



# ĐÁNH GIÁ SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KIẾN TRÚC THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH SAU NĂM HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT

EVALUATING THE FITNESS DEVELOPMENT OF STUDENTS AT UNIVERSITY OF ARCHITECTURE HO CHI MINH CITY AFTER ONE YEAR OF PHYSICAL EDUCATION

**TÓM TẮT:** Sau một năm học giáo dục thể chất, thể lực của nam và nữ sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh có sự cải thiện, tuy nhiên sự tăng trưởng thành tích ở các chỉ tiêu diễn ra không đồng đều. Kết quả của nghiên cứu này là cơ sở khoa học cho việc cải tiến nội dung và phương pháp giảng dạy, nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất và phát triển thể lực cho sinh viên Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh trong những năm tiếp theo.

**TỪ KHÓA:** Đánh giá, thể lực, giáo dục thể chất, sinh viên.

**ABSTRACT:** After one year of physical education, the fitness of male and female students of University of Architecture Ho Chi Minh city has improved, but the growth in achievement in the indicators is uneven. The results of this study are the scientific basis for improving content and teaching methods, improving the quality of physical education and physical fitness development for students of University of Architecture Ho Chi Minh city next year.

**KEYWORDS:** Evaluation, Fitness physical education, student.

**HỨA THỊ THANH TRÚC  
NGUYỄN VĂN THÀNH**  
*Trường Đại học Kiến trúc  
Thành phố Hồ Chí Minh*

**HUA THI THANH TRUC  
NGUYEN VAN THANH**  
*University of Architecture  
Ho Chi Minh city*

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh là một trường đại học chuyên ngành, chuyên đào tạo về nhóm ngành xây dựng và thiết kế tại Việt Nam, đồng thời, bên cạnh đào tạo, trường còn là trung tâm nghiên cứu, cố vấn, thực hiện các dự án cho doanh nghiệp và Chính phủ Việt Nam.

Trong những năm qua, bên cạnh các chuyên ngành đào tạo chuyên sâu của sinh viên (SV), thì công tác Giáo dục Thể chất (GDTC) luôn được nhà trường chú trọng. Nội dung giảng dạy, cơ sở vật chất, các hoạt động thể thao ngoại khóa, ... luôn được nhà trường quan tâm, đầu tư phát triển cho SV. Tuy nhiên, trong thực tế GDTC tại trường vẫn còn nhiều khó khăn, nhận thức của SV về vai trò, tác dụng của thể dục thể thao (TDTT) vẫn còn chưa đầy đủ. Từ đó dẫn đến công tác GDTC vẫn chưa mang lại hiệu quả cao. Chính vì vậy nên việc xác định thông tin chính xác về thực trạng thể lực SV Trường nói chung là

việc làm cần thiết. Đây là tiền đề quan trọng định hướng cho SV trong việc rèn luyện để phát triển toàn diện thể lực, tạo cơ sở đào tạo ra lực lượng lao động có trình độ cao cho nhà trường. Xuất phát từ thực tế đó, nhóm tác giả tiến hành nghiên cứu đánh giá sự phát triển thể lực của SV Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh sau một năm học môn GDTC.

**Phương pháp nghiên cứu:** Quá trình nghiên cứu sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sơ phạm, phương pháp thực nghiệm sơ phạm và phương pháp toán thống kê.

**BẢNG 1: SO SÁNH THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA NAM SINH VIÊN NĂM NHẤT VỚI SỐ LIỆU ĐIỀU TRA THỂ CHẤT NAM THANH NIÊN VIỆT NAM 18 TUỔI THỜI ĐIỂM NĂM 2001 (n=208)**

TT	CHỈ TIÊU	NAM SV NĂM 1		NAM THANH NIÊN VIỆT NAM 18 TUỔI		t	P
		$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$		
1	Chiều cao đứng (cm)	168.67	2.84	164.85	5.228	19.37	<0.05
2	Cân nặng (kg)	56.86	2.75	53.15	6.886	19.44	<0.05
3	Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> )	19.99	1.03	19.47	2.12	7.38	<0.05
4	Công năng tim (Hw)	10.57	1.14	13.35	3.58	35.15	<0.05
5	Lực bóp tay thuận (kg)	43.32	4.56	43.9	6.504	2.13	<0.05
6	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	18.25	3.25	20	3.594	7.99	<0.05
7	Bật xa tại chỗ (cm)	214.18	21.82	219	211.44	3.25	<0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	5.24	0.65	4.88	0.507	8.03	<0.05
9	Chạy con thoi 4x10 (s)	12.02	1.22	10.61	0.854	16.94	<0.05
10	Chạy 5 phút tùy sức (m)	965.58	97.76	940	164.85	3.77	<0.05

**BẢNG 2: SO SÁNH THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA NỮ SINH VIÊN NĂM NHẤT VỚI SỐ LIỆU ĐIỀU TRA THỂ CHẤT NỮ THANH NIÊN VIỆT NAM 18 TUỔI THỜI ĐIỂM NĂM 2001 (n=215)**

TT	CHỈ TIÊU	NAM SV NĂM 1		NAM THANH NIÊN VIỆT NAM 18 TUỔI		t	P
		$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$		
1	Chiều cao đứng (cm)	156.20	2.81	153.47	5.195	14.23	< 0.05
2	Cân nặng (kg)	49.09	2.53	45.76	4.083	19.35	< 0.05
3	Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> )	20.14	1.15	19.32	1.786	10.37	< 0.05
4	Công năng tim (Hw)	13.73	1.70	14.38	3.431	5.58	< 0.05
5	Lực bóp tay thuận (kg)	29.10	3.10	28.96	28.96	0.64	> 0.05
6	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	16.14	2.34	12	3.955	25.92	< 0.05
7	Bật xa tại chỗ (cm)	158.48	16.22	160	18.232	1.47	> 0.05
8	Chạy 30m XPC (s)	6.39	0.72	6.23	0.643	3.42	< 0.05
9	Chạy con thoi 4x10 (s)	12.72	1.24	12.58	1.171	1.70	> 0.05
10	Chạy 5 phút tùy sức (m)	865.23	89.83	722	102.27	23.90	< 0.05

**Khách thể nghiên cứu:** 423 SV Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh năm thứ nhất năm học 2022-2023, có sức khỏe bình thường và không dị tật, Trong đó có 208 SV nam, 215 SV nữ.

**2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU**

**2.1. Thực trạng thể chất của sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh**

Nghiên cứu sử dụng các test điều tra thể chất nhân dân kiểm

tra thể chất của SV Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh phù hợp với SV và điều kiện của Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh. Qua bảng 1 cho thấy, kết quả kiểm tra các chỉ số hình thái, chức năng của nam SV năm nhất Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh tốt hơn so với thanh niên Việt Nam cùng lứa tuổi thời điểm năm 2001, tuy nhiên kết quả kiểm tra 5/6 test đánh giá thể lực của nam SV năm

nhất Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh kém hơn.

Qua bảng 2 cho thấy, kết quả kiểm tra các chỉ số hình thái, chức năng của nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh tốt hơn so với thanh niên Việt Nam cùng lứa tuổi thời điểm năm 2001, tuy nhiên kết quả kiểm tra 3/6 test đánh giá thể lực của nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh kém hơn.

**BẢNG 3: PHÂN LOẠI THỂ LỰC NAM, NỮ SINH VIÊN THEO TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC NAM, NỮ 18 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

TT	CHỈ TIÊU	MỨC XẾP LOẠI					
		Tốt		Đạt		Không đạt	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
<b>Nam sinh viên (n=208)</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	47	22.60%	119	57.21%	42	20.19%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	43	20.67%	119	57.21%	46	22.12%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	48	23.08%	121	58.17%	39	18.75%
4	Chạy 30m XPC (s)	49	23.56%	121	58.17%	38	18.27%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	51	24.52%	118	56.73%	39	18.75%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	32	15.38%	121	58.17%	55	26.44%
<b>Nữ sinh viên (n=215)</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	41	19.07%	128	59.53%	46	21.40%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	40	18.60%	126	58.60%	49	22.79%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	38	17.67%	124	57.67%	53	24.65%
4	Chạy 30m XPC (s)	36	16.74%	127	59.07%	52	24.19%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	34	15.81%	137	63.72%	44	20.47%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	25	11.63%	136	63.26%	54	25.12%

**BẢNG 4: THỐNG KÊ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CỦA SINH VIÊN THEO TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC NAM, NỮ 18 TUỔI THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

SỐ LƯỢNG		XẾP LOẠI			TỔNG
		Tốt	Đạt	Chưa đạt	
Nam (n=208)	n	33	120	55	208
	%	15.86%	57.69%	26.44%	100%
Nữ (n=215)	n	27	130	58	215
	%	12.56%	60.46%	26.98%	100%

Nghiên cứu tiến hành so sánh thành tích các test đánh giá thể lực của SV với tiêu chí đánh giá của Bộ Giáo dục và Đào tạo [3]. Kết quả được trình bày qua bảng 3.

Khi so sánh thành tích các test đánh giá thể lực của nam, nữ SV Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh với các tiêu chí của Bộ giáo dục và Đào tạo thì thể lực của nam SV xếp loại tốt và đạt cao hơn nữ. Đối với nam xếp loại tốt cao nhất ở test chạy con thoi 4x10m (chiếm tỷ lệ 24.52%), xếp loại không đạt cao nhất ở test chạy

5 phút tùy sức (chiếm tỷ lệ 26.44%). Đối với nữ xếp loại tốt cao nhất ở test lực bóp tay thuận (chiếm tỷ lệ 19.07%), xếp loại không đạt cao nhất ở test chạy 5 phút tùy sức chiếm tỷ lệ 25.12%.

Về thể lực chung của nam và nữ SV Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh không đạt chiếm tỷ lệ khá cao (test chạy 5 phút tùy sức ở cả nam và nữ đều có tỷ lệ lớn hơn 25%). Tóm lại, kết quả đánh giá xếp loại thể lực chung của nam, nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ

Chí Minh cho thấy số SV chưa đạt yêu cầu còn khá cao.

## 2.2. Đánh giá sự phát triển thể lực của sinh viên Trường Đại học Kiến trúc Thành phố Hồ Chí Minh sau một năm học giáo dục thể chất

Sau một năm học, thành tích các test đánh giá thể lực của nam, nữ sinh viên Trường đã có sự cải thiện tốt, mức phân loại tốt và đạt ở các test đánh giá thể lực của nam SV đã có sự tăng trưởng cao hơn trước và mức không đạt giảm chỉ còn đáng kể ở cả nam và nữ SV. Kết quả

**BẢNG 5: PHÂN LOẠI THÀNH TÍCH CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC SAU MỘT NĂM TẬP LUYỆN CỦA NAM SINH VIÊN NĂM NHẤT VỚI TIÊU CHUẨN THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

TT	CHỈ TIÊU	MỨC XẾP LOẠI					
		Tốt		Đạt		Không đạt	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
<b>Giai đoạn ban đầu</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	47	22.60%	119	57.21%	42	20.19%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	43	20.67%	119	57.21%	46	22.12%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	48	23.08%	121	58.17%	39	18.75%
4	Chạy 30m XPC (s)	49	23.56%	121	58.17%	38	18.27%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	51	24.52%	118	56.73%	39	18.75%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	32	15.38%	121	58.17%	55	26.44%
<b>Sau 1 năm học</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	74	35.58%	118	56.73%	16	7.69%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	67	32.21%	136	65.38%	5	2.40%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	100	48.08%	74	35.58%	34	16.35%
4	Chạy 30m XPC (s)	57	27.40%	133	63.94%	18	8.65%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	104	50.00%	78	37.50%	26	12.50%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	66	31.73%	109	52.40%	33	15.87%

**BẢNG 6: PHÂN LOẠI THÀNH TÍCH CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC SAU MỘT NĂM TẬP LUYỆN CỦA NỮ SINH VIÊN NĂM NHẤT VỚI TIÊU CHUẨN THEO QUYẾT ĐỊNH SỐ 53/2008/QĐ-BGDĐT CỦA BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO**

TT	CHỈ TIÊU	MỨC XẾP LOẠI					
		Tốt		Đạt		Không đạt	
		Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %	Số lượng	Tỷ lệ %
<b>Giai đoạn ban đầu</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	41	19.07%	128	59.53%	46	21.40%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	40	18.60%	126	58.60%	49	22.79%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	38	17.67%	124	57.67%	53	24.65%
4	Chạy 30m XPC (s)	36	16.74%	127	59.07%	52	24.19%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	34	15.81%	137	63.72%	44	20.47%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	25	11.63%	136	63.26%	54	25.12%
<b>Sau 1 năm học</b>							
1	Lực bóp tay thuận (kg)	104	48.37%	104	48.37%	7	3.26%
2	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	78	36.28%	125	58.14%	12	5.58%
3	Bật xa tại chỗ (cm)	76	35.35%	121	56.28%	18	8.37%
4	Chạy 30m XPC (s)	81	37.67%	110	51.16%	24	11.16%
5	Chạy con thoi 4x10 (s)	100	46.51%	86	40.00%	29	13.49%
6	Chạy 5 phút tùy sức (m)	99	46.05%	81	37.67%	35	16.28%

thống kê chi tiết được trình bày tại bảng 5 và 6.

**3. KẾT LUẬN**

Về thực trạng thể chất sinh viên năm nhất Trường Đại học

Kiến Trúc Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy, kết quả kiểm tra các chỉ số hình thái, chức năng của nam, nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến Trúc Thành phố Hồ Chí Minh tốt

hơn so với thanh niên Việt Nam cùng lứa tuổi thời điểm năm 2001, tuy nhiên kết quả kiểm tra đa số các test đánh giá thể lực của nam, nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến Trúc



Thành phố Hồ Chí Minh kém hơn. Về thể lực chung của nam và nữ SV năm nhất Trường Đại học Kiến Trúc Thành phố Hồ Chí Minh không đạt theo tiêu chuẩn của Bộ Giáo dục và Đào tạo chiếm tỷ lệ khá cao.

Sau một năm học GDTC thể

lực của nam và nữ SV Trường Đại học Kiến Trúc Thành phố Hồ Chí Minh có sự tăng trưởng thông qua kết quả kiểm tra các test. Thông qua đó làm cơ sở để đánh giá thể chất của SV trong quá trình học tập tại trường, nhằm góp phần tạo cơ sở khoa

học cho việc cải tiến nội dung và phương pháp giảng dạy môn GDTC tại Trường Đại học Kiến Trúc Thành phố Hồ Chí Minh. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 18/11/2023;  
ngày phản biện đánh giá: 27/11/2023;  
ngày chấp nhận đăng: 15/12/2023)

#### **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. Dương Nghiệp Chí (2003), Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (Thời điểm 2001), Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.
3. Lâm Quang Thành và cộng sự (2016), Giáo trình Đo lường thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh
4. Nguyễn Tiên Tiến và cộng sự (2016), Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học trong Thể dục Thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh
5. Vũ Văn Thịnh, Nguyễn Thị Thu Hiền (2022), Đánh giá thực trạng thể lực của sinh viên năm thứ nhất Trường Cao đẳng Hải Dương, Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục Thể thao, số 4, tr 48-52.