

# ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG HÌNH THÁI VÀ THỂ LỰC CỦA TRẺ 5 TUỔI TRƯỜNG MẦM NON BÀU CÁT, QUẬN TÂN BÌNH, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ASSESSING THE PHYSICAL AND PHYSICAL STATUS OF 5-YEAR-OLD CHILDREN AT BAU CAT KINDERGARTEN, TAN BINH DISTRICT, HO CHI MINH CITY

**TÓM TẮT:** Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 08 test để đánh giá về hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi, bao gồm 03 chỉ số hình thái: cân nặng và chiều cao đứng, BMI và 05 test đánh giá về thể lực: chạy 10m, bật xa tại chỗ, ném túi cát, bật chụm 2 chân 10 vòng, ngồi dẻo gập thân. Thực trạng hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi Trường Mầm Non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh như sau: Ở trẻ trai hầu hết các chỉ số là tương đương nhau, nhóm đối chứng tốt hơn nhóm thực nghiệm ở giai đoạn trước thực nghiệm, nhưng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê; Ở trẻ gái hầu hết các chỉ số nhóm đối chứng tốt hơn nhóm thực nghiệm ở giai đoạn trước thực nghiệm nhưng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê.

**TỪ KHÓA:** Đánh giá, thực trạng hình thái và thể lực, trẻ 5 tuổi, trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

**ABSTRACT:** The research results of the project have selected 8 tests to evaluate the morphology and physical strength of 5-year-old children, including 03 morphological tests: weight and height, BMI and 05 physical assessment tests: running 10m, jump in place, throw a sandbag, jump with both legs together 10 times, sit flexibly and bend the body. The physical and physical status of 5-year-old children at Bau Cat Kindergarten, Tan Binh District, Ho Chi Minh City is as follows: In boys: most indicators are equivalent, the control group is better than the real group. in the pre-experimental period, but there was no statistically significant difference; in girls: Most of the control group's indicators were better than the experimental group in the pre-experimental period, but there was no statistically significant difference.

**KEYWORDS:** Assessing, the physical and physical status, 5-year-old children, Bau Cat Kindergarten, Tan Binh District, Ho Chi Minh City.

**TRẦN QUANG ĐẠI**

*Trường ĐHSP TDĐT TP.HCM  
NGUYỄN NGỌC CẨM NA  
Trường ĐHSP TDĐT TP.HCM*

**TRAN QUANG DAI**

*Ho Chi Minh City University of  
Physical Education and Sport  
NGUYEN NGOC CAM NA  
Ho Chi Minh City University of  
Physical Education and Sport*

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ở Việt Nam, trong chương trình giảng dạy thể dục cho trẻ Mầm non, các nội dung của thể dục phát triển thể chất chiếm vị trí chủ yếu. Chương trình giáo dục thể chất cho lứa tuổi này, cùng với chương trình giáo dục thể chất cho các cấp học tiếp theo, thể dục góp phần quan trọng vào việc phát triển các tố chất thể lực, kỹ năng, hoàn thiện các hoạt động tâm sinh lý cho học sinh, tạo ra những tiền đề phát hiện tài năng thể thao

trong tương lai.

Trò chơi vận động (TCVD) là một trong những loại hình vận động của môn thể dục được nhiều người lựa chọn để rèn luyện thể chất, đặc biệt đối với trẻ mầm non. TCVD là dạng trò chơi phát triển toàn diện tố chất vận động, khả năng phối hợp động tác, các trò chơi đa dạng cho từng bộ phận chủ yếu của cơ thể, thực hiện ở các tư thế khác nhau (đứng, quỳ, ngồi, nằm) kết hợp các tố chất sức mạnh động, tĩnh, biên độ



rộng, hẹp, sức bền, cường độ TCVD nhanh và mạnh, ... với nhiều hình thức sáng tạo, sôi nổi TCVD gây sự hứng thú cho người chơi. Nó sẽ giúp cho các em phát triển sự nhanh nhẹn, khéo léo và các tố chất thể lực khác. Để lựa chọn và ứng dụng các trò chơi đối với trẻ Mầm non có hiệu quả, vấn đề đánh giá thực trạng hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh là việc làm hết sức quan trọng và cần thiết.

**Phương pháp nghiên cứu** bao gồm các phương pháp: Tổng hợp và phân tích tài liệu, điều tra xã hội học, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

**Khách thể nghiên cứu:**  
+ Khách thể phỏng vấn là 10 chuyên gia là các cán bộ quản lý, giáo viên đang giảng dạy tại các Trường Mầm non ở Thành phố Hồ Chí Minh để lựa chọn các chỉ số đánh giá hình thái và các test đánh giá thể lực cho trẻ 5 tuổi.

+ Khách thể kiểm tra (test) là 15 trẻ trai và 15 trẻ gái 5 tuổi Trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

+ Khách thể kiểm tra đánh giá thực trạng là 60 trẻ 5 tuổi Trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh, trong đó có 30 trẻ trai và 30 trẻ gái.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

### 2.1. Tổng hợp các test để đánh giá hình thái và thể lực cho trẻ Mầm non 05 tuổi

Qua quá trình tìm hiểu, thu thập tổng hợp, phân tích tài liệu của các tác giả là các chuyên gia, cán bộ quản lý và giáo viên hiện đang giảng dạy tại các trường Mầm non ở Thành phố Hồ Chí Minh có thể dễ dàng nhận thấy được tầm quan trọng của việc đánh giá về hình thái và thể lực cho trẻ. Cho nên việc xây dựng và tìm ra các test nhằm đánh giá về hình thái và thể lực cho trẻ 5 tuổi là rất quan trọng.

Căn cứ vào đặc điểm phát triển thể chất và sinh lý lứa tuổi, tham khảo kinh nghiệm của các chuyên gia, thầy cô giáo trong các trường Mầm non Thành phố và còn tham khảo một số luận văn và luận án đã công bố: Nguyễn Thị Yến (2004), “Nghiên cứu sự tăng trưởng của trẻ từ 0- 5 tuổi và một số yếu tố ảnh hưởng”, Luận án tiến sĩ Y học [5]. Từ các tài liệu tham khảo trên nghiên cứu đã loại bớt và chọn các chỉ số đặc trưng về hình thái, thể lực để cho phù hợp với lứa tuổi của các em.

Trước khi xác định các chỉ số hình thái và các test đánh giá thể lực của trẻ em Mầm non 5 tuổi, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn 10 chuyên gia, cán bộ quản lý và 05 giáo viên hiện đang giảng dạy ở các trường Mầm non ở Thành phố Hồ Chí Minh về sự cần thiết và ý nghĩa của việc phát triển hình thái thể lực cho trẻ 5 tuổi.

- Về hình thái:

Để đánh giá hình thái của con người có rất nhiều chỉ số trong đó các chỉ số về chiều cao đứng, cân nặng, chỉ số BMI (Body Mass Index) và vòng ngực trung bình thường được sử dụng

trong các công trình nghiên cứu về sức khỏe và nghiên cứu chọn chỉ số này để đánh giá hình thái cho đối tượng nghiên cứu.

- Về thể lực:

Theo tài liệu của M.Bouchalova “ Quá trình phát triển của trẻ và những yếu tố ảnh hưởng” NXB Y học – Cộng Hòa Séc – 1987 [1] và chương trình chăm sóc giáo dục trẻ Mầm non 5 tuổi (BGD&ĐT – Vụ GDMN) để đánh giá tố chất thể lực cho trẻ Mầm non 5 tuổi gồm các bài tập sau:

+ Tố chất sức nhanh: Chạy 10m, Chạy 20m và Chạy 30m.

+ Tố chất sức mạnh: Ném bóng đặc bằng 2 tay (m), Ném túi cát (m); Ném bóng tennis bằng 2 tay (m); Ném và bắt bóng bằng hai tay từ khoảng cách xa 4 (m); Bật xa tại chỗ (cm).

+ Tố chất sức bền: Chạy 80m (s), Đu treo (s).

+ Tố chất dẻo, khéo léo: Ngồi dẻo gập thân (cm); Uốn cầu (cm); Tung bắt bóng bằng 2 tay vào xô (lần); Bắt được bóng bằng 2 tay (lần/30 giây); Bật vòng (s); Bật chụm 2 chân 10 vòng (s); Chạy luồn cọc 12m (s) và Chạy lượn vòng (s).

### 2.2. Phỏng vấn chuyên gia để lựa chọn nội dung đánh giá

Mục đích lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác các test đánh giá hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành Phố Hồ Chí Minh, nghiên cứu đã tiến hành phỏng vấn 1 lần với các test đã chọn cho 10 chuyên gia, cán bộ quản lý và 05 giáo viên về các chỉ số

**BẢNG 1: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN CÁC CHỈ SỐ HÌNH THÁI VÀ CÁC TEST ĐÁNH GIÁ TỐ CHẤT THỂ LỰC CHO TRẺ MẦM NON 5 TUỔI (n=15)**

STT	TEST	KẾT QUẢ PHÒNG VẤN (15 chuyên gia)					
		Lần 1		Lần 2		Trung Bình	
		Điểm	%	Điểm	%	Điểm	%
<b>Hình thái</b>							
1	Chiều cao đứng (cm)	45	100.00	45	100.00	45	100.00
2	Cân nặng (kg)	45	100.00	45	100.00	45	100.00
3	BMI (kg/m <sup>2</sup> )	45	100.00	45	100.00	45	100.00
4	Vòng đầu (cm)	32	71.11	31	68.89	31.5	70.00
5	Vòng ngực (cm)	29	64.44	29	64.44	29	64.44
<b>Thể lực</b>							
1	Sức nhanh						
	Chạy 10 mét xuất phát cao (s)	42	93.33	42	93.33	42	93.33
	Chạy 20 mét xuất phát cao (s)	31	68.89	30	66.67	30.5	67.78
	Chạy 30m xuất phát cao (s)	30	66.67	30	66.67	30	66.67
2	Sức mạnh						
	Bật xa tại chỗ (cm)	44	97.78	43	95.56	43.5	96.67
	Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm)	41	91.11	40	88.89	40.5	90.00
	Ném bóng xa bằng 1 tay (m)	32	71.11	31	68.89	31.5	70.00
	Ném bóng Tennis bằng 2 tay (m)	30	66.67	30	66.67	30	66.67
3	Sức bền						
	Chạy 60 mét xuất phát cao (m)	31	68.89	30	66.67	30.5	67.78
	Chạy 80 mét xuất phát cao(m)	43	95.56	44	97.78	43.5	96.67
	Chạy 100 mét xuất phát cao(m)	32	71.11	31	68.89	31.5	70.00
4	Khéo léo, mềm dẻo						
	Bật chụm 2 chân 10 vòng (s)	44	97.78	43	95.56	43.5	96.67
	Chạy lượn vòng xuất phát cao (s)	29	64.44	29	64.44	29	64.44
	Chạy luồn cọc 12 mét xuất phát cao (s)	43	95.56	44	97.78	43.5	96.67
	Qua cầu thăng bằng (s)	30	66.67	30	66.67	30	66.67
	Đứng dẻo gập thân (cm)	31	68.89	30	66.67	30.5	67.78
	Ngồi dẻo gập thân (cm)	42	93.33	42	93.33	42	93.33
	Uốn cầu (cm)	32	71.11	31	68.89	31.5	70.00



**BẢNG 2: HỆ SỐ TIN CẬY GIỮA HAI LẦN KIỂM TRA CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CỦA TRẺ 5 TUỔI TRƯỜNG MẦM NON BÀU CÁT, QUẬN TÂN BÌNH, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

TT	TEST	r (NHÓM TRẺ TRAI) (n=15)	P	r (NHÓM TRẺ GÁI) (n=15)	P
1	Chạy 10 mét (s)	0.91	< 0.05	0.91	< 0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	0.90	< 0.05	0.91	< 0.05
3	Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm)	0.97	< 0.05	0.95	< 0.05
4	Chạy 80 mét (s)	0.89	< 0.05	0.52	< 0.05
5	Chạy luồn cọc 12 mét (s)	0.52	< 0.05	0.89	< 0.05
6	Bật chụm 2 chân 10 vòng (s)	0.91	< 0.05	0.94	< 0.05
7	Ngồi dẻo gập thân (cm)	0.97	< 0.05	0.92	< 0.05

để đánh giá hình thái và các test đánh giá thể lực cho trẻ 5 tuổi.

Các chỉ số đưa ra trong phiếu phỏng vấn nhằm đánh giá hình thái và thể lực được chọn là kết quả của việc nghiên cứu các tài liệu liên quan và sự quan sát sơ phạm dưới sự hướng dẫn của các chuyên gia, cán bộ quản lý và giáo viên. Phỏng vấn được tiến hành trong tháng 07/2022, sau khi phỏng vấn, kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

Vấn đề đặt ra là chọn những test nào qua kết quả nghiên cứu bằng phương pháp phỏng vấn và căn cứ vào ý kiến trả lời của kết quả phỏng vấn. Theo những tác giả đi trước những test được lựa chọn là những test có sự tán đồng nhất 75% ý kiến trở lên ở mức phát triển và tương đối phát triển. Thống nhất với quan điểm đó ở mức phát triển và tương đối phát triển và kết hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường, chúng tôi quyết định chọn 02 chỉ số đánh giá phát triển về hình thái và 07

chỉ số đánh giá sự phát triển về thể lực cho trẻ Mầm non 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

*Các chỉ số đánh giá về hình thái:*  
Cân nặng (kg) được 45/45 điểm chiếm tỉ lệ 100%

Chiều cao đứng (cm) được 45/45 điểm chiếm tỉ lệ 100%

BMI được 45/45 điểm chiếm tỉ lệ 100%

*Các test đánh giá về thể lực:*

Chạy 10m (s) xuất phát cao được 42/45 điểm đạt tỉ lệ 93.33%

Bật xa tại chỗ (m) được 43.5/45 điểm đạt tỉ lệ 96.67%

Chạy 80 m (s) xuất phát cao được 40.5/45 điểm đạt tỉ lệ 90%

Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (m) 43.5/45 điểm đạt tỉ lệ 96.67%

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s) được 43.5/45 điểm đạt tỉ lệ 96.67%

Chạy luồn cọc 12m (s) xuất phát cao được 40.5/45 điểm đạt tỉ lệ 90%

Ngồi dẻo gập thân (cm) được 42/45 điểm đạt 93.33% tỉ lệ.

Qua kết quả phỏng vấn cho thấy hầu hết các chuyên gia, cán bộ quản lý, giáo viên đều có đánh giá vai trò quan trọng trong việc phát triển hình thái và thể lực cho trẻ mầm non 5 tuổi, thông qua các chỉ số nghiên cứu, từ đó xác định được các chỉ số có đủ độ tin cậy để sử dụng.

*Các chỉ số đánh giá về hình thái:*

Cân nặng (kg)

Chiều cao đứng (cm)

BMI (kg/m<sup>2</sup>)

*Các test đánh giá về thể lực:*

Chạy 10m (s) xuất phát cao;

Bật xa tại chỗ 2 chân không đà;

Ném túi cát 200g bằng 2 tay (m);

Chạy 80 m (s) xuất phát cao;

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s);

Chạy luồn cọc 12m (s) xuất phát cao;

Ngồi dẻo gập thân (cm).

### 2.3. Kiểm nghiệm định độ tin cậy của các test đánh giá về thể lực trẻ 5 tuổi

Độ tin cậy của các test chỉ

mức độ trùng hợp của kết quả trong các lần lập test ở trên cùng một đối tượng thực nghiệm trong cùng một điều kiện và phương pháp lập lại như nhau. Do đó, để đánh giá độ tin cậy của 07 test đã được lựa chọn, nghiên cứu áp dụng phương pháp kiểm tra lặp lại (retest).

Thi gian giữa 2 lần kiểm tra không quá 07 ngày và trong các điều kiện tương tự nhau. Đối tượng được huy động cho việc đánh giá độ tin cậy của các chỉ số là 15 trẻ trai và 15 trẻ gái 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

Kết quả kiểm tra các test giữa 2 lần lập lại chỉ số được xử lý bằng phân tích tương quan trực tiếp. Hệ số tương quan giữa 2 lần lập lại cũng là hệ số tin cậy của các test. Kết quả xử lý được thể hiện ở bảng 2.

Qua bảng 2: cho thấy hệ số tin cậy các test đánh thể lực của trẻ trai và trẻ gái có sự khác biệt về độ tin cậy, ở trẻ trai có test chạy luôn cọc 12 mét (s)  $r = 0.52 < 0.7$ , ở ngưỡng xác suất  $P < 0.05$  không đủ độ tin cậy và trẻ gái ở test chạy 80 mét có  $r = 0.50 < 0.7$  cũng không đủ độ tin cậy để thực hiện. Còn tất cả các test còn lại của trẻ trai và gái đủ độ tin cậy tốt để nghiên cứu.

Sau khi tiến hành phỏng vấn và thẩm định phẩm chất test, tác giả nghiên cứu đã lựa chọn được các test cho trẻ trai và gái 5 tuổi như sau:

1. Chiều cao (cm);
2. Cân nặng (kg);
3. BMI ( $\text{kg}/\text{m}^2$ );
4. Chạy 10 mét(s);
5. Bật xa tại chỗ (cm);

6. Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (m);

7. Bật chụm 2 chân 10 vòng (s);

8. Ngồi dẻo gập thân (cm).

#### **2.4. Đánh giá thực trạng hình thái và thể lực trẻ 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh**

Trường Mầm Non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành Phố Hồ Chí Minh, là trường đào tạo theo chương trình của Bộ Giáo dục và Đào tạo, tuy còn nhiều khó khăn về đội ngũ cán bộ giáo viên nhưng được quan tâm của các cấp lãnh đạo Sở, Ban, Ngành, sự nỗ lực của cán bộ trong trường nên Nhà trường đã có sự phát triển đáng kể. Số lượng và chất lượng công tác đào tạo được tăng lên. Mặc dù chất lượng đào tạo chuyên môn của trường đã phần nào đáp ứng được nhu cầu của thực tiễn xã hội song chất lượng GDTC của nhà trường lại là vấn đề cần phải được quan tâm nhiều hơn. Nhà trường có tổng số 12 lớp học với tổng số 360 trẻ, mỗi lớp 30 trẻ. Riêng khối lá có 03 lớp với tổng số là 90 trẻ.

Trong sự nghiệp đào tạo con người nói chung và trong công tác GDTC nói riêng, giáo viên luôn giữ vai trò hết sức quan trọng. Chất lượng giảng dạy tốt hay xấu, học sinh có thể tiếp thu kiến thức hay không phụ thuộc rất nhiều vào trình độ, năng lực và kinh nghiệm của người giáo viên, người thầy không chỉ giáo dục tri thức cho trẻ mà còn phải biết giáo dục cả nhân cách, đạo đức và tư duy cho trẻ để trẻ có thể hiểu một cách toàn diện và trở thành con người mới có ích

cho xã hội.

Qua khảo sát thực trạng đội ngũ giáo viên GDTC trường Trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh, nghiên cứu thu được kết quả là tổng số giáo viên chuyên dạy thể dục của trường là 01 và tỷ lệ GV/ trẻ là 1/ 120. Đội ngũ GV của trường đa số là các giáo viên chuyên ngành Mầm non nên còn hạn chế về chuyên môn thể dục thể thao nhưng giáo viên có những kiến thức lý luận và thực tiễn nhất định về GDTC, do vậy có thể truyền thụ cho trẻ Mầm non những kiến thức về GDTC.

Cơ sở vật chất (CSVC) phục vụ tập luyện giữ một vai trò rất quan trọng, nó không thể thiếu được trong việc nâng cao chất lượng công tác GDTC, là điều kiện trực tiếp phục vụ cho công tác giảng dạy, tập luyện của giáo viên và học sinh. CSVC đầy đủ thì công tác GDTC mới đảm bảo chất lượng, cụ thể sân bãi dụng cụ tập luyện có chất lượng sẽ gây hứng thú cao cho cả học sinh tập luyện và người giáo viên giảng dạy. Quá trình đánh giá thực trạng CSVC phục vụ cho công tác GDTC thì nhà trường có 01 sân xi măng, 01 sân vui chơi tập thể, 01 sân thượng, 01 phòng Thể Dục dụng cụ, 01 sân khấu biểu diễn, 01 phòng tập nhảy Aerobic thi đấu. Như vậy, CSVC sân bãi dụng cụ tập luyện của nhà trường tương đối đầy đủ và đảm bảo nên có thể đáp ứng được nhu cầu học tập của trẻ.

Kế hoạch giảng dạy môn GDTC của trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành

**BẢNG 3: ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG CÁC CHỈ SỐ HÌNH THÁI VÀ THỂ LỰC CỦA 2 NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG TRƯỚC THỰC NGHIỆM CỦA TRẺ TRAI 5 TUỔI (n=30)**

THAM SỐ		$\bar{x}$	S	Cv	$\varepsilon$
Chiều cao đứng (cm)	TN (n=15)	107.98	0.75	0.69	0.01
	ĐC (n=15)	107.87	0.82	0.76	0.01
Cân nặng (kg)	TN (n=15)	22.01	0.47	2.15	0.02
	ĐC (n=15)	21.94	0.43	1.97	0.02
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	TN (n=15)	18.88	0.43	2.26	0.02
	ĐC (n=15)	18.86	0.46	2.42	0.02
Chạy 10m xpc (s)	TN (n=15)	4.28	0.03	0.66	0.01
	ĐC (n=15)	4.27	0.03	0.74	0.01
Bật xa tại chỗ (cm)	TN (n=15)	57.09	1.41	2.47	0.02
	ĐC (n=15)	57.55	0.63	1.10	0.01
Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm)	TN (n=15)	396.05	9.08	2.29	0.02
	ĐC (n=15)	400.64	5.86	1.46	0.01
Bật chụm 2 chân 10 vòng (s)	TN (n=15)	7.45	0.05	0.69	0.01
	ĐC (n=15)	7.42	0.08	1.10	0.01
Đeo gập thân (cm)	TN (n=15)	15.96	0.47	2.94	0.02
	ĐC (n=15)	15.85	0.42	2.66	0.02

phố Hồ Chí Minh, gồm: Thực hành với tổng là 70 tiết được chia làm 02 học kỳ theo chủ đề tháng. Do bậc Mầm non học theo chương trình giáo dục mầm non nên thường kết hợp với các chủ đề theo tháng của Bộ Giáo dục và Đào tạo qui định. Số tiết học này được phân đều cho các tuần của mỗi kỳ và ở mỗi tuần có 02 tiết học, do chương trình học tại trường Mầm Non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành Phố Hồ Chí Minh được bổ sung thêm tiết học thể dục vào buổi chiều trong tuần

cho nên số tiết học của các bé là 2 tiết học thể dục trên tuần.

Để kiểm nghiệm trong thực tiễn các trò chơi vận động nhằm phát triển hình thái và thể lực cho khách thể nghiên cứu là trẻ 5 tuổi trường Mầm Non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành Phố Hồ Chí Minh. Nghiên cứu tiến hành thực nghiệm trên hai nhóm theo qui ước sau:

Nhóm đối chứng: Gồm 15 trẻ trai và 15 trẻ gái tập theo chương trình chính khóa.

Nhóm thực nghiệm: Gồm 15 trẻ trai và 15 trẻ gái tập theo các

trò chơi vận động do chúng tôi lựa chọn.

Để có cơ sở đánh giá ảnh hưởng của một số TCVĐ đến sự phát triển hình thái và thể lực cho trẻ, nghiên cứu tiến hành tổ chức thực nghiệm theo hình thức thực nghiệm so sánh song song. Trước khi tiến hành thực nghiệm để đánh giá thực trạng về hình thái và thể lực trẻ 5 tuổi, nghiên cứu tiến hành kiểm tra và đánh giá hình thái và thể lực của trẻ nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng thông qua các chỉ số và các test đã kiểm

nghiệm độ tin cậy thu được kết quả ở bảng 3 như sau:

**a. Về trẻ trai:**

Qua kết quả bảng 3 cho thấy:

\* Nhóm thực nghiệm:

➤ Về hình thái:

Chỉ số Chiều cao đứng:

( $C_v = 0.69 < 10\%$ )

Cân nặng: ( $C_v = 2.15 < 10\%$ )

BMI ( $C_v = 2.26 < 10\%$ )

➤ Về thể lực:

Test Chạy 10m xuất phát cao (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 4.28$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.03$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 0.66 < 10\%$ .

Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Tại chỗ bật xa (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 57.09$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 1.41$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 2.47 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.02 < 0.05$ .

Ném túi cát 200g bằng 2 tay sau đầu (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 396.05$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 9.08$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 2.29 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.02 < 0.05$ .

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 7.45$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.05$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 0.69 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai

số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Ngồi dẻo gập thân (cm):

Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 15.96$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.47$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 2.94 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.02 < 0.05$ .

\* Nhóm đối chứng:

➤ Về hình thái:

Chiều cao đứng:

( $C_v = 0.76 < 10\%$ )

Cân nặng: ( $C_v = 1.97 < 10\%$ )

BMI: ( $C_v = 2.42 < 10\%$ )

➤ Về thể lực:

Test Chạy 10m xuất phát cao (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 4.27$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.03$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 0.74 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Tại chỗ bật xa (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 57.55$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.63$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 1.01 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 400.64$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 5.86$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 1.46 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 7.42$  giây; độ

lệch chuẩn  $S = 0.08$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 1.10 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Ngồi dẻo gập thân (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 15.85$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.42$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 2.66 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.02 < 0.05$ .

Độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu ở một vài chỉ tiêu có sự thay đổi nhưng tất cả các sai số tương đối của giá trị trung bình mẫu đều đủ tính đại diện ( $\varepsilon \leq 0.05$ ) để có thể căn cứ vào đó mà thực hiện các phân tích, đánh giá tiếp theo.

**b. Về trẻ gái:**

Qua kết quả bảng 4 cho thấy:

\* Nhóm thực nghiệm:

➤ Về hình thái:

Chiều cao đứng:

( $C_v = 0.80 < 10\%$ )

Cân nặng: ( $C_v = 3.44 < 10\%$ )

BMI: ( $C_v = 2.22 < 10\%$ )

➤ Về thể lực:

Test Chạy 10m xuất phát cao (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 4.44$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.06$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $C_v = 1.37 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\varepsilon = 0.01 < 0.05$ .

Tại chỗ bật xa (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 54.30$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 1.49$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến

**BẢNG 4: ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG CÁC CHỈ SỐ HÌNH THÁI VÀ THỂ LỰC CỦA 2 NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG TRƯỚC THỰC NGHIỆM CỦA TRẺ GÁI 5 TUỔI (n=60)**

THAM SỐ		$\bar{x}$	S	Cv	$\epsilon$
Chiều cao đứng (cm)	TN (n=15)	105.16	0.84	0.80	0.01
	ĐC (n=15)	105.73	0.96	0.91	0.01
Cân nặng (kg)	TN (n=15)	20.09	0.69	3.44	0.03
	ĐC (n=15)	20.12	0.61	3.04	0.03
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	TN (n=15)	18.17	0.40	2.22	0.02
	ĐC (n=15)	18.00	0.81	4.49	0.04
Chạy 10m xpc (s)	TN (n=15)	4.44	0.06	1.37	0.01
	ĐC (n=15)	4.43	0.07	1.67	0.01
Tại chỗ bật xa (cm)	TN (n=15)	54.30	1.49	2.74	0.02
	ĐC (n=15)	54.52	0.98	1.80	0.02
Ném túi cát 2bằng 2 tay sau đầu (cm)	TN (n=15)	388.00	2.80	0.72	0.01
	ĐC (n=15)	383.95	8.63	2.25	0.02
Bật chụm 2 chân 10 vòng (s)	TN (n=15)	7.26	0.06	0.87	0.01
	ĐC (n=15)	7.27	0.09	1.22	0.01
Đeo gập thân (cm)	TN (n=15)	18.06	0.50	2.78	0.02
		18.11	0.91	5.03	0.04

thiên  $Cv = 2.74 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.02 < 0.05$ .

Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 388.00$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 2.80$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 0.72 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.01 < 0.05$ .

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s): Trước thực nghiệm có giá trị

trung bình  $\bar{x} = 7.26$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.06$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 0.87 < 10\%$ .

Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.01 < 0.05$ .

Ngồi dẻo gập thân (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 18.06$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.50$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 2.78 < 10\%$ .

Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai

số tương đối  $\epsilon = 0.02 < 0.05$ .

\* Nhóm đối chứng :

➤ Về hình thái:

Chiều cao đứng:

( $Cv = 0.91 < 10\%$ )

Cân nặng: ( $Cv = 3.04 < 10\%$ )

BMI: ( $Cv = 4.49 < 10\%$ )

➤ Về thể lực:

Test Chạy 10m xuất phát cao

(s): Trước thực nghiệm có giá

trị trung bình  $\bar{x} = 4.43$  giây; độ

lệch chuẩn  $S = 0.07$ . Tập hợp

mẫu có độ đồng nhất cao do hệ

số biến thiên  $Cv = 1.67 < 10\%$ .

Giá trị trung bình có thể đại



diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.01 < 0.05$ .

Tại chỗ bật xa (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 54.52$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.98$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 1.80 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.02 < 0.05$ .

Ném túi cát bằng 2 tay sau đầu (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 383.95$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 8.63$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 2.25 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.02 < 0.05$ .

Bật chụm 2 chân 10 vòng (s): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 7.27$  giây; độ lệch chuẩn  $S = 0.09$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 1.22 < 10\%$ .

Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.01 < 0.05$ .

Ngồi dẻo gập thân (cm): Trước thực nghiệm có giá trị trung bình  $\bar{x} = 18.11$  cm; độ lệch chuẩn  $S = 0.91$ . Tập hợp mẫu có độ đồng nhất cao do hệ số biến thiên  $Cv = 5.03 < 10\%$ . Giá trị trung bình có thể đại diện cho tập hợp mẫu vì có sai số tương đối  $\epsilon = 0.04 < 0.05$ .

Độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu ở một vài chỉ tiêu có sự thay đổi nhưng tất cả các sai số tương đối của giá trị trung bình mẫu đều đủ tính đại diện ( $\epsilon \leq 0.05$ ) để có thể căn cứ vào đó mà thực hiện các phân tích, đánh giá tiếp theo.

### **3. KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 08 chỉ số để đánh giá về hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi, bao gồm 03 chỉ số

hình thái: cân nặng và chiều cao, BMI và 05 chỉ số đánh giá về thể lực: chạy 10m, bật xa tại chỗ, ném túi cát bằng 2 tay sau đầu, bật chụm 2 chân 10 vòng, ngồi dẻo gập thân.

Thực trạng hình thái và thể lực của trẻ 5 tuổi trường Mầm non Bàu Cát, Quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh như sau:

- Ở trẻ trai: hầu hết các chỉ số là tương đương nhau, nhóm đối chứng tốt hơn nhóm thực nghiệm ở giai đoạn trước thực nghiệm, nhưng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê.

- Ở trẻ gái: Hầu hết các chỉ số nhóm đối chứng tốt hơn nhóm thực nghiệm ở giai đoạn trước thực nghiệm. nhưng không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 21/08/2023;  
ngày phân biện đánh giá: 06/09/2023;  
ngày chấp nhận đăng: 16/10/2023)

#### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. M.Bouchalova (1987), Quá trình phát triển của trẻ và những yếu tố ảnh hưởng, NXB Y học – Cộng Hòa Séc.
2. Kenheman A.V, Khukholaepva D.V ( 1985 ), Lý luận và phương pháp GDTC cho trẻ trước tuổi học, NXB Giáo dục Mátxcova, tr 59 & 97.
3. Lê Anh Thơ ( 2010) Một số trò chơi vận động dân gian và thể thao dân tộc ở Việt Nam, NXB TDTT
4. Đỗ Vinh, Huỳnh Trọng Khải (2008), sách Thống Kê Học Trong TDTT, NXB - TDTT, Hà Nội - 2008.
5. Nguyễn Thị Yến (2004) Nghiên cứu sự tăng trưởng của trẻ từ 0 - 5 tuổi và một số yếu tố ảnh hưởng, Luận án tiến sĩ y học, chuyên ngành Nhi khoa, Trường Đại học Y Hà Nội.