

# LỰA CHỌN TEST ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUNG CHO SINH VIÊN NĂM NHẤT CHUYÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY NGUYÊN

Chu Vương Thìn<sup>1</sup>, Phạm Hùng Mạnh<sup>1</sup>, Trần Văn Hưng<sup>1</sup>, Bùi Thị Thủy<sup>1</sup>

Ngày nhận bài: 20/5/2022; Ngày phản biện thông qua: 01/8/2022; Ngày duyệt đăng: 02/8/2022

## TÓM TẮT

Qua quá trình tìm hiểu, thu thập và phân tích tổng hợp tài liệu của các tác giả trong nước và nước ngoài, chúng tôi đã sàng lọc và hệ thống hóa được 35 test đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm nhất chuyên ngành giáo dục thể chất trường Đại học Tây Nguyên. Bằng phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán thống kê chúng tôi đã xác định được 06 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo để kiểm tra, đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm nhất chuyên ngành giáo dục thể chất trường Đại học Tây Nguyên.

**Từ khóa:** các test, thể lực chung, sinh viên năm nhất, chuyên ngành GDTC, trường Đại học Tây Nguyên.

## 1. MỞ ĐẦU

Thể lực chính là mục tiêu cơ bản của môn giáo dục thể chất. Tập luyện và thi đấu thể dục thể thao (TDTT) thể hiện sự khát vọng vươn lên khả năng cao nhất của con người (Nguyễn Toán và Phạm Danh Tôn, 2006). Vì vậy, tiềm năng của con người đó đang được khai thác triệt để nhằm đạt thành tích thể thao cao nhất trong cuộc thi đấu. Cách hiểu biết về đạo đức ý chí, kỹ thuật và thể lực của người tập là những yếu tố quyết định đến hiệu quả tập luyện, thi đấu thể thao. Trong khả năng hoạt động thể lực, đặc biệt là thể lực chung và chuyên môn giữ vai trò nền tảng. Giáo dục thể chất thể lực phải căn cứ vào yếu tố hiểu biết đạo đức, ý chí, kỹ thuật và chiến thuật và thể lực chung trong đó thể lực là một trong những nhân tố quan trọng nhất, quyết định hiệu quả hoạt động của con người.

Theo Aulic (1982), năng lực thể lực là tiềm năng của vận động viên để đạt được những thành tích nhất định trong môn thể thao được lựa chọn và năng lực thể lực được biểu hiện theo các thông số sự phạm như sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khả năng phối hợp vận động. Như vậy, có thể nói vấn đề thể lực của sinh viên là vấn đề quan trọng, không nằm ngoài quá trình đào tạo.

Vì vậy, việc kiểm tra và đánh giá mức độ phát triển thể lực chung cho sinh viên chuyên ngành giáo dục thể chất, trường Đại học Tây Nguyên nói chung và cho sinh viên năm nhất chuyên ngành giáo dục thể chất nói riêng là vấn đề hết sức quan trọng, cốt lõi trong việc hoàn thành tốt nhiệm vụ học tập và rèn luyện của sinh viên, là nhiệm vụ bắt buộc được thể hiện trong chương trình, kế hoạch đào tạo của nhà trường, khoa và của bộ môn. Bài viết này nhằm lựa chọn ra được các test phù hợp góp phần phát triển thể lực chung cho sinh viên.

## 2. NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### 2.1. Nội dung nghiên cứu

Để làm cơ sở lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm nhất chuyên ngành giáo dục thể chất trường Đại học Tây Nguyên. Đề tài đã tổng hợp và phân tích nhiều nguồn tài liệu khác nhau, sau đó qua phỏng vấn đã lựa chọn được 06 test đủ độ tin cậy và tính thông báo để đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm nhất chuyên ngành giáo dục thể chất trường Đại học Tây Nguyên.

### 2.2. Khách thể và đối tượng nghiên cứu

#### 2.2.1. Khách thể nghiên cứu

Sinh viên năm nhất chuyên ngành Giáo dục thể chất.

Đề tài giới hạn về khách thể nghiên cứu bao gồm 51 nam sinh viên năm nhất.

#### 2.2.2. Đối tượng nghiên cứu

Test đánh giá trình độ thể lực chung cho sinh viên năm nhất chuyên ngành Giáo dục thể chất.

### 2.3. Thời gian và địa điểm nghiên cứu

- Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 01/2022 đến 4/2022.

- Địa điểm nghiên cứu: Trường Đại học Tây Nguyên.

### 2.4. Phương pháp nghiên cứu

#### 2.4.1. Phương pháp phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan

Phương pháp này được sử dụng trong suốt quá trình nghiên cứu đề tài. Từ lúc lựa chọn đề tài cho đến khi hoàn thành.

#### 2.4.2. Phương pháp phỏng vấn

<sup>1</sup>Khoa Sư phạm, trường Đại học Tây Nguyên;

Tác giả liên hệ: Chu Vương Thìn; ĐT: 0975930600; Email: vuongthink@gmail.com.