THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

Nguyễn Văn Hòa*

Tóm tắt:
Đề tài xác định được đặc điểm thể chất của 4000 sinh viên 4 khóa đại học từ năm thức nhất đến năm thứ tư (trong đó có 2000 nữ) Trường Đại học Cần thơ, kết quả kiểm tra cho thấy thể chất của sinh viên Nhà trường tương đương với thể chất người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính. Thể lực của sinh viên Trường Đại học Cần thơ không đạt theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo chiếm tỷ lệ cao, từ 77% đến 100%.
Từ khóa: Thể chất, thể lực, sinh viên, Đại học Cần Thơ.

Real situation of constitution of Can Tho University students

Summary:
The study has verified the constitutional characteristics of 4,000 students of four courses from the first year to the fourth year (including 2,000 women) of Can Tho University. The study results shows, the constitution of the University students is equivalent to the Vietnamese constitution at the same age and gender. The proportion of students whose physical strength does not meet the standards of physical strength evaluation by the Ministry of Education and Training is high, from 77% to 100%.
Keywords: the constitution, physical strength, students, Can Tho University

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Cần Thơ là cơ sở đào tạo đại học và sau đại học trọng điểm của Nhà nước ở Đồng bằng Sông Cửu Long, là trung tâm văn hóa – khoa học kỹ thuật của vùng. Nhiệm vụ chính của trường là đào tạo, nghiên cứu khoa học, chuyển giao công nghệ phục vụ phát triển kinh tế – xã hội trong khu vực với bề dày lịch sử 50 năm xây dựng và phát triển. Trong đó công tác giáo dục thể chất luôn được Nhà trường quan tâm.

Năm 2008, Bộ Giáo dục và Đào tạo ra Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008, "Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên". Năm 2013, Tổng cục Thể dục thể thao công bố thực trạng thể chất của người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI.

Để nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Cần Thơ cần xác định đặc điểm và đánh giá thực trạng thể chất sinh viên Trường.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp đọc và phân tích tài liệu; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp Y sinh học thể thao; Phương pháp toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu: Gồm 4.000 sinh viên các khóa 39, 38, 37, 36 (mỗi khóa gồm 500 sinh viên nam và 500 sinh viên nữ)

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Năm 2013, Tổng cục TDTT công bố "Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI" được nghiệm thu năm 2004, kết quả công bố này trên cơ sở Dự án công trình khoa học TDTT để biên soạn những chỉ số cơ bản phản ánh thực trạng phát triển thể chất người Việt Nam, tìm giải pháp hữu hiệu nâng cao thể lực và tầm vóc người Việt Nam. Đây là kết quả kế thừa số liệu thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi, thời điểm 2001.

Dựa vào kết quả công bố trên, để đánh giá thực trạng thể chất sinh viên Đại học Cần Thơ, các chỉ tiêu, test đã được sử dụng là:

Hình thái (02 chỉ số trực tiếp và 02 chỉ số gián tiếp): Chiều cao; Cân nặng; Chỉ số Quetelet; Chỉ số BMI.

*ThS, Trưởng Khoa Giáo dục thể chất, Đại học Cần Thơ

Y sinh (01 chỉ số): Công số năng tim (HW)

Thể lực (04 test): Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30 mét XPC (s); Chạy con thoi 4x10m(s); Chạy tùy sức 5 phút (m).

Đối tượng kiểm tra là sinh viên các khóa: Khóa 36 (năm thứ nhất - 19 tuổi); Khóa 37 (năm thứ 2 - 20 tuổi); Khóa 38 (năm thứ 3 - 21 tuổi) và Khóa 39 (năm thứ 4 - 22 tuổi). Mỗi khóa kiểm tra 500 sinh viên nam và 500 sinh viên nữ.

Thời điểm kiểm tra: Tháng 01 năm 2014 đến tháng 2 năm 2014

Kết quả kiểm tra được trình bày trên bảng 1 và bảng 2.

Qua bảng 1 và 2, đề tài đã xác định được đặc điểm thể chất của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ. Thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ tương đương với thể chất người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính.

Thể lực của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ có sự tương đương với người người Việt Nam bình thường cùng độ tuổi và giới tính.Tuy nhiên, tố chất về khéo léo và sức bền của nam sinh viên không chuyên Trường Đại học Cần Thơ thì có xu hướng thấp hơn người Việt Nam bình thường cùng độ tuổi và giới tính. Điều này cho thấy, sinh viên Trường Đại học Cần Thơ rèn luyện thân thể thông qua các hoạt động thể thao còn ít, mặt khác tại thời điểm kiểm tra (năm 2014) SV ĐHCT học theo chương trình Giáo dục thể chất cũ với tổng thời gian là 60 tiết, các môn thể thao tự chọn chủ yếu là học kỹ thuật nên tác động tới sự tăng trưởng thể chất và sự đam mê học tập các môn thể thao là có giới hạn.

Từ đặc điểm thể lực của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ, đề tài tiến hành đánh giá thể lực của sinh viên theo tiêu chuẩn thể lực của sinh viên Việt Nam (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ký ngày 18 tháng 9 năm 2008). Để đánh giá xếp loại thể lực cho sinh viên, đề tài chỉ sử dụng 4 test thể lực: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy con thoi 4x10m (s) và Chạy tùy sức 5 phút (m), kết quả được trình bày trên bảng 3.

Kết quả nghiên cứu cho thấy:

Đối với nam: Thể lực của nam sinh viên năm thứ nhất và năm thứ hai có thể lực tốt hơn so với nam sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư, cụ thể:

- Nam sinh viên năm thứ nhất: Sức nhanh, sức mạnh tốc độ và khéo léo cùng xếp loại đạt cao nhất chiếm tỷ lệ 96,8% ; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỷ lệ 40,8%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam sinh viên năm thứ nhất: đạt loại tốt chiếm tỷ lệ 9,4%, loại đạt chiếm tỷ lệ 13,6% và loại không đạt chiếm tỷ lệ 77%.

- Nam sinh viên năm thứ hai: Sức nhanh, sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỷ lệ 98,2%, sức bền xếp loại đạt thấp nhất chiếm tỷ lệ 39,4%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam sinh viên năm thứ hai: sinh viên đạt loại tốt chiếm tỷ lệ 9,6%, loại đạt chiếm tỷ lệ 13% và loại không đạt chiếm tỷ lệ 77.4%.

- Nam sinh viên năm thứ ba: Sức nhanh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỷ lệ 83.6%; sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỷ lệ 7,4%. Đánh giá xếp loại thể lực nam năm thứ ba: đạt loại tốt chiếm tỷ lệ 0,8%, loại đạt chiếm tỷ lệ 4,4% và không đạt chiếm tỷ lệ 94.8%.

- Nam sinh viên thứ tư: Sức nhanh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất chiếm tỷ lệ 80,4%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỷ lệ 5,8%. Đánh giá xếp loại thể lực của nam sinh viên năm thứ tư: sinh viên đạt loại tốt chiếm tỷ lệ 0,6%; loại đạt chiếm tỷ lệ 3% và loại không đạt chiếm tỷ lệ 96,4%.

Đối với nữ: Thể lực của nữ sinh viên năm thứ nhất và năm thứ hai đều xếp loại ở mức đạt rất thấp; nữ sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư thì xếp loại không đạt, cụ thể:

- Nữ sinh viên năm thứ nhất: Sức mạnh, khéo léo xếp loại đạt cao nhất chiếm tỷ lệ 64,8%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỷ lệ 1%. Đánh giá xếp loại thể lực của nữ sinh viên năm thứ nhất: loại đạt chiếm tỷ lệ 0,8% và không đạt chiếm tỷ lệ 99,2%.

- Nữ sinh viên năm thứ hai: Sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỷ lệ 78,8%; Sức bền xếp loại đạt thấp nhất, chiếm tỷ lệ 0,8%. Đánh giá xếp loại thể lực của nữ sinh viên năm thứ hai: loại đạt chiếm tỷ lệ 0,8% và loại không đạt chiếm tỷ lệ 99,2%.

- Nữ sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư: Sức mạnh tốc độ xếp loại đạt cao nhất, chiếm tỷ lệ 60,6% đối với sinh viên năm thứ ba và chiếm tỷ lệ 39,6% đối với sinh viên năm thứ tư; Sức bền của sinh viên cả 2 khóa 100% không đạt.

Bảng 1. Đặc điểm thể chất của nam sinh viên trường Đại học Cần Thơ

Chỉ tiêu. test	Năm thứ nhất (19 tuổi) Khóa 39 (n=500)			Năm thứ hai (20 tuổi) Khóa 38 (n=500)			Năm thứ ba (21 tuổi) Khóa 37 (n=500)			Năm thứ tư (22 tuổi) Khóa 36 (n=500)		
	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv
Chiều cao (cm)	153.79	4.72	3.07	154.11	5.47	3.55	154.38	5.56	3.6	154.42	5.53	3.58
Cân nặng (kg)	46.01	3.74	8.13	46.21	4.11	8.89	47.33	4.21	8.89	47.78	3.43	7.18
Quetelet (g/cm)	299.7	24.38	8.13	300.75	24.49	8.14	322.67	24.97	7.74	310.18	25.89	8.35
BMI (kg/m^2)	19.56	1.82	9.3	19.42	1.58	8.14	20.13	2.01	9.99	19.98	1.76	8.81
Công số năng tim (HW)	13.91	0.92	6.61	13.99	1.06	7.58	11.47	1.08	9.42	11.24	0.74	6.58
Dẻo gập thân (cm)	12.92	1.07	8.28	12.88	2.18	16.93	10.67	0.92	8.62	9.97	0.85	8.53
Lực bóp tay thuận (kG)	28.99	2.06	7.11	28.99	2.29	7.9	28.76	2.35	8.17	28.33	2.15	7.59
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.11	1.29	10.65	15.08	1.07	8.86	14.43	0.86	9.12	13.99	0.67	8.39
Bật xa tại chỗ (cm)	158.69	15.14	9.54	156.43	14.22	9.09	153.99	13.78	8.95	153.21	13.42	8.76
Chạy 30 mét XPC (s)	6.22	0.58	9.32	6.17	0.47	7.62	6.51	0.59	9.06	6.82	0.53	7.77
Chạy con thoi 4x10m(s)	12.72	0.97	7.63	12.74	0.96	7.54	13.86	1.35	9.74	13.97	1.04	7.44
Chạy tùy sức 5 phút (m)	740.57	61.03	8.37	729.36	64.46	8.96	694.6	66.76	9.61	689.66	54.53	7.91

Bảng 2. Đặc điểm thể chất của nữ sinh viên trường Đại học Cần Thơ

Chỉ tiêu, test	Năm thứ nhất (19 tuổi) Khóa 39 (n=500)			Năm thứ hai (20 tuổi) Khóa 38 (n=500)			Năm thứ ba (21 tuổi) Khóa 37 (n=500)			Năm thứ tư (22 tuổi) Khóa 36 (n=500)		
	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv	$\overline{x}$	δ	Cv
Chiều cao (cm)	153.79	4.72	3.07	154.11	5.47	3.55	154.38	5.56	3.6	154.42	5.53	3.58
Cân nặng (kg)	46.01	3.74	8.13	46.21	4.11	8.89	47.33	4.21	8.89	47.78	3.43	7.18
Quetelet (g/cm)	299.7	24.38	8.13	300.75	24.49	8.14	322.67	24.97	7.74	310.18	25.89	8.35
BMI (kg/m^2)	19.56	1.82	9.3	19.42	1.58	8.14	20.13	2.01	9.99	19.98	1.76	8.81
Công số năng tim (HW)	13.91	0.92	6.61	13.99	1.06	7.58	11.47	1.08	9.42	11.24	0.74	6.58
Dẻo gập thân (cm)	12.92	1.07	8.28	12.88	2.18	16.93	10.67	0.92	8.62	9.97	0.85	8.53
Lực bóp tay thuận (kG)	28.99	2.06	7.11	28.99	2.29	7.9	28.76	2.35	8.17	28.33	2.15	7.59
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.11	1.29	10.65	15.08	1.07	8.86	14.43	0.86	9.12	13.99	0.67	8.39
Bật xa tại chỗ (cm)	158.69	15.14	9.54	156.43	14.22	9.09	153.99	13.78	8.95	153.21	13.42	8.76
Chạy 30 mét XPC (s)	6.22	0.58	9.32	6.17	0.47	7.62	6.51	0.59	9.06	6.82	0.53	7.77
Chạy con thoi 4x10m(s)	12.72	0.97	7.63	12.74	0.96	7.54	13.86	1.35	9.74	13.97	1.04	7.44
Chạy tùy sức 5 phút (m)	740.57	61.03	8.37	729.36	64.46	8.96	694.6	66.76	9.61	689.66	54.53	7.91

Bảng 3. Đánh giá thể lực của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của BGD&ĐT

TT	Nội dung kiểm tra	SV năm thứ nhất Khóa 39 (n=500)			Sinh viên năm thứ 2 Khóa 38 (n=500)			Sinh viên năm thứ 3 Khóa 37 (n=500)			Sinh viên năm thứ 4 Khóa 36 (n=500)		
		$\bar{x}$	Số SV đạt	Tỷ lệ %	$\bar{x}$	Số SV đạt	Tỷ lệ %	$\bar{x}$	Số SV đạt	Tỷ lệ %	$\bar{x}$	Số SV đạt	Tỷ lệ %
Nam	Bật xa tại chỗ (cm)	218.36	373	74.6	221.01	373	74.6	205.15	228	45.6	204.43	227	45.4
	Chạy 30 mét XPC (s)	4.90	484	96.8	4.74	491	98.2	5.31	395	79	5.42	351	70.2
	Chạy con thoi 4x10m(s)	10.65	484	96.8	10.76	484	96.8	11.76	418	83.6	11.81	402	80.4
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	944.89	204	40.8	940.22	197	39.4	849.17	37	7.4	842.8	29	5.8
	Xếp loại	Tốt	47	9.4	Tốt	48	9.6	Tốt	4	0.8	Tốt	3	0.6
		Đạt	68	13.6	Đạt	65	13	Đạt	22	4.4	Đạt	15	3
		K. đạt	385	77	K. đạt	387	77.4	K. đạt	474	94.8	K. đạt	482	96.4
Nữ	Bật xa tại chỗ (cm)	158.69	292	58.4	156.43	265	53	153.99	208	41.6	153.21	198	39.6
	Chạy 30 mét XPC (s)	6.22	380	76	6.17	394	78.8	6.51	303	60.6	6.82	186	37.2
	Chạy con thoi 4x10m(s)	12.72	324	64.8	12.74	321	64.2	13.86	50	10	13.97	29	5.8
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	740.57	5	1.0	729.36	1	0.2	694.60	0	0	689.66	0	0
	Xếp loại	Tốt	0	0	Tốt	0	0	Tốt	0	0	Tốt	0	0
		Đạt	4	0.8	Đạt	4	0.8	Đạt	0	0	Đạt	0	0
		K. đạt	496	99.2	K. đạt	496	99.2	K. đạt	500	100	K. đạt	500	100

Như vậy, thể lực của nam và nữ sinh viên trường Đại học Cần Thơ đạt ở mức thấp so với tiêu chuẩn đánh giá xếp loại của Bộ GD&ĐT. Sinh viên năm thứ nhất và thứ hai có thể lực tốt hơn sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư. Xếp loại thể lực của nữ sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư đều không đạt theo quy định của Bộ GD&ĐT. Các tố chất có số sinh viên đạt cao nhất là sức nhanh đối với nam và sức mạnh đối với nữ, sức bền ở cả nam và nữ đều có tỷ lệ số sinh viên xếp loại đạt rất thấp. Điều này cho thấy chương trình tín chỉ với các môn thể thao tự chọn thì sinh viên phát triển các tố chất sức nhanh và sức mạnh, nhưng hạn chế phát triển ở tố chất sức bền.

KẾT LUẬN

1. Trên cơ sở kiểm tra đánh giá thực trạng, đề tài đã xác định được đặc điểm thể chất của sinh viên trường Đại học Cần Thơ, cụ thể: Thể chất của sinh viên trường Đại học Cần Thơ tương đương với thể chất người Việt Nam cùng lứa tuổi và giới tính.

2. Thể lực của nam và nữ sinh viên trường Đại học Cần Thơ xếp loại đạt ở mức thấp so với tiêu chuẩn xếp loại của Bộ GD&ĐT. Sinh viên các năm thứ nhất và thứ hai có thể lực tốt hơn sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư, thể lực của nữ sinh viên năm thứ ba và năm thứ tư đều không đạt theo tiêu chuẩn quy định của Bộ GD&ĐT. Tuy nhiên, theo từng tố chất thể lực (trừ sức bền) các tố chất thể lực sức nhanh, sức mạnh, khả năng phối hợp vận động xếp loại đạt chiếm tỷ lệ cao.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT ngày 18/9/2008, *"Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên"*, Bộ Giáo dục và Đào tạo, Hà Nội.

2. Bộ Y tế (2003), *Các giá trị sinh học người Việt Nam bình thường thập kỷ 90 – thế kỷ XX*, Nxb Y học. Hà Nội.

3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Lê Văn Lẫm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải, Vũ Bích Huệ (2000), *Thực trạng phát triển thể chất của học sinh – sinh viên trước thềm thế kỷ 21*, Nxb TDTT, Hà Nội tr 155-157.

5. Tổng cục Thể dục thể thao (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 17/11/2016, phản biện ngày 25/11/2016, duyệt in ngày 5/12/2016)