

THỰC TRẠNG VÀ CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG PHONG TRÀO TẬP LUYỆN THỂ DỤC THỂ THAO CỦA PHỤ NỮ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Phạm Thị Lê Hằng*

Tóm tắt:

Vấn đề TDTT đối với phụ nữ có một ý nghĩa xã hội rộng lớn và được Đảng và Nhà nước ta rất quan tâm. Nhằm đánh giá khách quan thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ tại Thành phố Hồ Chí Minh để tìm kiếm các giải pháp phát triển phong trào ngày một rộng rãi, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn với 1020 phụ nữ đang tham gia tập luyện các môn TDTT quần chúng tại các nhóm, lớp, CLB TDTT ở một số quận, huyện tại Thành phố Hồ Chí Minh.

Từ khóa: Thực trạng, yếu tố ảnh hưởng, phụ nữ, tập luyện TDTT.

Reality and factors affecting sports movement by women in Ho Chi Minh City

Summary:

The issue of sport to women has a great social meaning and been paid much attention by the Party and State. To assess objectively the current situation and factors affecting the sports movement by women in Ho Chi Minh City to find out solutions to develop the movement, we have conducted interviews with 1,020 women who are playing mass sports in sports groups, classes and clubs of several districts in Ho Chi Minh City.

Keywords: Reality, factors, women, do sports

ĐẶT VẤN ĐỀ

Với quan điểm: Con người là vốn quý nhất của xã hội, sức khỏe là vốn quý của con người và TDTT được xem là một biện pháp hữu hiệu để bảo vệ và tăng cường sức khỏe của con người. Vì vậy, việc bảo vệ và chăm sóc sức khỏe cho toàn dân được Đảng và Nhà nước rất quan tâm, đặc biệt là đối với phụ nữ và trẻ em. Hiện nay, phụ nữ chiếm hơn 50% dân số đã và đang là lực lượng lao động rất quan trọng và có nhiều đóng góp to lớn cho đất nước trong tất cả mọi lĩnh vực kinh tế, khoa học, kỹ thuật ... Ngoài công việc lao động xã hội, hơn 80% phụ nữ còn phải đảm đương thêm công việc gia đình. Do đó, việc tạo điều kiện tập luyện TDTT nhằm giữ gìn, nâng cao sức khỏe cho phụ nữ là điều rất cần thiết và cấp bách.

Chính vì vậy nghiên cứu “Thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ Thành phố Hồ Chí Minh”, góp phần lựa chọn các biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả phát triển phong trào tập luyện TDTT cho phụ

nữ tại Thành phố Hồ Chí Minh (Tp. HCM) nói riêng và phụ nữ Việt Nam nói chung.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng trong quá trình nghiên cứu là: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn gián tiếp và phương pháp toán thống kê -SPSS.

Khách thể nghiên cứu gồm 1.020 phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT thường xuyên tại các nhóm, lớp, CLB TDTT, công viên, nhà văn hóa ... thuộc các quận, huyện tại Thành phố Hồ Chí Minh.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT quần chúng của phụ nữ Tp. HCM thông qua phỏng vấn 1020 phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT thường xuyên tại các nhóm, lớp, CLB TDTT, công viên, nhà văn hóa... thuộc các quận, huyện tại Tp. HCM. Kết quả thu về 850 phiếu hợp lệ. Phiếu hợp lệ được xử lý bằng thủ tục Crosstables (bảng chéo) với sự hỗ trợ của

*TS, Trường Đại học sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh, Email: phamlehang66@yahoo.com

phần mềm thống kê SPSS chúng tôi đã nhận được những thông tin về thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ Tp. HCM như sau:

1. Thực trạng phong trào tập luyện TDTT quần chúng của phụ nữ TP.HCM

Bằng phương pháp phỏng vấn, đề tài đã lựa chọn được 5 tiêu chí đánh giá thực trạng phong trào tập luyện TDTT quần chúng của phụ nữ TP.HCM gồm:

- Cơ cấu của phong trào TDTT quần chúng phụ nữ.

- Các môn thể thao được tập nhiều.

- Thời gian tập.

- Chi phí cho việc tập luyện.

- Hình thức tập luyện.

1.1. Cơ cấu của phong trào TDTT quần chúng phụ nữ TP. HCM

Cơ cấu phong trào TDTT quần chúng phụ nữ TP. HCM được thể hiện thông qua bảng 1.

Bảng 1. Cơ cấu đối tượng tập luyện (n=850)

TT	Đặc điểm	Nội dung	m _i	%
1	Hoàn cảnh gia đình	Đã có gia đình	493	58.00
		Chưa có gia đình	357	42.00
2	Độ tuổi	21-35 tuổi	424	49.88
		36-55 tuổi	241	28.35
		Trên 55 tuổi	185	21.76
3	Nơi cư trú	Quận Phú Nhuận	295	34.71
		Quận 1	174	20.47
		Quận 5	88	10.35
		Quận Thủ Đức	83	9.76
		Quận 4	75	8.82
		Quận Củ Chi	73	8.59
		Quận 7	62	7.29
4	Nghề nghiệp	Ngành nghề khác	234	27.53
		Công chức nhà nước	189	22.24
		Sản xuất - Dịch vụ tư	152	17.88
		Học sinh, sinh viên	119	14.00
		CTLD-NN	94	11.06
		Hưu trí	59	6.94
		SXNN	3	0.35
5	Số con	Không con	358	42.12
		1 con	179	21.06
		2 con	206	24.24
		3 con	58	6.82
		4 con	35	4.12
		5 con	10	1.18
		6 con	4	0.47

Qua bảng 1 cho thấy: Đa số phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT thường xuyên cư trú ở các quận nội thành. Trong đó quận Phú Nhuận chiếm tỷ lệ cao nhất (34,7%), kế đến là Quận I

(20,5%), Quận 5 xếp thứ ba (10,4%), Thủ Đức (9,8%) và Quận 4 (8,8%). Các quận vùng ven và ngoại thành như Quận 7 (7,3%), Củ Chi (8,5%) có tỷ lệ người tham gia tập luyện thấp hơn nội thành.

Điều này cho thấy sự chênh lệch về các điều kiện kinh tế, xã hội, cơ sở vật chất... khác nhau giữa các quận nội thành và các quận ngoại thành, vùng ven đã có ảnh hưởng đến việc tham gia tập luyện TDTT của phụ nữ tại TP.HCM.

Thống kê cũng cho thấy số lượng phụ nữ các ngành nghề khác (NNK) chiếm tỷ lệ cao nhất (27.5%) trong việc tham gia tập luyện, kế đến là nhóm công chức nhà nước (CCNN) chiếm 22%, nhóm nhân viên sản xuất hoặc dịch vụ tư nhân (SX-DVT) chiếm 17.9%, nhóm học sinh, sinh viên (HSSV) là 14% và nhóm công ty Liên doanh hoặc nước ngoài (CTLĐ-NN) là 11,1%. Hai nhóm còn lại chiếm tỷ lệ khá thấp là nhóm hưu trí (HT) 6,9% và sản xuất nông nghiệp (SXNN) chiếm (0,4%). Có thể nói rằng việc hành nghề tự do đã giúp người phụ nữ được thuận lợi, chủ động hơn trong việc sắp xếp thời gian rảnh rỗi của mình để tham gia tập luyện TDTT thường xuyên. Những phụ nữ ở các nhóm ngành còn lại như: CCNN, SX-DVT, CTLĐ-NN... Thường có thời gian biểu làm việc ở cơ quan chặt chẽ hơn nên đã phần nào làm hạn chế việc tham gia tập luyện so với nhóm NNK.

Đa số những người tham gia tập luyện TDTT thường xuyên ở vào lứa tuổi từ 26 - 35 (49,8%), kế tiếp là lứa tuổi 36 đến 55 chiếm tỷ lệ 28,4% và nhóm lứa tuổi từ 55 trở lên là 21,8%. Điều này cho thấy nhu cầu tập luyện TDTT ở nhóm phụ nữ trẻ (21 - 35), lớn hơn nhiều so với các nhóm lứa tuổi khác.

Phân tích số liệu bảng 1 cũng cho thấy trong số những người tham gia tập luyện, số người đã có gia đình chiếm 58% và chưa có gia đình là 42%. Trong đó, số người chưa có con chiếm tỷ lệ cao nhất là 42,1%, thứ hai là nhóm đã có hai con (24,2%) và những người có một con chiếm 21,1% xếp thứ ba. Các nhóm còn lại có từ 3 - 6 con trở lên chiếm tỷ lệ khá thấp. Kết quả này cho thấy thời gian dành cho việc chăm sóc gia đình, con cái đã có ảnh hưởng khá lớn đến việc tham gia tập luyện TDTT thường xuyên của phụ nữ.

1.2. Các môn thể thao, thời gian, chi phí và hình thức tập luyện

Phân tích kết quả bảng 2 cho thấy: Trong số các môn thể thao được tổ chức tập luyện theo nhóm, lớp thì môn TDNĐ được đa số phụ nữ ưu tiên chọn lựa (32,8%), kế đến là TDTM (25,4%), môn chạy hoặc đi bộ (16%) và TDBS là 14,7%. Các môn tiếp theo có tỷ lệ thấp hơn theo thứ tự lần lượt là TDDS, CL, BL... Kết quả nghiên cứu trên cho thấy các môn thể thao có tác dụng “khỏe, đẹp” như TDNĐ, TDTM được đa số phụ nữ quan tâm chọn lựa để tập luyện thường xuyên.

Bảng 2. Môn thể thao, thời gian, chi phí và hình thức tập luyện (n=850)

TT	Đặc điểm	Nội dung	m _i	%
1	Hình thức tập luyện	Tập luyện có phí	485	57.06
		Tập luyện miễn phí	202	23.76
		Cá nhân	163	19.18
2	Thời gian tập/ tuần	3 giờ	260	30.59
		3-6 giờ	428	50.35
		6-9 giờ	126	14.82
		Trên 9 giờ	36	4.24
3	Mức chi phí/tháng (đồng)	Dưới 100 nghìn	199	23.41
		100- dưới 200 nghìn	595	70.00
		200- 300 nghìn	49	5.76
		Trên 300 nghìn	7	0.82
4	Môn thể thao đang tập luyện	Thể dục nhịp điệu	279	32.82
		Thể dục thẩm mỹ	216	25.41
		Chạy hoặc đi bộ	136	16.00
		Thể dục buổi sáng	125	14.71
		Thể dục dưỡng sinh	36	4.24
		Cầu lông	31	3.65
		Bơi lội	18	2.12
		Bóng bàn	2	0.24
		Quần vợt	1	0.12
		Các môn thể thao khác	6	0.71

Thống kê cũng cho thấy đa số phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT thường xuyên có thời gian tập luyện trong một tuần là từ 3 – 6 giờ (50.5%). Số người tập luyện 3 giờ mỗi tuần chiếm 30.4%, từ 6 – 9 giờ (14.9%) và trên 9 giờ mỗi tuần là 4,2%. Theo nhiều kết quả nghiên cứu thì việc tập luyện TDTT với thời lượng từ 3 – 6 giờ mỗi tuần là phù hợp và có lợi cho sức khỏe của những người tập luyện TDTT phong trào. Như vậy, thời gian tập luyện trong một tuần của đa số

phụ nữ TP.HCM như hiện nay là khá hợp lý.

Kết quả phân tích cho thấy hình thức tập luyện theo nhóm, có đóng lệ phí được đa số phụ nữ chọn lựa (57%). Trong đó, mức chi phí cho việc tập TDTT một tháng cho mỗi người chiếm tỷ lệ cao nhất là từ 100 ngàn đồng đến dưới 200 ngàn đồng (70%). Mức chi phí dưới 100.000đ mỗi tháng chiếm 23,4%, từ 200 – dưới 300 ngàn là 5,8% và trên 300.000đ cho mỗi tháng là 0,8%. Hình thức tập luyện theo nhóm miễn phí và theo cá nhân chiếm tỷ lệ thấp hơn.

Điều này cho thấy nhu cầu của đa số phụ nữ đang tham gia tập luyện là được có người hướng dẫn (nộp lệ phí) để việc tập luyện tiến hành đúng phương pháp, đạt được hiệu quả cao.

1.3. Hiệu quả của việc tập luyện TDTT

Qua phân tích kết quả bảng 3 cho thấy: Hầu hết phụ nữ tham gia tập luyện TDTT đều cho biết đã đạt được những hiệu quả tích cực về sức khỏe sau thời gian tập luyện. Đa số phụ nữ sau thời gian tập luyện TDTT thường xuyên cho rằng: Sức khỏe có tiến triển tốt hơn (35,4%), cơ thể gọn gàng hơn trước (23,9%) và giảm cân như mong muốn (11,6%).

Các hiệu quả còn lại như ăn ngủ tốt hơn, bệnh thuyên giảm, giảm căng thẳng, không thấy kết quả, lạc quan hơn, tự tin hơn, làm việc tốt hơn... có tỷ lệ chọn lựa thấp hơn. Có thể nói việc tập luyện TDTT thường xuyên đã mang lại kết quả tốt cho các chức năng tâm sinh lý của người tập. Với tỷ lệ 2,4% người tập cho biết không thấy kết quả trong việc tập luyện, cho thấy phương pháp tập luyện chưa hợp lý vẫn còn có ở một số ít phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT.

Bảng 3. Hiệu quả của việc tập luyện TDTT (n=850)

TT	Hiệu quả của tập luyện	m _i	%
1	Sức khỏe tốt hơn	301	35.40
2	Cơ thể gọn hơn	203	23.90
3	Giảm cân như mong muốn	99	11.60
4	Ăn ngủ tốt	80	9.40
5	Bệnh thuyên giảm	41	4.80
6	Giảm căng thẳng	38	4.50
7	Không thấy kết quả	20	2.40
8	Lạc quan hơn	20	2.40
9	Tự tin hơn	19	2.20
10	Làm việc tốt hơn	17	2.00
11	Ứng xử tốt hơn	10	1.20
12	Khác	2	0.20
Cộng		850	1.00

2. Các yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ tại TP.HCM

2.1. Khảo sát các yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ tại TP.HCM

Trên cơ sở tổng hợp và phân tích các ý kiến của 850 phiếu phỏng vấn hợp lệ thu thập được qua những kinh nghiệm của chính bản thân những phụ nữ đang tham gia tập luyện TDTT thường xuyên, chúng tôi đã bước đầu tìm thấy những yếu tố ảnh hưởng, làm hạn chế phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ tại TP.HCM hiện nay (bảng 4).

Bảng 4. Các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện TDTT (n=850)

TT	Yếu tố ảnh hưởng	m _i	%
1	Không có thời gian	496	58.30
2	Tốn kém	83	9.80
3	Chưa thấy có lợi ích	72	8.50
4	Ngại ngừng	61	7.20
5	Không có bạn cùng tập	45	5.30
6	Không thích	35	4.10
7	Không có người hướng dẫn	25	2.90
8	Xa nơi tập	21	2.50
9	Khác	8	0.90
10	Không được ủng hộ	4	0.50
Cộng		850	1.00

Kết quả phân tích cho thấy yếu tố “không có thời gian” rănhrõ để tham gia tập luyện được đông đảo phụ nữ cho là nguyên nhân chính làm hạn chế việc phụ nữ đến với TDTT thường xuyên (58,3%). Kế đến là do “tốn kém chi phí” (9,8%), “chưa thấy ích lợi” của việc tập luyện (8,5%) và cảm thấy “ngại ngừng” khi tham gia tập luyện là 7,2%.

Phụ nữ ngày nay ngoài thời gian thực hiện các hoạt động, công việc ngoài xã hội, họ còn phải đóng vai trò chủ yếu trong việc chăm sóc con cái, gia đình... nên việc “không có thời gian” để tham gia tập luyện TDTT thường xuyên cũng là điều dễ hiểu.

2.2. Môi liên hệ giữa các đặc điểm và các yếu tố ảnh hưởng phong trào tập luyện TDTT của phụ nữ TP.HCM

Các yếu tố ảnh hưởng đến sự tham gia tập luyện TDTT của phụ nữ Tp.HCM đã được trình bày ở trên. Vấn đề đặt ra là các đặc điểm của phụ

nữ như nghề nghiệp, hoàn cảnh gia đình, độ tuổi và nơi cư trú liệu có chi phối các yếu tố ảnh hưởng tập luyện của phụ nữ ? Để trả lời câu hỏi này chúng tôi đã khảo sát mối quan hệ giữa các đặc điểm này với các yếu tố ảnh hưởng tập luyện.

2.2.1. Nghề nghiệp, yếu tố ảnh hưởng tập luyện.

Qua khảo sát bảng 5 cho thấy ở tất cả các nhóm nghề nghiệp khác nhau, yếu tố “quá bận rộn, không có thời gian” đều chiếm tỷ lệ cao nhất trong số các yếu tố làm hạn chế phụ nữ tham gia tập luyện TDTT. Trong đó nhóm SX-DVT chiếm tỷ lệ cao nhất (66,7%), cùng xếp vị trí thứ hai là các nhóm CCNN, CTLD-NN, NNK với tỷ lệ (62,4%), kế tiếp là nhóm HSSV (61,2%), nhóm HT (52,5%) và SXNN là 40,3%. Thực tế cho thấy hoạt động SX-DVT hiện nay còn khá vất vả, khối lượng lao động lớn, rất bận rộn, “không có thời gian” nên đã làm hạn chế nhiều đến việc tập luyện TDTT của nhóm này cũng là điều dễ hiểu.

Đối với yếu tố ngại “tốn kém” thì được nhóm SXNN quan tâm nhất với tỷ lệ chọn lựa là (15,1%), nhóm CCNN xếp thứ hai (10,6%), nhóm CTLD-NN (9,7%) xếp thứ ba, kế tiếp là nhóm NNK (9%), SX-DVT (7,9%) và nhóm HT là (5,1%). SXNN là hoạt động lao động vất vả, song thu nhập lại rất thấp. Vì vậy, vấn đề ngại tốn kém được người nông dân quan tâm nhiều nhất là hợp lý.

Ở yếu tố “chưa thấy ích lợi” của việc tập luyện thì nhóm HSSV có tỷ lệ chọn lựa cao nhất (13,2%), kế tiếp là nhóm NNK (9,4%) và nhóm SXNN xếp thứ ba (8,4%). Các nhóm còn lại xếp theo thứ tự là nhóm HT (6,8%), nhóm CCNN (5,8%), CTLD-NN (5,4%).

Có thể hiểu điều này là do công tác thông tin tuyên truyền về lợi ích của việc tập luyện TDTT còn hạn chế, cũng như phương pháp tập luyện TDTT chưa phù hợp dẫn đến kém hiệu quả trong tập luyện cũng là một trong các yếu tố làm hạn chế việc tập luyện TDTT thường xuyên của phụ nữ, nhất là ở nhóm HSSV.

Với yếu tố “ngại ngừng” khi tham gia tập luyện, thì nhóm SXNN chiếm tỷ lệ cao trong lựa chọn (14,3%), thứ nhì là nhóm CTLD-NN (6,5%), nhóm HSSV xếp thứ ba (5,9%), nhóm CCNN (5,8%) và HT (5,1%). Nhóm SXNN đa số là những người lao động trên chính mảnh đất

Bảng 5. Nghề nghiệp và yếu tố ảnh hưởng tập luyện (n=849)

TT	Yếu tố	HT		CCNN		CTLD - NN		SX - DVT		HSSV		SXNN		NNK		Tổng số
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	
1	Không có thời gian	31	52.50	118	62.40	58	62.40	2	66.70	93	61.20	48	40.30	146	62.40	496
2	Không thích	4	6.80	10	5.30	6	6.50	0	0.00	4	2.60	5	4.20	6	2.60	35
3	Chưa thấy ích lợi	4	6.80	11	5.80	5	5.40	0	0.00	20	13.20	10	8.40	22	9.40	72
4	Tốn kém	3	5.10	20	10.60	9	9.70	0	0.00	12	7.90	18	15.10	21	9.00	83
5	Ngại ngừng	3	5.10	11	5.80	6	6.50	0	0.00	9	5.90	17	14.30	14	6.00	60
6	Không có bạn cùng tập	7	11.90	7	3.70	4	4.30	0	0.00	5	3.30	9	7.60	13	5.60	45
7	Không có người hướng dẫn	3	5.10	9	4.80	1	1.10	0	0.00	3	2.00	5	4.20	4	1.70	25
8	Xa nơi tập	3	5.10	2	1.10	3	3.20	1	33.30	3	2.00	5	4.20	4	1.70	21
9	Không được ủng hộ	0	0.00	0	0.00	0	0.00	0	0.00	2	1.30	0	0.00	2	0.90	4
10	Yếu tố khác	1	1.70	1	0.50	1	1.10	0	0.00	1	0.70	2	1.70	2	0.90	8
Cộng:		59		189		93		152		119		3		234		849
chi - square tests																
Giá trị χ^2		Bậc tự do										P				
76.265		54										0.025				

của mình, việc giao lưu tiếp xúc với xã hội bên ngoài còn hạn chế, nên khi tham gia tập luyện TDDT cùng với những người xa lạ ở các ngành nghề khác thường cảm thấy “ngại ngừng” cũng là điều hợp lý.

Kết quả nghiên cứu cũng cho thấy yếu tố ảnh hưởng việc tập luyện do “không có bạn cùng tập” chiếm tỷ lệ cao nhất ở nhóm HT (11,9%), kế tiếp là nhóm SXNN (7,6%), nhóm NNK xếp thứ 3 với 5,6%. Các nhóm còn lại có tỷ lệ thấp hơn theo thứ tự là nhóm CTLD-NN, CCNN, SX-DVT và SSNN. Điều này cho thấy nhu cầu được trao đổi, “chia sẻ” tâm tư, tình cảm với bạn bè trong tập luyện là yếu tố ảnh hưởng khá quan trọng đối với nhóm HT trong việc họ tham gia tập luyện TDDT thường xuyên.

Ngoài ra, các yếu tố như “không thích”, “không có người hướng dẫn” “xa nơi tập”, “không được ủng hộ” của người thân và yếu tố “khác” cũng góp phần làm hạn chế phụ nữ tập luyện TDDT thường xuyên tuy tỷ lệ có ít hơn.

Kết quả kiểm định mức ý nghĩa bằng kiểm định pearson chi square (test) cho thấy những tỷ lệ khác biệt về các yếu tố ảnh hưởng đến tập luyện TDDT của phụ nữ ở các nhóm nghề nghiệp khác nhau có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$). Do đó, có thể nói rằng có mối liên hệ giữa các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện và các nhóm nghề nghiệp khác nhau.

2.2.2. Hoàn cảnh gia đình và yếu tố ảnh hưởng tập luyện.

Bảng 6. Hoàn cảnh gia đình và yếu tố ảnh hưởng tập luyện (n=846)

TT	Yếu tố	Chưa có gia đình		Đã có gia đình		Tổng cộng
		m _i	%	m _i	%	
1	Không có thời gian	191	53.80	304	61.90	495
2	Không thích	15	4.20	19	3.90	34
3	Chưa thấy ích lợi	29	8.20	43	8.80	72
4	Tốn kém	40	11.30	42	8.60	82
5	Ngại ngừng	36	10.10	24	4.90	60
6	Không có bạn cùng tập	19	5.40	26	5.30	45
7	Không có người hướng dẫn	9	2.50	16	3.30	25
8	Xa nơi tập	14	3.90	7	1.40	21
9	Không được ủng hộ	0	0.00	4	0.80	4
10	Yếu tố khác	2	0.60	6	1.20	8
Cộng:		355		491		846
Chi-square tests						
Giá trị χ^2		Bậc tự do				p
21.513		9				0.011

Kết quả nghiên cứu bảng 6 cho thấy đối với nhóm đã có gia đình thì các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện TDDT như “không có thời gian”, “không thấy ích lợi”, “không có người hướng dẫn”, “không được ủng hộ”, yếu tố “khác” được lựa chọn nhiều hơn nhóm chưa có gia đình.

Ngược lại, các yếu tố “không thích”, ngại “tốn kém”, “ngại ngừng”, “không có bạn cùng



Tập luyện Thể dục thể thao để duy trì sức khỏe, cải thiện vóc dáng đang là vấn đề được phụ nữ các độ tuổi quan tâm (Ảnh minh họa)

Bảng 7. Độ tuổi và yếu tố ảnh hưởng tập luyện (850)

TT	Yếu tố	21 - 35 tuổi		36 - 55 tuổi		Trên 55 tuổi		Tổng cộng
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	
1	Không có thời gian	241	56.80	154	63.90	101	54.60	496
2	Không thích	15	3.50	13	5.40	7	3.80	35
3	Chưa thấy ích lợi	38	9.00	21	8.70	13	7.00	72
4	Tốn kém	41	9.70	21	8.70	21	11.40	83
5	Ngại ngần	41	9.70	9	3.70	11	5.90	61
6	Không có bạn cùng tập	25	5.90	8	3.30	12	6.50	45
7	Không có người hướng dẫn	7	1.70	9	3.70	9	4.90	25
8	Xa nơi tập	12	2.80	2	0.80	7	3.80	21
9	Không được ủng hộ	0	0.00	1	0.40	3	1.60	4
10	Yếu tố khác	4	0.90	3	1.20	1	0.50	8
Cộng:		424 (100%)		241 (100%)		185 (100%)		850
Chi-square tests								
Giá trị χ^2		Bậc tự do				p		
38.853		27				0.065		

tập”, ở “xa nơi tập”chiếm tỷ lệ cao hơn ở nhóm chưa có gia đình.

Có thể thấy ở nhóm phụ nữ đã có gia đình, ngoài những mối lo toan cho công việc ngoài xã hội, họ còn phải làm công việc nội trợ, chăm sóc gia đình. Do đó, họ bị hạn chế về thời gian để dành cho việc luyện tập TDTT hơn so với nhóm chưa có gia đình. Đối với nhóm chưa có gia đình, do chưa ổn định về kinh tế, thường là tuổi còn trẻ hơn, do đó việc ngại “tốn kém” chi phí khi tập luyện, cũng như cảm thấy “ngại ngần” vì “không có người cùng tập”, chiếm tỷ lệ cao hơn nhóm đã có gia đình cùng là điều dễ hiểu.

Kết quả kiểm định cho thấy các tỷ lệ khác

biệt của các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện TDTT của hai nhóm có gia đình và chưa có gia đình có ý nghĩa thống kê ($P < 0.05$). Do đó, có thể nói rằng có mối liên hệ giữa hoàn cảnh gia đình và các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện TDTT thường xuyên của phụ nữ.

2.2.3. Độ tuổi và yếu tố ảnh hưởng tập luyện.

Qua phân tích kết quả bảng 7 cho thấy:

Nhóm tuổi 36 - 55 chiếm tỉ lệ cao nhất (63.9%) trong yếu tố “không có thời gian” để tập luyện TDTT, nhóm tuổi 21-35 ở vị trí thứ hai (56,8%) và xếp thứ ba là nhóm tuổi từ trên 55.

Với những phụ nữ ở lứa tuổi 36 - 55 thì đa số đã ổn định về gia đình và sự nghiệp. Ngoài thời

gian làm việc ở cơ quan, xí nghiệp... họ còn phải lo thêm việc trông nom, chăm sóc cho gia đình, điều này có thể xem là yếu tố chính đã làm hạn chế nhóm này đến với việc tập luyện TDTT.

Đối với yếu tố ngại “tốn kém” khi tham gia tập luyện, thì tỷ lệ lựa chọn cao nhất thuộc về nhóm tuổi 46 - 55, kế đến là nhóm 21 - 35, rồi đến nhóm 36 - 55. Ở lứa tuổi trên 55 phụ nữ bước vào giai đoạn cuối của sự nghiệp, cũng như chuẩn bị về hưu, điều này thường làm cho họ tính toán, sắp xếp lại mọi việc trong cuộc sống, trong đó có sự chặt chẽ trong chi tiêu, do đó họ cũng có sự tính toán, ngại “tốn kém” chi phí khi tham gia tập luyện là điều dễ hiểu.

Ở yếu tố “chưa thấy ích lợi” trong việc tham gia tập luyện TDTT thì nhóm tuổi 21 - 35 chiếm tỉ lệ (9%) xếp thứ nhất, kế đến là nhóm tuổi 36 - 55 (8,7%) và nhóm tuổi trên 55 chiếm tỷ lệ 7%. Với yếu tố “ngại ngừng” khi tham gia tập luyện TDTT thì nhóm tuổi 21 - 35 cũng chiếm tỷ lệ cao nhất (9,7%), rồi đến nhóm tuổi trên 55 (5,9%) và 36 - 55 (3,7%). Điều này cho thấy do “chưa thấy ích lợi” của việc tập luyện và cảm thấy “ngại ngừng” khi tham gia tập luyện đã làm hạn chế nhiều đến việc tham gia tập luyện TDTT của nhóm tuổi 21 - 35 so với các nhóm tuổi khác.

Đối với yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện vì “không có bạn cùng tập” thì nhóm tuổi trên 55 có sự lựa chọn cao nhất (6,5%), nhóm tuổi 21 - 35 chiếm thứ hai (5,9%) và xếp thứ ba là nhóm tuổi 36 - 55 (3,3%). Có thể hiểu là phụ nữ ở nhóm tuổi trên 55 thường có những biến động lớn về tâm sinh lý nên nhu cầu được trao đổi, chia sẻ tình cảm với người thân, bạn bè khi tham gia tập luyện cao hơn các nhóm tuổi khác là điều hợp lý.

Kết quả kiểm định mức ý nghĩa bằng kiểm định pearson chi square (χ^2 test) cho thấy sự khác biệt của các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện TDTT đối với các lứa tuổi khác nhau không có ý nghĩa thống kê ($P > 0.05$). Do đó có thể nói không có mối liên hệ rõ ràng giữa các nhóm tuổi và các yếu tố ảnh hưởng, làm hạn chế việc tham gia tập luyện TDTT thường xuyên của phụ nữ.

KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu trên, có thể rút ra những kết luận sau:

- Tỷ lệ phụ nữ tham gia tập luyện TDTT ở các quận nội thành cao hơn các quận vùng ven và huyện ngoại thành.

- Thành phần tham gia tập luyện chiếm đa số là những phụ nữ thuộc nhóm NNK (nội trợ, hành nghề tự do...), kế đến theo thứ tự là nhóm CCNN, SX-DVT, HSSV, CTLD-NN, HT và SXNN.

- Số lượng phụ nữ tham gia tập luyện chiếm tỷ lệ cao ở lứa tuổi từ 26-35 và 36-55, đã có gia đình và chưa có con.

- Các môn TDTT được đông đảo phụ nữ chọn lựa để tập luyện theo nhóm có thứ tự là TDNĐ, TDTM, chạy hoặc đi bộ, TDBS, TDDS, CL...

- Đa số những người đang tham gia tập luyện với thời lượng từ 3-6 giờ mỗi tuần và chi phí là từ 100.000 - dưới 200.000 đồng mỗi tháng.

- Những yếu tố gây trở ngại cho việc tham gia tập luyện của phụ nữ là: Do không có thời gian; ngại tốn kém chi phí; chưa thấy ích lợi của việc tập luyện; do tâm lý ngại ngừng; không có bạn cùng tập; không thích; không có người hướng dẫn; xa nơi tập; không được người thân ủng hộ. Trong đó, yếu tố “không có thời gian” được hầu hết phụ nữ cho là nguyên nhân chính làm hạn chế việc tham gia tập luyện TDTT thường xuyên, đặc biệt là ở các nhóm đã có gia đình, SXNN và nhóm lứa tuổi từ 36 đến 55. Các yếu tố còn lại khác như “tốn kém chi phí”, “chưa thấy ích lợi” hoặc “ngại ngừng” khi tham gia tập luyện... chiếm tỷ lệ thấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đỗ Văn Thắng, Phan Thành Huân (2003), *Giáo trình SPSS*, Nxb ĐHQG - HCM.
2. Nguyễn Thiệt Tình (1993), *Phương pháp nghiên cứu khoa học trong lĩnh vực TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2008), *Thống kê học trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2010), *Giáo trình thống kê*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 28/2/2017, Phản biện ngày 29/3/2017, duyệt in ngày 25/8/2017)