

NGHIÊN CỨU ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ 2 TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC - ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

ThS. Hoàng Duy Tường¹, ThS. Đỗ Quân Tùng²

¹Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên

²Đại học Hàng Hải

Tóm tắt: Nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học Thể dục Thể thao thường quy nhằm đánh giá thực trạng thể lực của các sinh viên học môn Giáo dục Thể chất Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên. Kết quả nghiên cứu được xác định là căn cứ cho việc xem xét, điều chỉnh theo hướng hoàn thiện và nâng cao chất lượng giảng dạy. Kết quả nghiên cứu thu được cho thấy: Sự phát triển thể lực của đối tượng nghiên cứu có sự khác biệt tương đối lớn ở các đơn vị đào tạo; Trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu được xác định là tốt; Cần xem xét để điều chỉnh chương trình giảng dạy và nghiên cứu khoa học thực tiễn nhằm phát toàn diện các tố chất vận động theo mục tiêu đào tạo cho nhóm các sinh viên tham gia nghiên cứu và tương đương.

Từ khóa: Thực trạng thể lực, sinh viên, Giáo dục Thể chất, Trường Đại học Y Dược – Đại học Thái Nguyên.

Abstract: The study uses regular Sports Science research methods to evaluate the physical status of students studying Physical Education at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy. Research results are determined to be the basis for reviewing and adjusting towards perfecting and improving teaching quality. The results of the study showed that: The physical fitness development of research subjects had relatively large differences between training units; The physical fitness level of the research subjects was determined to be good; It is necessary to consider adjusting the teaching program and practical scientific research to comprehensively develop movement qualities according to training goals for groups of students.

Keywords: Physical fitness status, students, Physical Education, Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Mục tiêu của Giáo dục Việt Nam hiện nay là phát triển toàn diện con người và xem con người vừa là động lực, vừa là mục đích của cách mạng trong sự nghiệp đổi mới của đất nước. Theo tác giả, nhà nghiên cứu khoa học Thể thao Nguyễn Đăng Chiêu, "... thể lực là

một nội dung nằm trong định nghĩa chung về sức khỏe". Tác giả cho rằng để đánh giá các tố chất thể lực, cần có các chỉ tiêu về hình thái, giải phẫu và sinh lý con người, trong đó có hai chỉ tiêu cơ bản là chiều cao đứng và cân nặng. Theo tổ chức Y tế thế giới, sức khỏe là một trạng thái hài hòa về thể chất,

tinh thần và xã hội mà không phải đơn thuần là không có bệnh tật, cho phép mọi người thích ứng nhanh chóng với các biến đổi của môi trường, giữ được lâu dài khả năng lao động và lao động có hiệu quả. Như vậy, thể lực là một thành phần cơ bản của sức khỏe tổng thể (bao gồm sức khỏe thể chất và sức khỏe tinh thần, sức khỏe thể chất bao hàm thể lực).

Các tố chất thể lực là tiềm năng của con người trong việc phát huy các hoạt động vận động nhằm đạt được mục tiêu, thành tích tốt nhất trong lĩnh vực hoạt động Thể thao. Năng lực thể lực cụ thể gồm sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng phối hợp vận động. Thể lực là yếu tố nền tảng, cơ bản của con người, thêm vào đó, thông qua nền tảng thể lực, con người vận dụng và phát huy để đạt được các thành tích vận động tùy vào đặc tính cá nhân và các quá trình chuẩn bị vận động để đạt được các thành tích vận động liên quan đến thể thao và các hoạt động vận động khác.

Đối với các nhóm thanh thiếu niên, học sinh sinh viên, yếu tố thể lực là nền tảng cơ bản để đảm bảo các hoạt động sống, học tập tốt. Sức khỏe, thể lực được xác định có mối tương quan chặt chẽ đối với các yếu tố nhận thức và hiệu quả phát huy nhận thức. Vì vậy, công tác Giáo dục Thể chất cho nhóm đối tượng này cần phải được chú trọng. Nhằm đảm bảo hoàn thành các mục tiêu Giáo dục Thể chất, mục tiêu quan trọng là đánh giá đúng hiện trạng đối tượng, từ đó xác định các vấn đề tồn tại, qua đó đề ra các biện pháp can thiệp và cải thiện theo thực tế.

Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên là trường chú trọng về đào tạo chuyên môn Y Dược, các quan điểm về sức khỏe được chú trọng, tuy nhiên thực trạng thể chất sinh viên còn nhiều hạn chế, nguyên nhân được xác định do các yếu tố học, rèn luyện kỹ năng chuyên môn Ngành Y chiếm

dụng nhiều công sức và thời gian, việc dành thời gian cho các hoạt động khác như Giáo dục Thể chất còn hạn chế,... Thêm vào đó, các giảng viên, các nhà quản lý chưa quan tâm đúng mức, chưa có việc đánh giá các tố chất thể lực sau mỗi kỳ học hay mỗi năm học nhằm làm căn cứ điều chỉnh các kế hoạch giảng dạy. Thực tế, thể lực của sinh viên là một trong các chỉ số đánh giá chất lượng đào tạo, thông qua đánh giá phù hợp có thể từ đó tìm ra các yếu tố phù hợp để hoàn thiện và nâng cao hiệu quả, chất lượng giảng dạy, qua đó nâng cao hiệu quả đào tạo tổng thể của nhà trường, cung cấp cho sinh viên các nền tảng kỹ năng và điều kiện phù hợp với yêu cầu nghề nghiệp và đáp ứng các yêu cầu theo sự phát triển ngày càng cao của xã hội hiện đại.

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học Thể dục Thể thao và Giáo dục Thể chất trường học cơ bản và tin cậy gồm: Phân tích và tổng hợp tài liệu, Quan sát, Kiểm tra sự phạm và Toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu: 113 nam và 59 nữ sinh viên 4 Khoa (1 - Khoa Răng hàm mặt; 2 - Khoa Bác sĩ Đa khoa; 3 - Khoa Điều dưỡng; 4 - Khoa Dược) học môn Giáo dục Thể chất Tự chọn thuộc chương trình Giáo dục Thể chất quy định tại Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên, được tiến hành trong học kỳ 1 năm học 2023-2024.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn phương tiện đánh giá đối tượng nghiên cứu

Để đánh giá đối tượng nghiên cứu, nghiên cứu lựa chọn phương tiện đánh giá là các test thuộc Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Căn cứ vào điều kiện thực tế và quy định trong Quyết

định 53, nghiên cứu quyết định lựa chọn và sử dụng 4 test gồm: Test 1) Bật xa tại chỗ (cm) (đánh giá sức mạnh bột phát); Test 2) Chạy 30 m xuất phát cao (s) (đánh giá sức mạnh tốc độ); Test 3) Nằm ngửa gập bụng (lần/phút) (đánh giá sức mạnh cơ thân và sức

bền tốc độ); Test 4) Chạy 5 phút tùy sức (m) (đánh giá sức bền).

2. Thực trạng thể lực của sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên

Bảng 1. Thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên

Test	Khoa 1 ($n_{nam} = 29, n_{nữ} = 10$)	Khoa 2 ($n_{nam} = 27, n_{nữ} = 12$)	Khoa 3 ($n_{nam} = 28, n_{nữ} = 13$)	Khoa 4 ($n_{nam} = 29, n_{nữ} = 24$)
Nam sinh viên				
Test 1	244.7 ± 12.2	255.2 ± 14.3	257.2 ± 16.3	253.8 ± 13.7
Test 2	4.93 ± 0.53	4.56 ± 0.32	4.62 ± 0.43	4.78 ± 0.38
Test 3	22.9 ± 1.75	26.2 ± 1.84	27.7 ± 1.54	25.3 ± 1.63
Test 4	985.7 ± 34.88	1085.4 ± 47.63	1045.1 ± 52.49	1005.3 ± 43.28
Nữ sinh viên				
Test 1	181.2 ± 12.6	191.4 ± 14.2	194.7 ± 13.2	192.9 ± 13.7
Test 2	5.98 ± 0.45	5.46 ± 0.37	5.45 ± 0.41	5.73 ± 0.71
Test 3	18.3 ± 1.76	23.2 ± 1.36	24.4 ± 1.51	23.6 ± 1.41
Test 4	955.5 ± 59.08	982.7 ± 41.25	990.2 ± 45.46	985.8 ± 48.91

Ghi chú: 1 - Khoa Răng hàm mặt; 2 - Khoa Bác sĩ Đa khoa; 3 - Khoa Điều dưỡng; 4 - Khoa Dược; $\bar{x} \pm \sigma$; Test 1) Bật xa tại

chỗ (cm); Test 2) Chạy 30 m xuất phát cao (s); Test 3) Nằm ngửa gập bụng (lần/phút); Test 4) Chạy 5 phút tùy sức (m).

Bảng 2. So sánh thực trạng trình độ thể lực của sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên

Test	Σ		Khoa 1-2		Khoa 1-3		Khoa 1-4		Khoa 2-3		Khoa 2-4		Khoa 3-4	
	t	p	t	p	t	p	t	p	t	p	t	p	t	p
Nam sinh viên (n=113)														
Test 1	2.31	<0.05	2.51	<0.05	2.08	<0.05	3.28	<0.01	3.12	<0.05	3.26	<0.05	6.02	<0.01
Test 2	2.33	<0.05	3.18	<0.05	2.22	<0.05	2.32	<0.01	4.02	<0.01	3.09	<0.01	4.47	<0.01
Test 3	2.29	<0.05	4.79	<0.01	3.47	<0.05	2.68	<0.01	2.36	<0.05	2.64	<0.05	2.45	<0.05
Test 4	2.58	<0.05	3.55	<0.05	2.57	<0.05	2.23	<0.05	4.26	<0.01	4.25	<0.01	3.57	<0.01
Nữ sinh viên (n=59)														
Test 1	2.47	<0.05	2.64	<0.05	3.45	<0.01	3.09	<0.05	3.06	<0.05	4.12	<0.01	3.67	<0.05
Test 2	2.39	<0.05	3.20	<0.05	2.48	<0.01	4.12	<0.01	3.22	<0.01	4.67	<0.01	3.05	<0.05
Test 3	2.55	<0.05	3.35	<0.05	2.70	<0.01	2.64	<0.05	2.58	<0.05	2.35	<0.05	2.78	<0.05
Test 4	2.28	<0.05	3.47	<0.05	2.48	<0.05	2.63	<0.01	4.10	<0.01	3.52	<0.01	3.49	<0.05

Ghi chú: 1 - Khoa Răng hàm mặt; 2 - Khoa Bác sĩ Đa khoa; 3 - Khoa Điều dưỡng; 4 - Khoa Dược; Test 1) Bật xa tại chỗ (cm); Test 2) Chạy 30 m xuất phát cao (s); Test 3) Nằm ngửa gập bụng (lần/phút); Test 4) Chạy 5 phút tuý sức (m).

Kết quả thu được từ bảng 2 cho thấy: So sánh kết quả kiểm tra thể lực giữa các Khoa Răng hàm mặt, Bác sĩ Đa khoa, Điều dưỡng, Dược của nam và nữ sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên ở cả 4 test đều có sự khác biệt, có ý nghĩa với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ tại $p < 0.05$ và 0.01 .

Kết quả thu được cũng cho thấy: Sự phát triển thể lực của sinh viên các khoa tương đối đồng đều, hơn nữa, nhóm sinh viên nam ghi nhận kết quả tốt hơn nhóm nữ. Thêm vào đó, kết quả ghi nhận sự khác biệt giữa các Khoa, cụ thể: Khoa bác sĩ Đa khoa kém hơn so với Khoa Răng hàm mặt, Khoa điều dưỡng và

Dược tốt hơn Răng hàm mặt. Kết quả trên cho thấy có sự khác biệt trong lượng vận động của sinh viên theo các đơn vị có tính chất năng động khác nhau.

Dựa trên kết quả thu được, cần xem xét phát huy tính năng động và năng lực thể lực của nhóm các sinh viên năng động thuộc Khoa Điều dưỡng và Dược, đồng thời cần xem xét và kích thích các hoạt động học tập, tham gia ngoại khóa của các Khoa Răng hàm mặt, Bác sĩ Đa khoa.

3. Trình độ thể lực của sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên theo bộ tiêu chuẩn Quyết định số 53

Nghiên cứu căn cứ vào quy định phân loại tại Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT để xác định trình độ của nhóm sinh viên tham gia nghiên cứu. Kết quả được mô tả cụ thể thông qua bảng 3 như sau:

Bảng 3. Kết quả so sánh trình độ thể lực sinh viên năm thứ 2 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên theo bộ tiêu chuẩn Quyết định số 53

Test	Chỉ tiêu		$\bar{x} \pm \sigma$	C_v %	$n_{\text{Đạt}}$	Tốt (%)	Chỉ tiêu		$\bar{x} \pm \sigma$	C_v %	$n_{\text{Đạt}}$	Tốt (%)	
	Tốt	Đạt					Tốt	Đạt					
	Tổng số nam sinh viên (n=29)						Tổng số nữ sinh viên (n=10)						
Test 1	225	207	244.7 ± 12.2	4.99	25	89.29	169	153	181.2 ± 12.6	6.95	7	77.78	
Test 2	4.70	5.70	4.93 ± 0.53	10.75	28	100	5.70	6.70	5.98 ± 0.45	7.53	9	100	
Test 3	22	17	22.9 ± 1.75	7.64	22	78.57	19	16	18.3 ± 1.76	7.43	8	88.89	
Test 4	1060	950	985 ± 34	3.45	26	92.86	940	870	955 ± 59	6.18	8	88.89	
	Tổng số nam sinh viên (n=27)						Tổng số nữ sinh viên (n=12)						
Khoa Bác sĩ Đa Khoa	Test 1	227	209	255.2 ± 14.3	5.60	24	88.89	170	155	191.4 ± 14.2	7.42	9	75.00
	Test 2	4.60	5.60	4.56 ± 0.32	7.02	27	100	5.60	6,60	5.46 ± 0.37	6.78	12	100
	Test 3	23	18	26.2 ± 1.84	7.02	23	85.19	20	17	23.2 ± 1.36	5.86	10	83.33
	Test 4	1070	960	1085 ± 47	4.33	25	92.59	950	890	982 ± 41	4.18	11	91.67

	Tổng số nam sinh viên (n=28)							Tổng số nữ sinh viên (n=13)					
	Khoa Điều dưỡng	Test 1	227	209	257.2 ± 16.3	6.34	26	92.86	170	155	194.7 ± 13.2	6.78	10
	Test 2	4.60	5.60	4.62 ± 0.43	9.31	28	100	5.60	6.60	5.45 ± 0.41	7.52	13	100
	Test 3	23	18	27.7 ± 1.54	5.56	24	85.71	20	17	24.4 ± 1.51	6.19	11	84.62
	Test 4	1070	960	1045 ± 52	4.98	27	96.43	950	890	990 ± 45	4.55	12	92.31
Khoa Dược	Tổng số nam sinh viên (n=29)							Tổng số nữ sinh viên (n=24)					
	Test 1	227	209	253.8 ± 13.7	5.40	27	93.10	170	155	192.9 ± 13.7	7.10	21	87.50
	Test 2	4.60	5.60	4.78 ± 0.38	7.95	29	100	5.60	6.60	5.73 ± 0.71	12.39	18	75.00
	Test 3	23	18	25.3 ± 1.63	6.44	25	86.21	20	17	23.6 ± 1.41	5.97	20	83.33
	Test 4	1070	960	1005 ± 43	4.28	28	96.55	950	890	985 ± 48	4.87	22	91.67

Thông qua kết quả thu được tại bảng 3 cho thấy: Căn cứ quy định quy định phân loại tại Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, các chỉ số kiểm tra thu được của sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên đều ở mức đạt. Tuy nhiên các chỉ số là không đồng đều, vẫn ghi nhận các trường hợp sinh viên phát triển không đồng đều, vẫn còn các chỉ số kiểm tra mức chưa đạt, các chỉ số chưa đạt nhiều hơn ở nhóm nữ sinh viên. Kết quả cũng ghi nhận thành tích kiểm tra tốt ở test 2 - Chạy 30 xuất phát cao với tỷ lệ đạt ấn tượng, điều này cho thấy chương trình giảng dạy hiện hành chú trọng phát triển sức nhanh. Kết quả cũng ghi nhận kết quả không tốt nhiều hơn ở tất cả sinh viên ở test 4 - Chạy tỳ sức 5 phút. Kết quả ghi nhận chương trình hiện hành hạn chế trong việc phát triển sức bền chung. Kết quả thu được như trên được xác định là phù hợp, theo nguyên tắc tập luyện Thể dục Thể thao, việc phát triển tốt nhất cùng lúc cho hai tố chất có đặc điểm khác biệt là bất khả thi, tuy nhiên việc suy giảm ở mức sâu một chỉ số cũng cho thấy các hạn chế cơ bản trong

việc phát triển đồng đều và toàn diện. Kết quả trên được xác định là căn cứ để đề ra các biện pháp can thiệp, thay đổi chương trình giảng dạy hiện hành theo hướng phát huy ưu điểm, cải thiện nhược điểm, chú trọng phát triển toàn diện phù hợp với mục tiêu đào tạo và xu hướng xã hội hiện đại.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu thu được cho thấy:

- 1) Sự phát triển thể lực của sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên có sự khác biệt tương đối lớn ở các đơn vị đào tạo. Trong đó, thành tích kiểm tra kém nhất được xác định là Khoa Bác sĩ Đa khoa; 2) Trình độ thể lực của nam và nữ sinh viên Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên được xác định là tốt với các tiêu chí xếp loại cơ bản đều nằm trong mức đạt trở lên; 3) Cần xem xét để điều chỉnh chương trình giảng dạy nhằm phát triển toàn diện các tố chất vận động theo mục tiêu đào tạo cho nhóm các sinh viên, thêm vào đó cũng tăng cường thêm các nghiên cứu khoa học thực tiễn nhằm tăng cường hiệu quả

giảng dạy cũng như phát triển năng lực thể đối tượng nghiên cứu và tương đương. chất, hiệu quả hoạt động thể chất cho nhóm

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic, I. V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập Thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.
- [2]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên* (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008).
- [3]. Dương nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội,
- [4]. Goikhoman, P. N (1978), *Các tố chất thể lực của Vận động viên*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.
- [5]. Đỗ Văn Hiếu (2012), *Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho SV Học viện Kỹ thuật Mật mã*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh.
- [6]. Lê Mạnh Hùng (2015), *Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho sinh viên Khoa Kinh tế - Viện Đại học mở Hà Nội*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh.
- [7]. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải, Vũ Bích Huệ (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của học sinh - sinh viên trước thềm thế kỷ 21*, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội, [Tr. 155-157].

Nguồn bài báo: Được trích từ đề tài cấp cơ sở “Nghiên cứu ứng dụng một số bài tập thể dục thể thao vòng tròn để phát triển thể chất cho sinh viên năm thứ 2 các Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên”.

Bài nộp ngày 12/01/2024, phản biện ngày 05/3/2024, duyệt đăng ngày 10/3/2024