

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA SINH VIÊN NĂM 1 VÀ 2 TRƯỜNG CAO ĐẲNG LƯƠNG THỰC - THỰC PHẨM ĐÀ NẴNG

TS. Nguyễn Văn Long, Ths. Dương Quang Trường

Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tóm tắt: Qua nghiên cứu kiểm tra, đánh giá trên 200 sinh viên năm 1 và 2 của Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng. Chúng tôi nhận thấy thực trạng thể lực chung của sinh viên còn nhiều hạn chế, chưa đạt tiêu chuẩn theo quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Nguyên nhân của thực trạng này là do chưa đưa các bài tập phát triển thể lực vào buổi học có tính hệ thống, nội dung và phương pháp lên lớp giữa các giáo viên chưa thống nhất và nhiều yếu tố khách quan khác tác động đến. Mặt khác do chính nhận thức của sinh viên còn xem thường công tác Giáo dục thể chất.

Từ khóa: Thực trạng thể lực chung, sinh viên năm 1 và 2, Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm.

Abstract: Through research, testing and evaluation of over 200 students in the 1st and 2nd years of Danang College of Food-Food. We realize that the general physical condition of students is still limited, not meeting the standards prescribed by the Ministry of Education and Training's regulations on assessment and classification of students' physical fitness. The reason for this situation is that physical development exercises have not been included in the lesson systematically, the content and teaching methods among teachers are not consistent and many other objective factors affect. On the other hand, due to the students' perception, they also look down on the work of Physical Education.

Keywords: General physical condition, 1st and 2nd year students, College of Food-Food.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Cao đẳng Lương thực -Thực phẩm được thành lập năm 2002, tiền thân là trường Trung học Lương thực -Thực phẩm thành lập năm 1976. Qua hơn 48 năm xây dựng và phát triển, nhà trường đã đào tạo ra nguồn nhân lực đảm bảo chất lượng, thực hiện nghiên cứu, ứng dụng, chuyển giao tiến bộ khoa học công nghệ; hội nhập khu vực và quốc tế góp phần phát triển nguồn nhân lực phục vụ công nghiệp hóa, hiện đại hóa nông nghiệp, nông thôn và phát triển kinh

tế - xã hội của đất nước, góp phần tích cực cho việc phát triển kinh tế - xã hội của Thành phố Đà Nẵng nói riêng, các tỉnh Miền Trung - Tây Nguyên và cả nước nói chung. Trường Cao đẳng Lương thực -Thực phẩm có truyền thống dạy tốt học tốt, trong đó có môn học thể dục. Cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy môn học thể dục nội và ngoại khóa ngày càng được bổ sung và hoàn thiện, Trường có nhà tập đa năng, sân bóng đá, bóng chuyền, sân cầu lông... Bộ môn Giáo dục Thể chất có đội ngũ giáo viên lâu năm giàu kinh nghiệm,

đa số có trình độ Đại học và sau Đại học. Tuy nhiên, song hành với những lợi thế vẫn luôn tồn tại những khó khăn nhất định; đó là nắm bắt diễn biến sự phát triển tổ chất thể lực của sinh viên chưa được thường xuyên và có tính hệ thống. Để từ đó việc tìm ra phương pháp điều chỉnh nội dung giảng dạy cho phù hợp nhằm nâng cao chất lượng công tác Giáo dục thể chất trong nhà trường luôn cần có những đánh giá kịp thời, đúng mức và khoa học về sự biến đổi thể chất của sinh viên trong quá trình học tập, xuất phát từ vấn đề trên chúng tôi *Đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực - Thực phẩm Đà Nẵng.*

Phương pháp nghiên cứu: Trong quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC tại Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

1.1. Chương trình giảng dạy môn học Giáo dục thể chất tại Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

Nội dung chương trình Giáo dục thể chất (GDTC) ở Trường Cao đẳng Lương thực - Thực phẩm Đà Nẵng được tiến hành theo quy định của Bộ GD&ĐT là 90 tiết được chia làm 3 học kỳ tương ứng với 3 học phần, mỗi học kỳ 1, học phần 30 tiết. Nội dung giảng dạy nội khóa 3 tiết/tuần, công tác ngoại khóa thực hiện trong học kỳ đó do sinh viên tự tổ chức theo nhóm hoặc theo lớp để tự ôn tập, củng cố và hoàn thiện các kỹ thuật cũng như các tổ chất thể lực.

Trong từng học phần có kiểm tra đánh giá theo từng nội dung đã quy định của nhà trường được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Chương trình giảng dạy nội khóa môn học giáo dục thể chất của Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

TT	Nội dung chương trình	Tổng số tiết	Phân phối chương trình		
			Số tiết HK1	Số tiết HK2	Số tiết HK3
I	Học kỳ 1 (bắt buộc)	30			
1	Đội hình, đội ngũ		6		
2	Thể dục tay không		6		
3	KT chạy cự ly ngắn(50m)		6		
4	KT chạy cự ly trung bình (Nam 1500m, Nữ 800m)		12		
II	Học kỳ 2 (bắt buộc)	30			
5	Thể dục dụng cụ (xà kép đối với nam, xà lệch đối với nữ)			10	
6	KT chạy cự ly ngắn (100m)			10	
7	KT nhảy xa kiểu ngội			10	
III	Học kỳ 3 (Tự chọn) Chọn 1 trong 5 nội dung sau:	30			
1	Bóng chuyền				30
2	Bóng đá				30
3	Bóng rổ				30
4	Bóng bàn				30
5	Cầu lông				30
	Tổng cộng	90	30	30	30

Qua bảng 1, cho thấy tổng số giờ học chính khóa gồm 90 tiết được chia đều trong 3 học kỳ, trong đó giờ học nội khóa phần lớn là giảng dạy kỹ thuật của các môn thể thao đã quy định trong chương trình chi tiết của học phần đó. Thực tế trong quá trình giảng dạy chưa cải tiến và thống nhất được phương pháp tổ chức của buổi học, chưa có kế hoạch hướng dẫn và tổ chức cho sinh viên tập luyện theo các tiêu chuẩn rèn luyện thân thể. Đặc biệt, các bài tập thể lực hiện đang sử dụng để

phát triển thể lực cho sinh viên vẫn còn ít về số lượng và hạn chế về nội dung, chủ yếu là các trò chơi vận động và bài tập tĩnh lực và được tập xen kẽ vào trong giờ học kỹ thuật.

1.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên

Qua điều tra khảo sát đội ngũ giáo viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng, thấy cơ bản đã tốt nghiệp Đại học và sau Đại học, kết quả trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giáo viên TDTT của Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

Giáo viên	Số lượng	Tuổi đời bình quân	Bình quân tuổi nghề	Trình độ			Số tiết 1GV/1 năm	Bồi dưỡng hàng năm cho GV
				Cử nhân	Thạc sỹ	Tiến sỹ		
Nam	5	39	16.2	3	2	0	420	0
Nữ	0	0	0	0	0	0	0	0

Kết quả ở bảng 2 cho thấy, mặc dù 100% số lượng giáo viên đều tốt nghiệp đại học và sau đại học. Thời gian công tác của các giáo viên đều trên 5 năm, số lượng giáo viên đáp ứng được nhu cầu của nhà trường, mỗi giáo viên đảm nhiệm trên 420 tiết/1 năm. Do đó, bước đầu đảm bảo được chất lượng và yêu cầu về GDTC cho sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng trong

giai đoạn hiện nay.

1.3. Thực trạng về cơ sở vật chất

Yếu tố cơ sở vật chất, trang thiết bị dụng cụ, sân bãi phục vụ cho công tác giảng dạy và tập luyện cũng là điều kiện quan trọng và cần thiết để nâng cao chất lượng đào tạo. Đề tài đã tiến hành điều tra, đánh giá sân bãi, dụng cụ trong năm 2018. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ cho dạy và học môn học GDTC của Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

TT	Cơ sở vật chất	Số lượng	Chất lượng
1	Sân Điền kinh	1	Khá
2	Đường chạy ngắn	6	Khá
3	Sân Bóng chuyền	2	Tốt
4	Sân Bóng đá (sân 11 người)	1	Khá
5	Sân bóng rổ	1	Tốt
6	Nhà tập, thi đấu	1	Khá

Qua khảo sát và kết quả thu được ở bảng 3, cho thấy để nâng cao thể lực nói riêng cũng như chất lượng đào tạo nói chung cho

sinh viên, Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng, cơ bản đáp ứng được.

1.4. Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển thể lực chung cho sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

Bảng phương pháp quan sát sư phạm, đề

tài đã tổng hợp được việc sử dụng các loại bài tập phát triển thể lực chung trong giờ học chính khóa cho sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng. Với thời gian theo dõi là 1 tháng. Kết quả thống kê 10 buổi học được trình bày ở bảng 4

Bảng 4. Kết quả quan sát thực trạng sử dụng các bài tập phát triển TLC cho sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng trong giờ học chính khóa

TT	Các bài tập được sử dụng	Tổng thời gian sử dụng bài tập trong 10 giáo án (phút)	Số lượng bài tập sử dụng trong 10 giáo án (lần)	Tỷ lệ thời gian từng bài tập với tổng thời gian 10 giáo án (500 phút)
1	Bài tập phát triển sức nhanh	25	5	5.0%
2	Bài tập phát triển sức mạnh	55	10	11.0%
3	Bài tập phát triển sức bền	40	4	8.0%
4	Bài tập phát triển mềm dẻo	32	3	6.4%
5	Bài tập phát triển khéo léo	20	2	4.0%

Qua bảng 4, có thể rút ra nhận xét sau: Do quy định của chương trình giảng dạy về nội dung, thời gian giảng dạy, số lượng sinh viên, nên trong quá trình giảng dạy, các giáo viên chủ yếu trang bị kỹ thuật các môn học cho sinh viên là chủ yếu, còn phát triển các tố chất thể lực dành thời gian rất ít, hay nói cụ thể là ít được quan tâm, đặc biệt thể lực chung, cụ thể qua theo dõi 10 giáo án lên lớp, giáo viên dành thời gian cho phát triển sức bền chỉ chiếm 8.0%, sức nhanh 5.0%, mềm dẻo 6.4% và cao nhất là sức mạnh 11.0%...

1.5. Thực trạng công tác GDTC và phát triển thể lực của sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng

Để đánh giá thực trạng giảng dạy môn học GDTC của nhà trường đề tài tiến hành phỏng vấn các cán bộ giảng dạy và cán bộ quản lý là những người liên quan trực tiếp tới công tác GDTC. Nội dung phỏng vấn gồm: Công tác tổ chức chuyên môn, thực trạng phát triển thể lực chung của sinh viên, các bài tập được sử dụng để phát triển thể lực chung của sinh viên. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Kết quả phỏng vấn về thực trạng công tác GDTC đối với sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng (n=20)

TT	Nội dung	Kết quả PV	
		Đồng ý	Tỷ lệ %
1	Chương trình GDTC có phù hợp với yêu cầu của Bộ GD & ĐT và nhà trường		
	- Phù hợp	12	60.0
	- Chưa phù hợp	8	40.0

2	<i>Công tác GDTC của nhà trường cần tập trung vào những vấn đề.</i>		
	- Cải tiến chương trình cho phù hợp với điều kiện thực tế của nhà trường.	5	35.0
	- Đảm bảo cơ sở vật chất	7	35.0
	- Đa dạng hóa hình thức hoạt động TDTT cho sinh viên	5	25.0
	- Tổ chức và quản lý các câu lạc bộ TDTT	3	15.0
3	<i>Cần có hệ thống bài tập phát triển thể lực chung cho sv</i>		
	- Cần	17	85.0
	- Không cần	3	15.0
4	<i>Tình hình phát triển thể lực chung của sinh viên hiện nay</i>		
	- Tốt	2	10.0
	- Khá	5	25.0
	- Trung bình	8	40.0
	- Yếu	5	25.0
5	<i>Ý thức của sinh viên khi học môn GDTC</i>		
	- Tốt	5	25.0
	- Khá	6	30.0
	- Trung bình	9	45.0
	- Kém	-	-
6	<i>Có thường xuyên phải nâng cao thể lực chung cho sinh viên</i>		
	- Thường xuyên	16	80.0
	- Không cần	4	20.0
7	<i>Nguyên nhân quan trọng nhất ảnh hưởng đến sự phát triển thể lực của sinh viên</i>		
	- Nội dung chương trình	4	20.0
	- Cơ sở vật chất	2	10.0
	- Ý thức sinh viên	4	20.0
	- Hệ thống bài tập phát triển thể lực	7	35.0
	- Ngoại khóa	3	15.0
	- Kiểm tra đánh giá	-	-
	- Khen thưởng kỷ luật	-	-
	- Trình độ giảng viên	-	-
8	<i>Để nâng cao chất lượng GDTC có cần tăng cường hoạt động TDTT ngoại khóa để phát triển thể lực cho sinh viên</i>		
	- Cần	16	80.0
	- Không cần	4	20.0

Kết quả bảng 5 cho thấy, chương trình GDTC của Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng đã phù hợp với khung chương trình của Bộ GD&ĐT. Khi đánh giá về mức độ phát triển thể lực chung hiện nay của sinh viên thì 25.0% ý kiến được hỏi đồng ý cho rằng thể lực chung hiện nay của sinh viên đạt ở mức khá, 40.0% ý kiến được hỏi đồng ý cho rằng thể lực chung của sinh

viên phát triển ở mức trung bình, đặc biệt có 25.0% ý kiến được hỏi cho rằng thể lực chung của sinh viên ở mức yếu.

Để có cơ sở cho việc đánh giá thực trạng công tác GDTC nhà trường, đề tài tiến hành tiếp tục phỏng vấn 200 sinh viên năm 1 và 2, về nguyên nhân ảnh hưởng đến sự phát triển thể lực chung của sinh viên. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Kết quả phỏng vấn sinh viên về nguyên nhân ảnh hưởng đến việc nâng cao thể lực chung của sinh viên (n = 200)

TT	Nội dung	Kết quả	
		Đồng ý	Tỷ lệ %
1	<i>Sự cần thiết phải phát triển thể lực chung cho sinh viên</i>	200	100
2	<i>Tự đánh giá về tình hình thể lực</i>		
	- Tốt	27	13.5
	- Khá	25	12.5
	- Trung bình	102	51.0
	- Yếu	46	23.0
3	<i>Động cơ tập luyện TDTT</i>		
	- Thích	45	22.5
	- Không thích	94	47.0
	- Bắt buộc	61	30.5
4	<i>Số sinh viên tập luyện TDTT ngoại khóa</i>		
	- Thường xuyên	39	19.5
	- Thỉnh thoảng	62	31.0
	- Không tập	99	49.5
5	<i>Thường xuyên nâng cao thể lực chung cho sinh viên</i>		
	- Cần	162	81.0
	- Không cần	38	19.0
6	<i>Cần phải có hệ thống bài tập phù hợp để phát triển thể lực chung</i>		
	- Cần	167	83.5
	- không cần	33	16.5
7	<i>Nguyên nhân quan trọng nhất ảnh hưởng đến sự phát triển thể lực chung của sinh viên do</i>		
	- Nội dung chương trình	37	18.5
	- Cơ sở vật chất	11	5.5
	- Ý thức sinh viên	45	22.5
	- Hệ thống bài tập phát triển thể lực chung	75	37.5
	- Ngoại khóa	24	12.0
	- Kiểm tra đánh giá	8	4.0
	- Khen thưởng kỷ luật	-	-
	- Trình độ giảng viên	-	-

Kết quả phỏng vấn ở bảng 6 cho thấy 100% ý kiến đồng ý cần thiết phải phát triển thể lực chung của sinh viên. Nguyên nhân ảnh hưởng đến việc phát triển thể lực chung của sinh viên chủ yếu tập trung vào những vấn đề quan trọng như:

- Hệ thống bài tập phát triển thể lực (37.5 ý kiến được hỏi đồng ý)

- Do ý thức học tập của sinh viên (22.5 ý kiến được hỏi đồng ý)

- Bản thân sinh viên tự đánh giá về tình hình thể lực của mình thì có 51% ý kiến cho rằng thể lực của sinh viên ở mức trung bình, 12,5% ý kiến đồng ý đánh giá thể lực khá, đặc biệt có tới 23% ý kiến đánh giá thể lực ở mức yếu. Ngoài những lý do trên còn có ý kiến cho rằng nội dung chương trình môn học, mức độ sử dụng bài tập phát triển TLC là một trong những nguyên nhân ảnh hưởng tới sự phát triển thể lực chung của sinh viên, hoạt động ngoại khóa cũng có ảnh hưởng nhất định đối với phát triển thể lực (12% ý kiến đồng ý).

Khi hỏi về hoạt động ngoại khóa của sinh viên. Kết quả thu được sinh viên thường xuyên tập luyện TDTT ngoại khóa còn ít (19.5%), trong khi đó có tới 49.5% không tham gia tập luyện ngoại khóa. Động cơ tham gia tập luyện TDTT của sinh viên cũng có nhiều sự khác

biệt, có 30.5% ý kiến do bắt buộc của môn học nên tham gia tập luyện, có 47% ý kiến không thích tập luyện, trong khi đó chỉ có 22.5 ý kiến thích tham gia tập luyện.

2. Đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng, theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực áp dụng cho sinh viên các Trường Cao đẳng, Đại học

Đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên là một trong những căn cứ quan trọng làm tiền đề lựa chọn các bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng. Đề tài tiến hành kiểm tra thể lực chung của sinh viên năm thứ 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng thông qua các chỉ tiêu quy định của Bộ GD&ĐT và so sánh với các tiêu chuẩn phân loại trình độ chuẩn bị thể lực của sinh viên để đánh giá trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng.

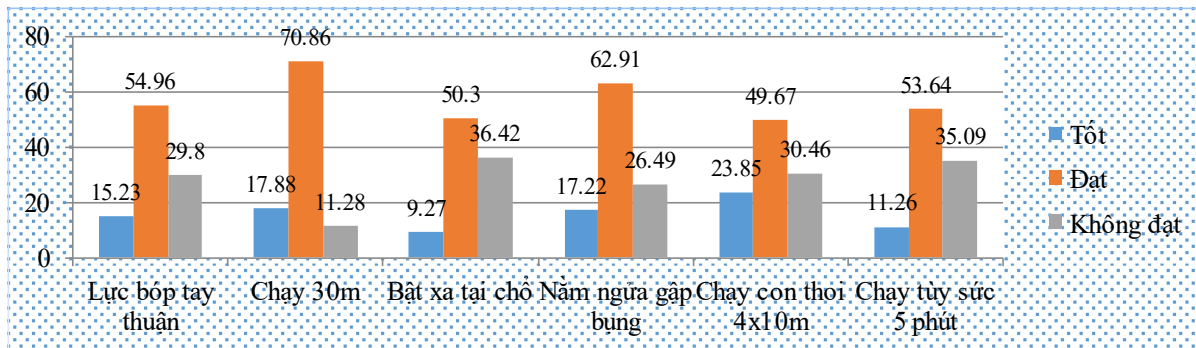
Số lượng kiểm tra là 200 sinh viên năm 1 và 2 (Khóa 17 và khóa 18) Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng. Trong đó 151 nữ, 49 nam. Các chỉ tiêu kiểm tra được lấy theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực với 6 chỉ tiêu với độ tuổi là 18 tuổi, theo 3 mức (tốt, đạt và chưa đạt). Kết quả được trình bày trên bảng 7

Bảng 7. Thực trạng thể lực chung của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực - Thực phẩm Đà Nẵng (n=200)

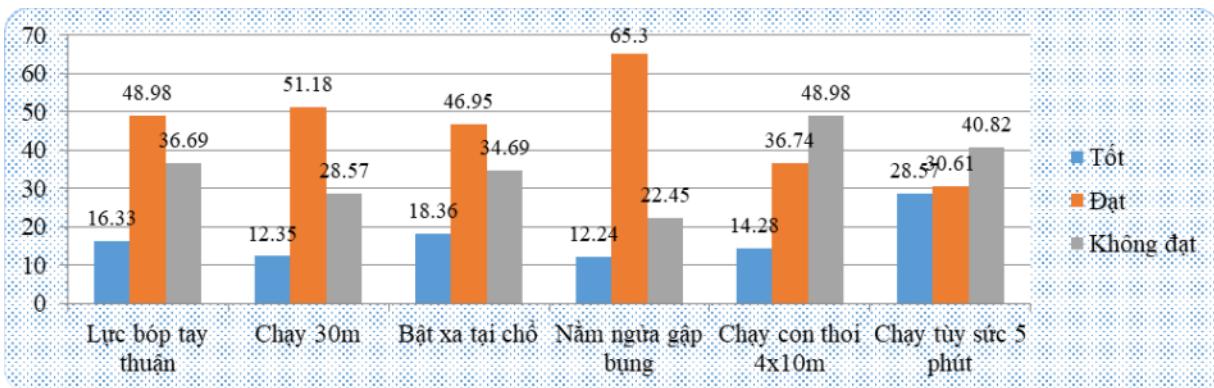
TT	Các test kiểm tra	Xếp loại					
		Tốt		Đạt		Không đạt	
I	Nữ (n=151)	n	%	n	%	n	%
1	Lực bóp tay thuận (kg)	23	15.23	83	54.96	45	29.80
2	Chạy 30m (s)	27	17.88	107	70.86	17	11.28
3	Bật xa tại chỗ (cm)	14	9.27	82	50.30	55	36.42
4	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	26	17.22	95	62.91	30	26.49
5	Chạy thoi 4×10 (s)	36	23.85	75	49.67	40	30.46
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	17	11.26	81	53.64	53	35.09
II	Nam (n=49)						
1	Lực bóp tay thuận (kg)	8	16.33	24	48.98	17	36.69
2	Chạy 30m (s)	6	12.35	29	51.18	14	28.57

3	Bật xa tại chỗ (cm)	9	18.36	23	46.95	17	34.69
4	Nằm ngựa gập bụng 30 giây (sl)	6	12.24	32	65.30	11	22.45
5	Chạy thoi 4×10 (s)	7	14.28	18	36.74	24	48.98
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	14	28.57	15	30.61	20	40.82

Để có cái nhìn tổng thể thực trạng thể lực chung của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực - Thực phẩm Đà Nẵng, chúng tôi biểu thị bằng biểu đồ sau:



Biểu đồ 1. Thực trạng thể lực chung của nữ sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực -Thực phẩm Đà Nẵng



Biểu đồ 2. Thực trạng thể lực chung của nam sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực -Thực phẩm Đà Nẵng

Thông qua việc kiểm tra, đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng cho thấy, thể lực của sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực HS-SV theo Quyết định 53/2008 của Bộ GD&ĐT còn nhiều.

Nguyên nhân của thực trạng này là do chưa đưa các bài tập phát triển thể lực vào buổi học có tính hệ thống, nội dung và phương pháp lên lớp giữa các giáo viên chưa

thống nhất. Nhiều yếu tố khách quan của xã hội tác động như các điều kiện giải trí, thông tin internet, sách báo, game...thời gian tập trung cho văn hóa còn nhiều. Mặt khác, nguyên nhân chủ quan là do chính nhận thức của sinh viên còn xem thường công tác GDTC. Chính vì vậy, việc lựa chọn một số bài tập phù hợp nhằm nâng cao thể lực, phát triển thể chất cho sinh viên, đáp ứng yêu cầu đào tạo của nhà trường là điều hết sức cần thiết, cấp bách.

KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu chúng tôi nhận thấy thực trạng thể lực chung của sinh viên năm 1 và 2 Trường Cao đẳng Lương thực-Thực phẩm Đà Nẵng còn nhiều hạn chế, số lượng sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn đánh giá thể lực của HS – SV theo quy định của Bộ GD&ĐT còn

nhiều, cụ thể: Đối với Nữ Test bật xa tại chỗ có 36.42% chưa đạt; Chạy tùy sức 5 phút có 35.09% chưa đạt hay chạy thoi 4×10 có 30.46% chưa đạt... Đối với Nam Test lực bóp tay thuận có 36.69% chưa đạt; Chạy tùy sức 5 phút có 40.82% chưa đạt hay chạy thoi 4×10 có đến 48.98% chưa đạt...

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Anh Tuấn, Nguyễn Quang Vinh: “*Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học sư phạm TDTT thành phố Hồ Chí Minh*”, Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, năm 2007.
- [2]. Đàm Thuận Tư “*Nghiên cứu sự phát triển thể lực chung của sinh viên trường Đại học TDTT I sau 1 năm học tại trường*”, Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT. Trường Đại học TDTT I, năm 1999.

Bài nộp ngày 14/9/2022, phản biện ngày 30/9/2022, duyệt đăng ngày 30/10/2022