

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ NỮ ĐẠI HỌC KINH TẾ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

ThS. Nguyễn Thị Minh Cẩm¹; ThS. Lâm Văn Vũ²

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nghiên cứu đã lựa chọn được 8 test dùng để đánh giá thể lực chuyên môn và kỹ thuật của đội tuyển bóng rổ nữ Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh trong đó có 4 test thể lực chuyên môn và 4 test kỹ thuật. Qua kiểm ban đầu cho thấy thực trạng thành tích các test đánh giá thể lực chuyên môn và kỹ thuật của đội tuyển bóng rổ nữ Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh là có độ đồng nhất cao, giá trị trung bình của các test có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Từ khóa: thực trạng, thể lực chuyên môn, kỹ thuật, bóng rổ nữ, Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh

Abstract: Utilizing conventional scientific research methods, this study successfully selected eight tests to evaluate the specialized physical fitness and technical skills of the Ho Chi Minh City University of Economics women's basketball team, comprising four specialized physical fitness tests and four technical skills tests. Initial assessments revealed a high degree of homogeneity in the baseline performance across the specialized physical fitness and technical skills evaluation tests for the Ho Chi Minh City University of Economics women's basketball team. The average values of these tests were representative of the sample population.

Keywords: current status, specialized physical fitness, technical skills, women's basketball, Ho Chi Minh City University of Economics

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh (ĐHKTPHCM) là một cơ sở giáo dục Đại học hàng đầu Việt Nam trong nhiều lĩnh vực như đào tạo, nghiên cứu và công bố công trình khoa học, cơ sở hạ tầng, thư viện, chăm sóc người học, tỉ lệ sinh viên tốt nghiệp có việc làm ... Đặc biệt là đội ngũ giảng viên, viên chức - người lao động, nhà nghiên cứu cho đến sinh viên, sự lãnh đạo, quản lý và tầm nhìn của Ban Giám đốc và Hội đồng đại học.

ĐHKTPHCM luôn quan tâm đến các hoạt động văn thể mỹ cho sinh viên. Trong đó các hoạt động tập luyện, thi đấu thể thao luôn được ủng hộ và đầu tư. Một vài năm gần đây một nhóm các sinh viên đã thành lập câu lạc bộ, đội tuyển để tham gia các hoạt động thi đấu ở các giải Thành phố Hồ Chí Minh, khu vực phía nam hay cả các giải toàn quốc. Nhận được sự quan tâm, định hướng của các đơn vị chức năng. Đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM được thành lập và tập trung nhằm chuẩn bị cho các giải đấu trong hệ thống của Hội thể thao Đại học chuyên nghiệp Việt Nam cũng như TPHCM. Những năm trước thành tích còn khá là hạn chế, chưa đảm bảo. Bản thân có nhận định chủ quan là TLCM & KT của vận động viên (VĐV) đội tuyển Bóng rổ nữ

ĐHKTPHCM là chưa đáp ứng với sự mong mỏi, kỳ vọng cũng như sự cạnh tranh khốc liệt của các đội tuyển khác. Với mong muốn đánh giá thực trạng thể lực chuyên môn và kỹ thuật (TLCM & KT) của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM để có những đánh giá khoa học và chính xác để có những điều chỉnh trong quá trình huấn luyện, để từng bước nâng cao hiệu quả và thành tích thi đấu. Là một người trực tiếp huấn luyện cho đội tuyển. Xuất phát từ những lý do trên tôi mạnh dạn chọn hướng nghiên cứu là: “Đánh giá thực trạng TLCM & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM”

Qua trình nghiên cứu tác giả đã sử dụng các phương pháp như: tổng hợp tài liệu; phỏng vấn; kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Tổng hợp, phỏng vấn, lựa chọn và kiểm tra độ tin cậy các test đánh giá TLCM & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM

Qua nghiên cứu, tổng hợp tài liệu chuyên môn và các công trình nghiên cứu của các nhà khoa học nghiên cứu tổng hợp được 21 test đánh giá TLCM & KT cho VĐV Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM.

Để việc lựa chọn các test đánh giá được chính xác, khách quan hơn nghiên cứu tiến hành phỏng

1: Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh

2: Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

vấn 2 lần, 02 lần mỗi lần cách nhau 02 tuần.

Các test được lựa chọn cần phải đảm bảo các yêu cầu sau: Các test được lựa chọn phải đánh giá được đầy đủ và toàn diện về TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM; Các test được lựa chọn phải có ít nhất từ 80% ($\geq 80\%$) số ý kiến mức đồng ý ở cả 2 lần phỏng vấn; Kết quả hai lần phỏng vấn phải đảm bảo độ tính đồng nhất.

Kết quả cho thấy: Theo nguyên tắc đã đề ra nghiên cứu đã chọn được 8 test đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM có phiếu đồng ý cao ở cả hai lần phỏng vấn như sau:

a) Test thể lực chuyên môn

(1) Chạy 28m (s)

(2) Nhảy dây 1 phút (lần)

(3) Ném bóng rổ 2 tay đi xa (m)

(4) Drill test (s)

b) Test kỹ thuật

(5) Dẫn bóng luồn cọc 28m (s)

(6) Tại chỗ ném phạt 2 phút (quả)

(7) Tại chỗ ném phạt 10 quả (quả)

(8) Dẫn bóng số 8 lên rổ (s)

Để xác định độ tin cậy của 8 test đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM. Chúng tôi tiến hành kiểm tra khách thể

nghiên cứu, kiểm tra 2 lần trong vòng 07 ngày, các điều kiện kiểm tra giữa 2 lần là như nhau. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test được giới thiệu ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra các test đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM có $r_{\text{tính}}$ từ 0.84 đến 0.96 (với $P < 0.05$). Như vậy các test đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM có độ tin cậy ở mức trung bình và rất cao. Điều này cho thấy các test trên điều có đủ độ tin cậy và có tính khả thi để đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM.

Như vậy qua các bước nghiên cứu nghiên cứu đã chọn ra được 8 test dùng để đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM trong đó có 4 test thể lực chuyên môn và 4 test kỹ thuật.

2.2. Thực trạng TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM

Thực trạng TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM và tính toán các giá trị, các tham số của các test kết quả được trình bày tại bảng 2.

Test chạy 28m (s) có giá trị trung bình $\bar{x} = 5.2$

Bảng 1. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test đánh giá TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM thông qua test lặp lại (Retest)

STT	Test	Ban đầu		Retest		r	P
		$\bar{x}$	S_x	$\bar{x}$	S_x		
1	Chạy 28m (s)	5.20	0.3	5.26	0.2	0.93	<0.05
2	Nhảy dây 1 phút (lần)	94.47	5.25	94.60	4.58	0.96	<0.05
3	Ném bóng rổ 2 tay đi xa (m)	12.57	0.39	12.68	0.37	0.97	<0.05
4	Drill test (s)	29.74	0.54	29.72	0.6	0.91	<0.05
5	Dẫn bóng luồn cọc 28m (s)	10.34	0.21	10.29	0.21	0.89	<0.05
6	Tại chỗ ném phạt 2 phút (quả)	12.13	0.83	12.07	0.80	0.84	<0.05
7	Tại chỗ ném phạt 10 quả (quả)	6.07	0.46	6.13	0.52	0.87	<0.05
8	Dẫn bóng số 8 lên rổ (s)	23.33	0.33	23.27	0.32	0.94	<0.05

Bảng 2. Thực trạng TLMC & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM (n=15)

STT	TEST	$\bar{x}$	S_x	C_v	$\bar{x}$
1	Chạy 28m (s)	5.20	0.27	5.19	0.03
2	Nhảy dây 1 phút (lần)	94.47	5.25	5.56	0.03
3	Ném bóng rổ 2 tay đi xa (m)	12.57	0.39	3.12	0.02
4	Drill test (s)	29.74	0.54	1.80	0.01
5	Dẫn bóng luồn cọc 28m (s)	10.34	0.21	2.07	0.01
6	Tại chỗ ném phạt 2 phút (quả)	12.13	0.83	6.87	0.04
7	Tại chỗ ném phạt 10 quả (quả)	6.07	0.46	7.55	0.04
8	Dẫn bóng số 8 lên rổ (s)	23.33	0.33	1.41	0.01

giây, độ lệch chuẩn $S_x = 0.27$, hệ số biến thiên $C_v = 5.19 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,03 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test nhảy dây 1 phút (lần) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 94.47$ lần, độ lệch chuẩn $S_x = 5.25$, hệ số biến thiên $C_v = 5.56 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,03 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test ném bóng rổ 2 tay đi xa (m) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 12.57$ m, độ lệch chuẩn $S_x = 0.39$, hệ số biến thiên $C_v = 3.12 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,02 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test drill test (s) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 29.74$ giây, độ lệch chuẩn $S_x = 0.54$, hệ số biến thiên $C_v = 1.8 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,01 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test dẫn bóng luân cộc 28m (s) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 10.34$ giây, độ lệch chuẩn $S_x = 0.21$, hệ số biến thiên $C_v = 2.07 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,01 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test tại chỗ ném phạt 2 phút (quả) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 12.13$ quả, độ lệch chuẩn $S_x = 0.83$, hệ số biến thiên $C_v = 6.87 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,04 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test tại chỗ ném phạt 10 quả (quả) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 6.07$ quả, độ lệch chuẩn $S_x = 0.46$, hệ số biến thiên $C_v = 7.55 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,04 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Test dẫn bóng số 8 lên rổ (s) có giá trị trung bình $\bar{\chi} = 23.33$ giây, độ lệch chuẩn $S_x = 0.33$, hệ số biến thiên $C_v = 1.41 < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao, điều đó cho thấy thành tích của các VĐV trong đội tương đối đồng đều. Sai số tương đối 0,01 ($\bar{\chi} < 0,05$), giá trị trung bình có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Như vậy, qua bảng 2 cho thấy: thực trạng thành

tích các test đánh giá TLCM & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM đều có độ đồng nhất cao, giá trị trung bình của các test có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

3. KẾT LUẬN

Qua các bước nghiên cứu, nghiên cứu đã lựa chọn được 8 test dùng để đánh giá TLCM & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM là phù hợp với các điều kiện, đặc điểm là VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM, nhận thấy các test kiểm tra thể lực chuyên môn là rất đa dạng về kỹ thuật thi đấu sâu về đặc thù của môn Bóng rổ. Ứng dụng các test này kiểm tra thì nhận thấy thực trạng thành tích các test đánh giá TLCM & KT của VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM đều có độ đồng nhất cao, giá trị trung bình của các test có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Tuấn Đạt (2016), “Nghiên cứu xây dựng các bài tập thể lực và kỹ thuật cho đội tuyển Bóng rổ nữ Trường Đại Học Tôn Đức Thắng”. Luận văn thạc sĩ Khoa học Giáo dục
2. Nguyễn Văn Hải (2013), “Đánh giá hiệu quả kế hoạch huấn luyện VĐV bóng rổ trẻ lứa tuổi 11-13”, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục.
3. Nguyễn Ngọc Hải – Lê Minh Chí – Nguyễn Thị Minh Cầm (2016), “Giáo trình bóng rổ” Nxb ĐHQG, TPHCM.
4. Kiều Việt Hưng (2014) “Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập huấn luyện thể lực cho nam VĐV Bóng rổ tuyển dự bị tập trung lứa tuổi 15 – 16 tại Thành phố Hồ Chí Minh”, luận văn Thạc sĩ Giáo dục học
5. Lê Nguyệt Nga và các cộng tác viên (2007), “Nghiên cứu trình độ tập luyện của VĐV bóng rổ nam nữ cấp cao tại Thành Phố Hồ Chí Minh”, Sở khoa học - công nghệ TP.HCM, sở TDTT TP.HCM. Nxb thể dục thể thao
6. Đỗ Vĩnh – Huỳnh Trọng Khải (2010), “Thống kê học trong TDTT”, Nxb TDTT.
7. Đỗ Vĩnh - Trịnh Hữu Lộc (2010), “Giáo trình Đo lường thể thao”, Nxb Thể dục thể thao.

Nguồn bài báo: Sáng kiến kinh nghiệm cấp trung tâm “Nghiên cứu một số bài tập phát triển TLCM & KT cho VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ ĐHKTPHCM”, đã được thông qua tại Trung tâm Giáo dục Thể chất, ĐHKTPHCM.

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