

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA NỮ SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THĂNG LONG

TS. Phạm Anh Tuấn- Ths. Phạm Thị Linh

Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong thể dục thể thao để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chung sinh viên Trường Đại học Thăng Long, làm cơ sở lựa chọn bài tập phù hợp phát triển thể lực chung cho sinh viên.

Abstract: The paper uses routine scientific research methods in physical education To assess the current state of physical fitness of students of Thang Long University As a basis for the selection of exercises appropriate for general physical development students.

Từ khóa: Năng lực thể chất, tố chất thể lực chung, sinh viên đại học

Key words: Physical capacity, general physical qualities, college student

ĐẶT VẤN ĐỀ

Mục tiêu giáo dục thể chất trong nhà trường đại học gắn liền và góp phần thực hiện mục tiêu của giáo dục và đào tạo, giữ vị trí quan trọng và then chốt trong chiến lược phát triển sự nghiệp TDTT. Báo cáo chính trị Đại hội Đảng lần thứ VIII đã nêu rõ: “Công tác thể dục thể thao cần coi trọng, nâng cao chất lượng giáo dục thể chất trong các trường đại học và trung học chuyên nghiệp”.

Do đó, đánh giá đúng trình độ thể lực chung của sinh viên là việc làm rất quan trọng và cần thiết. Mặt khác, nhờ có những thông tin chính xác về trình độ thể lực của sinh viên mà các giảng viên mới điều chỉnh kế hoạch giảng dạy, huấn luyện, điều chỉnh lượng vận động một cách hợp lý, lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho sinh viên. Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy

trong TDTT để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Thăng Long làm cơ sở lựa chọn bài tập phù hợp phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên năm thứ nhất.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Các phương pháp được sử dụng bao gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp nhân trắc; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long

1.1 Thực trạng cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên GDTC

* Về cơ sở vật chất:

Cơ sở vật chất trường Đại học Thăng Long được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng cơ sở vật chất trường Đại học Thăng Long

TT	Nội dung	Đơn vị tính	Số lượng	Chất lượng
I	Tổng diện tích đất đai	ha	2,4	
II	Diện tích sàn xây dựng phục vụ cho GDTC và TDDT	m ²	1590	
1	Diện tích nhà thi đấu đa năng	m ²	1590	Khá
2	Diện tích bể bơi	m ²	0	
3	Diện tích sân vận động	m ²	0	

Kết quả tại bảng 1 cho thấy: Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long chưa đáp ứng đủ cho nhu cầu học tập của sinh viên số lượng ngày càng gia tăng.

** Về đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC*

Đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC trường Đại học Thăng Long được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC của trường

Chi số TT	Giới tính		Trình độ		Thâm niên 10 năm	Tuổi đời			Đại học chính quy
	Nam	Nữ	Thạc sĩ	Đại học		>50	40-50	<40	
Số lượng	7	2	3	6	3	0	5	4	9
Tỷ lệ	77,8	2,22	33,3	66,7	33,3	0	55,5	44,4	100

Từ kết quả tại bảng 2 cho thấy: Tổng số giáo viên GDTC trường Đại học Thăng Long gồm 9 người, 100% số giảng viên đã tốt nghiệp Đại học trở lên (03 giảng viên có trình độ thạc sỹ). Số giảng viên công tác trên 10 năm chiếm tỷ lệ 55,5%, đa số giảng viên có tuổi đời từ 40 - 50 tuổi (chiếm 55,6%). Như vậy, đội ngũ giáo viên giảng dạy GDTC

của trường đều có trình độ từ Đại học đến sau đại học cơ bản đáp ứng yêu cầu công tác GDTC của trường.

1.2. Về chương trình giảng dạy

Cấu trúc chương trình môn học GDTC ở Trường Đại học Thăng Long hiện nay được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng Chương trình GDTC của trường Đại học Thăng Long

TT	Mã môn	Học phần	Số tín chỉ	Nội dung
1. Giáo dục đại cương				
18	PG100	Giáo dục thể chất	1	Lý thuyết chung: điền kinh
			2	Tự chọn: Bóng chuyền, Bóng rổ, Cầu lông

Với quỹ thời gian ngắn, khối lượng kỹ thuật phải học tương đối nhiều, nên sinh viên bước đầu mới chỉ nắm bắt được các kỹ thuật cơ bản của môn học, còn việc phát triển thể lực cho sinh viên trong giờ học chính khóa là hạn chế.

1.3. Đánh giá của sinh viên về công tác GDTC trường Đại học Thăng Long

Để tiến hành đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long, đề

tài tiến hành phỏng vấn sinh viên của trường về thực trạng công tác giáo dục thể chất của nhà trường. Nội dung phỏng vấn chúng tôi chủ yếu căn cứ trên các mặt như: Tầm quan trọng của luyện tập TDTT, Tự đánh giá sức khỏe và thể lực chung của bản thân, Tự đánh giá công tác giáo dục thể chất của trường,

Nguyên nhân của công tác GDTC chưa tốt, Nguyên vọng của sinh viên với tập luyện TDTT, Môn tập mình yêu thích. Số phiếu phát ra là 150 phiếu, số phiếu thu về là 145 phiếu, đạt tỷ lệ 96,7%. Trong phiếu hỏi bao gồm 5 câu hỏi chính. Kết quả được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn sinh viên về thực trạng công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long (n = 145)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		Ý kiến Đồng ý	Tỷ lệ %
1	Tầm quan trọng của luyện tập TDTT		
	Rất cần thiết	103	71.03
	Cần thiết	33	22.76
	Bình thường	8	5.52
	Không cần thiết	0	0.00
2	Tự đánh giá sức khỏe và thể lực chung của bản thân		
	Rất khỏe mạnh	8	5.52
	Khỏe mạnh	18	12.41
	Trung bình	106	73.10
	Kém	13	8.97
	Rất kém	0	0.00
3	Tự đánh giá công tác GDTC của trường		
	Rất tốt	5	3.45
	Tốt	24	16.55
	Trung bình	114	78.62
	Kém	2	1.38
2	Nguyên nhân của công tác GDTC chưa tốt		
	Quan tâm của lãnh đạo nhà trường	6	4.14
	Thiếu sân bãi, nhà tập	96	66.21
	Thiếu dụng cụ tập luyện TDTT	97	66.90
	Thiếu giáo viên – HLV giỏi	11	7.59
	Thiếu thời gian tập luyện ngoại khóa	92	63.45
	Thiếu tài liệu giảng dạy và sách hướng dẫn	83	57.24
	Công tác tuyên truyền giáo dục còn yếu	69	47.59
	Sinh viên không yêu thích môn học thể dục	9	6.21
	Chương trình tập luyện TDTT nội khóa còn nghèo nàn	118	81.38
	Thiếu bài tập phát triển thể lực	79	54.48
5	Nguyên vọng của sinh viên với tập luyện TDTT		
	Có sân bãi tập luyện, dụng cụ tập luyện đầy đủ	134	92.41
	Có thời gian luyện ngoại khóa	118	81.38
	Đưa thêm nội dung vào giờ GDTC nội khóa	135	93.10
	Kiểm tra đánh giá môn học GDTC nghiêm túc	114	78.62

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả	
		Ý kiến Đồng ý	Tỷ lệ %
6	Môn thể thao được sinh viên yêu thích		
	Thể dục dụng cụ	19	13.10
	Thể dục nhịp điệu	85	58.62
	Thể dục thực dụng – trò chơi vận động	122	84.14
	Thể dục cơ bản	111	76.55
	Các môn bóng	120	82.76
	Bơi lội	12	8.28

Từ kết quả thu được ở bảng 4 cho thấy:

Đa số sinh viên nhận thức được ý nghĩa tầm quan trọng của môn học này đối với việc nâng cao sức khỏe và tố chất thể lực chung. Đa số các em sinh viên cho rằng công tác GDTC của nhà trường chỉ đạt trung bình (78.62%). Nguyên nhân là do nội dung chương trình GDTC nội khóa còn nghèo nàn (81.38%), thiếu bài tập phát triển thể lực (54.48%).

Đa số sinh viên mong muốn giờ học TDTT nội khóa cần phải phong phú và sinh động về nội dung (93.10%). Nguyên vọng có sân bãi, nhà tập, dụng cụ TDTT đầy đủ được

92.41% số sinh viên tán thành và mong muốn có thời gian tập luyện ngoại khóa nhiều hơn được 118 ý kiến đề xuất, chiếm tỷ lệ 81.38%.

2. Thực trạng thể lực chung của nữ sinh viên Trường Đại học Thăng Long

Để đánh giá thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra thể lực của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực do Bộ GD&ĐT quy định tại quyết định số 53/2018/QĐ-BGDĐT ngày 19 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Kết quả kiểm tra thể lực chung của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long

TT	Các chỉ tiêu	Tham số		
		$\bar{X}$	$\pm\delta$	Cv
Sinh viên Nam (n=211)				
1	Chạy 30 m XPC (cm)	9.58	0.99	1.2
2	Bật xa tại chỗ (cm)	167.23	17.39	1.2
3	Chạy tùy sức 5 phút (m)	849.21	17.57	1.1
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	14.84	1.58	1.0

Qua bảng 5 cho thấy, các chỉ số thể lực trên của cả 4 chỉ tiêu kiểm tra trình độ thể lực của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long được phân bố tương đối đồng đều, tính đồng nhất cao.

Để làm rõ hơn thực trạng thể lực của nữ

sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long đề tài đối chiếu thành tích kiểm tra, đánh giá thể lực của đối tượng nghiên cứu ở từng chỉ tiêu cụ thể theo 03 mức tốt, đạt, chưa đạt theo quy định tại quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Phân loại trình độ thể lực chung của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long

Tuổi	Kết quả phân loại chung					
	Tốt		Đạt		Không đạt	
	Số lượng	Tỷ lệ	Số lượng	Tỷ lệ	Số lượng	Tỷ lệ
18 (n=70)	10	14.29	34	48.57	26	37.14
19 (n=80)	12	15	43	53,75	25	31.25

Kết quả ở bảng 6 cho thấy: Căn cứ vào tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của HS, SV theo quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT ở lứa tuổi 19 ta thấy, thể lực của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long chưa tốt. Biểu hiện ở số sinh viên chưa đạt theo tiêu chuẩn do Bộ GD&ĐT đề ra chiếm tỷ lệ khá cao, điều này phản ánh công tác GDTC của nhà trường còn có nhiều vấn đề.

KẾT LUẬN

Cơ sở vật chất phục vụ cho công tác GDTC của Trường Đại học Thăng Long chưa đáp ứng đủ cho nhu cầu học tập của sinh

viên. Đội ngũ giáo viên giảng dạy GDTC cơ bản đáp ứng yêu cầu công tác GDTC của trường. Việc phát triển thể lực cho sinh viên trong giờ học chính khóa là hạn chế. Đa số sinh viên Trường Đại học Thăng Long nhận thức được ý nghĩa tầm quan trọng của môn học này đối với việc nâng cao sức khỏe và tố chất thể lực chung.

Thực trạng thể lực của nữ sinh viên năm thứ 1 trường Đại học Thăng Long hiện nay còn yếu kém, tỉ lệ sinh viên xếp loại thể lực không đạt so với tiêu chuẩn đánh giá thể lực theo quy định của Bộ GD&ĐT còn chiếm tỷ lệ tương đối cao.

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]. Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch (2011), *Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030*, Hà Nội.
- [3]. Trần Hồng Quân (2000), *Một số vấn đề đổi mới trong việc giáo dục đào tạo*, Nxb Giáo dục, Hà Nội.
- [4]. Nguyễn Đức Văn (2005), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [5]. 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 TDTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 14/12/2022, phản biện ngày 28/02/2023, duyệt đăng ngày 01/3/2023