

ĐÁNH GIÁ SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHUNG CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG TỈNH PHÚ THỌ DƯỚI TÁC ĐỘNG CỦA CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC PHỔ THÔNG 2018 MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT

ĐINH THỊ THẢO

Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội

Nhận bài ngày 19/4/2026. Sửa chữa xong 20/5/2026. Duyệt đăng 02/6/2026.

Abstract

Evaluating the positive impacts of the 2018 General Education Program's Physical Education curriculum on the general physical fitness development of high school students is essential after over five years of implementation. This initial study assesses the general physical fitness development of high school students in Phu Tho Province after one academic year under the influence of this curriculum.

Keywords: General physical fitness, high school students, Phu Tho province, 2006 Physical Education curriculum, 2018 General Education Program.

1. Đặt vấn đề

Cho đến năm học 2025-2026, Chương trình Giáo dục phổ thông (GDPT) 2018 môn Giáo dục thể chất (GDTC) đã được thực hiện theo lộ trình đổi mới và áp dụng cho cả 3 cấp học từ lớp 1 đến lớp 12: Tiểu học, THCS và THPT (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018). Sau hơn 5 năm triển khai thực hiện đầy đủ ở các cấp học, Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đã đạt được những kết quả nhất định, cụ thể: 1) Chương trình GDPT 2018 tạo thuận lợi cho địa phương và các nhà trường được trao tặng quyền chủ động, trách nhiệm trong việc xây dựng kế hoạch giáo dục, kế hoạch dạy học cũng như tổ chức thực hiện; 2) Kết quả học tập và rèn luyện môn học GDTC của học sinh (HS) học theo Chương trình GDPT 2018 đã có những chuyển biến tích cực. Tuy nhiên, bên cạnh những kết quả đạt được, quá trình triển khai Chương trình GDPT 2018 môn GDTC cũng gặp nhiều khó khăn, thách thức, đó là: 1) Nguồn nhân lực chưa theo kịp chương trình môn học; 2) HS chỉ học duy nhất một môn thể thao trong suốt cả một năm học; 3) Cơ sở vật chất, trang thiết bị dạy học của các trường sở tại còn nhiều thiếu thốn nên chưa đáp ứng được yêu cầu của chương trình mới. Vì thế sau hơn 5 năm thực hiện đổi mới nội dung và triển khai thực hiện Chương trình GDPT 2018 môn học GDTC trong thực tiễn cho thấy cần phải có những nghiên cứu đánh giá từng mặt hoặc đánh giá tổng thể những kết quả đạt được của chương trình, đặc biệt là những mặt ảnh hưởng tích cực của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đến sự phát triển tố chất thể lực chung của HS lứa tuổi THPT. Kết quả nghiên cứu bước đầu đã đánh giá được sự phát triển thể lực chung của HS THPT dưới tác động của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC sau 1 năm học.

2. Nội dung nghiên cứu

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp kiểm tra tư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2.1. Tổ chức kiểm tra tư phạm

Nghiên cứu đã tiến hành tổ chức kiểm tra tư phạm trên đối tượng sau:

- *Nhóm 1:* Gồm 300 HS ở một số trường THPT trên địa bàn tỉnh Phú Thọ thuộc các khối lớp 10, 11, 12 được lựa chọn làm điểm (trong đó bao gồm 150 nam và 150 nữ, mỗi khối chọn 50 HS và 50 HS nữ). Các

Email: thaoanhtdt@gmail.com

đối tượng nghiên cứu này đều đang được học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC với tần suất 2 tiết/tuần theo quy định. Quá trình kiểm tra sư phạm được tiến hành tại 2 thời điểm: + Giai đoạn 1: Kết thúc học kỳ 1 (tháng 01/2026); + Giai đoạn 2: Kết thúc học kỳ 2 (tháng 05/2026).

- *Nhóm 2:* Gồm 900 HS các khối lớp 10, 11, 12 ở một số trường THPT trên địa bàn tỉnh Phú Thọ chọn làm điểm (trong đó bao gồm 450 nam và 450 nữ, mỗi khối chọn ngẫu nhiên 150 HS nam và 150 HS nữ). Đây là nhóm HS đã được học môn GDTC theo chương trình năm 2006. Các kết quả kiểm tra được lấy từ dữ liệu lưu trữ tại bộ phận giáo vụ của các trường.

Nội dung kiểm tra, đánh giá rèn luyện thể lực chung trên 02 nhóm đối tượng HS trên gồm nhóm tham gia học theo chương trình GDTC 2018 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2018) và nhóm học theo chương trình GDTC 2006 (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2006) là 06 test theo nội dung, tiêu chuẩn đánh giá xếp loại thể lực của HS, SV theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT, ngày 18/09/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo (Bộ Giáo dục và Đào tạo, 2008).

Kết quả kiểm tra trên các đối tượng nhóm 1 và nhóm 2 được tiến hành so sánh sự khác biệt về tố chất thể lực chung nhằm đánh giá hiệu quả tác động của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đến sự phát triển thể lực chung của HS. Kết quả kiểm tra và so sánh sự khác biệt về thể lực chung giữa 2 nhóm đối tượng nêu trên sẽ là cơ sở cho việc xác định các giải pháp tổ chức triển khai một cách có hiệu quả Chương trình GDPT 2018 môn GDTC cho HS nhằm phục vụ cho các nghiên cứu tiếp theo của vấn đề nghiên cứu đã xác định.

2.2. So sánh về thể lực chung của nhóm học sinh học theo Chương trình giáo dục thể chất năm 2006 và Chương trình giáo dục thể chất năm 2018

2.2.1. Kết quả kiểm tra và so sánh giai đoạn 1

Bảng 1: Kết quả so sánh sự khác biệt về thể lực chung giữa hai nhóm HS trên địa bàn tỉnh Phú Thọ học theo Chương trình GDTC 2006 và Chương trình GDPT 2018 môn GDTC (thời điểm kết thúc học kỳ 1)

TT	Test	Giới tính	Kết quả kiểm tra và so sánh theo lứa tuổi ($\bar{x} \pm \sigma$)											
			Lứa tuổi 15				Lứa tuổi 16				Lứa tuổi 17			
			Chương trình GDTC 2006 ($n_{\text{nam}} = 150$, $n_{\text{nữ}} = 150$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{\text{nam}} = 50$, $n_{\text{nữ}} = 50$)	t	P	Chương trình GDTC 2006 ($n_{\text{nam}} = 150$, $n_{\text{nữ}} = 150$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{\text{nam}} = 50$, $n_{\text{nữ}} = 50$)	t	P	Chương trình GDTC 2006 ($n_{\text{nam}} = 150$, $n_{\text{nữ}} = 150$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{\text{nam}} = 50$, $n_{\text{nữ}} = 50$)	t	P
1	Lực bóp tay thuận (kg)	Nam	35.13 ±3.11	37.25 ±2.63	4.703	<0.05	39.35 ±3.58	40.46 ±2.42	2.464	<0.05	43.57 ±3.96	43.67 ±2.21	0.222	>0.05
	Nữ	27.13 ±3.14	27.68 ±1.96	1.458	>0.05	26.86 ±3.66	28.13 ±1.70	3.296	<0.05	26.59 ±4.05	28.57 ±1.45	5.090	<0.05	
2	Nằm ngửa gấp bụng (lần/30s)	Nam	15.78 ±2.21	17.23 ±1.22	5.812	<0.05	19.34 ±1.51	20.18 ±1.43	3.532	<0.05	22.89 ±1.79	23.12 ±1.63	0.841	>0.05
	Nữ	9.57 ±2.24	10.21 ±0.72	3.056	<0.05	10.22 ±1.53	10.93 ±0.77	4.278	<0.05	10.86 ±1.81	11.65 ±0.82	4.198	<0.05	
3	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	193.15 ±21.27	201.17 ±14.22	3.018	<0.05	201.72 ±22.61	207.43 ±12.53	2.230	<0.05	210.28 ±23.57	213.68 ±10.83	1.382	>0.05
	Nữ	146.83 ±21.53	150.21 ±10.62	1.462	>0.05	149.28 ±23.12	153.83 ±9.30	1.975	<0.05	151.72 ±24.10	157.44 ±7.98	2.521	<0.05	
4	Chạy 30m XPC (s)	Nam	6.11 ±0.92	6.02 ±0.31	1.039	>0.05	5.54 ±0.51	5.49 ±0.28	0.960	>0.05	4.97 ±0.46	4.95 ±0.25	0.387	>0.05
	Nữ	6.70 ±0.88	6.43 ±0.33	3.163	<0.05	6.49 ±0.49	6.33 ±0.32	2.645	<0.05	6.28 ±0.44	6.23 ±0.32	0.872	>0.05	

3	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	201.17 ±14.22	208.63 ±12.77	2.760	3.641	<0.05	207.43 ±12.53	213.75 ±11.99	2.579	3.004	<0.05	213.68 ±10.83	218.87 ±11.21	2.355	2.400	<0.05
		Nữ	150.21 ±10.62	155.11 ±9.49	2.432	3.210	<0.05	153.83 ±9.30	158.16 ±8.87	2.385	2.779	<0.05	157.44 ±7.98	161.21 ±8.25	2.322	2.366	<0.05
4	Chạy 30m XPC (s)	Nam	6.02 ±0.31	5.88 ±0.36	2.098	2.353	<0.05	5.49 ±0.28	5.35 ±0.30	2.407	2.585	<0.05	4.95 ±0.25	4.81 ±0.25	2.815	2.869	<0.05
		Nữ	6.43 ±0.33	6.29 ±0.32	2.160	2.201	<0.05	6.33 ±0.32	6.19 ±0.32	2.195	2.236	<0.05	6.23 ±0.32	6.09 ±0.31	2.230	2.273	<0.05
5	Chạy con thoi 4x10 m (s)	Nam	12.11 ±0.61	11.79 ±0.60	2.628	2.678	<0.05	11.35 ±0.58	11.05 ±0.57	2.585	2.635	<0.05	10.58 ±0.54	10.31 ±0.53	2.537	2.585	<0.05
		Nữ	13.23 ±0.80	12.89 ±0.66	2.313	2.603	<0.05	12.99 ±0.72	12.67 ±0.65	2.363	2.534	<0.05	12.75 ±0.65	12.44 ±0.64	2.415	2.461	<0.05
6	Chạy tùy sức 5 phút (m)	Nam	903.12 ±54.82	931.55 ±51.63	2.670	3.099	<0.05	931.00 ±51.72	955.67 ±50.90	2.404	2.615	<0.05	958.88 ±48.62	979.78 ±50.16	2.116	2.156	<0.05
		Nữ	696.33 ±42.27	715.21 ±36.62	2.387	2.675	<0.05	746.06 ±41.31	765.21 ±39.18	2.379	2.535	<0.05	795.78 ±40.35	815.21 ±41.74	2.367	2.412	<0.05

Nghiên cứu tiến hành so sánh sự khác biệt về thể lực chung ở thời điểm kết thúc học kỳ 1 - giai đoạn 1 (thông qua 6 test lựa chọn) giữa 2 nhóm HS: nhóm học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC và nhóm học theo Chương trình môn học GDTC 2006 (ở cùng độ tuổi và cùng thời điểm kiểm tra). Kết quả thu được như trình bày ở bảng 1 cho thấy khi so sánh giữa nhóm HS học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC và nhóm học theo Chương trình môn học GDTC 2006 cho thấy có sự khác biệt rõ rệt về kết quả kiểm tra ở một số test thể lực chung đối với nam và nữ giữa HS của 2 nhóm theo từng độ tuổi riêng biệt (với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ với $P < 0.05$), còn lại một số test chưa có sự khác biệt (với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.960$ với $P > 0.05$). Như vậy có thể thấy, nội dung Chương trình GDPT 2018 môn học GDTC mà nhà trường đang triển khai giảng dạy theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo bước đầu đã có tác động tích cực đến sự phát triển tố chất thể lực chung của HS THPT các khối lớp 10, 11 và 12 (lứa tuổi 15 - 17) trên địa bàn tỉnh Phú Thọ.

2.2.2. Kết quả kiểm tra và so sánh giai đoạn 2

Sau khi kết thúc học kỳ 2 của năm học, nghiên cứu tiếp tục tiến hành kiểm tra và so sánh sự khác biệt về thể lực chung (thông qua 6 test lựa chọn) giữa 2 nhóm HS: nhóm học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC (ở thời điểm kiểm tra giai đoạn 2) và nhóm học theo Chương trình môn học GDTC 2006 (ở cùng độ tuổi). Đồng thời, căn cứ vào kết quả kiểm tra sự phạm trên nhóm đối tượng học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC ở giai đoạn 1 và giai đoạn 2, nghiên cứu còn tiến hành so sánh sự khác biệt và mức độ tăng trưởng về thể lực chung (thông qua 6 test kiểm tra) của nhóm đối tượng học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC (nhóm 1) giữa giai đoạn 1 (kết thúc học kỳ 1) và giai đoạn 2 (kết thúc học kỳ 2). Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 2 cho thấy khi so sánh giữa nhóm HS học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC và nhóm học theo Chương trình môn học GDTC 2006 ở giai đoạn 2, kết quả kiểm tra đã có sự khác biệt rõ rệt về kết quả kiểm tra ở tất cả 6 test đánh giá thể lực chung của đối tượng HS nam và nữ ở các khối lớp 10, 11 và 12 (lứa tuổi 15 - 17) giữa 2 nhóm theo từng độ tuổi riêng biệt (với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ với $P < 0.05$).

Về kết quả so sánh sự khác biệt và nhịp độ tăng trưởng thể lực của nhóm HS học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC giữa giai đoạn 1 và giai đoạn 2 thu được như trình bày ở bảng 3 cho thấy:

- Có sự khác biệt rõ rệt về thể lực chung của nhóm HS học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC giữa 2 thời điểm kiểm tra (với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ với $P < 0.05$). Do đó có thể thấy, Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đã tác động tốt đến việc phát triển thể lực chung cho HS.

- Nhịp độ tăng trưởng thể lực chung của HS học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC tại 2 thời điểm kiểm tra đã có chiều hướng tăng trưởng tốt (mức tăng trưởng trung bình đạt từ 2.440% đến 3.183%).

Xem tiếp trang 219