

THỰC TRẠNG THỂ LỰC NỮ SINH VIÊN NĂM THỨ HAI TRƯỜNG ĐẠI HỌC AN GIANG

Nguyễn Thanh Đề*
Nguyễn Phạm Hải An**

Tóm tắt:

Kết quả nghiên cứu trên 482 nữ sinh viên đã cho thấy thực trạng thể lực của nữ sinh viên năm thứ hai Trường Đại học An Giang còn rất kém. Thực trạng thể lực của sinh viên đánh giá theo bộ tiêu chuẩn của Bộ giáo dục và Đào tạo ban hành đã ghi rõ: Loại tốt có 08 SV, chiếm tỷ lệ 1.66%; loại đạt có 18 SV, chiếm tỷ lệ 3.74% và loại không đạt có 455 SV, chiếm tỷ lệ 94.59%.

Từ khóa: Thực trạng thể lực, giáo dục thể chất, nữ sinh viên.

PHYSICAL SITUATIONS SECOND YEAR FEMALE STUDENT OF AN GIANG UNIVERSITY

Summary:

Research results on 482 female students showed physical reality of second-year female student of An Giang University is poor. Situation fitness of students assessed against the standards of the Ministry of Education and Training has issued specify: Good Type 08 students, 1.66% proportion; type reach 18 students, 3.74% proportion and kind of do not reach 455 students, accounting for 94.59% ratio.

Keywords: Situation fitness, physical education, female students

ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh viên Trường Đại học An Giang là lực lượng lao động trí thức trong tương lai của tỉnh An Giang nói riêng và khu vực đồng bằng sông Cửu Long nói chung, đóng vai trò quan trọng trong sự nghiệp đổi mới, công nghiệp hoá, hiện đại hóa đất nước. Sự phát triển thể lực không chỉ phản ánh đặc điểm của nòi giống mà còn là vấn đề chăm lo của toàn xã hội nhằm bồi dưỡng một lực lượng lao động quan trọng phục vụ nhu cầu phát triển kinh tế - xã hội của tỉnh An Giang và vùng Đồng bằng sông Cửu Long. Đây là căn cứ khoa học quan trọng trong việc định hướng sinh viên tham gia các hoạt động rèn luyện thể chất.

Mục đích nghiên cứu này nhằm cung cấp các thông tin chính xác về thực trạng thể lực của nữ sinh viên năm thứ hai Trường Đại học An Giang, giúp các nhà chuyên môn, cán bộ quản lý điều chỉnh chương trình giáo dục thể chất, đề xuất xây dựng các giải pháp nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất cho sinh viên Đại học An Giang.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp kiểm tra sư phạm và toán thống kê chúng tôi đánh giá thực trạng thể lực của nữ sinh viên năm thứ hai trường Đại học An Giang theo những chỉ số sau: Dẻo gập thân (cm), chạy 30m xuất phát cao (giây), bật xa tại chỗ (cm), lực bóp tay (KG), chạy con thoi 4 x 10m (giây), chạy tùy sức 5 phút (m), nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần).

Khách thể nghiên cứu của đề tài là 481 nữ sinh viên 19 tuổi, năm thứ hai Trường Đại học An Giang.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng thể lực của nữ SV năm thứ hai

Để đánh giá thực trạng thể lực nữ SV năm thứ hai trường Đại học An Giang, đề tài tiến hành kiểm tra các chỉ số đánh giá thể lực của khách thể nghiên cứu và tính các tham số thống kê kết quả lập test các chỉ tiêu. Kết quả được trình bày ở bảng 1

*TS, Trường Đại học Sư phạm TDTT thành phố Hồ Chí Minh

**ThS, Trường Đại học Sư phạm TDTT thành phố Hồ Chí Minh

Bảng 1. Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu đánh giá thể lực nữ SV năm thứ hai Trường Đại học An Giang (n = 481)

Chỉ tiêu \ Tham số	$\bar{x}$	S	C_V	ϵ
Chạy 30m XPC (giây)	6.34	0.56	8.88	0.01
Bật xa tại chỗ (cm)	166.94	15.81	9.47	0.01
Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần)	13.27	3.24	24.42	0.02
Chạy con thoi 4x10m (giây)	12.26	0.81	6.63	0.01
Chạy 5 phút tùy sức (m)	730.58	90.21	12.35	0.01
Lực bóp tay (KG)	27.74	3.73	13.43	0.01

Số liệu tại bảng 1 cho thấy: Các chỉ số có độ đồng nhất cao giữa các cá thể nghiên cứu là chạy 30m XPC; chạy con thoi 4x10m và bật xa tại chỗ. Kết quả này phù hợp với lý thuyết của phát dục trưởng thành, do ít chịu ảnh hưởng của yếu tố môi trường, điều kiện sống như dinh dưỡng, chế độ sinh hoạt, làm việc.

Các chỉ số có độ đồng nhất trung bình giữa các cá thể nghiên cứu ($10\% < C_V < 20\%$) là: lực bóp tay và chạy 5 phút tùy sức.

Các chỉ số có độ đồng nhất thấp ($20\% < C_V < 30\%$) là nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (nữ).

Mặc dù độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu của một vài chỉ số khá lớn nhưng tất cả các giá trị trung bình mẫu đều đủ tính đại diện cho số trung bình tổng thể ($\epsilon < 0.05$).

2. Đánh giá trình độ phát triển thể lực của nữ SV năm thứ hai Trường Đại học An Giang

2.1. So sánh thể lực nữ SV của Trường Đại học An Giang với nữ SV TP. Hồ Chí Minh và TBTCVN 19 tuổi

Việc đánh giá thực trạng của bất kỳ một hiện tượng sự vật nào luôn phải được tiến hành trên cơ sở so sánh với một chuẩn hay một đối tượng cùng dạng khác. Trong nghiên cứu này chúng tôi đánh giá thực trạng thể lực của nữ sinh viên năm thứ hai Trường Đại học An Giang thông qua so sánh với giá trị trung bình của người Việt Nam ở cùng độ tuổi, cùng giới tính thời điểm 2001 và SV TP. Hồ Chí Minh và đánh giá trình độ thể lực của khách thể nghiên cứu theo Quy định 53 của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Kết quả so sánh được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. So sánh giá trị trung bình các chỉ tiêu đánh giá thể lực nữ SV Trường Đại học An Giang với nữ SV TP. Hồ Chí Minh và TBTCVN 19 tuổi

TT	Chỉ tiêu	SV AN GIANG (1)		TBTCVN (2)		SV TP.HCM (3)		$t_{1,2}$	$t_{2,3}$
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S		
1	Chạy 30 m XPC (s)	6.34	0.56	6.19	0.62	-	-	5.88	-
2	Bật xa tại chỗ (cm)	166.94	15.81	159	16.92	173	16.61	11.01	8.41
3	Nằm ngửa gập bụng trong 30 giây (lần)	13.27	3.24	12	3.94	-	-	8.62	-
4	Chạy con thoi 4x10m (s)	12.26	0.81	12.62	1.09	12.04	0.85	9.83	5.81
5	Chạy 5 phút tùy sức (m)	730.58	90.21	729	98.71	732.1	117.2	0.39	0.37
6	Lực bóp tay (KG)	27.74	3.73	29.15	4.911	-	-	-8.3	-

Số liệu tại bảng 2 cho thấy:

- Thành tích chạy 30m xuất phát cao của nữ SV Trường Đại học An Giang là 6.34 giây, kém hơn TBTCVN 19 tuổi 0.15 giây ($P < 0.05$)

- Khả năng bật xa tại chỗ của nữ SV Trường Đại học An Giang 19 tuổi là 166.94 cm, tốt hơn TBTCVN 19 tuổi 7.94 cm và kém hơn SV TP. Hồ Chí Minh 6.06 cm ($P < 0.05$).

BÀI BÁO KHOA HỌC

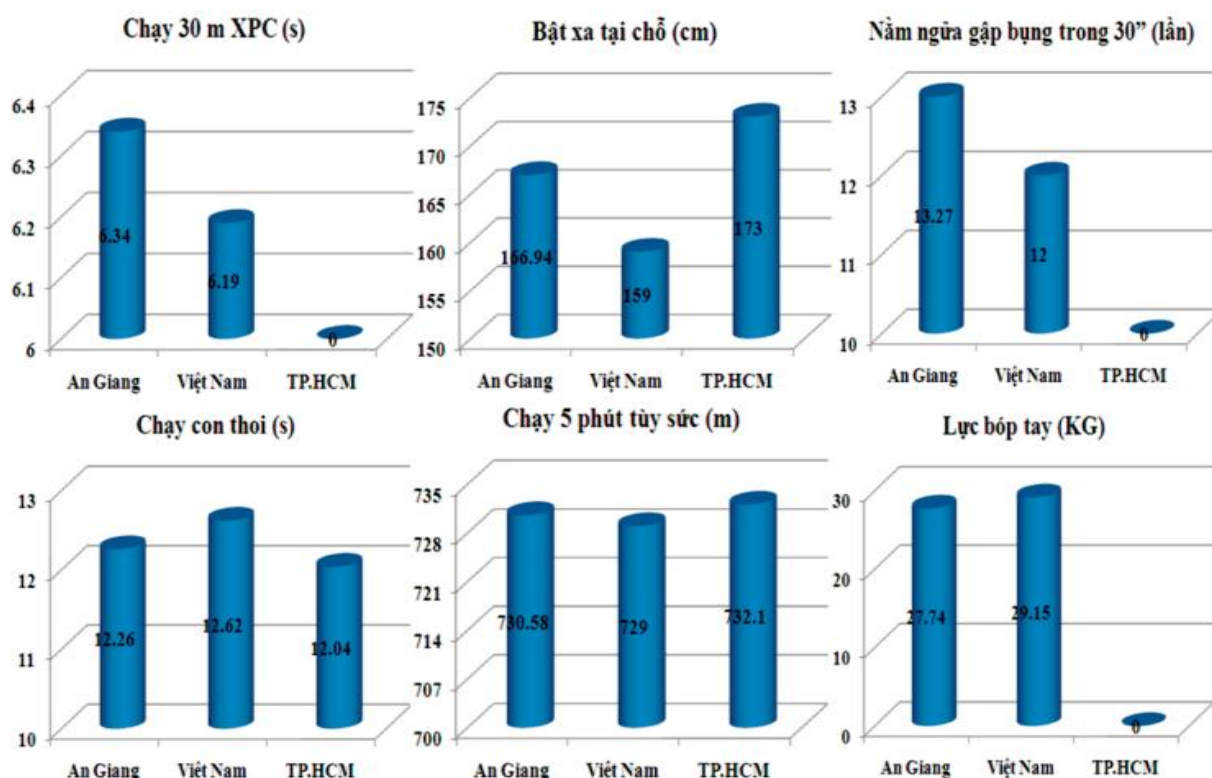
- Thành tích nằm ngửa gấp bụng của nữ SV Trường Đại học An Giang 19 tuổi là 13.27 lần tốt hơn TBTCVN 1.27 lần ($P < 0.05$)

- Thành tích lực bóp tay thuận của nữ SV Trường Đại học An Giang 19 tuổi là 27.74 KG kém hơn TBTCVN 1.41 KG ($P < 0.05$).

- Thành tích chạy 4x10m của nữ SV Trường Đại học An Giang 19 tuổi là 12.26 giây, kém hơn TBTCVN 0.36 giây và kém hơn SV TP. Hồ Chí Minh 19 tuổi 0.22 giây ($P < 0.05$).

- Thành tích chạy 5 phút tùy sức của nữ SV Trường Đại học An Giang 19 tuổi là 730.58 m, chênh lệch với TBTCVN 1.58 m và chênh lệch với SV TP. Hồ Chí Minh 19 tuổi, sự chênh lệch này không đáng kể, có thể coi là tương đương với TBTCVN 19 tuổi và SV TP. Hồ Chí Minh 19 tuổi ($P > 0.05$).

- Kết quả so sánh về thể lực còn thể hiện qua biểu đồ 1



Biểu đồ 1. So sánh giá trị trung bình các chỉ tiêu đánh giá thể lực của nữ SV Trường Đại học An Giang với nữ SV TP.HCM và TBTCVN 19 tuổi

Từ những phân tích trên và biểu đồ 1 cho thấy: Thể lực của nữ SV Trường Đại học An Giang tốt hơn TBTCVN 19 tuổi ở 3 test nằm ngửa gấp bụng trong 30 giây, bật xa tại chỗ và chạy con thoi 4 x 10m; tương đương ở test chạy 5 phút tùy sức; kém hơn ở test chạy 30m XPC và lực bóp tay thuận. Thực trạng thể lực của nữ SV Trường Đại học An Giang tốt hơn TBTCVN 19 tuổi ở sức mạnh nhóm cơ lưng bụng và sức mạnh chân và sự khéo léo; tương đương ở sức bền chung; kém hơn ở sức mạnh tốc độ và sức mạnh tay.

Thể lực của nữ SV Trường Đại học An Giang tương đương với SV TP.HCM ở chạy 5 phút tùy

sức; kém hơn ở test bật xa tại chỗ và chạy con thoi 4 x 10m. Thực trạng thể lực nữ SV Trường Đại học An Giang tương đương với SV TP.HCM ở sức bền chung; kém hơn ở sức mạnh chân và sự khéo léo.

2.2. Đánh giá trình độ thể lực nữ SV các Trường Đại học An Giang theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo

Kết quả đánh giá thể lực nữ SV Trường Đại học An Giang theo Quyết định 53/2008/BGD&ĐT được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Đánh giá trình độ thể lực nữ SV Đại học An Giang theo Quyết định 53/2008/BGD&ĐT

Nội dung	Xếp loại	Đánh giá theo từng chỉ số						Đánh giá chung
		Lực bóp tay thuận (kg)	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (giây)	Chạy con thoi 4x10m (giây)	Chạy 5 phút tùy sức (m)	Thể lực SV An Giang
Quy định Bộ GD&ĐT	Tốt	> 31,6	> 19	> 169	< 5,70	< 12,00	> 940	
	Đạt	≥ 26,7	≥ 16	≥ 153	≤ 6,70	≤ 13,00	≥ 870	
SV ĐHAG	Tốt	65 13.51%	20 4.16%	235 48.86%	48 9.98%	190 39.5%	11 2.29%	8 1.66%
	Đạt	235 48.86%	88 18.3%	143 29.73%	329 68.4%	194 40.33%	22 4.57%	18 3.74%
	Không đạt	181 37.63%	373 77.55%	103 21.41%	104 21.62%	97 20.17%	448 93.14%	455 94.59%

Kết quả phân tích ở bảng 3 cho thấy: Nếu xét theo từng chỉ tiêu thì số SV đạt tốt chiếm từ 2.29% (chạy 5 phút) đến 48.86% (bật xa tại chỗ) và loại không đạt chiếm từ 20,17% (chạy con thoi) đến 93.14% (chạy 5 phút), nhưng đánh giá thể lực chung thì tỷ lệ không đạt chiếm quá lớn hầu hết các sinh viên không đạt do tiêu chí chạy 5 phút tùy sức quá yếu. Test chạy 5 phút tùy sức đánh giá sức bền chung, muốn có sức bền chung tốt sinh viên phải có quá trình rèn luyện lâu dài và liên tục.

Thực trạng cơ sở vật chất, sân bãi phục vụ cho công tác GDTC và hoạt động thể dục thể thao cho SV trường Đại học An Giang còn thiếu, SV không có điều kiện tập luyện, dẫn đến sức bền chung chưa tốt. Đây cũng là thông tin quan trọng cho các nhà quản lý và đội ngũ những người tham gia công tác GDTC có những biện pháp phù hợp để phát triển sức bền cho sinh viên.

KẾT LUẬN

1. Thực trạng thể lực của nữ SV Trường Đại học An Giang tốt hơn TBTCVN 19 tuổi ở sức mạnh nhóm cơ lưng bụng và sức mạnh chân và khéo léo; tương đương ở sức bền chung; kém hơn ở sức nhanh và sức mạnh tay.

Thực trạng thể lực của nữ SV trường Đại học An Giang tương đương với SV TP.HCM ở sức bền chung; kém hơn ở sức mạnh chân và sự khéo léo.

2. Xếp loại thể lực nữ sinh viên năm thứ hai trường Đại học An Giang theo Quyết định 53/2008/BGD&ĐT loại tốt có 08 SV, chiếm tỷ lệ 1.66%; loại đạt có 18 SV, chiếm tỷ lệ 3.74% và loại không đạt có 455 SV, chiếm tỷ lệ 94.59%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 2. Lê Văn Lâm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải, Vũ thị Huệ (2000), *Thực trạng phát triển thể chất học sinh sinh viên Việt Nữ trước thềm thế kỷ 21*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 3. Quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên do Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo, Ban hành ngày 18/9/2008.
 4. Nguyễn Anh Tuấn và cộng sự (2009), "Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể chất cho sinh viên 19-22 tuổi TP.HCM", *Đề tài Sở Khoa học và Công nghệ TP.HCM*.
 5. Viện Khoa học Thể dục thể thao (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm năm 2001)*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- (Bài nộp ngày 23/3/2016, Phản biện ngày 24/3/2016, duyệt in ngày 25/3/2016)**