

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn xác định nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực (n=20)

TT	Nội dung phỏng vấn	Mức 1		Mức 2		Mức 3	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%
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 chất lượng thấp	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 đối phó và thụ động	18	90.00	2	10.00	0	0.00
10	Đa số sinh viên không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa	16	80.00	4	20.00	0	0.00

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 chất lượng thấp.

Mặc dù là nhóm nguyên nhân khách quan nhưng nó cũng ảnh hưởng không nhỏ đến việc phát triển thể lực nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh. Nội dung chương trình học thì 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

Thông qua các test đánh giá cho thấy thể lực nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường

Đại học Điện Lực còn yếu so với tiêu chuẩn xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT. Đồng thời nghiên cứu đã tìm ra ba nhóm nguyên nhân cơ bản ảnh hưởng trực tiếp đến phát triển thể lực của nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, (Nguyễn Quang Hưng dịch), Nxb TDTT, 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 TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

**Bảng 1. Kết quả kiểm tra đánh giá thực trạng thể lực của nữ sinh viên
Ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực**

TT	Các tiêu chí đánh giá	Kết quả kiểm tra			Xếp loại thể lực					
		$\overline{x}$	δ	C_v (%)	Tốt		Đạt		Không đạt	
					m_i	%	m_i	%	m_i	%
Nữ sinh viên năm 1 (n = 100)										
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.5	3.6	22.42	15	15.0	56	56.0	29	29.0
2	Bật xa tại chỗ (cm)	152.7	8.53	5.59	16	16.0	57	57.0	27	27.0
3	Chạy 30m XPC (s)	6.79	0.52	7.51	17	17.0	56	56.0	27	27.0
4	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.92	0.33	2.44	14	14.0	55	55.0	31	31.0
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	658.2	0.45	0.07	9	9.0	55	55.0	36	36.0
Nữ sinh viên năm 2 (n = 100)										
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.4	3.1	19.51	14	14.0	57	57.0	29	29.0
2	Bật xa tại chỗ (cm)	152.5	9.51	6.24	16	16.0	56	56.0	28	28.0
3	Chạy 30m XPC (s)	6.77	0.38	5.76	19	19.0	59	59.0	22	22.0
4	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.56	0.83	6.19	15	15.0	59	59.0	26	26.0
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	6950	9.50	1.37	10	10.0	55	55.0	35	35.0
Nữ sinh năm 3 (n = 100)										
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.04	3.2	18.19	15	15.0	59	59.0	26	26.0
2	Bật xa tại chỗ (cm)	154.8	8.91	5.76	17	17.0	59	59.0	24	24.0
3	Chạy 30m XPC (s)	6.69	0.45	6.58	18	18.0	56	56.0	26	26.00
4	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	13.89	0.80	5.83	15	15.0	57	57.0	28	28.0
5	Chạy tùy sức 5 phút (m)	6710	12.10	1.8	10	10.0	53	53.0	37	37.0

- 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 đối phó và thụ động.

- Đa số sinh viên không tham gia tập luyện TDTT ngoại khóa.

Theo đề tài, 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 vận động, không muốn cố gắng, học theo kiểu đối phó. Ngoài ra, có một số sinh viên do không có điều kiện để tập luyện TDTT 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:

- 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 lý chung là môn học GDTC chỉ là môn điều kiện (qua hoặc không qua), điểm thi kết thúc học phần không

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tiễn công tác giảng dạy tại Trường Đại học Điện Lực đã cho thấy, trong các giờ học Giáo dục thể chất (GDTC) vẫn còn nhiều sinh viên có tố chất thể lực (TCTL) ở mức yếu kém, đặc biệt là nữ sinh viên Ngành Quản trị kinh doanh, dẫn tới không hoàn thành chỉ tiêu đề ra của môn học, đồng thời ít nhiều ảnh hưởng đến kết quả học tập của sinh viên và kết quả môn học GDTC. Tuy nhiên để khắc phục thực trạng này cần phải có những minh chứng cụ thể và khách quan thông qua các test kiểm tra, và căn cứ xác định những nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực, từ đó đưa ra các biện pháp khắc phục kịp thời. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng đã cho thấy tính cấp thiết của vấn đề nghiên cứu.

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 sự 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 Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực

Để đánh giá thực trạng trình độ thể lực của nữ sinh viên Ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực, chúng tôi sử dụng 05 test và bộ tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo (Quyết định số 53/2008/QĐ-BĐGĐT). 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 tùy sức 5 phút (m).

Chúng tôi đã tiến hành kiểm tra kết quả lập test của 300 nữ sinh viên năm thứ nhất, năm thứ hai và năm thứ ba Ngành Quản trị kinh doanh, trong đó có 100 nữ sinh viên năm thứ nhất, 100 nữ sinh viên năm thứ hai và 100 nữ sinh viên năm thứ ba, đồng thời đánh giá phân loại theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực với 5 test đã được lựa chọn.

Thời điểm kiểm tra học kỳ 1 năm học 2023 - 2024. Kết quả thống kê được trình bày ở bảng 1.

Phân tích kết quả tại bảng 1 cho thấy: Thể lực của nữ sinh viên Ngành Quản trị kinh doanh chưa được tốt. Tỷ lệ không đạt còn chiếm khá cao ở tất cả các test 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%.

Theo đánh giá 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 nhiều những 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 Điện Lực 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 Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực

Để tìm hiểu những nguyên nhân ảnh hưởng đến phát triển thể lực của nữ sinh viên Ngành Quản trị kinh doanh, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 20 cán bộ quản lý chuyên môn, giảng viên Bộ môn GDTC của Trường Đại học Điện Lực.

Chúng tôi đưa ra 10 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.

Kết quả ở bảng 3 cho thấy: Đa số các nguyên nhân mà đề tài đưa vào 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%.

Căn cứ vào kết quả phỏng vấn đề tài đã phân chia những nguyên nhân ảnh hưởng đến thể lực của nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực thành 3 nhóm.

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

THỰC TRẠNG VÀ NGUYÊN NHÂN ẢNH HƯỞNG ĐẾN TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUNG CỦA NỮ SINH VIÊN NGÀNH QUẢN TRỊ KINH DOANH TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỆN LỰC

Ngô Hữu Hà⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 24/09/2025

Ngày phản biện: 18/10/2025

Ngày đăng: 26/11/2025

Tác giả liên hệ:

Ngô Hữu Hà

Email: hanh@epu.edu.vn

Tập 2, số 6 (2025), trang 93-96

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13965>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:

Bằng việc sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản cùng với 05 test và tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định, tác giả đã đánh giá được thực trạng thể lực của nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Điện Lực còn thấp. Đồng thời chúng tôi đã xác định được 03 nhóm 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, nữ sinh viên, Trường Đại học Điện Lực.

Current situation and causes affecting the overall physical fitness level of female Business Administration students at the Electric Power University

Ngô Hữu Hà⁽¹⁾

Article Information:

Received: 24/09/2025

Review date: 18/10/2025

Published: 26/11/2025

Corresponding Author:

Ngô Hữu Hà

Email: hanh@epu.edu.vn

Vol.2, Issue 6 (2025), pp 93-96

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13965>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Summary:

Using basic research methods along with 05 tests and physical fitness assessment standards prescribed by the Ministry of Education and Training, the author assessed the current state of physical fitness among female business administration students at the Electric Power University, concluding that it is still low. Simultaneously, we identified three main causes contributing to this situation: students' lack of physical activity; insufficient variety of physical exercises; low demands from instructors for each exercise; and inadequate and outdated facilities, equipment, and training tools.

Keywords: Physical fitness status, female students, Electric Power University.

⁽¹⁾ThS Trường Đại học Điện Lực

Bảng 3. Kết quả kiểm chứng lý thuyết các giải pháp nâng cao hứng thú học tập môn học GDTC cho sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Hà Nội (n=12)

TT	Giải pháp	Kết quả đánh giá				
		Tính thực tiễn	Tính khả thi	Tính đồng bộ	Tính hiệu quả	Đánh giá tổng hợp
1	Cá nhân hóa môn học – cho phép lựa chọn theo sở thích	4.33	4.28	4.69	4.57	4.28
2	Lồng ghép công nghệ và mạng xã hội vào quá trình dạy học GDTC	4.25	4.63	4.56	4.43	4.19
3	Đổi mới phương pháp giảng dạy theo hướng tăng tương tác và trải nghiệm	4.57	4.63	4.28	4.61	4.69
4	Tổ chức hoạt động thể thao phong trào, CLB và giải đấu sinh viên	4.61	4.56	4.63	4.59	4.29
5	Liên kết GDTC với sức khỏe tinh thần và hiệu suất học tập	4.15	4.69	4.28	4.24	4.1

sở phỏng vấn 12 chuyên gia trong lĩnh vực giáo dục thể chất và thể thao trường học bằng phiếu hỏi. Phỏng vấn được tiến hành theo thang đo Likert 5 mức tương ứng từ rất bảo đảm tới rất không bảo đảm. Kết quả kiểm chứng được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Kết quả kiểm chứng lý thuyết các giải pháp nâng cao hứng thú học tập môn học GDTC cho sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Hà Nội có đánh giá chung đạt được ở mức độ phù hợp/khả thi và rất phù hợp/ rất khả thi. Các yêu cầu như tính thực tiễn, tính khả thi, tính đồng bộ và tính hiệu quả đều được đánh giá ở mức độ đảm bảo.

Như vậy, có thể khẳng định, kết quả kiểm chứng lý thuyết các giải pháp nâng cao hứng thú học tập môn học GDTC cho sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Hà Nội đã lựa chọn đạt được ở mức độ phù hợp và có thể ứng dụng trong thực tiễn hoạt động đào tạo.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 05 giải pháp nâng cao hứng thú học tập môn học GDTC cho sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Hà Nội; phân tích chi tiết nội dung và mối quan hệ giữa các giải pháp. Kết quả kiểm nghiệm lý thuyết các giải pháp trên thực tế đã cho thấy tính thực

tiễn, tính khả thi, tính đồng bộ và tính hiệu quả của các giải pháp được lựa chọn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Văn Dũng (2025), “Phát triển hứng thú học tập môn học Giáo dục thể chất qua các trò chơi vận động cho học sinh hệ trung cấp, Trường Cao đẳng Lai Châu”, *Tạp chí Tâm lý – Giáo dục, Tập 31, số 01 (tháng 01/2025)*, Hội Khoa học Tâm lý - Giáo dục Việt Nam.
2. Bùi Khánh Hòa (2021), “Biện pháp nâng cao hứng thú học tập môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên khối không chuyên Trường Đại học Tây Bắc”, *Tạp chí Khoa học xã hội*, Đại học Đà Lạt.
3. Nguyễn Thị Mỹ Lộc, Nguyễn Đức Danh (2021), “Hứng thú học tập và các yếu tố ảnh hưởng đến sinh viên đại học hiện nay”, *Tạp chí khoa học và giáo dục*, Đại học Quốc gia Hà Nội
4. Phạm Ngọc Viễn (2007), *Giáo trình Tâm lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội
5. Lê Văn Xem (2004), *Tâm lý học TDTT*, Nxb Đại học Sư Phạm, Hà Nội.