

ĐÁNH GIÁ DIỄN BIẾN THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHIỆP THỰC PHẨM TP.HCM TRONG QUÁ TRÌNH HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

Nguyễn Xuân Phúc*

Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM

*Email: phucnx@cntp.edu.vn

Ngày nhận bài: 20/6/2018; Ngày chấp nhận đăng: 15/11/2018

TÓM TẮT

Nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng thể lực và diễn biến sự phát triển thể lực của sinh viên trong quá trình học giáo dục thể chất tại Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả nghiên cứu cho thấy thể lực của sinh viên phát triển không đồng đều, sau mỗi học phần thể lực đều có sự phát triển nhưng không đồng nhất. Khi phân loại các tổ chức thể lực của sinh viên theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo đối với nam sinh viên phần lớn đạt yêu cầu, trong khi đối với nữ còn khá khiêm tốn nhất là các tổ chức sức mạnh và sức bền.

Từ khóa: Giáo dục thể chất, thể lực, các tổ chức thể lực, sinh viên, Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh.

1. MỞ ĐẦU

Đất nước ta đã và đang thực hiện công cuộc công nghiệp hóa - hiện đại hóa, kết hợp hài hòa giữa tăng trưởng kinh tế với những vấn đề khác của xã hội như giáo dục, quốc phòng, khoa học công nghệ... cho nên rất cần con người phát triển cao về trí tuệ, cường tráng về thể chất, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức. Giáo dục thể chất (GDTC) là một mặt của giáo dục toàn diện, đồng thời là một bộ phận không thể tách rời của sự nghiệp giáo dục của mọi quốc gia trên thế giới. Sinh thời Chủ tịch Hồ Chí Minh luôn quan tâm tập luyện thể dục thể thao để duy trì sức khỏe. Trong bài viết *Sức khỏe và thể dục* Người đã dạy: “Giữ gìn dân chủ, xây dựng nước nhà, gây đời sống mới, việc gì cũng cần có sức khỏe mới thành công. Mỗi một người dân yếu ớt tức là làm cho cả nước yếu ớt một phần. Một người dân khỏe mạnh, tức là góp phần làm cho cả nước mạnh khỏe. Vậy nên tập luyện thể dục, bồi bổ sức khỏe là bổn phận của mỗi người dân yêu nước” [1].

Luật Thể dục, Thể thao năm 2006, Điều 20 đã quy định: “Giáo dục thể chất là môn học chính khóa thuộc chương trình giáo dục nhằm cung cấp kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản cho người học thông qua các bài tập và trò chơi vận động, góp phần thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện ...” [2].

Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM được thành lập năm 2010 trên cơ sở nâng cấp Trường Cao đẳng Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM. Với mục tiêu chung đào tạo người học có phẩm chất chính trị, đạo đức, có kiến thức, kỹ năng thực hành nghề nghiệp, năng lực nghiên cứu và phát triển ứng dụng khoa học và công nghệ tương xứng với trình độ đào tạo, có sức khỏe, có khả năng sáng tạo và trách nhiệm nghề nghiệp, thích nghi với môi trường làm việc, có ý thức phục vụ nhân dân [3]. Chương trình giáo dục thể chất của Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM gồm 150 tiết, chia làm 3 học phần: GDTC1 (60

tiết), GDTC2 (30 tiết), GDTC3 (60 tiết). Sinh viên hoàn thành chương trình trong hai năm đầu của khóa học. Tuy nhiên, trong thời gian qua hầu như chưa có công trình nào nghiên cứu liên quan đến môn GDTC tại Trường. Trong khi đó một số trường đã nghiên cứu như Trường Đại học sư phạm TP.HCM, Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Khoa học Tự nhiên, Đại học Bách khoa, Đại học Nông lâm, Đại học Tôn Đức Thắng, Đại học Sư phạm Kỹ thuật, Đại học Sài Gòn... Vì vậy, điều này trở thành vấn đề bức thiết đối với những người làm công tác giảng dạy môn Giáo dục thể chất.

Mục tiêu của nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng thể lực và diễn biến sự phát triển thể lực của sinh viên trong từng học phần GDTC.

2. NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Nội dung nghiên cứu

Nghiên cứu này thực hiện 2 nội dung chính: (1) Thực trạng thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM; (2) Diễn biến thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM trong quá trình học môn GDTC.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

Sử dụng các phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, kiểm tra sự phạm và toán thống kê [4-6].

3. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

3.1. Thực trạng thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM

3.1.1. Thực trạng thể lực của sinh viên qua từng học phần GDTC

Để đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên Trường, tác giả đã tiến hành kiểm tra thể lực của 200 sinh viên (100 nam và 100 nữ) trong từng học phần GDTC. Kết quả thể lực của sinh viên được thể hiện ở Bảng 1.

Bảng 1. Thực trạng thể lực của sinh viên ở từng học phần GDTC

TT	Tham số Test		GDTC1				GDTC2				GDTC3			
			\bar{X}	S	C_v	ϵ	\bar{X}	S	C_v	ϵ	\bar{X}	S	C_v	ϵ
1	Lực bóp tay thuận (kg)	Nam	42,92	3,44	8,02	0,02	44,61	2,85	6,38	0,01	45,91	2,31	5,03	0,01
		Nữ	28,14	2,5	8,88	0,02	29,01	2,51	8,65	0,02	29,58	2,6	8,79	0,02
2	Nằm ngửa gập bụng 30 s/lần	Nam	18,54	3,00	16,17	0,03	20,12	2,72	13,54	0,03	21,3	2,12	9,95	0,02
		Nữ	12,89	3,26	25,26	0,05	15,7	2,51	16	0,03	16,95	2,27	13,41	0,03
3	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	231,62	15,80	6,82	0,01	233,82	14,68	6,28	0,01	235,7	14,2	6,03	0,01
		Nữ	158,41	18,08	11,42	0,02	160,99	16,89	10,49	0,02	162,66	16,81	10,34	0,02
4	Chạy 30 m XPC (s)	Nam	4,90	0,42	8,09	0,02	4,85	0,41	8,43	0,02	4,74	0,36	7,59	0,02
		Nữ	6,08	0,48	7,89	0,02	5,93	0,39	6,59	0,01	5,85	0,37	6,38	0,01
5	Chạy con thoi 4 x 10 m (s)	Nam	10,83	0,74	6,83	0,01	10,77	0,69	6,39	0,01	10,63	0,66	6,20	0,01
		Nữ	12,12	0,67	5,55	0,01	12,05	0,46	3,82	0,01	11,94	0,45	3,77	0,01
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	1032,35	99,31	9,62	0,02	1044,90	83,66	8,01	0,02	1067,35	79,31	7,43	0,01
		Nữ	819,0	65,97	8,05	0,02	828,55	67,75	8,18	0,02	845,3	61,66	7,29	0,01

Thực trạng thể lực của sinh viên trong từng nội dung được kiểm tra (Bảng 1) cho thấy:

- Các chỉ số về cơ bản có độ đồng nhất cao giữa các cá thể nghiên cứu ($C_V < 10\%$). Trong cả 3 học phần với nam đó là lực bóp tay thuận, bật xa tại chỗ, chạy 30 m xuất phát cao, chạy con thoi 4×10 m, chạy 5 phút tùy sức, còn trong GDTC3 là nằm ngửa gập bụng; Với nữ là lực bóp tay thuận, chạy 30 m XPC, chạy 4×10 m và chạy tùy sức 5 phút.

- Các chỉ số ít có độ đồng nhất giữa các cá thể nghiên cứu ($C_V > 10\%$). Với nam là nội dung nằm ngửa gập bụng trong GDTC1 và GDTC2, còn với nữ là bật xa tại chỗ ở cả 3 học phần và nằm ngửa gập bụng trong GDTC2 và GDTC3.

- Chỉ số có độ đồng nhất thấp ($C_V > 20\%$) là nằm ngửa gập bụng (ở nữ) trong học phần GDTC1.

Mặc dù độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu ở một vài chỉ số khá lớn như trên nhưng tất cả các giá trị trung bình mẫu đều đủ đại diện cho số trung bình tổng thể ($\varepsilon \leq 0,05$), do đó số liệu này cơ sở để kết luận rằng số trung bình mẫu đủ tính đại diện và có thể dùng để ước lượng số trung bình của tổng thể.

Như vậy, qua nghiên cứu thể lực của 200 sinh viên, kết quả thu được có thể phản ánh trình độ thể lực chung của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM trong từng học phần GDTC.

3.1.2. So sánh thể lực của sinh viên ở các chỉ tiêu qua từng học phần GDTC

Để đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên trong quá trình học tập môn GDTC, chúng tôi tiến hành đánh giá so sánh kết quả ở cuối các học phần với nhau. Sự tăng trưởng của các yếu tố thể lực được đánh giá qua chỉ số S.Brody.

3.1.2.1. Đối với nam sinh viên: So sánh thể lực của nam được thể hiện ở Bảng 2.

Bảng 2. So sánh thể lực của nam qua các học phần GDTC (N = 100)

TT	TEST	GDTC1	GDTC2	GDTC3	t_{21}	t_{32}	t_{31}	\overline{W}_{21}	\overline{W}_{32}	\overline{W}_{31}
		$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$						
1	Lực bóp tay thuận (kg)	42,92±3,44	44,61±2,85	45,91±2,31	13,17	9,81	18,05	3,96	2,97	6,93
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	18,54±3	20,12±2,72	21,3 ± 2,12	8,3	5,3	11,79	8,57	6,09	14,62
3	Bật xa tại chỗ (cm)	231,62±15,8	233,82±14,68	235,7±14,2	9,92	11,83	15,72	0,98	0,82	1,80
4	Chạy 30 m XPC (s)	4,90±0,42	4,85±0,41	4,74 ± 0,36	2,78	6,36	10,57	0,99	2,09	3,07
5	Chạy 4 x10m (s)	10,83±0,74	10,77±0,69	10,63±0,66	1,07	2	3,22	0,57	1,27	1,83
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	1032,35±99,31	1044,9±83,66	1067,35±79,31	1,58	2,97	5,17	1,34	2,17	3,51
$t_{0,05} = 1,96$										

Số liệu ở Bảng 2 cho thấy, sau khi kết thúc từng học phần GDTC thành tích 2 chỉ tiêu chạy 4×10 m và chạy tùy sức 5 phút ở GDTC1 và GDTC2 tương đương nhau, còn ở GDTC3 tốt hơn ở GDTC1 và GDTC2. Các chỉ tiêu khác thì thành tích ở các học phần sau đều cao hơn học phần trước đó. Nhìn chung tất cả các chỉ tiêu thể lực của sinh viên nam đều có sự tăng trưởng nhất định sau mỗi học phần, mặc dù mỗi chỉ tiêu có tốc độ tăng trưởng khác nhau.

Sau khi kết thúc GDTC2 so với GDTC1 thì tăng trưởng nhiều nhất là nội dung nằm ngửa gập bụng 30 s/lần (8,57%), tăng trưởng ít nhất là nội dung chạy 4×10 m (0,57%). Sau khi kết thúc GDTC3 so với GDTC2 thì tăng trưởng nhiều nhất là nội dung lực bóp tay thuận

(6,09%), tăng trưởng ít nhất là nội dung bật xa tại chỗ (0,82%). Sau khi kết thúc GDTC3 so với GDTC1 thì tăng trưởng nhiều nhất là nội dung nằm ngửa gập bụng (14,62%), tăng trưởng ít nhất là nội dung bật xa tại chỗ (1,80%).

Nhìn chung, nhịp tăng trưởng có chiều hướng giảm dần từ học phần này sang học phần khác ở các chỉ tiêu lực bóp tay thuận, nằm ngửa gập bụng, bật xa tại chỗ. Còn ở các chỉ tiêu chạy 30 m XPC, chạy 4 x 10 m, chạy tùy sức 5 phút thì có chiều hướng tăng từ học phần này sang học phần khác.

3.1.2.1. Đối với nữ sinh viên : So sánh thể lực ở từng chỉ tiêu của nữ được thể hiện ở Bảng 3.

Bảng 3. So sánh thể lực của nữ qua các học phần GDTC (N = 100)

TT	TEST	GDTC1	GDTC2	GDTC3	t ₂₁	t ₃₂	t ₃₁	\overline{W}_{21}	\overline{W}_{32}	\overline{W}_{31}
		$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$	$\bar{X} \pm S$						
1	Lực bóp tay thuận (kg)	28,14±2,5	29,01±2,51	29,58 ± 2,6	7,48	3,83	9,97	3,08	1,89	4,97
2	Nằm ngửa gập bụng 30 s (lần)	12,89±3,26	15,7±2,51	16,95±2,27	15,82	6,18	15,46	21,51	8,02	29,20
3	Bật xa tại chỗ (cm)	158,41±18,08	160,99±16,89	162,66±16,81	10,38	8,73	16,56	1,72	1,05	2,77
4	Chạy 30 m XPC (s)	6,08±0,48	5,93±0,39	5,85 ± 0,37	6,45	3,57	9,57	2,43	1,23	3,66
5	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	12,12±0,67	12,05±0,46	11,94±0,45	1,39	3,21	4,15	0,48	0,91	1,39
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	819,0±65,97	828,55±67,75	845,3 ± 61,66	1,82	2,90	5,34	1,15	2,07	3,22
t _{0,05} = 1,96										

Số liệu ở Bảng 3 cho thấy, thành tích giữa các học phần của nữ có xu hướng giống như nam, nghĩa là các chỉ tiêu chạy 4 × 10 m và chạy tùy sức 5 phút ở GDTC1 và GDTC2 tương đương nhau, còn thành tích ở GDTC3 tốt hơn. Các chỉ tiêu khác thì thành tích đều tăng đáng kể qua mỗi học phần. Nhìn chung, thành tích tất cả các chỉ tiêu thể lực của sinh viên nữ đều có sự tăng trưởng sau mỗi học phần mặc dù tốc độ tăng trưởng ở mỗi chỉ tiêu và ở mỗi học phần là không giống nhau.

Sau khi kết thúc GDTC2 so với GDTC1 tăng trưởng nhiều nhất là nội dung nằm ngửa gập bụng (21,51%), tăng trưởng ít nhất là nội dung chạy 4 × 10 m (0,48%). Sau khi kết thúc GDTC3 so với GDTC2 thì tăng trưởng nhiều nhất là nội dung nằm ngửa gập bụng (8,02%) tăng trưởng ít nhất là nội dung chạy 4 × 10 m (0,91%). Sau khi kết thúc GDTC3 so với GDTC1 thì tăng trưởng nhiều nhất là nội dung nằm ngửa gập bụng (29,20%), tăng trưởng ít nhất là nội dung chạy 4 × 10 m (1,39%).

Xu hướng chung thì nhịp tăng trưởng có chiều hướng giảm từ học phần này sang học phần khác ở các chỉ tiêu lực bóp tay thuận, nằm ngửa gập bụng, bật xa tại chỗ, chạy 30m XPC. Còn ở chỉ tiêu chạy 4 × 10 m và chạy tùy sức 5 phút thì có chiều hướng tăng từ học phần này qua học phần khác.

Tóm lại, kết quả ở Bảng 2 và 3 cho thấy thành tích thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM sau mỗi học phần giáo dục thể chất đều tăng và sự tăng trưởng nhưng không đồng đều ở các chỉ tiêu.

3.2. Diễn biến thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm TP.HCM trong quá trình học môn GDTC

Phân loại thể lực của sinh viên theo Quyết định Số 53/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo, trong học phần GDTC1 và GDTC2 so sánh xếp loại tiêu chuẩn ở lứa tuổi 19, còn kết quả học phần GDTC3 ở lứa tuổi 20.

3.2.1. Đối với nam sinh viên: Diễn biến phân loại thể lực của nam ở Bảng 4 cho thấy:

- *Lực bóp tay thuận (kg)*: Kết quả loại tốt ở GDTC2 tăng lên nhưng đến GDTC3 giảm xuống, loại đạt tăng dần, loại không đạt giảm dần qua các học phần. So sánh phân loại thành tích giữa các học phần có sự khác biệt ($p < 0,05$), ưu thế thuộc về GDTC2 và GDTC3. Diễn biến xếp loại thành tích lực bóp tay thuận của nam được thể hiện qua ở Hình 1.

Bảng 4. Diễn biến phân loại thể lực của nam qua các học phần GDTC (N = 100)

TT	TEST	Xếp loại	GDTC1		GDTC2		GDTC3		X ²	p
			n	%	n	%	n	%		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	Tốt	7	7	19	19	13	13	39,214	<0,05
		Đạt	61	61	68	68	85	85		
		Không đạt	32	32	13	13	2	2		
2	Nằm ngửa gập bụng 30 s (lần)	Tốt	15	15	28	28	12	12	45,837	<0,05
		Đạt	57	57	67	67	85	85		
		Không đạt	28	28	5	5	3	3		
3	Bật xa tại chỗ (cm)	Tốt	69	69	72	72	70	70	1,627	>0,05
		Đạt	22	22	22	22	25	25		
		Không đạt	9	9	6	6	5	5		
4	Chạy 30m XPC (s)	Tốt	32	32	36	36	34	34	3,134	>0,05
		Đạt	60	60	60	60	63	63		
		Không đạt	8	8	4	4	3	3		
5	Chạy con thoi 4 x 10 m (s)	Tốt	84	84	85	85	88	88	4,849	>0,05
		Đạt	16	16	13	13	9	9		
		Không đạt	0	0	2	2	3	3		
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Tốt	35	35	44	44	48	48	19,586	<0,05
		Đạt	41	41	50	50	45	45		
		Không đạt	24	24	6	6	7	7		

- *Nằm ngửa gập bụng 30 s/lần*: loại tốt ở GDTC2 tăng lên nhưng đến GDTC3 thì giảm xuống, loại đạt tăng dần, loại không đạt giảm dần qua các học phần. So sánh kết quả xếp loại thành tích giữa các học phần có sự khác biệt ($p < 0,05$). Diễn biến xếp loại thành tích nằm ngửa gập bụng của nam được thể hiện ở Hình 2.

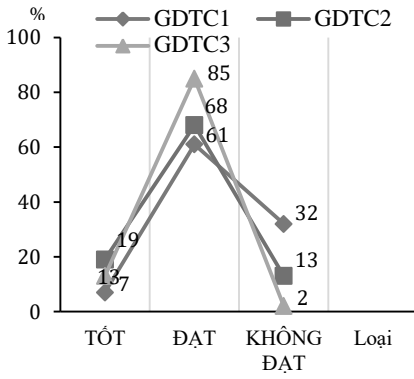
- *Bật xa tại chỗ (cm)*: kết quả loại tốt và đạt tăng dần, loại không đạt giảm dần qua các học phần GDTC, mặc dù số lượng tăng hay giảm không đáng kể. So sánh kết quả xếp loại thành tích giữa các học phần GDTC là không có sự khác biệt trong phân loại ($p > 0,05$). Diễn biến xếp loại thành tích bật xa tại chỗ của nam được thể hiện ở Hình 3.

- *Chạy 30 m XPC (s)*: kết quả loại tốt và đạt tăng dần, loại không đạt giảm dần qua các học phần GDTC. So sánh kết quả xếp loại giữa các học phần có sự khác biệt ($p < 0,05$). Diễn biến xếp loại thành tích chạy 30m của nam được thể hiện ở Hình 4.

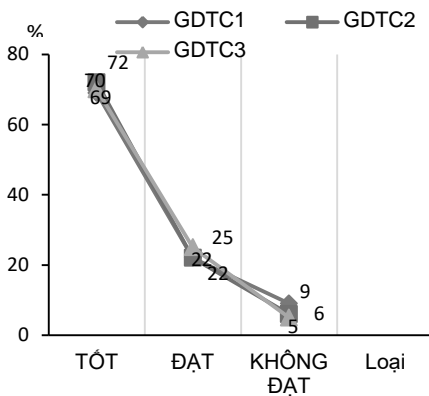
- *Chạy con thoi 4 x 10m (s)*: loại tốt và loại không đạt tăng dần, loại đạt giảm dần qua các học phần GDTC, nhưng số lượng tăng hoặc giảm không đáng kể. So sánh kết quả xếp

loại thành tích là không có sự khác biệt trong phân loại ($p > 0,05$). Diễn biến xếp loại thành tích chạy 4×10 m của nam được thể hiện ở Hình 5.

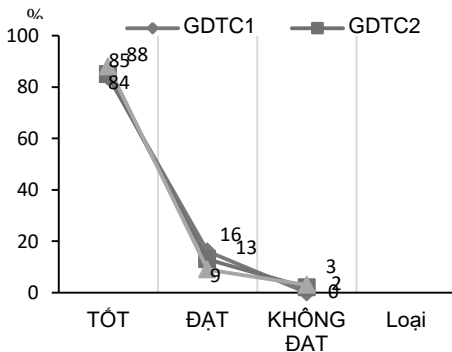
- *Chạy tùy sức 5 phút (m)*: loại đạt sang GDTC2 có tăng nhưng đến GDTC3 lại giảm, loại tốt tăng dần, loại không đạt giảm dần qua các học phần. So sánh kết quả xếp loại thành tích giữa các học phần có sự khác biệt ($p < 0,05$). Diễn biến xếp loại thành tích chạy tùy sức 5 phút của nam được thể hiện ở Hình 6.



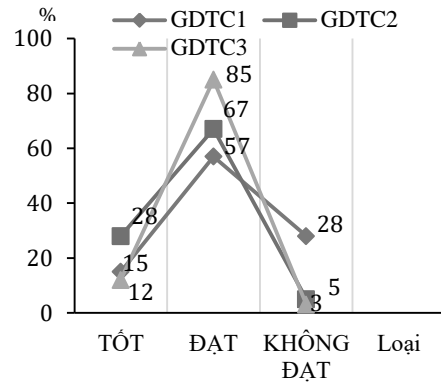
Hình 1. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích lực bóp tay thuận của nam



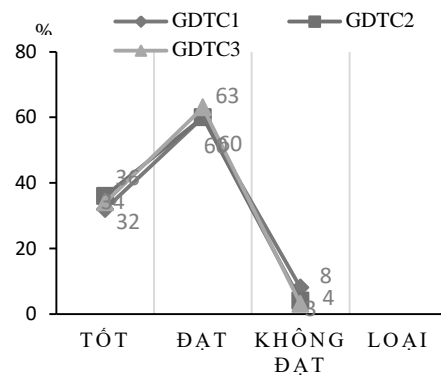
Hình 3. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích bật xa tại chỗ của nam



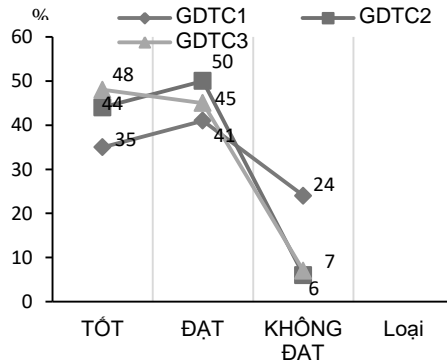
Hình 5. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy 4×10 m của nam



Hình 2. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích nằm ngửa gập bụng của nam



Hình 4. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy 30 m của nam



Hình 6. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy tùy sức 5 phút của nam

3.2.2. Đối với nữ sinh viên: Diễn biến phân loại thể lực của nữ được thể hiện ở Bảng 5:

Bảng 5. Diễn biến phân loại thể lực của nữ qua các học phần GDTC (N = 100)

TT	TEST	Xếp loại	GDTC1		GDTC2		GDTC3		X ²	p
			n	%	n	%	n	%		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	Tốt	11	11	21	21	23	23	14,420	<0,05
		Đạt	56	56	59	59	64	64		
		Không đạt	33	33	20	20	13	13		
2	Nằm ngửa gập bụng 30 s (lần)	Tốt	2	2	8	8	10	10	19,908	<0,05
		Đạt	23	23	39	39	44	44		
		Không đạt	75	75	53	53	46	46		
3	Bật xa tại chỗ (cm)	Tốt	29	29	30	30	34	34	1,616	>0,05
		Đạt	29	29	34	34	28	28		
		Không đạt	42	42	36	36	38	38		
4	Chạy 30 m XPC (s)	Tốt	24	24	27	27	23	23	5,552	>0,05
		Đạt	65	65	70	70	71	71		
		Không đạt	11	11	3	3	6	6		
5	Chạy con thoi 4 × 10 m (s)	Tốt	44	44	43	43	36	36	9,824	<0,05
		Đạt	46	46	53	53	62	62		
		Không đạt	10	10	4	4	2	2		
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Tốt	6	6	8	8	9	9	6,002	>0,05
		Đạt	19	19	22	22	10	10		
		Không đạt	75	75	70	70	81	81		

Kết quả cho thấy:

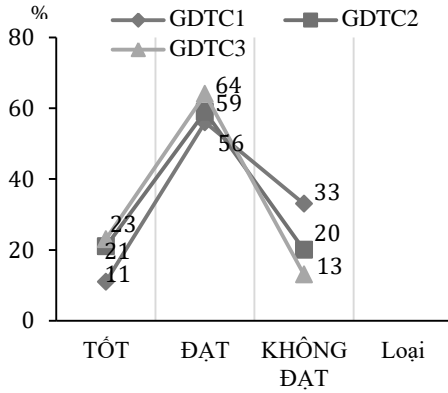
- *Lực bóp tay thuận (kg)*: loại tốt và đạt tăng dần và loại không đạt giảm dần qua các học phần nhưng vẫn còn tỷ lệ khá cao (13% ở GDTC3). So sánh kết quả xếp loại thành tích giữa các học phần GDTC có sự khác biệt ($p < 0,05$) (Hình 7).

- *Nằm ngửa gập bụng 30 s/lần*: loại tốt và loại đạt tăng dần và loại không đạt giảm dần qua các học phần nhưng vẫn còn rất cao (từ 75% giảm xuống chỉ còn 46%). So sánh kết quả xếp loại thành tích giữa các học phần GDTC là có sự khác biệt ($p < 0,05$) (Hình 8).

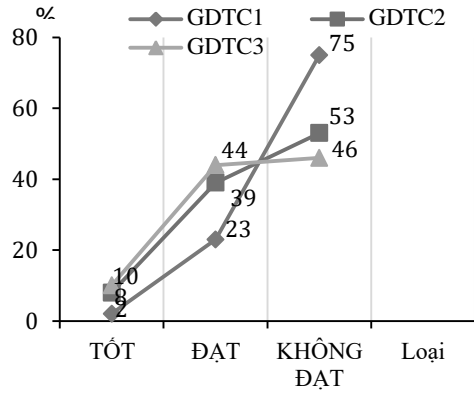
- *Bật xa tại chỗ (cm)*: loại tốt tăng dần qua các học phần, loại đạt sang GDTC2 tăng nhưng đến GDTC3 lại giảm xuống, loại không đạt ở GDTC2 giảm nhưng đến GDTC3 lại tăng lên, mặc dù số lượng tăng hay giảm qua các học phần là không đáng kể. So sánh xếp loại thành tích các học phần GDTC không có sự khác biệt ($p > 0,05$) nghĩa là sức mạnh bột phát chưa có sự tiến triển đáng kể trong phân loại (Hình 9).

- *Chạy 30 m XPC (s)*: loại đạt tăng dần qua các học phần, loại tốt ở GDTC2 tăng nhưng đến GDTC3 lại giảm xuống, loại không đạt ở GDTC2 giảm nhưng đến GDTC3 tăng, mặc dù sự tăng hoặc giảm số lượng qua các học phần không đáng kể. So sánh xếp loại thành tích chạy 30 m XPC qua các học phần GDTC không có sự khác biệt ở ngưỡng $p > 0,05$, nghĩa là sức nhanh không có sự tiến triển đáng kể trong phân loại (Hình 10).

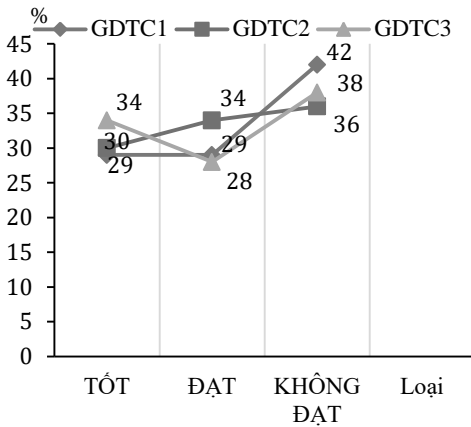
- *Chạy 4 × 10 m (s)*: loại tốt và không đạt giảm dần còn loại đạt tăng dần qua các học phần. Có thể nói cũng như chạy 30 m XPC, ở chỉ tiêu này tỷ lệ nữ sinh không đạt thuộc loại thấp (2-10%). So sánh phân loại thành tích qua các học phần GDTC có sự khác biệt ($p < 0,05$) (Hình 11).



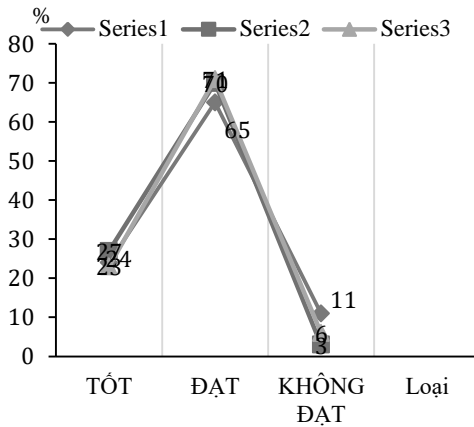
Hình 7. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích lực bóp tay thuận của nữ



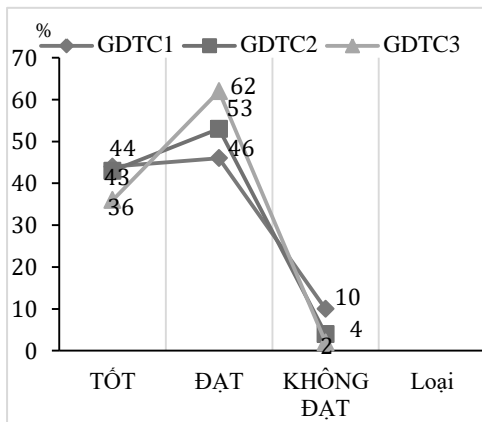
Hình 8. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích nằm ngửa gập bụng của nữ



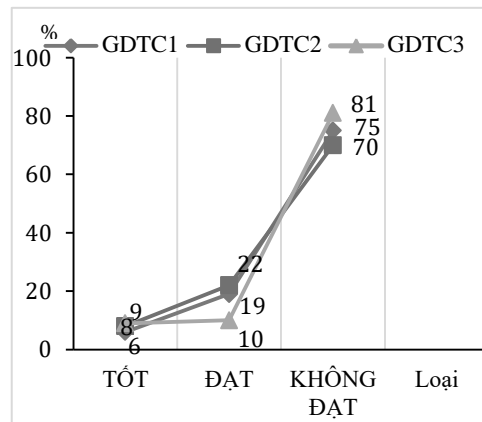
Hình 9. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích bật xa tại chỗ của nữ



Hình 10. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy 30 m của nữ



Hình 11. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy 4 × 10 m của nữ



Hình 12. Biểu đồ diễn biến phân loại thành tích chạy tùy sức 5 phút của nữ

- *Chạy tùy sức 5 phút (m)*: loại tốt tăng dần, loại đạt giảm dần qua các học phần, loại không đạt sang GDTC2 có giảm nhưng đến GDTC3 lại tăng lên, mặc dù sự tăng hoặc giảm số lượng sinh viên ở các học phần không đáng kể. Có thể khẳng định ở chỉ tiêu này tỷ lệ nữ sinh không đạt về sức bền luôn giữ ở mức rất cao (70-81%). So sánh phân loại thành tích qua các học phần GDTC không có sự khác biệt ($p > 0,05$), nghĩa là sức bền chưa có sự tiến triển đáng kể trong phân loại (Hình 12).

Từ kết quả nghiên cứu cho thấy, số lượng sinh viên từ loại đạt trở lên ngày càng tăng theo các học phần, mặc dù ở mỗi chỉ tiêu có sự gia tăng không đồng đều. So với các chỉ tiêu của Bộ Giáo dục và Đào tạo thì thể lực của nam ở từng chỉ tiêu đạt yêu cầu, vì khi xếp loại phần lớn nam đều từ loại đạt trở lên. Đối với nữ, thành tích ở các chỉ tiêu như lực bóp tay thuận, chạy 30 m XPC, chạy 4 × 10 m đạt yêu cầu, nhưng thành tích ở các chỉ tiêu nằm giữa gập bụng, bật xa tại chỗ và chạy tùy sức 5 phút là những chỉ tiêu đánh giá sức mạnh và sức bền chưa đạt yêu cầu, vì ở các nội dung này số lượng sinh viên không đạt chiếm tỷ lệ rất lớn.

4. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy thể lực của sinh viên Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh qua mỗi học phần Giáo dục Thể chất đều có sự tăng trưởng và sự tăng trưởng đó không đồng đều ở từng chỉ tiêu. So với tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo, tạo thể lực hiện nay của sinh viên nam đa phần thuộc từ loại đạt trở lên (81%) còn nữ sinh thì loại đạt còn quá ít (12%), tỷ lệ không đạt còn khá cao (nam 19%, nữ 82%). Qua các học phần thể lực nam đều có sự phát triển đáng kể, tỷ lệ đạt yêu cầu thể lực tăng từ 43% lên đến 82%; còn ở nữ, thể lực hầu như không có sự chuyển biến nhiều, tỷ lệ không đạt còn ở mức rất cao (82-89%), nhất là ở các chỉ tiêu đánh giá sức mạnh và sức bền như nằm giữa gập bụng, bật xa tại chỗ và chạy tùy sức 5 phút. Do vậy, Trường Đại học Công nghiệp Thực phẩm thành phố Hồ Chí Minh cần xem xét lại chương trình GDTC nhằm nâng cao thể lực cho sinh viên và tạo hứng thú rèn luyện TDTT cho sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trương Xuân Hùng - Chủ tịch Hồ Chí Minh với thể dục thể thao, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội, 2007.
2. Quốc hội - Luật Thể dục Thể thao 77/2006/QH 11, Hà Nội, 2006.
3. Quốc hội - Luật giáo dục đại học 08/2012/QH13, Hà Nội, 2012.
4. Đỗ Vĩnh, Nguyễn Anh Tuấn - Giáo trình lý thuyết và phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao, NXB Thể dục Thể thao, TP.HCM, 2007.
5. Bộ Giáo dục và Đào tạo – Quyết định của của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 về việc ban hành quy định đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
6. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải - Thống kê học trong thể dục thể thao, NXB Thể dục Thể thao, TP.HCM, 2008.

ABSTRACT

PHYSICAL ASSESSMENT OF STUDENTS OF HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF FOOD INDUSTRY IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

Nguyen Xuan Phuc*

Ho Chi Minh City University of Food Industry

*Email: *phucnx@cntp.edu.vn*

The aim of this research was to evaluate students' strength and show the development of student's strength during study physical education at school. The results show that the strength of student development is uneven, after each physical fitness it has developed but not uniform. After classifying physical strengths of students according to Ministry of Education regulations, male students are mostly required, while female students are relatively modest in terms of strength and endurance.

Keywords: Physical education, strength, physical fitness, students, Ho Chi Minh City University of Food Industry.

Giấy phép xuất bản số 435/GP-BTTTT, ngày 23 tháng 10 năm 2013.

In tại Cty TNHH in NAM ÁN. ĐC: 109/29 Hiệp Bình, KP6, P. Hiệp Bình Phước, Q.Thủ Đức. MST: 0307827706

Số lượng 250 cuốn, khổ 19 x 27 cm. In xong và nộp lưu chiểu tháng 12 năm 2018.