

THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ BUÔN MA THUẬT

ThS. Chu Vương Thìn¹, PGS.TS Lưu Thiên Sương², TS. Trương Thị Hiền¹

¹*Trường Đại học Tây Nguyên*

²*Trường Đại học TDTT Thành phố Hồ Chí Minh*

Email: cvthinh@ttn.edu.vn

Tóm tắt: Bằng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán thống kê và quan sát thực tế trên 225 nam và 324 nữ học sinh trung học phổ thông trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột. Chúng tôi đã kiểm tra và đánh giá thực trạng thể lực của học sinh, đồng thời so sánh với tiêu chuẩn rèn luyện thân thể (RLTT) của Bộ GD&ĐT và thể chất người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính đã nhận thấy rằng tỷ lệ đạt loại tốt chiếm tỷ lệ thấp, trong khi đó học sinh chưa đạt yêu cầu vẫn còn nhiều.

Từ khóa: Thể lực, học sinh khối 11, trung học phổ thông, thành phố Buôn Ma Thuột.

Abstract: By analyzing and synthesizing documents, pedagogical testing methods, statistical mathematical methods and practical observations on 225 male and 324 female high school students in Buon Ma Thuot city. We have checked and evaluated the physical condition of students, and compared it with the physical training standards (RLTT) of the Ministry of Education and Training and the physical fitness of Vietnamese people of the same age and gender and found that the ratio The rate of achieving good grades is low, while there are still many students who do not meet the requirements.

Keywords: Fitness, grade 11 students, high school, Buon Ma Thuot city.

Đặt vấn đề

Thể lực chính là mục tiêu cơ bản của môn giáo dục thể chất. Tập luyện và thi đấu thể dục thể thao (TDTT) thể hiện khát vọng vươn lên khả năng cao nhất của con người. Vì vậy, tiềm năng của con người đang được khai thác triệt để nhằm đạt thành tích thể thao cao nhất trong cuộc thi đấu. Cách hiểu biết về đạo đức ý chí, kỹ thuật và thể lực của người tập là những yếu tố quyết định đến hiệu quả tập luyện, thi đấu thể thao.

Theo Aulic (1982), năng lực thể lực là tiềm năng của vận động viên để đạt được

những thành tích nhất định trong môn thể thao được lựa chọn và năng lực thể lực được biểu hiện theo các thông số sư phạm như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng phối hợp vận động. Như vậy, có thể nói vấn đề thể lực của học sinh là vấn đề quan trọng, không nằm ngoài quá trình đào tạo.

Quan trọng tầm quan trọng của công tác GDTC cho học sinh, nhiều trường THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột đã thực hiện đầy đủ những quy định của Bộ GD&ĐT về nội dung GDTC trong các trường phổ thông. Tuy nhiên, trong thực tế giảng dạy

học sinh THPT cho thấy, công tác giáo dục thể chất còn nhiều hạn chế như: Thể lực của học sinh còn yếu kém dẫn tới không hoàn thành chỉ tiêu đề ra của môn học, điều này ít nhiều ảnh hưởng đến kết quả học tập của các em và thành tích thi đua của nhà trường.

Kiểm tra và đánh giá thể lực của học sinh THPT là vấn đề hết sức quan trọng, cốt lõi trong việc hoàn thành tốt nhiệm vụ học tập và rèn luyện của học sinh. Do vậy, mỗi học sinh phải thường xuyên rèn luyện thể lực nhằm không ngừng nâng cao thể lực để hoàn thành tốt việc học tập. Vì vậy, việc đánh giá thực trạng thể lực của học sinh các trường THPT so sánh với tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ GD&ĐT và tiêu chuẩn người Việt Nam ở cùng lứa tuổi như thế nào? Bài viết này sẽ làm rõ điều này.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp như sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp xử lý thông tin.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Đánh giá thực trạng thể lực của học sinh THPT thành phố Buôn Ma Thuột

Để đánh giá thực trạng thể lực của học sinh THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột, chúng tôi tiến hành kiểm tra thể lực cho 579 học sinh khối 11 tại 3 trường trung học phổ thông trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột (THPT Thực hành Cao Nguyên, THPT Trần Phú, THPT Dân tộc Nội trú Nơ Trang Long) gồm 225 học sinh nam và 324 học sinh nữ. Đồng thời tiến hành so sánh kết quả kiểm tra với các tiêu chí đánh giá chuẩn thể lực của Bộ GD&ĐT (Quyết định 53) theo độ tuổi và giới tính để kiểm tra đánh giá thể lực của khách thể nghiên cứu gồm: Lực bóp tay thuận (kg), Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m XPC (s), Chạy con thoi 4x10m (s) và Chạy tùy sức 5 phút (m).

Sau đó tính toán các tham số thống kê giá trị trung bình ($\bar{x}$); độ lệch chuẩn (σ); hệ số biến thiên (C_v), sai số tương đối của giá trị trung bình (ϵ) và độ lớn của mẫu (n). Kết quả được trình bày tại các bảng 1.

Bảng 1. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh khối 11 trường THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột (n=579)

TT	Tiêu chí đánh giá	Học sinh nam (255)				Học sinh nữ (324)			
		$\bar{x}$	σ	$C_v\%$	ϵ	$\bar{x}$	σ	$C_v\%$	E
1	Lực bóp tay thuận (kg)	38.32	2.67	6.97	0.05	26.86	2.81	10.46	0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.76	5.03	31.92	0.05	13.23	3.12	23.58	0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	204.24	15.87	7.77	0.05	151.58	10.83	7.14	0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.83	0.37	6.35	0.05	6.79	0.86	12.67	0.05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12.34	0.85	6.89	0.05	13.01	1.07	8.22	0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	942.6	33.78	3.58	0.05	841.39	52.96	6.29	0.05

Số liệu bảng 1 cho thấy, hệ số biến thiên (C_v), tham số phản ánh độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu, quần thể; ở tất cả các chỉ số của khách thể nghiên

cứu đều thấy: các chỉ số có độ đồng nhất cao (đồng nghĩa với độ phân tán dao động nhỏ) giữa các cá thể nghiên cứu ($C_v \leq 10\%$) là lực bóp tay thuận (HS nam), bật xa tại chỗ (cm),

chạy 30m XPC (HS nam), chạy con thoi 4x10m và chạy tùy sức 5 phút.

Các chỉ số có độ đồng nhất thấp ($C_v > 10\%$): là lực bóp tay thuận (HS nữ), chạy 30m XPC (HS nữ), nằm ngửa gập bụng.

2. Đánh giá thể lực của HS khối 11 THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột

Bảng 2. Kết quả so sánh trình độ thể lực của học sinh khối 11 trường THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo (n=579)

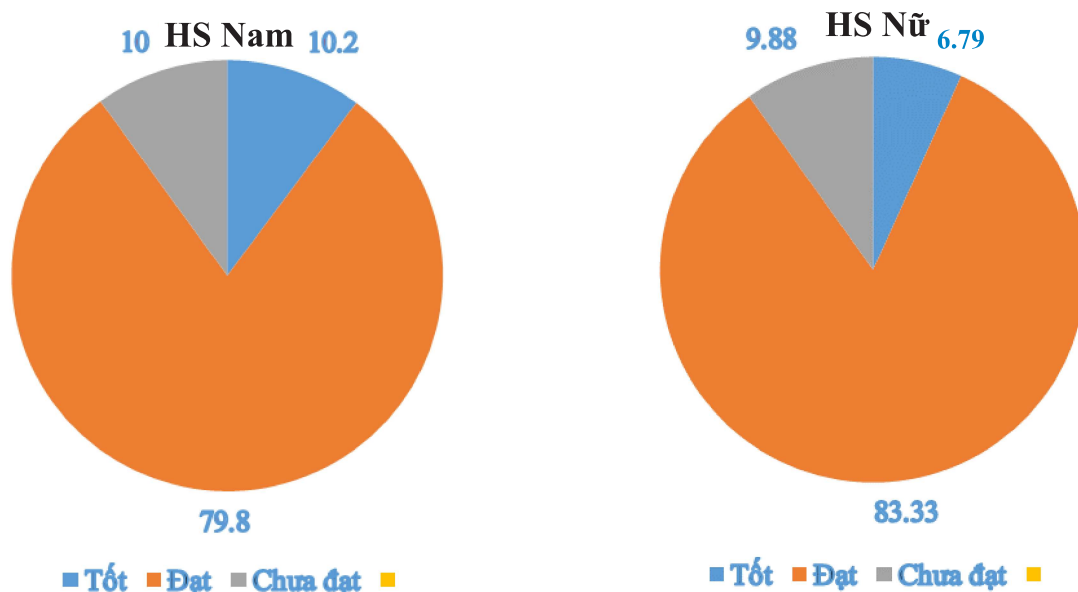
Học sinh nam (n=255)									
TT	Tiêu chí đánh giá	$\bar{x}$	σ	Kết quả kiểm tra					
				Tốt		Đạt		Chưa đạt	
				SL	%	SL	%	SL	%
1	Lực bóp tay thuận (kg)	38.32	2.67	33	12.94	195	76.47	27	10.59
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.76	5.03	27	10.59	216	84.70	12	4.71
3	Bật xa tại chỗ (cm)	204.24	15.87	21	8.24	219	85.88	15	5.88
4	Chạy 30m XPC (s)	5.83	0.37	33	12.94	201	78.82	21	8.24
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12.34	0.85	15	5.88	204	80.00	36	14.12
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	942.6	33.78	27	10.59	186	72.94	42	16.47
Học sinh nữ (n=324)									
1	Lực bóp tay thuận (kg)	26.86	2.81	30	9.26	261	80.56	33	10.18
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	13.23	3.12	24	7.41	273	84.26	27	8.33
3	Bật xa tại chỗ (cm)	151.58	10.83	21	6.48	282	87.04	21	6.48
4	Chạy 30m XPC (s)	6.79	0.86	18	5.55	282	87.04	24	7.41
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.01	1.07	15	4.63	270	83.33	39	12.04
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	841.39	52.96	24	7.41	252	77.78	48	14.81

Tổng hợp kết quả đánh giá, xếp loại thể lực của HS THPT khối 11 trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột theo quy định đánh giá thể lực HSSV của Bộ GD&ĐT: xếp loại tốt ở HS nam chiếm tỷ lệ 10.20% và ở HS nữ

theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDDT

Theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDDT ngày 18/9/2008 của Bộ GD&ĐT về đánh giá, xếp loại thể lực HSSV được phân loại theo đánh giá tốt, đạt và chưa đạt, kết quả đánh giá trên HS khối 11 địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột được trình bày tại bảng 2.

chiếm tỷ lệ 6.79%; xếp loại đạt ở HS nam chiếm tỷ lệ 79.80% và ở HS nữ chiếm tỷ lệ 83.33%; xếp loại chưa đạt ở HS nam chiếm tỷ lệ 10.00% và ở HS nữ chiếm tỷ lệ 9.88%. Thể hiện tại biểu đồ 1



Biểu đồ 1. Tỷ lệ xếp loại thể lực của HS khối 11 trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột theo quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT

3. Đánh giá thể lực của học sinh THPT trên địa bàn thành phố buôn Ma Thuột với tiêu chuẩn người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính.

Để so sánh thể lực người Việt Nam (TCNVN) [4]. Chúng tôi áp dụng kiểm định t-student một mẫu. Kết quả nghiên cứu được trình bày tại bảng 3 như sau:

Bảng 3. Kết quả so sánh trình độ thể lực của học sinh khối 11 (17 tuổi) Trường THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột với tiêu chuẩn người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính

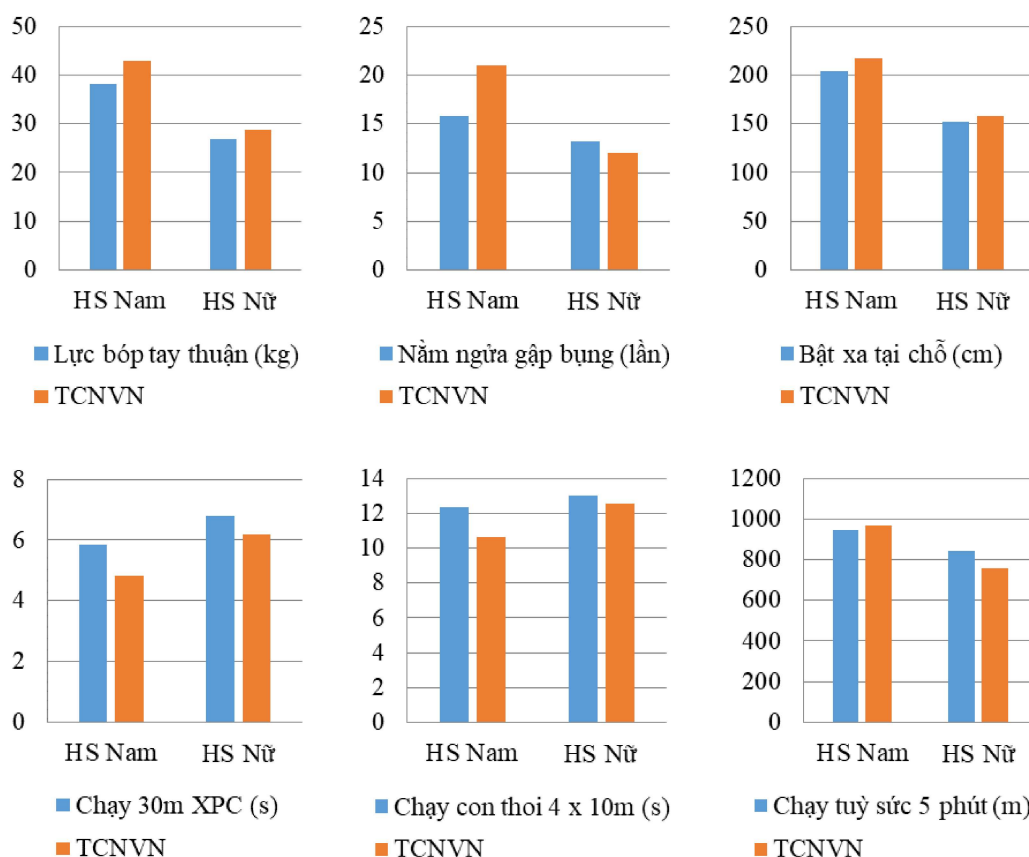
Học sinh nam (n=225)								
TT	Tiêu chí đánh giá	TLHS		TCNVN (17 tuổi)		d	t	P
		$\bar{x}$	σ	$\bar{x}$	σ			
1	Lực bóp tay thuận (kg)	38.32	2.67	42.89	6.54	4.57	4.61	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	15.76	5.03	21.00	3.86	5.24	1.23	>0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	204.24	15.87	217.00	21.17	12.76	1.09	>0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	5.83	0.37	4.84	0.54	-0.99	5.87	<0.001
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12.34	0.85	10.64	0.84	-1.7	4.19	<0.001
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	942.6	33.78	968.00	106.93	25.4	9.42	<0.001
Học sinh nữ (n=324)								
1	Lực bóp tay thuận (kg)	26.86	2.81	28.76	4.79	1.9	2.83	>0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần)	13.23	3.12	12.00	4.38	-1.23	4.51	<0.001
3	Bật xa tại chỗ (cm)	151.58	10.83	158.00	17.36	6.42	8.29	<0.001

4	Chạy 30m XPC (s)	6.79	0.86	6.19	0.77	-0.6	0.96	>0.05
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.01	1.07	12.57	0.96	-0.44	1.64	>0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	841.39	52.96	756.00	116.39	-85.39	19.32	<0.001

Đối với HS nam: Giá trị trung bình Bật xa tại chỗ (cm) và nằm ngửa gập bụng (lần/30s) chênh lệch với TCNVN 17 tuổi lần lượt là 12.76, 5.24 sự chênh lệch này rất nhỏ xem như tương đương vì $t_{\text{tính}} < t_{05} = 1.964$, ở ngưỡng $P > 0.05$. Giá trị trung bình đeo gập thân (cm), lực bóp tay (kg), chạy con thoi 4x10m (giây) và chạy 5 phút tùy sức (m) của HS khối 11 trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột kém hơn TCNVN 17 tuổi lần lượt là 4.57 kg, 0.99 (s), 1.7 (s), 25.4m vì $t_{\text{tính}} > t_{05} = 1.96$ và $t_{001} = 3.29$, ở ngưỡng $P < 0.05$ và $P < 0.001$.

Đối với HS nữ: Giá trị trung bình chạy 30m XPC (s), chạy con thoi 4x10m (s) của

HS khối 11 trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột chênh lệch với TCNVN 17 tuổi lần lượt là 0.6, 0.44 sự chênh lệch này rất nhỏ xem như tương đương vì $t_{\text{tính}} < t_{05} = 1.964$, ở ngưỡng $P > 0.05$. Giá trị trung bình đeo gập thân (cm) và bật xa tại chỗ (cm) kém hơn TCNVN lần lượt là 1.9 kg, 6.42cm, vì $t_{\text{tính}} > t_{001} = 3.29$, ở ngưỡng $P < 0.001$. Giá trị trung bình nằm ngửa gập bụng (lần/30s) và chạy tùy sức 5 phút tốt hơn TCNVN là 1.23 lần, 84,39 m vì $t_{\text{tính}} > t_{05} = 1.96$ và $t_{001} = 3.29$, ở ngưỡng $P < 0.05$ và $P > 0.001$. Thể hiện tại biểu đồ 2.



Biểu đồ 2. So sánh trung bình các tiêu chí đánh giá thể lực HS khối 11 trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột với TCNVN cùng lứa tuổi và giới tính

Kết luận

Qua kiểm tra và đánh giá thực trạng thể lực của học sinh THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột cho thấy thể lực của học sinh khối 11 THPT trên địa bàn thành phố Buôn Ma Thuột chưa đồng đều và còn yếu;

tỷ lệ học sinh chưa đạt theo quy định của Bộ GD&ĐT về đánh giá xếp loại thể lực của học sinh còn nhiều; Tỷ lệ học sinh đạt với tiêu chuẩn người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính của học sinh còn thấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic, I. V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb. TDTT, Hà Nội.
- [2]. Ban Bí thư Trung ương Đảng (1994), Chỉ thị 36/ CT-TW của Ban bí thư TW Đảng về công tác TDTT trong giai đoạn mới, ngày 24/03/1994.
- [3]. Ban Bí thư Trung ương Đảng (2002), Chỉ thị 17 CT/TU' ngày 23/10/2002 về phát triển TDTT đến năm 2010.
- [4]. Bộ GD&ĐT (2018), *Chương trình GDPT, chương trình tổng thể, Ban hành kèm theo thông tư 32/2018/TT-BGD&ĐT*.
- [5]. Bộ trưởng Bộ GD&ĐT (2008), *Quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực HS, SV ban hành theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT*.
- [6]. Dương Nghiệp Chí (2014), *GDTC gắn với GD KNS*. Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện Thể thao, Hội nghị khoa học quốc tế về TDTT, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh.

Bài nộp ngày 10/10/2023, phản biện ngày 30/11/2023, duyệt đăng ngày 15/12/2023