

# Nghiên cứu thể lực của học sinh Trường tiểu học Chiềng Ly và Thôn Mòn, tỉnh Sơn La

Mai Văn Hưng<sup>1\*</sup>, Trần Thị Minh<sup>2</sup>, Tạ Thúy Lan<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Trường Đại học Giáo dục, Đại học Quốc gia Hà Nội

<sup>2</sup>Trường Đại học Tây Bắc, Sơn La

<sup>3</sup>Trường Đại học Sư phạm Hà Nội,

## Tóm tắt

Nghiên cứu được tiến hành trên 867 học sinh từ 7 đến 15 tuổi của trường tiểu học Chiềng Ly, trường trung học cơ sở Chiềng Ly và Thôn Mòn, tỉnh Sơn La. Kết quả cho thấy, thể lực của học sinh tăng dần từ 7 đến 15 tuổi. Có sự khác nhau trong phát triển thể lực của hai giới. Chỉ số pignet tăng từ 7 đến 11-12 tuổi và giảm dần từ 12 đến 15 tuổi. Chỉ số BMI tăng dần từ 7 đến 15 tuổi.

*Từ khóa: Thể lực, học sinh, sơn la, chiều cao, cân nặng*

## 1. Mở đầu

Thể lực phản ánh sự phát triển của cơ thể con người. Nghiên cứu thể lực có ý nghĩa quan trọng trong việc đánh giá quá trình sinh trưởng, phát triển của con người trong tổng thể các mối quan hệ về di truyền, môi trường sống, chủng tộc, giới tính...

Hiện nay, trên thế giới cũng như ở Việt Nam đã có nhiều công trình nghiên cứu về thể lực của con người ở các lứa tuổi khác nhau nhằm đưa ra các kết luận mới nhất về đặc điểm hình thái thể lực cũng như quy luật phát triển cơ thể [1], [2], [3], [4], [5].

Đã có nhiều công trình nghiên cứu [1],[2],[3],[4],[5] về thể lực của trẻ em thuộc các địa bàn khác nhau. Tuy nhiên, các số liệu nghiên cứu về thể lực của trẻ em tiểu học và trung học cơ sở Sơn La hầu như không có.

## ... Kết luận

Kết quả nghiên cứu về chỉ số sinh học của học sinh Sơn La trong thời gian qua cho thấy, sự phát triển cơ thể con người, đặc biệt là ở trẻ em diễn ra không đồng đều, thể hiện qua các thời kỳ khác nhau. Có thời kỳ tốc độ tăng trưởng nhanh còn thời kỳ khác lại tăng trưởng chậm ... Có sự khác nhau về tốc độ phát triển thể lực giữa học sinh nam và học sinh nữ.

### **Tài liệu tham khảo**

- [1].Đỗ Hồng Cường (2009), Nghiên cứu một số chỉ số sinh học của học sinh trung học cơ sở các dân tộc tỉnh Hòa Bình, Luận án tiến sĩ Sinh học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội.
- [2].Đào Huy Khuê (1991), Đặc điểm về kích thước hình thái, về sự tăng trưởng và phát triển cơ thể của học sinh phổ thông 6 - 17 tuổi (thị xã Hà Đông, tỉnh Hà Sơn Bình), Luận án phó Tiến sĩ Sinh học, Trường Đại học Tổng hợp Hà Nội.
- [3].Tạ Thúy Lan, Đàm Phương Sào (1998), Sự phát triển thể lực của học sinh một số trường tiểu học và trung học cơ sở Hà Tây, Thông báo khoa học, Trường Đại học Sư phạm Hà Nội, số 6, tr. 86-90.
- [4] Trần Thị Loan (1999), “Nghiên cứu các chỉ số hình thái, thể lực của học sinh tại một số trường phổ thông thuộc thành phố Hà Nội”, *Tạp chí sinh lý học*, tập 3 (số 12), tháng 12/1999, tr. 23 - 30.
- [5]. Trần Thị Loan, Lê Thị Tám (2012), Nghiên cứu một số chỉ số thể lực của học sinh 12-18 tuổi ở huyện Hàm Yên, tỉnh Tuyên Quang, Báo cáo khoa học nghiên cứu và giảng dạy sinh học ở Việt Nam, tr.147.