

DIỄN BIẾN THỂ LỰC CỦA NỮ SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG THÁI NGUYÊN SAU 2 NĂM HỌC TẬP

Chu Xuân Tiên*
Trần Xuân Giang*

Tóm tắt:

Sử dụng phương pháp theo dõi dọc để đánh giá diễn biến thể lực của nữ sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông Thái Nguyên sau 2 năm học tập. Kết quả cho thấy, thể lực của nữ sinh tuy có tăng qua các học kỳ nhưng sự khác biệt chưa có ý nghĩa thống kê. Tỷ lệ sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo còn cao (từ 15.1 tới 27.8%).

Từ khóa: Thể lực, nữ sinh viên, Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông Thái Nguyên.

Physicality progress of female students at Thai Nguyen University of Information Technology and Communications after 2 years of study

Summary:

The topic has used the vertical monitoring method to assess the physicality progress of female students at Thai Nguyen University of Information Technology and Communications after 2 years of study. Although the physical strength of female students has increased in each semester, the difference is not statistically significant. The percentage of students, who do not meet the physicality standards according to the Ministry of Education and Training framework, is still high (from 15.1 to 27.8%).

Keywords: Physical strength, female students, Thai Nguyen University of Information Technology and Communications.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông Thái Nguyên (CNTT&TT Thái Nguyên) với đặc thù ngành nghề công nghệ thông tin, do đó mức độ phát triển và yêu cầu về thể chất với sinh viên có tính đặc thù. Trong những năm qua, với sự quan tâm của Ban giám hiệu, phong trào TDTT của Trường đã có những bước phát triển khá mạnh. Tuy vậy công tác GDTC còn nhiều tồn tại và hạn chế, đặc biệt là việc đánh giá mức độ phát triển thể lực của sinh viên căn cứ theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của Bộ Giáo dục - Đào tạo (Bộ GD&ĐT) ban hành chưa được thực hiện triệt để. Việc theo dõi hiệu quả của công tác GDTC, cũng như sự phát

triển thể lực của sinh viên dưới tác động của quá trình tập luyện TDTT là một vấn đề hết sức quan trọng, tuy nhiên, việc làm này lại chưa được chú trọng tại Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên. Chính vì vậy, theo dõi diễn biến thể lực của sinh viên là vấn đề cấp thiết và có ý nghĩa thực tiễn cao, là cơ sở để đánh giá hiệu quả quá trình tập luyện và là căn cứ để đề xuất các giải pháp đổi mới.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, Phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

*ThS, Trường Đại học Công nghệ thông tin và truyền thông Thái Nguyên

Nghiên cứu được tiến hành trên 450 nữ sinh viên, Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên. Qua các năm học 2015-2016 và 2016-2017. Kiểm tra tại thời điểm kết thúc học kỳ I, II, III và IV.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Sử dụng 06 test đánh giá thể lực của sinh viên theo quy định tại Quyết định số

53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ GD&ĐT để kiểm tra và theo dõi diễn biến trình độ thể lực của nữ sinh viên Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên, đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả kiểm tra qua các học kỳ cũng như nhịp tăng trưởng các chỉ tiêu. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Diễn biến kết quả kiểm tra trình độ thể lực của nữ sinh viên Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên (n=450)

TT	Các test	Năm thứ nhất				Năm thứ hai				So sánh				Nhịp tăng trưởng (%)			
		Học kỳ I (1)		Học kỳ II (2)		Học kỳ III (3)		Học kỳ IV (4)									
		\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	\bar{x}	$\pm\delta$	t _{1,2}	t _{2,3}	t _{3,4}	t _{1,4}	W _{1,2}	W _{2,3}	W _{3,4}	W _{1,4}
1	Bật xa tại chỗ (cm)	154.12	5.45	156.12	6.41	158.62	5.04	163.42	4.12	0.763	0.605	1.246	2.684*	1.28	1.58	2.98	8.55
2	Lực bóp tay thuận (KG)	27.9	0.16	28.5	0.18	29.7	0.19	30.5	0.21	0.523	0.947	0.86	2.530*	2.1	2.83	2.65	8.9
3	Chạy 30m XPC (giây)	6.78	0.05	6.7	0.74	6.5	0.06	6.26	0.05	0.493	0.715	0.831	1.984*	1.18	3.03	3.761	7.97
4	Chạy con thoi 4 x 10m (giây)	13	0.09	12.95	0.12	12.83	0.11	12.79	0.09	0.572	0.605	0.87	2.092*	0.38	0.93	0.31	1.62
5	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	17.4	0.78	18	1.12	18.5	0.96	18.9	1.02	0.85	0.642	1.052	1.971*	3.38	2.73	2.13	8.1
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	882	21	890	19	895	20	927	18	1,573	1,685	1,975	3,764*	0.9	0.56	3.5	4.97

Ghi chú: * tương đương P<0.05

Qua bảng 1 cho thấy: Thành tích thu được ở các test kiểm tra thể lực của đối tượng nghiên cứu đều có sự gia tăng theo các học kỳ. Tuy nhiên, đa số kết quả của học kỳ sau so với học kỳ trước thì sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê (P > 0.05), ngoại trừ thành tích ở test chạy tùy sức 5 phút ở học kỳ IV cao hơn thành tích ở học kỳ III (P < 0.05). Khi so sánh thành tích thu được của các test ở học kỳ IV với học kỳ I thì kết quả cho thấy, thành tích ở học kỳ IV của đối tượng nghiên cứu cao hơn hẳn học kỳ I (P < 0.05).

Kết quả so sánh nhịp tăng trưởng thành tích của các test thể lực đều gia tăng sau các học kỳ ở các mức độ khác. Cụ thể, mức độ tăng trưởng cao nhất thuộc về nhóm test đánh giá sức mạnh là Lực bóp tay thuận (kG), Bật xa tại chỗ (cm), Nằm

ngửa gập bụng (lần/30s), sau đó tới test đánh giá sức nhanh (chạy 30m XPC) và mức tăng trưởng chậm nhất thuộc về test đánh giá sức bền (Chạy tùy sức 5 phút (m)) và khả năng phối hợp vận động (Chạy con thoi 4 x 10m (giây)).

Tiếp theo, chúng tôi tiến hành phân loại trình độ thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn xếp loại thể lực theo Quyết định Số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ GD&ĐT. Các test được sử dụng trong quá trình phân loại thể lực cho sinh viên gồm: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30 m XPC (s), Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây) và Chạy tùy sức 5 phút (m). Kết quả phân loại thể lực của sinh viên theo từng học kỳ được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy:

Bảng 2. Diễn biến kết quả xếp loại thể lực của nữ sinh viên Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên (n=450)

Học kỳ	Kết quả phân loại chung					
	Tốt		Đạt		Không đạt	
	m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %	m_i	Tỷ lệ %
I	41	9.10	284	63.10	125	27.80
II	49	10.90	296	65.80	105	23.30
III	55	12.20	306	68.00	89	19.80
IV	60	13.30	322	71.60	68	15.10
So sánh	$\chi^2_{\text{tính}} = 20.46; P=0.0004 < 0.05$					

Tỷ lệ thể lực ở mức Đạt và Tốt của đối tượng nghiên cứu có xu hướng tăng dần từ học kỳ I đến học kỳ IV. Tuy nhiên mức độ gia tăng không đồng nhất ở các học kỳ và tỷ lệ này thực chất còn thấp, tỷ lệ loại tốt chỉ từ 9,1 đến 13,3%.

Tỷ lệ thể lực ở mức Đạt và Tốt của đối tượng nghiên cứu có xu hướng tăng dần từ học kỳ I đến học kỳ IV. Tuy nhiên mức độ gia tăng không đồng nhất ở các học kỳ và tỷ lệ này thực chất còn thấp, chiếm tỷ lệ từ 9,1 đến 13,3%

Khi so sánh tỷ lệ xếp loại thể lực của nữ sinh viên sau 02 năm học tập cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$), có nghĩa là tỷ lệ xếp loại thể lực của sinh viên có tốt lên theo từng kỳ học. Tuy nhiên, khi kết thúc chương trình GDTC, tỷ lệ sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn thể lực vẫn còn tới 15.10%. Đây là con số không nhỏ. Chính vì vậy, cần nghiên cứu đánh giá thực trạng công tác GDTC cho sinh viên Trường Đại học CNTT&TT Thái Nguyên, từ đó có những giải pháp tác động phù hợp để nâng cao trình độ thể lực cho sinh viên Nhà trường.

KẾT LUẬN

1. Thành tích thu được ở các test kiểm tra thể lực của đối tượng nghiên cứu đều có sự gia tăng theo các học kỳ, sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê ($P > 0.05$). Nhịp tăng trưởng thể lực đều gia tăng sau các học kỳ ở các mức độ khác nhau, tăng trưởng cao nhất thuộc về sức mạnh và mức tăng trưởng chậm nhất thuộc về test đánh giá sức bền và khả năng phối hợp vận động.

2. Tỷ lệ sinh viên có trình độ thể lực ở mức Đạt và Tốt có xu hướng tăng dần từ học kỳ I đến

học kỳ IV, trong khi mức độ không đạt tiêu chuẩn thể lực giảm dần theo từng học kỳ. Sự khác biệt về thể lực giữa các học kỳ có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$). Tuy vậy, khi kết thúc học chương trình GDTC, tỷ lệ nữ sinh viên chưa đạt tiêu chuẩn thể lực vẫn còn tới 15.10%.

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. 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.
3. Đỗ Đình Quang (2013), “Nghiên cứu một số giải pháp phát triển thể chất nhằm nâng cao kết quả học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao trong chương trình đào tạo sinh viên Khoa TDTT Trường Đại học Hải Phòng”, *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 13/3/2020, Phản biện ngày 20/3/2020, duyệt in ngày 24/4/2020
 Chịu trách nhiệm chính: Trần Xuân Giang
 Email: trangiangcntt@gmail.com)