

TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA NAM SINH VIÊN SAU KHI HỌC CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY MÔN BÓNG CHUYỀN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC LÂM NGHIỆP

ThS Vũ Văn Thịnh¹, ThS Dương Thị Thảo²

¹Trường Đại học SP TDTT Hà Nội

²Trường Đại học Lâm nghiệp

Tóm tắt: Kết quả kiểm tra các test đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất (GDTC) trường Đại học Lâm nghiệp đã minh chứng tính hiệu quả của chương trình mới. Nghiên cứu đã xác định được 9 test giúp sinh viên lựa chọn đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành GDTC Trường Đại học Lâm nghiệp. Trình độ thể lực của các sinh viên đều tăng dần qua từng học phần thể hiện rõ qua điểm và thành tích mà sinh viên đã đạt được. Quá trình kiểm tra qua 05 học phần, hầu hết các test đều có sự tăng trưởng từ 1.51% đến 20.26% mức tăng trưởng vừa, điều này phù hợp với đặc điểm sinh lý của đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Test, đánh giá, trình độ thể lực, nam sinh viên, môn bóng chuyền, giáo dục thể chất, Đại học Lâm nghiệp.

Abstract: The results of tests to assess the physical level of male students after studying the volleyball curriculum in the Physical Education major at Forestry University have demonstrated the effectiveness of the new program. The study has identified 9 tests to help students choose to assess the physical level of male students after studying the volleyball curriculum in the Physical Education major at Forestry University. The physical fitness level of the students gradually increases through each module, clearly shown through the scores and achievements that the students have achieved. During the testing process through 05 modules, most tests had growth from 1.51% to 20.26% medium growth, this is consistent with the physiological characteristics of the research subjects.

Keywords: Test, assessment, physical level, male students, volleyball, physical education, Forestry University

ĐẶT VẤN ĐỀ:

Chất lượng đào tạo thể hiện chính qua năng lực của người được đào tạo sau khi hoàn thành chương trình đào tạo. Chất lượng đào tạo phụ thuộc vào nhiều vấn đề trong đó

việc rèn luyện thường xuyên của sinh viên là cần thiết. Tiêu chuẩn đánh giá gắn chặt với chương trình đào tạo là vấn đề phức tạp cần nhiều góc độ khác nhau và vô cùng cần thiết, bởi sự đánh giá đầy đủ và chính xác đó

sẽ làm cơ sở để cải tiến, điều chỉnh chương trình cho phù hợp, hiệu quả. Các test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ít có đề tài nghiên cứu. Để có cái nhìn toàn diện về đối tượng này, chúng tôi tiến hành nghiên cứu sự tăng trưởng trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Lâm nghiệp.

Đối tượng nghiên cứu trình độ thể lực cho nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy bóng chuyền ngành giáo dục thể chất trường Đại học Lâm nghiệp. Chủ thể nghiên cứu là 23 nam sinh viên chuyên ngành Quản lý tài nguyên rừng năm học 2019-2020 trường Đại học Lâm nghiệp. Để giải quyết các nhiệm vụ trên, đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm, thực nghiệm sự phạm, toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1 Xác định các test đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy bóng chuyền ngành giáo dục thể chất trường Đại học Lâm nghiệp

Để lựa chọn test đánh giá sự tăng trưởng trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Lâm nghiệp. Chúng tôi tiến hành phỏng vấn bằng phiếu, đối tượng được phỏng vấn là: chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên bóng chuyền... Qua 02 lần phỏng vấn, kết quả với 29 phiếu phát ra và thu về 27 phiếu ở 02 lần phỏng vấn, qua tính toán về tỉ lệ % số phiếu đồng ý lựa chọn cho từng học phần và đồng thời còn kiểm định sự đồng nhất về kết quả giữa 2 lần phỏng vấn được trình bày qua bảng sau:

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn xác định test đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất trường Đại học Lâm nghiệp (n=27)

Tên test	Lần phỏng vấn	Chọn	Tỷ lệ %	Rất phù hợp	Phù hợp	Không phù hợp	χ^2
Chạy 20m xuất phát cao (s)	Lần 1	18	66.67	11	7	9	0.225
	Lần 2	18	66.67	10	8	9	
Chạy 30m xuất phát cao (s)	Lần 1	26	96.30	24	2	1	1.04
	Lần 2	26	96.30	25	1	1	
Đứng gập thân (cm)	Lần 1	25	92.59	19	6	2	1.05
	Lần 2	26	96.30	20	6	1	
Ném bóng nhồi 1kg bằng 1tay thuận (m)	Lần 1	15	55.56	9	6	12	1.525
	Lần 2	17	62.96	8	9	10	
Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	Lần 1	25	92.59	10	15	2	2.348
	Lần 2	23	85.19	7	16	4	

Lực kế tay thuận (kg)	Lần 1	26	96.30	22	4	1	0.867
	Lần 2	26	96.30	20	6	1	
Ném cầu lông đi xa (m)	Lần 1	14	51.85	11	3	13	6.025
	Lần 2	17	62.96	10	7	10	
Bật cao tại chỗ (cm)	Lần 1	22	81.48	21	1	5	3.286
	Lần 2	23	85.19	19	4	4	
Bật cao có đà (cm)	Lần 1	26	96.30	20	6	1	4.381
	Lần 2	24	88.89	21	3	3	
Chạy 1500m (s)	Lần 1	18	66.67	11	7	9	1.361
	Lần 2	15	55.56	9	6	12	
Chạy 12 phút (Test Cooper)	Lần 1	21	77.78	18	3	6	1.95
	Lần 2	22	81.48	16	6	5	
Chạy cây thông 92 m (s)	Lần 1	24	88.89	17	7	3	1.011
	Lần 2	24	88.89	19	5	3	
Chạy 200 m (s)	Lần 1	12	44.44	5	7	15	0.897
	Lần 2	14	51.85	7	7	13	
Chạy 9-3-6-3-9 (s)	Lần 1	25	92.59	19	6	2	2.409
	Lần 2	26	96.30	22	4	1	
Chạy con thoi 54m (6x9m) (s)	Lần 1	17	62.96	8	9	10	1.528
	Lần 2	18	66.67	6	12	9	

Từ kết quả phỏng vấn ở bảng 1 cho thấy đa số ý kiến lựa chọn các test đạt từ 75% ý kiến tán thành trở lên và có chỉ số $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}} = 5.991$. Theo quy ước này đề tài chọn 9/15 test đánh giá sự tăng trưởng trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình

giảng dạy môn bóng chuyền.

Chúng tôi tiến hành kiểm nghiệm độ tin cậy của test lựa chọn, kiểm tra trên đối tượng nghiên cứu là nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền kết quả được trình bày tại bảng 2:

Bảng 2. Độ tin cậy giữa hai lần lập test đánh giá trình độ thể lực xuyên suốt cho 05 học phần môn bóng chuyền Trường Đại học Lâm nghiệp (n=23)

TT	Chỉ số	Lần 1 $\chi \pm SD$	Lần 2 $\chi \pm SD$	r
1	Chạy 20m xuất phát cao (s)	5.10 ± 0.19	5.08 ± 0.17	0.86
2	Gập thân (cm)	18.73 ± 0.48	18.77 ± 0.47	0.73
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	9.59 ± 1.27	9.64 ± 1.82	0.91

4	Lực kế tay thuận (kg)	31.5 ± 4.28	32.08 ± 3.64	0.83
5	Bật cao tại chỗ (cm)	246.25 ± 6.16	248.15 ± 6.71	0.80
6	Bật cao có đà (cm)	251.25 ± 8.24	251.75 ± 8.19	0.88
7	Chạy 12 phút (Test Cooper) (m)	1956.25 ± 79.63	1962.35 ± 72.26	0.75
8	Chạy cây thông 92 m (s)	26.86 ± 1.31	26.74 ± 1.32	0.89
9	Chạy 9-3-6-3-9 (s)	9.02 ± 0.42	9 ± 0.89	0.87

Kết quả nghiên cứu được trình bày qua bảng 2, như vậy cho thấy tất cả các test kiểm tra đều có $r_{\text{tính}} = 0.73$ đến $0.91 > r_{\text{bảng}} = 0.6319$ với $P < 0.05$, nên các test trên đủ độ tin cậy để đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên nam sau khi học môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất trường Đại học Lâm nghiệp.

2. Kiểm tra ban đầu trước khi ứng dụng chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành GDTC cho nam sinh viên

Trường Đại học Lâm nghiệp

Chúng tôi tiến hành kiểm tra ban đầu trước khi học tập học phần môn bóng chuyền vào đầu học kỳ, áp dụng 09 test đã lựa chọn để đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy bóng chuyền ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Lâm nghiệp. Kết quả thu được trình bày qua bảng 3:

Bảng 3. Kết quả kiểm tra ban đầu trình độ thể lực của nam sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp (n=8)

TT	Chỉ số	$\bar{x} \pm SD$	Cv	ϵ
1	Chạy 20m xuất phát cao (s)	5.10 ± 0.19	3.72	0.01
2	Gập thân (cm)	18.73 ± 0.48	2.58	0.01
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	9.59 ± 1.27	13.20	0.01
4	Lực kế tay thuận (kg)	31.5 ± 4.28	13.58	0.01
5	Bật cao tại chỗ (cm)	246.25 ± 6.16	2.50	0.01
6	Bật cao có đà (cm)	251.25 ± 8.24	3.28	0.01
7	Chạy 12 phút (Test Cooper) (m)	1956.25 ± 79.63	4.07	0.01
8	Chạy cây thông 92 m (s)	26.86 ± 1.31	4.89	0.01
9	Chạy 9-3-6-3-9 (s)	9.02 ± 0.42	4.65	0.01

Qua kết quả tại bảng 3 cho thấy kết quả kiểm tra ban đầu thì thể lực của nam sinh viên là tương đương nhau không có sự chênh lệch đáng kể.

3. Kết quả ứng dụng chương trình học phần môn bóng chuyền vào giảng dạy cho nam sinh viên Trường Đại học Lâm nghiệp

Đề tài tiến hành kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành GDTC Trường Đại học Lâm nghiệp qua 05 học phần và kết quả được trình bày qua bảng 4.

Kết quả kiểm tra cho thấy, các test thể

lực đánh nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền trường Đại học Lâm nghiệp qua 5 học phần cho thấy có sự diễn biến theo chiều hướng tốt, tăng dần qua từng học phần và đều đạt trên mức trung bình không có sinh viên nào thấp hơn so với lần kiểm tra ban đầu.

Bảng 4. Diễn biến kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành GDTC Trường Đại học Lâm nghiệp qua 05 học phần

TT	Chỉ số	Ban đầu	Lần 1	Lần 2	Lần 3	Lần 4	Lần 5
		$\chi \pm SD$	$\chi \pm SD$	$\chi \pm SD$	$\chi \pm SD$	$\chi \pm SD$	$\chi \pm SD$
1	Chạy 20m xuất phát cao (s)	5.10 ± 0.19	4.98 ± 0.17	4.64 ± 0.09	4.59 ± 0.10	4.49 ± 0.14	4.34 ± 0.11
2	Gập thân (cm)	18.73 ± 0.48	18.87 ± 0.47	19.06 ± 0.48	20.37 ± 1.44	21.34 ± 1.53	22.77 ± 1.91
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	9.59 ± 1.27	9.66 ± 1.22	9.68 ± 1.13	9.69 ± 0.88	9.75 ± 0.89	10.38 ± 0.74
4	Lực kế tay thuận (kg)	31.5 ± 4.28	32.88 ± 3.94	33 ± 3.89	33 ± 3.89	33.13 ± 3.64	33.25 ± 3.41
5	Bật cao tại chỗ (cm)	246.25 ± 8.24	248.75 ± 6.41	248.75 ± 6.41	249.25 ± 5.42	249.75 ± 4.68	250 ± 4.63
6	Bật cao có đà (cm)	251.25 ± 8.24	253.75 ± 8.19	253.75 ± 8.19	254 ± 7.84	255 ± 6.85	255.5 ± 2.50
7	Chạy 12 phút (Test Cooper) (m)	1956.25 ± 79.63	1967.5 ± 72.26	1975 ± 63.47	1976.25 ± 62.09	2000 ± 55.81	2057.5 ± 83.42
8	Chạy cây thông 92 m (s)	26.86 ± 1.31	26.77 ± 1.32	26.51 ± 1.34	26.36 ± 1.16	26.28 ± 1.14	26.19 ± 1.14
9	Chạy 9-3-6-3-9 (s)	9.02 ± 0.42	9 ± 0.39	8.83 ± 0.50	8.82 ± 0.50	8.80 ± 0.48	8.78 ± 0.48

Đề rõ hơn vấn đề này chúng tôi tiến hành so sánh sự khác biệt kết quả kiểm tra các test sinh viên đạt được sau 5 học phần so với trước khi ứng dụng chương trình mới cho nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền, bằng phương pháp toán học thống kê và tiến hành so sánh tự đối chiếu thể lực của nam sinh trường Đại học Lâm nghiệp. Kết quả được trình bày qua bảng 5.

Bảng 5. Bảng so sánh tự đối chiếu trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành GDTC trường Đại học Lâm nghiệp qua 05 học phần (n=8)

TT	Chỉ số	t1-2	t2-3	t3-4	t4-5	t5-6	t1-3	t1-4	t1-5	t1-6
1	Chạy 20m xuất phát cao (s)	1.36	5.12	0.99	1.55	2.37	6.34	6.79	7.30	9.82
2	Gập thân (cm)	1.09	0.69	1.04	0.81	0.31	1.69	2.63	3.50	4.24

3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	0.12	0.04	0.00	0.14	1.53	1.67	0.18	0.30	1.52
4	Lực kế tay thuận (kg)	0.67	0.06	0.00	0.07	0.07	0.73	0.73	0.80	0.90
5	Bật cao tại chỗ (cm)	0.80	0.00	0.17	0.20	0.11	0.80	1.03	1.30	1.38
6	Bật cao có đà (cm)	0.61	0.00	0.06	0.27	0.15	0.61	0.68	1.00	1.15
7	Chạy 12 phút (Test Cooper) (m)	0.30	0.22	0.24	0.80	1.63	0.52	0.56	1.30	2.50
8	Chạy cây thông 92 m (s)	0.14	0.39	0.04	0.15	0.14	0.53	0.81	1.00	1.08
9	Chạy 9-3-6-3-9 (s)	0.12	0.74	0.05	0.11	0.08	0.81	0.88	1.00	1.10

Như vậy, qua việc so sánh tự đối chiếu ta thấy hầu hết các chỉ tiêu sử dụng để đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền Trường Đại học Lâm nghiệp có sự khác biệt theo chiều hướng tích cực, tốt hơn hẳn so với ban đầu.

Nhằm khẳng định tính hiệu quả của chương trình môn bóng chuyền có ý nghĩa quan trọng, thiết thực trong công tác giảng dạy. Căn cứ vào các kết quả nghiên cứu được, chúng tôi tiến hành tính nhịp tăng trưởng của các chỉ số kiểm tra nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền. Kết quả được trình bày qua bảng 6:

Bảng 6. Bảng nhịp tăng trưởng trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền Trường Đại học Lâm nghiệp qua 05 học phần (n=8)

TT	Chỉ số	W0-1	W1-2	W2-3	W3-4	W4-5	W0-2	W0-3	W0-4	W0-5
1	Chạy 20m xuất phát cao (s)	2.74	4.68	6.14	4.18	1.42	7.42	13.55	17.70	19.11
2	Gập thân (cm)	0.75	1.01	6.62	4.69	6.47	1.76	8.38	13.05	19.48
3	Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m)	0.75	0.33	0.56	0.00	0.70	1.08	1.64	1.64	2.34
4	Lực kế tay thuận (kg)	1.12	0.83	0.46	0.27	0.36	1.95	2.41	2.68	3.04
5	Bật cao tại chỗ (cm)	0.86	0.57	1.12	2.09	2.22	1.43	2.55	4.64	6.68
6	Bật cao có đà (cm)	0.78	0.60	1.10	1.71	1.64	1.37	2.47	4.18	5.82
7	Chạy 12 phút (Test Cooper) (m)	1.14	6.21	4.27	7.55	0.93	5.07	9.34	16.86	17.79
8	Chạy cây thông 92 m (s)	0.49	0.64	0.06	1.73	3.12	1.13	1.19	2.92	6.04
9	Chạy 9-3-6-3-9 (s)	1.05	0.55	1.14	1.38	0.59	1.59	2.63	4.02	4.61

Kết quả tại bảng 6 cho thấy qua quá trình kiểm tra qua 05 học phần, hầu hết các test đều có sự tăng trưởng, mức tăng trưởng ở mức vừa điều này phù hợp với đặc điểm sinh lý của đối tượng nghiên cứu.

KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã xác định được 9 test giúp sinh viên lựa chọn đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên gồm: Chạy 30m

xuất phát cao (s); Gập thân (cm); Tại chỗ ném bóng rổ bằng 2 tay từ sau đầu ra trước (m); Lực kế tay thuận (kg); Bật cao tại chỗ (cm); Bật cao có đà (cm); Chạy 12 phút (Test Cooper, m); Chạy cây thông 92 m (s); Chạy 9-3- 6-3-9 (s).

Sau khi học chương trình giảng dạy môn bóng chuyền ngành giáo dục thể chất vào đối tượng nghiên cứu, quá trình kiểm tra

qua 05 học phần, hầu hết các test đều có sự tăng trưởng vừa, điều này phù hợp với đặc điểm tăng trưởng từ 1.51% đến 20.26% mức tăng sinh lý của đối tượng nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2016), Thông tư số 04/2016/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 3 năm 2016 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về *tiêu chuẩn đánh giá chất lượng chương trình đào tạo các trình độ của giáo dục đại học*.
- [2]. Nguyễn Hiệp và cộng sự (2015), *Giáo trình bóng chuyền*, NXB TĐTT Hà Nội.
- [3]. Klesep. Iu.N, Airianx A.G (1997), *Bóng chuyền*, Dịch: Đinh Lãm, Xuân Nga, Hữu Hùng, Nghiêm Thúc, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- [4]. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2007), *Đo lường thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- [6]. Phạm Thế Vượng (2008), *Xác định tiêu chí đánh giá và giải pháp chuyên môn nhằm nâng cao trình độ kỹ thuật cơ bản ở hai năm đầu cho sinh viên chuyên sâu bóng chuyền*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TĐTT.

Nguồn bài báo: Trích từ kết quả nghiên cứu đề tài khoa học cấp trường: “Nghiên cứu sự tăng trưởng trình độ thể lực của nam sinh viên sau khi học chương trình giảng dạy môn chuyên sâu bóng chuyền ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Lâm nghiệp”, năm 2020.

Bài nộp ngày 31/10/2023, phản biện ngày 05/3/2024, duyệt đăng ngày 10/3/2024