THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA NAM HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ (11 ĐẾN 14 TUỔI) THÀNH PHỐ HÀ NỘI

Nguyễn Ngọc Khôi*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 11 test và đánh giá thực trạng thể chất cho nam học sinh THCS thành phố Hà Nội. Kết quả cho thấy: Mức độ phát triển thể chất của nam học sinh THCS thành phố Hà Nội nằm trong giới hạn phát triển bình thường của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính và ở mức độ tốt khi so sánh với tiêu chuẩn thể chất của người Việt Nam năm 2001 và có cao hơn so với kết quả nghiên cứu thể chất học sinh khu vực miền Bắc năm thời điểm năm 2008 tới năm 2012.

Từ khóa: thực trạng, thể chất, thể lực, học sinh, trung học cơ sở, thành phố Hà Nội…

Reality of constitution of Hanoi male secondary school students (age of 11-14)

Summary:

By using the common scientific research methods, the study has selected 11 tests and evaluated the reality of constitution of male secondary school students in Hanoi capital. The results show, the constitution development of the students is within the limits of the normal development of Vietnamese at the same age and gender, which is good in the comparison with Vietnamese constitutional criteria and better than the study results of constitution of Northern secondary school students from 2008 to 2012.

Keywords: reality, constitution, physical strength, students, secondary school, Hanoi Capital

ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe được xem như một bộ phận cấu thành của nền văn hoá xã hội. Đó là một mặt quan trọng của chất lượng đời sống, là nguồn tài sản quý báu của mỗi quốc gia, là sản phẩm phản ánh một cách khách quan thành tựu của nhiều lĩnh vực khoa học, trong đó có sự đóng góp quan trọng của Thể dục thể thao (TDTT) nói chung và công tác Giáo dục thể chất (GDTC) trường học nói riêng.

GDTC trong trường học các cấp là một bộ phận quan trọng trong nền giáo dục quốc dân. Để công tác GDTC thực sự có hiệu quả, đánh giá đúng mức độ phát triển thể chất của học sinh, sinh viên trong trường học các cấp là vấn đề vô cùng quan trọng giúp các nhà nghiên cứu, các giáo viên các trường có thể lựa chọn và ứng dụng các giải pháp hiệu quả nhằm phát triển thể chất cho học sinh. Chính vì vậy, năm 2001, tác giả Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự đã nghiên cứu thực trạng thể chất của người Việt Nam từ 6-20 tuổi. Tuy nhiên, sau 15 năm, các chỉ số này đã thay đổi nhiều. Năm 2014, tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự đã nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 đến lớp 12, thời điểm năm 2002-2014. Tuy vậy, tác giả cũng chỉ chia đối tượng nghiên cứu thành 3 miền: Miền núi, nông thôn và đồng bằng. Ngoài ra, chưa có tác giả nào quan tâm tới việc đánh giá sự phát triển thể chất của học sinh THCS thành phố Hà Nội.

Để có căn cứ xây dựng nội dung tập luyện ngoại khóa môn Taekwondo cho học sinh THCS thành phố Hà Nội, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Thực trạng thể chất của nam học sinh THCS (11 đến 14 tuổi) thành phố Hà Nội.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình đánh giá thực trạng, chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: 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

*ThS, Bộ môn Võ,Quyền anh, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

phạm, Phương pháp kiểm tra y học, Phương pháp kiểm tra tâm lý và Phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng nghiên cứu gồm có 800 nam học sinh thuộc 16 trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội thuộc các khu vực: Nội thành Hà Nội, Ngoại thành Hà Nội, Khu vực Hà Nội mới và các trường THCS khu vực miền núi (cụ thể thuộc huyện Sóc Sơn, Hà Nội), trong đó có 200 nam học sinh lớp 6; 200 nam học sinh lớp 7; 200 nam học sinh lớp 8 và 200 nam học sinh lớp 9.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn tiêu chí đánh giá thể chất cho nam học sinh THCS thành phố Hà Nội

Tiến hành lựa chọn tiêu chí đánh giá mức độ phát triển thể chất cho nam học sinh THCS (11 đến 14 tuổi) thành phố Hà Nội thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm và phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giáo viên GDTC lâu năm (>10 năm), đồng thời tiến hành phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi. Kết quả lựa chọn được 11 tiêu chí đánh giá mức độ phát triển thể chất cho đối tượng nghiên cứu.

Các chỉ tiêu được lựa chọn để đánh giá mức độ phát triển thể chất của học sinh THCS (11 đến 14 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội tương đồng với kết quả nghiên cứu của nhiều đề tài, luận án trong quá trình đánh giá thể chất của các đối tượng khác nhau. Có thể kể tới một số nghiên cứu như tác giả Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2002) [1]; Hoàng Công Dân (2005) [2]; Bùi Quang Hải (2008) [4], Đỗ Đình Quang (2013) [6], Trần Đức Dũng và cộng sự (2014) [3], Đồng Hương Lan (2016) [5] và tiêu chuẩn xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy: Trên 60% số tiêu chí chúng tôi sử dụng trong đánh giá mức độ phát triển thể chất cho nam học sinh THCS (11 đến 14 tuổi) thành phố Hà Nội trùng với kết quả nghiên cứu của các tác giả trước đây, trong đó có các tiêu chí thuộc cả 3 nhóm: Hình thái, chức năng cơ thể và đánh giá thể lực học sinh.

Có thể thấy, kết quả phỏng vấn các chuyên gia, cán bộ quản lý và giáo viên GDTC là đáng tin cậy, các test được lựa chọn qua phỏng vấn phù hợp để đánh giá mức độ thể chất cho đối tượng nghiên cứu.

2. Đánh giá thực trạng thể chất của nam học sinh THCS (11 đến 14 tuổi) thành phố Hà Nội

2.1. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 6 (11 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội

Tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 6 (11 tuổi) của học sinh các trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội thông qua khảo sát 200 nam học sinh thuộc 16 trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 6 (11 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội (n=200)

TT	Nội dung	Học sinh nam		
		$\bar{x}$	±δ	C_V
1	Chiều cao (cm)	142.26	5.98	4.21
2	Cân nặng (kg)	35.6	6.29	17.68
3	Dung tích sống (l)	1.6	0.16	10.32
4	Công năng tim (HW)	11.57	1.16	10.01
5	Phản xạ đơn (ms)	391.33	41.06	10.49
6	Phản xạ phức (ms)	489.21	51.31	10.49
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.23	0.14	11.6
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	13.41	1.92	14.3
9	Bật xa tại chỗ (cm)	161.6	15.06	9.32
10	Chạy 30m XPC (s)	6.25	0.35	5.62
11	Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.15	45.72	5.24

Qua bảng 1 cho thấy: Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 6 thuộc các trường THCS thành phố Hà Nội tương đương mức tốt của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính. Có thể thấy rõ điều này khi so sánh với các kết quả nghiên cứu có liên quan như:

Về chiều cao (cm): Kết quả đo được chiều cao trung bình của học sinh nam đo được là 142.26cm, cao hơn chiều cao trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính được công bố trong cuốn Thực trạng thể chất người Việt Nam (2001) (137.59cm) là gần 5cm. Kết quả thu được tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và công sự (thời điểm năm 2008) với chiều cao trung bình của nam cùng lứa tuổi, giới tính với nam là 141.91cm.

Về cân nặng: Cân nặng trung bình của nam là 35.60kg, cao hơn so với kết quả trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính được công bố thời điểm năm 2001 (với nam là 30.03kg). Đồng thời kết quả này cũng cao hơn một chút so với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2008) với nam là 35.31kg.

Về Dung tích sống (l): Dung tích sống trung bình của nam lứa tuổi này là 1.60l, tương đương với mức trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính và tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (2014) với dung tích sống trung bình của nam là 1.58l.

Về Công năng tim (HW): Giá trị trung bình công năng tim đạt được ở lứa tuổi này với nam là 11.57, tốt hơn so với tiêu chuẩn trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính thời điểm năm 2001 (với trung bình của nam là 12.86) nhưng thấp hơn khi so sánh với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2008) với trung bình của nam là 9.41.

Về phản xạ: Kết quả kiểm tra cả phản xạ đơn và phản xạ phức của nam học sinh THCS thành phố Hà Nội tốt hơn khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 và so sánh với học sinh THCS khu vực miền Bắc của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự năm 2008.

Về thể lực chung: Kết quả kiểm tra cả 4 chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực của học sinh THCS thành phố Hà Nội thu được đều cao hơn mức đạt theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại trình độ thể lực theo quyết định 53 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời kết quả này cũng cao hơn nhiều so với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001, nhỉnh hơn một chút so với kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh THCS miền Bắc Việt Nam theo kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2008).

2.2. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 7 (12 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội

Tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 7 (12 tuổi) của học sinh các trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội thông qua khảo sát 200 nam học sinh thuộc 16 trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội.

Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 7 (12 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội (n=200)

TT	Nội dung	Học sinh nam		
		$\overline{x}$	±δ	C_V
1	Chiều cao (cm)	147.65	6.29	4.26
2	Cân nặng (kg)	38	6.09	16.04
3	Dung tích sống (l)	1.82	0.19	10.28
4	Công năng tim (HW)	9.54	0.86	9.04
5	Phản xạ đơn (ms)	370.38	40.34	10.89
6	Phản xạ phức (ms)	460.4	46.37	10.07
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.38	0.17	12.06
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	14.49	1.71	11.83
9	Bật xa tại chỗ (cm)	170.55	16	9.38
10	Chạy 30m XPC (s)	6.04	0.3	4.95
11	Chạy tùy sức 5 phút (m)	897.78	47.77	5.32

Qua bảng 2 cho thấy: Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 7 thuộc các trường THCS thành phố Hà Nội tương đương mức tốt của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính. Có thể thấy rõ điều này khi so sánh với các kết quả nghiên cứu có liên quan như:

Về chiều cao (cm): Kết quả đo được chiều cao trung bình của học sinh nam lớp 7 đo được là 147.65cm, cao hơn chiều cao trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính thời điểm năm 2001 với trung bình của nam là 143.27cm. Kết quả nghiên cứu của luận án tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và công sự (thời điểm năm 2009) với chiều cao trung bình của nam cùng lứa tuổi, giới tính với nam là 146.00cm.

Về cân nặng: Cân nặng trung bình của nam lớp 7 là 38.00kg. Kết quả này cũng cao hơn so với kết quả trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính được công bố thời điểm năm 2001 (với nam là 33.24kg). Đồng thời kết quả này cũng cao hơn một chút so với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2009) với nam là 37.10kg.

Về Dung tích sống (l): Dung tích sống trung bình của nam lứa tuổi này là 1.82l, tương đương với mức trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính và tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (2014) với dung tích sống trung bình của nam là 1.81l.

Về Công năng tim (HW): Giá trị trung bình công năng tim đạt được ở lứa tuổi này với nam là 9.54 tốt hơn so với tiêu chuẩn trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính thời điểm năm 2001 (với trung bình của nam là 13.25) nhưng thấp hơn khi so sánh với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2009) với trung bình của nam là 11.60.

Về phản xạ: Kết quả kiểm tra cả phản xạ đơn và phản xạ phức của nam học sinh lớp 7 thành phố Hà Nội tốt hơn khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 và so sánh với học sinh THCS khu vực miền Bắc của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2009 (cùng lứa tuổi, giới tính).

Về thể lực chung: Kết quả kiểm tra cả 4 chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực của nam học sinh lớp 7 (12 tuổi) thành phố Hà Nội thu được đều cao hơn mức trung bình theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại trình độ thể lực theo quyết định 53 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời kết quả này cũng cao hơn nhiều so với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001, nhỉnh hơn một chút so với kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh THCS miền Bắc Việt Nam theo kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2009.

2.3. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 8 (13 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội

Tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 8 (13 tuổi) của học sinh các trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội thông qua khảo sát 200 nam học sinh thuộc 16 trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 8 (13 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội (n=200)

TT	Nội dung	Học sinh nam		
		$\bar{x}$	±δ	C_V
1	Chiều cao (cm)	153.43	6.18	4.03
2	Cân nặng (kg)	44.03	5.5	12.5
3	Dung tích sống (l)	2.33	0.18	7.9
4	Công năng tim (HW)	10.36	0.98	9.49
5	Phản xạ đơn (ms)	351.96	40.25	11.43
6	Phản xạ phức (ms)	441.53	44.38	10.05
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.51	0.17	11.05
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.51	1.89	12.17
9	Bật xa tại chỗ (cm)	176.98	17.32	9.79
10	Chạy 30m XPC (s)	5.85	0.31	5.24
11	Chạy tùy sức 5 phút (m)	928.67	50.66	5.45

Qua bảng 3 cho thấy: Tương tự như đối tượng nam học sinh lớp 6 và lớp 7, kết quả kiểm tra thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 8 thuộc các trường THCS thành phố Hà Nội tương đương mức tốt của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính. Có thể thấy rõ điều này khi so sánh với các kết quả nghiên cứu có liên quan như:

Các chỉ số hình thái (Chiều cao và cân nặng) Kết quả đo được chiều cao trung bình của học sinh nam đo được là 153.43cm và cân nặng trung bình là 44.03kgvà ca, cao hơn chiều cao và cân nặng trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính thời điểm năm 2001 với chiều cao của nam là 149.77cm và cân nặng trung bình là 37.80kg. Kết quả nghiên cứu của luận án tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và công sự (2014) với chiều cao trung bình của nam cùng lứa tuổi, giới tính với nam là 153.02cm và cân nặng trung bình là 42.10kg.

Các chỉ số chức năng: Dung tích sống (l) đo được của học sinh lớp 8 (13 tuổi) là 2.33l và Công năng tim (HW) là 10.36. Các này tương đương với mức trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính và tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2010) với dung tích sống trung bình của nam là 2.32l và công năng tim trung bình của nam là 10.33.

Về phản xạ: Kết quả kiểm tra cả phản xạ đơn và phản xạ phức của học sinh lớp 8 (13 tuổi) thành phố Hà Nội tốt hơn khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 và so sánh với học sinh THCS khu vực miền Bắc của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2010

Về thể lực chung: Kết quả kiểm tra cả 4 chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực của nam học sinh lớp 8 thành phố Hà Nội cao hơn mức trung bình theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại trình độ thể lực theo quyết định 53 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời kết quả này cũng cao hơn nhiều so với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001, nhỉnh hơn một chút so với kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh THCS miền Bắc Việt Nam theo kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2010.

2.4. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 9 (14 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội

Tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 9 (14 tuổi) của học sinh các trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội thông qua khảo sát 200 nam học sinh thuộc 16 trường THCS trên địa bàn thành phố Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Tương tự như đối tượng nam học sinh lớp 6, lớp 7 và lớp 8, kết quả kiểm tra thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 9 thuộc các trường THCS thành phố Hà Nội tương đương mức tốt của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính. Có thể thấy rõ điều này khi so sánh với các kết quả nghiên cứu có liên quan như:

Bảng 4. Thực trạng thể chất của nam học sinh lớp 9 (14 tuổi) trên địa bàn thành phố Hà Nội (n=200)

TT	Nội dung	Học sinh nam		
		$\overline{x}$	±δ	C_V
1	Chiều cao (cm)	158.62	5.87	3.7
2	Cân nặng (kg)	48.26	6.36	13.19
3	Dung tích sống (l)	2.82	0.25	8.87
4	Công năng tim (HW)	10.98	1.21	11.06
5	Phản xạ đơn (ms)	337.34	38.63	11.45
6	Phản xạ phức (ms)	424.26	42.29	9.97
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.58	0.17	11.07
8	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.57	2.47	14.89
9	Bật xa tại chỗ (cm)	183.84	17.45	9.49
10	Chạy 30m XPC (s)	5.61	0.29	5.25
11	Chạy tùy sức 5 phút (m)	967.01	54.25	5.61

Các chỉ số hình thái (Chiều cao và cân nặng) Kết quả đo được chiều cao trung bình của học sinh nam đo được là 158.62cm và cân nặng trung bình là 48.26kg, cao hơn chiều cao và cân nặng trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính thời điểm năm 2001 với chiều cao của nam là 155.67cm và cân nặng trung bình là 41.87kg. Kết quả nghiên cứu của luận án tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và công sự (2014) với chiều cao trung bình của nam cùng lứa tuổi, giới tính với nam là 158.13cm và cân nặng trung bình là 47.46kg.

Các chỉ số chức năng: Dung tích sống (l) đo được của học sinh lớp 9 (14 tuổi) là 2.82l và Công năng tim (HW) là 10.98. Các này tương đương với mức trung bình của người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính và tương đương với kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự (thời điểm năm 2010) với dung tích sống trung bình của nam là 2.81l và công năng tim trung bình của nam là 10.88.

Về phản xạ: Kết quả kiểm tra cả phản xạ đơn và phản xạ phức của nam học sinh lớp 9 thành phố Hà Nội tốt hơn khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 và so sánh với học sinh THCS khu vực miền Bắc của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2011

Về thể lực chung: Kết quả kiểm tra cả 4 chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực của học sinh THCS thành phố Hà Nội thu được đều cao hơn mức trung bình theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại trình độ thể lực theo quyết định 53 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, đồng thời kết quả này cũng cao hơn nhiều so với kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001, nhỉnh hơn một chút so với kết quả kiểm tra trình độ thể lực của học sinh THCS miền Bắc Việt Nam theo kết quả nghiên cứu của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự thời điểm năm 2011

KẾT LUẬN

1. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 11 tiêu chí đánh giá thể chất cho đối tượng nghiên cứu gồm: Đánh giá hình thái cơ thể (2 tiêu chí), đánh giá chức năng sinh lý (2 tiêu chí), đánh giá chức năng tâm lý (3 tiêu chí) và đánh giá trình độ thể lực (4 test).

2. Thực trạng thể chất của nam học sinh THCS thuộc các trường THCS thành phố Hà Nội tốt hơn hẳn so với người Việt Nam cùng lứa tuổi, giới tính theo kết quả điều tra thể chất nhân dân năm 2001 và nhỉnh hơn so với kết quả đánh giá thể chất của tác giả Trần Đức Dũng và cộng sự khi nghiên cứu về đặc điểm thể chất học sinh miền Bắc Việt Nam thời điểm năm 2008-2011.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 tới 20 tuổi (thời điểm 2001)*, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Hoàng Công Dân (2005), "Nghiên cứu phát triển thể chất cho học sinh các trường phổ thông dân tộc nội trú khu vực miền núi phía Bắc từ 15-17 tuổi", *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

3. Trần Đức Dũng và cộng sự (2014), "Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 tới lớp 12 (thời điểm 2002-2014)", *Đề tài NCKH cấp Bộ*, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch.

4. Bùi Quang Hải (2008), "Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh một số tỉnh phía Bắc bằng phương pháp quan sát dọc (6 đến 10 tuổi)", *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

5. Đồng Thị Hương Lan (2016), "Nghiên cứu phát triển thể chất của học sinh THPT chuyên các tỉnh Bắc miền Trung", *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

6. Đỗ Đình Quang (2013), "Nghiên cứu một số giải pháp phát triển thể chất nhằm nâng cao kết quả học tập thực hành kỹ thuật các môn thể thao trong chương trình đào tạo sinh viên Khoa TDTT Trường Đại học Hải Phòng", *Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 22/11/2016, phản biện ngày 28/11/2016, duyệt in ngày 5/12/2016)