

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN VÀ THANG ĐIỂM ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUNG CHO SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC TDTT ĐÀ NẴNG

TS. Nguyễn Văn Long
Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tóm tắt: Phát triển thể lực cho sinh viên trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng nói chung và cho sinh viên năm nhất ngành Giáo dục thể chất nói riêng là vấn đề hết sức quan trọng, cốt lõi trong việc hoàn thành tốt nhiệm vụ học tập và rèn luyện của sinh viên, là nhiệm vụ bắt buộc được thể hiện trong chương trình, kế hoạch đào tạo của nhà trường và của khoa. Do vậy, mỗi sinh viên phải thường xuyên rèn luyện thể lực chung nhằm không ngừng nâng cao thể lực để hoàn thành tốt việc học tập các môn thực hành thể thao trong nhà trường.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, thang điểm, đánh giá thể lực chung, sinh viên, Giáo dục thể chất.

Abstract: Developing physical strength for students of Danang Sports University in general and for the first-year students in Physical Education in particular is a very important and core issue in fulfilling students' learning and training tasks, is a mandatory task expressed in the curriculum and training plan of the school and the faculty. Therefore, each student must regularly train their general physical strength to constantly improve their fitness to successfully complete the study of sports practice subjects at school.

Keywords: Standard, grading scale, general fitness assessment, students, Physical education.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong quá trình học tập và rèn luyện kỹ thuật thực hành thể thao, yếu tố thể lực chung góp một vai trò hết sức quan trọng. Theo thống kê của khoa Giáo dục thể chất (GDTC) trường Đại học TDTT Đà Nẵng trong những năm gần đây, trình độ thể lực chung của sinh viên ngành GDTC còn yếu. Dẫn đến có những em có kỹ thuật tương đối tốt song khi thi học phần vẫn nợ môn học thực hành (*tỷ lệ này chiếm từ 12-15%*). Điều này ảnh hưởng lớn đến kết quả học tập trong những năm học tiếp theo của sinh viên và kể cả sau này tốt nghiệp ra trường. Để có thể khắc phục được yếu điểm trên về chuẩn bị thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất đối với quá trình dạy và học môn các môn học thực hành. Cần thiết phải có được hệ thống chỉ tiêu và tiêu chuẩn đánh giá một cách khoa học và chính xác giúp cho giáo viên có thể kiểm tra

đánh giá đúng để định hướng điều chỉnh kế hoạch dạy học cũng như nội dung và phương pháp huấn luyện thể lực cho sinh viên ngay từ năm đầu. Từ vấn đề nêu trên, đặt ra cho chúng tôi là: ***“Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng”***.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các nhóm phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra sư phạm; và Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Xây dựng tiêu chuẩn thang điểm đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Để xây dựng tiêu chuẩn và thang điểm đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất, bài viết đã tiến hành theo 4 bước:

- *Bước 1:* Xây dựng tiêu chuẩn phân loại thể lực chung cho sinh viên nam, nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

- *Bước 2:* Xây dựng tiêu chuẩn điểm đánh giá thể lực chung theo từng test của nam, nữ sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

- *Bước 3:* Phân loại sinh viên dựa trên bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của nam, nữ sinh viên nam và nữ

năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

- *Bước 4:* Kiểm định tiêu chuẩn thang điểm đánh giá tổng hợp trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam, nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất.

1.1. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Phân loại trình độ theo từng chỉ tiêu là để đánh giá thể lực chung ở từng test cụ thể. Phương pháp đánh giá phân loại là phương pháp dùng số trung bình cộng của mẫu điều tra (\bar{X}) làm giá trị chuẩn, lấy độ lệch chuẩn (δ) làm khoảng cách ly tán để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực sinh viên. Có nhiều cách xây dựng tiêu chuẩn đánh giá phân loại, nhưng đề tài đã phân loại theo phương thức $\pm 2\delta$ để đánh giá. Cách phân loại cụ thể được tiến hành theo 7 mức và được biểu hiện theo khung chuẩn sau:

Bảng 1. Tiêu chuẩn phân loại thể lực chung sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

PHÂN LOẠI	GIỚI HẠN	Tỷ lệ %
Rất kém	Dưới $\bar{X} - 2\delta$	2,27
Kém	Từ $\bar{X} - 2\delta \sim \bar{X} - 1\delta - \Delta$	13,59
Yếu	Từ $\bar{X} - 1\delta \sim \bar{X} - 0,5\delta - \Delta$	14,99
Trung bình	Từ $\bar{X} - 0,5\delta \sim \bar{X} + 0,5\delta$	38,29
Khá	Từ $\bar{X} + 0,5\delta + \Delta \sim \bar{X} + 1,0\delta$	14,99
Tốt	Từ $\bar{X} + 1,0\delta + \Delta \sim \bar{X} + 2,0\delta$	13,59
Rất Tốt	Trên $\bar{X} + 2\delta$	2,27

Ghi chú: - Nếu số đo càng nhỏ càng tốt, tiêu chuẩn phân loại theo chiều ngược lại và Δ là giá trị để phân biệt với các loại gần kề. Theo đó đề tài phân loại trình độ thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng, kết quả được trình bày như ở Bảng 2.

Bảng 2. Phân loại các test kèm tra cho sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TĐTT Đà Nẵng (n = 40)

TT	Chi tiêu	Phân loại						
		Rất kém	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt	Rất tốt
Nam								
1	Chạy 30m XPC (s)	> 5,05	5,05 - >4,90	4,90 - >4,85	4,85 - >4,75	4,75 - >4,70	4,70 - >4,60	≤ 4,60
2	Chạy 60m XPC (s)	> 7,55	7,55 - >7,40	7,40 - >7,35	7,35 - >7,25	7,25 - >7,20	7,20 - >7,10	≤ 7,10
3	Bật xa không đà 1 bước (m)	< 2,30	2,30 - <2,45	2,45 - <2,50	2,50 - <2,60	2,60 - <2,65	2,65 - <2,75	≥ 2,75
4	Bật xa không đà 3 bước (m)	< 7,20	7,20 - <7,50	7,50 - <7,60	7,60 - <8,00	8,00 - <8,20	8,20 - <8,80	≥ 8,80
5	Nâng cao đùi tại chỗ 15gy (l)	< 11,00	11,00 - <14,00	14,00 - <15,00	15,00 - <19,00	19,00 - <21,00	21,00 - <25,00	≥ 25,00
6	Tần số bước (bước/s)	< 4,10	4,10 - <4,40	4,40 - <4,50	4,50 - <4,70	4,70 - <4,80	4,80 - <5,00	≥ 5,00
7	Chạy 100m (s)	>12,55	12,55 - >12,40	12,40 - >12,35	12,35 - >12,25	12,25 - >12,20	12,20 - >12,10	≤ 12,10
Nữ								
1	Chạy 30m XPC (s)	> 6,05	6,05 - >5,90	5,90 - >5,85	5,85 - >5,75	5,75 - >5,70	5,70 - >5,60	≤ 5,60
2	Chạy 60m XPC (s)	> 8,70	8,70 - >8,50	8,50 - >8,40	8,40 - >8,20	8,20 - >8,10	8,10 - >8,00	≤ 8,00
3	Bật xa không đà 1 bước (m)	< 1,85	1,85 - <2,00	2,00 - <2,05	2,05 - <2,15	2,15 - <2,20	2,20 - <2,30	≥ 2,30
4	Bật xa không đà 3 bước (m)	< 6,80	6,80 - <7,10	7,10 - <7,20	7,20 - <7,40	7,40 - <7,50	7,50 - <7,70	≥ 7,70
5	Nâng cao đùi tại chỗ 15gy (l)	< 9,00	9,00 - <12,00	12,00 - <13,00	13,00 - <15,00	15,00 - <16,00	16,00 - <18,00	≥ 18,00
6	Tần số bước (bước/s)	< 3,30	3,30 - <3,60	3,60 - <3,70	3,70 - <3,90	3,90 - <4,00	4,00 - <4,20	≥ 4,20
7	Chạy 100m (s)	>15,30	15,30 - >15,00	15,00 - >14,90	14,90 - >14,60	14,60 - >14,40	14,40 - >14,00	≤ 14,00

1.2. Xây dựng tiêu chuẩn điểm đánh giá thể lực chung theo từng test của sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Theo lý thuyết đo lường có nhiều thang chuẩn để đánh giá, nhưng bài viết đã sử dụng thang chuẩn “C” là thang chuẩn 10 điểm được dùng khá phổ biến ở nước ta.

Bảng chuẩn điểm đánh giá theo từng test của thể lực chung không những cho phép tính điểm

của bất kỳ test nào, mà còn cho biết tổng điểm các test, nhằm phục vụ cho giáo viên trong công tác đối chiếu, kiểm tra, đánh giá thể lực chung một cách tổng hợp trong thực tiễn giảng dạy và nghiên cứu. Dựa trên kết quả kiểm tra của 40 sinh viên nam, nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất. Đề tài xác định bảng điểm đánh giá thể lực chung theo thang độ (C) ở từng test. Kết quả được trình bày trong Bảng 3.

Bảng 3. Tiêu chuẩn thang điểm đánh giá thể lực chung theo từng test của nam và nữ sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Chỉ tiêu Điểm	Chạy 30m XPC(s)	Chạy 60m XPC(s)	Bật xa không đà 1 bước(m)	Bật xa không đà 3 bước(m)	Nâng cao đùi tại chỗ 15gy(l)	Tần số bước (bước/s)	Chạy 100m (s)
Nam							
10	≤ 4,60	≤ 7,10	≥ 2,75	≥ 8,80	≥ 25,00	≥ 5,00	≤ 12,10
9	4,65	7,15	2,70	8,50	23,00	4,90	12,15
8	4,70	7,20	2,65	8,20	21,00	4,80	12,20
7	4,75	7,25	2,60	8,00	19,00	4,70	12,25
6	4,80	7,30	2,55	7,80	17,00	4,60	12,30
5	4,85	7,35	2,50	7,60	15,00	4,50	12,35
4	4,90	7,40	2,45	7,50	14,00	4,40	12,40
3	4,95	7,45	2,40	7,40	13,00	4,30	12,45
2	5,00	7,50	2,35	7,30	12,00	4,20	12,50
1	≥ 5,05	≥ 7,55	≤ 2,30	≤ 7,20	≤ 11,00	≤ 4,10	≥ 2,55
Nữ							
10	≤ 5,60	≤ 8,00	≥ 2,30	≥ 7,70	≥ 18,00	≥ 4,20	≤ 14,00
9	5,65	8,00	2,25	7,60	17,00	4,10	14,20
8	5,70	8,10	2,20	7,50	16,00	4,00	14,40
7	5,75	8,20	2,15	7,40	15,00	3,90	14,60
6	5,80	8,30	2,10	7,30	14,00	3,80	14,80
5	5,85	8,40	2,05	7,20	13,00	3,70	14,90
4	5,90	8,50	2,00	7,10	12,00	3,60	15,00
3	5,95	8,60	1,95	7,00	11,00	3,50	15,10
2	6,00	8,70	1,90	6,90	10,00	3,40	15,20
1	≥ 6,05	≥ 8,70	≤ 1,85	≤ 6,80	≤ 9,00	≤ 3,30	≥ 5,30

Ghi chú:

- Thành tích <0,025 làm tròn xuống điểm dưới; Thành tích ≥0,025 làm tròn lên điểm trên

- Thành tích <0,05 làm tròn xuống điểm dưới; Thành tích ≥0,05 làm tròn lên điểm trên.

1.3. Phân loại sinh viên dựa trên bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam và nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Để phân loại sinh viên dựa trên bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam và nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng, đề tài tiến hành theo các bước như sau:

Bước 1: Tính điểm theo thang độ C ở các test (Tham chiếu từ Bảng 3).

Bước 2: Tính tổng điểm đạt được ở từng test của sinh viên nam, nữ.

Bước 3: Xây dựng bảng điểm tổng dựa trên quy tắc $\pm 2\delta$.

Theo tiến trình trên, bài viết đã tiến hành xác định các giá trị điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam và nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng, kết quả được trình bày ở Bảng 4.

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam và nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Rất kém	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt	Rất tốt
≤ 21	$22 - \leq 24$	$25 - \leq 34$	$35 - \leq 48$	$49 - \leq 55$	$56 - \leq 62$	≥ 63

1.4. Kiểm định tiêu chuẩn thang điểm đánh giá tổng hợp trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam và nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Sau khi xây dựng được các tiêu chuẩn thang điểm cũng như bảng điểm đánh giá tổng hợp thể lực chung, chúng tôi tiến hành kiểm định tính phù hợp và khách quan của bảng điểm đánh giá tổng hợp thể lực chung ở 30 sinh viên nam, nữ (15 nam, 15 nữ) trên tổng số 40 sinh viên đã kiểm tra được bốc thăm ngẫu nhiên.

Kiểm định được tiến hành bằng 2 cách:

Cách 1: Tính hệ số tương quan giữa tổng điểm đạt được ở 7 test với thành tích chạy 30m XPC và bật xa không đà 1 bước của nam, nữ sinh viên ngành Giáo dục thể chất năm thứ nhất. Nếu hệ số tương quan cao thì có thể khẳng định tiêu chuẩn được xây dựng là khách quan tin cậy, nếu hệ số tương quan thấp hoặc không tương quan thì tiêu chuẩn đã xây dựng là không thỏa đáng.

Cách 2: Lấy kết quả tổng điểm của 7 test phân làm 2 nhóm: Nhóm có kết quả tổng điểm cao hơn được xếp từ 1 đến 7 và nhóm có tổng

điểm thấp hơn được xếp từ 8 đến 15 để so sánh thành tích chạy 30m XPC và bật xa không đà 1 bước giữa chúng. Nếu thành tích giữa chúng có sự khác nhau mà ưu thế nghiêng về nhóm có thành tích tốt thì có nghĩa tiêu chuẩn đã xây dựng là xác đáng, ngược lại thì không phù hợp. Ở đây bài viết sử dụng chỉ số Winkoson để xử lý.

Kết quả phân tích tương quan cho thấy hệ số tương quan giữa tổng điểm với thành tích chạy 30m XPC là $r = 0,82$ với thành tích bật xa không đà 1 bước là $r = 0,86$ và có ý nghĩa thống kê với $P < 0,01$. Như vậy, hệ số tương quan là khá cao, nên tiêu chuẩn được xây dựng là khách quan, tin cậy.

Còn kết quả so sánh thành tích của 2 nhóm (nhóm có tổng điểm cao hơn và nhóm có tổng điểm thấp hơn) được trình bày ở Bảng 5.

Kết quả ở Bảng 5 cho thấy thành tích chạy 30m XPC và bật xa không đà 1 bước, nhóm có tổng điểm cao bao giờ cũng chiếm ưu thế. Ở đây $W_{\text{tính}}(Rx) = 4,16 - 4,27 < 17$ ($W = 0,01$) nên sự khác biệt về thành tích giữa 2 nhóm là có ý nghĩa thống kê với $P < 0,01$.

Bảng 5. So sánh thành tích chạy 30m XPC và bật xa không đà 1 bước giữa 2 nhóm thông qua chỉ số Winkoson

Nhóm	Chạy 30m XPC	Bật xa không đà 1 bước	W = 0,01	P
Nhóm điểm cao (Rx)	4,16	4,27	17	< 0,01
Nhóm điểm thấp (Ry)	10,5	10,3		

Tóm lại: Từ 2 cách kiểm định trên có thể rút ra một nhận định chung là tiêu chuẩn thang điểm đánh giá trình độ phát triển thể lực chung của nam, nữ sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất là chuẩn xác, đáng tin cậy và hoàn toàn có thể dùng để đánh giá trình độ phát triển thể lực chung cho toàn thể sinh viên năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

KẾT LUẬN

Thông qua các bước nghiên cứu, bài viết đã xây dựng được các bảng tiêu chuẩn thang điểm

đánh giá khách quan và tin cậy trình độ phát triển thể lực chung của sinh viên nam, nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng. Đó là: Bảng phân loại trình độ thể lực chung theo từng test (Bảng 2), bảng điểm đánh giá trình độ phát triển thể lực chung theo từng test (Bảng 3) và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ phát triển thể lực chung cho sinh viên nam, nữ năm thứ nhất ngành Giáo dục thể chất trường Đại học TDTT Đà Nẵng (Bảng 4).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Chiến, Nguyễn Đức Văn (2004), “Đo lường thể thao”, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Văn Lâm, Phạm Xuân Thành (2007), “Đo lường thể dục thể thao”, NXB TDTT, Hà Nội.
- [3]. Lê Hồng Sơn, Nguyễn Tuấn Anh (2012), “Xác định tiêu chí kiểm tra và định hướng lượng vận động huấn luyện sức bền ưa khí”, Thông tin Khoa học TDTT, Viện Khoa học TDTT.
- [4]. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2003), “Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao”, NXB TDTT, Hà Nội, tr.56,60.
- [5]. Nguyễn Quang Vinh (2009), “Đánh giá trình độ tập luyện cho vận động viên nam từ 16-18 tuổi các môn thể thao có tính chu kỳ (dẫn chứng trong môn xe đạp thể thao)”, Luận văn Tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT Hà Nội.