

Nghiên cứu các test đánh giá thể lực chuyên môn cho nam sinh viên trường Cao đẳng Sư phạm Kiên Giang học môn Cầu lông tự chọn

ThS. Nguyễn Thị Tô Lan ■

TÓM TẮT:

Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy, đề tài đã xác định được 9 test có thể đánh giá thể lực chuyên môn (TLCM) cho nam sinh viên (SV) học môn Cầu lông tự chọn trường Cao đẳng Sư phạm (CĐSP) Kiên Giang.

Từ khóa: test, thể lực, Cầu lông, nam sinh viên, Cao đẳng Sư phạm Kiên Giang, kiểm tra, đánh giá.

ABSTRACT:

By using standardized scientific research methodology, 9 tests have been identified to assess the strength of male students of badminton as optional subject at Kien Giang College of Education.

Keywords: test, physical condition, badminton, male students, Kien Giang College of Education, check, evaluate.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường CĐSP Kiên Giang được thành lập trên cơ sở trường Trung học Sư phạm Kiên Giang theo Quyết định số 128/1998/QĐ-TTg, ngày 13/7/1998 của Thủ tướng Chính phủ. Trường có chức năng đào tạo và bồi dưỡng giáo viên trung học cơ sở, GV tiểu học, GV mầm non. Nhà trường luôn quan tâm đến quá trình nâng cao chất lượng đào tạo về chuyên môn và chăm sóc sức khỏe cho học sinh, SV thông qua các hoạt động giảng dạy Giáo dục thể chất, trong đó có môn Cầu lông. Tuy nhiên thực trạng về việc dạy và học môn Cầu lông trường CĐSP Kiên Giang vẫn chưa được quan tâm đúng mức, đặc biệt là về thể lực chuyên môn cho SV. Bởi vậy “*Nghiên cứu các test đánh giá thể lực chuyên môn cho nam SV trường CĐSP Kiên Giang học môn Cầu lông tự chọn*” là cần thiết.

Trong quá trình thực hiện đề tài đã sử dụng các phương pháp như: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn bằng phiếu điều tra, kiểm tra sư phạm và toán thống kê.



(Ảnh minh họa)

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Để xác định các test đánh giá thể lực chuyên môn đề tài đã tiến hành theo 3 bước sau:

Bước 1: tổng hợp thống kê, lựa chọn các test đã được sử dụng để đánh giá trình độ thể lực (TĐTL) ở môn Cầu lông trong các tài liệu lưu trữ hiện có.

Bước 2: dùng phiếu phỏng vấn để lấy ý kiến các GV, huấn luyện viên môn Cầu lông trên địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh và các tỉnh lân cận, qua đó, lựa chọn những test có giá trị sử dụng cao, có tính khả thi phù hợp trong thực tiễn và yêu cầu của cầu lông hiện đại.

Bước 3: kiểm định độ tin cậy và tính thông báo của các test.

2.1. Tổng hợp các test đánh giá TĐTL chuyên môn cho người học Cầu lông

Để có thể đánh giá được thể lực chuyên môn (TLCM) của nam SV không chuyên ngành giáo dục thể chất học môn Cầu lông tự chọn trường CĐSP Kiên Giang, chúng tôi tham khảo các tài liệu chuyên môn và một số đề tài nghiên cứu khác..., bước đầu đã tổng hợp

được 16 test có thể dùng để đánh giá thể lực cho SV học môn Cầu lông gồm có: chạy 30m xuất phát cao (s), chạy 60m xuất phát cao (s), chạy ziczac cự ly 30m (s), chạy bước nhỏ và chạy nâng cao đùi nhịp điệu theo tốc độ, ném quả cầu lông xa (m), vung vợt, nằm sấp chống đẩy 30s (lần), chuyển bắt bóng, nhảy dây 30s (lần), bật nhảy tại chỗ, nhảy cóc, nghe khẩu lệnh làm các phản ứng xuất phát chạy (ví dụ xuất phát thấp, xuất phát cao, bật nhảy ra sau khi rơi xuống lập tức xuất phát chạy), nằm sấp chống đẩy 30s (lần), chạy cự ly 400m (s), di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m), di chuyển tiến lùi 1 phút (m), gập thân với tay về trước (cm), nhảy chữ thập 10s (điểm).

2.2. Phỏng vấn thực tiễn về các chỉ tiêu đánh giá TĐTL của SV.

Chúng tôi tiến hành phỏng vấn 40 giảng viên, huấn luyện viên và GV có trình độ chuyên môn và nhiều kinh nghiệm, hiểu rõ về tính đặc thù môn Cầu lông. Những test được lựa chọn để tiếp tục khảo sát là những test có kết quả tối ưu trên 70% số người đồng tình trở lên sau 2 lần phỏng vấn.

Để tăng thêm tính khách quan trong việc lựa chọn test, phỏng vấn được tiến hành hai lần, mỗi lần cách nhau 1 tháng với nội dung như nhau. Cả hai lần phỏng vấn đều đưa ra 3 mức trả lời: rất quan trọng, quan trọng, bình thường để người trả lời lựa chọn. Số lượng phiếu phỏng vấn phát ra 40 và thu về 40 trong cả 2 lần phỏng vấn.

a) Về tầm quan trọng của tổ chất thể lực trong cầu lông

* Về câu hỏi thứ nhất:

Kết quả phỏng vấn cả 2 lần được trình bày ở bảng 1, cho thấy 100% đối tượng phỏng vấn đều nhất trí đối với các câu hỏi chúng tôi đưa ra. Điều đó chứng

tỏ rằng, thể lực có tầm quan trọng rất lớn trong công việc học tập và thi đấu của SV học tự chọn cầu lông. Nhận định này được khẳng định thông qua chỉ số $X^2_{\text{tính}} < X^2_{\alpha} = 3.841$.

Trong hai lần phỏng vấn chứng tỏ có sự thống nhất cao ($p > 0.05$).

b) Về các chỉ tiêu đánh giá tổ chất thể lực trong môn Cầu lông

Kết quả phỏng vấn các chỉ tiêu đánh giá thể lực chuyên môn được trình bày ở bảng 2.

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 2, cho thấy có sự tương đồng của các ý kiến trả lời. Những chỉ tiêu nào trong lần phỏng vấn lần 1 được đánh giá cao thì hầu như ở lần phỏng vấn thứ 2 cũng được đánh giá rất cao, những chỉ tiêu được đánh giá thấp ở lần phỏng vấn thứ nhất thì lần 2 phỏng vấn cũng không được tán đồng. Điều đó được chứng minh bằng chỉ số X^2 với $X^2_{\text{tính}} < X^2_{\alpha} = 3.841$ với $p > 0.05$.

Với mục đích lựa chọn được chính xác các chỉ tiêu đánh giá TĐTL cho đối tượng nghiên cứu học môn Cầu lông tự chọn theo kết quả trả lời phỏng vấn cần phải tuân thủ nghiêm các nguyên tắc sau:

- Nguyên tắc 1: các test được lựa chọn phải đánh giá được toàn diện TĐTL (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, khéo léo, mềm dẻo) của đối tượng được kiểm tra.

- Nguyên tắc 2: những test được lựa chọn phải có ít nhất từ 70% số ý kiến đồng ý trở lên ở mức “rất quan trọng và quan trọng trở lên” trong cả hai lần phỏng vấn. Xuất phát từ những nguyên tắc trên, chúng tôi lựa chọn được 9 test để đánh giá thể lực chuyên môn cho SV học môn Cầu lông tự chọn.

1. Chạy ziczac cự ly 30 m (s)

2. Ném quả cầu lông xa (m)

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về tầm quan trọng của TLCLM của nam SV học môn Cầu lông tự chọn (mức quan trọng trở lên)

TT	Nội dung câu hỏi	Kết quả phỏng vấn					
		Lần 1		Lần 2		X^2	p
		n	Tỷ lệ %	n	Tỷ lệ %		
1	Vai trò các tổ chất thể lực đối với nam SV học môn tự chọn Cầu lông	40	100	40	100	0.00	> 0.05
2	Về ảnh hưởng của thể lực trong việc học tập kỹ - chiến thuật và thi đấu	40	100	40	100	0.00	> 0.05
3	Ảnh hưởng của thể lực đến quá trình học tập và thi đấu. + Thành thạo về kỹ thuật động tác. + Kết hợp giữa kỹ thuật và chiến thuật. + củng cố trạng thái tâm lý	40	100	40	100	0.00	> 0.05
		40	100	40	100	0.00	> 0.05
		40	100	40	100	0.00	> 0.05

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn về các chỉ tiêu đánh giá TLCM của nam SV học môn Cầu lông tự chọn (mức quan trọng trở lên)

TT	Tổ chất thể lực	Nội dung các test	Lần 1 (n = 40)		Lần 2 (n = 40)		X ²	p
			n	%	n	%		
1	Sức nhanh	Chạy 30m xuất phát cao (s)	17	42	20	50	0.00	>0.05
2		Chạy 60m xuất phát cao (s)	20	50	18	46	0.04	>0.05
3		Chạy ziczac cự ly 30 m (s)	30	75	33	82	0.09	>0.05
4		Chạy bước nhỏ và nâng cao đùi theo nhịp điệu tốc độ	22	55	22	55	0.01	>0.05
5		Nghe khẩu lệnh làm các phản ứng xuất phát chạy. Ví dụ xuất phát thấp,...	20	50	19	48	0.18	>0.05
6	Sức mạnh	Ném quả cầu lông xa (m)	39	97	40	100	0.23	>0.05
7		Vung vợt 1 phút (lần)	17	42	20	50	0.18	>0.05
8		Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)	33	82	33	82	0.00	>0.05
9		Chuyển bắt bóng	25	62	25	62	0.00	>0.05
10		Nhảy dây 30s (lần)	40	100	37	92	0.08	>0.05
11		Bật nhảy tại chỗ, nhảy cóc	17	42	20	50	0.09	>0.05
12	Sức bền	Chạy cự ly 400m (s)	35	87	35	87	0.00	>0.05
13		Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m)	37	92	40	100	0.09	>0.05
14		Di chuyển tiến lùi 1 phút (m)	37	92	40	100	0.09	>0.05
15	Mềm dẻo và phối hợp vận động	Ngồi gập thân với tay về phía trước (cm)	30	75	30	75	0.00	>0.05
16		Nhảy chữ thập 10s (điểm)	32	80	35	87	0.21	>0.05

Bảng 3. Độ tin cậy (r) của các chỉ tiêu khảo sát (n = 30)

TT	Test	Lần 1	Lần 2	r	p
		$(\bar{X} \pm \delta)$	$(\bar{X} \pm \delta)$		
1	Chạy ziczac cự ly 30 m (s)	6.65 ± 0.29	6.64 ± 0.29	0.89	< 0.05
2	Ném quả cầu lông xa (m)	6.95 ± 0.34	6.96 ± 0.34	0.87	< 0.05
3	Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)	13.7 ± 1.52	13.8 ± 1.52	0.91	< 0.05
4	Nhảy dây 30s (lần)	51.6 ± 1.83	51.7 ± 1.83	0.9	< 0.05
5	Chạy cự ly 400m (s)	71.2 ± 1.33	71.5 ± 1.33	0.84	< 0.05
6	Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m)	81.8 ± 7.76	81.9 ± 7.76	0.92	< 0.05
7	Di chuyển tiến lùi 1 phút (m)	93.5 ± 9.61	93.8 ± 9.61	0.82	< 0.05
8	Ngồi gập thân với tay về trước (cm)	19.2 ± 3.83	19.3 ± 3.83	0.83	< 0.05
9	Nhảy chữ thập 10s (điểm)	20.2 ± 1.88	20.5 ± 1.88	0.8	< 0.05

3. Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)
4. Nhảy dây 30s (lần)
5. Chạy cự ly 400m (s)
6. Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m)
7. Di chuyển tiến lùi 1 phút (m)
8. Ngồi gập thân với tay về trước (cm)
9. Nhảy chữ thập 10s (điểm)

2.3. Kiểm định độ tin cậy và tính thông báo của các chỉ tiêu được lựa chọn

a) Kiểm nghiệm độ tin cậy

Như chúng ta biết, độ tin cậy của test là mức độ trùng hợp giữa kết quả các lần lập test trên cùng đối tượng, trong cùng một điều kiện và cùng một phương pháp.

Để kiểm nghiệm độ tin cậy của 9 chỉ tiêu tìm được qua phỏng vấn, chúng tôi phải xác định hệ số tin cậy

Bảng 4. Tính thông báo của các test kiểm tra (n = 30)

TT	Test	/r/	p
1	Chạy ziczac cự ly 30 m (s)	0.9123	< 0.01
2	Ném quả cầu lông xa (m)	0.8932	< 0.01
3	Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)	0.9451	< 0.01
4	Nhảy dây 30s (lần)	0.9767	< 0.01
5	Chạy cự ly 400m (s)	0.8574	< 0.01
6	Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m)	0.9742	< 0.01
7	Di chuyển tiến lùi 1 phút (m)	0.8347	< 0.01
8	Ngồi gập thân với tay về trước (cm)	0.8483	< 0.01
9	Nhảy chữ thập 10s (điểm)	0.8549	< 0.01

bằng phương pháp test lặp lại trên 30 SV nam học môn tự chọn Cầu lông trường CĐSP Kiên Giang.

Tuần tự lập test, điều kiện kiểm tra, cách thức tiến hành kiểm tra đều được bảo đảm như nhau giữa các đối tượng trong 2 lần kiểm tra. Chúng tôi tiến hành tính hệ số tương quan (r) của các test giữa hai lần kiểm tra, kết quả tính toán được phản ánh ở bảng 2.3.

Theo lý thuyết đo lường, một test bảo đảm độ tin cậy khi và chỉ khi $r \geq 0.80$ với $p \leq 0.05$. Kết quả thu được cho thấy, các test được chọn đưa vào tiến hành kiểm tra đánh giá thể lực đủ các điều kiện cho phép, trong đó hệ số tin cậy ít nhất là 0.80 và cao nhất là 0.92 với $p < 0.05$.

Như vậy vấn đề tiếp theo đòi hỏi phải xác định tính thông báo của 9 test đã được kiểm tra đủ độ tin cậy.

b/ Kiểm nghiệm tính thông báo của các test

Tính thông báo của test là mức độ chính xác của các test trong đo lường để xác định một đặc trưng nào đó của đối tượng nghiên cứu (chất lượng, khả năng, đặc tính...) Như đã biết, để xác định tính thông báo của các chỉ tiêu vấn đề quan trọng là chọn đúng các chỉ số đại diện cho đối tượng cần đo lường. Trong hoạt động TDTT mỗi môn thể thao có những chỉ số tiêu biểu. Để kiểm nghiệm tính thông báo của các test đánh giá TĐTL chung trong cầu lông chúng tôi

tiến hành tính hệ số tương quan thứ bậc giữa các chỉ tiêu đã chọn và thành tích thi đấu. Chỉ số đại diện ở đây là kết quả thi đấu được xếp theo thứ hạng từ đầu cho đến cuối của đối tượng nghiên cứu. Kết quả phân tích tính thông báo của các chỉ tiêu đánh giá TĐTL cho nam SV học môn Cầu lông tự chọn trường CĐSP Kiên Giang được giới thiệu ở bảng 4.

Căn cứ vào bảng 4 các chỉ tiêu được chúng tôi khảo cứu cũng có tính thông báo, nghĩa là hệ số tương quan thứ bậc /r/ nằm trong mức giới hạn $|r| \geq 0.6$ với $p < 0.05$. Như vậy qua bước kiểm định tính thông báo đề tài đã khẳng định được 9 chỉ tiêu lựa chọn đủ độ tin cậy, cũng đủ tính thông báo.

3. KẾT LUẬN

Qua các bước nghiên cứu đề tài đã xác định 9 test đủ khả năng đánh giá thể lực cho nam SV học môn Cầu lông tự chọn trường Cao Đẳng Sư Phạm Kiên Giang bao gồm: chạy ziczac cự ly 30 m (s), Ném quả cầu lông xa (m), nằm sấp chống đẩy 30s (lần), Nhảy dây 30s (lần), chạy cự ly 400m (s), Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (m), Di chuyển tiến lùi 1 phút (m), Ngồi gập thân với tay về trước (cm), Nhảy chữ thập 10s (điểm).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Đức Minh (2010) *Xây dựng chương trình giảng dạy môn Cầu Lông để nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho SV trường Cao Đẳng Phát Thanh Truyền Hình II.*
 2. Đỗ Vĩnh Khiết, (2008) *Nghiên cứu hiệu quả giảng dạy tự chọn môn Cầu lông áp dụng cho SV trường Đại học Sư Phạm Đồng Tháp.*
 3. Nguyễn Xuân Sinh (1999), *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 4. Goikhoran. PN (1987) *các tố chất thể lực của VĐV*, dịch Nguyễn Quang Hưng, Nxb TDTT Hà Nội.
- Nguồn bài báo: trích từ kết quả nghiên cứu của đề tài “Ứng dụng các bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên trường Cao đẳng Sư phạm Kiên Giang học môn Cầu lông tự chọn”, Nguyễn Thị Tô Lan.*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 24/1/2019; ngày phản biện đánh giá: 19/2/2019; ngày chấp nhận đăng: 25/4/2019)