

Thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn trong giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân cho học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

ThS. Trịnh Văn Giáp ■

TÓM TẮT:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy tiến hành đánh giá thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn trong giảng dạy môn Võ thuật Công an nhân dân (CAND) cho học viên (HV) trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy (ĐHPCCC). Thông qua đó, làm cơ sở để lựa chọn các bài tập phát triển thể lực chuyên môn (TLCM) trong huấn luyện môn Võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: thực trạng, thể lực chuyên môn, Học viên, võ thuật, trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

ABSTRACT:

Using regular scientific research methods to assess the current status of the training professional physical fitness task in teaching People's Police martial arts for students at the University of Fire Fighting and Prevention. Through this as a basis, we select exercises to develop professional physical fitness in training People's Police martial arts for research subjects.

Keywords: current status, physical fitness, students, martial arts, University of Fire Fighting and Prevention

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tiễn công tác huấn luyện cho thấy các tố chất thể lực, đặc biệt là TLCM có vai trò rất quan trọng trong tập luyện võ thuật nói chung và môn Võ thuật CAND nói riêng. Việc phát triển tốt các tố chất TLCM sẽ góp phần thúc đẩy nhanh sự hình thành và hoàn thiện kỹ năng kỹ xảo động tác, giúp cho HV nhanh chóng nắm bắt, thực hiện thuần thục, chính xác và sử dụng có hiệu quả các động tác kỹ chiến thuật từ đó nâng cao chất lượng giảng dạy, học tập môn Võ thuật CAND.

Nghiên cứu thực trạng công tác huấn luyện TLCM trong giảng dạy môn Võ thuật CAND là một trong những cứ liệu cần thiết, quan trọng, làm cơ sở lựa chọn bài tập phát triển TLCM trong huấn luyện môn môn Võ thuật CAND. Tuy nhiên, trong thực tế chưa có công trình nghiên cứu nào về vấn đề này. Xuất phát từ nhu cầu thực tiễn, đề tài tiến hành nghiên cứu: **“thực trạng công tác huấn luyện TLCM trong giảng dạy môn Võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC”**.

Quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn toạ đàm, quan sát sư phạm, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng trình độ TLCM trong tập luyện môn Võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC

Để tìm hiểu và đánh giá chính xác thực trạng trình độ TLCM trong tập luyện môn Võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC, chúng tôi đã nghiên cứu lựa chọn được 7 Test đánh giá TLCM cho HV trường ĐHPCCC và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cho các test đã lựa, các test được lựa chọn gồm:

1. Xoạc dọc (cm);
2. Di chuyển chữ V đấm thẳng 2 tay liên tiếp 15s (số lần)
3. Đá móc 1 chân liên tục vào đích 10s (số lần);
4. Đấm thẳng 2 tay liên tiếp vào bao cát 30s (số lần);
5. Đá móc kép 1 chân (mang chì 1kg) 30s (số lần);
6. Rút gối + đá thẳng 1 chân 15s (số lần);
7. Lướt đá móc 2 đích (cách nhau 3m) 60s (số lần);

Sau đó tiến hành kiểm tra ngẫu nhiên 40 học viên khóa D32 trường Đại học PCCC. Kết quả được trình bày tại bảng 1 và 2

Qua bảng 1 và 2 cho thấy: trình độ TLCM trong tập luyện môn Võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC chưa thực sự đồng đều. Các HV có trình độ TLCM đạt loại giỏi chỉ chiếm tỉ lệ thấp (7,5%). Đa số các HV có

Bảng 1. Bảng điểm đánh giá trình độ TLCM trong giảng dạy môn võ thuật CAND cho HV trường Đại học PCCC

1	Các test	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Xoạc dọc (cm)	$\leq 5,34$	5,34 - 5,94	5,95 - 6,54	6,55 - 7,14	7,15 - 7,74	7,75 - 8,34	8,35 - 8,94	8,95 - 9,54	9,55 - 10,14	$\geq 10,14$
2	Đấm thẳng 2 tay liên tục vào đích 15s (số lần)	≥ 45	44	43	42	41	40	39	38	37	≤ 36
3	Đá móc 1 chân liên tục vào đích 10s (số lần)	≥ 20	19	18	17	16	15	14	13	12	≤ 11
4	Di chuyển chữ V đấm thẳng 2 tay (mang chì 0,5kg) liên tiếp vào đích 15s (số lần)	≥ 22	21	20	19	18	17	16	15	14	≤ 13
5	Đá móc kép 1 chân (mang chì 1kg) 30s (số lần)	≥ 19	18	17	16	15	14	13	12	11	≤ 10
6	Rút gối + đá thẳng 1 chân 15s (số lần)	≥ 19	18	17	16	15	14	13	12	11	≤ 10
7	Lướt đá móc 2 đích (cách nhau 3m) 60s (số lần)	≥ 61	60	59	58	57	56	55	54	53	≤ 52

Bảng 2. Thực trạng trình độ TLCM trong tập luyện võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC (n = 40)

STT	Phân loại tổng hợp trình độ TLCM	Số lượng (n = 40)	Tỷ lệ (%)
1	Giỏi	3	7,5%
2	Khá	9	22,5%
3	Trung bình	17	42,5%
4	Yếu	10	25%
5	Kém	1	2,5%

Bảng 3. Thực trạng sử dụng bài tập TLCM trong giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC

TT	Bài tập	SL sử dụng	Cường độ (%)	Quãng nghỉ (s)
1	Gác chân ép dẻo	16/90	90	30
2	Tỳ vai bàn tập lẳng chân về sau	12/90	75	60
3	Di chuyển 2 bước hất chân từ trong ra ngoài	12/90	80	60
4	Gác chân ép dẻo	13/90	80	60
5	Tỳ vai bàn tập lẳng chân về sau	13/90	80	60
6	Di chuyển 2 bước hất chân từ trong ra ngoài	17/90	85	30
7	Đứng lên ngồi xuống đá thẳng hai chân liên tiếp 30s	19/90	70	60
8	Tại chỗ bật cóc đổi chân 30s	19/90	85	30
9	Đá thẳng 1 chân (đeo kẹp chì) 20s	13/90	90	60
10	Đứng lên ngồi xuống đá thẳng hai chân liên tiếp 30s	8/90	90	30
11	Chống đẩy với số lần tối đa	25/100	80	60
12	Đá móc 1 chân liên tục vào bao cát 30s	12/100	90	30
13	Tại chỗ rút gối kết hợp đá thẳng 1 chân liên tục 30s	10/100	80	60
14	Cúi người chạy bật chân tốc độ kết hợp đấm thẳng 2 tay liên tục xuống dưới 30s	8/100	75	60
15	Đánh khuỷu tỳ ngửa, đá quét quặt ngã liên tục 30s	12/100	75	30
16	Bật lướt tỳ ngửa, đá quét quặt ngã liên tục 30s	11/100	65	60
17	Cất kéo liên tục 45s	15/100	65	60

trình độ TLCM ở mức trung bình và yếu, trong đó các HV có trình độ thể lực ở mức trung bình chiếm 42,5%, đặc biệt các HV có trình độ TLCM ở mức yếu còn chiếm tỉ lệ khá cao (chiếm 25%).

2.2. Thực trạng sử dụng bài tập TLCM trong giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC

Đề tài đã tiến hành quan sát, tổng hợp và thống kê các bài tập TLCM đã được sử dụng trong huấn luyện môn võ thuật CAND. Kết quả được trình bày ở bảng 3. Ở 17 bài tập được trình bày tại bảng 3, phần công suất thực hiện các bài tập nếu đạt được như kết quả ghi ở phần công suất thì sẽ đạt yêu cầu của nội dung bài tập.

Qua bảng 3 cho thấy, các bài tập TLCM hiện nay đang sử dụng trong giảng dạy môn Võ thuật CAND cho HV trường Đại học PCCC thì còn rất ít và rất đơn điệu, thiếu đa dạng, hầu hết các bài tập được sử dụng theo kinh nghiệm của giảng viên, dẫn đến sự nhàm chán trong tập luyện và không phát triển tối đa, toàn diện các tố chất TLCM cần thiết của người tập. Từ đó ảnh hưởng tới hiệu quả học tập, giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân cho HV trường ĐHPCCC.

2.3. Thực trạng chương trình môn học Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC

Chương trình môn học Võ thuật CAND trong trường ĐHPCCC được xây dựng dựa trên chương trình khung môn Võ thuật CAND do Bộ Công an ban hành. Bao gồm 3 phần chính: phần 1: phần lý luận chung; phần 2: phần kỹ thuật cơ bản; phần 3: Phần chiến thuật võ thuật CAND.

- Hình thức giảng dạy: nội dung chương trình được tiến hành giảng dạy ở hai hình thức chính đó là giờ học võ thuật CAND chính khóa và giờ học võ thuật ngoài giờ chính khóa (bắt buộc).

Qua nghiên cứu và thực tế làm công tác giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC, chúng tôi

Bảng 4. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ giảng dạy môn Võ thuật CAND cho HV trường ĐHPCCC

TT	Trang thiết bị tập luyện	Đơn vị tính	Số lượng			Tổng số
			Cơ sở 1	Cơ sở 2	Cơ sở 3	
1	Nhà tập võ thuật	Cái	01	01	01	03
2	Thảm tập	m ²	300	150	250	700
3	Phòng tập thể lực	Cái	01	01	01	03
4	Tạ găng	Cái	10	06	06	22
5	Tạ tay (loại 0,5kg)	Cái	24	16	12	52
6	Bao cát	Cái	04	0	0	04
7	Địch đá (loại to)	Cái	08	06	05	19
8	Địch đá (loại nhỏ)	Cái	12	08	08	28
9	Địch đầm	Cái	20	14	12	46
10	Lăm pơ	Cái	20	16	10	46
11	Dây nhảy	Cái	25	22	18	65

Bảng 5. Thực trạng trình độ chuyên môn của giảng viên giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC

TT	Trình độ chuyên môn	Số lượng (n = 10)	Tỉ lệ %	Chức danh giảng dạy	Số lượng (n = 10)	Tỉ lệ %
1	Tiến sĩ	0	0%	Giảng viên chính	01	10%
2	Thạc sĩ	03	30%	Giảng viên	02	20%
3	Đại học	06	60%	Trợ giảng	07	70%
4	Trung cấp	01	10%	Giáo viên tập sự	0	0%

nhận thấy hiện nay chương trình môn học Võ thuật CAND mới chỉ tập trung quan tâm nhiều tới việc hoàn thiện kỹ thuật động tác, chiến thuật cho người học. Việc huấn luyện thể lực nói chung và huấn luyện TLM nói riêng trong giảng dạy môn Võ thuật CAND chưa thực sự được quan tâm đúng mức. Điều này ảnh hưởng rất nhiều tới sự phát triển TLM của người học, từ đó ảnh hưởng rất lớn tới hiệu quả và chất lượng học tập, giảng dạy môn học Võ thuật CAND cho HV.

2.4. Thực trạng cơ sở vật và trình độ chuyên môn của giảng viên giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC

Để đánh giá thực trạng trang thiết bị cơ sở vật chất và trình độ chuyên môn của giảng viên giảng dạy môn

Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC. Đề tài đã tiến hành điều tra, thống kê. Kết quả được trình bày tại bảng 4 và bảng 5.

Qua bảng 4, 5 cho thấy, hiện nay các điều kiện về cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ cho công tác giảng dạy môn Võ thuật CAND nói chung và huấn luyện thể lực nói riêng được đảm bảo đầy đủ cả về số lượng, chất lượng và chủng loại. Trình độ chuyên môn của các giảng viên làm công tác giảng dạy môn Võ thuật CAND tại trường ĐHPCCC tương đối đồng đều, các giáo viên cũng đảm bảo đủ tiêu chuẩn chức danh giảng dạy theo tiêu chuẩn quy định của Bộ Công an. Đây là điều kiện rất thuận lợi phục vụ cho việc giảng dạy và học tập môn Võ thuật CAND nói chung cũng như huấn luyện thể lực nói riêng cho HV trường ĐHPCCC.

3. KẾT LUẬN

- Trình độ TLM trong tập luyện môn Võ thuật CAND của HV trường ĐHPCCC chưa thực sự đồng đều. Các HV có trình độ TLM đạt loại giỏi chỉ chiếm tỉ lệ thấp, đa số các HV có trình độ TLM ở mức trung bình và yếu.

- Các bài tập TLM hiện nay đang sử dụng trong giảng dạy môn Võ thuật CAND cho HV trường Đại học PCCC thì còn rất ít và rất đơn điệu, thiếu đa dạng, hầu hết các bài tập được sử dụng theo kinh nghiệm của giảng viên.

- Chương trình môn học Võ thuật CAND tại trường Đại học PCCC mới tập trung quan tâm nhiều tới việc hoàn thiện kỹ thuật động tác, chiến thuật cho người học mà chưa thực sự quan tâm đúng mức tới huấn luyện TLM.

- Điều kiện về cơ sở vật chất và trang thiết bị phục vụ cho công tác giảng dạy môn Võ thuật CAND nói chung và huấn luyện thể lực nói riêng tại trường Đại học PCCC được đảm bảo đầy đủ cả về số lượng, chất lượng và chủng loại. Trình độ chuyên môn của các giảng viên giảng dạy tương đối đồng đều. Đây là điều kiện thuận lợi cho việc giảng dạy và học tập môn Võ thuật CAND nói chung và huấn luyện thể lực nói riêng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Công an và Ủy ban TDTT (1999), *Thông tư liên tịch số 01/1999/TTLT/BCA- UBTDTT về việc ban hành tiêu chuẩn rèn luyện chiến sĩ công an khỏe*, Hà Nội.
 2. Bộ giáo dục và đào tạo : *chỉ thị số 14 TD/QS ngày 24/6/1997 về việc thực hiện tiêu chuẩn rèn luyện thân thể theo lứa tuổi, giới tính*
 3. Các Báo cáo tổng kết công tác Giáo dục và đào tạo của Học viện ANND từ năm 2006 đến năm 2015.
- Nguồn bài báo: đề tài cơ sở năm 2018 “Nghiên cứu ứng dụng hệ thống bài tập TLM nhằm nâng cao hiệu quả giảng dạy môn Võ thuật CAND cho HV trường ĐHPCCC”.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 8/3/2019; ngày phản biện đánh giá: 12/4/2019; ngày chấp nhận đăng: 26/5/2019)