

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA NAM SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC LUẬT HÀ NỘI

Nguyễn Hải Tùng⁽¹⁾

Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, đề tài đánh giá thực trạng thể lực chung của nam sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội, làm cơ sở thực tiễn cho việc nghiên cứu đề xuất các giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên.

Từ khóa: Đánh giá, thể lực chung, sinh viên, Trường Đại học Luật Hà Nội.

Assessment of the general physical condition of male students at Hanoi Law University

Summary:

By regular scientific research methods, the topic assesses the general physical condition of male students at Hanoi Law University, as a basis for proposing solutions to improve the quality of physical education work. substance for students.

Keywords: Assessment, general fitness, students, Hanoi Law University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Luật Hà Nội được thành lập theo Quyết định số 405/CP ngày 10 tháng 11 năm 1979 của Hội đồng Chính phủ trên cơ sở hợp nhất Khoa Pháp lý của Trường Đại học Tổng hợp Hà Nội và Trường Cao đẳng Pháp lý Việt Nam thành Trường Đại học Pháp lý Hà Nội. Do nhu cầu tăng cường đào tạo cán bộ pháp lý, năm 1982, Bộ Tư pháp đã quyết định mở rộng quy mô Trường và thống nhất một đầu mối đào tạo nguồn nhân lực pháp luật ở Việt Nam bằng cách sáp nhập Trường Trung học chuyên nghiệp Pháp lý I và Trường Cán bộ Tòa án Hà Nội vào Trường Đại học Pháp lý Hà Nội. Đáp ứng yêu cầu phát triển công tác đào tạo cán bộ pháp luật trong tiến trình đổi mới và hội nhập quốc tế, ngày 06/7/1993, Bộ Tư pháp đã quyết định đổi tên Trường thành Trường Đại học Luật Hà Nội.

Số lượng sinh viên (SV) của Trường không ngừng tăng lên, hiện nay có trên 8.800 SV hệ đào tạo chính quy đang theo học tại Trường ở các ngành học khác nhau. Công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong Trường được Ban giám hiệu đặc biệt quan tâm. Quán triệt tầm quan trọng của công tác GDTC cho SV Nhà trường đã thực hiện đầy đủ những quy định của Bộ giáo dục &

Đào tạo về nội dung chương trình GDTC. Tuy vậy, thực tế giảng dạy cho thấy, chất lượng GDTC trong những năm qua còn có những hạn chế nhất định, đặc biệt thể lực chung của SV còn hạn chế. Chính vì vậy, việc đánh giá thực trạng mức độ phát triển thể lực chung của nam SV Trường Đại học Luật Hà Nội là vấn đề mang tính cấp thiết, đồng thời là căn cứ cho việc lựa chọn, đề xuất các giải pháp nâng cao chất lượng công tác GDTC cho SV.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Việc xác định kích thước mẫu được áp dụng theo công thức trong trường hợp biết quy mô tổng thể:

$$n = \frac{N}{1 + N \times e^2}$$

Theo đó, chúng tôi tiến hành khảo sát thực trạng thể lực chung trên tập hợp mẫu đại diện gồm 400 nam SV từ năm học thứ nhất đến năm học thứ tư hệ đào tạo chính quy bằng phương pháp theo dõi ngang (khóa 44, 45, 46 và 47), được lựa chọn ngẫu nhiên, mỗi khóa 100 nam SV. Quá trình nghiên cứu sử dụng 06 test đánh giá,

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học Luật Hà Nội; Email: nguyenhaitung.hlu@gmail.com

xếp loại thể lực theo QĐ số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Thời điểm kiểm tra thể lực diễn ra vào tháng 5 năm 2022.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Để đánh giá thực trạng thể lực chung của

nam SV Trường Đại học Luật Hà Nội, đề tài tiến hành khảo sát thực trạng thể lực chung theo 06 test trên tập hợp mẫu đại diện gồm 400 nam SV đã được xác định. Kết quả khảo sát được trình bày ở bảng 1 và 2.

Qua bảng 1 và 2 cho thấy, thành tích tất cả các test ở năm thứ hai đều tốt hơn hẳn năm thứ nhất

Bảng 1. Thực trạng thể lực chung của nam sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội qua các năm học

TT	Các test	Năm thứ nhất (n=100) ($\bar{x} \pm \delta$)	Năm thứ hai (n=100) ($\bar{x} \pm \delta$)	Năm thứ ba (n=100) ($\bar{x} \pm \delta$)	Năm thứ tư (n=100) ($\bar{x} \pm \delta$)
1	Lực bóp tay thuận (kG)	42.67±6.09	46.33±7.05	46.98±4.29	46.52±4.06
2	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	16.30±1.21	20.20±1.75	20.50±1.73	19.83±1.18
3	Bật xa tại chỗ (cm)	220.3±21.1	229.7±22.5	226.5±21.8	224.5±20.12
4	Chạy 30m XPC (s)	5.04±0.39	4.84±0.45	4.91±0.39	4.94±0.36
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12.05±0.83	11.67±0.94	11.01±0.75	11.26±0.69
6	Chạy 5 phút (m)	896.4±76.3	976.5±80.9	986.7±53.7	983.7±44.3

Bảng 2. Kết quả so sánh giá trị trung bình và nhịp tăng trưởng thể lực chung của nam sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội qua các năm học

TT	Các test	Năm thứ nhất và thứ hai		Năm thứ hai và thứ ba		Năm thứ ba và thứ tư		Năm thứ nhất và thứ tư	
		t ₁₋₂	W ₁₋₂	t ₂₋₃	W ₂₋₃	t ₃₋₄	W ₃₋₄	t ₁₋₄	W ₁₋₄
1	Lực bóp tay thuận (kG)	3.93*	8.22	0.79	1.39	0.78	-0.98	5.26*	8.63
2	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (sl)	18.33*	21.37	1.22	1.47	3.20*	-3.32	20.89*	19.54
3	Bật xa tại chỗ (cm)	3.05*	4.18	1.02	-1.4	0.67	-0.89	1.44	1.88
4	Chạy 30m XPC (s)	3.36*	4.05	1.18	-1.44	0.57	-0.61	1.88	2
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	3.03*	3.2	5.49*	5.82	2.45*	-2.25	7.32*	6.77
6	Chạy 5 phút (m)	7.2	8.55	1.05	1.04	0.43	-0.3	9.89*	9.28

Ghi chú: * $p < 0,05$

với $p < 0.05$, nhịp tăng trưởng các tổ chất thể lực đạt từ 3.2% đến 21.37%. Qua đó khẳng định thể lực chung của nam SV năm thứ hai tốt hơn hẳn năm thứ nhất. Tuy nhiên đến năm thứ ba và thứ tư, thể lực chung của các nam SV lại có chiều hướng giảm sút so với năm liền kề, song sự khác biệt hầu hết không có ý nghĩa thống kê với $p > 0.05$ ngoại trừ tổ chất khéo léo và năng lực phối hợp vận động có sự tăng trưởng với $p < 0,05$. Trong đó, năm thứ ba có 2/6 test (Bật xa tại

chỗ và Chạy 30m XPC) có thành tích giảm đi so với năm thứ hai; Năm thứ tư, cả 6 test có thành tích thấp hơn so với năm thứ 3, trong đó chỉ có 02 test (Nằm ngửa gập bụng 30 giây và Chạy con thoi 4 x 10m (s)) có sự khác biệt với $p < 0,05$. Khi so sánh kết quả các test thể lực ở năm học nhất và thứ tư cho thấy, chỉ có 4/6 test thể lực (Lực bóp tay thuận, Nằm ngửa gập bụng 30 giây, Chạy con thoi 4 x 10m, Chạy 5 phút) thể hiện sự gia tăng có ý nghĩa thống kê với $p < 0.05$. Điều này

cho thấy, cần đặc biệt chú ý đến việc rèn luyện sức nhanh và sức mạnh tốc độ chân cho SV trong quá trình GDTC.

Để làm rõ hơn thực trạng thể lực chung của nam SV Trường Đại học Luật Hà Nội, đề tài tiến

hành xếp loại thể lực chung theo tiêu chuẩn do Bộ Giáo dục & Đào tạo ban hành. Để xếp loại thể lực của SV, chúng tôi sử dụng kết quả của 4 test: Lực bóp tay thuận, Bật xa tại chỗ, Chạy 30m XPC và Chạy 5 phút. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Kết quả xếp loại trình độ thể lực của nam sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội

Xếp loại	Năm thứ nhất (n=100)		Năm thứ hai (n=100)		Năm thứ ba (n=100)		Năm thứ tư (n=100)	
	m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%
Tốt	9	9.00	10	10.00	17	17.00	11	11.00
Đạt	54	54.00	62	62.00	52	52.00	57	57.00
Không đạt	37	37.00	28	28.00	31	31.00	32	32.00

Kết quả ở bảng 3 cũng cho thấy, tỷ lệ nam SV xếp loại thể lực mức tốt và đạt thấp nhất ở năm thứ nhất, tăng cao nhất ở năm thứ hai và có xu hướng giảm dần ở năm thứ ba và thứ tư. Đồng thời, tỷ lệ nam SV có thể lực không đạt cao nhất ở năm thứ nhất, thấp nhất ở năm thứ hai và tăng nhẹ ở năm thứ ba và thứ tư, với các tỷ lệ tương ứng là: 37%; 28%; 31%; 32%.

Nhìn chung, thể lực của nam SV Trường Đại học Luật Hà Nội ở năm học thứ hai tốt hơn năm thứ nhất và có chiều hướng giảm sút vào học năm thứ 3 và thứ tư. Điều này thể hiện rõ sự tác động tích cực của chương trình GDTC với 90 tiết học chính khóa áp dụng trong 2 của đầu đến sự phát triển thể lực của SV. Còn ở năm thứ ba và thứ tư do không có sự tác động của chương trình GDTC, cũng như việc tập luyện TDTT ngoại khóa hạn chế đã dẫn đến thể lực chung của SV có xu hướng giảm đi.

Chúng tôi cho rằng kết quả này là hoàn toàn phù hợp với thực tiễn vì hiện nay chương trình GDTC dành cho SV các trường đại học chỉ được áp dụng cho sinh viên ở năm học thứ nhất và thứ hai với thời lượng từ 90 - 135 tiết. Vấn đề đặt ra là cần bổ sung hợp lý các hoạt động TDTT ngoại khóa nhằm nâng cao thể lực chung cho SV, đặc biệt ở những năm học cuối khi chương trình môn học GDTC đã kết thúc.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy, thể lực chung của nam SV Trường Đại học Luật Hà Nội còn hạn chế về sức mạnh, sức bền và khả năng phối

hợp vận động, đồng thời sự phát triển không đồng đều, không tuân thủ qui luật phát triển theo các độ tuổi, tỷ lệ nam SV không đạt yêu cầu còn ở mức cao. Kết quả cũng chỉ rõ, cần thiết phải tăng cường các hoạt động TDTT ngoại khóa cho SV để đảm bảo mục tiêu giáo dục toàn diện trong Nhà trường, đặc biệt là các năm học cuối khi đã kết thúc môn học GDTC theo chương trình chính khóa.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo, *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008, quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*
2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Hải Tùng (2014), “Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Luật Hà Nội”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(Bài nộp ngày 1/3/2023, phản biện ngày 15/3/2023, duyệt in ngày 20/4/2023)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên

Cuộc vận động toàn dân rèn luyện thân thể theo gương Bác Hồ vĩ đại góp phần tích cực nâng cao chất lượng dân số Việt Nam

6. Trương Anh Tuấn

Một số suy nghĩ về đào tạo nguồn nhân lực thể dục thể thao

11. Nhật Minh

Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh tập trung nâng cao năng lực đội ngũ giảng viên, cán bộ quản lý đáp ứng yêu cầu đổi mới căn bản toàn diện giáo dục và đào tạo giai đoạn 2019 – 2030

BÀI BÁO KHOA HỌC

13. Nguyễn Văn Phúc

Thực trạng rủi ro pháp lý trong hoạt động Thể dục thể thao ở Việt Nam

19. Bùi Việt Hà

Kinh nghiệm huy động nguồn tài chính của các câu lạc bộ Bóng đá chuyên nghiệp trên thế giới và bài học đối với Bóng đá chuyên nghiệp Việt Nam

23. Nguyễn Bá Hòa

Lựa chọn giải pháp ứng dụng thể dục thể thao thích ứng cho người khuyết tật ở thành phố Hà Nội

26. Đào Thị Phương Chi

Hiệu quả mô hình giáo dục thể chất theo nhu cầu người học tại Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

31. Trần Văn Tùng

Thực trạng công tác thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

37. Bounnuang Kamphengthong

Thực trạng nhu cầu, động cơ, lý do không tích cực tham gia các hoạt động thể thao của học sinh trung học phổ thông ở Thủ đô Viêng Chăn - Lào

41. Ngô Mạnh Cường

Biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

46. Nguyễn Hải Tùng

Đánh giá thực trạng thể lực chung của nam sinh viên Trường Đại học luật Hà Nội

49. Hoàng Sỹ Trung

Thực trạng mức độ hứng thú học tập các học phần kiến thức bổ trợ trong chương trình đào tạo sinh viên ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Hồng Đức

52. Mai Thị Bích Ngọc; Nguyễn Thị Thu Hiền; Lê Đức Anh

Xác định tiêu chí đánh giá kỹ năng mềm cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

57. Phạm Thế Vượng; Nguyễn Tất Tuấn

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới chất lượng dạy học trực tuyến cho sinh viên chuyên ngành Bóng chuyền, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

63. Nguyễn Thị Hà; Đào Thị Hoa Quỳnh

Thực trạng động cơ học tập Thể dục thể thao của sinh viên Đại học Thái Nguyên

66. Nguyễn Thị Thảo Mai, Nguyễn Đình Chung

Thực trạng huấn luyện sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Cầu lông lứa tuổi 14-15 tỉnh Bắc Giang

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

70. Trần Đức Thọ

Thể thao người khuyết tật Việt Nam tích cực chuẩn bị tham dự Asean Para Games 12 và Asian Para Games 4

72. Vũ Trọng Lợi

Tiếp tục phát triển Yoga Việt Nam

77. Phạm Tuấn Dũng; Phạm Việt Hà

Bài tập nâng cao thể lực với tạ tay

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

The movement of the whole people to exercise their bodies following the example of the great Uncle Ho contributed positively to improving the quality of Vietnam's population

6. Truong Anh Tuan

Some thoughts on human resource training in sport

11. Nhat Minh

Bac Ninh Sports University focuses on improving the capacity of lecturers and managers to meet the requirements of fundamental and comprehensive renovation of education and training in the period of 2019 - 2030

ARTICLES

13. Nguyen Van Phuc

Current status of legal risks in sport activities in Vietnam

19. Bui Viet Ha

Experience in mobilizing financial resources of professional football clubs in the world and lessons for Vietnamese professional football

23. Nguyen Ba Hoa

Selection of adaptive sports application solutions for people with disabilities in Hanoi City

26. Dao Thi Phuong Chi

Effectiveness of the model of physical education according to the needs of learners at Hanoi Capital University

31. Tran Van Tung

Actual situation of extracurricular sports activities of students at Hanoi Capital University

37. Bounnuang Kamphengthong

Current status of needs, motivations and reasons for participating in sports practice of high school students in Vientiane Capital - Laos

41. Ngo Manh Cuong

Measures to improve the effectiveness of teaching and learning Physical Education for students University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

46. Nguyen Hai Tung

Assessment of the general physical condition of male students at Hanoi Law University

49. Hoang Sy Trung

Current status of interest in learning complementary knowledge modules in the training program of students majoring in Physical Education, Hong Duc University

52. Mai Thi Bich Ngoc; Nguyen Thi Thu Hien; Le Duc Anh

Determination of soft skills assessment criteria for students of Bac Ninh University of Physical Education and Sports

57. Pham The Vuong; Nguyen Tat Tuan

Actual situation of factors affecting the quality of online teaching for students majoring in Volleyball, Bac Ninh Sports University

63. Nguyen Thi Ha; Dao Thi Hoa Quynh

Current status of students' motivation to study physical education at Thai Nguyen University

66. Nguyen Thi Thao Mai, Nguyen Dinh Chung

Current status of speed strength training for male Badminton players aged 14-15 in Bac Giang province

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

70. Tran Duc Tho

Sports for people with disabilities in Vietnam actively prepares to participate in Asean Para Games 12 and Asian Para Games 4

72. Vu Trong Loi

Continue to develop Vietnamese Yoga

77. Pham Tuan Dung; Pham Viet Ha

Strength training with dumbbells

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 -2023
(75)

