

DIỄN BIẾN CÁC CHỈ TIÊU TUYỂN CHỌN NAM VẬN ĐỘNG VIÊN PENCAR SILAT LỬA TUỔI 14 - 15 NỘI DUNG ĐỐI KHÁNG SAU 1 NĂM HUẤN LUYỆN

NCS. Mai Thế Lâm¹

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong TĐTT, bài báo lựa chọn được 22 chỉ tiêu tuyển chọn nam vận động viên (VĐV) Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15, nội dung đối kháng. Ứng dụng các chỉ tiêu này vào thực tiễn cho thấy, có sự tăng trưởng mạnh về kết quả thực hiện các chỉ tiêu và thể hiện sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về kết quả giữa các thời điểm kiểm tra.

Từ khóa: tuyển chọn, Pencak Silat, lứa tuổi 14 – 15.

Abstract: By using conventional research methods in sports and physical training, the article has concluded 22 selection criteria for male Pencak Silat athlete aged 14 - 15, combat area. The application of these criteria into practice shows a strong growth in the implementation results of these criteria and a statistical difference in the results between different testing times.

Keywords: selection, Pencak Silat, ages 14-15

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tiễn công tác huấn luyện ở môn Pencak Silat cho thấy, trong nhiều trường hợp, công tác huấn luyện VĐV Pencak Silat không đạt được kết quả cao là do việc tuyển chọn không đúng đối tượng. Mặt khác, việc tuyển chọn sai đã dẫn đến việc mất mát lớn về kinh phí, vật chất, tổn thương về mặt tâm lý cho các VĐV và ảnh hưởng tới chất lượng cũng như hiệu quả của quá trình đào tạo VĐV trẻ hiện nay.

Vì vậy, việc lựa chọn các chỉ tiêu và xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV có ý nghĩa đặc biệt quan trọng. Qua khảo sát thực tế tại hầu hết các trung tâm thể thao mạnh trên toàn quốc cho thấy, hầu hết các địa phương này đều tiến hành công tác tuyển chọn, huấn luyện VĐV Pencak Silat, tuy nhiên công tác tuyển chọn này còn một số điểm áp dụng chưa đủ các luận cứ khoa học, việc sử dụng các chỉ tiêu, tiêu chuẩn cụ thể cho từng nội dung tuyển chọn còn chưa được thống nhất một cách chặt chẽ.

Xuất phát từ lý do trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Diễn biến các chỉ tiêu tuyển chọn nam vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng sau 1 năm huấn luyện”**.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sư phạm, kiểm tra tâm lý, kiểm tra y học và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng

2.1.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng.

Qua phân tích, tổng hợp các tài liệu chung và chuyên môn có liên quan, bước đầu chúng tôi đã xác định được các chỉ tiêu sử dụng trong tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng,

gồm các nhóm:

- Hình thái: 11 chỉ tiêu, chỉ số;
- Chức năng: 10 chỉ tiêu, chỉ số;
- Thể lực chung: 18 chỉ tiêu.
- Kỹ thuật – thể lực chuyên môn: 21 chỉ tiêu.

Nhằm xác định cơ sở thực tiễn của các chỉ tiêu, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn các giảng viên, HLV đang trực tiếp làm công tác giảng dạy, huấn luyện môn Pencak silat trên toàn quốc. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả tại bảng 1 cho thấy: có 22 chỉ tiêu, chỉ số được đa số ý kiến lựa chọn sử dụng trong tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng (có số người lựa chọn trên 80% từ mức quan trọng trở lên, đó là các chỉ tiêu, chỉ số:

- Hình thái cơ thể (4 chỉ số): Chiều cao, cân nặng, vòng ngực trung bình, quetelet.

- Chức năng (5 chỉ tiêu, chỉ số): phản xạ đơn, phản xạ phức, năng lực thu nhận và xử lý thông tin, dung tích sống và công năng tim.

- Thể lực chung (5 chỉ tiêu): chạy 30m TĐC, chạy 1500m, bật xa tại chỗ, lực bóp tay thuận, lực bóp tay nghịch.

- Kỹ thuật – thể lực chuyên môn (8 chỉ tiêu): Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần), Đâm 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần), Đá tổng trước vào đích 30s (lần), Đá tổng sau vào đích 30s (lần), Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần), Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s), Vòng cầu quét sau 30s (lần) và Di chuyển chéo quét trước 30s (lần).

Các chỉ tiêu trên được chúng tôi lựa chọn sử dụng trong các nghiên cứu tiếp theo. 38 chỉ tiêu, chỉ số còn lại, do có số ý kiến lựa chọn thấp nên chúng tôi loại bỏ, không sử dụng.

2.1.2. Xác định tính thông báo và độ tin cậy của các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng.

** Xác định tính thông báo của các test:*

Nhằm xác định tính thông báo của các test, chúng tôi đã tiến hành xác định hệ số tương quan giữa kết quả lập test với với thành tích thi đấu của các VĐV. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Từ kết quả tại bảng 2 cho thấy, cả 22 chỉ tiêu được lựa chọn qua phỏng vấn đều tương quan mạnh với thành tích thi đấu của VĐV ở cả 2 lứa tuổi 14 và 15 (hệ số tương quan từ 0.711 – 0.911). Như vậy các test trên đảm bảo tính thông báo cần thiết, có thể sử dụng được.

** Xác định độ tin cậy của các test:*

Nhằm xác định độ tin cậy của các test, chúng tôi đã tiến hành xác định hệ số tương quan giữa kết quả 2 lần lập test (re-test). Kết quả thu được như trình bày tại bảng 3.

Từ kết quả tại bảng 3 cho thấy cả 22 chỉ tiêu qua phỏng vấn và xác định tính thông báo đều có hệ số tương quan giữa 2 lần lập test đạt từ 0.831 – 0.979 ở lứa tuổi 14 và từ 0.821 – 0.962 ở lứa tuổi 15. Như vậy, các test trên đều đảm bảo độ tin cậy cần thiết.

Từ những kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi đã lựa chọn được 22 chỉ tiêu, chỉ số sử dụng trong tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng (cụ thể được trình bày tại bảng 3).

2.2. Diễn biến tăng trưởng các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng (n = 35)

TT	Chỉ tiêu, test	Số người		Kết quả phỏng vấn theo tỷ lệ %, xếp theo mức độ quan trọng							
				Lựa chọn		Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
I	Hình thái										
1	Chiều cao (cm)	35	100.00	28	80.00	5	14.29	1	2.86	1	2.86
2	Cân nặng (kg)	35	100.00	27	77.14	3	8.57	5	14.29	0	0.00
3	Vòng ngực trung bình (cm)	35	100.00	26	74.29	3	8.57	4	11.43	2	5.71
4	Vòng ngực hít vào (cm)	32	91.43	10	28.57	11	31.43	10	28.57	1	2.86
5	Vòng ngực thở ra (cm)	31	88.57	11	31.43	12	34.29	7	20.00	1	2.86
6	Vòng đùi (cm)	32	91.43	12	34.29	9	25.71	8	22.86	3	8.57
7	Vòng cánh tay (cm)	30	85.71	11	31.43	8	22.86	9	25.71	2	5.71
8	Chiều dài sải tay (cm)	28	80.00	10	28.57	9	25.71	8	22.86	1	2.86
9	Chiều dài chân (cm)	27	77.14	13	37.14	8	22.86	5	14.29	1	2.86
10	Chỉ số Quetelet	35	100.00	21	60.0	7	20.00	5	14.29	2	5.71
11	Chỉ số BMI (kg/m ²)	30	85.71	12	34.29	6	17.14	11	31.43	1	2.86
II	Chức năng										
12	Phản xạ đơn (ms)	35	100.00	26	74.29	4	11.43	4	11.43	1	2.86
13	Phản xạ phức (ms)	35	100.00	27	77.14	5	14.29	2	5.71	1	2.86

Để đánh giá diễn biến tăng trưởng các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng, chúng tôi đã tiến hành kiểm tra sự phạm, tâm lý, y học trên đối tượng nghiên cứu ở các thời điểm: ban đầu, sau 6 tháng và sau 12 tháng ở cả 2 lứa tuổi 14 và 15.

Đồng thời quá trình nghiên cứu cũng tiến hành so sánh kết quả kiểm tra giữa các thời điểm, cũng như theo dõi diễn biến thành tích (nhịp tăng trưởng W%) theo lứa tuổi qua các giai đoạn kiểm tra của đối tượng nghiên cứu (ban đầu, sau 6 tháng và sau 12 tháng). Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 4 và bảng 5.

Từ các kết quả thu được ở bảng 4 và bảng 5 cho thấy:

- Các chỉ tiêu đều có nhịp tăng trưởng mạnh sau các giai đoạn huấn luyện, trong đó, nhịp tăng trưởng của các chỉ tiêu thể lực chung và kỹ thuật – thể lực chuyên môn cao hơn hẳn các chỉ tiêu về hình thái và chức năng (ở cả 2 lứa tuổi 14 và 15). Nhịp tăng trưởng đạt trung bình 7.01% ở lứa tuổi 14 và 7.90% ở lứa tuổi 15 sau 1 năm huấn luyện.

- Qua so sánh kết quả kiểm tra cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các thời điểm kiểm tra (với $p < 0.05$) ở cả 2 lứa tuổi 14 và 15. Như vậy, các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat trẻ lứa tuổi 14 - 15 đã có sự tăng trưởng rõ rệt sau 12 tháng tập luyện, thể hiện tính chính xác của các chỉ tiêu tuyển chọn được

14	Năng lực thu nhận và xử lý thông tin (bit/s)	35	100.00	29	82.86	2	5.71	3	8.57	1	2.86
15	Hoài bão thành tích (điểm)	32	91.43	11	31.43	6	17.14	12	34.29	3	8.57
16	Loại hình thần kinh (điểm)	33	94.29	9	25.71	8	22.86	11	31.43	5	14.29
17	Test 40 điểm theo vòng tròn (điểm)	34	97.14	11	31.43	6	17.14	12	34.29	5	14.29
18	Cường độ và độ ổn định chú ý (điểm)	35	100.00	12	34.29	8	22.86	14	40.00	1	2.86
19	Dung tích sống (lít)	35	100.00	28	80.00	3	8.57	4	11.43	0	0.00
20	Công năng tim (HW)	35	100.00	29	82.86	5	14.29	1	2.86	0	0.00
21	VO2 max (l/min)	33	94.29	11	31.43	9	25.71	10	28.57	3	8.57
III	Thể lực chung										
22	Chạy 30m tốc độ cao (s)	35	100.00	29	82.86	4	11.43	2	5.71	0	0.00
23	Chạy 60m tốc độ cao (s)	34	97.14	11	31.43	7	20.00	15	42.86	1	2.86
24	Chạy 100m (s)	31	88.57	12	34.29	6	17.14	12	34.29	1	2.86
25	Chạy 200m (s)	32	91.43	13	37.14	5	14.29	11	31.43	3	8.57
26	Chạy 400m (s)	31	88.57	10	28.57	8	22.86	12	34.29	1	2.86
27	Chạy 800m (s)	32	91.43	14	40.00	9	25.71	9	25.71	0	0.00
28	Chạy 1500m (s)	35	100.00	30	85.71	4	11.43	1	2.86	0	0.00
29	Bật cóc 30m (s)	31	88.57	12	34.29	8	22.86	10	28.57	1	2.86
30	Bật rút gối 15s (lần)	32	91.43	10	28.57	9	25.71	12	34.29	1	2.86
31	Nhảy dây tốc độ 15s (lần)	31	88.57	11	31.43	8	22.86	11	31.43	1	2.86
32	Bật cao không đà (cm)	32	91.43	13	37.14	7	20.00	10	28.57	2	5.71
33	Bật xa tại chỗ (cm)	35	100.00	19	54.29	9	25.71	5	14.29	2	5.71
34	Bật nhảy đổi chân liên tục 15s (lần)	32	91.43	11	31.43	8	22.86	6	17.14	7	20.00
35	Chạy trên cát 20m (s)	34	97.14	17	48.57	3	8.57	12	34.29	2	5.71
36	Đứng tại chỗ rút gối liên tục 15s (lần)	34	97.14	18	51.43	2	5.71	13	37.14	1	2.86
37	Gánh tạ 25kg đứng lên ngồi xuống đá tổng trước 15s (lần)	35	100.00	16	45.71	6	17.14	12	34.29	1	2.86
38	Lực bóp tay thuận (kg)	35	100.00	27	77.14	6	17.14	1	2.86	1	2.86
39	Lực bóp tay nghịch (kg)	35	100.00	28	80.00	6	17.14	1	2.86	0	0.00
IV	Kỹ thuật - Thể lực chuyên môn										
40	Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần)	35	100.00	30	85.71	3	8.57	2	5.71	0	0.00
41	Đâm 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần)	35	100.00	32	91.43	2	5.71	1	2.86	0	0.00
42	Đá tổng trước vào đích 15s (lần)	35	100.00	13	37.14	7	20.00	12	34.29	3	8.57
43	Đá tổng sau vào đích 15s (lần)	35	100.00	13	37.14	6	17.14	12	34.29	4	11.43

lựa chọn	Đá tổng trước vào đích 30s (lần)	35	100.00	26	74.29	6	17.14	2	5.71	1	2.86
44	Đá tổng sau vào đích 30s (lần)	35	100.00	25	71.43	4	11.43	6	17.14	0	0.00
45	Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần)	35	100.00	25	71.43	5	14.29	4	11.43	1	2.86
46	Đá phối hợp vòng cầu hai chân liên tục vào đích 15s (lần)	34	97.14	10	28.57	11	31.43	12	34.29	1	2.86
47	Chân đeo bao chì đá đích 15s (lần)	34	97.14	11	31.43	9	25.71	11	31.43	3	8.57
48	Di chuyển chéo chân đá thẳng trước 15s (lần)	34	97.14	12	34.29	8	22.86	11	31.43	3	8.57
49	Đá vòng cầu buộc chun cổ chân sau 15s (lần)	32	91.43	13	37.14	8	22.86	9	25.71	2	5.71
50	Hai chân buộc chun đá vòng cầu liên tục 15s (lần)	35	100.00	14	40.00	6	17.14	12	34.29	3	8.57
51	Phối hợp đá tổng trước và đá vòng cầu vào 2 đích 15s (lần)	34	97.14	15	42.86	5	14.29	10	28.57	4	11.43
52	Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s)	35	100.00	25	71.43	7	20.00	3	8.57	0	0.00
53	Phối hợp đá hai đòn vào đích 15s (lần)	34	97.14	14	40.00	3	8.57	12	34.29	5	14.29
54	Vòng cầu quét sau 30s (lần)	35	100.00	25	71.43	8	22.86	2	5.71	0	0.00
55	Di chuyển chéo quét trước 30s (lần)	35	100.00	29	82.86	3	8.57	2	5.71	1	2.86
56	Đá trước với dây chun dài (lần)	34	97.14	11	31.43	8	22.86	9	25.71	6	17.14
57	Ngồi xuống đứng lên đá trước (lần)	34	97.14	10	28.57	9	25.71	12	34.29	3	8.57
58	Đá trước kết hợp với đá vòng cầu (lần)	33	94.29	9	25.71	9	25.71	9	25.71	6	17.14
59	Thi đấu đối kháng (tính trận thắng)	32	91.43	8	22.86	11	31.43	12	34.29	1	2.86
60											

Bảng 2. Tính thông báo của các test tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng

TT	Chỉ tiêu	Lứa tuổi 14 (n=22)			Lứa tuổi 15 (n=22)		
		Mean	Std	r	Mean	Std	r
1	Chiều cao (cm)	160.41	1.44	.835**	165.41	1.44	.835**
2	Cân nặng (kg)	56.41	1.40	.746**	59.41	1.40	.846**
3	Vòng ngực trung bình (cm)	67.18	1.68	.771**	71.18	1.68	0.764
4	Chỉ số Quetelet	351.63	6.96	.758**	359.14	6.72	.758**
5	Phản xạ đơn (ms)	192.68	5.49	.842**	181.68	5.49	.911**
6	Phản xạ phức (ms)	245.14	1.73	.740**	232.14	1.73	.809**

7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.22	0.08	.842**	1.40	0.08	.939**
8	Dung tích sống (lít)	4.12	0.06	.836**	4.50	0.06	.926**
9	Công năng tim (HW)	4.36	0.06	.871**	4.10	0.06	.817**
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.77	0.24	.711**	4.40	0.24	.837**
11	Chạy 1500m (s)	397.64	7.65	.849**	367.64	7.65	.900**
12	Bật xa tại chỗ (cm)	210.45	3.98	.890**	221.45	3.98	.804**
13	Lực bóp tay thuận (kg)	42.18	2.75	.796**	46.18	2.75	.839**
14	Lực bóp tay nghịch (kg)	38.41	2.52	.823**	39.41	2.52	.873**
15	Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần)	19.68	1.29	.846**	20.68	1.29	.803**
16	Đấm 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần)	19.86	1.32	.873**	20.86	1.32	.850**
17	Đá tổng trước vào đích 30s (lần)	19.50	1.22	.783**	20.50	1.22	.792**
18	Đá tổng sau vào đích 30s (lần)	17.45	1.10	.824**	18.45	1.10	.827**
19	Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần)	15.09	0.81	.761**	17.09	0.81	.779**
20	Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s)	13.89	0.21	.874**	12.60	0.21	.779**
21	Vòng cầu quét sau 30s (lần)	18.68	1.17	.769**	19.68	1.29	.847**
22	Di chuyển chéo quét trước 30s (lần)	12.91	1.23	.845**	14.91	1.23	.845**

(** với $P < 0.01$)**Bảng 3. Độ tin cậy của các test tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng**

TT	Chỉ tiêu	LỨA TUỔI 14 (n=22)					LỨA TUỔI 15 (n=22)				
		Lần 1		Lần 2		Hệ số	Lần 1		Lần 2		Hệ số
		Mean	Std	Mean	Std	r	Mean	Std	Mean	Std	r
1	Chiều cao (cm)	160.41	1.44	160.45	1.77	0.979	165.41	1.44	165.23	1.69	0.942
2	Cân nặng (kg)	56.41	1.40	56.355	1.54	0.966	59.41	1.40	59.41	1.53	0.893
3	Vòng ngực trung bình (cm)	67.18	1.68	67.05	1.81	0.975	71.18	1.68	70.95	2.10	0.932
4	Chỉ số Quetelet	351.63	6.96	351.22	8.08	0.942	359.14	6.72	359.05	6.84	0.841
5	Phản xạ đơn (ms)	192.68	5.49	191.86	5.60	0.902	181.68	5.49	180.86	5.01	0.962
6	Phản xạ phức (ms)	245.14	1.73	244.86	1.88	0.899	232.14	1.73	231.86	1.83	0.864
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.22	0.08	1.2309	0.08	0.918	1.40	0.08	1.39	0.09	0.917
8	Dung tích sống (lít)	4.12	0.06	4.1277	0.07	0.863	4.50	0.06	4.49	0.09	0.821
9	Công năng tim (HW)	4.36	0.06	4.3541	0.06	0.878	4.10	0.06	4.09	0.05	0.914
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.77	0.24	4.725	0.23	0.916	4.40	0.24	4.38	0.25	0.947
11	Chạy 1500m (s)	397.64	7.65	396.68	8.72	0.915	367.64	7.65	366.32	7.71	0.915
12	Bật xa tại chỗ (cm)	210.45	3.98	209.68	4.26	0.910	221.45	3.98	220.68	4.54	0.911
13	Lực bóp tay thuận (kg)	42.18	2.75	41.636	2.54	0.883	46.18	2.75	46.14	2.85	0.925
14	Lực bóp tay nghịch (kg)	38.41	2.52	38.091	3.05	0.855	39.41	2.52	38.95	2.52	0.919
15	Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần)	19.68	1.29	19.545	1.41	0.891	20.68	1.29	20.55	2.11	0.909
16	Đấm 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần)	19.86	1.32	19.773	1.38	0.846	20.86	1.32	20.68	1.55	0.836
17	Đá tổng trước vào đích 30s (lần)	19.50	1.22	19.409	1.33	0.831	20.50	1.22	20.32	1.55	0.838
18	Đá tổng sau vào đích 30s (lần)	17.45	1.10	17.318	1.39	0.895	18.45	1.10	18.32	1.32	0.877

19	Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần)	15.09	0.81	15.136	0.89	0.841	17.09	0.81	17.18	0.91	0.883
20	Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s)	13.89	0.21	13.851	0.22	0.880	12.60	0.21	12.63	0.24	0.898
21	Vòng cầu quét sau 30s (lần)	18.68	1.17	18.727	1.20	0.917	19.68	1.29	19.55	1.57	0.894
22	Di chuyển chéo quét trước 30s (lần)	12.91	1.23	12.955	1.25	0.862	14.91	1.23	14.82	1.50	0.867

Bảng 4. Diễn biến chỉ tiêu tuyển chọn qua các giai đoạn ở lứa tuổi 14 (n = 22)

TT	Tiêu chí	Ban đầu $\bar{x} \pm \sigma$ (1)		Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \sigma$ (2)		Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \sigma$ (3)		$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$
1	Chiều cao (cm)	160.41	1.44	161.45	1.30	162.50	1.37	2.965	3.00	5.85	0.65	0.65	1.30
2	Cân nặng (kg)	56.41	1.40	56.92	1.05	58.50	1.57	1.524	4.58	5.69	0.90	2.74	3.64
3	Vòng ngực trung bình (cm)	67.18	1.68	68.27	1.49	69.41	1.77	2.876	2.96	5.63	1.61	1.65	3.26
4	Chỉ số Que-telet	351.63	6.96	352.08	3.96	359.95	7.03	0.640	11.13	10.43	0.13	2.21	2.34
5	Phản xạ đơn (ms)	192.68	5.49	191.36	4.39	189.77	4.63	1.967	2.48	4.29	0.69	0.83	1.52
6	Phản xạ phức (ms)	245.14	1.73	244.00	1.85	242.77	2.10	2.818	2.90	5.67	0.46	0.50	0.97
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.22	0.08	1.25	0.07	1.27	0.08	0.278	0.23	0.50	1.88	1.52	3.40
8	Dung tích sống (lít)	4.12	0.06	4.13	0.06	4.16	0.07	0.134	0.34	0.47	0.24	0.64	0.88
9	Công năng tim (HW)	4.36	0.06	4.38	0.07	4.38	0.07	0.219	0.04	0.26	0.37	0.07	0.45
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.77	0.24	4.72	0.24	4.44	0.27	0.356	1.83	2.19	1.11	6.13	7.24
11	Chạy 1500m (s)	397.64	20.65	395.64	20.65	393.45	21.26	1.460	1.58	3.03	0.50	0.55	1.06
12	Bật xa tại chỗ (cm)	210.45	2.98	211.59	3.17	212.86	3.31	2.148	2.34	4.50	0.54	0.60	1.14
13	Lực bóp tay thuận (kg)	42.18	2.75	43.00	2.49	44.45	3.14	1.676	2.88	4.39	1.92	3.33	5.25
14	Lực bóp tay nghịch (kg)	38.41	2.52	38.93	2.43	42.45	3.12	1.099	7.02	7.99	1.35	8.66	10.01
15	Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần)	19.68	1.29	20.22	1.50	22.77	1.94	1.507	6.46	8.07	2.69	11.88	14.56
16	Đám 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần)	19.86	1.32	20.09	1.66	22.41	1.66	0.618	5.97	6.92	1.14	10.91	12.04
17	Đá tổng trước vào đích 30s (lần)	19.50	1.22	20.12	1.47	22.50	1.70	1.767	6.27	8.22	3.12	11.18	14.29
18	Đá tổng sau vào đích 30s (lần)	17.45	1.10	17.85	1.26	21.09	1.82	1.193	8.68	9.99	2.21	16.67	18.87

19	Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần)	15.09	0.81	15.23	0.97	17.68	1.30	0.479	7.64	8.37	0.90	14.92	15.81
20	Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s))	13.89	0.21	13.73	0.27	13.23	0.31	1.084	3.09	4.30	1.15	3.71	4.86
21	Vòng cầu quét sau 30s (lần)	18.68	1.17	19.16	1.18	22.55	1.97	1.475	8.94	10.22	2.55	16.22	18.74
22	Di chuyển chéo quét trước 30s (lần)	12.91	1.23	13.18	1.29	14.64	1.58	0.806	4.03	4.83	2.09	10.46	12.54
	$\bar{w}$										1.28	5.73	7.01

Bảng 5. Diễn biến chỉ tiêu tuyển chọn qua các giai đoạn ở lứa tuổi 15 (n = 22)

TT	Tiêu chí	Ban đầu $\bar{x} \pm \sigma$ (1)		Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \sigma$ (2)		Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \sigma$ (3)		$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$
1	Chiều cao (cm)	165.41	1.44	166.45	1.30	167.50	1.37	2.965	3.00	5.85	0.63	0.63	1.26
2	Cân nặng (kg)	59.41	1.40	60.82	1.05	61.50	1.57	4.218	1.97	5.69	2.34	1.11	3.46
3	Vòng ngực trung bình (cm)	71.18	1.68	72.27	1.49	73.41	1.77	2.876	2.96	5.63	1.52	1.56	3.08
4	Chỉ số Quetelet	359.14	6.72	361.35	3.80	367.12	6.77	3.193	8.32	10.19	0.61	1.58	2.20
5	Phản xạ đơn (ms)	181.68	5.49	180.36	4.39	178.77	4.63	1.967	2.48	4.29	0.73	0.89	1.61
6	Phản xạ phức (ms)	232.14	1.73	231.00	1.85	229.77	2.10	2.818	2.90	5.67	0.49	0.53	1.02
7	Khả năng xử lý thông tin (bit/s)	1.40	0.08	1.43	0.07	1.64	0.08	0.278	2.59	2.83	1.64	13.97	15.60
8	Dung tích sống (lít)	4.50	0.06	4.52	0.06	4.73	0.07	0.214	2.75	2.95	0.35	4.57	4.92
9	Công năng tim (HW)	4.10	0.06	4.09	0.07	3.78	0.07	0.140	4.01	4.29	0.26	7.88	8.13
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.40	0.24	4.35	0.24	3.97	0.27	0.356	2.49	2.84	1.21	9.15	10.35
11	Chạy 1500m (s)	397.64	20.65	395.64	20.65	393.45	21.26	1.460	1.58	3.03	0.50	0.55	1.06
12	Bật xa tại chỗ (cm)	210.45	2.98	211.59	3.17	212.86	3.31	2.148	2.34	4.50	0.54	0.60	1.14
13	Lực bóp tay thuận (kg)	46.18	2.75	47.00	2.49	48.45	3.14	1.676	2.88	4.39	1.76	3.05	4.80
14	Lực bóp tay nghịch (kg)	39.41	2.52	40.50	2.43	43.45	3.12	2.301	5.88	7.99	2.73	7.04	9.76
15	Di chuyển chữ V kết hợp đâm tốc độ 20s (lần)	20.68	1.29	21.82	1.50	23.77	1.94	3.193	4.94	8.07	5.35	8.57	13.91
16	Đám 2 đích đối diện cách 2m 20s (lần)	20.86	1.32	22.09	1.66	23.41	1.66	3.335	3.39	6.92	5.71	5.79	11.50
17	Đá tổng trước vào đích 30s (lần)	20.50	1.22	21.82	1.47	23.50	1.70	3.768	4.43	8.22	6.23	7.42	13.64

18	Đá tổng sau vào đích 30s (lần)	18.45	1.10	19.10	1.26	22.09	1.82	1.969	8.00	9.99	3.44	14.52	17.94
19	Đá ngang hai đích đối diện cách 2.5m 20s (lần)	17.09	0.81	17.50	0.97	19.68	1.30	1.437	6.79	8.37	2.37	11.74	14.09
20	Di chuyển đá vòng cầu vào 2 bên cách 3m (10 đích) (s))	12.60	0.21	12.34	0.27	11.94	0.31	1.799	2.47	4.34	2.11	3.29	5.41
21	Vòng cầu quét sau 30s (lần)	19.68	1.29	20.26	1.18	23.55	1.97	1.739	8.67	10.04	2.91	14.98	17.88
22	Di chuyển chéo quét trước 30s (lần)	14.91	1.23	15.28	1.29	16.64	1.58	1.102	3.75	4.83	2.47	8.49	10.95
	$\bar{w}$										2.09	5.81	7.90

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu, chúng tôi đã lựa chọn được 22 chỉ tiêu sử dụng trong tuyển chọn nam VĐV Pencak silat lứa tuổi 14 – 15 nội dung đối kháng. Các chỉ tiêu tuyển chọn đều có nhịp tăng trưởng mạnh sau các giai đoạn huấn luyện, đồng thời qua so sánh kết quả kiểm tra cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các thời điểm kiểm tra (với $p < 0.05$) ở cả 2 lứa tuổi 14 và 15. Như vậy, các chỉ tiêu tuyển chọn nam VĐV Pencak Silat trẻ lứa tuổi 14 - 15 đã thể hiện tính chính xác của các chỉ tiêu tuyển chọn được lựa chọn.



Ảnh minh họa

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Trọng Đồng (2008), Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV nam Pencaksilat 10- 12 tuổi tỉnh Thanh hoá (giai đoạn tuyển chọn ban đầu), luận văn thạc sĩ KHGD
2. Harre-D (1996), Học thuyết Huấn luyện, (Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển dịch), NXB TĐTT, Hà Nội, tr.225.
3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), Sinh lý học TĐTT, NXB TĐTT, Hà Nội.
4. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), Y học TĐTT, NXB TĐTT, Hà Nội.
5. Bùi Trọng Khôi (2010), Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn nam vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 13-14 giai đoạn chuyên môn hóa ban đầu, luận văn thạc sĩ KHGD
6. Nguyễn Danh Hoàng Việt, Bùi Quang Hải, Vũ Chung Thủy (2009), Tuyển chọn tài năng thể thao, Nxb TĐTT, Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận án tiến sĩ của NCS. Mai Thế Lâm: “Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 14 – 15 (nội dung đối kháng)”.

Ngày nhận bài: 12/5/2021; **Ngày duyệt đăng:** 20/07/2021