

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA HỌC SINH KHỐI 10 TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG VÕ VĂN KIỆT HUYỆN SÔNG HÌNH TỈNH PHÚ YÊN

Nguyễn Xuân Hùng⁽¹⁾; Nguyễn Trọng Duy⁽²⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản đánh giá thực trạng trình độ thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hình tỉnh Phú Yên, đồng thời so sánh trình độ thể lực của học sinh theo các nhóm tương ứng với các mức độ hoạt động TDTT ngoại khóa. Kết quả cho thấy: trình độ thể lực phổ biến ở mức độ trung bình; Học sinh tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa nói chung và ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên nói riêng có thể lực tốt hơn học sinh tập luyện TDTT ngoại khóa không thường xuyên.

Từ Khóa: Trình độ thể lực, học sinh khối 10, Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hình tỉnh Phú Yên.

Current status of physical fitness level of 10th grade students at Vo Van Kiet High School, Song Hinh District, Phu Yen Province

Summary:

Using basic scientific research methods to evaluate the physical level of students in grade 10 at Vo Van Kiet High School, Song Hinh district, Phu Yen province, and at the same time compare the physical level of students according to the criteria. groups corresponding to the levels of extracurricular sports activities. The results show that: the general level of physical fitness is at an average level; Students who regularly participate in extracurricular physical training in general and extracurricular Badminton in particular have better physical strength than students who practice extracurricular sports and sports irregularly.

Keywords: Physical level, 10th grade student, Vo Van Kiet High School, Song Hinh district, Phu Yen province.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Tỉnh Phú Yên là địa bàn có nền kinh tế phát triển, có điều kiện tự nhiên và xã hội tốt để phát triển thể chất nói chung và thể lực nói riêng cho học sinh (HS), tuy nhiên, trên thực tế, trình độ thể lực của HS nói chung và HS khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hình nói riêng lại phát triển chưa tương xứng với tiềm năng sẵn có. Kết quả kiểm tra cho thấy còn nhiều HS không đạt trình độ thể lực chuẩn theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Hoạt động TDTT trường học tại Trường THPT Võ Văn Kiệt đã được chú trọng và đạt được những kết quả nhất định. Tuy vậy, chưa có công trình khoa học nào quan tâm nghiên cứu sâu về thực trạng trình độ thể lực của HS, cũng như việc so sánh trình độ thể lực giữa các nhóm đối tượng tập luyện TDTT ngoại khóa (NK) để

đánh giá tác động của tập luyện TDTT NK tới sự phát triển thể lực của HS. Chính vì vậy, đánh giá thực trạng thể lực của HS Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hình, tỉnh Phú Yên là vấn đề cần thiết và cấp thiết, là căn cứ khoa học để lựa chọn và tác động các giải pháp phù hợp, có hiệu quả nhằm phát triển thể lực cho HS.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, tọa đàm, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán thống kê.

Đối tượng khảo sát: 600 HS khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hình tỉnh Phú Yên.

Khảo sát thể lực HS theo từng nhóm đối tượng gồm:

⁽¹⁾TS, ⁽²⁾ThS, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng



Đa dạng hóa các hình thức tập luyện TDTT trong trường học các cấp sẽ giúp nâng cao hứng thú và hiệu quả công tác GDTC cho học sinh

Nhóm HS không tập luyện và tập luyện TDTT NK không thường xuyên (<2 buổi/tuần và mỗi buổi <30 phút) gồm 378 HS.

Nhóm HS tập luyện TDTT NK thường xuyên ngoài Cầu lông gồm 168 HS.

Nhóm HS tập luyện môn Cầu lông NK

thường xuyên (từ 3 buổi/tuần trở lên, mỗi buổi từ 30 phút trở lên) gồm 54 HS.

Thời điểm khảo sát: Kết thúc học kỳ 1, năm học 2022-2023.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên

Đánh giá trình độ thể lực thông qua 6 test quy định theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Qua bảng 1 cho thấy kết quả kiểm tra ở tất cả các test đều có Cv <10%. Như vậy có thể nhận thấy mẫu nghiên cứu bảo đảm tính tương đồng. Giá trị trung bình của từng test đều nằm trong khoảng đạt theo tiêu chuẩn qui định và đều cao hơn mức trung bình của

Bảng 1. Kết quả kiểm tra thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên

TT	Test	Nam (n=300)			Nữ (n=300)		
		\bar{x}	δ	Cv	\bar{x}	δ	Cv
1	Lực bóp tay thuận (kG)	34.58	2.27	6.56	26.98	2.28	8.45
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.22	1.24	8.15	13.52	1.16	8.58
3	Bật xa tại chỗ (cm)	195.84	9.99	5.10	152.71	8.36	5.47
4	Chạy 30m XPC (s)	5.82	0.18	3.09	6.86	0.21	3.06
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.41	0.45	3.63	13.07	0.47	3.60
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	953.21	35.46	3.72	819.5	29.42	3.59

Bảng 2. Kết quả phân loại trình độ thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên

Phân loại	Khối 10 (n=600)	
	m_i	%
Tốt	157	26.17
Đạt	351	58.50
Không đạt	92	15.33

Bảng 3. So sánh kết quả phân loại trình độ thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên theo mức độ và nội dung tập luyện TDDT ngoại khóa (n=600)

Phân loại	Tập luyện TDDT NK không TX (1), (n=378)		Tập luyện TDDT NK TX (2), (n=168)		Tập luyện Cầu lông NK TX (3), (n=54)		So sánh		
	m _i	%	m _i	%	m _i	%	χ^2_{1-2}	χ^2_{2-3}	χ^2_{1-3}
Đạt Tốt	58	15.34	50	30.16	17	31.48	123.35 P<0.05	4.743 P>0.05	67.499 P<0.05
Đạt	195	51.59	102	60.91	35	64.81			
Không đạt	125	33.07	16	8.93	2	3.7			

người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính.

Để có cái nhìn tổng quát hơn về trình độ thể lực chung của HS đối tượng khảo sát, chúng tôi tiến hành phân loại trình độ thể lực theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Quá trình phân loại sử dụng 04 test: Nằm ngửa gập bụng (lần/30s), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy con thoi 4x10m (s) và chạy tùy sức 5 phút (m). Kết quả phân loại được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Kết quả phân loại trình độ thể lực của HS theo tiêu chuẩn xếp loại của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đa số HS có trình độ thể lực mức đạt (chiếm gần 60%); tỷ lệ học sinh có trình độ thể lực đạt tốt chỉ chiếm hơn 26%; còn tới hơn 15% số HS trong diện khảo sát có trình độ thể lực ở mức không đạt. Chính vì vậy, phát triển thể lực cho HS Trường THPT Võ Văn Kiệt là vấn đề cần thiết phải quan tâm.

2. So sánh trình độ thể lực của học sinh khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt theo mức độ và nội dung tập luyện TDDT ngoại khóa

Để đánh giá tác động của tập luyện TDDT NK nói chung và tác dụng của tập luyện NK Cầu lông nói riêng đối với HS, chúng tôi tiến hành so sánh kết quả phân loại thể lực giữa các nhóm HS: Không tập luyện TDDT NK thường xuyên, tập luyện TDDT NK thường xuyên (các môn ngoài Cầu lông) và tập luyện Cầu lông NK thường xuyên. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Kết quả so sánh tỷ lệ phân loại trình độ thể lực của HS Trường Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên đã cho thấy nhóm tập luyện TDDT NK thường xuyên và tập luyện Cầu lông NK thường xuyên tốt hơn hẳn so với nhóm

không tập luyện TDDT NK thường xuyên (P<0.05); khi so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của HS nhóm nhóm tập luyện TDDT NK thường xuyên với nhóm tập luyện Cầu lông NK thường xuyên chưa thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (P>0.05). Kết quả chứng tỏ việc tập luyện TDDT NK thường xuyên dù là tập môn thể thao nào cũng đều phát triển thể lực tốt hơn so với việc không tập luyện hoặc tập luyện TDDT NK không thường xuyên.

KẾT LUẬN

Trình độ thể lực của HS khối 10 Trường THPT Võ Văn Kiệt, huyện Sông Hinh, tỉnh Phú Yên ở tất cả các test đều cao hơn mức trung bình người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Tuy nhiên, kết quả phân loại trình độ thể lực của HS theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy tỷ lệ HS chưa đạt tiêu chuẩn còn cao ở cả nam và nữ. Đồng thời nghiên cứu cũng khẳng định: tập luyện TDDT NK thường xuyên có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho HS.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD&ĐT (2008), *Quyết định số 53/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực HS,SV.*
 2. Bộ GD&ĐT (2020), *Thông tư số 48/2020 TT- BGDĐT ngày 31/12/2020, ban hành quy định hoạt động thể thao trong nhà trường.*
 3. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán thống kê trong TDDT*, Nxb TDDT, Hà Nội.
- (Bài nộp ngày 20/2/2024, phản biện ngày 8/3/2024, duyệt in ngày 18/4/2024)
 Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Xuân Hùng
 Email: xuanhung@gmail.com)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên

Bác Hồ vinh danh những vận động viên Việt Nam và nước ngoài trên đấu trường thể thao quốc tế

6. Trương Anh Tuấn; Nguyễn Tôn Hoài

Thể dục thể thao Việt Nam trong năm đầu thành lập nước

BÀI BÁO KHOA HỌC

9. Nguyễn Văn Phúc

Giải pháp chuẩn bị các điều kiện triển khai mô hình quản trị giảm thiểu rủi ro trong hoạt động thể dục thể thao ở Việt Nam

13. Đỗ Hữu Trường; Nguyễn Thị Thảo Mai

Đánh giá thực trạng phát triển thể thao mạo hiểm tại vùng Trung du và miền núi Bắc Bộ

19. Nguyễn Văn Hòa

Giải pháp giảm thiểu rủi ro trong quản lý đào tạo liên kết Giáo dục quốc phòng và an ninh tại Trung tâm Giáo dục Quốc phòng và An ninh, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

23. Mai Thị Bích Ngọc; Nguyễn Thị Thu Quyết

Đề xuất giải pháp hoàn thiện cơ chế chính sách phát triển thể thao mạo hiểm vùng Trung du và miền núi Bắc Bộ

29. Đồng Hương Lan; Phạm Đức Ngọc

Thực trạng công tác Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Y Hà Nội

34. Lý Đức Trường; Lý Văn Tuấn

Xác định tiêu chí đánh giá mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của nguồn nhân lực cử nhân thể dục thể thao chuyên ngành Võ – Quyền anh, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

40. Nguyễn Xuân Hùng; Nguyễn Trọng Duy

Thực trạng trình độ thể lực của học sinh khối 10 Trường Trung học phổ thông Võ Văn Kiệt, Huyện Sông Hinh, tỉnh Phúc Yên

43. Trương Thị Hồng Tuyên

Lựa chọn và ứng dụng bài tập bổ trợ trong giảng dạy kỹ thuật nhảy xa uốn thân cho sinh viên chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học sư phạm Hà Nội

49. Trần Thùy Linh

Thực trạng công tác Giáo dục thể chất cho học sinh khối 11 Trường Trung học phổ thông Nguyễn Khuyến, Thành phố Nam Định, tỉnh Nam Định

54. Đỗ Mạnh Dũng

Thực trạng công tác Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Dược Hà Nội

61. Nguyễn Thu Nga; Kiều Hoài Nam

Biện pháp nâng cao thể lực chung cho sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Công nghiệp Việt Hưng, Sơn Tây, Hà Nội

66. Võ Nhật Thanh; Nguyễn Thị Việt Nga

Sự phát triển sức mạnh tốc độ của nam vận động viên Đội tuyển trẻ Boxing lứa tuổi 13-16 thành phố Hồ Chí Minh sau 1 chu kỳ huấn luyện

70. Bùi Danh Tuyên

Ứng dụng bài tập nâng cao hiệu quả đập bóng tấn công vị trí số 4 và số 2 cho nam sinh viên Đội tuyển Bóng chuyền, Trường Đại học Công nghệ Đông Á

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

74. Lê Thị Tuyết Thương

Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh tổ chức thành công Hội nghị khoa học Sinh viên năm 2024

77. Phạm Hoài Phương; Phạm Việt Hà

Bài tập thể dục cải thiện tư thế lưng

80. Thể lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

Uncle Ho honored Vietnamese and foreign athletes in the international sports arena

6. Truong Anh Tuan; Nguyen Ton Hoai

Vietnamese sports in the first year of the country's establishment

ARTICLES

9. Nguyen Van Phuc

Solutions to prepare conditions for implementing a risk mitigation model in sports activities in Vietnam

13. Do Huu Truong; Nguyen Thi Thao Mai

Assessing the current status of adventure sports development in the Northern Midlands and Mountains region

19. Nguyen Van Hoa

Solutions to minimize risks in training management linking defense and security education at the Center for National Defense and Security Education, Bac Ninh Sports University

23. Mai Thi Bich Ngoc; Nguyen Thi Thu Quyet

Proposing solutions to improve policy mechanisms in the development of adventure sports in the Northern Midlands and Mountainous region

29. Dong Huong Lan; Pham Duc Ngoc

Current status of physical education at Hanoi Medical University

34. Ly Duc Truong; Ly Van Tuan

Determining criteria to evaluate the level of meeting social needs of human resources for bachelor of physical education and sports majoring in Martial Arts - Boxing, Bac Ninh Sports University

40. Nguyen Xuan Hung; Nguyen Trong Duy

Current status of physical fitness level of 10th grade students at Vo Van Kiet High School, Song Dinh District, Phuc Yen Province

43. Truong Thi Hong Tuyen

Selecting and applying supplementary exercises in teaching long jump techniques for students majoring in Physical Education at Hanoi National University of Education

49. Tran Thuy Linh

Current status of physical education for grade 11 students at Nguyen Khuyen High School, Nam Dinh City, Nam Dinh Province

54. Do Manh Dung

Current status of Physical Education work at Hanoi University of Pharmacy

61. Nguyen Thu Nga; Kieu Hoai Nam

Measures to improve general physical fitness for first-year students at Viet Hung University of Industry, Son Tay, Hanoi

66. Vo Nhut Thanh; Nguyen Thi Viet Nga

The development of strength and speed of male athletes of the Boxing Youth Team aged 13-16 in Ho Chi Minh City after 1 training cycle

70. Bui Danh Tuyen

Application of exercises to improve the effectiveness of hitting the ball to attack positions No. 4 and No. 2 for male students of the Volleyball Team, East Asia University of Technology

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

74. Le Thi Tuyet Thuong

Bac Ninh Sports University successfully organized the 2024 Student Scientific Conference

77. Pham Hoai Phuong; Pham Viet Ha

Exercises improve back posture

80. Rules of writing and posting.



Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859-4417

Số 2 -2024
(81)

