

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM SINH VIÊN KARATE TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐỒNG THÁP

ThS. Trương Văn Lợi¹

Tóm tắt: Đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Karate trường Đại học Đồng Tháp qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn tests đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Karate trường Đại học Đồng Tháp, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; thể lực chuyên môn; nam sinh viên; Karate; trường Đại học Đồng Tháp

Summary: Assessing the level of specialized physical fitness for male Karate students at Dong Thap University through training phases is necessary. The research process involves selection tests to evaluate the level of specialized physical fitness for male Karate students at Dong Thap University and developing evaluation criteria for the selected tests for the research subjects.

Keywords: Development; Criteria; Specialized physical fitness; Male students; Karate; Dong Thap University.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Võ thuật, trong đó có Karate gồm hệ thống các bài tập từ dễ đến khó, từ căn bản đến phức tạp, đa dạng phong phú về nội dung cũng như phương pháp giảng dạy, rất thích hợp với thể trạng cũng như thể chất của người Việt Nam chúng ta. Với đặc điểm dễ tập luyện, không đòi hỏi cao về năng lực thể chất, phù hợp với mọi lứa tuổi, phong phú về chương trình tập luyện, dễ kết hợp tạo sự hưng phấn, thích thú cao nơi người tập, đặc biệt là học sinh – sinh viên (SV). Vì vậy, việc đưa môn võ Karate vào giảng dạy, không chỉ phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường mà còn góp phần nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại trường Đại học Đồng Tháp.

Trong những năm gần đây cũng có rất nhiều công trình khoa học nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của vận động viên các môn thể thao khác nhau trong đó tiêu biểu là các công trình của các tác giả: Bùi Huy Quang (1996); Chung Tấn Phong (2000); Nguyễn Kim Xuân (2001); ngoài ra đánh giá đã có một số tác giả nghiên cứu đánh giá trình độ thể lực VĐV Karate như: Lê Thị Hoài Phương (2002); Trần Tuấn Hiếu (2004); Nguyễn Đức Hoàng (2008); Hoàng Phương Thúy (2009), Mai Thị Bích Ngọc (2015)... Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để phát triển môn Karate ở trường Đại học Đồng Tháp và tiến hành xây dựng một lực lượng vận động viên mạnh cho Nhà trường, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: "*Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá*

trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp".

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: tham khảo tài liệu; phỏng vấn; 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 thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp.

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu chúng tôi đã lựa chọn được 08 test trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp và tiến hành phỏng vấn 15 các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên... Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 08 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp (đa số ý kiến lựa chọn các test có ý kiến tán thành đạt 70% trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 08 test ở trên để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

Để phân loại trình độ thể lực đề tài sử dụng phương pháp 2δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Kết quả phân loại được tiến hành như sau:

Giới: $> \bar{x} + 2\delta$

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp (n=15)

TT	Test đánh giá	Kết quả	
		n	%
1	Đắm tay sau 10s (lần)	14	93.3
2	Nắm chun đấm trong 15s (lần)	15	100
3	Đấm 2 đích đối diện 15s (lần)	14	93.3
4	Đá maegeri chân sau 30s (lần)	13	86.7
5	Đá mawashi chân sau 30s (lần)	14	93.3
6	Đá 2 đích đối diện 30s (lần)	15	100
7	Đá mawashi kết hợp đấm nghịch 30s (lần)	14	93.3
8	Di chuyển kết hợp đấm 2 đích 30s (lần)	13	86.7

Khá: $\bar{x} + 1\delta \rightarrow \bar{x} + 2\delta$

Trung bình: $\bar{x} - 1\delta \rightarrow \bar{x} + 1\delta$

Yếu: $\bar{x} - 2\delta \rightarrow \bar{x} - 1\delta$

Kém: $< \bar{x} \rightarrow 2\delta$

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test trình độ thể lực chuyên môn của vận động viên nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 3 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các test tại bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp (tổng số nam SV được kiểm tra là 20), thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và Chúng tôi sử dụng quy tắc 2 δ 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 thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá thể lực chuyên môn theo từng nội dung của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

Từ kết quả tìm được tại bảng 2 và 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Đắm tay sau 10s (lần)	<8.9	8.91-11.76	11.77-17.48	17.49-20.34	>20.35
2	Nắm chun đấm trong 15s (lần)	<8.84	8.85-11.87	11.88-17.93	17.94-20.96	>20.97
3	Đấm 2 đích đối diện 15s (lần)	<11.92	11.93-13	13.01-15.16	15.17-16.24	>16.25
4	Đá maegeri chân sau 30s (lần)	<24.46	24.47-25.64	25.65-28	28.01-29.18	>29.19
5	Đá mawashi chân sau 30s (lần)	<22.75	22.76-23.89	23.9-26.17	26.18-27.31	>27.32
6	Đá 2 đích đối diện 30s (lần)	<12.84	12.85-13.82	13.83-15.78	15.79-16.76	>16.77
7	Đá mawashi kết hợp đấm nghịch 30s (lần)	<16.2	16.21-17.27	17.28-19.41	19.42-20.48	>20.49
8	Di chuyển kết hợp đấm 2 đích 30s (lần)	<16.28	16.29-17.31	17.32-19.37	19.38-20.4	>20.41

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

TT	Các test kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Đấm tay sau 10s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	Nắm chun đấm trong 15s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	Đấm 2 đích đối diện 15s (lần)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
4	Đá maegeri chân sau 30s (lần)	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
5	Đá mawashi chân sau 30s (lần)	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
6	Đá 2 đích đối diện 30s (lần)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
7	Đá mawashi kết hợp đấm nghịch 30s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
8	Di chuyển kết hợp đấm 2 đích 30s (lần)	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của nam VĐV Karate trường Đại học Đồng Tháp

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 72
Khá	56 – 71
Trung bình	40 – 55
Yếu	≤ 39
Kém	≥ 24

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV trong công tác đánh giá trình độ tập luyện VĐV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 08 Test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp. Đồng thời xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam SV Karate trường Đại học Đồng Tháp

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội..
2. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
3. Trần Tuấn Hiếu, Nguyễn Dương Bắc (2001), *Giáo trình Karate*, NXB TĐTT Hà Nội..
4. Lâm Quang Thành, Bùi Trọng Toại (2002),

Tính chu kỳ trong huấn luyện sức mạnh thể thao, NXB TĐTT, Hà Nội.

5. Nguyễn Đức Văn (2002), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, trường Đại TĐTT Thành phố Hồ Chí Minh, tác giả: Trương Văn Lợi, tên đề tài: “Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy môn Karatedo ngoại khóa cho sinh viên trường Đại học Đồng Tháp”, bảo vệ năm 2014.

Ngày nhận bài: 19/9/2022; **Ngày duyệt đăng:** 28/12/2023



Ảnh minh họa (nguồn Internet)