

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THÀNH PHỐ TUYỀN QUANG, TỈNH TUYỀN QUANG

Nguyễn Mỹ Việt⁽¹⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các các test, tiêu chuẩn đánh giá theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo để kiểm tra và đánh giá thực trạng trình độ thể lực của học sinh (HS) THPT TP Tuyên Quang, tỉnh Tuyên Quang; đồng thời, tiến hành so sánh trình độ thể lực giữa các nhóm HS có tập luyện TDTT ngoại khóa (NK) thường xuyên, nhóm tập luyện NK môn Cầu lông thường xuyên và không tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên. Kết quả cho thấy: thực trạng thể lực của HS THPT TP Tuyên Quang chủ yếu ở mức trung bình; HS tập luyện TDTT NK thường xuyên và tập luyện Cầu lông NK thường xuyên có thể lực tốt hơn so với HS không tập luyện TDTT NK ở tất cả các test, đặc biệt là các test đánh giá tố chất sức mạnh và sức bền.

Từ khóa: Thể lực, học sinh THPT, NK môn Cầu lông, TP Tuyên Quang

Current status of physical fitness level of high school students in Tuyen Quang city, Tuyen Quang province

Summary: The author employed the tests and evaluation standards listed in the regulations of the Ministry of Education and Training in order to test and evaluate the physical level of high school students in Tuyen Quang city, Tuyen Quang province. At the same time, the author compared the physical fitness level between 3 groups of students: group of who practice extracurricular sports regularly, group of who practice extracurricular badminton regularly and group of who do not participate in extracurricular sports regularly. The results show that: the physical condition of high school students in Tuyen Quang city is mainly at average level; students who practice extracurricular sports regularly and practice extracurricular badminton regularly have better physical strength than students who do not practice extracurricular sports in all tests, especially in the tests of strength and endurance assessment.

Keywords: Physical fitness, high school students, extracurricular badminton, Tuyen Quang city.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Năm 2020, Việt Nam có trên 25 triệu học sinh, sinh viên (chiếm xấp xỉ một phần tư dân số), đây là nguồn nhân lực quan trọng trong tương lai sẽ tham gia vào quá trình phát triển đất nước. Chính vì vậy, phát triển thể chất cho HS là vấn đề đặc biệt quan trọng và có ý nghĩa chiến lược mà phương tiện cơ bản là giáo dục thể chất (GDTC). Tuy nhiên, trên thực tế tại nhiều trường học các cấp, trong đó có các trường THPT trên địa bàn TP Tuyên Quang, công tác GDTC lại phát triển chưa tương xứng với tiềm năng sẵn có.

Vấn đề đánh giá thể chất nói chung và thể lực nói riêng của học sinh trong trường học các cấp

đã được nhiều nhà khoa học quan tâm nghiên cứu như: Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2001), Đỗ Đình Quang (2013), Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), Đồng Hương Lan (2016), Mai Thị Bích Ngọc (2017)... tuy vậy, chưa có tác giả nào đánh giá thực trạng phát triển thể lực của học sinh THPT trên địa bàn TP Tuyên Quang, một địa phương có những điều kiện rất đặc thù về kinh tế, chính trị, hành chính...

Để có căn cứ tác động các giải pháp phù hợp, có hiệu quả để phát triển thể lực cho HS THPT TP Tuyên Quang, việc đánh giá thực trạng thể lực của học sinh là vấn đề cần thiết, cấp thiết và có ý nghĩa thực tiễn cao.

⁽¹⁾TS, Trường Đại học Tân Trào; Email: nguyenmyvietq@gmail.com

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng dụng các phương pháp: phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được thiết kế theo lát cắt ngang.

Đánh giá trình độ thể lực tiến hành theo các test và tiêu chuẩn được quy định tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Đối tượng khảo sát gồm 1800 HS thuộc 06 trường THPT trên địa bàn TP Tuyên Quang, gồm: Trường THPT Dân tộc nội trú; Trường THPT Nguyễn Văn Huyên; Trường THPT Tân Trào; Trường THPT Ý La; Trường THPT Chuyên tỉnh Tuyên Quang; Trường THPT Xuân Huy, trong đó mỗi khối 10, 11 và 12 có 600 HS, tương ứng mỗi trường có 50 HS nam và 50 HS nữ mỗi khối được lựa chọn ngẫu nhiên.

Đối tượng khảo sát được phân theo 03 nhóm căn cứ vào mức độ và nội dung tập luyện TDTT NK, cụ thể:

Nhóm HS không tập luyện hoặc tập luyện TDTT NK không thường xuyên (<2 buổi/tuần và mỗi buổi <30 phút) gồm 1134 HS, trong đó có 524 nam và 610 nữ.

Nhóm HS tham gia tập luyện TDTT NK thường xuyên (tập luyện NK các môn thể thao ngoài Cầu lông, từ 3 buổi/tuần trở lên, mỗi buổi từ 30 phút trở lên) gồm 504 HS, trong đó có 287 nam và 217 nữ.

Nhóm HS tham gia tập luyện môn Cầu lông NK thường xuyên (tập luyện Cầu lông NK từ 3 buổi/tuần trở lên, mỗi buổi từ 30 phút trở lên) gồm 162 HS, trong đó có 89 nam và 73 nữ.

Thời điểm khảo sát: Kết thúc học kỳ 1, năm học 2017-2018.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng thể lực của học sinh các trường THPT trên địa bàn thành phố Tuyên Quang, tỉnh Tuyên Quang

Trình độ thể lực HS các trường THPT đối tượng khảo sát được đánh giá thông qua 6 test quy định tại Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng trình độ thể lực của học sinh các trường THPT trên địa bàn thành phố Tuyên Quang, tỉnh Tuyên Quang

TT	Test	Nam (n=900)		Cv	nữ (n=900)		Cv
		\bar{x}	δ		\bar{x}	δ	
Học sinh khối 10 (n_{Nam} = 300, n_{nữ} =300)							
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	5.1	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	3.6
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	953.21	35.46	3.72	819.5	29.42	3.59
Học sinh khối 11 (n_{Nam} = 300, n_{nữ} =300)							
1	Lực bóp tay thuận (kG)	37.27	2.3	6.18	27.48	2.31	8.4
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.52	1.26	7.62	14.77	1.17	7.95
3	Bật xa tại chỗ (cm)	202.76	10.14	5	158.57	8.46	5.34
4	Chạy 30m XPC (s)	5.74	0.18	3.18	6.69	0.21	3.18
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.36	0.46	3.7	13.04	0.48	3.65
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	992.27	36	3.63	864.82	29.79	3.44
Học sinh khối 12 (n_{Nam} = 300, n_{nữ} =300)							
1	Lực bóp tay thuận (kG)	41.73	2.3	5.51	28.31	2.31	8.16
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.05	1.26	6.95	15.69	1.17	7.49
3	Bật xa tại chỗ (cm)	208.34	10.11	4.85	161.6	8.47	5.24
4	Chạy 30m XPC (s)	5.52	0.18	3.3	6.35	0.21	3.35
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.16	0.46	3.75	12.87	0.48	3.7
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1077.6	35.9	3.33	889.66	29.8	3.35



Việc phát triển thể lực cho học luôn được sự quan tâm của gia đình, nhà trường và toàn xã hội

Qua bảng 1 cho thấy:

Giá trị trung bình của tất cả các test phản ánh trình độ thể lực của HS các trường THPT TP Tuyên Quang khối 10, khối 11 và khối 12 ở cả đối tượng nam và nữ đều cao hơn mức trung bình theo tiêu chuẩn xếp loại thể lực của Bộ GD&ĐT[1] và cao hơn kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 của tác giả Dương Nghiệp Chí và cộng sự [2] và gần như tương đương với kết quả nghiên cứu của một số tác giả về HS các vùng miền tại Việt Nam như tác giả Hoàng Công Dân (2005), Trần Đức Dũng và cộng sự (1014), Đồng Hương Lan (2016)... [3], [4], [5].

Kết quả kiểm tra đánh giá thể lực trên đối tượng nghiên cứu ở tất cả các test kiểm tra thu được đều có Cv <10%. Như vậy, có thể nhận thấy trình độ thể lực của HS mẫu nghiên cứu phát triển khá đồng đều và đảm bảo tính đại diện trong thống kê.

Để có cái nhìn tổng quát hơn về trình độ thể lực của HS các trường THPT TP Tuyên Quang,

chúng tôi tiến hành phân loại trình độ thể lực của HS theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT. 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), đồng thời so sánh sự khác biệt tỷ lệ HS đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của khối 10, khối 11 và khối 12. Kết quả phân loại được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy:

Khi phân loại trình độ thể lực của HS theo tiêu chuẩn xếp loại của Bộ GD&ĐT, đa số HS có trình độ thể lực ở mức Đạt (chiếm tới gần 60%); tỷ lệ HS có trình độ thể lực đạt mức Tốt chỉ chiếm hơn 25%; còn tới hơn 15% số HS trong diện khảo sát có trình độ thể lực ở mức Không đạt. Chính vì vậy, việc phát triển thể lực đồng đều cho HS là vấn đề cần thiết.

Khi so sánh sự khác biệt kết quả phân loại thể lực của HS khối 10, khối 11 và khối 12 bằng tham số χ^2 không thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P>0.05$, chứng tỏ Sự phát triển thể lực của HS qua các năm học không có sự khác biệt đáng kể.

2. So sánh trình độ thể lực của học sinh các trường THPT TP Tuyên Quang theo mức độ và nội dung tập luyện TDDT ngoại khóa

Để đánh giá tác dụng của tập luyện TDDT NK nói chung và tác dụng của tập luyện Cầu lông NK nói riêng tới sự phát triển thể lực HS các trường THPT, chúng tôi tiến hành so sánh sự khác biệt của 03 nhóm HS: Không tập luyện TDDT NK thường xuyên, tập luyện TDDT NK thường xuyên (các môn TT khác ngoài Cầu

Bảng 2. Kết quả phân loại trình độ thể lực của HS các trường THPT TP Tuyên Quang

Mức phân loại	Tổng số (n=1800)		Khối 10 (n=600)		Khối 11 (n=600)		Khối 12 (n=600)	
	m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%
Tốt	462	25.67	157	26.17	152	25.33	153	25.50
Đạt	1062	59.00	351	58.50	359	59.83	352	58.67
Không đạt	276	15.33	92	15.33	89	14.83	95	15.83
So sánh	χ^2		0.034					
	P		P=0.983 > 0.05					

Bảng 3. Kết quả so sánh phân loại trình độ thể lực của học sinh các trường THPT thành phố Tuyên Quang theo mức độ và nội dung tập luyện TDTT ngoại khóa

Mức phân loại	Không tập luyện TDTT NK thường xuyên		Tập luyện TDTT NK thường xuyên		Tập luyện Cầu lông NK thường xuyên		So sánh		
	m _i	%	m _i	%	m _i	%			
	n=1134		n=504		n=162		χ^2_{1-2}	χ^2_{2-3}	χ^2_{1-3}
Tốt	174	15.34	152	30.16	51	31.48	123.35 P<0.05	4.743 P>0.05	67.499 P<0.05
Đạt	585	51.59	307	60.91	105	64.81			
Không đạt	375	33.07	45	8.93	6	3.7			

lông) và tập luyện Cầu lông NK thường xuyên. Đánh giá được tiến hành theo tiêu chuẩn xếp loại thể lực HS của Bộ GD&ĐT. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Khi so sánh tỷ lệ phân loại trình độ thể lực của HS các trường THPT TP Tuyên Quang thuộc đối tượng khảo sát của đề tài đã cho thấy nhóm không tập luyện TDTT NK thường xuyên với nhóm tập luyện TDTT NK thường xuyên và nhóm nhóm tập luyện Cầu lông NK thường xuyên có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P<0.05$), trong đó nhóm tập luyện TDTT NK thường xuyên và tập luyện Cầu lông NK thường xuyên có kết quả tốt hơn hẳn nhóm không tập luyện TDTT NK thường xuyên. Tuy nhiên, khi so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của nhóm tập luyện TDTT NK thường xuyên với nhóm tập luyện Cầu lông NK thường xuyên chưa thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P>0.05$), chứng tỏ sự khác biệt về tác dụng phát triển thể lực cho HS của việc tập luyện Cầu lông NK và tập luyện NK các môn thể thao khác là chưa rõ ràng.

KẾT LUẬN

1. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực của HS các trường THPT TP Tuyên Quang ở tất cả các test thu được đều cao hơn mức trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Tuy vậy, khi phân loại trình độ thể lực của HS theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT, tỷ lệ HS chưa đạt tiêu chuẩn còn cao ở cả nam và nữ.

2. Tập luyện TDTT NK có tác dụng tích cực trong việc phát triển thể lực cho HS các trường THPT TP Tuyên Quang. Tuy vậy, tập luyện Cầu lông NK hay tập luyện TDTT NK các môn thể thao khác không có sự khác biệt thống kê.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số: 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 về việc ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
2. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Hoàng Công Dân (2005), “Nghiên cứu phát triển thể chất cho học sinh các trường phổ thông dân tộc nội trú khu vực miền núi phía Bắc từ 15-17 tuổi”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT*, Hà Nội.
4. Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), “Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 tới lớp 12 (thời điểm 2002-2014)”, *Đề tài NCKH cấp Bộ, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.*
5. Đồng Thị Hương Lan (2016), “Nghiên cứu phát triển thể chất của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.*
(Bàì nộp ngày 18/10/2023, Phản biện ngày 1/11/2023, duyệt in ngày 30/11/2023)