

# ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH KHỐI 4, 5 TRƯỜNG TIỂU HỌC LÝ THƯỜNG KIỆT - DĨ AN, TỈNH BÌNH DƯƠNG NĂM HỌC 2014 - 2015

Chu Thị Bích Vân\*, Nguyễn Thị Chanh\*\*

## Tóm tắt:

Đánh giá thực trạng thể chất của học sinh khối 4, 5 trường Tiểu học Lý Thường Kiệt – Dĩ An tỉnh Bình Dương cho thấy: Thể lực của học sinh tương đối đồng đều, ngoại trừ sức mạnh tay ở nữ, sức bền và sức mạnh tốc độ thân mình ở cả nam và nữ có sự phân tán cao với hệ số biến thiên  $Cv > 10\%$ . Về hình thái, chức năng sinh lý, hầu hết các em học sinh đều ở mức phát triển bình thường, có sức khỏe và dinh dưỡng khá tốt, phù hợp với lứa tuổi.

**Từ khóa:** Thực trạng thể chất, học sinh khối 4,5, Tiểu học Lý Thường Kiệt – Dĩ An, Bình Dương.

## Constitution reality assessment of 4th -5th grade students at Ly Thuong Kiet Primary School at Di An town, Binh Duong province during 2014-2015 school year

### Summary:

Assessing the constitution of students at grade 4 and 5 at Ly Thuong Kiet Primary School at Di An town, Binh Duong province shows that student's constitution is relatively equal except for female hand strength, endurance and body strength of speed in both men and women are highly dispersed with coefficient of variation  $Cv > 10\%$  improvement. In terms of morphology and physiological function, most students gain a normal development and have a good health and nutrition in corespondence with age.

**Keywords:** Physical education, constitution reality, 4th -5th grade students, Ly Thuong Kiet Primary School at Di An town, Binh Duong province

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển thể chất cho học sinh trong trường học các cấp đã và đang là vấn đề được Đảng, Nhà nước và toàn xã hội quan tâm. Trong điều kiện hiện nay, khi chương trình học tập của học sinh được thiết kế dày đặc, thời gian dành cho hoạt động TDTT ngày càng hạn chế, việc phát triển thể chất cho các em học sinh ngày càng trở lên bất cập.

Qua quan sát thực tế công tác GDTC tại Trường Tiểu học Lý Thường Kiệt thị xã Dĩ An – tỉnh Bình Dương cho thấy: Mặc dù được sự quan tâm chỉ đạo của Ban giám hiệu Nhà trường nhưng công tác GDTC cho học sinh vẫn còn nhiều hạn chế. Để có cơ sở nâng cao chất lượng GDTC cho học sinh nói chung cũng như có cơ sở cải tiến nội dung chương trình và phương pháp giảng dạy cụ thể cho từng đối tượng, đặc biệt là các em học sinh tiểu học khối 4 và khối 5 đòi hỏi phải nghiên cứu đánh giá thực trạng thể chất của học sinh, tuy nhiên, vấn đề này trên

thực tế lại chưa được quan tâm thích đáng. Chính vì vậy, đánh giá thực trạng thể chất của học sinh khối 4, 5 Trường Tiểu học Lý Thường Kiệt, Thị xã Dĩ An, tỉnh Bình Dương là vấn đề cần thiết.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu đã sử dụng phương pháp tổng hợp phân tích các tài liệu, phương pháp quan sát sư phạm, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp kiểm tra y học, phương pháp nhân trắc và phương pháp toán thống kê.

**Khách thể nghiên cứu:** Gồm 200 học sinh nữ (100 học sinh nữ khối 4 và 100 học sinh nữ khối 5) và 200 học sinh nam (100 học sinh nam khối 4 và 100 học sinh nam khối 5).

Để đánh giá thực trạng thể chất của học sinh khối 4, 5 trường tiểu học Lý Thường Kiệt, nghiên cứu tiến hành lựa chọn các chỉ tiêu để đánh giá. Các chỉ tiêu được lựa chọn căn cứ theo các chỉ tiêu và các test trong công trình "Thực trạng thể chất người Việt Nam 6 – 20 tuổi" (năm

\*TS, Trường Đại học TDTT Thành phố Hồ Chí Minh

\*\*ThS, Trường Đại học TDTT Thành phố Hồ Chí Minh

2003 của Viện khoa học TDDT). Và căn cứ theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên. Cụ thể gồm các tiêu chí:

Đánh giá hình thái và chức năng cơ thể: Chiều cao đứng (cm), cân nặng (kg), chỉ số BMI, Công năng tim (HW).

Đánh giá tốt chất vận động: Chạy 30m XFC (s), Bật xa tại chỗ (cm), Lực bóp tay thuận (kG), Nằm ngửa gập bụng (lần/30s), Chạy con thoi 4x10m (s), Chạy 5 phút tùy sức (m).

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Đánh giá thực trạng hình thái, chức năng sinh lý và tổ chất thể lực của học sinh nữ khối 4, 5 trường tiểu học Lý Thường Kiệt - Dĩ An - Bình Dương

Để đánh giá thực trạng hình thái, chức năng sinh lý và tổ chất thể lực của học sinh khối 4, 5 trường tiểu học Lý Thường Kiệt – Dĩ An – Bình Dương, Chúng tôi đã tiến hành kiểm tra các chỉ tiêu và test trên 200 học sinh khối 4 (100 nam và 100 nữ) và 200 học sinh khối 5 (100 nam và 100 nữ) vào đầu năm học 2014-2015. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả kiểm tra thực trạng hình thái, chức năng sinh lý và tổ chất thể lực của học sinh khối 4, 5 Trường Tiểu học Lý Thường Kiệt (n=400)**

| STT                        | Chỉ tiêu                      | Giới tính | Khối 4 (n <sub>nam</sub> =100), (n <sub>nữ</sub> =100) |          |       |            | Khối 5 (n <sub>nam</sub> =100), (n <sub>nữ</sub> =100) |          |       |            |
|----------------------------|-------------------------------|-----------|--|----------|-------|------------|--|----------|-------|------------|
|                            |                               |           | $\bar{X}$  | $\delta$ | Cv %  | $\epsilon$ | $\bar{X}$  | $\delta$ | Cv %  | $\epsilon$ |
| Hình thái, chức năng       | 1 Chiều cao (cm)              | Nữ        | 138.08   | 7.29     | 5.30  | 0.25       | 145.02   | 7.32     | 5.20  | 0.11       |
|                            |                               | Nam       | 139.64   | 6.86     | 5.00  | 0.09       | 146.11   | 8.20     | 5.80  | 0.12       |
|                            | 2 Cân nặng (kg)               | Nữ        | 31.74  | 7.46     | 23.90 | 0.29       | 35.36  | 8.15     | 22.20 | 0.29       |
|                            |                               | Nam       | 34.55  | 9.57     | 24.40 | 0.32       | 38.63  | 11.04    | 27.30 | 0.35       |
| 3 Chỉ số BMI               | Nữ                            | 22.98     | 5.59   | 40.50    | 0.23  | 24.20      | 6.70   | 31.10    | 0.26  |            |
|                            | Nam                           | 24.90     | 6.58   | 30.10    | 0.30  | 26.99      | 5.02   | 18.60    | 0.28  |            |
| 4 Chỉ số công năng tim     | Nữ                            | 14.22     | 3.98   | 27.90    | 0.17  | 14.18      | 4.19   | 29.80    | 0.16  |            |
|                            | Nam                           | 13.15     | 3.74   | 29.50    | 0.23  | 13.86      | 3.75   | 27.50    | 0.18  |            |
| Thể lực                    | 5 Lực bóp tay thuận (kG)      | Nữ        | 16.13  | 1.93     | 11.94 | 0.04       | 16.13  | 1.89     | 11.44 | 0.04       |
|                            |                               | Nam       | 17.30  | 0.79     | 4.59  | 0.01       | 17.60  | 1.70     | 9.67  | 0.03       |
|                            | 6 Nằm ngửa gập bụng (lần) 30s | Nữ        | 9.09   | 2.32     | 17.15 | 0.06       | 8.99   | 2.94     | 16.98 | 0.05       |
|                            |                               | Nam       | 12.26  | 1.74     | 14.16 | 0.04       | 12.05  | 2.02     | 16.78 | 0.05       |
|                            | 7 Bật xa tại chỗ (cm)         | Nữ        | 150.80   | 0.07     | 4.58  | 0.01       | 155.90   | 0.08     | 4.88  | 0.02       |
|                            |                               | Nam       | 157.62   | 0.07     | 4.16  | 0.01       | 153.52   | 0.06     | 4.07  | 0.01       |
|                            | 8 Chạy 30m XPC (s)            | Nữ        | 7.15   | 0.06     | 7.80  | 0.03       | 7.21   | 0.63     | 8.75  | 0.03       |
|                            |                               | Nam       | 6.51   | 0.57     | 8.81  | 0.03       | 6.17   | 0.53     | 8.64  | 0.03       |
|                            | 9 Chạy con thoi 4x10m (s)     | Nữ        | 14.60  | 1.29     | 8.80  | 0.03       | 15.93  | 1.43     | 8.98  | 0.03       |
|                            |                               | Nam       | 12.52  | 0.80     | 6.43  | 0.02       | 12.40  | 0.79     | 6.37  | 0.02       |
| 10 Chạy 5 phút tùy sức (m) | Nữ                            | 557.11    | 117.60   | 17.10    | 0.05  | 605.21     | 107.13   | 17.61    | 0.06  |            |
|                            | Nam                           | 725.72    | 85.37  | 11.76    | 0.04  | 701.69     | 105.56   | 15.54    | 0.05  |            |

Qua bảng 1 cho thấy:

Ở nữ học sinh: Hầu hết các tiêu chí đánh giá thể lực của học sinh nữ khối 4 và khối 5 đều có hệ số biến thiên Cv < 10% thể hiện mức độ đồng đều khá cao, ngoại trừ 3 chỉ tiêu lực bóp tay thuận (kG), chạy 5 phút tùy sức (m) và nằm ngửa gập bụng (lần) có mức độ phân tán cao với

Cv > 10%. Kết quả kiểm tra so sánh thể lực của HS nữ khối 4 và khối 5 cho thấy: Nữ khối 4 kém hơn nữ khối 5 về lực bóp tay thuận, chạy tùy sức 5 phút, bật xa tại chỗ nhưng tốt hơn ở test chạy 30m xuất phát cao, nằm ngửa gập bụng và chạy con thoi 4x10m.

Ở nam học sinh: Hầu hết các tiêu chí đánh

giá thể lực của học sinh nam khối 4 và 5 đều có hệ số biên thiên Cv <10% thể hiện mức độ đồng đều khá cao của từng tập hợp, ngoại trừ 2 chỉ tiêu Chạy 5 phút tùy sức (m), Nằm ngửa gập bụng (lần) có mức độ phân tán cao với Cv > 10%. Khi so sánh các kết quả kiểm tra thể lực của học sinh nam khối 4 và khối 5 cho thấy: Nam khối 4 kém hơn khối 5 về thành tích Chạy 5 phút tùy sức (m), Nằm ngửa gập bụng trong 30s (lần) nhưng tốt hơn ở test lực bóp tay thuận, chạy tùy sức 5 phút, bật xa tại chỗ và chạy con thoi 4x10m.

**2. Đánh giá xếp loại thể lực học sinh theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo**

Để đánh giá xếp loại thể lực học sinh, nghiên cứu tiến hành sử dụng tiêu chuẩn phân loại thể lực học sinh của Bộ GD&ĐT ban hành kèm theo quyết định 53/2008/ QĐ BGD&ĐT để đánh giá. Kết quả xếp loại thể lực học sinh nam nữ, khối 4, 5 trường tiểu học Lý Thường Kiệt - Dĩ An - Bình Dương được thể hiện qua bảng 2.

Qua bảng 2 nhận thấy: Trình độ thể lực của học sinh còn khá thấp ở cả nam và nữ, tỉ lệ xếp loại tốt còn rất thấp, tỉ lệ xếp loại đạt ở mức

**Bảng 2. Phân loại thể lực ban đầu của học sinh khối 4, khối 5 Trường Tiểu học Lý Thường Kiệt – Dĩ An – Bình Dương theo quyết định 53/2008 của Bộ GD&ĐT**

| Lớp          | Đối tượng<br>Chi tiêu   | Giới tính | Khối 4 (n =100) |       |                |       |                |       | Khối 5 (n =100) |       |                |       |                |        |
|--------------|-------------------------|-----------|-----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|-----------------|-------|----------------|-------|----------------|--------|
|              |                         |           | m <sub>i</sub>  | %     | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub>  | %     | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %      |
| 1            | Lực bóp tay thuận (KG)  | Nữ        | 3               | 3.00  | 33             | 33.00 | 64             | 64.00 | 21              | 21.00 | 42             | 42.00 | 34             | 34.00  |
|              |                         | Nam       | 8               | 8.00  | 39             | 39.00 | 53             | 53.00 | 0               | 0.00  | 41             | 41.00 | 59             | 59.00  |
| 2            | Nằm ngửa gập bụng (30s) | Nữ        | 4               | 4.00  | 27             | 27.00 | 69             | 69.00 | 0               | 0.00  | 22             | 22.00 | 78             | 78.00  |
|              |                         | Nam       | 0               | 0.00  | 49             | 49.00 | 51             | 51.00 | 0               | 0.00  | 46             | 46.00 | 54             | 54.00  |
| 3            | Bật xa tại chỗ (cm)     | Nữ        | 11              | 11.00 | 43             | 43.00 | 36             | 36.00 | 15              | 15.00 | 37             | 37.00 | 48             | 48.00  |
|              |                         | Nam       | 16              | 16.00 | 32             | 32.00 | 52             | 52.00 | 0               | 0.00  | 37             | 37.00 | 63             | 63.00  |
| 4            | Chạy 30m XPC (s)        | Nữ        | 9               | 9.00  | 39             | 39.00 | 62             | 62.00 | 0               | 0.00  | 21             | 21.00 | 79             | 79.00  |
|              |                         | Nam       | 0               | 0.00  | 21             | 21.00 | 79             | 79.00 | 7               | 7.00  | 28             | 28.00 | 65             | 65.00  |
| 5            | Chạy con thoi 4x10m (s) | Nữ        | 6               | 6.00  | 36             | 36.00 | 58             | 58.00 | 0               | 0.00  | 11             | 11.00 | 89             | 89.00  |
|              |                         | Nam       | 0               | 0.00  | 42             | 42.00 | 58             | 58.00 | 0               | 0.00  | 51             | 51.00 | 49             | 49.00  |
| 6            | Chạy 5 phút tùy sức (m) | Nữ        | 0               | 0.00  | 9              | 9.00  | 91             | 91.00 | 1               | 1.00  | 22             | 22.00 | 77             | 77.00  |
|              |                         | Nam       | 0               | 0.00  | 8              | 8.00  | 92             | 92.00 | 0               | 0.00  | 0              | 0.00  | 100            | 100.00 |
| Trung bình%  |                         | Nữ        | 5.50            |       | 31.20          |       | 63.30          |       | 6.20            |       | 25.80          |       | 32.00          |        |
| Trung bình % |                         | Nam       | 4.00            |       | 31.80          |       | 64.20          |       | 1.20            |       | 33.80          |       | 65.00          |        |

trung bình, tỉ lệ không đạt còn chiếm tỉ lệ cao, trong đó, thành tích kém ở nữ là Chạy 5 phút tùy sức (m), Chạy 30m XPC (s); ở nam là chạy 5 phút tùy sức và chạy con thoi 4x10m (s).

**KẾT LUẬN**

Kết quả đánh giá thực trạng thể chất của học sinh khối 4, 5 trường tiểu học Lý Thường Kiệt – Dĩ An – Bình Dương cho thấy: Trình độ thể lực của học sinh khá đồng đều, ngoại trừ 2 test nằm ngửa gập bụng và test chạy 5 phút tùy sức ở cả nam và nữ và lực bóp tay thuận ở nữ là có sự phân tán cao. Về hình thái và chức năng sinh lý, hầu hết các em học sinh đều ở mức phát triển bình thường, có sức khỏe và dinh dưỡng khá tốt, phù hợp với lứa tuổi. Song, so với tiêu chuẩn

đánh giá của Bộ GD&ĐT thì thể lực của các em mới chỉ đạt ở mức thấp (>60% không đạt tiêu chuẩn thể lực theo quy định).

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội
2. Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb Hà Nội.
3. Lâm Quang Thành, Nguyễn Thành Lâm (2005), *Đo lường TDTT*, Nxb TP. Hồ Chí Minh.
4. Trịnh Hùng Thanh (2002), *Hình thái học thể thao*, Nxb Hà Nội.
5. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (1993), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.