công thức chuyển đổi thành C = 5 - 2Z. Kết quả thu được cụ thể như sau:

Ghi chú: Điểm theo từng chỉ tiêu được tính ở mức tiệm cận như sau: Ví dụ: lực bóp tay thuận của nam sinh viên năm thứ nhất $\leq 35.4\text{kg} = 1$ điểm, $\leq 37.6\text{kg} = 2$ điểm...nhưng 10 điểm $> 54.9\text{kg}$.

Đề thuận tiện cho việc đánh giá, phân loại thể lực cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An

Bảng 2.2. Thang điểm theo từng chỉ tiêu cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân

Chỉ tiêu	Thang điểm đánh giá cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1-Lực bóp tay thuận(kg)	35.4	37.6	39.7	41.9	44.1	46.3	48.4	50.6	52.8	54.9
2-Nằm ngửa gấp bụng(lần/s)	14.8	15.7	16.6	17.5	18.4	19.3	20.2	21.1	22.0	22.9
3-Chạy 30m XPC(s)	5.5	5.3	5.1	4.9	4.7	4.5	4.3	4.1	3.9	3.8
4-Bật xa tại chỗ(cm)	169.5	179.3	189.0	198.8	208.5	218.3	228.0	237.8	247.5	257.3
5-Chạy con thoi 4x10m(s)	14.4	13.8	13.3	12.7	12.2	11.7	11.1	10.6	10.0	9.5
6-Chạy tùy sức 5 phút (m)	760.8	809.8	858.8	907.8	956.8	1005.8	1054.8	1103.8	1152.8	1201.8

ninh Nhân dân, nghiên cứu tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá theo phân loại từng chỉ tiêu cho từng năm học gồm 5 mức: Tốt, Khá, Trung bình, Yếu, Kém; mỗi mức liền cách nhau 1S, nghĩa là $\pm 2S$, như sau: Xếp loại Tốt: $> \bar{X} + 2S$; Xếp loại Khá: Từ $\bar{X} + S$ đến $\bar{X} + 2S$; Xếp loại Trung bình: Từ $\bar{X} - S$ đến $< \bar{X} + S$; Xếp loại Yếu: Từ $\bar{X} - 2S$ đến $\bar{X} - S$; Xếp loại Kém: $< \bar{X} - 2S$.

Cách phân loại này phù hợp với các số đo có kết quả càng lớn càng tốt. Nếu số đo có kết quả càng nhỏ càng tốt thì phân loại theo cách ngược lại (ví dụ: chạy 30m XPC, chạy con thoi 4x10m), nghĩa là: Xếp loại kém: $> \bar{X} + 2S$; Xếp loại yếu: Từ $\bar{X} + S$ đến $\bar{X} + 2S$; Xếp loại trung bình: Từ $\bar{X} - S$ đến $> \bar{X} + S$; Xếp loại khá: Từ $\bar{X} - 2S$ đến $\bar{X} - S$; Xếp loại tốt: $< \bar{X} - 2S$.

Để xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp 6 chỉ tiêu của nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân, nghiên cứu căn cứ vào chuẩn quy định tính điểm theo chương trình học của trường theo 5 mức sau: Xếp loại tốt: 9 điểm trở lên; Xếp loại khá: 7 điểm đến < 9 điểm; Xếp loại trung bình: 5 điểm đến < 7 điểm; Xếp loại yếu: > 3 điểm đến < 5 điểm; Xếp loại kém: 3 điểm trở xuống.

Kết quả đánh giá phân loại theo từng chỉ tiêu thể lực cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân được trình bày ở bảng 2.3 và bảng 2.4.

Xây dựng thang điểm đánh giá tổng hợp theo điểm đánh giá từng tiêu chí của nhóm nam học

viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân: Muốn đánh giá tổng hợp năng lực thể lực của nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân, nghiên cứu xác định các hoạt động cụ thể cần tuân theo quy trình sau:

Bước 1: Căn vào các quy trình đánh giá thể lực được quy định tại Quyết định 53/2008/QĐ-Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Bước 2: Xác định giá trị thành tích quy thành điểm đối với từng tiêu chí bằng cách đối chiếu thành tích của tiêu chí với kết quả đánh giá bằng điểm theo bảng 2.3;

Bảng 2.3. Phân loại thang điểm theo từng chỉ tiêu đánh giá cho

Chỉ tiêu	Phân loại thể lực nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân				
	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
Lực bóp tay thuận(kg)	≤ 39.7	$> 39.7 - < 44.1$	$44.1 - < 48.4$	$48.4 - < 52.8$	≥ 52.8
Nằm ngửa gấp bụng(lần/s)	≤ 16.6	$> 16.6 - < 18.4$	$18.4 - < 20.2$	$20.2 - < 22.0$	≥ 22.0
Chạy 30m XPC(s)	≥ 5.1	$< 5.1 - > 4.7$	$4.7 - > 4.3$	$4.3 - > 3.9$	≤ 3.9
Bật xa tại chỗ(cm)	≤ 189.0	$> 13.8 - < 208.5$	$208.5 - < 228.0$	$228.0 - < 247.5$	≥ 247.5
Chạy con thoi 4x10m(s)	≥ 13.3	$< 13.3 - > 12.2$	$12.2 - > 11.1$	$11.1 - > 10.0$	< 10.0
Chạy tùy sức 5 phút (m)	≤ 858.8	$> 858.8 - < 956.8$	$956.8 - < 1054.8$	$1054.8 - < 1152.8$	≥ 1152.8

Bước 3: Tính tổng điểm đạt được ở tất cả các tiêu chí quan sát (6 tiêu chí) của nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân. Sau đó đối chiếu với bảng chuẩn điểm đánh giá tổng hợp năng lực thể lực theo nhóm tuổi và giới tính tương ứng để xác định năng lực thể lực đạt được. Các bước tiến hành ở trên có thể quy nạp bằng công thức sau đây:

$$A = \sum a_i$$

Trong đó: A: là tổng điểm của các 6 tiêu chí quan sát; a_i : là điểm của tiêu chí thứ i (trong nghiên cứu này i là từ 1 tới 6); Σ : là dấu hiệu tổng

Dựa vào 6 tiêu chí đánh giá và theo quy định 5 mức xếp loại trên, nghiên cứu xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp 6 tiêu chí cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân cụ thể như sau: **(Xem tiếp trang 88)**

Ghi chú: $t_{\text{bảng}} > t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 2.13$.

Từ kết quả thu được ở bảng 2.3 cho thấy: Tất cả các nội dung kiểm tra đánh giá thể lực của hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng đã có sự khác biệt rõ rệt thu được với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 2.13$ tại ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Hơn nữa, mức độ tăng trưởng của nhóm thực nghiệm thu được (từ 2.317 đến 8.999) đều cao hơn so với nhóm đối chứng ở tất cả các test (từ 1.999 đến 6.815). Hay nói một cách khác, việc ứng dụng 14 bài tập do nghiên cứu lựa chọn biểu hiện rõ tính hiệu quả trong việc phát triển trình độ thể lực cho nhóm nam sinh viên học Giáo dục Thể chất tự chọn môn Bóng chuyền Trường Đại học Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả đã biểu thị mức độ hiệu quả thu được sau thực nghiệm ứng dụng các bài tập trên, nhóm thực nghiệm tập các bài tập do nghiên cứu lựa chọn vào phần thể lực đã được kết quả phát triển thể lực hơn hẳn nhóm đối chứng sử dụng các bài tập quy định trong Chương trình Giáo dục Thể chất hiện hành.

3. Kết luận

Qua quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 29 bài tập phát triển thể lực cho nhóm nam sinh viên học Giáo dục Thể chất tự chọn môn Bóng chuyền Trường Đại học Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh. Quá trình thực nghiệm sư phạm trong thời gian 01 học kỳ (6 tháng), nghiên cứu đã xác định được hiệu quả rõ rệt của các bài tập đã lựa chọn ứng dụng trong giảng

dạy nhằm phát triển trình độ thể lực của nhóm thực nghiệm so với nhóm đối chứng thể hiện ở sự khác biệt giữa các test kiểm tra ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ tại ngưỡng xác suất $p < 0.05$).

Tài liệu tham khảo

1. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện Thể thao*, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2001/QĐ-BGDĐT, ngày 18/9/2008 về việc Đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*, Hà Nội.
3. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT, ngày 14 tháng 10 năm 2015, quy định về chương trình học môn GDTC thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học*, Hà Nội.
4. Hare D. (1996), *Học thuyết Huấn luyện*, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội, dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển.
5. Nguyễn Ngọc Long, Nguyễn Xuân Hùng, Lê Hoàng Dũng, Trần Xuân Tâm (2015), *Giáo trình Bóng chuyền*, NXB Thông tin và truyền thông, Hà Nội.
6. Phomin E.V (1987), *Nghiên cứu sức mạnh các nhóm cơ chính của các vận động viên Bóng chuyền*, Bản tin Khoa học Kỹ thuật Thể dục Thể thao, (8), tr.17.
7. Nguyễn Văn Sơn, Nguyễn thị Hùng, Giao Thị Kim Đông (2013), *Giáo trình Toán học thống kê*, NXB Thông tin và Truyền thông, Hà Nội.

Xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá.....(tiếp theo trang 85)

Bảng 2.4. Bảng điểm đánh giá tổng hợp cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân

TT	Xếp loại	Điểm đánh giá
1	Tốt	≥ 90
2	Khá	70 - < 90
3	Trung bình	50 - < 70
4	Yếu	> 30 - < 50
5	Kém	≤ 30

3. Kết luận

Thông qua các kết quả đạt được, nghiên cứu đi đến kết luận như sau: Căn cứ vào thực trạng thể lực của nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân, nghiên cứu đã xây dựng được 2 thang điểm đánh giá theo điểm từng chỉ tiêu, 2 thang điểm đánh giá theo phân loại từng chỉ tiêu và bảng điểm đánh giá tổng hợp theo điểm cho nhóm nam học viên năm thứ nhất Học viện An ninh Nhân dân.

Đây là một trong những cơ sở rất quan trọng để đưa ra định mức cho sinh viên, tự đánh giá được năng lực thể lực của bản thân, để phân đầu rèn luyện vươn lên ở mức cao hơn nữa trong quá trình tham gia giờ học Giáo dục Thể chất và tự tập luyện Thể dục Thể thao ở trường và giúp giảng viên Giáo dục Thể chất có thể đánh giá sinh viên khoa học hơn, định hướng cho mục tiêu giáo dục thể lực góp phần nâng cao năng lực thể lực cho học viên Học viện An ninh Nhân dân.

Tài liệu tham khảo

1. Aulic IV (1982). *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao (Phạm Ngọc Trân dịch)*. NXB TĐTT, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*. NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội.
3. Trịnh Trung Hiếu (1997), *Lý luận và phương pháp giáo dục Thể dục Thể thao trong nhà trường*,