

THỰC TRẠNG NĂNG LỰC THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH TRƯỜNG THPT NGUYỄN VĂN CỪ - THỊ XÃ TỪ SƠN - TỈNH BẮC NINH

TS. Nguyễn Mạnh Toàn¹, ThS. Phan Đình Tứ²

¹*Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội*

²*Trường THPT Nguyễn Văn Cừ - Từ Sơn - Bắc Ninh*

Tóm tắt: Nghiên cứu xây dựng và ứng dụng một số biện pháp tổ chức hoạt động tập luyện TDTT nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - thị xã Từ Sơn - tỉnh Bắc Ninh là vấn đề cấp thiết trong điều kiện thực tiễn hiện nay của nhà trường. Để đạt được mục tiêu đó, quá trình nghiên cứu đã tiến hành đánh giá được thực trạng những mặt còn tồn tại và yếu kém về kết quả học tập, rèn luyện tố chất thể lực chung của học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - thị xã Từ Sơn - tỉnh Bắc Ninh.

Từ khóa: Kết quả học tập, năng lực thể chất, tố chất thể lực chung.

Abstract: Research development and application of a number of measures to organize activities and sports training to improve the effectiveness of physical education for high school students common Nguyen Van Cu - Tu Son Town - Bac Ninh Province is a critical issue in the context of the current practices of the school. To achieve that goal, the research conducted to assess the status of unresolved and weak academic performance, physical exercise common qualities of high school students the Nguyen Van Cu - Tu Son town - Bac Ninh province.

Keywords: Learning outcomes, physical capacity, general physical qualities.

ĐẶT VẤN ĐỀ.

Trường THPT Nguyễn Văn Cừ được thành lập ngày 20/11/2004 và chính thức đi vào hoạt động từ năm học 2005 - 2006. Trong những năm qua, Nhà trường luôn coi trọng công tác GDTC để thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho học sinh. Bên cạnh việc thực hiện giảng dạy đầy đủ theo phân phối chương trình của bộ môn thể dục, Nhà trường đẩy mạnh các hoạt động TDTT một mặt rèn luyện sức khỏe cho học, mặt khác tạo sân chơi lành mạnh cuốn hút học sinh, góp phần xây dựng trường học thân thiện, học sinh tích cực. Tuy nhiên, do điều kiện về quỹ đất giành cho xây dựng Nhà trường và nguồn kinh phí còn hạn hẹp, nên vấn đề đầu tư về cơ sở vật chất phục vụ tập luyện TDTT tại Nhà trường gặp nhiều khó khăn và hạn chế, điều đó dẫn đến hoạt động GDTC trong Nhà trường vẫn còn một số tồn tại vướng mắc. Một trong những tồn tại đó là điều kiện cơ sở vật chất, nguồn nhân lực... và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả của các giờ học

chính khóa đối với môn học GDTC cũng như phát triển thể lực chung cho sinh viên vẫn còn nhiều hạn chế, chỉ đáp ứng được việc tiếp thu kỹ thuật cơ bản.

Xuất phát từ thực tiễn đó, để nâng cao tầm vóc, thể lực cho học sinh các trường trung học phổ thông hiện nay, việc xác định một số giải pháp phát triển nâng cao hiệu quả công tác GDTC trong Nhà trường cho đối tượng nêu trên là nhiệm vụ hết sức cần thiết và quan trọng.

Đề tài đã sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng về kết quả học tập môn học thể dục

Đề tài tiến hành đánh giá thực trạng kết quả học tập môn thể dục trong chương trình chính khóa (bao gồm nội dung lý thuyết và thực hành). Điểm lý thuyết và thực hành được kiểm tra nằm trong chương trình giảng dạy nội dung chính khóa của tổ bộ môn thể dục, có thang

điểm, quy định và quy cách đánh giá kết quả học tập. Điểm học tập lý thuyết và thực hành của học sinh từ năm học 2011 - 2012 là điểm trung bình của các nội dung lý thuyết và thực

hành ở các học kỳ tương ứng với từng khối 10, khối 11 và khối 12, kết quả thu được như trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng kết quả học tập môn thể dục của học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh năm học 2011 - 2012 (n = 1004)

Khối		Kết quả xếp loại học tập môn thể dục				
		Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
Khối 10 (n = 314)	n	28	50	161	60	15
	Tỷ lệ %	8,92	15,92	51,27	19,11	4,78
Khối 11 (n = 350)	n	32	52	191	55	20
	Tỷ lệ %	9,14	14,86	54,57	15,71	5,71
Khối 12 (n = 340)	n	25	46	216	42	11
	Tỷ lệ %	7,35	13,53	63,53	12,35	3,24
Tổng	n	85	148	568	157	46
Trung bình	Tỷ lệ %	8,47	14,77	56,46	15,73	4,58

Từ kết quả thu được ở Bảng 1 cho thấy:

- Tỷ lệ học sinh đạt điểm khá và trung bình của các khối 10, 11 và 12 là khá cao: 716/1004 học sinh, chiếm tỷ lệ 71,31%, trong đó loại khá có 148/1004 học sinh, chiếm tỷ lệ 14,77%; loại trung bình có 568/1004 học sinh, chiếm tỷ lệ 56,46%.

- Tỷ lệ số học sinh đạt loại giỏi rất thấp, chỉ có 85/1004 học sinh, chiếm tỷ lệ 8,47%. Qua khảo sát cho thấy, các học sinh này có kết quả cao ở các nội dung thực hành trong chương trình môn học thể dục chính khóa.

- Trong khi đó, tỷ lệ học sinh đạt loại yếu và kém chiếm tỷ lệ cũng tương đối cao, có đến 302/1004 học sinh đạt loại yếu, kém, chiếm tỷ lệ 20,22% (trong đó, loại yếu có 157/1004 học sinh, chiếm tỷ lệ 15,73%, loại kém có 46/1004 học sinh chiếm tỷ lệ 4,58%.

Qua tìm hiểu cho thấy, một số nguyên nhân cơ bản là do các em không được tập luyện nhiều, đồng thời Nhà trường đều thiếu dụng cụ, và không có nơi tập luyện. Hơn nữa do nội dung học tập, tập luyện của môn thể dục quá nghèo nàn, nên không gây hứng thú cho học sinh tham gia tập luyện. Để từng bước thay đổi tình trạng này, và nâng cao hiệu quả học tập môn thể dục chính khóa của học sinh, thì một trong những giải pháp trước mắt yêu cầu Nhà

trường phải đảm bảo cho các em có nơi tập luyện, đồng thời cần tạo cho học sinh có hứng thú với môn học thể dục, đồng thời cũng cần trang bị bổ sung những phương tiện, dụng cụ tập luyện cần thiết.

2. Về năng lực thể chất của học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh

Nhằm đánh giá năng lực thể chất của đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành khảo sát trình độ thể lực của học sinh các khối thông qua test đánh giá thể chất người Việt Nam thời điểm năm 2001 của Viện Khoa học Thể dục thể thao và các nội dung, tiêu chuẩn rèn luyện thân thể đã được Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định và ban hành. Các nội dung kiểm tra bao gồm: Chiều cao đứng (cm); Cân nặng (kg); Chỉ số Quetelet (g/cm); Chỉ số BMI (kg/m²); Chỉ số công năng tim (HW); Dẻo gập thân (cm); Lực bóp tay thuận (kg); Nằm ngửa gập bụng (lần/30s); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m XPC (s); Chạy con thoi 4 × 10m (s); Chạy tùy sức 5 phút (m).

Trên cơ sở đó, đề tài tiến hành so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân có cùng lứa tuổi (lứa tuổi 15, 16 và 17) thời điểm năm 2001 (của Viện khoa học Thể dục Thể thao). Kết quả trình bày từ Bảng 2 đến Bảng 5.

**Bảng 2. Thực trạng năng lực thể chất của học sinh khối lớp 10 (15 tuổi) trường THPT Nguyễn Văn Cừ
Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh thời điểm năm học 2011 - 2012**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 182)					Nữ (n = 132)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	161,02±21,13	13,12	160,66±6,57	0,229	>0,05	153,58±20,12	13,10	152,67±5,17	0,519	>0,05
2	Cân nặng (kg)	46,11±5,28	11,45	46,66±7,06	1,274	>0,05	43,20±5,35	12,37	42,76±5,49	0,896	>0,05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	286,36±32,59	11,38	290,43±36,60	1,567	>0,05	281,26±32,99	11,73	280,08±33,00	0,393	>0,05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17,78±2,14	12,02	18,01±1,99	1,356	>0,05	18,31±2,12	11,58	18,37±2,12	0,294	>0,05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12,08±1,17	9,65	12,57±3,98	3,650	<0,05	13,65±1,10	8,05	14,43±4,05	5,503	<0,05
6	Đeo gập thân (cm)	8,32±1,11	13,36	10,00±7,43	8,043	<0,05	7,99±1,13	14,08	9,00±6,95	4,923	<0,05
7	Lực bóp tay thuận (kG)	35,13±3,11	8,85	37,45±6,96	7,937	<0,05	27,13±3,14	11,58	27,88±4,81	2,507	<0,05
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15,78±2,21	14,03	19,00±3,68	16,984	<0,05	9,57±2,24	23,37	11,00±4,25	6,400	<0,05
9	Bật xa tại chỗ (cm)	193,15±21,27	11,01	202,00±22,80	5,260	<0,05	146,83±21,53	14,66	156,00±16,34	4,773	<0,05
10	Chạy 30m XPC (s)	6,11±0,92	15,11	5,08±0,54	14,744	<0,05	6,70±0,88	13,12	6,17±0,66	6,778	<0,05
11	Chạy con thoi 4×10m (s)	12,18±1,18	9,67	10,90±0,91	14,162	<0,05	13,38±1,20	9,00	12,62±0,99	7,045	<0,05
12	Chạy tuy sức 5 phút (m)	881,03±95,68	10,86	972,00±216,75	10,069	<0,05	668,79±97,82	14,63	768,00±105,90	11,094	<0,05

**Bảng 3. Thực trạng năng lực thể chất của học sinh khối lớp 11 (16 tuổi) trường THPT Nguyễn Văn Cừ
Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh thời điểm năm học 2011 - 2012**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 195)					Nữ (n = 155)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	163,28±18,03	11,04	162,86±5,82	0,323	>0,05	154,49±17,17	11,11	153,07±5,00	1,025	>0,05
2	Cân nặng (kg)	48,62±5,94	12,21	49,26±6,69	1,395	>0,05	44,49±6,07	13,64	43,76±4,92	1,449	>0,05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	297,77±30,49	10,24	302,47±36,70	1,974	>0,05	287,98±31,17	10,83	285,88±29,00	0,803	>0,05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	18,24±1,88	10,33	18,53±2,06	2,022	<0,05	18,64±1,93	10,33	18,67±1,89	0,181	>0,05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12,49±1,19	9,54	12,53±3,75	0,310	>0,05	13,53±1,12	8,30	14,77±3,84	9,251	<0,05
6	Đẻo gập thân (cm)	9,25±0,84	9,06	10,00±8,00	3,486	<0,05	8,09±0,86	10,59	9,00±7,23	4,565	<0,05
7	Lực bóp tay thuận (kG)	39,35±3,58	9,09	40,07±6,31	2,371	<0,05	26,86±3,66	13,62	28,80±4,94	6,062	<0,05
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19,34±1,51	7,82	20,00±3,74	4,586	<0,05	10,22±1,53	14,96	11,00±4,45	4,669	<0,05
9	Bật xa tại chỗ (cm)	201,72±22,61	11,21	210,00±20,57	4,862	<0,05	149,28±23,12	15,49	159,00±16,38	5,106	<0,05
10	Chạy 30m XPC (s)	5,54±0,51	9,26	4,98±0,53	14,281	<0,05	6,49±0,49	7,53	6,19±0,74	6,884	<0,05
11	Chạy con thoi 4×10m (s)	11,56±0,99	8,59	10,85±0,98	9,344	<0,05	13,10±1,01	7,75	12,40±0,95	8,221	<0,05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	909,13±93,73	10,31	972,00±112,78	8,593	<0,05	731,08±95,83	13,11	764,00±114,87	3,990	<0,05

**Bảng 4. Thực trạng năng lực thể chất của học sinh khối lớp 12 (17 tuổi) trường THPT Nguyễn Văn Cừ
Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh thời điểm năm học 2011 - 2012**

TT	Chỉ tiêu, test	Nam (n = 189)					Nữ (n = 151)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam năm 2001	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	165,54±19,10	11,54	164,48±5,59	0,759	>0,05	154,78±18,19	11,75	153,32±4,91	0,982	>0,05
2	Cân nặng (kg)	51,13±6,24	12,21	51,07±6,09	0,125	>0,05	45,51±6,38	14,03	44,48±4,49	1,935	>0,05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	308,87±31,63	10,24	310,49±32,00	0,665	>0,05	294,03±32,34	11,00	290,11±27,90	1,436	>0,05
4	Chỉ số BMI (kg/m ²)	18,66±1,93	10,33	18,86±1,83	1,364	>0,05	19,00±1,97	10,37	18,91±1,97	0,515	>0,05
5	Chỉ số công năng tim (HW)	12,31±1,17	9,54	12,79±3,69	3,753	<0,05	13,76±1,11	8,04	14,53±5,53	4,562	<0,05
6	Đeo gập thân (cm)	10,18±0,92	9,06	11,00±8,96	3,406	<0,05	8,19±0,94	11,51	9,00±7,70	3,803	<0,05
7	Lực bóp tay thuận (kG)	43,57±3,96	9,09	42,89±6,54	2,037	<0,05	26,59±4,05	15,23	28,76±4,79	6,166	<0,05
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22,89±1,79	7,82	21,00±3,86	11,530	<0,05	10,86±1,81	16,65	12,00±4,38	6,143	<0,05
9	Bật xa tại chỗ (cm)	210,28±23,57	11,21	217,00±21,17	3,734	<0,05	151,72±24,10	15,88	158,00±17,36	3,122	<0,05
10	Chạy 30m XPC (s)	4,97±0,46	9,26	4,84±0,54	3,581	<0,05	6,28±0,44	6,98	6,19±0,77	2,203	<0,05
11	Chạy con thoi 4×10m (s)	10,93±0,94	8,59	10,64±0,84	4,047	<0,05	12,82±0,96	7,49	12,57±0,96	3,050	<0,05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	937,23±105,72	11,28	968,00±106,93	3,766	<0,05	793,38±108,09	13,62	756,00±116,39	4,021	<0,05

Bảng 5. Tổng hợp kết quả đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của học sinh các khối trường Trung học Phổ thông Nguyễn Văn Cừ - Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh thời điểm năm học 2011 - 2012

TT	Nội dung	Học sinh nam (n = 566)		Học sinh nữ (n = 438)		Tổng (n = 1004)	
		Số đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %	Số đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %	Số đạt chỉ tiêu	Tỷ lệ %
1	Lực bóp tay thuận (kg)	396	69,96	314	71,69	710	70,72
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	274	48,41	212	48,40	486	48,41
3	Bật xa tại chỗ (cm)	278	49,12	196	44,75	474	47,21
4	Chạy 30m XPC (s)	388	68,55	242	55,25	630	62,75
5	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	284	50,18	178	40,64	462	46,02
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	182	32,16	134	30,59	316	31,47
Trung bình			53,06		48,55		51,10

Từ kết quả thu được ở các Bảng 2 đến Bảng 5 cho thấy:

Về các chỉ số hình thái - chức năng:

Chiều cao của nam nữ học sinh THPT các độ tuổi phát triển bình thường, tuy là kiểm tra theo phương pháp “theo dõi ngang” nhưng cũng cho thấy nhịp độ phát triển chiều cao giữa các độ tuổi từ 15 đến 17 tuổi có tính kế thừa; năm sau cao hơn năm trước; trung bình phát triển chiều cao giữa các độ tuổi ở học sinh nam là 2,26 cm, nữ là 0,60 cm.

Về cân nặng cũng có diễn biến tương tự, ở các độ tuổi từ 15 - 17, sự phát triển cân nặng có tính kế thừa, trung bình cân nặng ở các độ tuổi của nam tăng là 2,51kg, nữ là 1,16kg. Cân nặng phát triển đã phản ánh sự tương thích với phát triển chiều cao của học sinh, thông qua các chỉ số Quetelet và BMI đã kiểm chứng tỷ lệ khối cơ thể giữa chiều cao với cân nặng.

Về chỉ số công năng tim cho thấy không có sự phát triển đồng nhất giữa các lứa tuổi ở cả nam và nữ, mặc dù có sự khác biệt giữa học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ so với thể chất người Việt Nam năm 2001, tuy nhiên mức đạt được của chỉ số này của học sinh các khối

10, 11 và 12 đều ở mức độ kém (từ 11 đến 15 HW). Chỉ số công năng tim, phản ánh khả năng hoạt động của tim đối với lượng vận động chuẩn. Tuy vậy một đặc điểm rõ nét hiện cho thấy như kết quả một số công trình gần đây đã công bố, đó là học sinh THPT hiện nay có hình thái cơ thể phát triển tốt, nhưng khả năng vận động sinh lý thì phần nào vẫn còn hạn chế.

Khi so sánh sự khác biệt về các chỉ số hình thái giữa đối tượng học sinh THPT Nguyễn Văn Cừ và thể chất người Việt Nam thời điểm năm 2001 cho thấy, mặc dù các chỉ số hình thái (đặc biệt là chiều cao, cân nặng) có sự khác biệt so với thể chất người Việt Nam năm 2001 (do Viện khoa học Thể dục Thể thao công bố), tuy nhiên sự khác biệt này đều không có ý nghĩa thống kê cần thiết ($t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ với $P < 0,05$).

Về các test thể lực chung:

Kết quả kiểm tra cho thấy hầu hết các tố chất thể lực chung của học sinh THPT Nguyễn Văn Cừ mặc dù có sự tăng trưởng ở các lứa tuổi 15 - 17, đồng thời thành tích đạt được ở nhiều test là tương đối đồng đều (có từ 3 đến 6 test đối với nam, từ 2 đến 5 test đối với nữ $C_v < 10\%$), tuy nhiên kết quả đạt được ở các test đều kém

hơn kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ với $P < 0,05$). Sự khác biệt này tỏ ra rõ rệt nhất là ở đối tượng học sinh lớp 10 (15 tuổi), sự khác biệt này giảm dần ở đối tượng học sinh lớp 11 và lớp 12 (lứa tuổi 16 và 17).

Về đánh giá xếp loại theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể:

Khi so sánh, đối chiếu với tiêu chuẩn phân loại thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 09 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành cho thấy:

- Số học sinh đạt tiêu chuẩn sức mạnh khá cao, trong đó sức mạnh chi trên (lực bóp tay thuận): Nam đạt 69,96%; nữ đạt 71,69%. Còn lại tiêu chuẩn sức mạnh chi dưới (bật xa tại chỗ) chỉ đạt ở mức trung bình yếu: Nam đạt 49,12%; nữ đạt 44,75%; sức mạnh cơ bụng (nằm ngửa gập bụng): Nam đạt 48,41%; nữ đạt 48,40%.

- Số học sinh đạt tiêu chuẩn sức nhanh (chạy 30m XPC) ở mức trung bình và trung bình khá: Nam đạt 68,55%; nữ đạt 55,25%.

- Số học sinh đạt chỉ tiêu sức bền đạt rất thấp (chạy tùy sức 5 phút): Nam đạt 32,16%, nữ đạt 30,59%. Ngoài ra, chạy nhanh khéo cũng tương tự (nam đạt 50,18%, nữ đạt 40,64%).

Nhìn chung, xét tỷ lệ học sinh đạt tiêu chuẩn rèn luyện thân thể trung bình ở các nội dung chỉ có tỷ lệ 51,10% đạt yêu cầu, trong đó nam đạt tỷ lệ 53,06% và nữ đạt tỷ lệ 48,55%.

Nguyên nhân của thực trạng này do công tác giảng dạy nội khóa hiện nay của tổ bộ môn đang tiến hành, chưa đáp ứng được việc giải quyết nhiệm vụ nâng cao nhận thức và phát triển thể lực của học sinh. Đồng thời chứng tỏ

học sinh chưa tập luyện TDTT theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể, và chưa nhận thức đúng về vị trí môn học và vị trí của môn học thể dục chính khóa đối với công tác GDTC và rèn luyện sức khỏe. Ngoài ra, các điều kiện đảm bảo về TDTT của Nhà trường chưa đồng viên và đáp ứng được yêu cầu tập luyện của học sinh, thiếu chế độ chính sách và tổ chức hướng dẫn học sinh tập luyện.

KẾT LUẬN

1. Nhận thức, hiểu biết và kết quả học tập môn học thể dục của học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh chưa cao. Học sinh chưa được nắm bắt đầy đủ những kiến thức lý luận và kỹ năng thực hành cần thiết ở môn học thể dục trong chương trình chính khóa theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo, và điều đó phần nào đã phản ánh thực trạng phương pháp tổ chức quá trình giảng dạy nội khóa chưa thu hút sự ham thích và hứng thú tập luyện của học sinh.

2. Năng lực thể chất, trình độ thể lực chung của học sinh trường THPT Nguyễn Văn Cừ - Thị xã Từ Sơn - Tỉnh Bắc Ninh còn thấp. Mặc dù có sự phát triển về trình độ thể lực chung theo lứa tuổi (lứa tuổi 15, 16 và 17), tuy nhiên sự phát triển đó còn chậm, và so với thể chất người Việt Nam năm 2001 còn thấp, tỷ lệ học sinh đạt yêu cầu về tiêu chuẩn RLTT trung bình chỉ đạt 51,10%. Phần lớn số học sinh có sự phát triển về sức mạnh, nhưng các tố chất sức nhanh, nhanh khéo và tố chất sức bền thì số lượng học sinh đạt yêu cầu tương đối thấp, trong đó tỷ lệ số học sinh nữ đạt thấp hơn số học sinh nam.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb Thể dục Thể thao, TP. Hồ Chí Minh.

3. Daxioroxki V.M (1978), *Các tổ chất thể lực của VĐV*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
4. Goikhoman. P.N (1978), *Các tổ chất thể lực của VĐV*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
5. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
6. Viện khoa học Thể dục thể thao (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm năm 2001)*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
7. Zuico I.G (1975), *Test sự phạm đánh giá trình độ thể lực tuổi 13 - 14*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.

Bài nộp ngày 04/01/2018, phản biện ngày 23/01/2018, duyệt in ngày 28/02/2018