

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ XẾP LOẠI THỂ LỰC CHO HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ DỊCH VỌNG, CẦU GIẤY, HÀ NỘI

BUILDING STANDARDS FOR ASSESSMENT AND CLASSIFICATION OF PHYSICAL FITNESS FOR STUDENTS AT DỊCH VỌNG SECONDARY SCHOOL, CAU GIAY, HANOI

TS. Nguyễn Mạnh Toàn¹, ThS. Trần Ngọc An²

Trường ĐH Sư phạm TDTT Hà Nội¹, Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội²

Tóm tắt: Qua đánh giá thực trạng sự phù hợp, thực hiện tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh trường trung học cơ sở Dịch Vọng, tác giả đã lựa chọn được 6 test để sử dụng kiểm tra - đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu. Xây dựng được được bảng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm tổng hợp và tiêu chuẩn tổng hợp trong đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường trung học cơ sở Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội.

Từ khóa: Tiêu chí, tiêu chuẩn, xếp loại thể lực, nam học sinh, đánh giá.

Abstract: During the research process, the author selected 6 tests to use to test and evaluate the physical fitness of research subjects. Developed a classification standard table, a comprehensive score table and a comprehensive standard in assessing physical fitness for male students at Dich Vong Secondary School, Cau Giay, Hanoi.

Key words: Criteria, standard, physical rating, male student, evaluate.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực trạng công tác đánh giá, xếp loại thể lực của học sinh các Trường THCS nói chung và Trường THCS Dịch Vọng nói riêng vẫn còn khá nhiều tồn tại như: thực trạng việc thực hiện tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, các yếu tố và điều kiện đảm bảo cho công tác kiểm tra, đánh giá, sự phù hợp của tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực đối với học sinh trường THCS Dịch Vọng.

Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên được ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/9/2008 sử dụng trong đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên từ lứa tuổi 6 đến 20 tuổi với 6 test đánh giá thuộc 4 tố chất (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo - khéo léo) đã trải qua trên 15 năm sử dụng tiêu chuẩn đánh, hiện nay thang điểm và tiêu chuẩn ở một số test đánh giá không còn phù hợp với đối tượng học

sinh cần thiết phải xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội mới đáp ứng với công tác đánh giá phù hợp với thể lực của học sinh trong giai đoạn hiện nay.

Các phương pháp nghiên cứu đã được sử dụng gồm: Phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm; phương pháp Kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn và đề xuất tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Tiến hành lựa chọn các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm, phỏng vấn các chuyên gia, HLV. Kết quả trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội (n = 32)

TT	Các tiêu chí	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%
1	Test đi bộ/chạy 600m	4	12.50	10	31.25	18	56.25
2	Test đi bộ/chạy 800m	3	9.38	12	37.50	17	53.13
3	Test đi bộ/chạy 1km	28	87.50	4	12.50	-	0.00
4	Test đi bộ/chạy 1,6km	6	18.75	8	25.00	18	56.25
5	Test bước bục 3 phút	2	6.25	5	15.63	25	78.13
6	Co tay sau lưng (cm)	8	25.00	6	18.75	20	62.50
7	Test Đi bộ 6 phút (m)	7	21.88	9	28.13	16	50.00
8	Test đứng lên, ngồi xuống ghế 30s	5	15.63	7	21.88	20	62.50
9	Lực bóp tay thuận (kg)	9	28.13	7	21.88	16	50.00
10	Test Chống đẩy (lần/30 giây)	25	78.13	5	15.63	2	6.25
11	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	24	75.00	5	15.63	3	9.38
12	Chạy 30m XPC (s)	26	81.25	6	18.75	-	0.00
13	Ngồi và vởi (cm)	10	31.25	3	9.38	19	59.38
14	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	23	71.88	5	15.63	4	12.50
15	Bật xa tại chỗ (cm)	27	84.38	4	12.50	1	3.13
16	Chạy tuỷ sức 5 phút (m)	12	37.50	2	6.25	18	56.25
17	Test chạy 12 phút	11	34.38	1	3.13	20	62.50

Từ kết quả bảng 1 cho thấy, có 6 tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu mà đề tài đưa ra đều được đa số các ý kiến trả lời lựa chọn từ trên 70% ý kiến xếp ở mức ưu tiên 1. Để xác định độ tin cậy cho khách thể nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra 2 lần trên 400 học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội. Kết quả trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Hệ số tin cậy của các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội (n=400)

TT	Test	Lần 1		Lần 2		r	p
		X	±δ	X	±δ		
Nam	Test đi bộ/chạy 1km(phút)	5.52	0.61	5.55	0.62	0.86	<0.05
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	16.07	3.86	16.67	3.88	0.87	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.77	3.66	17.46	3.55	0.85	<0.05
	Chạy 30m XPC (s)	5.48	0.94	5.49	0.96	0.84	<0.05
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	11.32	1.22	11.33	1.32	0.84	<0.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	177.38	17.94	178.63	17.93	0.83	<0.05
Nữ	Test đi bộ/chạy 1km (phút)	7.333	0.38	7.351	0.39	0.82	<0.05
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	15.2	5.13	15.33	5.21	0.87	<0.05
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	12.67	3.38	12.87	3.48	0.81	<0.05
	Chạy 30m XPC (s)	6.03	0.33	6.06	0.34	0.82	<0.05
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	12.32	1.23	12.23	1.31	0.84	<0.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	159.32	18.36	159.86	18.62	0.86	<0.05

Số liệu tại bảng 2 cho thấy, tất cả các tiêu chí đánh giá thể lực đều có hệ số tin cậy $r > 0.8$ và $P < 0.05$. Vậy các tiêu chí trên có đủ độ tin cậy để đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Từ kết quả trên đề tài tiến hành phân loại từng tiêu chí, tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội thành 5 mức: Tốt, khá, Trung bình, yếu, kém theo quy tắc 2 xích ma.

- Tốt: $> \bar{x} + 2\delta$.
- Khá: Từ $\bar{x} + 1\delta$ đến $\bar{x} + 2\delta$.
- Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} + 1\delta$.

Căn cứ vào các kết quả thống kê trong bảng 3, tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu, kết quả được trình bày ở bảng 4.

Từ kết quả thu được ở các bảng 3, qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém.

- Loại Tốt: Từ 9 đến 10 điểm.
- Loại Khá: Từ 7 đến < 9 điểm.

- Yếu: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} - 2\delta$.
- Kém: $< \bar{x} - 2\delta$

Với những tiêu chuẩn mà kết quả lập test với số đo càng nhỏ càng tốt thì 5 mức kể trên sẽ xếp theo hướng ngược lại. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.

Để có căn cứ đánh giá xếp loại thể lực của đối tượng nghiên cứu theo cùng 1 đơn vị đánh giá, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng tiêu chí, tiêu chuẩn đã lựa chọn. Trong thực tiễn đánh giá, do có những kết quả không nằm ở mức phân định, nên khi đánh giá cần thiết sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích một tiêu chí nào gần với mức điểm nào hơn thì lấy điểm đó. Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 4

- Loại Trung bình: Từ 5 đến < 7 điểm.
- Loại Yếu: Từ 3 đến < 5 điểm.
- Loại Kém: Từ 0 đến < 3 điểm.

Tổng các tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội là 06 test, do đó tổng điểm tối đa là 60 điểm theo thang điểm 10 (thang độ C). Để xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh, căn cứ vào quy ước như trên, tiến hành xác định ranh giới trên, ranh giới dưới ở các mức phân loại đánh giá tổng hợp, thu được kết quả như trình bày ở bảng 5.

**Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại đánh giá xếp loại thể lực theo từng chỉ tiêu cho nam học sinh
Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội**

Lớp	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
Lớp 6	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>384.40	384.40-378.30	378.30-366.10	366.10-360.00	<360.00
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<11.13	11.13-13.20	13.20-17.34	17.34-19.41	>19.41
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<9.63	9.63-11.82	11.82-16.20	16.20-18.39	>18.39
	Chạy 30m XPC (s)	>6.70	6.70-6.36	6.36-5.68	5.68-5.34	<5.34
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.53	13.53-13.16	13.16-12.42	12.42-12.05	<12.05
	Bật xa tại chỗ (cm)	<153.20	153.20-158.80	158.80-170.00	170.00-175.60	>175.60
Lớp 7	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>363.24	363.24-357.22	357.22-345.18	345.18-339.16	<339.16
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<12.43	12.43-14.45	14.45-18.49	18.49-20.51	>20.51
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<10.58	10.58-12.80	12.80-17.24	17.24-19.46	>19.46
	Chạy 30m XPC (s)	>6.58	6.58-6.24	6.24-5.56	5.56-5.22	<5.22
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.31	13.31-12.95	12.95-12.23	12.23-11.87	<11.87
	Bật xa tại chỗ (cm)	<163.50	163.50-169.05	169.05-180.15	180.15-185.70	>185.70
Lớp 8	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>344.20	344.20-338.20	338.20-326.20	326.20-320.20	<320.20
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<13.33	13.33-15.45	15.45-19.69	19.69-21.81	>21.81
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<11.62	11.62-13.87	13.87-18.37	18.37-20.62	>20.62
	Chạy 30m XPC (s)	>6.52	6.52-6.16	6.16-5.44	5.44-5.08	<5.08
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>13.09	13.09-12.74	12.74-12.04	12.04-11.69	<11.69
	Bật xa tại chỗ (cm)	<173.66	173.66-179.23	179.23-190.37	190.37-195.94	>195.94
Lớp 9	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	>324.72	324.72-318.76	318.76-306.84	306.84-300.88	<300.88
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	<14.35	14.35-16.51	16.51-20.83	20.83-22.99	>22.99
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	<12.71	12.71-14.98	14.98-19.52	19.52-21.79	>21.79
	Chạy 30m XPC (s)	>6.42	6.42-6.06	6.06-5.34	5.34-4.98	<4.98
	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	>12.89	12.89-12.54	12.54-11.84	11.84-11.49	<11.49
	Bật xa tại chỗ (cm)	<183.52	183.52-189.09	189.09-200.23	200.23-205.80	>205.80

**Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá xếp loại thể lực theo từng chỉ tiêu cho nam học sinh
Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội**

Lớp	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Lớp 6	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	356.95	360.00	363.05	366.10	369.15	372.20	378.30	384.40	390.50	396.60
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	20.45	19.41	18.38	17.34	16.31	15.27	13.20	11.13	9.06	6.99
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	19.49	18.39	17.30	16.20	15.11	14.01	11.82	9.63	7.44	5.25
	Chạy 30m XPC (s)	5.17	5.34	5.51	5.68	5.85	6.02	6.36	6.70	7.04	7.38
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.87	12.05	12.24	12.42	12.61	12.79	13.16	13.53	13.90	14.27
	Bật xa tại chỗ (cm)	178.40	175.60	172.80	170.00	167.20	164.40	158.80	153.20	147.60	142.00
Lớp 7	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	336.15	339.16	342.17	345.18	348.19	351.20	357.22	363.24	369.26	375.28
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	21.52	20.51	19.50	18.49	17.48	16.47	14.45	12.43	10.41	8.39
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20.57	19.46	18.35	17.24	16.13	15.02	12.80	10.58	8.36	6.14
	Chạy 30m XPC (s)	5.05	5.22	5.39	5.56	5.73	5.90	6.24	6.58	6.92	7.26
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.69	11.87	12.05	12.23	12.41	12.59	12.95	13.31	13.67	14.03
	Bật xa tại chỗ (cm)	188.48	185.70	182.93	180.15	177.38	174.60	169.05	163.50	157.95	152.40
Lớp 8	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	317.20	320.20	323.20	326.20	329.20	332.20	338.20	344.20	350.20	356.20
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	22.87	21.81	20.75	19.69	18.63	17.57	15.45	13.33	11.21	9.09
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	21.75	20.62	19.50	18.37	17.25	16.12	13.87	11.62	9.37	7.12
	Chạy 30m XPC (s)	4.90	5.08	5.26	5.44	5.62	5.80	6.16	6.52	6.88	7.24
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.52	11.69	11.87	12.04	12.22	12.39	12.74	13.09	13.44	13.79
	Bật xa tại chỗ (cm)	198.73	195.94	193.16	190.37	187.59	184.80	179.23	173.66	168.09	162.52
Lớp 9	Test đi bộ/chạy 1km (giây)	297.90	300.88	303.86	306.84	309.82	312.80	318.76	324.72	330.68	336.64
	Test chống đẩy (lần/30 giây)	24.07	22.99	21.91	20.83	19.75	18.67	16.51	14.35	12.19	10.03
	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22.93	21.79	20.66	19.52	18.39	17.25	14.98	12.71	10.44	8.17
	Chạy 30m XPC (s)	4.80	4.98	5.16	5.34	5.52	5.70	6.06	6.42	6.78	7.14
	Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11.32	11.49	11.67	11.84	12.02	12.19	12.54	12.89	13.24	13.59
	Bật xa tại chỗ (cm)	208.59	205.80	203.02	200.23	197.45	194.66	189.09	183.52	177.95	172.38

Bảng 5. Tiêu chuẩn tổng hợp điểm đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh Trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội

Xếp loại	Tổng điểm đánh giá xếp loại thể lực học sinh (tối đa 60 điểm)
Tốt	≥ 54.00
Khá	$42.00 \rightarrow < 54.00$
Trung bình	$30.00 \rightarrow < 42.00$
Yếu	$18.00 \rightarrow < 30.00$
Kém	≤ 18.00

Để đạt được tổng điểm của một mức phân loại nào, không nhất thiết phải đạt được số điểm của từng tiêu chí, từng test theo như mức phân loại của từng tiêu chuẩn loại đó, mà có thể lấy điểm số đạt cao của test này để bù cho điểm đạt thấp của test khác theo quy luật bù trừ, sao cho tổng điểm đạt được nằm trong khoảng xác định của bảng phân loại tổng hợp (bảng 5) với điều kiện không có hơn 3 nội dung ở mức độ yếu và kém.

3. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 6 test, cả 06 test này đều đảm bảo đủ tính thông báo và độ tin cậy thống kê cần thiết để sử dụng kiểm tra - đánh giá xếp loại thể lực cho đối tượng nghiên cứu, xây dựng được 04 bảng tiêu chuẩn phân loại, 04 bảng điểm tổng hợp và 01 tiêu chuẩn tổng hợp trong đánh giá xếp loại thể lực cho nam học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
2. Hoàng Công Dân, Dương Nghiệp Chí (2008) "*Xây dựng tiêu chuẩn rèn luyện thân thể mới cho học sinh và sinh viên Việt Nam*", Đề tài khoa học công nghệ cấp Bộ, Viện Khoa học TDTT.
3. Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp TDTT trong nhà trường*, NXB TDTT, Hà Nội.
4. Tạ Hồng Hải (2000), *Nghiên cứu nâng cao năng lực thể chất của học sinh phổ thông lứa tuổi 11 - 14*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT Hà Nội.
5. Viện Khoa học TDTT (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm năm 2001)*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: "*Nghiên cứu thực trạng và đề xuất tiêu chí đánh giá xếp loại thể lực cho học sinh trường THCS Dịch Vọng, Cầu Giấy, Hà Nội*". Đề tài luận văn cao học, trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội, bảo vệ tháng 11/2023. Đề tài này là sản phẩm đào tạo của đề tài nghiên cứu khoa học cấp Bộ "*Nghiên cứu thực trạng và đề xuất tiêu chí quy định việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên*", mã số B2022-TDH-02.

Ngày nhận bài: 06/11/2024; Ngày đánh giá: 10/12/2024; Ngày duyệt đăng: 20/12/2024.