

# THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA NHÓM SINH VIÊN HỌC MÔN BÓNG RỔ THEO HÌNH THỨC CÂU LẠC BỘ TẠI ĐẠI HỌC HUẾ

Lê Cát Nguyên\*, Nguyễn Phan Tiến Trung\*  
Nguyễn Đình Duy Nghĩa\*\*, Nguyễn Đôn Công Uy\*\*

## ABSTRACT

Through the comparison of the physical strength level of the students group who studying basketball in club model and students group studying basketball in traditional classes, in addition to accordance with Decision No. 53/2008 /BGDDT, the topic identifies the physical strength status of students group studying in club model as a basis for building teaching plans and evaluating students' physical strength development after learning period.

**Keywords:** Physical strength; Basketball; Club; Student; Hue University.

Ngày nhận bài: 25/5/2021; Ngày phản biện: 3/6/2021; Ngày duyệt đăng: 7/6/2021

### 1. Đặt vấn đề

Nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong trường học các cấp nhằm phát triển thể chất cho học sinh, sinh viên (SV) đang là vấn đề nhận được nhiều sự quan tâm từ phía gia đình, nhà trường và xã hội. Trong thời gian vừa qua, Khoa GDTC- Đại học Huế (ĐHH) đã tiến hành đổi mới chương trình GDTC giảng dạy cho SV ĐHH bằng cách xây dựng “Đề án giảng dạy môn học GDTC tại ĐHH theo nhu cầu, sở thích của người học (hình thức (câu lạc bộ) CLB)”. Bắt đầu từ năm học 2019-2020, chương trình mới này sẽ áp dụng để giảng dạy cho SV ĐHH với 03 môn thí điểm là Bóng rổ, Bóng bàn và Bóng chuyền. Để làm cơ sở xây dựng, điều chỉnh kế hoạch dạy học và đánh giá hiệu quả tập luyện của SV, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB tại ĐHH. Bài viết đã sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

### 2. Nội dung nghiên cứu

**2.1. Xác định tiêu chí đánh giá thực trạng thể lực của nhóm SV học tập môn**

### Bóng rổ theo hình thức CLB tại ĐHH

Thông qua phân tích các tài liệu liên quan, kết hợp với phương pháp phỏng vấn chuyên gia, đề tài đã thống nhất việc sử dụng 4 test để đánh giá trình độ thể lực của nhóm SV ĐHH tham gia học môn Bóng rổ theo hình thức CLB, đó là: Nằm ngửa gập bụng (lần/30s), bật xa tại chỗ (cm), chạy 30m xuất phát cao (XPC) (giây), chạy tùy sức 5 phút (phút). Việc sử dụng 4 test này đảm bảo đúng quy định của Quyết định số 53/2008/BGDĐT và đánh giá đầy đủ các tố chất thể lực của SV.

### 2.2. Đánh giá thực trạng thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB tại ĐHH

**2.2.1. Kết quả kiểm tra và xếp loại thể lực theo Quyết định số 53/2008/BGDĐT**

Bảng 2.1: Kết quả kiểm tra thể lực của SV nam học môn Bóng rổ theo hình thức CLB (n=22)

TT	Test	$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Xếp loại theo QĐ 53					
				Chưa đạt		Đạt		Tốt	
				n	%	n	%	n	%
1	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.08±3.02	16.92	9	40.91	9	40.91	4	18.18
2	Bật xa tại chỗ (cm)	210.25±10.8	10.82	11	50.00	6	27.27	5	22.73
3	Chạy 30m XPC (s)	5.75±0.46	7.72	9	40.91	13	59.09	0	0.00
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	985.25±52.85	5.12	9	40.91	11	50.00	2	9.09
Kết quả xếp loại thể lực SV nam theo tiêu chuẩn đánh giá của Bộ GDĐT				11	50.00	9	40.91	2	9.09

\* TS. Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế

\*\* ThS. Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế

Đề tài đã tiến hành kiểm tra thể lực nhóm SV học

môn BR theo hình thức CLB và đối chiếu với tiêu chuẩn được quy định theo Quyết định số 53/2008/BGDĐT. Kết quả được trình bày tại bảng 2.1 và bảng 2.2.

Kết quả bảng 2.1 cho thấy:

- Test nằm ngựa gập bụng: Có 40.91% SV nam xếp loại chưa đạt, 40.91% xếp loại đạt và 18.18% xếp loại tốt. Tỷ lệ SV nam xếp loại từ mức đạt trở lên chiếm 59.09%. Kết quả kiểm tra cũng cho thấy có sự chênh lệch khá cao về kết quả kiểm tra test nằm ngựa gập bụng giữa các SV nam trong nhóm ( $C_v > 10\%$ ).

- Test bật xa tại chỗ: Có 50.00% SV xếp loại chưa đạt, 27.27% xếp loại đạt và có 22.73% xếp loại tốt. Tỷ lệ SV xếp loại chưa đạt chiếm 50%. Sự chênh lệch về kết quả kiểm tra test bật xa tại chỗ của SV cũng khá cao ( $C_v > 10\%$ ).

- Test chạy 30m XPC: Có 40.91% SV xếp loại chưa đạt, 59.09% xếp loại đạt và không có SV xếp loại tốt. Kết quả kiểm tra cho thấy test chạy 30m XPC của SV không có sự chênh lệch nhiều ( $C_v < 10\%$ ).

- Test chạy tùy sức 5 phút: Có 40.91% SV xếp loại chưa đạt, 50.00% xếp loại đạt và 9.09% SV xếp loại tốt. Kết quả kiểm tra cho thấy test chạy 30m XPC của SV không có sự chênh lệch nhiều ( $C_v < 10\%$ ).

Như vậy khi đánh giá theo từng test kiểm tra thể lực thì cả 4 nội dung đều có số SV nam xếp loại đạt và tốt >50%. Tuy nhiên ở 2 test nằm ngựa gập bụng và bật xa tại chỗ, có sự chênh lệch khá lớn về kết quả kiểm tra của các nam SV trong nhóm ( $C_v > 10\%$ ), ở 2 test còn lại khả năng của SV tương đối đồng đều ( $C_v < 10\%$ ). Về kết quả xếp loại thể lực chung theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực của Bộ GDĐT (Quyết định số 53/2008/BGDĐT), có 9.09% SV xếp loại tốt, 40.91% xếp loại đạt và 50.00% xếp loại chưa đạt.

Bảng 2.2: Kết quả kiểm tra thể lực của SV nữ học môn Bóng rổ theo hình thức CLB (n=17)

TT	Test	$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Xếp loại theo QĐ 53					
				Chưa đạt		Đạt		Tốt	
				n	%	n	%	n	%
1	Nằm ngựa gập bụng (lần/30s)	16.73±2.14	13.48	7	41.18	8	47.06	2	11.76
2	Bật xa tại chỗ (cm)	147.33±9.61	32.29	7	41.18	9	52.94	1	5.88
3	Chạy 30m XPC (s)	6.17±0.26	16.06	8	47.06	9	52.94	0	0.00
4	Chạy tùy sức 5 phút (m)	825.33±74.57	13.15	9	52.94	7	41.18	1	5.88
Kết quả xếp loại thể lực nữ SV theo tiêu chuẩn đánh giá của Bộ GDĐT				11	64.71	5	29.41	1	5.88

Kết quả bảng 2.2 cho thấy:

- Test nằm ngựa gập bụng: Có 41.18% SV nữ xếp

loại chưa đạt, 47.06% xếp loại đạt và có 11.76% SV xếp loại tốt. Tỷ lệ SV xếp loại từ mức đạt trở lên chiếm 58.82%. Kết quả kiểm tra cũng cho thấy có sự chênh lệch khá cao về kết quả kiểm tra test nằm ngựa gập bụng của SV nữ trong nhóm ( $C_v > 10\%$ ).

- Test bật xa tại chỗ: Có 41.18% SV xếp loại chưa đạt, 52.94% xếp loại đạt và có 5.88% xếp loại tốt. Tỷ lệ SV xếp loại từ mức đạt trở lên chiếm 58.82%. Sự chênh lệch về kết quả kiểm tra test bật xa tại chỗ của SV nữ trong nhóm cũng khá cao ( $C_v > 10\%$ ).

- Test chạy 30m XPC: Có 47.06% SV xếp loại chưa đạt và 52.94% xếp loại đạt, không có SV xếp loại tốt. Như vậy khả năng chạy 30m XPC của SV nữ học môn BR theo hình thức CLB khá thấp. Kết quả kiểm tra cho thấy test chạy 30m XPC của nữ SV có sự chênh lệch khá cao ( $C_v > 10\%$ ).

- Test chạy tùy sức 5 phút: Có 52.94% SV xếp loại chưa đạt, 41.18% xếp loại đạt và 5.88% SV xếp loại tốt. Như vậy kết quả kiểm tra test chạy tùy sức 5 phút của SV khá thấp, và sự chênh lệch về khả năng chạy tùy sức 5 phút của SV nữ trong nhóm cũng khá cao ( $C_v > 10\%$ ).

Khi đánh giá theo từng chỉ tiêu kiểm tra thể lực thì có 03 test là nằm ngựa gập bụng, bật xa tại chỗ và chạy 30m XPC có số SV nữ xếp loại đạt và tốt >50%. Còn test chạy tùy sức 5 phút có hơn 50% SV nữ xếp loại chưa đạt. Đây là vấn đề giảng viên cần chú ý khi xây dựng kế hoạch giảng dạy.

Bảng 2.2 cho thấy ở cả 4 test khả năng thực hiện của các SV nữ có sự chênh lệch đáng kể ( $C_v > 10\%$ ). Về kết quả xếp loại thể lực theo tiêu chuẩn đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo (Quyết định số 53/2008/BGDĐT), có 5.88% SV nữ xếp loại tốt, 29.41% SV xếp loại đạt và có 64.71% SV xếp loại chưa đạt.

Như vậy có thể thấy, trình độ thể lực chung của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB khi đối chiếu với các tiêu chuẩn theo Quyết định số 53 còn khá thấp, đặc biệt là các SV nữ.

2.2.2. So sánh trình độ thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình

thức CLB với nhóm SV học môn BR theo chương trình GDTC cơ bản

Kết quả so sánh trình độ thể lực theo từng tiêu chí giữa SV nam và SV nữ của 2 nhóm được trình bày ở bảng 2.3 và bảng 2.4.

Trình độ thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB còn khá thấp. Thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB không có

*Bảng 2.3. So sánh trình độ thể lực theo từng tiêu chí giữa SV nam của 2 nhóm*

TT	Các test	Nhóm BR học theo hình thức CLB (n=22)				Nhóm BR học theo lớp cơ bản (n=124)				$\chi^2$
		$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Mức đạt trở lên		$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Mức đạt trở lên		
				n	%			n	%	
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	18.08±3.02	16.92	13	59.09	18.25±2.42	14.23	73	58.87	0.000
2	Bật xa tại chỗ (cm)	210.25±10.8	10.82	11	50.00	208.75±12.75	7.53	57	45.96	0.122
3	Chạy 30m XPC (giây)	5.75±0.46	7.72	13	59.09	5.94±0.53	9.44	71	57.26	0.026
4	Chạy tùy sức 5 phút (giây)	985.25±52.85	5.12	13	59.09	973.08±54.44	5.78	75	60.48	0.015

*Bảng 2.4: So sánh trình độ thể lực theo từng tiêu chí giữa SV nữ của 2 nhóm*

TT	Các test	Nhóm bóng rổ học theo hình thức câu lạc bộ (n=17)				Nhóm bóng rổ học theo lớp thông thường (n=92)				$\chi^2$
		$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Mức đạt trở lên		$(\bar{x} \pm \delta)$	$C_v$	Mức đạt trở lên		
				n	%			n	%	
1	Nằm ngửa gập bụng (lần)	16.73±2.14	13.48	10	58.82	16.33±2.65	16.74	52	56.52	0.031
2	Bật xa tại chỗ (cm)	147.33±9.61	32.29	10	58.82	149.4±17.99	40.34	55	59.78	0.005
3	Chạy 30m XPC (giây)	6.17±0.26	16.06	9	52.94	6.25±0.65	12.12	51	55.43	0.036
4	Chạy tùy sức 5 phút (giây)	825.33±74.57	13.15	8	47.06	821.25±68.03	20.62	42	45.65	0.011

Kết quả so sánh bảng 2.3 cho thấy ở 3 test nằm ngửa gập bụng, bật xa tại chỗ và chạy 30m XPC, thành tích của các SV nam học môn Bóng rổ theo hình thức CLB có nhỉnh hơn thành tích của các SV nam học môn Bóng rổ theo lớp cơ bản một chút, còn thành tích kiểm tra ở test chạy tùy sức 5 phút kém hơn. Tuy nhiên sự khác biệt chưa mang ý nghĩa thống kê ( $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}=3.84}$  ở ngưỡng xác suất  $P = 0.05$ ). Điều này cho thấy trình độ của lực của 02 nhóm SV là tương đương nhau.

Kết quả so sánh ở bảng 2.4 cho thấy ở 02 test nằm ngửa gập bụng và chạy tùy sức 5 phút, thành tích kiểm tra của các SV nữ học môn Bóng rổ theo hình thức CLB cao hơn so với các SV nữ học môn Bóng rổ theo lớp cơ bản, còn ở 02 test bật xa tại chỗ và chạy 30m XPC lại kém hơn. Tuy nhiên, sự khác biệt chưa có ý nghĩa ( $\chi^2_{\text{tính}} < \chi^2_{\text{bảng}=3.84}$  ở ngưỡng xác suất  $P = 0.05$ , độ tự do 1). Điều này cho thấy trình độ của lực của 02 nhóm SV là tương đương nhau. Như vậy có thể thấy, trình độ thể lực chung của nhóm SV học môn BR theo hình thức CLB với nhóm SV học môn BR theo chương trình GDTC cơ bản là tương đương nhau.

**3. Kết luận**

sự khác biệt so với nhóm SV học môn Bóng rổ theo lớp cơ bản. Sự phát triển các tố chất thể lực của nhóm SV học môn Bóng rổ theo hình thức CLB không đồng đều, đặc biệt là giữa các SV nữ ( $C_v > 10\%$ ).

**Tài liệu tham khảo**

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2008). Quy định về kiểm tra đánh giá thể lực HSSV ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí và cộng sự. (2003). Thực trạng Thể chất của người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm năm 2001). NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn. (2004). Đo lường thể thao. NXB Thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Lê Quang Dũng và nhóm nghiên cứu. (2018). Một số giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên Đại học Huế. Đề tài KH&CN cấp Bộ GD&ĐT.
5. Nguyễn Xuân Sinh, Lê Văn Lâm, Lưu Quang Hiệp, Phạm Ngọc Viễn. (2006). Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT. NXB TDTT Hà Nội.