

THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA NAM HỌC SINH TIỂU HỌC KHỐI LỚP 3 THAM GIA CHƯƠNG TRÌNH BÓNG ĐÁ HỌC ĐƯỜNG TẠI MỘT SỐ TRƯỜNG TIỂU HỌC NỘI THÀNH VÀ NGOẠI THÀNH THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

PHYSICAL FITNESS STATUS OF MALE PRIMARY SCHOOL THIRD GRADE PUPILS PARTICIPATING CURRICULUM SCHOOL FOOTBALL AT SOME URBAN AND SUBURBAN PRIMARY SCHOOLS IN HO CHI MINH CITY

TÓM TẮT: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh tham gia chương trình bóng đá học đường. Kết quả cho thấy, thể lực chung của học sinh là chưa tốt. So sánh theo tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với nam 08 tuổi theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT của Bộ Giáo dục và Đào tạo thì tỷ lệ xếp loại tốt còn rất ít, phần lớn là loại đạt và chưa đạt.

TỪ KHÓA: Thực trạng, thể lực, học sinh lớp 3, trường tiểu học, nội thành, ngoại thành.

ABSTRACT: Using regular scientific research methods, the study has evaluated the physical fitness status of male primary school third grade pupils at some urban and suburban primary schools in Ho Chi Minh City participating curriculum school football. The results show that, the pupils' general physical fitness is not good. Compared to the physical fitness assessment standards for 8-year-old men according to Decision no. 53/2008/QĐ-BGDĐT of the Ministry of Education and Training, the rate of good classification is very small, most of them pass and fail.

KEYWORDS: Status, physical fitness, third grade pupil, primary school, urban, suburban.

LÊ HOÀNG SƠN CHÂU

Sở Giáo dục và Đào tạo
Thành phố Hồ Chí Minh

ĐỖ VĨNH

Trường Đại học Sư phạm Thể dục
Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

LÝ VĨNH TRƯỜNG

Trường Đại học Thể dục Thể thao
Thành phố Hồ Chí Minh

LE HOANG SON CHAU

Ho Chi Minh city Department of
Education and Training

DO VINH

Ho Chi Minh City University of
Physical Educations and Sport

LY VINH TRUONG

University of Sport Ho Chi Minh city

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Để góp phần thực hiện mục tiêu đẩy mạnh, nâng cao chất lượng hoạt động giáo dục thể chất cho lực lượng học sinh phổ thông trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh. Ngày 11/09/2014 Sở Giáo dục và Đào tạo Thành phố Hồ Chí Minh phối hợp cùng Sở Văn hóa, Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh phê duyệt đề án bóng đá học đường dành cho học sinh tiểu học Thành phố Hồ Chí Minh giai đoạn 2014-2018. Đề án được giao cho Liên đoàn

Bóng đá Thành phố Hồ Chí Minh triển khai thực hiện. Đề án này nhằm đưa môn bóng đá học đường Thành phố Hồ Chí Minh phát triển, tạo vườn ươm tài năng cho bóng đá Thành phố Hồ Chí Minh và bóng đá nước nhà.

Chương trình bóng đá học đường đã được triển khai vào các trường học và đang góp phần thúc đẩy, phát triển công tác giáo dục thể chất và phong trào thể thao trường học tại Thành phố Hồ Chí Minh trong thời gian qua. Với việc bổ sung



môn bóng đá vào những giờ học tự chọn và ngoại khóa cùng các môn thể thao khác giúp tăng cường sức khỏe, phát triển các tố chất thể lực, hình thành thói quen tập luyện thể dục thể thao thường xuyên và xây dựng lối sống lành mạnh cho các em học sinh.

Nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh đang tham gia chương trình bóng đá học đường do Liên đoàn bóng đá Thành phố Hồ Chí Minh biên soạn. Kết quả nghiên cứu này sẽ là các cơ sở khoa học khách quan, giúp cho các nhà chuyên môn, các nhà quản lý nhìn nhận, đánh giá lại chương trình. Từ đó có những cải tiến, thay đổi phù hợp cho học sinh khối lớp 3 tại các trường tiểu học Thành phố Hồ Chí Minh, mang lại hiệu quả tích cực hơn

Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp như sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Khách thể nghiên cứu

Khách thể kiểm tra sự phạm là 1000 nam học sinh tiểu học khối lớp 3 đang tham gia chương trình bóng đá học đường của 12 trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh bao gồm:

+ 500 nam học sinh khối lớp 3 (250 nam học sinh nhóm thực nghiệm, 250 nam học sinh nhóm đối chứng) tại các

trường tiểu học nội thành như sau: Trường Tiểu học Phan Đình Phùng, Quận 3; Trường Tiểu học Lương Thế Vinh, Quận 7; Trường Tiểu học Lạc Long Quân, Quận 11; Trường Tiểu học Võ Thị Sáu, quận Gò Vấp; Trường Tiểu học Nguyễn Đình Chiểu - quận Bình Thạnh, Trường Tiểu học Hồ Văn Huê, quận Phú Nhuận; Trường Tiểu học Nguyễn Văn Trỗi, quận Tân Bình.

+ 500 nam học sinh khối lớp 3 (250 nam học sinh nhóm thực nghiệm, 250 nam học sinh nhóm đối chứng) tại các trường tiểu học ngoại thành thành như sau: Trường Tiểu học Tân Thành, huyện Củ Chi; Trường Tiểu học Tây Bắc Lân, huyện Hóc Môn; Trường Tiểu học Long Thạnh, huyện Cần Giờ; Trường Tiểu học Tân Thành, huyện Củ Chi; Trường Tiểu học Thuận Kiều, Quận 12, Trường Tiểu học Lê Văn Thọ, Quận 12 và Trường Tiểu học Lê Văn Việt, Thành phố Thủ Đức.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Xác định nội dung đánh giá thể lực của học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh

Để đánh giá thực trạng thể lực của học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh, nghiên cứu sử dụng 06 test đánh giá thể lực được ban

hành Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về việc đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh, sinh viên bao gồm các nội dung như sau: Lực bóp tay thuận (kg); Chạy 30m XPC (giây); Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây); Chạy con thoi 4x10m (giây); Bật xa tại chỗ (cm) và Chạy tùy sức 5 phút (m).

Sau khi tiến hành kiểm tra thể lực dựa theo 06 test, nghiên cứu tiến hành tham chiếu kết quả thành tích kiểm tra với tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với nam 08 tuổi được trình bày tại bảng 1 để đánh giá, xếp loại thể lực học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh.

2.2. Thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh

2.2.1. Thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một số trường tiểu học nội thành

Kết quả kiểm tra thể lực tại bảng 2 cho thấy:

- Lực bóp tay thuận (kg): Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 12.80$ kg, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 1.12$ kg, hệ số biến thiên $C_v = 8.76\% < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị trung bình $\bar{x}_{DC} = 13.10$, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 1.12$ hệ số biến thiên $C_v = 9.31\% < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho

BẢNG 1: TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC ĐỐI VỚI NAM 08 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT

TUỔI	PHÂN LOẠI	LỰC BÓP TAY THUẬN (kg)	NÀM NGỮA GẬP BỤNG (lần/30 giây)	BẬT XA TẠI CHỖ (cm)	CHẠY 30M XPC (giây)	CHẠY CON THOI 4 X 10M (giây)	CHẠY TÙY SỨC 5 PHÚT (m)
8	Tốt	> 15.1	> 11	> 142	< 6.00	< 13.10	> 800
	Đạt	≥ 12.4	≥ 6	≥ 127	≤ 7.00	≤ 14.10	≥ 700

BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA THỂ LỰC CỦA NAM HỌC SINH TIỂU HỌC KHỐI LỚP 3 TẠI MỘT SỐ TRƯỜNG TIỂU HỌC NỘI THÀNH (n=500)

TT	TEST	NHÓM TN (n=250)			NHÓM ĐC (n=250)			t _{tính}	P
		\bar{x}_{TN}	S	C _v %	$\bar{x}_{ĐC}$	S	C _v %		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	12.80	1.12	8.76	13.10	1.22	9.31	1.87	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	6.00	1.90	31.65	6.29	1.56	24.88	1.85	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	132.52	7.84	5.92	132.81	9.68	7.29	0.36	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	7.17	0.36	5.07	7.03	0.34	4.77	1.61	<0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.85	0.45	3.27	13.82	0.43	3.07	0.72	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	702.73	47.75	6.79	705.87	41.49	5.88	0.78	<0.05

thấy thành tích test Lực bóp tay thuận (kg) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Lực bóp tay thuận (kg) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất P < 0.05 (t_{tính} = 1.87 < t_{bảng} = 1.96).

- Nằm ngửa gập bụng (lần/30s): Thành tích của nhóm học sinh thực nghiệm có giá trị \bar{x}_{TN} = 6.00 lần, độ lệch chuẩn S_{TN} = 1.90 lần, hệ số biến thiên C_v = 31.65% > 10%. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{ĐC}$ = 6.29 lần, độ lệch chuẩn S_{ĐC} = 1.56 lần, hệ số biến thiên C_v = 24.88% > 10%. Qua kết quả thống kê cho thấy thành test Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng không đồng đều, có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất P <

0.05 (t_{tính} = 1.85 < t_{bảng} = 1.96).

- Bật xa tại chỗ (cm): Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị \bar{x}_{TN} = 132.52 cm, độ lệch chuẩn S_{TN} = 7.84 cm, hệ số biến thiên C_v = 5.92% < 10%. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{ĐC}$ = 132.81 cm, độ lệch chuẩn S_{ĐC} = 9.68 cm, hệ số biến thiên C_v = 7.29% < 10%. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất P < 0.05 (t_{tính} = 0.36 < t_{bảng} = 1.96).

- Chạy 30m XPC (s): Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị \bar{x}_{TN} = 7.17s với độ lệch chuẩn S_{TN} = 0.36s, hệ số biến thiên C_v = 5.07 < 10%. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{ĐC}$ = 7.03s, độ lệch chuẩn S_{ĐC} = 0.34s, hệ số

biến thiên C_v = 4.77 < 10%. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy 30m XPC (s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Chạy 30m XPC (s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất P < 0.05 (t_{tính} = 1.61 < t_{bảng} = 1.96).

- Chạy con thoi 4x10m (s): Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị \bar{x}_{TN} = 13.85s với độ lệch chuẩn S_{TN} = 0.45s, hệ số biến thiên C_v = 3.27 < 10%. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{ĐC}$ = 13.82s, độ lệch chuẩn S_{ĐC} = 0.43s, hệ số biến thiên C_v = 3.07 < 10%. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy con thoi 4x10m (s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Chạy con thoi 4x10m (s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê



BẢNG 3: KẾT QUẢ XẾP LOẠI THỂ THỰC LỰC CỦA NAM HỌC SINH TIỂU HỌC KHỐI LỚP 3 TẠI MỘT SỐ TRƯỜNG TIỂU HỌC NỘI THÀNH THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH THEO TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC ĐỐI VỚI NAM 08 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO (n=500)

NHÓM	XẾP LOẠI	LỰC BÓP TAY THUẬN (kg)		NĂM NGỪA GẬP BỤNG (lần/30s)		BẬT XA TẠI CHỖ (cm)		CHẠY 30M XPC (s)		CHẠY CON THOI 4X10M (s)		CHẠY 5 PHÚT TÙY SỨC (m)		TỔNG	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
Thực nghiệm (n=250)	Tốt	0	0	3	1,2	3	1,2	0	0	22	8,8	0	0	28	1,9
	Đạt	166	66,4	138	55,2	195	78	130	52	151	60,4	162	64,8	942	62,8
	Chưa “Đạt”	84	33,6	109	43,6	52	20,8	120	48	77	30,8	88	35,2	530	35,3
	Tổng	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	1500	100
Đối chứng (n=250)	Tốt	0	0	0	0	19	7,6	0	0	15	6	3	1,2	37	2,4
	Đạt	176	70,4	167	66,8	155	62	128	51,2	165	66	149	59,6	940	62,7
	Chưa “Đạt”	74	29,6	83	33,2	76	30,4	122	48,8	70	28	98	39,2	523	34,9
	Tổng	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	1500	100

ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$

($t_{\text{tính}} = 0.72 < t_{\text{bảng}} = 1.96$).

- Chạy tùy sức 5 phút (m):

Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị

$\bar{x}_{\text{TN}} = 702.73\text{m}$ với độ lệch chuẩn $S_{\text{TN}} = 47.75\text{m}$, hệ số biến thiên $C_v = 6.79 < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng

có giá trị $\bar{x}_{\text{ĐC}} = 705.87\text{m}$, độ lệch chuẩn $S_{\text{ĐC}} = 41.49\text{m}$, hệ số biến thiên $C_v = 5.88 < 10\%$. Qua

kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy tùy sức 5 phút

(m) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng

đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác

biệt về thành tích test Chạy tùy sức 5 phút (m) của 02 nhóm

này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$

($t_{\text{tính}} = 0.78 < t_{\text{bảng}} = 1.96$).

So sánh thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một

số trường tiểu học nội thành Thành phố Hồ Chí Minh với

tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với nam 08 tuổi theo Quyết

định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo

- Đối với học sinh nhóm thực nghiệm qua kết quả thống kê

cho thấy: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 1.9%, xếp loại

“Đạt” chiếm 62.8% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 35.3%.

Số lượng cụ thể từng test được thể hiện ở bảng 3.

+ Lực bóp tay thuận (kg): Có 166 học sinh xếp loại “Đạt”

chiếm tỷ lệ 66.4%, 84 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ

33.6%.

+ Năm ngựa gập bụng (lần): Có 3 học sinh xếp loại “Tốt”

chiếm tỷ lệ 1.2%, 138 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ

55.2%, 109 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 43.6%.

+ Bật xa tại chỗ (cm): Có 3 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm

tỷ lệ 1.2%, 195 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 78%, 52 học

sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 20.8%.

+ Chạy 30m XPC (s): Có 130

học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 52%, 120 học sinh xếp loại

“Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 48%.

+ Chạy con thoi 4x10m (s): Có 22 học sinh xếp loại “Tốt”

chiếm tỷ lệ 8.8%, 151 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ

lệ 60.4%, 77 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 30.8%.

+ Chạy 5 phút tùy sức (m): Có 162 học sinh xếp loại “Đạt”

chiếm tỷ lệ 64.8%, 88 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ

35.2%.

- Đối với học sinh nhóm đối chứng qua kết quả thống kê

cho thấy: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chiếm 2,4%, xếp loại

“Đạt” chiếm 62.7% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 34.9%.

Số lượng cụ thể từng test được thể hiện ở bảng 3 như sau:

+ Lực bóp tay thuận (kg): Có 176 học sinh xếp loại “Đạt”

chiếm tỷ lệ 70.4%, 74 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ

32%.

+ Năm ngựa gập bụng (lần): Có 167 học sinh xếp loại “Đạt”

chiếm tỷ lệ 66.8%, 83 học sinh

xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 29.6%.

+ **Bật xa tại chỗ (cm):** Có 19 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 7.6%, 155 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 62%, 76 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 30.4%.

+ **Chạy 30m XPC (s):** Có 128 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 51.2%, 122 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 48.8%.

+ **Chạy con thoi 4x10m (s):** Có 15 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 6%, 165 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 66%, 70 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 28%.

+ **Chạy 5 phút tùy sức (m):** Có 3 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 1.2%, 149 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 59.6%, 98 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 39.2%.

2.2.2. Thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một số trường tiểu học ngoại thành

Kết quả kiểm tra thể lực tại bảng 4 cho thấy:

- **Lực bóp tay thuận (kg):** Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 12.96$ kg, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 1.05$ kg, hệ số biến thiên $C_v = 8.13\% < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị trung bình $\bar{x}_{DC} = 12.78$, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 1.21$, hệ số biến thiên $C_v = 9.50\% < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Lực bóp tay thuận (kg) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Lực bóp tay thuận (kg) của 02 nhóm

này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$

($t_{tính} = 1.85 < t_{bảng} = 1.96$).
 - **Nằm ngửa gập bụng (lần/30s):** Thành tích của nhóm học sinh thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 6.14$ lần, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 1.71$ lần, hệ số biến thiên $C_v = 27.88\% > 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{DC} = 6.46$ lần, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 1.76$ lần, hệ số biến thiên $C_v = 27.19\% > 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành test Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng không đồng đều, có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Nằm ngửa gập bụng (lần/30s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ ($t_{tính} = 1.03 < t_{bảng} = 1.96$).

- **Bật xa tại chỗ (cm):** Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 131.27$ cm, độ lệch chuẩn $S_{TN} = 8.17$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 6.22\% < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{DC} = 131.03$ cm, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 8.91$ cm, hệ số biến thiên $C_v = 6.80\% < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Bật xa tại chỗ (cm) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ ($t_{tính} = 0.31 < t_{bảng} = 1.96$).

- **Chạy 30m XPC (s):** Thành tích của học sinh nhóm thực

nhệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 6.90$ s với độ lệch chuẩn $S_{TN} = 0.21$ s, hệ số biến thiên $C_v = 2.99 < 10\%$.

Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{DC} = 6.90$ s, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 0.23$ s, hệ số biến thiên $C_v = 3.36 < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy 30m XPC (s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Chạy 30m XPC (s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ ($t_{tính} = 0.12 < t_{bảng} = 1.96$).

- **Chạy con thoi 4x10m (s):** Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 13.98$ s với độ lệch chuẩn $S_{TN} = 0.46$ s, hệ số biến thiên $C_v = 3.28 < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{DC} = 13.86$ s, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 0.44$ s, hệ số biến thiên $C_v = 3.15 < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy con thoi 4x10m (s) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Chạy con thoi 4x10m (s) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ ($t_{tính} = 1.83 < t_{bảng} = 1.96$).

- **Chạy tùy sức 5 phút (m):** Thành tích của học sinh nhóm thực nghiệm có giá trị $\bar{x}_{TN} = 7009.22$ m với độ lệch chuẩn $S_{TN} = 42.89$ m, hệ số biến thiên $C_v = 6.05 < 10\%$. Thành tích của học sinh nhóm đối chứng có giá trị $\bar{x}_{DC} = 710.60$ m, độ lệch chuẩn $S_{DC} = 37.33$ m, hệ số biến



BẢNG 4: KẾT QUẢ KIỂM TRA THỂ LỰC CỦA NAM HỌC SINH TIỂU HỌC KHỐI LỚP 3 TẠI MỘT SỐ TRƯỜNG TIỂU HỌC NGOẠI THÀNH (n=500)

TT	TEST	NHÓM TN (n=250)			NHÓM ĐC (n=250)			$t_{\text{tính}}$	P
		\bar{x}_{TN}	S	$C_v\%$	$\bar{x}_{\text{ĐC}}$	S	$C_v\%$		
1	Lực bóp tay thuận (kg)	12.96	1.05	8.13	12.78	1.21	9.50	1.85	<0.05
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	6.14	1.71	27.88	6.46	1.76	27.19	1.03	<0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	131.27	8.17	6.22	131.03	8.91	6.80	0.31	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	6.90	0.21	2.99	6.90	0.23	3.36	0.12	<0.05
5	Chạy con thoi 4x10m (s)	13.98	0.46	3.28	13.86	0.44	3.15	1.83	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	709.22	42.89	6.05	710.60	37.33	5.25	0.38	<0.05

BẢNG 5: KẾT QUẢ XẾP LOẠI THỂ THỰC LỰC CỦA NAM HỌC SINH TIỂU HỌC KHỐI LỚP 3 TẠI MỘT SỐ TRƯỜNG TIỂU HỌC NGOẠI THÀNH THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH THEO TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC ĐỐI VỚI NAM 08 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO (n=500)

NHÓM	XẾP LOẠI	LỰC BÓP TAY THUẬN (kg)		NÀM NGỬA GẤP BỤNG (lần/30s)		BẬT XA TẠI CHỖ (cm)		CHẠY 30M XPC (s)		CHẠY CON THOI 4X10M (s)		CHẠY 5 PHÚT TÙY SỨC (m)		TỔNG	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
Thực nghiệm (n=250)	Tốt	0	0	3	1.2	1	0.4	0	0	0	0	0	0	4	0.3
	Đạt	182	72.8	154	61.6	177	70.8	162	64.8	164	65.6	164	65.6	1003	66.8
	Chưa Đạt	68	27.2	93	37.2	72	28.8	88	35.2	86	34.4	86	34.4	493	32.9
	Tổng	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	1500	100
Đối chứng (n=250)	Tốt	0	0	0	0	3	1.2	0	0	4	1.6	0	0	7	0.5
	Đạt	140	56	165	66	174	69.6	175	70	163	65.2	163	65.2	980	65.3
	Chưa Đạt	110	44	85	34	73	29.2	75	30	83	33.2	87	34.8	513	34.2
	Tổng	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	250	100	1500	100

thiên $C_v = 5.25 < 10\%$. Qua kết quả thống kê cho thấy thành tích test Chạy tùy sức 5 phút (m) của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng có sự đồng đều, không có sự phân tán giữa các cá thể nghiên cứu. Sự khác biệt về thành tích test Chạy tùy sức 5 phút (m) của 02 nhóm này chưa mang ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ ($t_{\text{tính}} = 0.38 < t_{\text{bảng}} = 1.96$).

So sánh thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tại một số trường tiểu học ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh với tiêu chuẩn đánh giá thể lực đối với nam 08 tuổi theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT

ngày 18/09/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo

- Đối với học sinh nhóm thực nghiệm qua kết quả thống kê cho thấy: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 0.3 %, xếp loại “Đạt” chiếm 66.8% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 32.9%. Số lượng cụ thể từng test được thể hiện ở bảng 5.

+ Lực bóp tay thuận (kg): Có 182 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 72.8 %, 68 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 27.2%.

+ Nằm ngửa gập bụng (lần): Có 3 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 1.2%, 154 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 61.6

%, 93 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 37.2%.

+ Bật xa tại chỗ (cm): Có 1 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 0.4 %, 177 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 70.8 %, 72 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 28.8%.

+ Chạy 30m XPC (s): Có 162 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 64.8%, 88 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 35.2%.

+ Chạy con thoi 4x10m (s): Có 164 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 65.6%, 86 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 34.4%.

+ Chạy 5 phút tùy sức (m): Có 164 học sinh xếp loại “Đạt”

chiếm tỷ lệ 64.8%, 86 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 34.4%.

- Đối với học sinh nhóm đối chứng qua kết quả thống kê cho thấy: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 0.5%, xếp loại “Đạt” chiếm 65.3% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 34.2%. Số lượng cụ thể từng test được thể hiện ở bảng 5 như sau:

+ Lực bóp tay thuận (kg): Có 140 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 56%, 110 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 44%.

+ Nằm ngửa gập bụng (lần): Có 165 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 66%, 85 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 34%.

+ Bật xa tại chỗ (cm): Có 3 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 1.2%, 174 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 69.6%, 73 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 29.2%.

+ Chạy 30m XPC (s): Có 175 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 70%, 75 học sinh xếp loại

“Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 30 %.

+ Chạy con thoi 4x10m (s): Có 4 học sinh xếp loại “Tốt” chiếm tỷ lệ 1.6 %, 163 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 65.2 %, 83 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 33.2%.

+ Chạy 5 phút tùy sức (m): Có 163 học sinh xếp loại “Đạt” chiếm tỷ lệ 65.2%, 87 học sinh xếp loại “Chưa đạt” chiếm tỷ lệ 34.8%.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu đã xác định được thực trạng thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh.

Về thể lực qua kết quả so sánh với tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo cho thấy thể lực của nam học sinh tiểu học khối lớp 3 tham gia chương trình bóng đá học đường tại một số trường tiểu học nội thành và ngoại thành Thành phố Hồ Chí Minh là chưa tốt. Trong đó:

+ Nhóm tại một số trường tiểu học nội thành: Học sinh nhóm thực nghiệm: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 1.9 %, xếp loại “Đạt” chiếm 62.8% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 35.3 %. Học sinh nhóm đối chứng qua tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chiếm 2,4%, xếp loại “Đạt” chiếm 62.7% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 34.9%.

+ Nhóm tại một số trường tiểu học ngoại thành: Học sinh nhóm thực nghiệm: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 0.3 %, xếp loại “Đạt” chiếm 66.8% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 32.9 %. Học sinh nhóm đối chứng: tỷ lệ học sinh xếp loại “Tốt” chỉ chiếm 0.5%, xếp loại “Đạt” chiếm 65.3% và xếp loại “Chưa đạt” chiếm đến 34.2%. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 11/01/2024;
ngày phân biện đánh giá: 19/01/2024;
ngày chấp nhận đăng: 20/02/2024)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
2. Nguyễn Kế Bình, Trịnh Trung Hiếu (2021), Thực trạng thể lực của học sinh lứa tuổi 6 -7 tại một số trường tiểu học nội thành Thành phố Hồ Chí Minh, Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục Thể thao, số 4, tr 59-64.
3. Lê Văn Bé Hai (2015), Nghiên cứu sự phát triển thể chất của học sinh tiểu học dưới tác động của hoạt động vận động giải trí tại các quận nội thành Thành phố Hồ Chí Minh, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lâm Quang Thành, Nguyễn Thành Lâm, Nguyễn Hoàng Minh Thuận (2016), Giáo trình Đo lường thể thao. Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
5. Nguyễn Hoàng Minh Thuận, Lý Vĩnh Trường, Lưu Thiên Sương, Nguyễn Nam Hải, Nguyễn Thị Thanh Trà (2017), Giáo trình thống kê trong thể dục thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
6. Sở Văn hóa, Thể thao, và Du lịch- Sở Giáo dục và Đào tạo Thành phố Hồ Chí Minh (2014), Công văn số 4712/SVHTTDL-SGDĐT ngày 11/09/2014 về việc phê duyệt Đề án bóng đá học đường dành cho học sinh tiểu học Thành phố Hồ Chí Minh giai đoạn 2014-2018