

NGHIÊN CỨU THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỦY LỢI

ThS. Nguyễn Duy Hải¹

Tóm tắt: 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, chúng tôi đã lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của Nam sinh viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Thủy lợi, đồng thời xây dựng được 01 bảng điểm, 01 bảng tiêu chuẩn phân loại và 01 bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của Nam sinh viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Thủy lợi. Các bảng điểm, bảng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của Nam sinh viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Thủy lợi là cơ sở để đánh giá trình độ tập luyện SMTĐ của Nam sinh viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Thủy lợi qua các giai đoạn huấn luyện.

Từ khóa: Thực trạng, sức mạnh tốc độ, nam sinh viên, đội tuyển Bóng rổ, trường Đại học Thủy lợi

Abstract: This study employed several methodologies, including literature review, interviews, group discussions, pedagogical testing, and statistical analysis, to identify and select five specific tests for evaluating the speed-strength performance (SMTĐ) of male basketball team athletes at Thuy Loi University. Concurrently, a scoring rubric, a classification standard, and a comprehensive evaluation matrix were developed to quantify the SMTĐ proficiency of these athletes. These established evaluation tools—the scoring rubric, classification standard, and comprehensive evaluation matrix—provide a robust framework for assessing the progression of SMTĐ training in the Thuy Loi University male basketball team throughout different training phases.

Keywords: Current status, speed-strength, male students, basketball team, Thuy Loi University...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng rổ là môn thể thao đồng đội thi đấu đối kháng trực tiếp, phạm vi di chuyển hẹp, thực hiện các động tác khó cho nên đòi hỏi các vận động viên phải có đầy đủ về mọi mặt như: thể lực, kỹ - chiến thuật, tâm lý. Đặc biệt là sức mạnh tốc độ (SMTĐ), nó liên quan trực tiếp đến hầu hết các hoạt động của vận động viên trong quá trình thi đấu. Vận động viên Bóng rổ đòi hỏi phải có SMTĐ trong các động tác, kỹ - chiến thuật. Sức mạnh tốc độ thể hiện cụ thể như: Xuất phát nhanh để thực hiện chiến thuật tấn công nhanh, bật cao, nhanh, mạnh trong động tác tranh cướp bóng, trong kỹ thuật nhảy ném rổ, SMTĐ còn được thể hiện rất nhiều trong kỹ thuật chuyền bóng và các kỹ thuật di chuyển không bóng... Từ vai trò và tính chất cực kỳ quan trọng của SMTĐ trong môn Bóng rổ và nhu cầu của xã hội nói chung trong việc phát triển môn Bóng rổ, cũng như nhằm phát triển một đội tuyển Bóng rổ sinh viên (SV) trường Đại học Thủy lợi (ĐHTL) mạnh toàn diện thì việc nghiên cứu để tìm ra các phương pháp nâng cao hiệu quả huấn luyện SMTĐ cho người tham gia tập luyện là vấn đề cấp thiết và phải được thực hiện liên tục.

Xuất phát từ thực tế trên, chúng tôi tiến hành:

Nghiên cứu thực trạng SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL.

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

Sau khi sử dụng phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu, phương pháp quan sát sư phạm đồng thời dựa trên các nguyên tắc lựa chọn và các cơ sở khoa học, đề tài tiến hành nghiên cứu lựa chọn ra được các test đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL và tiến hành phỏng vấn 25 huấn luyện viên, các chuyên gia, các cán bộ quản lý, các giảng viên đang làm công tác giảng dạy huấn luyện Bóng rổ tại các trường đại học trên toàn quốc... Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL (đa số ý kiến lựa chọn các test có ý kiến tán thành đạt 75% trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 05 test ở trên

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá SMTĐ nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL (n=25)

TT	Nội dung Test	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm	%
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
1	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	25	75	0	0	0	0	75	100
2	Nằm sấp chống đẩy 20 giây (số lần)	18	54	7	14	0	0	68	90.6
3	Chạy con thoi (s)	24	72	1	2	0	0	74	98.6
4	Bật cao với (cm)	22	66	3	6	0	0	72	96.0
5	Nhảy ném rổ xa 3 điểm liên tục 20 giây (số quả vào rổ)	20	60	5	10	0	0	70	93.3

để đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

Để phân loại hiệu quả SMTĐ đề tài sử dụng phương pháp 2đ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test hiệu quả SMTĐ của SV nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

Bước 1: So kết quả lập test của chỉ tiêu cần tra cứu vào bảng điểm để xác định điểm đạt được của chỉ tiêu đó.

Bước 2: Tính tổng điểm đạt được của từng VĐV, sau đó đối chiếu kết quả tổng với điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL (tổng số nam nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL được kiểm tra là 22 SV); 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 trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá hiệu quả

SMTĐ theo từng nội dung đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL 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 trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện SV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

2.5. Thực trạng SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

Sau khi có kết quả kiểm tra, đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp (bảng 4) để tài xác định được thực trạng SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL, kết quả trình bày tại bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Tỷ lệ xếp loại SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL ở mức khá và tốt là không cao: Loại tốt chiếm 9.00%; loại khá chiếm 31.81%; loại trung bình chiếm 31.81%; loại yếu chiếm 18.00%; loại kém chiếm 9.00%.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL. Từ đó xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL.

Thực trạng SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL cho thấy: Tỷ lệ xếp loại SMTĐ của

Bảng 2. Bảng tiêu chuẩn phân loại SMTĐ nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

TT	Test đánh giá	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	>3.77	3.76-3.7	3.69-3.56	3.55-3.49	<3.48
2	Nằm sấp chống đẩy 20 giây (số lần)	<14.18	14.19-15.74	15.75-18.86	18.87-20.42	>20.43
3	Chạy con thoi (s)	>31.52	31.51-29.41	29.4-25.19	25.18-23.08	<23.07
4	Bật cao với (cm)	<54.12	54.13-60.21	60.22-72.39	72.4-78.48	>78.49
5	Nhảy ném rổ xa 3 điểm liên tục 20 giây (số quả vào rổ)	<3.71	3.72-4.83	4.84-7.07	7.08-8.19	>8.2

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

TT	Test đánh giá	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Dẫn bóng tốc độ 20m (s)	3.77	3.74	3.70	3.67	3.63	3.60	3.56	3.53	3.49	3.46
2	Nằm sấp chống đẩy 20 giây (số lần)	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
3	Chạy con thoi (s)	31.52	30.47	29.41	28.36	27.30	26.25	25.19	24.14	23.08	22.03
4	Bật cao với (cm)	54	57	60	63	66	69	72	75	78	82
5	Nhảy ném rổ xa 3 điểm liên tục 20 giây (số quả vào rổ)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Bảng 4. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 50)
1	Tốt	> 45
2	Khá	35 – 45
3	Trung bình	25 – 34
4	Yếu	24 – 15
5	Kém	< 15

Bảng 5. Thực trạng kết quả xếp loại SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL (n = 24)

TT	Xếp loại	Kết quả	
		m_i	Tỷ lệ %
1	Tốt	2	9.00
2	Khá	7	31.81
3	Trung bình	7	31.81
4	Yếu	4	18.00
5	Kém	2	9.00

nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL ở mức khá và tốt là không cao: Loại tốt chiếm 9.00%; loại khá chiếm 31.81%; loại trung bình chiếm 31.81%; loại yếu chiếm 18.00%; loại kém chiếm 9.00%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr. 101 - 111.
2. Điền Mạnh Cửu, (2002), *Lí luận nhóm và môn*, Nxb Thể dục Thể thao Bắc Kinh.
3. Harre. D (1996), *Học thuyết huấn luyện*, Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr. 134 - 146.
4. Hiệp hội HLV Bóng rổ thế giới(2001), *Huấn*

luyện Bóng rổ hiện đại, Dịch: Hữu Hiền, Nxb TĐTT, Hà Nội

5. CN. Nguyễn Văn Trung, ThS. Phạm Văn Thảo (2004), *Huấn luyện kỹ chiến thuật bóng rổ hiện đại*. Nxb TĐTT, Hà Nội.

6. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: được trích từ đề tài cấp cơ sở, tại trường ĐHTL, tên đề tài “Lựa chọn bài tập nhằm phát triển SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHTL”, tác giả ThS. Nguyễn Duy Hải, Năm 2020.

Ngày nhận bài: 11/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.