

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY BẮC

Hồ Như Tùng*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 05 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất trường Đại học Tây Bắc qua từng năm học. Trên cơ sở đó, tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đánh giá thể lực cho nhóm đối tượng này.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, thể lực, nam sinh viên, ngành giáo dục thể chất, Trường Đại học Tây Bắc....

Building physical strength assessment criteria for male Physical Education major students of Tay Bac University

Summary:

By the common scientific research methods, the study has selected 5 tests of assessing the physical strength for male Physical Education major students of Tay Bac University through each school year. On such basis, we have built criteria of classification and transcript of assessing the physical strength for the students.

Keywords: Criteria, physical strength, male students, Physical Education major, Tay Bac University

ĐẶT VẤN ĐỀ

Đối với Trường Đại học Tây Bắc sinh viên chuyên ngành GDTC khi vào trường có thi tuyển về năng khiếu nhưng phần lớn các em là học sinh phổ thông, dân tộc thiểu số, vùng sâu vùng xa (tỉ lệ nam chiếm khoảng 85 - 95%), ít được tham gia tập luyện và thi đấu TDTT có hệ thống. Vì vậy, việc theo dõi và kiểm tra đánh giá các tố chất thể lực của sinh viên là một nhiệm vụ cần thiết làm cơ sở cho quá trình đào tạo.

Qua thực tiễn công tác, giảng dạy tại khoa TDTT Trường Đại học Tây Bắc cho thấy việc kiểm tra đánh giá hiệu quả công tác GDTC chưa được tiến hành thường xuyên và mới chỉ dừng lại ở việc áp dụng theo “Quy định kiểm tra đánh giá thể lực học sinh, sinh viên” ban hành theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008. Nhưng nội dung và yêu cầu của quy định này chưa thể hiện yêu cầu đòi hỏi về phát triển thể lực của sinh viên chuyên ngành GDTC. Vì vậy việc nghiên cứu lựa chọn các chỉ tiêu và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho sinh viên đặc biệt là sinh viên nam chuyên ngành GDTC là rất quan trọng và cần thiết. Với ý nghĩa và tầm quan trọng của vấn đề trên,

chúng tôi tiến hành lựa chọn nghiên cứu: Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho nam sinh viên Chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp:

- Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu tham khảo;
- Phương pháp phỏng vấn;
- Phương pháp quan sát sư phạm;
- Phương pháp kiểm tra sư phạm;
- Phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành trên 21 nam sinh viên (trong đó có 07 sinh viên khóa Đại học 55 - năm thứ nhất; 07 sinh viên khóa Đại học 54 - năm thứ hai; 07 sinh viên khóa Đại học 53 - năm thứ ba), chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá thể lực cho nam sinh viên Chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc qua từng năm học

Tiến hành lựa chọn test đánh giá thể lực của nam sinh viên chuyên ngành GDTC Trường Đại

*ThS, Trường Đại học Tây Bắc, Email: nhutungbrsl@gmail.com

học Tây Bắc thông qua các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu và quan sát sự phạm
- Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các cán bộ quả lý, chuyên gia, giáo viên tại trường Đại học Tây Bắc
- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi
- Lựa chọn qua xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test

Kết quả lựa chọn được 05 test đánh giá thể lực cho nhóm đối tượng này gồm:

1. Chạy 100m XPT (s): Đánh giá tốc độ
2. Nằm sấp chống đẩy (L): Đánh giá sức mạnh chi trên

3. Bật xa tại chỗ (cm): Đánh giá sức mạnh chi dưới

4. Chạy luân cộc 30m (s): Đánh giá năng lực khéo léo

5. Chạy 1500m (phút): Đánh giá sức bền

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc

2.1. Kết quả kiểm tra thể lực của nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc thông qua hệ thống test lựa chọn

Thông qua xác định các chỉ số $\bar{x}$, δ , C_v ở cả 05 chỉ tiêu nghiên cứu, chúng tôi có được kết quả thể lực của nam SV chuyên ngành GDTC ở từng khóa học. Kết quả được trình bày tại bảng 1

Bảng 1. Kết quả kiểm tra thể lực của nam sinh viên Chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc (n=21)

T T	Nội dung	K55 (n=7)			K54 (n=7)			K53 (n=7)		
		$\bar{x}$	δ	C_v (%)	$\bar{x}$	δ	C_v (%)	$\bar{x}$	δ	C_v (%)
1	Chạy 100m XPT(s)	12.65	0.50	3.95	12.82	0.47	3.67	12.80	0.49	3.83
2	Nằm sấp chống đẩy(l)	45.00	1.40	3.10	48.00	1.47	3.06	50.00	2.00	4.00
3	Bật xa tại chỗ (cm)	254.50	9.00	3.54	259.30	10.40	4.01	264.00	10.00	3.79
4	Chạy luân cộc 30m (s)	5.20	0.32	6.15	5.08	0.31	6.10	4.99	0.29	5.81
5	Chạy 1500m (phút)	5.25	0.25	4.76	5.35	0.31	5.79	5.35	0.29	5.42

Qua bảng 1 cho thấy: Số liệu của các chỉ tiêu ở cả 3 khóa sinh viên đều có $C_v < 10\%$, các số liệu tập trung, như vậy các số liệu trên hoàn toàn có thể đại diện cho thể lực của nam SV chuyên ngành GDTC các khóa K53, K54, K55.

2.2. So sánh kết quả lập test đánh giá thể lực cho nam sinh viên Chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc

Để có cơ sở xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành GDTC Trường Đại học Tây Bắc, trước tiên chúng tôi

tiến hành so sánh kết quả kiểm tra các test lựa chọn giữa nhóm đối tượng nam sinh viên khóa ĐH 55 - năm thứ nhất; khóa ĐH 54 - năm thứ hai khóa ĐH 53 - năm thứ ba, nếu kết quả kiểm tra giữa các nhóm có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê thì xây dựng tiêu chuẩn riêng cho mỗi năm học, còn nếu kết quả kiểm tra không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê thì xây dựng tiêu chuẩn chung cho các năm học. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Sự khác biệt về trình độ thể lực giữa các năm học của nam SV Chuyên ngành GDTC Trường ĐH Tây Bắc (n=21)

TT	Nội dung	Năm thứ I Năm thứ II		Năm thứ II Năm thứ III		Năm thứ I Năm thứ III	
		t	P	t	P	t	P
1	Chạy 100m XPT(s)	2.02	<0.05	1.93	>0.05	2.05	<0.05
2	Nằm sấp chống đẩy(l)	2.44	<0.05	2.35	<0.05	2.08	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	2.03	<0.05	2.23	<0.05	2.44	<0.05
4	Chạy luân cộc 30m (s)	2.80	<0.05	2.12	<0.05	2.56	<0.05
5	Chạy 1500m (phút)	2.83	<0.05	1.90	>0.05	2.70	<0.05

Qua bảng 2 cho thấy: Kết quả so sánh thành tích lập test của cả 05 test cho thấy: Ở các test Chạy 100m XPT, Chạy 1500m, Nằm sấp chống đẩy(L), Bật xa tại chỗ (cm) và Chạy luân cọc 30m (s): Đã có sự khác biệt về thành tích giữa Năm thứ I - Năm thứ II, Năm thứ II – Năm thứ III, Năm thứ I - Năm thứ II thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$; Còn lại các Test: Chạy 100m XPT, Chạy 1500m, không có sự khác biệt về thành tích ở năm học Năm thứ II - Năm thứ III thể hiện ở $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác

suất $P > 0.05$ thì sẽ xây dựng tiêu chuẩn chung cho đối tượng này

2.3. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc

Tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc theo quy tắc 2δ. Kết quả trình bày ở bảng 3 và bảng 4.

Bảng 3. Bảng phân loại các chỉ tiêu đánh giá thể lực cho nam SV chuyên ngành GDTC Trường Đại học Tây Bắc

Khóa	Phân loại Nội dung	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
K55	Chạy 100m XPT (s)	< 11.90	11.90 – 12.39	12.40 – 13.40	13.41 – 13.90	> 13.90
	Nằm sấp chống đẩy (l)	> 47	46 – 47	44 – 45	42 – 43	< 42
	Bật xa tại chỗ (cm)	> 272	263 – 271	245 – 262	236 - 244	< 236
	Chạy luân cọc 30m (s)	< 4.55	4.56 – 4.90	4.91 – 5.50	5.51 – 5.85	> 5.85
	Chạy 1500m (phút)	< 4.90	4.90 – 5.10	5.11 – 5.60	5.61 – 5.90	> 5.90
K54	Chạy 100m XPT (s)	< 11.90	11.90 – 12.34	12.35 – 13.29	13.30 – 13.75	> 13.75
	Nằm sấp chống đẩy (l)	> 50	49 – 50	47 – 48	45 – 46	< 45
	Bật xa tại chỗ (cm)	> 280	270 – 279	249 – 269	238 – 248	< 238
	Chạy luân cọc 30m (s)	< 4.45	4.45 – 4.75	4.76 – 5.39	5.40 – 5.70	> 5.70
	Chạy 1500m (phút)	< 4.60	4.60 – 4.90	4.91 – 5.50	5.51 – 5.80	> 5.80
K53	Chạy 100m XPT (s)	< 11.60	11.60 – 11.99	12.00 – 12.99	13.00 – 13.50	> 13.50
	Nằm sấp chống đẩy (l)	> 54	53 – 54	48 – 52	46 – 47	< 46
	Bật xa tại chỗ (cm)	> 284	275 – 284	254 – 274	244 – 253	< 244
	Chạy luân cọc 30m (s)	< 4.41	4.41 – 4.69	4.70 – 5.28	5.29 – 5.57	> 5.57
	Chạy 1500m (phút)	< 4.60	4.60 – 4.90	4.91 – 5.50	5.51 – 5.80	> 5.80

2.4. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp trong đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc

Kết quả nghiên cứu cho thấy có 05 test đánh giá trình độ thể lực cho nam SV chuyên ngành GDTC ở cả 3 khóa. Giá trị các test là như nhau và tổng điểm đạt được của 05 test này là 50 điểm, quy ước cụ thể như sau :

- Điểm 9 – 10: Điểm tốt
- Điểm 7 – 8: Điểm khá
- Điểm 5 – 6: Điểm trung bình
- Điểm 3 – 4: Điểm yếu
- Điểm 0 – 2: Điểm kém

Kết quả xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Tiêu chuẩn xếp loại tổng hợp trong kiểm tra đánh giá trình độ thể lực cho nam SV chuyên ngành GDTC Trường Đại học Tây Bắc

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 37.5
Khá	32.5 – 37.4
Trung bình	25 – 32.4
Yếu	15 – 24
Kém	≤ 14

Bảng 4. Bảng điểm chi tiết đánh giá thể lực cho nam SV chuyên ngành GDTC Trường ĐH Tây Bắc

Khoá	Chỉ tiêu	Điểm										
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
55	Chạy 100m XPT (s)	14.15	13.9	13.65	13.4	13.15	12.9	12.65	12.4	12.15	11.9	11.65
	Nằm sấp chống đẩy (l)	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
	Bật xa tại chỗ (cm)	232	236	241	245	250	254	259	263	268	272	277
	Chạy luân cộc 30m (s)	7	6.85	6.7	6.5	6.35	6.2	6.05	5.9	5.7	5.55	5.4
	Chạy 1500m (phút)	6	5.9	5.75	5.6	5.5	5.4	5.25	5.1	5	4.9	4.75
54	Chạy 100m XPT (s)	14	13.75	13.5	13.3	13	12.8	12.6	12.35	12.1	11.9	11.65
	Nằm sấp chống đẩy (l)	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
	Bật xa tại chỗ (cm)	233	238	243	248	254	259	264	269	274	280	285
	Chạy luân cộc 30m (s)	5.85	5.7	5.55	5.4	5.25	5.1	4.9	4.75	4.6	4.45	4.3
	Chạy 1500m (phút)	5.9	5.8	5.65	5.5	5.35	5.2	5.05	4.9	4.75	4.6	4.45
53	Chạy 100m XPT (s)	14	13.75	13.5	13.3	13	12.8	12.6	12.35	12.1	11.9	11.65
	Nằm sấp chống đẩy (l)	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55
	Bật xa tại chỗ (cm)	239	244	249	254	259	264	269	274	279	284	289
	Chạy luân cộc 30m (s)	5.7	5.55	5.4	5.25	5.1	5	4.85	4.7	4.55	4.4	4.25
	Chạy 1500m (phút)	5.9	5.8	5.65	5.5	5.35	5.2	5.05	4.9	4.75	4.6	4.45

Điểm tổng hợp sẽ là kết quả đánh giá trình độ phát triển thể lực toàn diện của mỗi sinh viên. Xét về mối liên hệ giữa tiêu chuẩn với điểm đánh giá thì thực chất bảng điểm đánh giá trình độ thể lực đã chi tiết hóa tiêu chuẩn đánh giá, khi cho điểm giáo viên phải căn cứ vào kết quả cụ thể của từng chỉ tiêu đối chiếu cho điểm.

Trong thực tế ứng dụng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp này, không nhất thiết mỗi sinh viên đều phải đạt được số điểm tối đa mới có thể đạt loại tốt hoặc khá, mà có thể lấy điểm của test này bù trừ cho test khác để đạt được tổng điểm đã quy định ở bảng 3 là đã có thể xếp loại thể lực được

- Bước 1: Xác định năm học tập tại trường của đối tượng kiểm tra.

- Bước 2: Tổ chức tiến hành kiểm tra 05 test để lấy số liệu. Từ thành tích của các test quy ra điểm cho từng test qua bảng điểm tổng hợp

- Bước 3: Xác định điểm đạt được qua 05 test của đối tượng sau đó đối chiếu với bảng phân loại trình độ thể lực để xếp loại trình độ thể lực của sinh viên.

KẾT LUẬN

- Lựa chọn được 05 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất Trường Đại học Tây Bắc.

- Xây dựng được bảng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực cho nam SV chuyên ngành GDTC Trường ĐH Tây Bắc.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic I. V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, (dịch: Phạm Ngọc Trâm), Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT, Thành phố HCM.
3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Ivanốp. V.X (1996), *Những cơ sở của toán học thông kê*, (dịch: Trần Đức Dũng), Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 20/6/2017, Phản biện ngày 23/6/2017, duyệt in ngày 25/6/2017)