



THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐẠI HỌC HUẾ

Nguyễn Thế Tình¹, Nguyễn Văn Cường¹, Phạm Tuấn Dũng²

¹ Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế, 52 Hồ Đắc Di, Huế, Việt Nam

² Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh, P. Trang Hạ, TX. Từ Sơn, Bắc Ninh, Việt Nam

Tóm tắt. Áp dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp kiểm tra sư phạm, phương pháp toán thống kê và quan sát thực tế trên 112 nam và 58 nữ sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế, các tác giả nhận thấy rằng thể lực có sự khác nhau rõ rệt giữa các năm học. Sự phát triển thể lực của đối tượng nghiên cứu thay đổi theo quá trình học tập. Trong đó, hầu hết các tố chất sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo và khả năng phối hợp vận động của sinh viên ở năm thứ 2, năm thứ 3 tốt hơn ở sinh viên năm thứ nhất và năm thứ 4.

Từ khóa. thể lực, sinh viên chuyên ngành, giáo dục thể chất, Đại học Huế

1. Đặt vấn đề

1.1. Tính cấp thiết phải thực hiện đề tài

Sinh thời Hồ Chủ tịch đã khẳng định “muốn xây dựng chủ nghĩa xã hội, trước hết phải có con người xã hội chủ nghĩa”. Đó là con người phát triển toàn diện và xem “con người vừa là động lực, vừa là mục đích của cách mạng trong sự nghiệp đổi mới của đất nước” [16]. Muốn xây dựng đất nước giàu mạnh, văn minh phải có con người phát triển toàn diện, không chỉ về trí tuệ, trong sáng về đạo đức mà còn phải là con người cường tráng về thể chất.

Theo Nguyễn Đăng Chiêu, “...thể lực là một nội dung nằm trong định nghĩa chung về sức khỏe”. Tác giả cho rằng để đánh giá các tố chất thể lực, cần có các chỉ tiêu về hình thái, giải phẫu và sinh lý con người, trong đó có hai chỉ tiêu cơ bản là chiều cao đứng và cân nặng [4]. Tổ chức Y tế thế giới đưa ra khái niệm sức khỏe như sau: “Sức khỏe là một trạng thái thoải mái về thể chất, tinh thần và xã hội chứ không phải đơn thuần là không có bệnh tật, cho phép mọi người thích ứng nhanh chóng với các biến đổi của môi trường, giữ được lâu dài khả năng lao động và lao động có kết quả”. Sức khỏe gồm có sức khỏe cá nhân, sức khỏe gia đình, sức khỏe cộng đồng và sức khỏe xã hội. Sức khỏe phụ thuộc vào môi trường sống, quá trình nuôi dưỡng, quá trình rèn luyện, những vấn đề chung của từng nước và cộng đồng thế giới, v.v... Như vậy, thể lực là một yếu tố tạo nên sức khỏe [14].

*Liên hệ: thetinhdhh078@gmail.com

Theo Aulic, năng lực thể lực là tiềm năng của vận động viên để đạt được những thành tích nhất định trong môn thể thao được lựa chọn và năng lực thể lực được biểu hiện theo các thông số sự phạm như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng phối hợp vận động [1]. Như vậy, có thể nhận thấy ở những góc độ khác nhau, khái niệm thể lực được các tác giả đề cập đến không hoàn toàn giống nhau. Từ các kết quả phân tích trên đây có thể hiểu: Thể lực là năng lực tự nhiên của con người, được phát triển, hoàn thiện dưới tác động của lượng vận động và bộc lộ ra bên ngoài cơ thể cao hay thấp. Bên cạnh những yếu tố về thể hình và những hiểu biết, đạo đức, ý chí, kỹ thuật và chiến thuật thì các tố chất thể lực là một trong những nhân tố quan trọng nhất quyết định hiệu quả hoạt động của con người, trong đó có hoạt động thể dục thể thao [6].

Từ điển khoa học thể thao của Hongkong xác định tố chất thể lực là trạng thái và năng lực cơ bản của toàn bộ cơ thể con người biểu hiện trong vận động như: sức nhanh, sức mạnh, sức bền, v.v... là trạng thái công năng tổng hợp của con người liên quan tới vận động [11]. Như vậy, có thể nói vấn đề thể lực của sinh viên là vấn đề quan trọng, không nằm ngoài quá trình đào tạo. Vì vậy, việc kiểm tra và đánh giá trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành cần được quan tâm thường xuyên, và trở thành một nhiệm vụ quan trọng trong quá trình học tập.

Thực tế vấn đề kiểm tra đánh giá trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành hiện nay tại Khoa Giáo dục thể chất (GDTC) chưa được quan tâm đúng mức, chưa có việc đánh giá các tố chất thể lực sau mỗi kỳ học hay mỗi năm học. Trong khi đó, vấn đề thể lực là một trong những yếu tố đánh giá chất lượng đào tạo, qua đó tìm ra những biện pháp để nâng cao chất lượng giáo dục, thể lực, đáp ứng yêu cầu của hoạt động thực tiễn hiện nay cho sinh viên chuyên ngành và nâng cao chất lượng đào tạo nói chung, là cơ sở khoa học minh chứng thiết thực nhất cho hiệu quả của quá trình đào tạo hiện nay.

2. Đối tượng và phương pháp

2.1. Đối tượng

Các tố chất thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – Đại học Huế.

2.2. Phương pháp

Phương pháp nghiên cứu đề tài sử dụng là Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, Phương pháp kiểm tra sự phạm, và Phương pháp toán thống kê.

2.3. Phạm vi

Đề tài tiến hành nghiên cứu ngẫu nhiên 112 nam và 58 nữ sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế. Cụ thể gồm: khóa tuyển sinh 2014 (năm 1, 28 nam và 9 nữ); khóa tuyển sinh 2013 (năm 2, 27 nam, 12 nữ); khóa tuyển sinh 2012 (năm 3, 28 nam, 13 nữ); khóa tuyển sinh 2011 (năm 4, 29 nam, 24 nữ).

3. Kết quả nghiên cứu và thảo luận

Trong quá trình nghiên cứu, để có được hệ thống các bài thử (test) nhằm đánh giá được trình độ thể lực cho sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học, chúng tôi tiến hành lựa chọn một số test đã được sử dụng trong Quyết định số 53/2008/QĐ – BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên, bao gồm: Test Chạy 30 m xuất phát cao (s); Test Bật xa tại chỗ (cm); Test Chạy con thoi 4×10 m (s); Test Nằm ngửa gập bụng (lần/phút); Test Chạy 5 phút tùy sức (m) [2].

Để làm sáng tỏ vấn đề nghiên cứu, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của đối tượng nghiên cứu bằng giá trị trung bình của các chỉ số, sau đó tiến hành so sánh sự thay đổi thành tích của các chỉ số thể lực theo diễn biến của từng năm học và so sánh thực trạng đó với bộ tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

3.1. Thực trạng thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế theo các năm học

Thực trạng kiểm tra trình độ thể lực của sinh viên Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học được trình bày ở Bảng 1 và Bảng 2.

Bảng 1. Thực trạng kiểm tra trình độ thể lực của nam sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học

TT	Các chỉ tiêu (Test)	$\bar{X} \pm \delta$			
		Năm 1 (n = 28)	Năm 2 (n = 27)	Năm 3 (n = 28)	Năm 4 (n = 29)
1	Chạy 30 m XPC (s)	4,93 ± 0,53	4,56 ± 0,32	4,62 ± 0,43	4,78 ± 0,38
2	Bật xa tại chỗ (cm)	244,7 ± 12,2	255,2 ± 14,3	257,2 ± 16,3	253,8 ± 13,7
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	22,9 ± 1,75	26,2 ± 1,84	27,7 ± 1,54	25,3 ± 1,63
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	985 ± 34	1085 ± 47	1045 ± 52	1005 ± 43
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	10,91 ± 1,02	9,56 ± 0,97	9,89 ± 0,85	10,33 ± 1,03

Bảng 2. Thực trạng kiểm tra trình độ thể lực của nữ sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học

TT	Các chỉ tiêu (Test)	$\bar{X} \pm \delta$			
		Năm 1 (n = 9)	Năm 2 (n = 12)	Năm 3 (n = 13)	Năm 4 (n = 24)
1	Chạy 30 m XPC (s)	5,98 ± 0,45	5,46 ± 0,37	5,45 ± 0,41	5,73 ± 0,71
2	Bật xa tại chỗ (cm)	181,2 ± 12,6	191,4 ± 14,2	194,7 ± 13,2	192,9 ± 13,7
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	18,3 ± 1,76	23,2 ± 1,36	24,4 ± 1,51	23,6 ± 1,41
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	955 ± 59	982 ± 41	990 ± 45	985 ± 48
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,81 ± 0,81	11,22 ± 1,05	11,31 ± 1,21	11,72 ± 1,10

Dựa trên kết quả kiểm tra thực trạng trình độ thể lực của nam, nữ sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học ở Bảng 1 và Bảng 2, chúng tôi tiến hành so sánh sự phát triển thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – Đại học Huế được thể hiện tại Bảng 3 và Bảng 4 tại mục 3.2.

3.2. So sánh trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế theo các năm học

Kết quả so sánh trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế được phản ánh ở Bảng 3 và Bảng 4.

Bảng 3. So sánh trình độ thể lực của nam sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học (n = 112)

TT	Các chỉ tiêu (Test)	Năm 1–2		Năm 1–3		Năm 1–4		Năm 2–3		Năm 2–4		Năm 3–4	
		t	p	t	p	t	p	t	p	t	p	t	p
1	Chạy 30 m XPC (s)	3,18	<0,05	2,22	<0,05	2,32	<0,01	4,02	<0,01	3,09	<0,01	4,47	<0,01
2	Bật xa tại chỗ (cm)	2,51	<0,05	2,08	<0,05	3,28	<0,01	3,12	<0,05	3,26	<0,05	6,02	<0,01
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	4,79	<0,01	3,47	<0,05	2,68	<0,01	2,36	<0,05	2,64	<0,05	2,45	<0,05
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	3,55	<0,05	2,57	<0,05	2,23	<0,05	4,26	<0,01	4,25	<0,01	3,57	<0,01
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	4,12	<0,05	3,02	<0,05	3,46	<0,01	2,50	<0,05	2,51	<0,05	7,05	<0,01

Bảng 4. So sánh trình độ thể lực của nữ sinh viên chuyên ngành
Khoa GDTC – ĐH Huế theo các năm học ($n = 58$)

TT	Các chỉ tiêu (Test)	Năm 1-2		Năm 1-3		Năm 1-4		Năm 2-3		Năm 2-4		Năm 3-4	
		<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
1	Chạy 30 m XPC (s)	3,20	<0,05	2,48	<0,01	4,12	<0,01	3,22	<0,01	4,67	<0,01	3,05	<0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	2,64	<0,05	3,45	<0,01	3,09	<0,05	3,06	<0,05	4,12	<0,01	3,67	<0,05
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	3,35	<0,05	2,70	<0,01	2,64	<0,05	2,58	<0,05	2,35	<0,05	2,78	<0,05
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	3,47	<0,05	2,48	<0,05	2,63	<0,01	4,10	<0,01	3,52	<0,01	3,49	<0,05
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	3,20	<0,05	3,59	<0,01	2,85	<0,05	2,76	<0,05	5,56	<0,01	3,01	<0,05

Bảng 3 và Bảng 4 cho thấy: So sánh kết quả kiểm tra thể lực giữa các năm học thứ nhất, thứ hai, thứ 3 và thứ 4 của nam và nữ sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế đều có sự khác biệt, có ý nghĩa về mặt thống kê và đạt độ tin cậy cần thiết khi giá trị $t_{tính} > t_{Bảng}$, $p < 0,05$ (5 %) và $p < 0,01$ (1 %). Sự phát triển thể lực của đối tượng nghiên cứu thay đổi theo quá trình học tập: hầu hết các tố chất sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo và khả năng phối hợp vận động của nam, nữ sinh viên ở năm thứ 2, năm thứ 3 tốt hơn sinh viên năm thứ nhất và năm thứ 4. Điều này cũng phù hợp với quy luật của quá trình GDTC khi năm 1 sinh viên mới vào Khoa, thời gian tập luyện chưa nhiều, thành tích chưa tốt. Đến năm 2 và năm 3 là thời điểm có thành tích tốt nhất do sau một thời gian được tập luyện một cách thường xuyên, đều đặn, hợp lý về mặt khoa học trong quá trình đào tạo tại Khoa GDTC. Tuy nhiên, sang năm 4 thành tích của các em lại có xu hướng giảm xuống, nhưng sự giảm xuống này không đáng kể, vì bước sang năm cuối, sinh viên chuyên ngành phải tham gia kiến tập, thực tập và học các môn lý thuyết nhiều hơn để chuẩn bị cho thi tốt nghiệp, nên các em không có nhiều thời gian để duy trì các hoạt động thể lực, đồng nghĩa với việc thể lực của các em có chiều hướng giảm xuống. Như vậy, trong quá trình đào tạo Khoa GDTC cần điều chỉnh chương trình, tăng cường các hoạt động ngoại khóa TĐTT, giảm tải các học phần lý thuyết vào cuối khóa, v.v... sao cho sinh viên năm 4 có lượng vận động đều đặn hơn, đảm bảo duy trì trình độ thể lực cho sinh viên chuyên ngành trong suốt quá trình đào tạo.

3.2. Đánh giá trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế theo bộ tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo

Từ đặc điểm thể lực của sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế, chúng tôi tiến hành đánh giá trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành theo tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định tại quyết định 53/2008/QĐ-BGDĐT dành cho sinh viên Việt Nam. Kết quả nghiên cứu được trình bày tại Bảng 5, Bảng 6, Bảng 7 và Bảng 8.

Bảng 5. Kết quả so sánh trình độ thể lực sinh viên năm 1 Khoa GDTC – ĐH Huế theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo

TT	Nội dung	Chỉ tiêu		$\bar{X} \pm \delta$	C_v %	Số SV Đạt CT	Tỷ lệ (%)
		Tốt	Đạt				
Tổng số nam SV (n = 28)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	4,70	5,70	4,93 ± 0,53	10,75	28	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	225	207	244,7 ± 12,2	4,99	25	89,29
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	22	17	22,9 ± 1,75	7,64	22	78,57
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	1060	950	985 ± 34	3,45	26	92,86
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,75	12,40	10,91 ± 1,02	8,56	24	85,71
Tổng số nữ SV (n = 9)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	5,70	6,70	5,98 ± 0,45	7,53	9	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	169	153	181,2 ± 12,6	6,95	7	77,78
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	19	16	18,3 ± 1,76	7,43	8	88,89
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	940	870	955 ± 59	6,18	8	88,89
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	12,00	13,00	11,81 ± 0,41	3,47	7	77,78

Bảng 6. Kết quả so sánh trình độ thể lực sinh viên năm 2 Khoa GDTC – ĐH Huế theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo

TT	Nội dung	Chỉ tiêu		$\bar{X} \pm \delta$	C_v %	Số SV Đạt CT	Tỷ lệ (%)
		Tốt	Đạt				
Tổng số nam SV (n = 27)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	4,60	5,60	4,56 ± 0,32	7,02	27	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	227	209	255,2 ± 14,3	5,60	24	88,89
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	23	18	26,2 ± 1,84	7,02	23	85,19
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	1070	960	1085 ± 47	4,33	25	92,59
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,70	12,30	9,56 ± 0,97	10,15	22	81,48
Tổng số nữ SV (n = 12)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	5,60	6,60	5,46 ± 0,37	6,78	12	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	170	155	191,4 ± 14,2	7,42	9	75,00
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây	20	17	23,2 ± 1,36	5,86	10	83,33

	(lần)						
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	950	890	982 ± 41	4,18	11	91,67
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,90	12,90	11,22 ± 1,05	9,36	10	83,33

Bảng 7. Kết quả so sánh trình độ thể lực sinh viên năm 3 Khoa GDTC – ĐH Huế theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo

TT	Nội dung	Chỉ tiêu		$\bar{X} \pm \delta$	C_v %	Số SV Đạt CT	Tỷ lệ (%)
		Tốt	Đạt				
Tổng số nam SV (n = 28)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	4,60	5,60	4,62 ± 0,43	9,31	28	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	227	209	257,2 ± 16,3	6,34	26	92,86
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	23	18	27,7 ± 1,54	5,56	24	85,71
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	1070	960	1045 ± 52	4,98	27	96,43
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,70	12,30	9,89 ± 0,85	8,59	23	82,14
Tổng số nữ SV (n = 13)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	5,60	6,60	5,45 ± 0,41	7,52	13	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	170	155	194,7 ± 13,2	6,78	10	76,92
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	20	17	24,4 ± 1,51	6,19	11	84,62
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	950	890	990 ± 45	4,55	12	92,31
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,90	12,90	11,31 ± 1,21	10,70	10	76,92

Bảng 8. Kết quả so sánh trình độ thể lực sinh viên năm 4 Khoa GDTC – ĐH Huế theo bộ tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo

TT	Nội dung	Chỉ tiêu		$\bar{X} \pm \delta$	C_v %	Số SV Đạt CT	Tỷ lệ (%)
		Tốt	Đạt				
Tổng số nam SV (n = 29)							
1	Chạy 30 m XPC (s)	4,60	5,60	4,78 ± 0,38	7,95	29	100
2	Bật xa tại chỗ (cm)	227	209	253,8 ± 13,7	5,40	27	93,10
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	23	18	25,3 ± 1,63	6,44	25	86,21
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	1070	960	1005 ± 43	4,28	28	96,55
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,70	12,30	10,33 ± 1,03	9,97	23	79,31

<i>Tổng số nữ SV (n = 24)</i>							
1	Chạy 30m XPC (s)	5,60	6,60	5,73 ± 0,71	12,39	18	75,00
2	Bật xa tại chỗ (cm)	170	155	192,9 ± 13,7	7,10	21	87,50
3	Nằm ngửa gập bụng 30 giây (lần)	20	17	23,6 ± 1,41	5,97	20	83,33
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	950	890	985 ± 48	4,87	22	91,67
5	Chạy con thoi 4×10 m (s)	11,90	12,90	11,72 ± 1,10	9,39	19	79,17

Thông qua kết quả tại Bảng 5, 6, 7 và 8 có thể thấy rằng: Nếu lấy giá trị trung bình của các chỉ số về trình độ thể lực sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – ĐH Huế thì tất cả sinh viên đều từ mức đạt trở lên. Nhưng xét về số lượng thực tế vẫn có những sinh viên đạt tiêu chuẩn chỉ số này nhưng lại không đạt tiêu chuẩn của chỉ số kia; điều này có nghĩa đặc điểm trình độ thể lực của sinh viên chuyên ngành không toàn diện hoàn toàn. Chỉ duy nhất ở test chạy 30 m XPC thể hiện sức nhanh thì có 100 % sinh viên đều đạt và thậm chí kết quả rất tốt. Điều này cũng phù hợp với thực tế học thực hành tại Khoa GDTC: trong quá trình học tập sinh viên được học 4 học phần điền kinh trong đó có 2 nội dung chạy. Ngoài ra, các bài khởi động cho các môn học khác cũng chủ yếu tập trung vào các bài tập sức mạnh – tốc độ, bài tập biến tốc, v.v..., những bài tập có tác dụng phát triển tốc độ nên tố chất sức nhanh ở sinh viên chuyên ngành khá nổi trội. Còn lại các tố chất khác như sức mạnh, sức bền, mềm dẻo và khả năng phối hợp vận động có số sinh viên đạt tiêu chuẩn đều từ 76 % trở lên.

Như vậy, trình độ thể lực của nam và nữ sinh viên chuyên ngành Khoa GDTC – Đại học Huế đều xếp loại ở mức đạt trở lên, nhiều chỉ số có kết quả rất tốt. Ngoài ra, thông qua kết quả trên nhận có thể thấy trình độ thể lực của sinh viên năm thứ 2, năm thứ 3 và năm thứ 4 có tỷ lệ đạt cao hơn so với năm thứ nhất, đồng nghĩa với việc thành tích các năm này tốt hơn năm thứ nhất. Các tố chất có số sinh viên đạt cao như sức nhanh, sức mạnh và sức bền. Điều này cho thấy, chương trình đào tạo tại khoa GDTC đã đảm bảo được sự phát triển các tố chất chính trong quá trình đào tạo, huấn luyện. Tuy các chỉ tiêu đều đạt so với tiêu chuẩn của sinh viên Việt Nam, nhưng đây là những tiêu chuẩn dành cho sinh viên không chuyên ngành, nên cần nghiên cứu xây dựng một bộ tiêu chuẩn khác, cao hơn, phù hợp hơn để dành riêng đánh giá sinh viên chuyên ngành tại Khoa GDTC – ĐH Huế.

4. Kết luận

Kết quả nghiên cứu trên cho phép rút ra một số kết luận sau đây:

1. Sự phát triển thể lực của đối tượng nghiên cứu thay đổi theo quá trình học tập, trong đó, hầu hết các tố chất sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo và khả năng phối hợp vận động của sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế ở năm thứ 2, năm thứ 3 tốt hơn sinh viên năm thứ nhất và năm thứ 4.

2. Trình độ thể lực của nam và nữ sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế đều xếp loại ở mức đạt trở lên, nhiều chỉ số có kết quả rất tốt so với bộ tiêu chuẩn xếp loại thể lực sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

3. Cần nghiên cứu các biện pháp nhằm nâng cao trình độ thể lực; đồng thời xây dựng bộ tiêu chuẩn mới để đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic, I. V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb. TDTT, Hà Nội.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên* (Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008).
3. Dương nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb. TDTT, Hà Nội,
4. Nguyễn Đăng Chiêu (2007), *Thực trạng và các giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên ở một số trường đại học tại thành phố Hồ Chí Minh*, Đề tài KH&CN cấp Bộ.
5. Goikhoman, P. N (1978), *Các tố chất thể lực của Vận động viên*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, Nxb. TDTT, Hà Nội.
6. Nguyễn Long Hải (2012), *Nghiên cứu lựa chọn và ứng dụng các bài tập phát triển thể lực cho sinh viên trường Đại học Nông lâm – Đại học Huế*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường ĐH TDTT Đà Nẵng.
7. Đỗ Văn Hiếu (2012), *Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho SV Học viện Kỹ thuật Mật mã*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh.
8. Nguyễn Văn Hòa (2016), *Thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Cần Thơ*, Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh, [số đặc biệt/2016, Tr. 356–359].
9. Lê Mạnh Hùng (2015), *Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho sinh viên Khoa Kinh tế – Viện Đại học mở Hà Nội*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh.
10. Lê Văn Lãm, 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]
11. Đặng Thị Hồng Nhung (2012), *Nghiên cứu đánh giá tố chất thể lực chuyên môn của nữ Vận động viên Karate–Đội tuyển quốc gia*, Tạp chí Khoa học thể thao, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội [Số 1, Tr. 10].
12. Đỗ Thái Phong (2012), *Thực trạng thể lực và kết quả môn học GDTC của sinh viên Trường ĐH Khoa học – ĐH Thái Nguyên*, Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh, [Số đặc biệt, Tr. 178–181].
13. Phùng Chí Tài (2012), *Nghiên cứu giải pháp nâng cao thể lực cho Học viên Khóa 78 – Trường Sĩ quan lục Quân I*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường ĐH TDTT Bắc Ninh.

14. Tổng cục Thể dục thể thao (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ 21*, Nxb. TDTT, Hà Nội.
15. Nguyễn Văn Tuấn (2015), *Thực trạng thể lực và kết quả môn học GDTC của sinh viên năm thứ nhất khối công nghệ kỹ thuật Trường Đại học Hải Phòng*, Tạp chí Khoa học thể thao, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội [Số 6, Tr. 43–46].
16. Trương Quốc Uyên (2003), *Chủ tịch Hồ Chí Minh với TDTT*, Nxb. TDTT, Hà Nội.
17. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb. TDTT, Hà Nội.

CONDITIONS OF PHYSICAL POWER OF MAJOR'S STUDENTS IN THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION – HUE UNIVERSITY

Nguyen The Tinh¹, Nguyen Van Cuong¹, Pham Tuan Dung²

¹ HU – Faculty of Physical Education, 52 Ho Duc Di St., Hue, Vietnam

² Bac Ninh University of Sports, Trang Ha Ward, Tu Son, Bac Ninh, Vietnam

Abstract. Analyzing and synthesizing literature material, using pedagogical testing, statistics, and physical observation of 170 students including 112 male and 58 female in the Faculty of Physical Education – Hue University (GDTC), the authors revealed that physical strength was significantly different between the school years. The physical development of the students changes during the learning process. In particular, the rapidity, strength, durability, flexibility and coordination ability of major's students in the second and third year are better than those in the first and fourth year.

Keywords. power, major's students, physical education, Hue University