

Nghiên cứu thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn giáo dục thể chất của học sinh khối 6 trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh

ThS. Lưu Xuân Thái; TS. Nguyễn Trọng Bốn; ThS. Nguyễn Thị Thùy Linh ■

TÓM TẮT:

Qua nghiên cứu lý luận và thực tiễn, đề tài nghiên cứu thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn giáo dục thể chất của học sinh Trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh, trên cơ sở đó đề tài nghiên cứu lựa chọn được các giải pháp phù hợp áp dụng có hiệu quả vào giảng dạy nâng cao thể lực cho học sinh lớp 6 Trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh.

Từ khóa: Thể lực chung, các giải pháp, học sinh lớp 6 Trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh.

ABSTRACT:

Through theoretical and practical research, the thesis studies the general physical condition and learning outcomes of physical education of students at Trang Ha Secondary School - Tu Son - Bac Ninh. Based on that, the thesis selects suitable solutions to effectively apply for physical strength improvement for students in grade 6 of Trang Ha Secondary School - Tu Son - Bac Ninh.

Keywords: General physical fitness, solutions, students of grade 6 at Trang Ha secondary school - Tu Son - Bac Ninh.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua, công tác giáo dục thể chất (GDTC) của trường Trung học cơ sở (THCS) Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh đã được Phòng Giáo dục thị xã và Ban giám hiệu quan tâm về mọi mặt, chính điều đó là động lực thúc đẩy nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy, học tập môn GDTC của trường cũng không ngừng được nâng cao. Tuy vậy, qua thực tế giảng dạy cho thấy kết quả học tập môn GDTC của học sinh (HS) nhà trường không được như mong muốn. Thực trạng đó đòi hỏi phải có những nghiên cứu, điều chỉnh và đề xuất những biện pháp nhằm nâng cao kết quả học tập môn GDTC cho HS trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh. Đã có nhiều tác giả triển khai nghiên cứu các biện pháp nâng cao kết quả GDTC cho HS ở các trường khác nhau. Tuy nhiên, trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh thì chưa có công trình nào nghiên cứu về lựa chọn các giải pháp nhằm phát triển thể lực cho HS khối 6. Vì vậy, chúng tôi lựa chọn nghiên cứu: **“Nghiên cứu thực trạng thể lực chung và kết quả học tập môn giáo dục thể chất của học sinh khối 6 trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh”**.

Quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các

phương pháp nghiên cứu sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng thể lực chung của học sinh khối 6 trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh.

Để đánh giá thực trạng thể lực chung (TLC) của HS khối 6 trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh, đề tài đã tiến hành khảo sát thể lực theo 5 nội dung trong 6 quy định của tiêu chuẩn RLTT theo quyết định số 53/QĐ BGD-ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ GD-ĐT ban hành. Đó là các nội dung: Nằm ngửa gập bụng; Bật xa tại chỗ; Chạy 30m xuất phát cao; Chạy 5 phút tùy sức.

Kết quả thể hiện ở bảng 1.

* Qua bảng 1 ta thấy:

- Các chỉ số kiểm tra TLC của nam nữ HS lớp 6 trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh chỉ đạt ở mức trung bình khá.

- Điều này cho thấy việc giảng dạy và chương trình GDTC ở bậc phổ thông đã có sự cải tiến tích

cực, toàn diện, đồng thời phản ánh được phần nào công tác GDTC của trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh.

Nghiên cứu tiến hành so sánh kết quả kiểm tra TLC của HS lớp 6 Trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh với kết quả điều tra thể chất nhân dân cùng độ tuổi (11 tuổi). Kết quả được trình bày ở bảng 2.

* Phân tích kết quả tổng tại bảng 2 cho phép có một số kết luận sau:

+ Nam HS lớp 6 tuy kém hơn ở chỉ tiêu bật xa tại chỗ ($\bar{x} = 161.2$ so với 163.99 của thể chất người Việt Nam 11 tuổi) và chỉ tiêu nằm ngửa gập bụng ($\bar{x} = 15.2$ so với 15.6 của thể chất người Việt Nam 11 tuổi), nhưng lại vượt lên chiếm ưu thế rõ rệt ở 2 chỉ tiêu còn lại. Với kết quả này một lần nữa chứng tỏ hiệu quả của việc duy trì liên tục giờ học nội khoa môn GDTC đối với HS.

+ Nữ HS lớp 6 khi so sánh với nữ 11 tuổi cho thấy sự nhỉnh hơn về sức bền của nữ sinh viên được thể hiện ở chỉ tiêu chạy 5 phút tùy sức so với đối tượng so sánh ($\bar{x} = 807.3$ so với 744.67), chạy 30m XPC ($\bar{x} = 6.04$ so với 6.07). Các chỉ tiêu còn lại thì nữ HS lớp 6 có kết quả thấp hơn đối tượng so sánh.

2.2. Kết quả học tập môn GDTC của học sinh lớp 6 trường Trung học cơ sở Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh

Kết quả học tập môn GDTC của HS bao gồm cả điểm lý thuyết, thực hành và trình độ thể lực. Nội dung kiểm tra nằm trong chương trình giảng dạy chính khóa, có hình thức kiểm tra đánh giá phù hợp, tương ứng với từng học phần.

- Kiểm tra kiến thức lý luận theo chương trình GDTC: Thông qua điểm lý thuyết chung và lý thuyết chuyên môn.

- Kiểm tra kỹ năng thực hành: Khả năng thực hiện kỹ thuật các môn thể thao được đánh giá qua kiểm tra, thi ở các học kỳ (biết kỹ thuật- làm đúng kỹ thuật - tự kiểm tra được kỹ thuật...).

- Kiểm tra trình độ thể lực: Tiến hành kiểm tra thể lực HS theo nội dung yêu cầu của Bộ GD-ĐT (Dựa vào tiêu chuẩn rèn luyện thân thể trong chương trình GDTC).

Từ thực trạng kết quả học tập môn học GDTC của HS lớp 6 với số lượng HS thi không đạt môn học còn nhiều. Đề tài đã thống kê kết quả học tập của các học kỳ: học kỳ I (HKI) và học kỳ II (HKII). Kết quả được thể hiện ở bảng 3.

Bảng 1. Kết quả kiểm tra TLC của HS khối 6 trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh

TT	Các chỉ tiêu và test	Giới tính	$\bar{X}$	$\pm\delta$	Tiêu chuẩn rèn luyện thân thể		
					Tốt	Trung bình	Kém
1	Nằm ngửa gập bụng (số lần/30giây)	Nam (n = 43)	15.2	1.1	> 18	13 - 18	< 13
		Nữ (n = 41)	10.3	0.8	> 15	10 - 15	< 10
2	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n = 43)	161.2	15.8	> 170	152 - 170	< 152
		Nữ (n = 41)	153.1	15.1	> 158	142 - 158	< 142
3	Chạy 30m XPC (giây)	Nam (n = 43)	5.47	0.51	< 5.54	5.54 - 5.59	> 5.59
		Nữ (n = 41)	6.04	0.57	< 59.9	59.9 - 6.65	> 6.65
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam (n = 43)	826.1	79.68	> 940	820 - 940	< 820
		Nữ (n = 41)	807.3	78.54	> 840	730 - 840	< 730

Bảng 2. So sánh kết quả kiểm tra TLC của HS lớp 6 Trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh với kết quả điều tra thể chất nhân dân cùng độ tuổi (11 tuổi)

TT	Chỉ tiêu	Chỉ số	Nam HS lớp 6 (n = 44)			Thể chất người VN 11 tuổi (n = 140)		
			$\bar{X}$	δ	Cv%	$\bar{X}$	δ	Cv%
1	Chạy 30m XPC(s)		5.47	0.47	10.02	5.58	0.5	0.103
2	Bật xa tại chỗ (cm)		161.2	5.69	2.6	163.99	20.7	0.095
3	Chạy 5 phút tùy sức (m)		826.1	75.2	8.4	819.36	112.1	0.128
4	Nằm ngửa gập bụng (L)		15.2	3.34	15.8	15.6	3.6	0.180
			Nữ HS lớp 6 (n = 41)			Thể chất người VN 11 tuổi (n = 140)		
1	Chạy 30m XPC(s)		6.04	0.21	3.4	6.07	0.6	0.1
2	Bật xa tại chỗ (cm)		153.1	9.17	5.7	158.39	17.2	0.11
3	Chạy 5 phút tùy sức (m)		807.3	57.01	8.3	744.67	101.5	0.139
4	Nằm ngửa gập bụng (L)		10.3	1.12	8.8	13.86	3.99	0.333

Bảng 3. Kết quả học tập môn GDTC của sinh khối 6 năm học 2017 - 20178 (n = 120)

TT	Học kỳ	Số lượng HS	Số HS thi đạt môn	Tỷ lệ %
1	HKI	120	75	62.5%
2	HKII	120	68	56.66%
				Tỷ lệ trung bình: 59.58%

Bảng 4. Những nguyên nhân ảnh hưởng đến kết quả học tập môn GDTC của HS lớp 6 (n = 119)

TT	Nguyên nhân	Số lượng	Tỷ lệ %
1	HS chưa nhận thức được vị trí và vai trò của môn học	8	6.7
2	GDTC là một môn học khó, không phù hợp với khả năng của HS ngành kỹ thuật	19	15.97
3	Chưa có sự quan tâm tạo điều kiện về cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện	62	52.1
4	HS không hứng thú với môn học	55	46.2
5	Ít có thời gian tập luyện TDTT ngoại khóa	80	67.2
6	Chưa được giáo viên hướng dẫn tập luyện ngoại khóa	6	5.0
7	Nội dung môn học chưa kích thích được hứng thú học tập của HS	66	55.46
8	Bản thân HS chưa nỗ lực khắc phục khó khăn của môn học	15	12.6
9	Những nguyên nhân khác	14	11.76

Qua bảng 3, ta có thể thấy số HS lớp 6 thi đạt môn GDTC còn thấp, tỷ lệ trung bình chỉ đạt 59.58%.

Bất cứ kết quả hoạt động nào của con người tạo ra, dù thành công hay thất bại đều có những nguyên nhân của nó, xuất phát từ những nguyên nhân chủ quan, khách quan. Việc tìm ra những nguyên nhân ảnh hưởng đến kết quả học tập môn GDTC của HS là một điều quan trọng và cần thiết, trên cơ sở đó xây dựng phương hướng, tìm ra những biện pháp hữu hiệu khắc phục nó nhằm nâng cao kết quả học tập môn GDTC cho HS. Để tìm hiểu vấn đề này, đề tài đưa ra một số nguyên nhân để HS đánh giá. Kết quả được thể hiện qua bảng 4

Qua bảng số liệu điều tra tại bảng 4 ta thấy: tất cả những khó khăn đưa ra đều được HS thừa nhận. Trong đó khó khăn lớn nhất của HS là ít có thời gian tập luyện ngoại khóa (có 80 HS chiếm 67.2%). Tiếp đến là do nội dung chương trình môn học chưa kích thích được hứng thú của HS (có đến 66 HS chiếm 55.46%) và 62 HS chiếm 52.1% cho rằng chưa có sự

quan tâm tạo điều kiện về cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện. Khó khăn mà HS đánh giá thấp nhất là chưa được giáo viên hướng dẫn tập luyện ngoại khóa.

3. KẾT LUẬN

Từ kết quả nghiên cứu trên đề tài đi tới kết luận:

- TLC của HS lớp 6 Trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh còn hạn chế so với thể chất người Việt Nam cùng độ tuổi.

- Kết quả học tập môn GDTC của HS lớp 6 Trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh chỉ đạt ở mức trung bình là 59.58% đạt.

- Có rất nhiều nguyên nhân ảnh hưởng đến kết quả học tập môn giáo dục thể chất của HS lớp 6 Trường THCS Trang Hạ - Từ Sơn - Bắc Ninh. Song nguyên nhân chủ yếu là: ít có thời gian tập luyện, nội dung chương trình môn học chưa kích thích được hứng thú học tập của HS, cơ sở vật chất cho tập luyện còn nhiều hạn chế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban khoa giáo Trung ương Đảng (2002), *Hướng dẫn thực hiện chỉ thị số 17/2002/CT-TW Bộ Giáo dục - Đào tạo*, Tạp chí giáo dục thể lực số 32-36.
2. Dương Nghiệp Chí và Nguyễn Danh Thái (chủ biên) (2003), *Thực trạng thể lực người Việt Nam từ 6 - 20 tuổi (thời điểm 2001)*; Nxb TDTT, Hà Nội;
3. Dương Nghiệp Chí và các cộng sự (2004), *Đo lường thể thao*; Nxb TDTT, Hà Nội;
4. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu (2000), *Thực trạng phát triển thể lực của học sinh, sinh viên trước thềm thế kỷ XXI*; Nxb TDTT, Hà Nội;

(Nguồn trích từ đề tài luận văn cao học năm 2019. Tên đề tài luận văn: “Nghiên cứu lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao thể lực cho học sinh khối 6 trường Trung học cơ sở Trang Hạ- Từ Sơn -Bắc Ninh”. Tác giả: Nguyễn Thị Thùy Linh - CH26- HDKH:TS. Nguyễn Trọng Bốn).

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 19/3/2020; ngày phản biện đánh giá: 8/5/2020; ngày chấp nhận đăng: 14/6/2020)