

ĐẶC ĐIỂM PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CỦA NỮ HỌC SINH TIỂU HỌC (6-10 TUỔI) Ở MIỀN BẮC VÀ MIỀN NAM VIỆT NAM

Vũ Chung Thủy*
Đinh Quang Ngọc**

Tóm tắt:

Trên cơ sở tổng hợp kết quả điều tra thể chất học sinh hai miền Bắc và Nam Việt Nam năm 2003 và 2007, đề tài tiến hành so sánh sự biến đổi các chỉ số thể chất của nữ học sinh bậc tiểu học từ 6-10 tuổi ở miền Bắc với miền Nam, từ đó xác định được những đặc điểm khác nhau trong sự phát triển thể chất của học sinh nữ giai đoạn 6-10 tuổi ở 2 miền Bắc và Nam, Việt Nam.

Từ khóa: Biến đổi Thể chất, thể chất học sinh, nữ học sinh 6-10 tuổi, miền Bắc, miền Nam.

PHYSICAL DEVELOPMENT OF FEMALE STUDENTS IN PRIMARY SCHOOLS (6-10 AGES) IN NORTHERN AND SOUTHERN VIETNAM

Summary: On the basis of synthesizing the survey results in 2003 and 2007 of students in the North and South of Vietnam, the study has compared the change on physical indexes of female students in primary schools at the age from 6 to 10 in both areas. Then we have defined the different features on the physical development of female students at the ages in the North and South of Vietnam.

Keywords: Physical change, constitution of students, 6-10 aged female students, Northern and Southern of Vietnam.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Quá trình phát triển thể chất của con người phụ thuộc vào các quy luật phát triển tự nhiên, các yếu tố chủ quan như các yếu tố bẩm sinh, di truyền... và các yếu tố khách quan như: Điều kiện tự nhiên của môi trường sống, điều kiện sinh hoạt, dinh dưỡng, giáo dục... Trong đó, điều kiện địa lý, khí hậu vùng miền là những yếu tố có ảnh hưởng tới sự phát triển thể chất của con người. Đặc biệt, trong giai đoạn phát triển ở tuổi thanh thiếu niên (lứa tuổi học sinh phổ thông), đây là giai đoạn cơ thể có sự phát triển mạnh mẽ và nhạy cảm. Chính vì vậy, ở giai đoạn này, các điều kiện môi trường sống về khí hậu, độ ẩm, điều kiện sinh hoạt ở các vùng miền khác nhau, có thể sẽ có những ảnh hưởng, tác động khác nhau tới sự phát triển thể chất của học sinh. Ở Việt Nam, các yếu tố như điều kiện tự nhiên, khí hậu, đặc điểm sinh hoạt... của 2 miền Nam và Bắc có nhiều sự khác biệt, do vậy sẽ có những ảnh hưởng khác nhau tới sự phát triển thể chất của học sinh ở mỗi miền. Việc tìm hiểu những đặc điểm phát triển thể chất của học sinh ở 2 miền Bắc và Nam sẽ cho phép xác định được những đặc điểm phát triển thể chất riêng của học

sinh ở từng miền, trên cơ sở đó có những biện pháp phát huy hoặc khắc phục để nâng cao hơn thể chất của học sinh phổ thông ở các miền trong cả nước.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Để thực hiện được các nội dung nghiên cứu đề ra, đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu, Phương pháp kiểm tra sự phạm, Phương pháp kiểm tra y học và phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. So sánh đặc điểm thể chất của học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc và ở miền Nam Việt Nam

Trên cơ sở tổng hợp kết quả kiểm tra thể chất, theo nhiệm vụ nghiên cứu của đề tài “Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 đến lớp 12 (thời điểm 2003 đến 2014)”, chúng tôi đã tiến hành thống kê và so sánh kết quả kiểm tra thể chất của học sinh nữ lứa tuổi 6 ở miền Bắc với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam Việt Nam theo 9 test kiểm tra đã được lựa chọn. Trong đó, đại diện học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc gồm có 534 học sinh các tỉnh Hà Nội, Bắc Ninh, Bắc Giang, Hà

*NGUT.PGS.TS, Phó Hiệu trưởng, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**TS, Phó Viện trưởng Viện KH&CN, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Giang và đại diện học sinh nữ lứa tuổi 6 ở miền Hồ Chí Minh, Bình Dương, Tây Ninh. Kết quả Nam gồm có 399 học sinh các tỉnh Thành phố so sánh được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. So sánh một số chỉ số thể chất của học sinh nữ lứa tuổi 6 ở miền Bắc với miền Nam, Việt Nam năm 2003

TT	Các chỉ số	Kết quả					
		Miền Bắc (n=534)		Miền Nam (n=399)		t _{tính}	P (%)
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$		
1	Chiều cao đứng (cm)	112.13	5.32	116.76	5.31	13.157	< 0.05
2	Cân nặng (kg)	18.15	2.69	21.21	4.13	12.897	< 0.05
3	Lực bóp tay thuận (KG)	9.37	2.11	8.23	2.07	8.259	< 0.05
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	4.83	3.64	7.15	4.98	7.865	< 0.05
5	Chạy 30m XPC (s)	7.33	0.59	7.59	0.94	5.107	< 0.05
6	Đeo gập thân (cm)	4.7	4.7	-1.58	5.78	19.884	< 0.05
7	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	14.6	1.05	14.59	1.09	0.141	> 0.05
8	Bật xa tại chỗ (cm)	94.06	12.27	94.02	13.93	0.08	> 0.05
9	Chạy 5 phút (m)	664.76	106.38	985.56	9.69	48.324	< 0.05

Kết quả kiểm tra thu được ở bảng 1 cho thấy, học sinh nữ 6 tuổi ở miền Nam cao hơn và nặng hơn học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Bắc. Ngoài ra, sức mạnh bền nhóm cơ lưng bụng (test 4) và năng lực sức bền (test 9) cũng cho thấy học sinh nữ 6 tuổi ở miền Nam tốt hơn học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc. Tuy nhiên, học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc lại có sức mạnh tay (test 3), năng lực sức mạnh tốc độ (test 5), năng lực mềm dẻo (test 6) tốt hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam. Còn lại các chỉ số đánh giá năng lực sức mạnh bộc phát (test 8) và khả năng linh hoạt (test 7) của học sinh sinh nữ 6 tuổi ở 2 miền Nam và Bắc không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($P>0.05$).

Bảng 2. So sánh sự biến đổi thể chất thời điểm sau 5 năm (10 tuổi) của học sinh nữ ở miền Bắc với học sinh nữ ở miền Nam Việt Nam năm 2007

TT	Các chỉ số	Kết quả					
		Miền Bắc (n=521)		Miền Nam (n=383)		t _{tính}	P (%)
		$\bar{x}$	$\pm\delta$	$\bar{x}$	$\pm\delta$		
1	Chiều cao đứng (cm)	135.73	7.12	139.3	7.27	7.41	< 0.05
2	Cân nặng (kg)	29.5	6.33	34.26	7.32	10.3	< 0.05
3	Lực bóp tay thuận (KG)	14.76	10.05	15.26	3.61	1.05	> 0.05
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	12.16	4.42	12.77	3.65	2.28	< 0.05
5	Chạy 30m XPC (s)	6.55	0.52	6.43	0.57	3.27	< 0.05
6	Đeo gập thân (cm)	5.82	4.81	2.38	5.99	9.33	< 0.05
7	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	12.51	0.82	12.57	0.82	1.1	> 0.05
8	Bật xa tại chỗ (cm)	140.03	16.01	127.79	17.99	10.67	< 0.05
9	Chạy 5 phút (m)	774.83	107.6	609.33	103.7	23.5	< 0.05

2. So sánh sự biến đổi thể chất thời điểm sau 5 năm (10 tuổi) của học sinh nữ ở miền Bắc với học sinh nữ ở miền Nam Việt Nam

Để so sánh được sự biến đổi thể chất ở thời điểm sau 5 năm (10 tuổi) của học sinh nữ ở miền Bắc với học sinh nữ ở miền nam Việt Nam, chúng tôi tiến hành so sánh kết quả kiểm tra thể chất của các học sinh ở năm 10 tuổi (kết quả theo dõi dọc). Đại diện học sinh nữ lứa tuổi 10 ở miền Bắc gồm có 521, ở miền Nam gồm có 383 học sinh. Trong đó số lượng học sinh ở miền Bắc giảm 13 người, ở miền Nam giảm 16 người (do học sinh chuyển trường, không lên lớp hoặc bỏ học). Kết quả so sánh được trình bày ở bảng 2.

BÀI BÁO KHOA HỌC

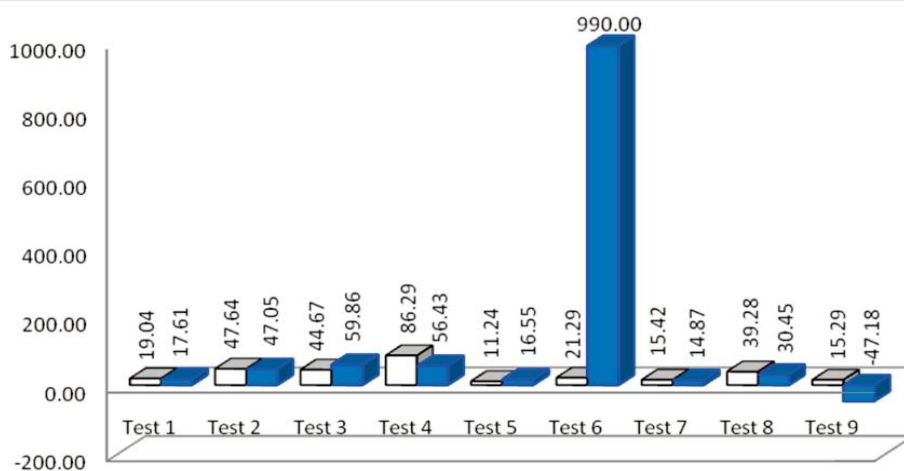
Kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, sau 5 năm phát triển (từ 6-10 tuổi), có 5/9 chỉ số kiểm tra của học sinh nữ 10 tuổi ở miền Nam có kết quả cao hơn so với học sinh nữ ở miền Bắc. Trong đó, các chỉ số hình thái (chiều cao và cân nặng) và chỉ số sức mạnh nhóm cơ lưng bụng (test 4) của học sinh nữ 10 tuổi ở miền Nam vẫn duy trì ở mức cao hơn hẳn so với học sinh nữ 10 tuổi ở miền Bắc. Còn các chỉ số về mức mạnh tay (test 3), năng lực sức mạnh tốc độ (test 5) sau 5 năm đã có sự phát triển nhanh hơn và vượt lên so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Bắc. Trong khi đó học sinh nữ 10 tuổi ở miền Bắc chỉ có 3/9 chỉ số thể chất cao hơn so với học

sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam. Trong đó vẫn duy trì chỉ số năng lực mềm dẻo (test 6), và hai chỉ số sức mạnh bộc phát (test 8) và sức bền (test 9) đã có sự vươn lên, vượt cao hơn học sinh nữ ở miền Nam. Ngoài ra, khả năng linh hoạt (test 7) phát triển tốt hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam, tuy nhiên sự khác biệt chưa có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P>0.05$.

Để thấy rõ hơn mức độ phát triển thể chất của học sinh nữ ở các độ tuổi 6, 10, chúng tôi tiến hành xác định và so sánh nhịp độ tăng trưởng thành tích ở các test kiểm tra của học sinh ở 2 miền sau 5 năm học. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 3, và biểu đồ 1.

Bảng 3. So sánh nhịp độ tăng trưởng thể chất của học sinh nữ lứa tuổi từ 6-10 ở miền Bắc với miền Nam Việt Nam (2003-2007)

T T	Nội dung kiểm tra	Miền Bắc				Miền Nam				Chênh lệch (%)
		6 tuổi	10 tuổi	Biến đổi	W (%)	6 tuổi	10 tuổi	Biến đổi	W (%)	
		(n=534)	(n=521)			(n=399)	(n=383)			
1	Chiều cao đứng (cm)	112.13	135.73	23.6	19.04	116.76	139.3	22.54	17.61	1.44
2	Cân nặng (kg)	18.15	29.5	11.35	47.64	21.21	34.26	13.05	47.05	0.59
3	Lực bóp tay thuận (KG)	9.37	14.76	5.39	44.67	8.23	15.26	7.03	59.86	15.18
4	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	4.83	12.16	7.33	86.29	7.15	12.77	5.62	56.43	29.86
5	Chạy 30m XPC (s)	7.33	6.55	-0.78	11.24	7.59	6.43	-1.16	16.55	5.31
6	Dẻo gập thân (cm)	4.7	5.82	1.12	21.29	-1.58	2.38	3.96	990	968.71
7	Chạy con thoi 4×10m (s)	14.6	12.51	-2.09	15.42	14.59	12.57	-2.02	14.87	0.54
8	Bật xa tại chỗ (cm)	94.06	140.03	45.97	39.28	94.02	127.79	33.77	30.45	8.83
9	Chạy 5 phút (m)	664.76	774.83	110.07	15.29	985.56	609.33	-376.23	-47.18	62.47



□ Nữ học sinh tiểu học miền Bắc ■ Nữ học sinh tiểu học miền Nam

Biểu đồ 1. So sánh nhịp độ tăng trưởng thể chất của học sinh nữ lứa tuổi từ 6-10 ở miền Bắc và miền Nam Việt Nam (2003-2007)



Việc tìm hiểu những đặc điểm phát triển thể chất của học sinh ở 2 miền Bắc và Nam sẽ cho phép xác định được những đặc điểm phát triển thể chất riêng của học sinh ở từng miền (ảnh minh họa)

Từ kết quả thu được ở bảng 3 và biểu đồ 1 nhận thấy, mặc dù sau 5 năm phát triển, học sinh nữ 10 tuổi ở miền Bắc còn có 5/9 chỉ số thể chất cho kết quả kiểm tra thấp hơn, tuy nhiên có 5/9 chỉ số thể chất có kết quả nhịp tăng trưởng (từ 6-10 tuổi) cao hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam. Các tổ chất sức mạnh tay (test 3), sức mạnh tốc độ (test 5) và đặc biệt là năng lực mềm dẻo (test 6) cho thấy học sinh nữ 6-10 tuổi ở miền Nam có nhịp tăng trưởng cao hơn so với học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc. Tuy nhiên, cần đặc biệt chú ý đến sức bền của nữ học sinh tiểu học miền Nam có sự giảm sút đáng kể, cần được quan tâm, vì đây là chỉ tiêu phản ánh thể lực chung một cách khách quan nhất ở lứa tuổi học sinh.

KẾT LUẬN

1. Học sinh nữ 6 tuổi ở miền Nam có các chiều cao, cân nặng và sức mạnh bền nhóm cơ lưng bụng cao hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Bắc. Tuy nhiên, học sinh nữ 6 tuổi ở miền Bắc lại có sức mạnh tay, sức mạnh tốc độ của chân, năng lực tốc độ, năng lực mềm dẻo và năng lực sức bền tốt hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam. Còn lại các chỉ số năng lực sức mạnh tốc độ và khả năng linh hoạt

của học sinh sinh nữ 6 tuổi ở 2 miền Nam và Bắc không có sự khác biệt có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$.

2. Thể chất của học sinh nữ 10 tuổi ở miền Nam tốt hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Bắc, tuy nhiên trong 5 năm phát triển (từ 6 tuổi đến 10 tuổi), đa số các chỉ tiêu thể chất (có 6/9) của học sinh nữ miền Bắc có nhịp tăng trưởng cao hơn so với học sinh nữ cùng lứa tuổi ở miền Nam. Học sinh nữ ở miền Nam chỉ có 3/9 tổ chất thể lực (sức mạnh tay, năng lực sức mạnh tốc độ và khả năng mềm dẻo) có nhịp tăng trưởng cao hơn học sinh nữ ở miền Bắc.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. D. Harre (1996), *Học thuyết huấn luyện*, (Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiền), Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Lưu Quang Hiệp (1993), *Sinh lý học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

3. Lưu Quang Hiệp, Lê Hữu Hưng, Vũ Chung Thủy, Lê Đức Chương (2000), *Y học Thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 3/3/2016, Phản biện ngày 14/3/2016, duyệt in ngày 25/3/2016)