

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ SỬA CHỮA SAI LẦM TRONG KỸ THUẬT BƠI TRƯỢN SẤP CHO HỌC VIÊN CHUYÊN NGÀNH GIAO THÔNG ĐƯỜNG THỦY HỌC VIỆN CẢNH SÁT NHÂN DÂN

ThS. Trần Thị Thủy¹

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu trong Thể dục thể thao như: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê, chúng tôi đã lựa chọn được 7 test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy Học viện Cảnh sát nhân dân, đồng thời xây dựng được 01 bảng điểm, 01 bảng tiêu chuẩn phân loại và 01 bảng điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy Học viện Cảnh sát nhân dân. Các bảng bảng điểm, bảng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy Học viện Cảnh sát nhân dân là cơ sở để đánh giá hiệu quả ứng dụng bài tập sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy Học viện Cảnh sát nhân dân.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; Xây dựng tiêu chuẩn; bài tập sửa chữa sai lầm; bơi trườn sấp; học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy; Học viện Cảnh sát nhân dân...

Abstract: Utilizing research methods in Physical Education and Sports such as literature review, interviews and discussions, pedagogical testing, and statistical mathematics, this study selected 7 tests to evaluate the effectiveness of error correction in the freestyle swimming technique for students majoring in Waterway Transportation at the People's Police Academy. Additionally, it developed 01 scoring scale, 01 classification standard table, and 01 composite score table to assess the effectiveness of error correction in the freestyle swimming technique for the same student population. These scoring scales, classification standard table, and composite score table serve as a basis for evaluating the effectiveness of applying error correction exercises in the freestyle swimming technique for students majoring in Waterway Transportation at the People's Police Academy.

Keywords: Development; standards; Standard development; error correction exercises; freestyle swimming; students majoring in Waterway Transportation; People's Police Academy

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua, Học viện Cảnh sát nhân dân (HVCSND) đã giảng dạy kỹ thuật Bơi trườn sấp cho 3 khóa chuyên ngành Giao thông đường thủy với 60 số tiết học. Đối với học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy học thêm kỹ thuật Bơi trườn sấp, nhằm trang bị những kỹ năng cho các học viên khi ra trường công tác trên môi trường sông nước thực hiện nhiệm vụ đạt hiệu quả là cao nhất.

Thực tế trong quá trình giảng dạy những người mới học bơi khi học kỹ thuật Bơi trườn sấp thường mắc phải những sai lầm như: Tư thế thân người chìm sâu trong nước, thân người vặn vẹo trong khi bơi. Đạp chân bằng bàn chân, đạp chân bằng bàn chân cước. Tay quạt nước bàn tay xoa nước, quạt tay lệch ra ngoài vai, đường quạt ngắn. Thở cổ cứng

hít khí không vào (thở giả). Do vậy vấn đề đặt ra là làm thế nào để sửa chữa những sai lầm thường mắc cho những học viên mới học bơi từ đó nâng cao hiệu quả đào tạo giúp học viên tiếp thu kỹ năng kỹ xảo vận dụng trong nghề nghiệp tương lai. Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để nâng cao hiệu quả giảng dạy và sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.**

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

1: Học viện Cảnh sát nhân dân

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND (n=30)

TT	Các test	Ý kiến			
		Đồng ý	Tỷ lệ %	Không đồng ý	Tỷ lệ %
Các test hình thái và thể lực chung					
1	Chiều cao – sải tay (cm)	26	86.66	4	13.34
2	Chạy 30m XPC	29	96.67	1	3.33
3	Bật xa tại chỗ (cm)	28	93.33	2	6.67
4	Nằm sấp chống đẩy tối đa (lần)	26	86.66	4	13.34
Các test đánh giá hiệu quả chuyên môn Bơi					
5	Tốc độ bơi trườn 50m (s)	30	100	0	0
6	Điểm kỹ thuật bơi trườn (điểm)	30	100	0	0
7	Cự ly bơi trườn xa nhất (m)	29	96.67	1	3.33

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

Thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu chúng tôi đã lựa chọn được 7 test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND và tiến hành phỏng vấn 30 giáo viên, huấn luyện viên, chuyên gia Bơi. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 7 test đều có tỷ lệ đồng ý cao đạt từ 86.66 - 100% (đa số ý kiến lựa chọn các test có ý kiến tán thành đạt 70% trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 7 test ở trên để đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

Để phân loại hiệu quả hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp đề tài sử dụng phương pháp 2đ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test hiệu quả hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp của học viên nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các test tại bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND

Để xây dựng bảng điểm đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND; thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại chúng tôi sử dụng quy tắc 2đ tiến hành để đánh giá kết quả kiểm tra của từng test riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các test, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các test trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (thang độ được tính từ điểm 1 đến 10) với công thức $C = 5 + 2Z$, riêng đối với các Test tính thành tích bằng thời gian thì sử dụng công thức $C = 5 - 2Z$. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp theo từng nội dung Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

2.3. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND

TT	Test thể lực chuyên môn	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Chiều cao – sải tay (cm)	<164.62	164.63-166.24	166.25-169.48	169.49-171.1	>171.11
2	Chạy 30m XPC	>5.56	5.55-5.05	5.04-4.03	4.02-3.52	<3.51
3	Bật xa tại chỗ (cm)	<219.26	219.27-242.68	242.69-289.52	289.53-312.94	>312.95
4	Nằm sấp chống đẩy tối đa (lần)	<16.46	16.47-18.6	18.61-22.88	22.89-25.02	>25.03
5	Tốc độ bơi trườn 50m (s)	>57.09	57.08-52.49	52.48-43.29	43.28-38.69	<38.68
6	Điểm kỹ thuật bơi trườn (điểm)	<5.13	5.14-5.79	5.8-7.11	7.12-7.77	>7.78
7	Cự ly bơi trườn xa nhất (m)	<48.21	48.22-55.22	55.23-69.24	69.25-76.25	>76.26

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND

TT	Test thể lực chuyên môn	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Chiều cao – sải tay (cm)	165	165	166	167	168	169	169	170	171	172
2	Chạy 30m XPC	5.56	5.31	5.05	4.80	4.54	4.29	4.03	3.78	3.52	3.27
3	Bật xa tại chỗ (cm)	219	231	243	254	266	278	290	301	313	325
4	Nằm sấp chống đẩy tối đa (lần)	16	18	19	20	21	22	23	24	25	26
5	Tốc độ bơi trườn 50m (s)	57.09	54.79	52.49	50.19	47.89	45.59	43.29	40.99	38.69	36.39
6	Điểm kỹ thuật bơi trườn (điểm)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	Cự ly bơi trườn xa nhất (m)	48	52	55	59	62	66	69	73	76	80

cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các huấn luyện viên, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện học viên được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

Bảng 4. Điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND

Xếp loại	Tổng điểm (tổng điểm tối đa là 70)
Tốt	>62
Khá	49 - 62
Trung bình	35 - 48
Yếu	28 - 34
Kém	< 27

3. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 7 test đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả sửa chữa sai lầm trong kỹ thuật Bơi

trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Văn Linh (2016), *Lựa chọn bài tập sửa chữa sai lầm thường mắc khi học kỹ thuật Bơi trườn sấp cho người mới học bơi tỉnh Thanh Hóa*, Luận văn tốt nghiệp Cử nhân TĐTT.
3. Nguyễn Văn Trạch và cộng sự (1999), *Giáo trình bơi lội*, Nxb TĐTT Hà Nội.
4. Nguyễn Văn Trọng (2008), *Tuyển chọn và đào tạo tài năng bơi trẻ*, Nxb TĐTT Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Văn (2002), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội

Nguồn bài báo: trích từ kết quả luận văn thạc sỹ tại trường đại học TĐTT Bắc Ninh. Tên luận văn: “Nghiên cứu bài tập sửa chữa sai lầm thường mắc trong kỹ thuật Bơi trườn sấp cho học viên chuyên ngành Giao thông đường thủy HVCSND”, Bảo vệ tại trường Đại học TĐTT Bắc Ninh, tác giả Trần Thị Thủy, năm 2020.

Ngày nhận bài: 12/2/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.