

XÂY DỰNG HỆ THỐNG ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHO NAM SINH VIÊN KHOA NGOẠI NGỮ - ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

Nguyễn Thị Thu Oanh^{1*}, Nguyễn Thị Thủy²

¹Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên

²Đại học Thái Nguyên

TÓM TẮT

Việc xây dựng được hệ thống đánh giá trình độ thể lực của sinh viên có ý nghĩa lý luận và thực tiễn cao, làm cơ sở cho việc xây dựng chương trình đào tạo phù hợp với đối tượng giáo dục, góp phần nâng cao chất lượng công tác giáo dục thể chất nói riêng và đào tạo nói chung của Nhà trường. Chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản lựa chọn được 8 test đánh giá trình độ thể lực có đủ độ tin cậy và tính thông báo cho đối tượng nghiên cứu, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại, thang điểm cũng như bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên.

Từ khóa: Hệ thống đánh giá; Khoa Ngoại ngữ; Đại học Thái Nguyên; nam sinh viên; thể lực

Ngày nhận bài: 17/4/2020; Ngày hoàn thiện: 30/6/2020; Ngày đăng: 30/6/2020

RESEARCH TO DEFINE PHYSICAL ABILITY'S APPRAISAL SYSTEM OF PHYSICAL

Nguyen Thi Thu Oanh^{1*}, Nguyen Thi Thuy²

¹TNU - School of Foreign Language

²Thai Nguyen University

ABSTRACT

The establishment of a system of assessing the physical fitness of students is of high theoretical and practical significance, serving as a basis for developing training programs suitable to the subjects of education, contributing to improving the quality of amount of physical education in particular and the school's training in general. We used the basic research methods to select 8 tests to assess the fitness level with sufficient reliability and notification for the study subjects, while developing classification standards, grading scales as well as General transcript of evaluation of fitness level for male students of Foreign Language Department - Thai Nguyen University.

Keywords: Assessment system; Foreign Language; Thai Nguyen University; male students; fitness.

Received: 17/4/2020; Revised: 30/6/2020; Published: 30/6/2020

* Corresponding author. Email: nguyenthuanh.sfl@tnu.edu.vn

1. Đặt vấn đề

Sức khỏe chính là vốn liếng quý báu nhất của đời sống con người và phương pháp tốt nhất để rèn luyện và gìn giữ sức khỏe chính là luyện tập thể dục thể thao (TDTT).

Trong nhà trường, TDTT cũng là một bộ phận cấu thành quan trọng của giáo dục và phát triển toàn diện. Nó là yêu cầu của xã hội và cũng là yêu cầu tất yếu của lịch sử [1]. Ở nước ta, mục tiêu TDTT trường học là tăng cường sức khỏe, phát triển thể chất, góp phần bồi dưỡng và hình thành nhân cách, đáp ứng yêu cầu phát triển toàn diện cho người học để họ trở thành những con người xã hội chủ nghĩa theo tinh thần nghị quyết Trung ương II, khóa VIII của Đảng và nhà nước [2]. Thái Nguyên là một trung tâm kinh tế - xã hội lớn của khu vực đông bắc hay cả trung du và miền núi phía bắc, tuy nhiên địa hình lại khá phức tạp, chủ yếu là đồi núi. Chính vì những điểm đặc biệt về địa lý của mình, tỉnh Thái Nguyên đã gặp rất nhiều khó khăn trong việc phát triển phong trào thể dục thể thao [3]. Cùng với sự phát triển không ngừng của sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước đòi hỏi chất lượng đào tạo của đội ngũ cán bộ TDTT phải không ngừng nâng cao. Nó bao gồm chất lượng cơ sở vật chất phục vụ quá trình giảng dạy, người thầy và sinh viên. Trong đó, việc xây dựng một hệ thống đánh giá trình độ thể lực của sinh viên ngày nay – Những chủ nhân tương lai của đất nước là một việc rất cần thiết và quan trọng [4]. Bên cạnh đó, đối với tuổi học sinh, sinh viên, vui chơi giải trí là hoạt động đóng vai trò quan trọng trong sự phát triển tinh thần và thể chất. Các em tích lũy tri thức, kỹ năng sống, hình thành nhân cách, giải trí thông qua hoạt động tập luyện và vui chơi [5].

Đó chính là lý do thúc đẩy chúng tôi nghiên cứu vấn đề: “Xây dựng hệ thống đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên”.

Việc xây dựng hệ thống đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học

Thái Nguyên (ĐHTN) góp phần vào việc xây dựng thang điểm dành riêng cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên [6].

(1) Các chỉ số đánh giá thể lực các phân môn cơ bản của Điền kinh: Chạy 100 m, chạy 1500 m, nhảy cao, nhảy xa, đẩy tạ [7].

(2) Lập thang điểm và kiểm nghiệm tính thực tiễn của hệ thống đánh giá.

2. Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn; phương pháp quan kiểm tra sự phạm; phương pháp toán học thống kê, phương pháp test lặp lại để đánh giá độ tin cậy của các chỉ tiêu lựa chọn qua phỏng vấn.

3. Kết quả nghiên cứu và đánh giá

3.1. Lựa chọn các test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên nam Khoa Ngoại ngữ - ĐHTN

Để xác định được 8 test đánh giá trình độ thể lực (TĐTL) cho nam sinh viên khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên, trước hết thông qua việc tìm hiểu, thu thập, phân tích tài liệu, khảo sát thực tế thực trạng giảng dạy môn giáo dục thể chất ở một số trường đại học. Sau đó đưa ra phỏng vấn nhằm thu thập ý kiến đóng góp của các giáo viên trực tiếp giảng dạy môn học giáo dục thể chất, những nhà quản lý, các cán bộ nghiên cứu viện khoa học thể dục thể thao, các cán bộ nghiên cứu trong các trường đại học, cao đẳng để tìm ra các chỉ tiêu phù hợp trong đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên. Chúng tôi đã lựa chọn được 8 chỉ tiêu đánh giá TĐTL cho đối tượng nghiên cứu:

1. Chạy 30 m XPT;
2. Chạy 100 m XPT;
3. Chạy 400 m XPC;
4. Chạy 1500 m XPC;
5. Bật xa tại chỗ;
6. Bật 5 bước tại chỗ;
7. Bật cao tại chỗ;
8. Ném tạ bằng hai tay từ sau qua đầu ra trước.

Kết quả là trong 8 test được kiểm nghiệm cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên thì cả 8 test được lựa chọn có hệ số tương quan đủ, vừa có ý nghĩa thống kê ($P < 0,05$), vừa đảm bảo đủ độ tin cậy cần thiết ($r \geq 0,8$).

Để kiểm nghiệm tính thông báo của test, chúng tôi tiến hành nghiên cứu mối tương quan giữa các chỉ tiêu được nghiên cứu cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên với thành tích học tập thực hành môn Giáo dục thể chất (GDTC). Kết quả đã xác định có 8/8 test đảm bảo tính thông báo.

Đây là những test có mối tương quan rất chặt chẽ và có ý nghĩa quan trọng trong việc đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên.

3.2. Lập thang điểm và kiểm nghiệm tính thực tiễn của hệ thống đánh giá

3.2.1. Lập thang điểm

Dựa vào kết quả kiểm tra và việc xác định hệ thống test đặc trưng đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên. Chúng tôi tiến hành lập thang điểm cho từng test và có được bảng điểm như trong bảng 1.

Bảng 1. Điểm đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên khóa 39+40+41

Khoa Ngoại Ngữ - Đại học Thái Nguyên

Điểm	Test 1	Test 2	Test 3	Test 4	Test 5	Test 6	Test 7	Test 8
10	4,92	12,57	52,77	5,23	2,92	13,65	61,3	7,27
9	5,01	13,03	54,78	5,39	2,85	13,23	59,9	6,87
8	5,10	13,52	56,73	5,43	2,78	12,85	58,3	6,46
7	5,18	14,01	58,79	6,05	2,75	12,42	56,7	6,08
6	5,25	14,5	60,74	6,15	2,66	12,01	55,01	5,62
5	5,34	15,02	62,79	6,24	2,57	11,64	53,4	5,21
4	5,42	15,57	64,77	6,48	2,50	11,25	52,05	4,77
3	5,50	16,03	66,72	6,51	2,43	10,88	50,51	4,38
2	5,58	16,51	68,75	7,02	2,39	10,43	49,02	3,97
1	5,66	17,08	70,79	7,13	2,26	10,01	47,6	3,56

Ghi chú:

Test 1: Chạy 30 m XPT (s)

Test 2: Chạy 100 m XPT (s)

Test 3: Chạy 400 m XPC (s)

Test 4: Chạy 1500 m XPC (phút)

Test 5: Bật xa tại chỗ (m)

Test 6: Bật 5 bước tại chỗ (m)

Test 7: Bật cao tại chỗ (cm)

Test 8: Ném tạ bằng hai tay qua đầu ra trước (m)

Lưu ý: Trong bảng điểm theo thang 10 bậc nhiều khi thành tích kiểm tra lại nằm giữa 2 điểm. Vì thể để tiện cho việc chính xác tới 0,5 điểm, có thể vận dụng cách sau đây:

Ví dụ: Trong bảng điểm ở nội dung bật xa 2,86 m là 9 điểm còn 2,93 m là 10 điểm, vậy cách tính như sau:

$$9,5 \text{ điểm} = (2,86 + 2,93) / 2 = 2,895 \text{ m}$$

Nếu thành tích bật xa đạt từ 2,895 m đến 2,9 m thì được 9,5 điểm. Còn nếu từ 2,86 m đến nhỏ hơn 2,895 m thì được 9 điểm.

Bảng 2. Phân loại TĐTL của nam sinh viên khóa 39 + 40 + 41 Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên

Các chỉ tiêu	Phân loại				
	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Giỏi
Chạy 30 m XPT (s)	> 5,58	5,58 – 5,42	5,42 – 5,18	5,18– 5,10	< 5,10
Chạy 100 m XPT (s)	< 16,51	16,51 – 15,57	15,57 – 14,01	14,01 – 13,52	> 13,52
Chạy 400 m XPC (s)	< 68,75	68,75 – 64,77	64,77 – 58,79	58,79 – 56,73	> 56,73
Chạy 1500 m XPC (phút)	> 7,02	7,02 – 6,48	6,48 – 6,05	6,05 - 5,43	>5,43
Bật xa tại chỗ (m)	> 2,39	2,39 – 2,50	2,50 - 2,75	2,75 - 2,78	>2,78
Bật 5 bước tại chỗ (m)	>10,43	10,43 – 11,25	11,25 - 12,42	12,42 - 12,85	>12,85
Bật cao tại chỗ (cm)	>49,02	49,02 – 52,05	52,05 - 56,7	56,7 - 58,3	>58,3
Ném tạ bằng hai tay qua đầu ra trước (m)	>3,97	3,97 – 4,77	4,77 - 6,08	6,08 - 58,3	>58,3

3.2.2 Kiểm nghiệm tính thực tiễn của hệ thống đánh giá

Dựa trên nguyên tắc 2 xích ma khi phân loại, đề tài đưa ra 5 mức: Giỏi, khá, trung bình, yếu và kém nhằm xây dựng bảng tiêu chuẩn phân loại các chỉ tiêu cơ bản để đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên [1]. Kết quả phân loại TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên được trình bày ở bảng 2 và bảng 3.

Các bảng phân loại TĐTL đã được xây dựng để sử dụng, khi kiểm tra TĐTL giáo viên TĐTL hoặc cán bộ quản lý muốn biết từng chỉ tiêu sinh viên đó được xếp loại nào thì thực hiện tra bảng theo quy trình sau:

Bước 1: Xác định đối tượng sinh viên thuộc năm thứ mấy.

Bước 2: Xác định chỉ tiêu (Test) cần tra cứu.

Bước 3: Căn cứ vào bảng phân loại tương ứng để tiến hành phân loại trình độ theo từng chỉ tiêu.

Bảng phân loại chỉ tiêu đánh giá TĐTL tương đối chi tiết, song khó đánh giá tổng hợp do bảng đánh giá thuộc từng chỉ tiêu còn hạn chế. Bởi lẽ, trong thực tế sử dụng các test đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên, một vấn đề nảy sinh là mỗi test đánh giá trong hệ thống test lại có đơn vị đo lường khác nhau (như: số lần, giây...) nên việc đánh giá tổng hợp TĐTL của đối tượng nghiên cứu gặp rất nhiều khó khăn. Để giải quyết vấn đề này, đề

tài tiến hành quy đổi tất cả các test trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (Thang độ được tính từ điểm 1 đến 10) với công thức $C = 5 + 2Z$. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 2 [8].

Bảng điểm đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên vừa xây dựng đã giải quyết được những khó khăn mắc phải khi sử dụng bảng tiêu chuẩn phân loại. Khi sử dụng bảng điểm trên, điểm của từng chỉ tiêu được xác định theo cách tính tiệm cận trên hoặc tiệm cận dưới, nghĩa là kết quả kiểm tra gần với giá trị tương ứng của điểm nào thì nhận điểm đó. Riêng các test tính số lần thì khi tra bảng đạt giá trị tương ứng nào thì nhận điểm đó.

Như vậy, bảng điểm đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên cho phép tính điểm bất cứ test nào trong hệ thống có được sau khi kiểm tra sinh viên, từ đó phục vụ việc đánh giá tổng hợp TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên. Để sử dụng bảng điểm này cần tiến hành theo các bước:

+ Bước 1: Xác định đối tượng sinh viên thuộc năm thứ mấy và tìm bảng tra cứu tương ứng.

+ Bước 2: Áp kết quả lập test của chỉ tiêu cần tra cứu vào bảng vừa rút ra để xác định điểm đạt được của chỉ tiêu đó.

Nếu cần biết tổng điểm của tất cả hệ thống test đánh giá, giáo viên, cán bộ quản lý cần tiến hành tính tổng điểm đạt được của tất cả các chỉ tiêu.

Đề thuận tiện hơn cho giáo viên và sinh viên trong quá trình sử dụng các tiêu chuẩn đánh giá trên, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên. Như vậy, đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên Khoa Ngoại Ngữ - Đại học Thái Nguyên gồm 8 chỉ tiêu tương ứng với tổng số điểm tối đa là 80 điểm. Tất nhiên việc phân loại trình độ thể lực cũng được quy ước theo 5 mức trên. Qua tính toán kết quả phân loại trình độ thể lực thu được như sau kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TĐTL của nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Giỏi	68 -100
Khá	56 - 68
Trung bình	32 - 56
Yếu	20 - 32
Kém	< 20

4. Kết luận

1. Qua nghiên cứu đã chọn được 8 test dùng để đánh giá trình độ thể lực cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên gồm:

- Chạy 30 m XPT
- Chạy 100 m XPT
- Chạy 400 m XPC
- Chạy 1500 m XPC
- Bật xa tại chỗ
- Bật 5 bước tại chỗ
- Bật cao tại chỗ
- Ném tạ bằng hai tay từ sau qua đầu ra trước

2. Để đánh giá tổng hợp TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên cần thực hiện các bước sau:

Bước 1: Xác định đối tượng sinh viên thuộc năm nào. Tính điểm đạt được của từng sinh viên.

Bước 2: Tính tổng điểm của các chỉ tiêu, sau

đó đối chiếu kết quả tổng với bảng 3 để xác định TĐTL đạt được.

3. Kết quả nghiên cứu đã xây dựng được tiêu chuẩn phân loại TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên theo từng chỉ tiêu và các bảng điểm tổng hợp đánh giá từng chỉ tiêu riêng biệt có đánh giá khách quan TĐTL của nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên. Qua quá trình kiểm nghiệm đã đạt hiệu quả cao trong thực tiễn đánh giá TĐTL cho nam sinh viên Khoa Ngoại ngữ - Đại học Thái Nguyên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO/ REFERENCES

- [1]. V. T. Dong, *Theory and Methods of Physical Education in Schools*. Sports and Physical Publishing House, Hanoi, 2000.
- [2]. Party Central Committee, *Resolution of Vietnam Communist Party Congress*, Session VIII, 1996.
- [3]. T. H. Q. Dao, and V. D. Nguyen, "Assessing the situation of mass physical training movement in Thai Nguyen province," *TNU - Journal of Science and Technology*, vol. 201, no. 08, pp. 151-155, 2019.
- [4]. V. L. Le, D. T. Vu, T. H. Nguyen, and B. H. Nguyen, *Current situation of physical development of pupils and students before the 21st century*. State-level Social Science Project, Sports and Physical Publishing House, Hanoi, 2000.
- [5]. T. T. Tran, "Selecting and applying games in extracurricular activities for second grade students in Thai Nguyen provinc," *TNU - Journal of Science and Technology*, vol. 201, no. 08, pp. 205-209, 2019.
- [6]. I. V. Aulic, *Assessing level of sport training*. Sports and Physical Publishing House, Hanoi, 1982.
- [7]. N. C. Duong, K. M. Nguyen, K. H. Pham, D. P. Vo, D. D. Nguyen, and Q. H. Nguyen, *Athletics Textbook*. Sports Publishing House, Hanoi, 2000.
- [8]. Ministry of Education and Training, *Decision No. 53/2008 / QDBGD-DT Promulgating regulations on the assessment and grading of students' physical strength*, Hanoi, September 18, 2008.