

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUNG CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỦY LỢI

Nguyễn Thị Thu Hòa

Trường Đại học Thủy lợi, email: hoanttt@tlu.edu.vn

1. GIỚI THIỆU CHUNG

Sinh viên là nguồn lực to lớn và vô cùng quan trọng, trình độ phát triển của sinh viên không chỉ phụ thuộc vào tri thức mà còn có vai trò phát triển thể chất, ở đây không chỉ là vấn đề giống nòi, mà còn cả vấn đề sức khỏe để họ thực hiện kiến thức của mình. Để có thể lực tốt đòi hỏi sinh viên phải có quá trình rèn luyện thân thể (RLTT) thường xuyên theo một chương trình với nội dung và hình thức tập luyện khoa học phù hợp đặc điểm và sở thích cá nhân. Thực tế trong giảng dạy tại Trường Đại học Thủy lợi tôi nhận thấy, trong các giờ học giáo dục thể chất (GDTC) vẫn còn có nhiều sinh viên thể hiện tố chất thể lực còn yếu kém dẫn tới không hoàn thành chỉ tiêu đề ra của môn học, điều này ít nhiều ảnh hưởng đến kết quả học tập của các sinh viên và kết quả môn học GDTC. Việc nghiên cứu thể lực sinh viên hàng năm, cũng như diễn biến thể lực toàn khóa của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi là tiền đề điều chỉnh nội dung giảng dạy, hình thức tổ chức tập luyện phù hợp nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên. Trên cơ sở đó chúng tôi tiến hành.

“Đánh giá thực trạng thể lực chung của sinh viên trường Đại học Thủy lợi”

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp: phương pháp nghiên cứu lý

thuyết (đọc và phân tích tài liệu tham khảo); phương pháp phỏng vấn, quan sát, kiểm tra, thực nghiệm sư phạm; phương pháp thống kê toán để giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu của đề tài.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Đề tài tiến hành khảo sát thực trạng thể lực chung (TLC) của nam và nữ sinh viên Trường Đại học Thủy lợi qua các năm học theo 4 Test đã được lựa chọn: Kiểm tra chạy xuất phát cao (giây); Kiểm tra bật xa tại chỗ (cm); Kiểm tra chạy con thoi 4x10m (giây); Kiểm tra chạy tùy sức 5 phút (mét). Việc đánh giá thực trạng thể lực chung của đối tượng nghiên cứu được phân theo giá trị trung bình đạt được theo từng năm học phù hợp với giới tính và đánh giá thực trạng thể lực theo hình thức phân loại dựa trên tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực được ban hành theo quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT.

3.1. Đánh giá thể lực của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực

Đề tài tiến hành lấy kết quả kiểm tra thể lực của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi cuối các năm thứ 1, năm thứ 2 và năm thứ 3 với tiêu chuẩn phân loại được quy định theo tuổi trong bộ tiêu chuẩn để xác định mức độ thể lực đạt được. Kết quả được tổng hợp và trình bày cụ thể tại Bảng 1, 2 và 3.

**Bảng 1, Kết quả kiểm tra thực trạng TLC của sinh viên năm thứ nhất (Khóa 60)
Trường Đại học Thủy Lợi (n = 450)**

TT	Nội dung	Đối tượng	Chỉ tiêu Mức đạt	$\bar{x} \pm \sigma$	C _v %	Số SV Đạt			Tỷ lệ %
						Giỏi	Khá	Tổng	
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n=285)	205 - 222	206,38 ± 6,97	3,4	15	130	145	50,8
		Nữ (n=165)	151 - 168	152,55 ± 7,36	4,9	10	75	85	51,5
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	Nam (n=285)	4,8 – 5,8	5,83 ± 0,51	6,8	18	227	149	52,2
		Nữ (n=165)	5,8 – 6,8	6,85 ± 0,43	8,6	8	73	81	49,9
3	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam (n=285)	11,8 – 12,5	12,51 ± 0,83	3,1	16	269	150	52,6
		Nữ (n=165)	12,1 – 13,1	13,12 ± 0,68	6,5	9	75	84	50,9
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam (n=285)	940 - 1050	939,91 ± 19,14	9,7	14	130	144	50,5
		Nữ (n=165)	850 - 930	839,12 ± 18,06	9,6	6	74	80	48,8

Qua các Bảng 1 có thể nhận thấy trình độ TLC của các nam và nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thủy lợi mức trung bình và tương đối đồng đều thể hiện ở cả 4 nội dung kiểm tra thể lực có hệ số biến sai nhỏ hơn 10%. Thể hiện bằng tỷ lệ số sinh viên đạt theo tiêu chuẩn đạt 50% với mức đạt

của bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực áp dụng cho sinh viên các Trường Đại học: mức đạt ở 4 chỉ tiêu của nam 50,5% đến 52,6%; mức đạt ở 4 chỉ tiêu của nữ sinh viên còn thấp hơn chỉ chiếm từ nữ sinh viên chỉ chiếm từ 48,8% đến 51,5 %.

**Bảng 2, Kết quả kiểm tra thực trạng TLC của sinh viên năm thứ hai (Khóa 59)
Trường Đại học Thủy lợi (n = 506)**

TT	Nội dung	Đối tượng	Chỉ tiêu Mức đạt	$\bar{x} \pm \sigma$	C _v %	Số SV Đạt			Tỷ lệ %
						Giỏi	Khá	Tổng	
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n=266)	207 - 225	210,6 ± 7,41	3,6	25	130	155	62,0
		Nữ (n=240)	153 - 169	155,6 ± 6,39	4,2	10	75	140	58,3
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	Nam (n=266)	4,7 – 5,7	5,62 ± 0,62	10,9	35	134	169	63,5
		Nữ (n=240)	5,7 – 6,7	6,55 ± 0,67	10,1	30	132	162	60,9
3	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam (n=266)	11,75 -12,4	12,36 ± 0,53	4,3	36	269	166	62,4
		Nữ (n=240)	12,0 -13,0	12,86 ± 0,61	4,7	20	120	140	58,3
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam (n=266)	950 - 1060	997,2 ± 19,01	19,9	33	142	175	65,8
		Nữ (n=240)	870 - 940	895,4 ± 17,04	19,4	20	128	148	61,6

Qua các Bảng 2 nhận thấy trình độ TLC của các nam và nữ sinh viên năm thứ hai Trường Đại học Thủy lợi mức khá và không đều thể hiện ở 2/4 nội dung kiểm tra thể lực cả nam và nữ có hệ số biến sai lớn hơn 10%, sự phân tán lớn hơn so với năm thứ nhất. Số

lượng nam sinh viên khóa 59 ở mức đạt ở 4 chỉ tiêu chỉ chiếm: 58,3% đến 65,8 %, số lượng nữ sinh viên khóa 59 ở mức đạt ở 4 chỉ tiêu cao hơn nam nhưng chỉ chiếm: 45,8,3% đến 61,6%. Sinh viên năm thứ 2 có tỉ lệ đạt giỏi cao hơn năm thứ nhất.

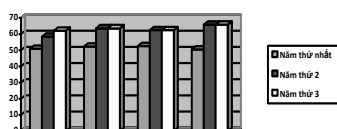
**Bảng 3. Kết quả kiểm tra thực trạng TLC của sinh viên năm thứ ba (Khóa 58)
Trường Đại học Thủy lợi (n = 418)**

TT	Nội dung	Đối tượng	Chỉ tiêu Mức đạt	$\bar{x} \pm \sigma$	C _v %	Số SV Đạt			Tỷ lệ %
						Giỏi	Khá	Tổng	
1	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam (n=286)	209 - 227	214,3 ± 10,31	3,6	35	143	178	62,9
		Nữ (n=132)	155 - 176	156,7 ± 9,8	4,2	18	62	80	60,6
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	Nam (n=286)	4,6 - 5,6	5,52 ± 0,66	10,9	32	155	187	65,4
		Nữ (n=132)	5,6 - 6,6	6,51 ± 0,75	10,1	21	61	82	62,1
3	Chạy con thoi 4x10m (s)	Nam (n=286)	11,7 - 12,3	12,15 ± 12,62	4,3	36	152	188	65,7
		Nữ (n=132)	11,9 - 12,9	12,46 ± 13,37	4,7	22	62	84	63,6
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam (n=286)	960 - 1070	988,2 ± 20,08	19,9	34	156	190	66,4
		Nữ (n=132)	890 - 950	910,2 ± 19,89	19,4	23	60	83	62,8

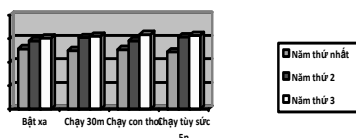
Qua các Bảng 3 nhận thấy trình độ TLC sinh viên năm thứ ba có thành tích cao nhất. Số lượng nam và nữ sinh viên khóa 58 ở mức đạt ở 4 chỉ tiêu đạt chiếm: 60,6% đến 66,4% và không đều thể hiện ở 3/4 nội dung kiểm tra thể lực có hệ số biến sai lớn hơn 10% do quá trình tự luyện tập và tham gia các CLB thể thao trong trường của sinh viên.

3.2. So sánh sự phát triển thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi theo các năm học

Để xem xét vấn đề chúng tôi so sánh tỉ lệ % sinh viên đạt tiêu chuẩn RLTT theo quy định của Bộ GD&ĐT. Kết quả so sánh được trình bày ở biểu đồ 1 và 2.



Biểu đồ 1: Tỉ lệ % nam sinh viên đạt tiêu chuẩn RLTT



Biểu đồ 2: Tỉ lệ % nữ sinh viên đạt tiêu chuẩn RLTT

Qua biểu đồ 1 và 2 cho thấy: TLC giữa các năm học của sinh viên năm thứ hai (K59) cao hơn năm thứ nhất (K60) và năm thứ ba (K58) hầu hết ở kiểm tra nhưng không nhiều. Sinh viên năm thứ nhất có TLC còn yếu dưới 40% số sinh viên đạt tiêu chuẩn RLTT. Kết quả của sự khác biệt này có thể giải thích: Năm thứ nhất sinh viên mới được học môn GDTC, năm thứ 3 sinh viên không học GDTC theo thời gian chính khóa.

4. KẾT LUẬN

Từ kết quả nghiên cứu chúng tôi đưa ra các kết luận sau:

1. Trình độ thể lực của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi ở mức khá, tỷ lệ sinh viên cả nam và nữ đạt tiêu chuẩn thể lực đạt từ 48.8 % đến 66.4 % theo quy định của Bộ GD&ĐT.

2. Mức độ phát triển thể lực của sinh viên Trường Đại học Thủy lợi phụ thuộc vào thời gian học môn học GDTC và quá trình tự rèn luyện của bản thân. Vì vậy thể lực của sinh viên có sự khác nhau giữa các năm học. Thể lực của sinh viên năm thứ ba cao hơn các năm thứ nhất và thứ hai.

5. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Quyết định số 53/2008/QĐ-BGD&ĐT, ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT.