

# THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CẦU MÂY TRẺ HÀ NỘI LỨA TUỔI 14

TS. Trần Văn Cường<sup>1</sup>; CN. Đặng Văn Tình<sup>2</sup>

**Tóm tắt:** Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của sức mạnh tốc độ (SMTĐ) trong tập luyện và thi đấu môn Cầu mây, nghiên cứu tiến hành đánh giá thực trạng sức mạnh tốc độ của nam vận động viên (VĐV) Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14. Kết quả nghiên cứu giúp cho huấn luyện viên có thể kiểm tra, đánh giá chính xác trình độ SMTĐ của VĐV để xây dựng kế hoạch chi tiết cho quá trình huấn luyện.

**Từ khóa:** Thực trạng; SMTĐ; VĐV Cầu mây; Lứa tuổi 14; Đội tuyển cầu mây trẻ Hà Nội...

**Summary:** On the basis of analyzing the meaning and importance of speed strength in practicing and competing in Sepak Takraw, the study conducted an assessment of the current status of speed strength of Hanoi young male Sepak Takraw athletes of all ages 14. Research results help coaches accurately test and evaluate athletes' strength, speed and strength to develop detailed plans for the training process.

**Keywords:** Reality; Speed power; Athletes Sepak Takraw; Age 14; Hanoi youth Sepak Takraw team...

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu mây là một trong những môn thể thao khá phổ biến tại những nước Đông Nam Á. Đây là môn thể thao giúp nâng cao sức khỏe, cải thiện thể lực. Cầu mây là một môn thể thao đòi hỏi kỹ năng cao và các kỹ thuật đặc biệt được sử dụng khi "chuyên" bóng. Trong quá trình tập luyện và thi đấu, người chơi có thể chạm vào bóng bằng chân, vai và đầu. Để giữ bóng bay trên không, các VĐV cần sử dụng các phương pháp như dùng bóng, các động tác nhào lộn khác nhau hoặc sút bóng.

Thể lực của VĐV Cầu mây bao gồm thể lực chung và thể lực chuyên môn, có ý nghĩa quan trọng trong công tác huấn luyện và thành tích thi đấu của các VĐV. Trong tập luyện và thi đấu Cầu mây, SMTĐ có vai trò đặc biệt quan trọng, nó giúp các VĐV có thể phát ra các đòn tấn công với tốc độ cao, lực tác động lớn, có sự đột biến cao; có thể thực hiện tốt các ý đồ chiến thuật của huấn luyện viên đặt ra...

Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của việc phát triển SMTĐ cho VĐV Cầu mây, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Thực trạng SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn, tọa đàm; Quan sát sự phạm và toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14

Trên cơ sở tham khảo các tài liệu chuyên môn, các tài liệu của các chuyên gia trong và ngoài nước, các công trình của các tác giả đã nghiên cứu trước đó về giảng dạy và huấn luyện chuyên môn Cầu mây. Đề tài đã thu thập được 12 test đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Để đảm bảo tính khách quan và phù hợp, đề tài tiến hành phỏng vấn 25 chuyên gia, huấn luyện viên Cầu mây để lựa chọn test. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 6 test dùng để đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14, có mức độ ưu tiên sử dụng nhiều từ 80% tổng số ý kiến trở lên ở mức quan trọng và rất quan trọng, gồm các test sau: Chạy 30m XPC (s); Bật xa tại chỗ (cm); Nhảy dây tốc độ 30s (lần); Di chuyển ngang sân

đỡ cầu 20s (lần); Di chuyển bật nhảy chắn cầu trên lưới 20s (lần); Di chuyển tấn công cầu cố định trên lưới 20s (lần).

**2.2. Thực trạng SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14**

Để tìm hiểu rõ thực trạng trình độ SMTĐ của đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành kiểm tra xếp loại SMTĐ trên 12 nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 thông qua các test đánh giá là đồng đều, thể hiện ở hệ số biến sai (Cv) của kết quả kiểm tra đều có Cv <10%.

**2.3. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu**

Nghiên cứu tiến hành phân loại từng chỉ tiêu đánh giá thể lực chuyên môn thành năm mức theo quy tắc 2: tốt, khá, trung bình, yếu, kém. Kết quả được trình bày tại bảng 3

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam VĐV cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 (n=25)**

TT	Test	Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3		Tổng điểm	%
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
1	Chạy 30m XPC (s)	21	63	4	8	0	0	71	94.67
2	Di chuyển ngang sân 20 lần (s)	8	24	7	14	10	10	48	64
3	Di chuyển chữ T (s)	6	18	8	16	11	11	41	54.67
4	Bật cao tại chỗ (cm)	5	15	9	18	12	12	45	60
5	Bật xa tại chỗ (cm)	22	66	2	4	1	1	71	94.67
6	Nhảy dây tốc độ 30s (lần)	20	60	5	10	0	0	70	93.33
7	Tâng cầu 30s (lần)	7	21	7	14	11	11	46	61.33
8	Di chuyển tấn công cầu cố định trên lưới 20s (lần)	24	72	1	2	0	0	74	98.67
9	Di chuyển ngang sân đỡ cầu 20s (lần)	25	75	0	0	0	0	75	100
10	Di chuyển bật nhảy chắn cầu trên lưới 20s (lần)	25	75	0	0	0	0	75	100
11	Tấn công cầu bằng đầu trong 20s (lần)	5	15	8	16	12	12	43	57.33
12	Phát cầu vào ô 20s (lần)	6	18	6	12	13	13	43	57.33

**Bảng 2. Thực trạng SMTĐ của nam VĐV cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14**

TT	Test	Kết quả kiểm tra	
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv(%)
1	Chạy 30m XPC (s)	4.64 ± 0.31	6.68
2	Bật xa tại chỗ (cm)	228.0 ± 10.07	4.41
3	Nhảy dây tốc độ 30s (lần)	50.16 ± 3.89	7.75
4	Di chuyển ngang sân đỡ cầu 20s (lần)	8.41 ± 0.82	9.75
5	Di chuyển bật nhảy chắn cầu trên lưới 20s (lần)	8.16 ± 0.77	9.43
6	Di chuyển tấn công cầu cố định trên lưới 20s (lần)	6.83 ± 0.63	9.22

**Bảng 3. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây lứa tuổi 14 đội tuyển trẻ Hà Nội**

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Chạy 30m XPC (s)	>5.10	5.10 - 4.84	4.83 - 4.33	4.32 - 4.06	<4.06
2	Bật xa tại chỗ (cm)	<202	202 - 212	213- 231	232- 242	>242
3	Nhảy dây tốc độ 30s (lần)	<43	43 - 47	48 - 54	55- 59	>59
4	Di chuyển ngang sân đỡ cầu 20s (lần)	<5	5-7	8-10	11-13	>13
5	Di chuyển bật nhảy chắn cầu trên lưới 20s (lần)	<5	5-7	8-10	11-13	>13
6	Di chuyển tấn công cầu cố định trên lưới 20s (lần)	<3	3-5	6-8	9-11	>11

#### 2.4. Xác định thang điểm đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu

Phân loại các chỉ tiêu đánh giá cho phép đánh giá từng chỉ tiêu cụ thể, tuy nhiên mỗi chỉ tiêu lại có đơn vị đo lường khác nhau, do đó để đánh giá tổng hợp thể lực chuyên môn thì chưa đảm bảo chính xác. Vì vậy đề tài sử dụng công thức tính điểm theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

#### 2.5. Xác định chuẩn điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của đối tượng nghiên cứu

Sau khi đã quy được tất cả kết quả các chỉ tiêu ra điểm, cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu theo 5 mức theo quy ước sau: Xếp loại tốt: 9 - 10 điểm; Xếp loại khá: 7 - <9 điểm; Xếp loại trung bình: 5 - <7 điểm; Xếp loại yếu: 3 - < 5 điểm; Xếp loại kém: < 3 điểm. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

**Bảng 4. Bảng điểm đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây lứa tuổi 14 đội tuyển trẻ Hà Nội**

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30m XPC (s)	3.93	4.06	4.19	4.32	4.45	<b>4.58</b>	4.71	4.84	4.97	5.1
2	Bật xa tại chỗ (cm)	247	242	237	232	227	<b>222</b>	217	212	207	202
3	Nhảy dây tốc độ 30s (lần)	61	59	57	55	53	<b>51</b>	49	47	45	43
4	Di chuyển ngang sân đỡ cầu 20s (lần)	14	13	12	11	10	<b>9</b>	8	7	6	5
5	Di chuyển bật nhảy chắn cầu trên lưới 20s (lần)	14	13	12	11	10	<b>9</b>	8	7	6	5
6	Di chuyển tấn công cầu cố định trên lưới 20s (lần)	12	11	10	9	8	<b>7</b>	6	5	4	3

**Bảng 5. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây lứa tuổi 14 đội tuyển trẻ Hà Nội**

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 60)
1	Tốt	$\geq 54$
2	Khá	45 - 54
3	Trung bình	35 - 44
4	Yếu	25 - 34
5	Kém	$\leq 24$

### 2.6. Thực trạng kết quả xếp loại SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14

Sau khi có kết quả kiểm tra, đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp, nghiên cứu xác định được thực trạng SMTĐ của 12 nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14, kết quả được trình bày tại bảng 6.

Qua bảng 6 cho thấy: Tỷ lệ xếp loại SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 ở mức khá và tốt là khá thấp: Loại tốt chiếm 8.3%; khá chiếm 16.7%; trong khi đó trung bình là chủ yếu chiếm 41.7%; Loại yếu kém cũng khá cao: yếu chiếm 25.0%; loại kém chiếm 8.3%. Như vậy có thể nói SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 còn thấp chưa đáp ứng được mục tiêu đặt ra.

### 3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn được 6 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cho phép sử dụng trong việc kiểm tra, đánh giá SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14. Kết quả kiểm tra cho thấy, SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 còn thấp chưa đáp ứng được mục tiêu đặt ra.

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Trường Giang (2009), *Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV nam Cầu mây trẻ lứa tuổi 12- 14*, Luận án thạc sĩ Giáo dục học, trường ĐH TDTT Bắc Ninh

**Bảng 6. Thực trạng kết quả xếp loại SMTĐ của nam VĐV Cầu mây trẻ Hà Nội lứa tuổi 14 (n=12)**

TT	Xếp loại	Kết quả	
		$m_i$	Tỷ lệ %
1	Tốt	1	8.30%
2	Khá	2	16.70%
3	Trung bình	5	41.70%
4	Yếu	3	25.00%
5	Kém	1	8.30%
<b>Tổng</b>		<b>12</b>	<b>100%</b>

2. Nguyễn Xuân Sinh (2012), *Giáo trình nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

3. Hoàng Thị Tâm (2000), *Nghiên cứu ứng dụng bài tập phát triển sức nhanh cho nữ VĐV Cầu mây lứa tuổi 13-14 Trung tâm huấn luyện và thi đấu TDTT Quảng Ninh*. Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường ĐHSP TDTT Hà Nội.

4. Nguyễn Xuân Thanh (2016) *Nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV Cầu mây trẻ 13 -15 tuổi tỉnh Đồng Nai qua hai năm tập luyện*, Luận án tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

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

**Nguồn bài báo:** Bài báo được trích dẫn từ luận văn Thạc sĩ giáo dục học: “Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập phát triển SMTĐ cho nam VĐV Cầu mây lứa tuổi 13 - 14 đội tuyển trẻ Hà Nội”, Tác giả: CN. Đặng Văn Tình. Đề tài dự kiến bảo vệ tháng 11/2023 tại trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội.

**Ngày nhận bài:** 24/8/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.