

## ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN YẾU SỨC KHỎE TẠI ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG

ThS. Nguyễn Ngọc Huy, ThS. Trần Vĩnh An

*Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Đà Nẵng*

**Tóm tắt:** Bằng cách sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học, đề tài đã đánh giá được thực trạng nội dung giáo dục thể chất cho sinh viên yếu sức khỏe tại Đại học Đà Nẵng.

**Từ khóa:** Thực trạng, giáo dục thể chất, sinh viên yếu sức khỏe, Đại học Đà Nẵng.

**Abstract:** By using the common scientific research methods, the topic has evaluated the reality of physical education content for weak health students at the University of Da Nang.

**Keywords:** Reality; Physical education; Weak health students; The University of Da Nang.

### ĐẶT VẤN ĐỀ

Công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong các trường Đại học, Cao đẳng là một mặt giáo dục quan trọng, một bộ phận không thể tách rời của chất lượng đào tạo nói chung. Chúng ta đều hiểu: Mỗi trường Đại học đều có những đặc thù ngành nghề và nhiệm vụ riêng. Công tác GDTC phải tuân theo đặc thù riêng đó để phục vụ tốt nhất về mặt củng cố và tăng cường sức khỏe, phát triển các tổ chức thể lực của sinh viên (SV) để mai sau khi ra trường công tác họ có thể cống hiến được nhiều nhất cho xã hội, cho gia đình và cho chính bản thân mình.

Đại học Đà Nẵng (ĐHĐN) đã tiến hành triển khai chương trình giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC cho sinh viên, trong đó có chương trình GDTC dành cho sinh viên yếu sức khỏe (YSK). Qua thực tiễn công tác giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên YSK tại ĐHĐN nhận thấy còn nhiều yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả học tập của sinh viên. Như chúng ta đã biết, hiệu quả công tác giảng dạy phụ thuộc vào nhiều yếu tố như: Điều kiện cơ

sở vật chất, sân bãi, dụng cụ, các phương tiện giảng dạy và sự quan tâm đầu tư đúng mức... Qua thực tế cho thấy khoa GDTC - ĐHĐN chưa xây dựng được hệ thống các bài tập ứng dụng trong giảng dạy môn học GDTC cho sinh viên YSK một cách có đầy đủ và có cơ sở khoa học, phù hợp với đặc điểm, đối tượng tập luyện và các bài tập kỹ năng vận động khác nhau.

Từ những vấn đề trên cho thấy việc bồi dưỡng sinh viên nhóm YSK của các trường thuộc ĐHĐN theo hướng cải tiến chương trình GDTC để nâng cao năng lực vận động (kỹ năng vận động và thể lực) là cần thiết. Qua khảo sát sơ bộ điều kiện thực tiễn, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đánh giá thực trạng nội dung giáo dục thể chất cho sinh viên yếu sức khỏe tại Đại học Đà Nẵng.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu như sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp thực nghiệm sự phạm; Phương pháp toán thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

### 1. Đánh giá thực trạng sức khỏe của SV YSK tại ĐHĐN

#### 1.1. Đánh giá sức khỏe theo kết quả khám sức khỏe định kỳ

Đề tài tiến hành đánh giá theo kết quả khám sức khỏe thời điểm đầu năm học của nhóm SV sức khỏe yếu gồm 89 SV (22 nam và 67 nữ) do Khoa GDTC phối hợp với phòng

y tế của các trường đơn vị thành viên của ĐHĐN. Mục đích kiểm tra đánh giá về kiểm tra y tế để SV có đạt yêu cầu, đảm bảo sức khỏe để học tập và rèn luyện theo quy định.

Nội dung đánh giá theo 3 mức: Tốt - các kết quả kiểm tra đều đạt ở mức tốt trở lên; Bình thường - các kết quả kiểm tra đều đạt ở mức bình thường; Dưới bình thường – nhiều kết quả kiểm tra không đạt mức bình thường quy định. Kết quả trình bày tại bảng 1:

Bảng 1. Kết quả tổng hợp về kiểm tra y tế đầu năm học của nhóm SV YSK tại ĐHĐN (n=89)

TT	Tên bệnh	NAM (n=22)						NỮ (n=67)					
		Tốt		Bình thường		Dưới bình thường		Tốt		Bình thường		Dưới bình thường	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Khám thể lực	0	0.0	22	100.0	0	0.0	0	0.0	67	100.0	0	0.0
2	Mắt	0	0.0	22	100.0	0	0.0	0	0.0	67	100.0	0	0.0
3	Tai-mũi-họng	0	0.0	22	100.0	0	0.0	0	0.0	67	100.0	0	0.0

Qua bảng 1 cho thấy 100% tất cả nam và nữ SV nhóm sức khỏe yếu đều có đánh giá kiểm tra định kỳ đầu năm học ở mức bình thường. Như vậy, tiếp tục thấy sự phân nhóm đánh giá sức khỏe yếu của nhóm SV chủ yếu là thể lực còn hạn chế, hay nói cách khác là yếu.

#### 1.2. Phỏng vấn về các thông tin chi tiết bệnh tật của SV YSK (trong vòng 1 năm qua)

Tiến hành phỏng vấn xác nhận về các thông tin chi tiết bệnh tật (trong vòng 1 năm qua) để đánh giá có bị ảnh hưởng đến sức khỏe của SV sức khỏe yếu hay không. Cách thức trả lời 1/ Có; 0/ Không.

Kết quả phỏng vấn các thông tin chi tiết bệnh tật của nhóm YSK tại ĐHĐN được nhấn mạnh vào 11 chi tiết bệnh tật trong 20 câu hỏi, như sau:

- Về cảm thấy mệt mỏi: Đối với nam có 10/22 SV có cảm giác mệt mỏi, trong đó: không có SV nào mệt kéo dài tới hơn 2 tuần; có 4 SV có biểu hiện mệt mỏi hàng ngày; 3 SV có cảm giác chán ăn; 2 SV cảm thấy tinh thần suy sụp và có ảo giác. Đối với nữ có 36/67 SV có cảm giác mệt mỏi, trong đó: không có SV nào mệt kéo dài tới hơn 2 tuần; có 7 SV có biểu hiện mệt mỏi hàng ngày; 16 SV có cảm giác chán ăn; 3 SV cảm thấy tinh thần suy sụp và có ảo giác. Như vậy, cảm giác mệt mỏi của SV có thể chỉ là những mệt mỏi về tâm lý điển hình của lứa tuổi SV, vì không có SV nào có mệt mỏi kéo dài nhiều hơn 2 tuần.

- Về trầm cảm: cả nam và nữ không có SV nào có biểu hiện mệt mỏi đến trầm cảm.

- Về viêm họng: một bệnh thường dễ gặp đối với lứa tuổi SV. Đối với nam có 5/22 SV,

nữ 22/67 SV bị viêm họng. Tuy nhiên, viêm họng này là do quá trình ăn uống và sinh hoạt, không phải do bệnh mãn tính của SV. Do vậy, cũng không ảnh hưởng quá nhiều đến sức khỏe của SV.

- Về bệnh khớp: cả nam và nữ không có SV nào có bị bệnh khớp.

- Về bệnh đau lưng: Đối với nam có 6/22 SV, nữ 30/67 SV bị đau lưng, với biểu hiện đau đều < 1 tuần, với thời gian < 30 phút trở xuống. Tuy nhiên, không có SV nào đi điều trị bệnh, mà đều để tự hết đau.

- Về bệnh lao: cả nam và nữ không có SV nào có bị bệnh lao.

- Về bệnh hen suyễn: cả nam và nữ không có SV nào có bị bệnh hen suyễn.

- Về bị đau ngực khi đi bộ lên dốc hoặc vội vã: Đối với nam không có SV nào bị. Đối với nữ có 64/67 SV bị đau ngực khi đi bộ lên dốc hoặc vội vã. Tuy nhiên, cũng chỉ cần dừng lại nghỉ ngơi là hết đau. Như vậy, biểu hiện đau này không đáng lo ngại ảnh hưởng đến sức khỏe của SV.

- Về bệnh tiểu đường: cả nam và nữ không có SV nào có bị bệnh tiểu đường.

- Về 12 tháng qua có bị chấn thương liên quan đến các hoạt động thường ngày? (té, bỏng, phỏng nước sôi, cháy, bị vật bén nhọn đâm hay bị bạo hành): Đối với nam có 4/22 SV, với nữ có 64/67 SV bị cho là chấn thương, nhưng cũng ở mức nhẹ như: đứt tay, trượt ngã... không có ảnh hưởng đến sức khỏe của nhóm SV, bởi thời gian xảy ra chấn thương đã quá 2-5 tháng.

Như vậy, kết quả đánh giá sức khỏe tổng quát, nhận định các yếu tố nguy cơ và thông tin chi tiết bệnh tật của SV sức khỏe yếu (trong vòng 1 năm qua) cho thấy sức khỏe tổng quát và thông tin bệnh tật của cả nhóm SV nam và nữ đều được đánh giá không gặp khó khăn hay nói cách khác không có ảnh hưởng đến sức khỏe của SV. Tuy nhiên, đáng lưu ý yếu tố nguy cơ về thể lực của cả nhóm nam và nữ. Bởi thời gian hoạt động thể lực của nhóm SV đều thấp.

## 2. Đánh giá thực trạng thể lực của nhóm SV YSK tại ĐHDN

Để đánh giá cụ thể hơn thể lực của nhóm SV sức khỏe yếu, đề tài tiến hành tổng hợp kết quả kiểm tra của riêng nhóm SV có kết quả kiểm tra ở mức kém: nam là 22 SV và nữ là 67 SV. Kết quả thể hiện tại bảng 2 và 3.

Bảng 2. Thực trạng thể lực của nam SV YSK tại ĐHDN (n=22)

TT	Phân loại	Nội dung kiểm tra	Nhóm sức khỏe yếu - Nhóm thực nghiệm (n=22)		
			$\bar{x} \pm t$	Cv%	Đánh giá theo quy định
1	Hình thái, chức năng	Cân nặng (kg)	51.7 ± 3.41	6.60	Dưới đạt
2		Chỉ số khối cơ thể BMI (kg/m <sup>2</sup> )	20.32 ± 1.62	7.97	Bình thường
3		Công năng tim	13.53 ± 1.13	8.35	Dưới đạt
4	Thể lực	Chạy 30m XPC (s)	7.12 ± 0.41	5.76	Dưới đạt
5		Chạy tùy sức 5 phút (m)	826 ± 57	6.90	Dưới đạt

Bảng 3. Thực trạng thể lực của nữ SV YSK tại ĐHĐN (n=67)

TT	Phân loại	Nội dung kiểm tra	Nhóm sức khỏe yếu - Nhóm thực nghiệm (n=67)		
			$\bar{x} \pm t$	Cv%	Đánh giá theo quy định
1	Hình thái, chức năng	Cân nặng (kg)	40.5 ± 3.61	8.91	Dưới đạt
2		Chỉ số khối cơ thể BMI (kg/m <sup>2</sup> )	18.62 ± 1.23	6.61	Bình thường
3		Công năng tim	14.62 ± 1.03	7.05	Dưới đạt
4	Thể lực	Chạy 30m XPC (s)	8.43 ± 0.53	6.29	Dưới đạt
5		Chạy tùy sức 5 phút (m)	454.5 ± 35	7.70	Dưới đạt

Qua bảng 2 và 3 cho thấy: thể lực của nhóm SV sức khỏe yếu ở cả nam và nữ có sự đồng đều giữa các SV trong nhóm thể Cv<10% ở cả nam và nữ. Kết quả kiểm tra theo quy định của Bộ GD&ĐT và thể chất người Việt Nam đều dưới mức Đạt. Như vậy, kết quả này đã phản ánh và minh chứng rằng nhóm SV có mức phân loại Kém có nền tảng thể lực kém, sức khỏe yếu không đảm bảo yêu cầu về thể lực theo quy định. Do vậy, cần phải có những thay đổi, cải tiến nội dung, phương pháp giảng dạy môn GDTC để góp phần nâng cao sức khỏe, thể lực cho SV.

### 3. Đánh giá thực trạng kết quả học môn GDTC của SV YSK tại ĐHĐN (sau 01 học kỳ của năm thứ nhất)

Tiếp theo đánh giá về kết quả học môn GDTC của những SV YSK tại ĐHĐN (sau 01 học kỳ của năm thứ nhất).

Hiện nay, cách tính điểm của nhà trường thực hiện theo thang điểm 10, quy đổi theo thang điểm 4 và thang điểm chữ với 3 đầu điểm (theo thang điểm 10): Điểm chuyên cần 30%; Điểm kiểm tra quá trình (giữa kỳ) 20% và Điểm thi cuối kỳ 60%. Để đánh giá rõ hơn đề tài tổng hợp điểm môn GDTC của nhóm SV sức khỏe yếu tại bảng 4:

Bảng 4. Thực trạng kết quả học môn GDTC của SV YSK tại ĐHĐN (sau 01 học kỳ của năm thứ nhất)

TT	Phân loại		Kết quả			
	Điểm	Xếp hạng	Nam (n=22)		Nữ (n=67)	
			n	%	n	%
1	Điểm 9-10:	Tốt	0	0.0	0	0.0
2	Điểm 7-8:	Khá	0	0.0	0	0.0
3	Điểm 5-6:	Trung bình	15	68.2	0	0.0
4	Điểm 3-4:	Yếu	4	18.2	39	58.2
5	Điểm dưới 3:	Kém	3	13.6	28	41.8
	<b>Cộng</b>		<b>22</b>		<b>67</b>	

Qua bảng 4 cho thấy kết quả học tập của nhóm SV sức khỏe yếu không có SV nào đạt loại khá và tốt, mà chỉ ở mức trung bình và dưới trung bình ở cả nam và nữ. Trong đó, nhóm nữ SV có kết quả đánh giá kém hơn so với nhóm nam SV. Cụ thể:

- Đối với nhóm nam SV điểm kiểm tra ở 3 mức trung bình, yếu và kém: mức trung bình có 15 SV (đạt 68.2%), mức yếu có 4 SV (đạt 18.2%), mức kém có 3 SV (đạt 13.6%).

- Đối với nhóm nữ SV điểm kiểm tra chủ yếu mức yếu và kém: Mức trung bình, yếu 39 SV (đạt 58.2%); Mức kém 28 SV (đạt 41.8%).

Như vậy, kết quả học môn GDTC sau 01 học kỳ cũng phần nào phản ánh rõ tình trạng sức khỏe và thể lực của nhóm SV sức khỏe yếu. Do vậy, cần thiết phải có những nội dung GDTC phù hợp với nhóm đối tượng này.

#### 4. Đánh giá nhu cầu tập luyện của nhóm SV YSK tại ĐHDN

Sau khi tiến hành các bước nghiên cứu xác định được rõ đối tượng nhóm SV sức khỏe yếu, đề tài tiếp tục phỏng vấn đánh giá thêm về 89 SV (nam 22 và nữ 67) YSK tại ĐHDN có hay không có nhu cầu tập luyện các nội dung GDTC để nâng cao sức khỏe. Kết quả trình bày tại bảng 5:

*Bảng 5. Kết quả phỏng vấn về nhu cầu tập luyện các nội dung GDTC nâng cao sức khỏe cho nhóm SV YSK tại ĐHDN*

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả		So sánh □2
		n	%	
1	Nhu cầu nâng cao sức khỏe thể lực cho bản thân			89.0
	Có (nếu Có, trả lời câu tiếp theo)	89	100.0	
	Không	0	0.0	
2	Nhu cầu tập luyện TDTT nâng cao sức khỏe			89.0
	Có (nếu Có, trả lời câu tiếp theo)	89	100.0	
	Không	0	0.0	
3	Sẵn sàng tham gia thực nghiệm các nội dung GDTC dành cho SV sức khỏe yếu			89.0
	Có, sẵn sàng	89	100.0	
	Không	0	0.0	

Qua bảng 5 cho thấy tất cả 100% nam, nữ SV sức khỏe yếu đều có nhu cầu tập luyện các nội dung GDTC nâng cao sức khỏe. Như vậy, việc tiến hành xây dựng các nội dung GDTC vừa là nâng cao sức khỏe vừa là đáp ứng nhu cầu tập luyện GDTC của nhóm SV YSK tại ĐHDN.

#### KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu của đề tài đã đánh giá

được thực trạng nội dung chương trình giáo dục thể chất của sinh viên yếu sức khỏe tại Đại học Đà Nẵng đảm bảo về các tiêu chuẩn theo quy định, nhưng để giúp phát triển nâng cao sức khỏe cho nhóm đối tượng sinh viên yếu sức khỏe thì ít phù hợp. Hay nói cách khác cần có nội dung GDTC phù hợp hơn để phát triển nâng cao sức khỏe cho sinh viên yếu sức khỏe tại Đại học Đà Nẵng.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO:**

- [1]. Nguyễn Thanh Hùng (2017), *Xây dựng chương trình GDTC học phần tự chọn, ngoại khóa cho SV Đại học Quy Nhơn*, Đề tài tiến sĩ Giáo dục học, Đại học Thể dục thể thao Tp. Hồ Chí Minh.
- [2]. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *Giáo trình TDTT trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [3]. Vũ Thanh Mai (2011), *Giáo trình Bóng bàn*, Nxb TDTT, Hà Nội
- [4]. Lưu Thế Sơn (2016), *Nghiên cứu bài tập thể dục thể thao nhằm nâng cao thể lực và năng lực định hướng cho trẻ em khiếm thị (6-9 tuổi)*, Đề tài tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Khắc Viện (2002), *Từ sinh lý đến dưỡng sinh*, Nxb Thanh niên, Hà Nội

*Bài nộp ngày 05/4/2023, phản biện ngày 18/5/2023, duyệt đăng ngày 25/5/2023*