

# ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA SINH VIÊN KHOÁ 7 TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHÁNH HOÀ

Huỳnh Thị Thuỷ Uyên<sup>(1)</sup>; Lê Quang Chung<sup>(1)</sup>

## Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đã đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà khi bắt đầu tham gia học tập chương trình giáo dục thể chất, đồng thời tiến hành đánh giá xếp loại thể lực của sinh viên theo Quyết định 53/2008/QĐ – BG&ĐT và so sánh với sinh viên của một số trường Đại học qua đó thấy thể lực chưa tốt làm cơ sở để đưa ra các bài tập cũng như phương pháp giảng dạy phù hợp, nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy, phát triển được tố chất thể lực đáp ứng được yêu cầu của học phần.

**Từ khóa:** Thực trạng, thể lực chung, Trường Đại học Khánh Hoà.

## Assessing the general physical condition of K7 students at the Khanh Hoa University

### Summary:

Through regular scientific research methods, the authors evaluated the physical condition of K7 students at the Khanh Hoa University when students started to participate in the Physical Education program. At the same time, the authors evaluated and classified students' physical fitness according to Decision 53/2008QD - BG&ĐT and compared with students learning in some other universities. Through this, we can notice that physical strength is not good. They employed that fact as a basis for providing appropriate exercises and teaching methods in order to improve teaching effectiveness and develop physical qualities that can satisfy the requirements of the course.

**Keywords:** Current status, general physical fitness, Khanh Hoa University.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) Trường Đại học Khánh Hoà chú trọng các môn thể thao phổ biến, hấp dẫn đối với sinh viên, cũng như tạo thuận lợi cho sự lựa chọn môn học để học tập, rèn luyện theo khả năng và sở thích của sinh viên. Ngoài ra còn trang bị những kiến thức và kỹ năng thực hiện kỹ, chiến thuật các môn thể thao cơ bản giúp sinh viên biết cách tập luyện và thi đấu các môn thể thao.

GDTC còn giúp giáo dục tính tự giác, tích cực, ý thức tổ chức kỷ luật và đặc biệt là thói quen tập luyện Thể dục thể thao (TDTT) thường xuyên trong sinh viên, nâng cao sức khỏe để phục vụ cho việc học tập, công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

Một trong những mục tiêu của chương trình GDTC trong các trường học là phát triển thể lực cho người học, đảm bảo chuẩn đầu ra... thể lực chung là một trong những yếu tố được sử dụng

để đánh giá kết quả học tập, đào tạo của sinh viên và giảng viên Trung tâm GDTC. Qua giảng dạy có rất nhiều sinh viên còn chưa đạt được kết quả như mong muốn, sinh viên còn chưa đạt theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT, vẫn còn tỷ lệ trên 30% ở các nội dung chưa đạt yêu cầu. Chính vì vậy, việc “Đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà” là hết sức cần thiết, đây là cơ sở để đưa ra các bài tập cũng như phương pháp giảng dạy phù hợp, nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy, phát triển được tố chất thể lực đáp ứng được yêu cầu của học phần.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để giải quyết các vấn đề đặt ra, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán học thống kê.

<sup>(1)</sup>ThS, Trường Đại học Khánh Hoà

**KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

**1. Thực trạng công tác GDTC tại Trường Đại học Khánh Hoà**

**1.1. Thực trạng đội ngũ giảng viên giảng dạy GDTC**

Lực lượng giáo viên của Trung tâm Giáo dục thể chất có độ tuổi còn rất trẻ, năng động, trình độ chuyên môn tốt và có điều kiện để bồi dưỡng chuyên môn, học tập nâng cao trình độ đạt chuẩn theo quy định.

Số lượng giảng viên Trung tâm Giáo dục thể chất thể hiện qua bảng 1 và biểu đồ 1.

Trình độ giảng viên Trung tâm Giáo dục thể chất thể hiện qua bảng 2 và biểu đồ 2.

**Bảng 1. Số lượng giảng viên giảng dạy Giáo dục thể chất**

TT		Số lượng	Tỷ lệ %
1	Giảng viên cơ hữu	6	75.00
2	Giảng viên hợp đồng	2	25.00

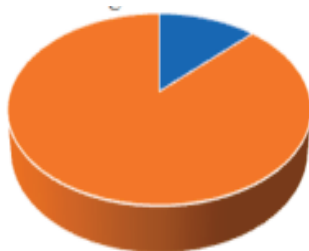


■ Cơ hữu ■ hợp đồng

**Biểu đồ 1. Số lượng giảng viên Trung tâm GDTC**

**Bảng 2. Trình độ giảng viên giảng dạy Giáo dục thể chất**

TT	Trình độ giảng viên	Số lượng	Tỷ lệ %
1	Tiến sĩ	1	12.50
2	Thạc sĩ	7	87.50



■ Tiến sĩ ■ Thạc sĩ

**Biểu đồ 2. Trình độ giảng viên Giáo dục thể chất**

Từ thực tế cho thấy: đội ngũ giảng viên GDTC đã có đầy đủ tiêu chuẩn đáp ứng quá trình giảng dạy tại Trung tâm, về số lượng cũng đáp ứng được yêu cầu cần thiết khi giảng dạy môn học GDTC.

**1.2. Thực trạng về cơ sở vật chất giảng dạy**

Cơ sở vật chất giảng dạy GDTC bao gồm: 01 nhà thi đấu đa năng (sử dụng giảng dạy các học phần: Cầu lông, Võ Thuật, Aerobic); 01 sân Bóng đá mini giảng dạy môn Bóng đá; 1 sân Bóng chuyền, Bóng rổ sử dụng giảng dạy môn Bóng chuyền, Bóng rổ.

Trang thiết bị, dụng cụ học tập của từng môn thể thao được Nhà trường trang bị hàng năm với nguồn kinh phí giao động 50 triệu/năm. Đây chính là những nguồn lực, cơ sở vật chất để đáp ứng yêu cầu giảng dạy tại Nhà trường. Tuy nhiên nếu số lượng sinh viên lớn thì sẽ gặp khó khăn trong khâu tổ chức vì hạn chế về sân bãi tập luyện.

**1.3. Thực trạng công tác tổ chức học GDTC tại Trung tâm GDTC**

Chương trình GDTC của trường Đại học Khánh Hoà được xây dựng theo Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về chương trình môn học giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học.

Chương trình GDTC Trường Đại học Khánh Hoà được thẩm định và ban hành vào ngày 28 tháng 6 năm 2016, do Trung tâm GDTC quản lý, tổ chức giảng dạy, đánh giá kết quả và cấp chứng chỉ cho sinh viên hoàn thành chương trình theo Quy chế đào tạo hiện hành của Nhà trường; Quy chế tổ chức giảng dạy và đánh giá kết quả học tập GDTC của Trung tâm GDTC.

Đối tượng: sinh viên bậc đại học và Cao đẳng chính quy của Trường Đại học Khánh Hoà.

Chương Trình: 75 tiết, 02 học phần trong 02 học kỳ, 3 tín chỉ gồm:

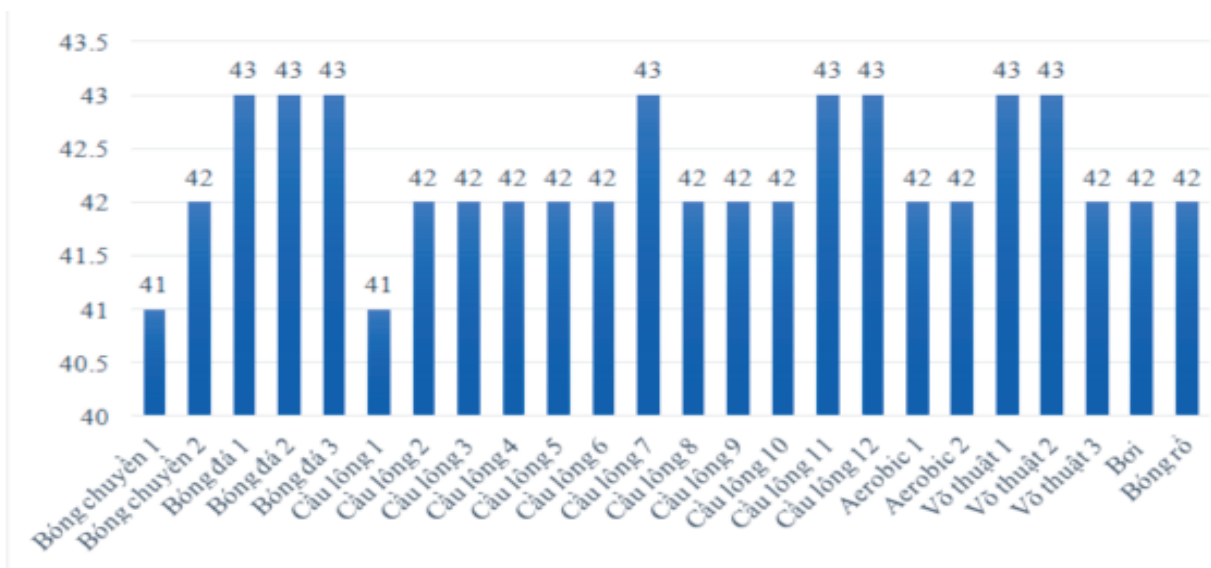
- Học phần 1: 45 tiết – 02 tín chỉ (Học kỳ I năm thứ nhất)
- Học phần 2: 30 tiết – 01 tín chỉ (Học kỳ II năm thứ nhất)

Hình thức: Sinh viên đăng ký tự chọn 1 môn thể thao cho cả 2 học phần gồm: Cầu lông; Bóng chuyền; Bóng đá; Bóng rổ; Aerobic; Võ thuật (Taekwondo); Bơi lội.

Nội dung giảng dạy nội khóa 3 tiết/tuần, phần lớn là giảng dạy kỹ thuật của các môn thể thao, trang bị thể lực cho sinh viên được thực hiện vào cuối mỗi buổi học theo từng giáo án. Công tác ngoại khóa thực hiện trong học kỳ do sinh viên tự tổ chức theo nhóm hoặc theo lớp để tự ôn tập, củng cố và hoàn thiện các kỹ thuật cũng như các tố chất thể lực.

Trong từng học phần có kiểm tra đánh giá theo từng nội dung đã quy định của đề cương môn học bao gồm cả kỹ thuật và thể lực.

Năm học 2022 – 2023 Trường Đại học Khánh Hòa tuyển sinh được 1036 sinh viên (Khoá 7). Căn cứ Quy chế đào tạo Trường Đại học Khánh Hoà và Quy chế tổ chức giảng dạy và đánh giá kết quả học tập GDTC của Trung tâm GDTC, sinh viên Khoá 7 được hướng dẫn đăng ký học GDTC theo hình thức tự chọn ở các môn thể thao với số lượng 43 sinh viên/ 1 lớp. Số lượng các lớp và sinh viên / 1 lớp được thể hiện thông qua biểu đồ 3.



**Biểu đồ 3. Số lượng lớp và sinh viên mỗi lớp Giáo dục thể chất**

Căn cứ số lượng lớp GDTC, điều kiện cơ sở vật chất và kế hoạch giảng dạy chung của Nhà trường. Trung tâm GDTC xếp các lớp học vào buổi sáng. Mỗi buổi 4 lớp, 3 tiết/buổi.

Như vậy, số lượng sinh viên học mỗi buổi gần 170 sinh viên. Với số lượng sinh viên đông, điều kiện sân bãi hạn chế là vô cùng khó khăn trong việc đưa ra phương pháp và bài tập phát triển thể lực phù hợp vì thế ảnh hưởng tới kết quả kiểm tra đánh giá của môn học. Dẫn tới sinh viên còn chưa đạt tiêu chuẩn kiểm tra.

**2. Đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà**

**2.1. Thực trạng thể lực của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ GD&ĐT**

Chúng tôi tiến hành kiểm tra thể lực chung của sinh viên Khoá 7 thông qua các tiêu chí theo quy định của Bộ GD&ĐT (Quyết định

53/2008/QĐ – BG&ĐT ngày 18/9/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc ban hành Quy định đánh giá, xếp loại thể lực của học sinh, sinh viên).

Số lượng kiểm tra là 213 sinh viên năm 1 Khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà (chọn 5 lớp ngẫu nhiên). Trong đó 147 nữ, 66 nam, thời điểm kiểm tra sau khi học hết học phần 1. Các chỉ tiêu kiểm tra được lấy theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực với 4 chỉ tiêu ở độ tuổi là 18 tuổi. Kết quả thể hiện ở bảng 3.

Từ kết quả bảng 3, để đánh giá xếp loại kết quả kiểm tra các tiêu chí thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Khánh Hoà, đã so sánh với xếp loại các tiêu chí theo quy định của Bộ GD&ĐT. Kết quả được trình bày qua bảng 4.

Bảng 4 cho thấy, các tiêu chí kiểm tra thể lực của sinh viên Khoá 7 Trường Đại học Khánh

**Bảng 3. Giá trị trung bình các chỉ tiêu đánh giá thể lực chung của sinh viên Khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà (n=213)**

TT	Các test kiểm tra	Giá trị trung bình	
		Nữ (n=147)	Nam (n=66)
1	Chạy 30m (s)	6.3	5.2
2	Bật xa tại chỗ (cm)	167	205.8
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	17.8	20.2
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	699.1	922.7

**Bảng 4. Kết quả kiểm tra các tiêu chí thể lực chung của sinh viên khoá 7 với các tiêu chí của Bộ GD&ĐT**

TT	Các test kiểm tra	Sinh viên khoá 7	Tiêu chuẩn Bộ GD&ĐT	
			Đạt	Tốt
<b>I</b>	<b>Nữ (n=147)</b>			
1	Chạy 30m XPC (s)	6.3	≤ 6.80	< 5.80
2	Bật xa tại chỗ (cm)	167	≤ 151	> 168
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	17.8	≤ 15	> 18
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	699.1	≥ 850	> 930
<b>II</b>	<b>Nam (n=66)</b>			
1	Chạy 30m XPC (s)	5.2	≤ 5.80	< 4.80
2	Bật xa tại chỗ (cm)	205.8	≤ 205	> 222
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	20.2	≤ 16	> 21
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	922.7	≥ 940	> 1050

Hoà cả nam và nữ so với tiêu chí của Bộ GD&ĐT xếp loại “Đạt” ở các tiêu chí: Chạy 30m XPC (s); Bật xa tại chỗ (cm); Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl). Tiêu chí chạy tùy sức 5 phút (m) cả nam và nữ đều xếp loại “Không đạt” cụ thể: Trung bình ở nữ có thành tích 699,1m; theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT mức “Đạt” là 850m. Trung bình ở nam có thành tích 922,7m; theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT mức “Đạt” là 940m. Điều này cho thấy sinh viên nam và nữ Khoá 7 trường Đại học Khánh Hoà có sức bền yếu. Đây là cơ sở để giảng viên đưa ra phương pháp và bài tập cho phù hợp nhằm đáp ứng yêu cầu của môn học.

Từ kết quả kiểm tra đã tiến hành xếp loại thể lực sinh viên theo 3 mức “Không đạt”, “Đạt”, “Tốt”. Kết quả thể hiện qua bảng 5 và biểu đồ 4:

Từ kết quả bảng 5 và biểu đồ 4 cho thấy: tiêu chí chạy tùy sức 5 phút (m) có số lượng sinh viên “Không đạt” chiếm tỷ lệ cao nhất cụ thể: nữ chiếm 90,48%, nam chiếm 57,58%. Bên

cạnh đó, tiêu chí có xếp loại “Tốt” cao nhất ở nữ là bật xa tại chỗ (cm) chiếm 46,94%; ở nam là tiêu chí nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl) chiếm 48,48%.

**2.2. So sánh thể lực của sinh viên khoá 7 trường Đại học Khánh Hoà với một số trường đại học**

Để có đánh giá khách quan về thực trạng thể lực của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà, đề tài tiến hành so sánh thực trạng thể lực của sinh viên với một số trường đại học ở cùng thời điểm kiểm tra. Kết quả thể hiện ở bảng 6.

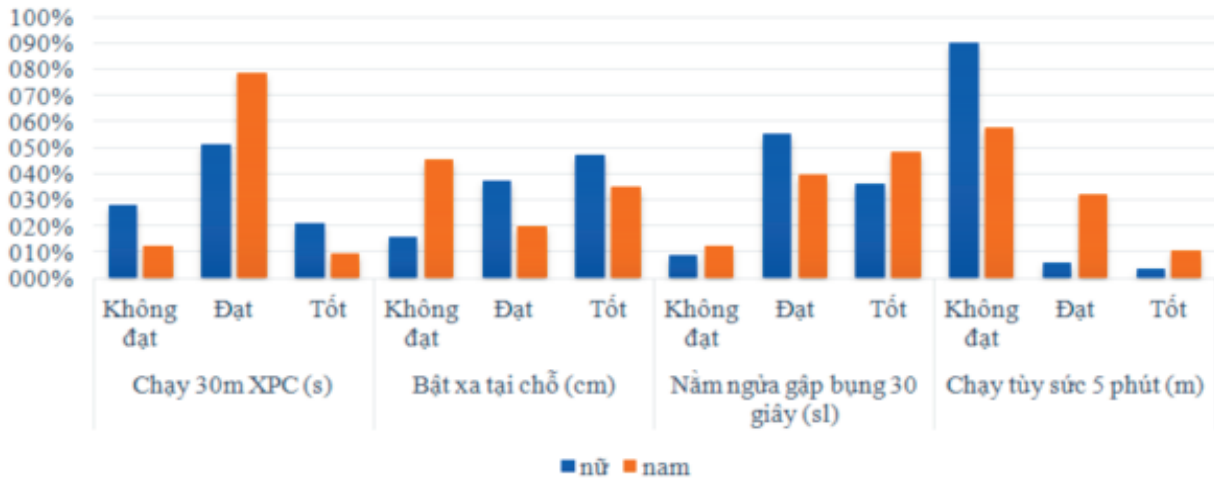
Kết quả bảng 6 cho thấy:

- Sinh viên nữ Trường Đại học Khánh Hoà có thành tích tốt hơn sinh viên nữ Trường Đại học Công nghiệp Việt Trì và Trường Đại học Y dược Hải Phòng ở tiêu chí: chạy 30m XPC (s); bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl). Riêng tiêu chí chạy tùy sức 5 phút (m) thành tích sinh viên nữ trường Đại học Khánh Hoà thấp hơn hai Trường Đại học còn lại.

- Sinh viên nam Trường Đại học Khánh Hoà

**Bảng 5. Xếp loại thể lực chung của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà**

TT	Các test kiểm tra	Xếp loại					
		Không đạt		Đạt		Tốt	
I	Nữ (n=147)	n	%	n	%	n	%
1	Chạy 30m XPC (s)	41	27.89	75	51.02	31	21.09
2	Bật xa tại chỗ (cm)	23	15.65	55	37.41	69	46.94
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	13	8.84	81	55.10	53	36.05
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	133	90.48	9	6.12	5	3.40
II	Nam (n=66)						
1	Chạy 30m XPC (s)	8	12.12	52	78.79	6	9.09
2	Bật xa tại chỗ (cm)	30	45.45	13	19.70	23	34.85
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	8	12.12	26	39.39	32	48.48
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	38	57.58	21	31.82	7	10.61



**Biểu đồ 4. Thực trạng thể lực của sinh viên Khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà**

**Bảng 6. So sánh thể lực chung của sinh viên khoá 7 với các trường đại học**

TT	Các test kiểm tra	Đại học Khánh Hoà	Đại học Công nghiệp Việt Trì	Đại học Y dược Hải Phòng
I	Nữ			
1	Chạy 30m XPC (s)	6.3	6.72	6.61
2	Bật xa tại chỗ (cm)	167	159.5	150.04
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	17.8	15.7	15.68
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	699.1	835	857.6
II	Nam			
1	Chạy 30m XPC (s)	5.2	5.71	5.41
2	Bật xa tại chỗ (cm)	205.8	212.5	206.08
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	20.2	20.7	20.88
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	922.7	990	930.17



**Phát triển thể lực chung là vấn đề cần thiết để nâng cao kết quả học tập môn GDTC nói chung và trong tập luyện môn Bóng đá nói riêng**

có thành tích thấp hơn sinh viên nam Trường Đại học Công nghiệp Việt Trì và Trường Đại học Y dược Hải Phòng ở tiêu chí: bật xa tại chỗ (cm); nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl); chạy tùy sức 5 phút (m). Riêng tiêu chí chạy 30m XPC (s) thành tích sinh viên nam Trường Đại học Khánh Hoà tốt hơn hai Trường Đại học còn lại.

### **KẾT LUẬN**

Qua đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên khoá 7 Trường Đại học Khánh Hoà chúng tôi rút ra một số kết luận sau:

- Xếp loại thể lực chung theo quy định của Bộ GD&ĐT về tiêu chuẩn đánh giá thể lực của HS – SV cho thấy: tiêu chí chạy tùy sức 5 phút (m) có số lượng sinh viên “Không đạt” chiếm tỷ lệ cao nhất cụ thể: nữ chiếm 90,48%, nam chiếm 57,58%. tiêu chí có xếp loại “Tốt” cao nhất ở sinh viên nữ là tiêu chí bật xa tại chỗ (cm) chiếm 46,94%; ở nam là tiêu chí nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl) chiếm 48,48%.

- So sánh với thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Việt Trì và Trường Đại học Y dược Hải Phòng cho thấy: Sinh viên nữ chỉ tiêu về sức nhanh; Sức mạnh tốc độ; Sức mạnh thân mình có thành tích tốt hơn; sức bền chung có thành tích thấp hơn. Sinh viên nam chỉ

tiêu sức mạnh tốc độ, Sức mạnh thân mình, Sức bền chung có thành tích thấp hơn; nhưng chỉ tiêu Sức nhanh thành tích tốt hơn.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bùi Đăng Duy (2018), “Ứng dụng bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ hai khoa Đa khoa khóa 40 trường Đại học Y Dược Hải Phòng”, *Luận văn cao học TDTT*.
2. Nguyễn Anh Đức (2017), “Lựa chọn bài tập phát triển thể lực cho sinh viên ngành Công nghệ kỹ thuật Cơ khí trường ĐH Công nghiệp Việt Trì”, *Luận văn cao học TDTT*.
3. Nguyễn Anh Tuấn, Nguyễn Quang Vinh: “Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên trường Đại học sư phạm TDTT thành phố Hồ Chí Minh”, *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng*, năm 2007.
4. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Quyết định số 53/2008/QĐ – BGDDT quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh, sinh viên*.

(Bài nộp ngày 25/10/2023, Phản biện ngày 3/11/2023, duyệt in ngày 30/11/2023  
Chịu trách nhiệm chính: Huỳnh Thị Thuỷ Uyên  
Email: thuyuyen@gmail.com)