

ẢNH HƯỞNG CỦA CÁC BÀI TẬP VẬN ĐỘNG ĐẾN SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CỦA TRẺ KHUYẾT TẬT TRÍ TUỆ DẠNG NHẹ LỨA TUỔI 7 Ở MỘT SỐ TRƯỜNG CHUYÊN BIỆT TẠI THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Kế Bình¹, Trịnh Hữu Lộc¹, Lâm Thanh Minh²

Tóm tắt: *Đánh giá sự phát triển các test thể lực bật xa tại chỗ, dõ gập thân, chạy con thoi, đứng thẳng bằng trên một chân sau một năm tập luyện. Qua đó xác định ảnh hưởng các bài tập vận động đối với sự phát triển thể lực của trẻ khuyết tật trí tuệ (KTTT) dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM.*

Từ khóa: *bài tập vận động, thể lực, khuyết tật trí tuệ*

1. MỞ ĐẦU

Một cơ thể khỏe mạnh là cơ sở cho mọi hoạt động sống của mỗi người và điều đó đặc biệt quan trọng đối với các em khuyết tật, trong đó có trẻ khuyết tật trí tuệ (KTTT). Hoạt động vận động có vai trò quan trọng trong việc tăng cường sức khỏe, phát triển tư duy, làm nền tảng cho mọi sự phát triển khác, góp phần bù đắp cho những khiếm khuyết về các chức năng hoạt động sống của các em.

Trong những năm gần đây đã có không ít các công trình nghiên cứu có liên quan đến vấn đề giáo dục thể chất cho trẻ khuyết tật, chẳng hạn như nghiên cứu nước ngoài có Javan, Framarzi, Abedi và Nattaj (2014) điều tra ảnh hưởng của việc chơi nhíp nhàng đối với người chậm phát triển trí tuệ, hay nhóm tác giả Golubović, Maksimović và Glumvíc (2012) kiểm tra tác động của các chương trình tập thể dục đối với sự phát triển thể lực ở trẻ CPTTT. Bên cạnh đó, các tác giả trong nước có Lưu Thế Sơn (2016), nghiên cứu bài tập TDDT nhằm nâng cao thể lực và năng lực định hướng cho trẻ khiếm thị (6 - 9 tuổi); Trần Thị Ngọc Thúy (2013), Nguyễn Thị Ngọc Linh (2011)... Nhìn chung các nghiên cứu đối với trẻ KTTT còn rất ít. Để tìm hiểu vấn đề này chúng tôi nghiên cứu “Ảnh hưởng các bài tập vận động đến sự phát triển thể lực cho học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 tại các trường chuyên biệt ở thành phố Hồ Chí Minh”.

Nghiên cứu nhằm giải quyết các vấn đề sau:

- Lựa chọn test thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM

¹ Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao TP. Hồ Chí Minh

² Trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

- Đánh giá sự ảnh hưởng của các bài tập vận động đối với sự phát triển thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM sau một năm học.

Đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm, thực nghiệm sự phạm và phương pháp thống kê toán.

Khách thể nghiên cứu: là các trẻ KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 (là trẻ có IQ đo được từ 50 - 55 đến khoảng 70, trẻ có những khuyết tật nhỏ trong các lĩnh vực vận động cảm giác) gồm học sinh nam 16 em, học sinh nữ 17 em của 04 trường chuyên biệt tại thành phố Hồ Chí Minh: Trung tâm hỗ trợ phát triển giáo dục hòa nhập- Quận Tân Bình, Tương Lai - Quận 5, Hy Vọng - Quận 6, Hướng Dương - Quận Tân Bình, trường Giáo dục Chuyên Biệt Thảo Điền Tp. Thủ Đức.

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM

2.1.1. Xác định các test đánh giá thể lực cho học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM

Qua tham khảo các tài liệu, các công trình nghiên cứu đề tài tổng hợp 13 test đánh giá thể lực của học sinh KTTT như:

- (1) Lực bóp tay thuận (kg)
- (2) Chạy 10m XPC (s)
- (3) Phản xạ bắt gậy (cm)
- (4) Bật cao tại chỗ (cm)
- (5) Bật xa tại chỗ (cm)
- (6) Ném túi cát 200 gam bằng hai tay trúng đích 10 lần (lần)
- (7) Ném túi cát 200 gam bằng hai tay sau đầu (m)
- (8) Ngồi dẻo gập thân (cm)
- (9) Đứng dẻo gập thân (cm)
- (10) Chạy con thoi 4x10m (s)
- (11) Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)
- (12) Bắt bóng nảy 30s (số lần)
- (13) Ném bóng trúng đích (quả)

2.1.2. *Phòng vấn lựa chọn các test đánh giá thể lực của học sinh KTTT lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM*

Theo kết quả lựa chọn các test ở trên, đề tài đã tiến hành phỏng vấn 30 giáo viên thể dục và chuyên gia về giáo dục thể chất có kinh nghiệm và thâm niên trong giảng dạy học sinh KTTT trên địa bàn TP.HCM và để đảm bảo tính khách quan đề tài tiến hành 2 lần phỏng vấn, mỗi lần cách nhau 1 tháng, làm cơ sở chọn lọc test đánh giá thể lực của trẻ KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM.

Những người được phỏng vấn chọn một trong 2 phương án: Đồng ý và không đồng ý. Với số phiếu phát ra ở lần một là 30 phiếu và thu vào là 30, lần hai phát ra là 30 thu vào là 30. Kết quả tỉ lệ “đồng ý” thể hiện ở Bảng 1

Bảng 1: *Kết quả phỏng vấn test đánh giá thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM (n=30)*

TT	Test	Kết quả phỏng vấn			
		Đồng ý		Không đồng ý	
		SL	Tỷ lệ %	SL	Tỷ lệ %
1	Lực bóp tay thuận (kg)	14	46.67	16	53.33
2	Chạy 10m XPC (s)	20	66.67	10	33.33
3	Phản xạ bắt gậy (cm)	23	76.67	07	26.67
4	Bật cao tại chỗ (cm)	13	43.33	17	56.67
5	Bật xa tại chỗ (cm)	24	80.00	06	20.00
6	Ném túi cát 200 gam bằng hai tay trúng đích 10 lần (lần)	13	43.33	17	56.67
7	Ném túi cát 200 gam bằng hai tay sau đầu (m)	20	66.67	10	33.33
8	Ngồi dẹo gập thân (cm)	25	83.33	05	16.67
9	Đứng dẹo gập thân (cm)	12	40.00	18	60.00
10	Chạy con thoi 4x10m (s)	23	76.67	05	23.33
11	Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)	24	80.00	06	20.00
12	Bắt bóng nảy 30 giây (lần)	13	43.33	17	56.67
13	Ném bóng trúng đích (quả)	27	90.00	03	10.00

Nhận xét: Đề tài chọn kết quả phỏng vấn từ 75% trở lên. Cụ thể như sau:

- (1) Bật xa tại chỗ (cm)
- (2) Ngồi dẹo gập thân (cm)

- (3) Chạy con thoi 4x10m (s)
 (4) Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)
 (5) Ném bóng trúng đích (quả)
 (6) Phản xạ bắt gậy (cm)

Để kiểm định sự trùng hợp kết quả 2 lần phỏng vấn, chúng tôi tiến hành so sánh tỷ lệ % của hai lần phỏng vấn qua chỉ số χ^2 Bảng 2.

Bảng 2: Kiểm định tỷ lệ phần trăm của các test đánh giá thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM

STT	Test	Lần 1 (n ₁ =30)		Lần 2 (n ₂ =30)		χ^2	P
		Tỷ lệ %		Tỷ lệ %			
		Đồng ý	Không đồng ý	Đồng ý	Không đồng ý		
1	Bật xa tại chỗ (cm)	80.00	20.00	76.67	23.33	0.049	> 0.05
2	Ngồi dẻo gập thân (cm)	83.33	16.67	76.67	23.33	0.207	> 0.05
3	Chạy con thoi 4x10m (s)	76.67	23.33	80.00	20.00	0.049	> 0.05
4	Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)	80.00	20.00	83.33	16.67	0.055	> 0.05
5	Ném bóng trúng đích (quả)	90.00	10.00	83.33	16.67	0.288	> 0.05
6	Phản xạ bắt gậy (cm)	76.67	23.33	80.00	20.00	0.049	> 0.05

Nhận xét:

Số liệu từ Bảng 2 cho thấy kết quả kiểm định tỉ lệ phần trăm (χ^2) các test đánh giá thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM qua hai lần phỏng vấn kết quả $\chi^2 = 0.049 - 0.288 < \chi^2 = 3,84$, nên sự khác biệt ở hai giá trị quan sát không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$. Vậy kết quả giữa hai lần phỏng vấn các chuyên gia, giáo viên, có sự đồng nhất về ý kiến trả lời.

2.1.3. Kiểm tra độ tin cậy của các test thể lực của học sinh khuyết tật trí tuệ dạng nhẹ lứa tuổi dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số trường chuyên biệt tại TP.HCM

Để xác định độ tin cậy của các test đánh giá test thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 tuổi ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM thông qua phân tích tương quan bằng phương pháp Pearson.

Bảng 3: Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test đánh giá test thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM

TT	Giới tính	TEST	$\bar{X}_1 \pm S_1$	$\bar{X}_2 \pm S_2$	r
1	Nữ (n=16)	Bật xa tại chỗ (cm)	68.82±1.91	68.24±2.11	0.80
2		Ngồi dẹo gập thân (cm)	9.47±0.94	9.22±1.22	0.82
3		Chạy con thoi 4x10m (s)	21.35±1.37	21.65±1.03	0.82
4		Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)	4.59±0.26	4.54±0.32	0.86
5		Ném bóng trúng đích (quả)	1.47±0.51	1.65±0.61	0.84
6		Phản xạ bắt gậy (cm)	36.94±2.25	37.41±1.97	0.84
1	Nam (n=17)	Bật xa tại chỗ (cm)	66.56±3.20	72,25±3.66	0.84
2		Ngồi dẹo gập thân (cm)	9.63±0.89	9.56±0.81	0.87
3		Chạy con thoi 4x10m (s)	20.23±1.21	20.14±1.15	0.84
4		Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s)	5.22±0.18	5.24±0.16	0.85
5		Ném bóng trúng đích (quả)	1.88±0.81	2.31±0.48	0.80
6		Phản xạ bắt gậy (cm)	30.69±1.82	32.75±1.77	0.89

Bảng 3 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra các test kiểm tra có r tính từ 0.8 trở lên (với $P < 0.05$). Điều này cho thấy hệ thống các test trên đều có đủ độ tin cậy và có tính khả thi để đánh giá thể lực cho học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM.

2.1.4. Các bài tập vận động cho học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 gồm 3 nhóm như sau:

Qua nghiên cứu, tổng hợp tài liệu và xin ý kiến chuyên gia, chúng tôi lựa chọn 03 nhóm bài tập. Cụ thể như sau: Nhóm bài tập 1: Các bài tập vận động phát triển chung;

Nhóm bài tập 2: Bài tập Yoga (các thế Yoga ở tư thế đứng, ngồi, nằm); Nhóm bài tập 3: Bài tập vận động đòi hỏi độ chuẩn xác (bài tập vận động tĩnh).

2.1.4.1. Nhóm bài tập vận động phát triển chung

- *Bài tập đi: 5 nội dung*

- (1). Đi trên vạch thẳng
- (2). Đi giữ thăng bằng
- (3). Đi luôn qua cọc
- (4). Đi bước ngang trên đường thẳng
- (5). Đi bước qua vật cản

- *Bài tập chạy: 5 nội dung*

- (1). Chạy trên vạch thẳng
- (2). Chạy qua các ô của thang dây
- (3). Chạy lượn vòng
- (4). Chạy vòng bên phải
- (5). Chạy vòng bên trái

- *Bài tập nhảy: 4 nội dung*

- (1). Chụm chân qua các ô của thang dây
- (2). Bật ra vào ô của thang dây theo hướng phải trái
- (3). Bật chụm chân qua thang dây (quay 90°)
- (4). Lò cò qua các ô của thang dây

- *Bài tập thể dục: 3 nội dung*

- (1). Các tư thế cơ bản của đầu, tay, thân, chân
- (2). Bài tập vận động bắt chước (cùng hướng và đối diện với giáo viên)
- (3). Bài tập thể dục đơn giản (Thực hiện theo nền nhạc “Cô dạy em bài thể dục sáng”)

2.1.4.2. Nhóm bài tập Yoga (các thế Yoga ở tư thế đứng, ngồi, nằm): 12 thế

- *Thế các con thú vật: 6 thế*

- (1). Thế Con cá
- (2). Thế Con rắn
- (3). Thế Con ếch
- (4). Thế Con cò

(5). Thế Con chó

(6). Thế Con chuồn chuồn

- Thế các mô phỏng công cụ lao động, vật dụng, hình tượng trong thiên nhiên: 4 thế

(1). Thế Cái kẹp

(2). Thế Cây lau

(3). Thế Cái cây

(4). Thế tấm ván

2.1.4.3. Nhóm bài tập vận động đòi hỏi độ chuẩn xác (bài tập vận động tinh): 6 nội dung

(1). Ném bóng vào rổ (rổ cao 1m)

(2). Ném bóng tennis vào ô hình chuẩn (Cô chỉ hình, cô cho bốc thăm hình, cô đọc hình)

(3). Lăn bóng vào khung thành (cao 50cm x ngang 80cm, cự ly 2m – 3m)

(4). Đá bóng vào khung thành (cao 50cm x ngang 80cm, cự ly 1.5m - 2m)

(5). Tại chỗ chuyền bóng cho bạn (bóng đá mini)

(6). Bắt bóng nảy (Bóng rổ nhỏ)

2.2. Đánh giá sự phát triển thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM sau chín tháng tập luyện

2.2.1. Kiểm tra thực trạng thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM

Thực trạng thể lực của các em được trình bày tại bảng Bảng 4

Bảng 4: Kết quả kiểm tra thực trạng thể lực của học sinh KTTT lứa tuổi 7 ở các trường chuyên biệt tại TP.HCM

TT	Giới tính	TEST	\bar{X}	S _x	C _v	\mathcal{E}
1	Nữ (n=17)	Bật xa tại chỗ (cm)	69.06	1.95	2.83	0.01
2		Ngồi dẻo gập thân (cm)	9.59	0.94	9.80	0.05
3		Chạy con thoi 4x10m(s)	21.20	1.09	5.14	0.03
4		Đứng thẳng bằng trên một chân (s)	4.63	0.27	5.74	0.03
5		Ném bóng trúng đích (quả)	2.06	0.21	10.20	0.05

6		Phản xạ bắt gậy (cm)	36.59	2.06	5.64	0.03
1	Nam 7 tuổi (n=16)	Bật xa tại chỗ (cm)	72.25	3.66	5.07	0.03
2		Ngồi dẻo gập thân (cm)	9.69	0.87	9.01	0.05
3		Chạy con thoi 4x10m(s)	19.90	1.05	5.28	0.03
4		Đứng thẳng bằng trên một chân (s)	5.27	0.17	3.23	0.02
5		Ném bóng trúng đích (quả)	2.31	0.19	8.22	0.05
6		Phản xạ bắt gậy (cm)	30.69	1.82	5.92	0.03

Nhận xét: cả nhóm học sinh nam và học sinh nữ đều cho thấy kết quả kiểm tra các test cho thấy mẫu đều có độ đồng nhất cao (ném bóng trúng đích ở nữ có độ đồng nhất trung bình), giá trị trung bình đại diện cho tập hợp mẫu.

2.2.2. Đánh giá sự phát triển thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 ở một số Trường Chuyên biệt tại TP.HCM sau sáu tháng tập luyện

Sau 9 tháng tập luyện sự phát triển thể lực của các em được trình bày tại bảng Bảng 5

Bảng 5: Kết quả sự phát triển thể lực của học sinh KTTT lứa tuổi 7 ở các trường chuyên biệt tại TP.HCM

TT	Giới tính	TEST	\bar{X}_1	\bar{X}_2	d	S _d	t _{tính}	P	W (%)
1	Nữ (n=17)	Bật xa tại chỗ (cm)	68.47	76.53	7.47	5.00	6.16	<0.05	10.07
2		Ngồi dẻo gập thân (cm)	9.59	11.35	1.76	1.09	6.67	<0.05	16.91
3		Chạy con thoi 4x10m (s)	21.20	19.23	-1.97	1.38	5.87	<0.05	9.69
4		Đứng thẳng bằng trên một chân (s)	4.63	5.72	1.09	1.17	3.85	<0.05	18.73
5		Ném bóng trúng đích (quả)	2.06	2.76	0.71	0.99	2.95	<0.05	21.18
6		Phản xạ bắt gậy (cm)	36.59	31.41	-5.18	3.26	6.54	<0.05	15.68

1	Nam (n=16)	Bật xa tại chỗ (cm)	72.25	81.06	8.81	4.34	6.42	<0.05	11.52
2		Ngồi dẹo gập thân (cm)	9.69	11.56	1.88	1.02	7.32	<0.05	17.72
3		Chạy con thoi 4x10m(s)	19.90	17.84	-2.06	1.17	6.85	<0.05	11.13
4		Đứng thẳng bằng trên một chân (s)	5.27	6.38	1.11	0.55	8.11	<0.05	18.92
5		Ném bóng trúng đích (quả)	2.31	2.94	0.63	0.89	2.85	<0.05	17.86
6		Phản xạ bắt gậy (cm)	30.69	26.06	-4.63	2.55	7.25	<0.05	16.41

Nhận xét:

Đối với nữ: Sau thời gian tập luyện thành tích thể lực của học sinh nữ lứa tuổi 7 KTTT dạng nhẹ đều phát triển và có ý nghĩa thống kê ($P \leq 0.05$). Nhịp độ tăng trưởng cao nhất là test Ném bóng trúng đích (quả) với $W = 21.18\%$, và nhịp độ tăng trưởng thấp nhất là test Chạy con thoi 4x10m (s) với $W = 9.69\%$.

Đối với Nam: thể lực của học sinh nam lứa tuổi 7 đều phát triển và có ý nghĩa thống kê ($P \leq 0.05$). Nhịp độ tăng trưởng cao nhất là test Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s) với $W = 18.92\%$, và nhịp độ tăng trưởng thấp nhất là test Chạy con thoi 4x10m (s) với $W = 11.13\%$.

Như vậy, sau 09 tháng tập luyện với các bài tập vận động được lựa chọn dành cho học sinh lứa tuổi 7 KTTT dạng nhẹ đều có sự tăng tiến ở nam và nữ. Tuy nhiên nhịp độ tăng trưởng của các test thể lực cũng đặt ra vấn đề là thời gian thực nghiệm của nhóm đối tượng này trong 9 tháng thì có đủ tác động đến phát triển thể lực hay sự phát triển đó là tăng tiến theo thời gian.

3. KẾT LUẬN**Kết luận:**

- Lựa chọn được 6 test đánh giá thể lực của học sinh KTTT dạng nhẹ lứa tuổi 7 gồm:

Bật xa tại chỗ (cm), Ngồi dẹo gập thân (cm), Chạy con thoi 4x10m (s), Đứng thẳng bằng trên một chân (s), Ném bóng trúng đích (quả), Phản xạ bắt gậy (cm) đảm bảo độ tin cậy ($r \geq 0.7$) và thực trạng thành tích giá trị trung bình của các test đại diện cho tập hợp mẫu ($\mathcal{E} \leq 0.05$).

- Sau chín tháng tập luyện bằng các bài tập vận động đề tài đã xây dựng thì thành tích các test thể lực của học sinh KTTT lứa tuổi 7 đều phát triển:

+ Với học sinh nữ: Nhịp độ tăng trưởng cao nhất là test Ném bóng trúng đích (quả) với $W = 21.18\%$, và nhịp độ tăng trưởng thấp nhất là test Chạy con thoi 4x10m (s) với $W = 9.69\%$.

+ Với học sinh nam: Nhịp độ tăng trưởng cao nhất là test Đứng thẳng bằng trên 1 chân (s) với $W = 18.92\%$, và nhịp độ tăng trưởng thấp nhất là test Chạy con thoi 4x10m (s) với $W = 11.13\%$.

Kiến nghị:

- Cần có thêm nhiều nghiên cứu để xây dựng và hoàn thiện hệ thống các bài tập vận động dành riêng cho trẻ KTTT ở các lứa tuổi để góp phần phát triển thể lực cho các em.

- Cần áp dụng, phổ biến các bài tập và kết quả nghiên cứu đã có được vào thực tế giảng dạy bộ môn Giáo dục thể chất cho trẻ KTTT ở các lứa tuổi tại các trường Chuyên biệt để phạm vi nghiên cứu được rộng hơn và độ tin cậy của hướng nghiên cứu đảm bảo hơn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2005), *Dự án phát triển giáo viên tiểu học, Mô đun xây dựng và thực hiện kế hoạch giáo dục cá nhân trẻ khuyết tật*, Hà Nội.
2. Christine Miles – Harry Torren (1998), *Giáo dục đặc biệt dành cho học sinh chậm phát triển tinh thần*, Vũ Minh Hồng, Trương Kim Oanh, Phan Quỳnh Hoa (19 phương pháp), *Trò chơi học tập*, NXB Giáo dục.
3. Lâm Thanh Minh (2021), *Nghiên cứu lựa chọn bài tập thể chất nâng cao khả năng chú ý có chủ định của trẻ (6 - 9 tuổi) chậm phát triển trí tuệ dạng nhẹ ở thành phố Hồ Chí Minh*, Luận án Tiến sĩ, Viện KH TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Duy Quyết (2012), *Nghiên cứu ứng dụng chương trình “điền kinh cho trẻ em” của Hiệp hội các Liên đoàn điền kinh quốc tế tại một số trường tiểu học khu vực phía bắc Việt Nam*, Luận án Tiến sĩ, Viện KH TDTT, Hà Nội.
5. Moira Rieterse – Robi Treloar – Sue Cairns (1998), *Từng bước nhỏ*, Trung tâm nghiên cứu trẻ khuyết tật.
6. Nguyễn Cảnh Thìn (1975), *Một vài đặc điểm tâm-sinh lý của trẻ CPTTT*, Viện Khoa học Giáo dục.
7. Trần Thị Lệ Thu (2001), *Đại cương giáo dục đặc biệt cho trẻ CPTTT*, NXB Đại học Quốc Gia Hà Nội.

8. Trung tâm giáo dục trẻ có tật (1993), *Hỏi đáp về giáo dục trẻ khuyết tật*, NXB Giáo dục Hà Nội.
9. Đồng Văn Triệu, (2000), *Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất trong trường học*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.
10. Viện khoa học TDTT (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi – Thời điểm năm 2001*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.
11. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Xuân Thành (2007), *Giáo trình tâm lý học thể dục thể thao*, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.

**THE IMPACT OF ACTIVITIES EXERCISES ON THE FITNESS DEVELOPMENT OF
SMALL INTELLECTUAL DISABILITIES CHILDREN IN THE AGE OF 7 AT SPECIAL
SCHOOLS IN HO CHI MINH CITY**

Nguyen Ke Binh, Trinh Huu Loc, Lam Thanh Minh

Abstract: *By assessing the fitness development tests, after one year of practice, such as: standing long jump, body flexibility, shuttle run, single-leg stance, etc., to determine the impact of activities exercises of small intellectual disabilities children in the age of 7 at special schools in Ho Chi Minh city*

Keywords: *movement exercises, physical, intellectual disability*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 02-5-2023; ngày phản biện đánh giá: 14-5-2023; ngày chấp nhận đăng: 25-5-2023)