

# THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC TẠI THÀNH PHỐ VINH

Văn Đình Cường\*

## Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, chúng tôi đã tiến hành đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh. Kết quả nghiên cứu cho thấy, thể chất của sinh viên còn hạn chế và chưa đáp ứng được tiêu chuẩn theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo.

Từ khóa: Thực trạng, thể chất, sinh viên, trường đại học, Thành phố Vinh.

## The current situation of student's physicality at universities in Vinh city

### Abstract:

Using regular scientific research methods, we have conducted an assessment of the student's physicality at universities in Vinh City. The result of study shows that students' physicality is limited and does not meet the standards prescribed by the Ministry of Education and Training.

**Keywords:** Current situation, physicality, students, university, Vinh City.

## BẬT VẤN ĐỀ

Thể chất và sự phát triển thể chất là một bộ phận quan trọng của giáo dục sức khỏe. Thể chất phát triển theo quy luật tự nhiên và chịu ảnh hưởng rất lớn của giáo dục. Trong đó GDTC đóng vai trò quyết định đến quá trình phát triển thể chất và tăng cường sức khỏe cho con người. GDTC là quá trình sư phạm nhằm tăng cường sức khỏe, hoàn thiện thể chất, rèn luyện nhân cách và trang bị những kỹ năng vận động cần thiết cho mỗi cá nhân trong cuộc sống.

Thể lực chung của sinh viên cả nước và sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh nói riêng đang ở mức độ báo động, các trường chưa đưa nhiệm vụ kiểm tra thể lực của sinh viên vào kế hoạch đào tạo hàng năm. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Thực trạng thể chất của sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh làm căn cứ để lựa chọn giải pháp phát triển thể chất cho sinh viên trong thời gian tới.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu; Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; Phương pháp quan sát, điều tra sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp kiểm tra y học; Phương pháp toán học thống kê.

Nội dung kiểm tra bao gồm: Chiều cao đứng, cân nặng, chỉ số BMI, công năng tim và 5 test thể lực: Năm ngựa gập bụng (lần); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (giây); Chạy còn thời 4x10m (giây); Chạy tùy sức 5 phút (m).

Đối tượng kiểm tra khảo sát bao gồm: 1486 sinh viên (có 710 nam và 776 nữ) sinh viên đang theo học chương trình GDTC hệ đại học của nhà trường. Thời gian khảo sát vào tháng 9/2017.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Kết quả nghiên cứu thực trạng thể chất của sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh

Để đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên, chúng tôi tiến hành khảo sát đối tượng sinh viên ở năm thứ 2 theo các chỉ số thể hình và tiêu chí đánh giá thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành. Kết quả khảo sát được thể hiện tại bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy: Thực trạng thể chất của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh tương đối đồng đều. Chỉ có sinh viên Trường Đại học Y khoa Vinh kém hơn một ít về thể hình và thể lực so với sinh viên các trường còn lại.

Tiếp đến, để đánh giá thực trạng thể chất của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh, chúng tôi tiến hành so sánh kết quả kiểm tra với tiêu chuẩn đánh giá thể lực của sinh viên

**Bảng 1. Thực trạng trình độ thể chất của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh**

Các Test thử	$\bar{x} \pm \delta$ và $C_v$							
	Đại học Vinh		DH SP KT Vinh		DH Y khoa Vinh		DH Kinh Tế Nghệ An	
	$n_{Nam} = 342$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 184$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 94$	$C_v \%$	$n_{Nam} = 90$	$C_v \%$
Chiều cao đứng (m)	167.2±0.29	0.17	168.0±0.51	0.3	166.3±0.68	0.41	167.5±0.57	0.34
Cân nặng (kg)	56.75±2.80	4.93	57.12±4.0	7	55.24±5.41	9.79	56.38±5.10	9.04
Chỉ số BMI	20.30±1.80	8.87	20.24±1.38	6.82	19.98±1.57	7.86	20.09±1.62	8.06
Công năng tìm	11.20±0.87	7.76	10.13±0.74	7.31	12.34±1.12	9.08	12.05±1.19	9.87
Nằm ngửa gấp bụng 30s (lần)	16.8 ± 1.32	7.86	17.2 ± 1.05	6.1	15.7 ± 1.17	7.45	16.5 ± 1.08	6.54
Bật xa tại chỗ (cm)	211.2 ± 18.4	8.71	215.4 ± 14.3	6.64	202.6 ± 19.2	9.48	219.7 ± 15.6	7.1
Chạy 30m XPC (s)	5.68 ± 0.32	5.68	5.47 ± 0.21	3.84	5.97 ± 0.49	8.21	5.63 ± 0.42	7.46
Chạy con thoi 4x10m (s)	13.12 ± 0.65	4.95	12.69 ± 0.76	5.99	13.82 ± 0.72	5.21	12.98 ± 0.85	6.55
Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.3 ± 40.3	4.69	893.2 ± 51.1	5.72	859.6 ± 66.2	7.7	877.4 ± 42.8	4.88
	$n_{Nữ} = 420$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 76$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 152$	$C_v \%$	$n_{Nữ} = 128$	$C_v \%$
Chiều cao đứng(m)	157.1±0.28	0.18	156.2±0.69	0.44	156.4±0.51	0.33	155.7±0.42	0.27
Cân nặng(kg)	47.35±2.0	4.22	48.82±3.62	7.41	46.08±3.89	8.44	47.08±3.90	8.28
Chỉ số BMI	19.19±1.65	8.6	20.01±1.89	9.45	18.84±1.91	10.13	19.42±1.53	7.88
Công năng tìm	12.3±1.05	8.53	11.06±0.74	6.69	13.75±1.26	9.16	12.87±1.06	8.23
Nằm ngửa gấp bụng 30s (lần)	14.5 ± 1.06	7.31	13.8 ± 1.30	9.42	12.5 ± 0.92	7.36	14.2 ± 0.76	5.35
Bật xa tại chỗ (cm)	160.2 ± 8.40	5.24	167.6 ± 7.32	4.36	154.2 ± 8.81	5.71	162.8 ± 10.2	6.26
Chạy 30m XPC (s)	6.82 ± 0.38	5.57	6.53 ± 0.52	7.96	7.16 ± 0.30	4.19	6.94 ± 0.56	8.07
Chạy con thoi 4x10m (s)	13.89 ± 0.43	3.09	13.44 ± 0.60	4.46	14.83 ± 0.86	5.6	14.07 ± 0.62	4.4
Chạy tùy sức 5 phút (m)	783.3 ± 67.6	8.63	789.3 ± 52.8	6.68	766.4 ± 63.5	8.28	771.8 ± 57.8	7.48

**Bảng 2. Kết quả so sánh thống kê các chỉ tiêu đánh giá thể chất của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh**

Giới tính	Các test	Đại học Vinh		ĐH SPKT Vinh		ĐH Y khoa Vinh		ĐH Kinh tế NA	
			D1		D2		D3		D4
Nam	Chỉ số BMI	20.3	BT	20.24	BT	19.98	BT	20.09	BT
	Công năng tim	11.2	Kém	10.13	Kém	12.34	Kém	12.05	Kém
	Nằm ngừa gập bụng 30s (lần)	16.8	-0.2	17.2	0.2	15.7	-1.3	16.5	-0.5
	Bật xa tại chỗ (cm)	211.2	4.2	215.4	8.4	202.6	-4.4	219.7	12.7
	Chạy 30m XPC (s)	5.68	0.02	5.47	0.23	5.97	-0.27	5.63	0.07
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.12	-0.72	12.69	-0.29	13.82	-1.42	12.98	-0.58
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	872.3	-77.7	893.2	-56.8	859.6	-90.4	877.4	-72.6
Nữ	Chỉ số BMI	19.19	BT	20.01	BT	18.84	BT	19.42	BT
	Công năng tim	12.3	Kém	11.06	Kém	13.75	Kém	12.87	Kém
	Nằm ngừa gập bụng 30s (lần)	14.5	-1.5	13.8	-2.2	12.5	-3.5	14.2	-1.8
	Bật xa tại chỗ (cm)	160.2	7.2	167.6	14.6	154.2	1.2	162.8	9.8
	Chạy 30m XPC (s)	6.82	-0.12	6.53	0.17	7.16	-0.46	6.94	-0.24
	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.89	-0.89	13.44	-0.44	14.83	-1.83	14.07	-1.07
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	783.3	-86.7	789.3	-80.7	766.4	-103.6	771.8	-98.2

(D là giá trị chênh lệch giữa giá trị trung bình các test kiểm tra của từng trường so với TBTCVN, giá trị D + là đạt, D - là không đạt)

19 tuổi ở mức đạt yêu cầu theo quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT và theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO). Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy:

**Đối với nam:**

- Chỉ số BMI: Sinh viên các trường đều nằm ở mức độ bình thường
- Chỉ số công năng tim: Sinh viên các trường đều nằm ở mức kém.
- Nằm ngừa gập bụng 30s (lần): Sinh viên Trường Đại học SPKT Vinh là đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức không đạt yêu cầu.
- Bật xa tại chỗ (cm): Sinh viên các trường đều nằm ở mức đạt yêu cầu.
- Chạy 30m XPC (s): Sinh viên Đại học Y khoa Vinh không đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức đạt yêu cầu.
- Chạy con thoi 4x10m (s): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.
- Chạy tùy sức 5 phút (m): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

**Đối với nữ:**

- Chỉ số BMI: Sinh viên các trường đều nằm

ở mức độ bình thường.

- Chỉ số công năng tim: Sinh viên các trường đều nằm ở mức kém
- Nằm ngừa gập bụng 30s (lần): Sinh viên các trường nằm ở mức không đạt yêu cầu.
- Bật xa tại chỗ (cm): Sinh viên các trường đều nằm ở mức đạt yêu cầu.
- Chạy 30m XPC (s): Sinh viên Trường Đại học SPKT Vinh là đạt yêu cầu, các trường còn lại nằm ở mức không đạt yêu cầu.
- Chạy con thoi 4x10m (s): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.
- Chạy tùy sức 5 phút (m): Sinh viên các trường đều nằm ở mức không đạt yêu cầu.

Kết quả nghiên cứu trên cho chúng ta thấy, thể hình của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh nằm ở mức độ bình thường. Còn thể lực chung của sinh viên các trường mặc dù học năm thứ 2 đã hoàn thành chương trình GDTC nội khóa nhưng trình độ thể lực chung của sinh viên phần lớn chưa đạt mức độ yêu cầu theo bộ tiêu chuẩn đề ra cụ thể:

- + Đối với nam sinh viên các trường Đại học Vinh, ĐH Kinh tế Nghệ An tố chất sức mạnh tốc

độ chân và sức nhanh đạt yêu cầu, các tố chất như sức mạnh bền, tố chất khéo léo phối hợp vận động và tố chất sức bền chung chưa đạt yêu cầu. Nam sinh viên Trường ĐH SPKT Vinh tố chất sức mạnh bền, sức mạnh tốc độ và sức nhanh đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu. Nam sinh viên Trường ĐH Y khoa Vinh tố chất sức mạnh tốc độ đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu.

+ Đối với nữ sinh viên các trường Đại học Vinh, ĐH Y khoa Vinh, ĐH Kinh tế Nghệ An tố chất sức mạnh tốc độ chân đạt yêu cầu, các tố chất như sức mạnh bền, tố chất sức nhanh, tố chất khéo léo phối hợp vận động và tố chất sức bền chung chưa đạt yêu cầu. Nữ sinh viên trường ĐH SPKT Vinh tố chất sức mạnh tốc độ chân và tố chất sức nhanh đạt yêu cầu còn các tố chất thể lực khác không đạt yêu cầu.

**Bảng 3. Đánh giá phân loại thể lực của nam sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh (theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT)**

Đơn vị	Xếp loại		Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (s)	Chạy con thời 4x10m (s)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Trung bình % các test
<b>Tiêu chuẩn của Bộ GD&amp;ĐT</b>	Tốt		>22	>225	<4.70	<11.75	>1060	--
	Đạt		≥17	≥207	≤5.70	≤12.40	≥950	
<b>Đại học Vinh (n=342)</b>	Tốt	m <sub>i</sub>	33	56	30	20	9	8.65
		%	9.65	16.37	8.77	5.85	2.63	
	Đạt	m <sub>i</sub>	157	208	221	149	134	50.82
		%	45.91	60.82	64.62	43.57	39.18	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	152	78	91	173	199	40.53
		%	44.44	22.81	26.61	50.58	58.18	
<b>Đại học SPKT Vinh (n=184)</b>	Tốt	m <sub>i</sub>	29	41	21	17	14	13.26
		%	15.76	22.28	11.41	9.24	7.61	
	Đạt	m <sub>i</sub>	96	115	108	90	75	52.61
		%	52.17	62.5	58.7	48.91	40.76	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	59	28	55	77	95	34.13
		%	32.07	15.22	29.89	41.85	51.63	
<b>ĐH Y khoa Vinh (n=94)</b>	Tốt	m <sub>i</sub>	6	13	10	8	2	8.3
		%	6.38	13.83	10.64	8.51	2.13	
	Đạt	m <sub>i</sub>	38	46	41	36	26	39.79
		%	40.43	48.94	43.62	38.3	27.66	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	50	35	43	50	66	51.91
		%	53.19	37.23	45.74	53.19	70.21	
<b>ĐH Kinh tế Nghệ An (n=90)</b>	Tốt	m <sub>i</sub>	8	17	7	6	3	9.11
		%	8.89	18.89	7.78	6.67	3.33	
	Đạt	m <sub>i</sub>	38	58	54	39	38	50.44
		%	42.22	64.44	60	43.33	42.22	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	44	15	29	45	49	40.45
		%	48.89	16.67	32.22	50	54.45	

**2. Kết quả đánh giá phân loại thể lực chung của sinh viên các trường đại học theo tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT**

Kết quả đánh giá phân loại thể lực chung của sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh được trình bày tại bảng 3 và 4.

Qua bảng 3 cho thấy: Trình độ thể lực chung của nam sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh còn thấp, cụ thể:

- Trường Đại học Vinh: Số sinh viên đạt loại

tốt trung bình các test thể lực là 8,65%, loại đạt là 50,82%, loại không đạt là 40,53%.

- Trường Đại học SPKT Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 13,26%, loại đạt là 52,61%, loại không đạt là 34,13%.

- Trường Đại học Y khoa Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 8,30%, loại đạt là 39,79%, loại không đạt là 51,91%.

- Trường Đại học Kinh tế Nghệ An: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là

**Bảng 4. Đánh giá phân loại thể lực của Nữ sinh viên các trường Đại học tại Thành phố Vinh theo Quyết định 53/2008/QĐ-BGD&ĐT**

Đơn vị	Xếp loại	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 30m XPC (s)	Chạy con thoi 4x10m (s)	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Trung bình % các test	
Tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT	Tốt	>19	>169	<5.70	<12.00	>940	--	
	Đạt	≥16	≥153	≤6.70	≤13.00	≥870		
Đại học Vinh (n=420)	Tốt	m <sub>i</sub>	18	47	39	18	13	6.43
		%	4.28	11.19	9.29	4.29	3.1	
	Đạt	m <sub>i</sub>	143	245	203	177	105	41.57
		%	34.05	58.33	48.33	42.14	25	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	259	128	178	225	302	52
		%	61.67	30.48	42.38	53.57	71.9	
Đại học SPKT Vinh (n=76)	Tốt	m <sub>i</sub>	5	14	9	12	4	11.58
		%	6.58	18.42	11.84	15.79	5.26	
	Đạt	m <sub>i</sub>	22	44	39	33	29	43.95
		%	28.95	57.9	51.32	43.42	38.16	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	49	18	28	31	43	44.47
		%	64.47	23.68	36.84	40.79	56.58	
ĐH Y khoa Vinh (n=152)	Tốt	m <sub>i</sub>	5	16	10	5	3	5.13
		%	3.29	10.52	6.58	3.29	1.97	
	Đạt	m <sub>i</sub>	37	75	60	54	28	33.42
		%	24.34	49.35	39.47	35.53	18.42	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	110	61	82	93	121	61.45
		%	72.37	40.13	53.95	61.18	79.61	
ĐH Kinh tế Nghệ An (n=128)	Tốt	m <sub>i</sub>	8	16	18	14	6	9.69
		%	6.25	12.5	14.06	10.93	4.69	
	Đạt	m <sub>i</sub>	46	68	54	47	27	37.81
		%	35.94	53.12	42.19	36.72	21.09	
	Không đạt	m <sub>i</sub>	74	44	56	67	95	52.5
		%	57.81	34.38	43.75	52.35	74.22	



**Trong nhiều trường đại học, bóng rổ là môn thể thao được sinh viên yêu thích và tham gia tập luyện ngoại khóa đông đảo (Ảnh minh họa)**

9,11%, loại đạt là 50,44%, loại không đạt là 40,45%.

Như vậy, tỷ lệ nam sinh viên chưa đạt yêu cầu về trình độ thể lực chung theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo còn cao. Điều này chứng tỏ hiệu quả công tác GDTC của các trường chưa thực sự tốt.

Kết quả bảng 4 cho thấy: Trình độ thể lực chung của nữ sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh còn quá thấp, tỷ lệ % không đạt yêu cầu còn cao, cụ thể:

- Trường Đại học Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 6,43%, loại đạt là 41,57%, loại không đạt là 52,0%.

- Trường Đại học SPKT Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 11,58%, loại đạt là 43,95%, loại không đạt là 44,47%.

- Trường Đại học Y khoa Vinh: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 5,13%, loại đạt là 33,42%, loại không đạt là 61,45%.

- Trường Đại học Kinh tế Nghệ An: Số sinh viên đạt loại tốt trung bình các test thể lực là 9,69%, loại đạt là 37,81%, loại không đạt là 52,5%.

### **KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu thực trạng thể chất của sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh cho chúng tôi đi đến kết luận:

- Thể hình của sinh viên các trường đại học

tại Thành phố Vinh được đánh giá qua chỉ số BMI nằm ở mức độ bình thường.

- Chỉ số công năng tim của sinh viên các trường đều ở mức độ kém.

- Thể lực của sinh viên các trường đại học tại Thành phố Vinh ở 5 test so sánh với tiêu chuẩn của Bộ GD&ĐT theo QĐ53/2008/BGD&ĐT có tỷ lệ thể lực loại tốt rất thấp từ 5,13% đến 13,26%, loại không đạt chiếm tỷ lệ % cao từ 34,13% đến 61,45%.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Kỳ Anh, Vũ Đức Thu (1994), "Những giải pháp thực thi nhằm cải tiến nâng cao chất lượng GDTC trong các trường Đại học", *Tuyển tập nghiên cứu khoa học GDTC, sức khỏe trong nhà trường các cấp*, Nxb TDTT Hà Nội.
2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT Thành phố HCM.
3. Dương Nghiệp Chí (1991), *Do lường thể thao*, Nxb TDTT Hà Nội.
4. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.
6. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb Hà Nội.