

# THỰC TRẠNG VÀ NGUYÊN NHÂN ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHUNG CỦA NỮ SINH VIÊN NGÀNH ĐIỀU DƯỠNG TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y KHOA VINH

Lê Trọng Đề<sup>(1)</sup>

## Tóm tắt:

Bằng việc sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản, tác giả đã đánh giá được thực trạng thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh còn thấp. Đồng thời xác định được một số nguyên nhân dẫn đến thực trạng đó là: Sinh viên ít vận động, bài tập thể lực chưa đa dạng, yêu cầu của giảng viên trong mỗi bài tập chưa cao, điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu và cũ...

**Từ khóa:** Thực trạng, thể lực chung, nữ sinh viên ngành Điều dưỡng, Đại học Y khoa Vinh.

## Current situation and causes affecting the overall physical development of female nursing students at Vinh Medical University

### Summary:

By using basic research methods, the research process has assessed the physical condition of female nursing students at Vinh Medical University, which is still low. At the same time, the topic has identified a number of causes leading to this situation: Students are less active, physical exercises are not diverse, the requirements of lecturers in each exercise are not high, the conditions of facilities, equipment, and training tools are still lacking and old...

**Keywords:** Current status, general physical strength, female nursing students, Vinh Medical University.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua thực tiễn công tác giảng dạy tại Trường Đại học Y khoa Vinh chúng tôi nhận thấy, trong các giờ học Giáo dục thể chất (GDTC) vẫn còn có nhiều sinh viên thể hiện tố chất thể lực (TCTL) còn yếu kém, đặc biệt là nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng. Vì vậy dẫn tới không hoàn thành chỉ tiêu đề ra của môn học, điều này ít nhiều ảnh hưởng đến kết quả học tập của sinh viên và kết quả môn học GDTC. Tuy nhiên cần phải có những con số cụ thể và chính xác thông qua các test kiểm tra, đồng thời xác định những nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh, từ đó đưa ra các biện pháp khắc phục kịp thời. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng, tính cấp thiết của vấn đề, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra sơ phạm; Phương pháp Toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Đánh giá thực trạng trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh

Để đánh giá thực trạng trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh, chúng tôi sử dụng 05 test đánh giá, xếp loại học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo (Quyết định số 53/2008/QĐ-BĐGDĐT. Các test gồm: Nằm ngửa gập bụng (lần), Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (giây), Chạy con thoi 4 x 10m (giây), Chạy tỳ sức 5 phút (m).

<sup>(1)</sup>ThS, Trường Đại học Y khoa Vinh, Email: trongde@gmail.com

**1.1. Đánh giá thực trạng thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh**

Chúng tôi tiến hành kiểm tra thể lực của 300 nữ sinh viên năm thứ nhất, năm thứ hai và năm thứ ba Ngành điều dưỡng, trong đó có 100 nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng năm thứ nhất, 100

nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng năm thứ hai và 100 nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng năm thứ ba, đồng thời đánh giá phân loại theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực với 5 chỉ tiêu đã được lựa chọn. Thời điểm kiểm tra đợt 1:

Học kỳ 1 năm học 2022 – 2023. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả kiểm tra, đánh giá thực trạng thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh (n = 300)**

| TT                                  | Các tiêu chí đánh giá       | Kết quả kiểm tra |          |        | Xếp loại thể lực |       |                |       |                |       |
|-------------------------------------|-----------------------------|------------------|----------|--------|------------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|
|                                     |                             | $\bar{x}$        | $\delta$ | Cv (%) | Tốt              |       | Đạt            |       | Không đạt      |       |
|                                     |                             |                  |          |        | m <sub>i</sub>   | %     | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %     |
| <b>Nữ sinh viên năm 1 (n = 100)</b> |                             |                  |          |        |                  |       |                |       |                |       |
| 1                                   | Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) | 16.5             | 3.6      | 22.42  | 15               | 15.00 | 56             | 56.00 | 29             | 29.00 |
| 2                                   | Bật xa tại chỗ (cm)         | 152.7            | 8.53     | 5.59   | 16               | 16.00 | 57             | 57.00 | 27             | 27.00 |
| 3                                   | Chạy 30m XPC (s)            | 6.79             | 0.52     | 7.51   | 17               | 17.00 | 56             | 56.00 | 27             | 27.00 |
| 4                                   | Chạy con thoi 4 x 10m (s)   | 13.92            | 0.33     | 2.44   | 14               | 14.00 | 55             | 55.00 | 31             | 31.00 |
| 5                                   | Chạy tùy sức 5 phút (m)     | 658.2            | 0.45     | 0.07   | 9                | 9.00  | 55             | 55.00 | 36             | 36.00 |
| <b>Nữ sinh viên năm 2 (n = 100)</b> |                             |                  |          |        |                  |       |                |       |                |       |
| 1                                   | Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) | 16.4             | 3.1      | 19.51  | 14               | 14.00 | 57             | 57.00 | 29             | 29.00 |
| 2                                   | Bật xa tại chỗ (cm)         | 152.5            | 9.51     | 6.24   | 16               | 16.00 | 56             | 56.00 | 28             | 28.00 |
| 3                                   | Chạy 30m XPC (s)            | 6.77             | 0.38     | 5.76   | 19               | 19.00 | 59             | 59.00 | 22             | 22.00 |
| 4                                   | Chạy con thoi 4 x 10m (s)   | 13.56            | 0.83     | 6.19   | 15               | 15.00 | 59             | 59.00 | 26             | 26.00 |
| 5                                   | Chạy tùy sức 5 phút (m)     | 695              | 9.5      | 1.37   | 10               | 10.00 | 55             | 55.00 | 35             | 35.00 |
| <b>Nữ sinh năm 3 (n = 100)</b>      |                             |                  |          |        |                  |       |                |       |                |       |
| 1                                   | Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) | 17.04            | 3.2      | 18.19  | 15               | 15.00 | 59             | 59.00 | 26             | 26.00 |
| 2                                   | Bật xa tại chỗ (cm)         | 154.8            | 8.91     | 5.76   | 17               | 17.00 | 59             | 59.00 | 24             | 24.00 |
| 3                                   | Chạy 30m XPC (s)            | 6.69             | 0.45     | 6.58   | 18               | 18.00 | 56             | 56.00 | 26             | 26.00 |
| 4                                   | Chạy con thoi 4 x 10m (s)   | 13.89            | 0.8      | 5.83   | 15               | 15.00 | 57             | 57.00 | 28             | 28.00 |
| 5                                   | Chạy tùy sức 5 phút (m)     | 671              | 12.1     | 1.8    | 10               | 10.00 | 53             | 53.00 | 37             | 37.00 |

Phân tích kết quả tại bảng 1 cho thấy: Thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh thông qua các chỉ tiêu đánh giá là chưa được tốt. Tỷ lệ chưa đạt còn chiếm khá cao ở tất cả các chỉ tiêu kiểm tra. Cụ thể:

- Sinh viên năm 1: Tỷ lệ đạt “Tốt” chỉ chiếm từ 9.0% đến 15.0%; Tỷ lệ “Đạt” là 55.0% đến 57.0%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ 27% đến 36%.

- Sinh viên năm 2: Tỷ lệ đạt “Tốt” chỉ chiếm từ 10.0% đến 19%; Tỷ lệ “Đạt” là 55% đến 59%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ

22% đến 35.0%.

- Sinh viên năm 3: Tỷ lệ đạt “Tốt” chỉ chiếm từ 10% đến 18%; Tỷ lệ “Đạt” là 53.5% đến 59.0%; Trong khi tỷ lệ “Không đạt” chiếm cao từ 24% đến 37.0%.

Với kết quả trên, theo nhận định của chúng tôi, sinh viên nữ hiện nay rất ngại học môn GDTC và tập luyện thể thao hàng ngày. Tỷ lệ sinh viên đi làm thêm rất cao, ngoài ra sinh viên có các mối quan tâm khác hấp dẫn hơn việc tập luyện thể thao, đó là facebook, zalo... Hiện trạng này không chỉ của riêng sinh viên Trường Đại

học Y khoa Vinh mà còn là tình trạng phổ biến của hầu hết giới trẻ hiện nay.

**2. Xác định nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh**

Để tìm hiểu những nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn

20 người, trong đó có 09 giảng viên Bộ môn GDTC và 11 cán bộ chuyên môn của Trường Đại học Y khoa Vinh.

Chúng tôi đưa ra 11 câu hỏi và yêu cầu đối tượng phỏng vấn trả lời một trong 3 mức: Mức 1: Hoàn toàn đồng ý; Mức 2: Đồng ý; Mức 3: Không đồng ý.

Kết quả được trình bày tại bảng 2.

**Bảng 2. Kết quả phỏng vấn nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh (n=20)**

| TT | Nội dung phỏng vấn  | Mức 1          |       | Mức 2          |       | Mức 3          |       |
|----|---|----------------|-------|----------------|-------|----------------|-------|
|    |   | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %     |
| 1  | Bài tập thể lực ít và thiếu đa dạng   | 18             | 90.00 | 2              | 10.00 | 0              | 0.00  |
| 2  | Lượng vận động trong mỗi bài tập nhỏ  | 16             | 80.00 | 4              | 20.00 | 0              | 0.00  |
| 3  | Thời gian dành cho các bài tập thể lực ít   | 17             | 85.00 | 3              | 15.00 | 0              | 0.00  |
| 4  | Yêu cầu của giáo viên trong mỗi bài tập chưa cao                                      | 15             | 75.00 | 5              | 25.00 | 0              | 0.00  |
| 5  | Môn thể thao tự chọn trong chương trình học chưa phong phú                            | 15             | 75.00 | 5              | 25.00 | 0              | 0.00  |
| 6  | Điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu và cũ           | 14             | 70.00 | 6              | 30.00 | 0              | 0.00  |
| 7  | Sinh viên không nhận thấy vai trò và ý nghĩa của việc rèn luyện thể lực               | 14             | 70.00 | 6              | 30.00 | 0              | 0.00  |
| 8  | Phần lớn sinh viên lười vận động  | 15             | 75.00 | 4              | 20.00 | 1              | 5.00  |
| 9  | Đa số sinh viên chưa cố gắng trong học tập, học theo kiểu đối phó chỉ cần đủ điểm qua | 18             | 90.00 | 2              | 10.00 | 0              | 0.00  |
| 10 | Thể lực chung của sinh viên yếu   | 4              | 20.00 | 4              | 20.00 | 12             | 60.00 |
| 11 | Đa số sinh viên không tham gia tập luyện ngoại khóa                                   | 16             | 80.00 | 4              | 20.00 | 0              | 0.00  |

Kết quả ở bảng 2 cho thấy: Đa số các nguyên nhân đưa vào nội dung phiếu phỏng vấn đều có kết quả trả lời ở mức 1 cao (chiếm tỷ lệ từ 70% - 90%); trong khi mức 3 chỉ chiếm tỷ lệ 0% - 5%. Có 1 nguyên nhân “Thể lực chung của sinh viên yếu” có số phiếu trả lời ở mức 1 thấp, chiếm tỷ lệ 20%, trong khi mức 3 chiếm tỷ lệ cao là 60%.

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn chúng tôi đã phân chia những nguyên nhân ảnh hưởng đến thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh thành 3 nhóm.

Nhóm 1: Những nguyên nhân thuộc về phía chủ quan của sinh viên bao gồm:

- Sinh viên không nhận thấy vai trò và ý nghĩa của việc rèn luyện thể lực.

- Phần lớn sinh viên lười vận động.
- Đa số sinh viên chưa cố gắng trong học tập, học theo kiểu đối phó chỉ cần đủ điểm qua.
- Đa số SV không tham gia tập luyện NK.

Theo chúng tôi, nhóm nguyên nhân này bắt nguồn trước hết từ sự nhận thức chưa đầy đủ về việc rèn luyện sức khỏe, nâng cao thể lực đã chi phối tới tâm lý khiến các em lười nhác, không muốn cố gắng, học theo kiểu đối phó. Ngoài ra có một nhóm sinh viên do không có điều kiện để tập luyện ngoại khóa (điều kiện về kinh tế, thời gian, địa điểm tập xa...) dẫn đến thể lực của sinh viên ngày càng kém.

Nhóm 2: Những nguyên nhân thuộc về phía giảng viên bao gồm:





**Tổ chức ngoại khóa đa dạng các môn thể thao theo sở thích của sinh viên là một trong những biện pháp hiệu quả giúp nâng cao thể lực cho sinh viên**

- Bài tập thể lực ít và thiếu đa dạng.
- Lượng vận động trong mỗi bài tập nhỏ.
- Thời gian dành cho các bài tập thể lực ít.
- Yêu cầu của giáo viên trong mỗi bài tập chưa cao.

Đây là nhóm nguyên nhân chính có ảnh hưởng trực tiếp đến việc phát triển thể lực cho sinh viên. Giảng viên luôn mang tâm lí chung là môn học GDTC chỉ là môn điều kiện (qua hoặc không qua), điểm thi kết thúc học phần không tính vào bảng điểm chung nên việc giảng dạy và đánh giá chỉ mang tính chất tương đối (tạo điều kiện cho sinh viên hoàn thành môn học).

Nhóm 3: Những nguyên nhân thuộc về điều kiện khách quan gồm:

- Môn thể thao tự chọn trong chương trình học chưa phong phú.
- Điều kiện cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện còn thiếu và cũ.

Mặc dù là nhóm nguyên nhân khách quan nhưng nó cũng ảnh hưởng không nhỏ đến việc phát triển thể lực tới nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng. Nội dung chương trình học thi đơn điệu, cơ sở vật chất, trang thiết bị, dụng cụ tập luyện

thì nghèo nàn ảnh hưởng đến hứng thú của cả người dạy và người học đã dẫn đến kết quả học tập chưa cao.

**KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu cho thấy thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh còn ở mức yếu so với tiêu chuẩn xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT. Chúng tôi cũng đã tìm ra ba nhóm nguyên nhân cơ bản ảnh hưởng trực tiếp đến thể lực của nữ sinh viên Ngành Điều dưỡng Trường Đại học Y khoa Vinh.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, (Nguyễn Quang Hưng dịch), Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Đồng Văn Triệu, Trần Đức Dũng, Bùi Quang Hải (2007), *Lượng vận động và lập kế hoạch trong huấn luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.