

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CẦU LÔNG LỬA TUỔI 15-16 TẠI THÀNH PHỐ HÀ NỘI

TS. Đỗ Mạnh Hưng¹; ThS. Trần Duy Khánh²

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nghiên cứu đã lựa chọn được 11 test đánh giá thể lực chuyên môn (TLCM) cho vận động viên (VĐV) Cầu lông đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cần thiết, từ đó xây dựng được tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15 - 16 tại thành phố Hà Nội.

Từ khóa: Thể lực chuyên môn; Cầu lông; Lứa tuổi 15-16; Nam vận động viên; Thành phố Hà Nội...

Summary: Using regular scientific research methods, the project has selected a system of professional physical fitness assessment tests for male badminton athletes that ensures the necessary reliability and reporting, thereby building a standard. Professional physical fitness assessment standards for male badminton athletes aged 15 - 16 in Hanoi city.

Keywords: Specialized fitness, badminton, age 15-16, male athletes, Hanoi city.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong công tác huấn luyện VĐV Cầu lông trẻ Hà Nội cho thấy, việc kiểm tra đánh trình độ TLCM của các VĐV vẫn chủ yếu dựa trên kinh nghiệm của các huấn luyện viên (HLV), các chỉ tiêu để đánh giá trình độ TLCM cho VĐV rất ít khi được sử dụng, việc kiểm tra đánh giá chỉ thông qua các giải đấu, chưa có được một hệ thống nội dung, tiêu chuẩn, một thang độ đánh giá có đầy đủ cơ sở khoa học nhằm đánh giá trình độ thể lực chung và chuyên môn cho VĐV. Vì vậy để nâng cao chất lượng đào tạo VĐV Cầu lông trẻ, cũng như giúp cho các HLV điều chỉnh nội dung, phương pháp huấn luyện, góp phần nâng cao thành tích thi đấu cho các VĐV, thì việc xây dựng các chỉ tiêu đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội là vấn đề cấp thiết trong thực tiễn đào tạo VĐV Cầu lông trẻ hiện nay.

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 TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội

Nghiên cứu tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 20 chuyên gia, các HLV đang làm công tác huấn luyện Cầu lông để lựa chọn các test đánh giá. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Qua hai lần phỏng vấn ở tất cả các nội dung đều thể hiện chỉ số $\chi^2_{tính} < \chi^2_{bảng} = 3.84$ nên sự khác biệt không có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$, vậy kết quả giữa hai lần phỏng vấn đều có sự đồng nhất ý kiến trả lời. Thông qua phỏng vấn và xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test đã lựa chọn, nghiên cứu đã lựa chọn được 11 test đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội

2.2.1. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại các test đánh giá TLCM

Thông qua kết quả kiểm tra sự phạm, đề tài tiến hành phân loại từng chỉ tiêu đánh giá TLCM thành năm mức: Tốt, khá, Trung bình, yếu, kém theo quy tắc 2 xích ma. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

2.2.2. Xây dựng bảng điểm theo các test đánh giá TLCM

Nghiên cứu sử dụng công thức tính điểm

1. Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội

2. Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TĐTT Hà Nội

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá trình độ TLMCM cho nam VĐVCầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội (n=20)

TT	Nội dung phỏng vấn	Lần 1 (n=20)		Lần 2 (n=19)		χ^2
		Σ điểm	Tỷ lệ%	Σ điểm	Tỷ lệ%	
1	Nhảy dây 1 phút (lần)	58	96.6	55	96.5	0.281
2	Bật bực đổi chân 15s (lần)	40	66.6	38	66.7	0.222
3	Ném quả Cầu lông xa (m)	60	100	57	100	0.182
4	Di chuyển ngang sân đơn 15 lần (s)	59	98.3	56	98.2	0.121
5	Di chuyển 4 góc sân 10 lần (s)	41	68.3	39	68.3	0.275
6	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	57	95	55	96.5	0.231
7	Di chuyển phối hợp lớp cầu vào ô 1 phút (lần)	39	65	37	64.9	0.178
8	Di chuyển phối hợp chém cầu vào ô 1 phút (lần)	37	61.6	35	61.4	0.128
9	Di chuyển nhật đổi cầu 6 điểm trên sân 5 lần (s)	60	100	57	100	0.182
10	Tại chỗ đập cầu liên tục 30 lần (s)	40	66.6	39	68.3	0.381
11	Bật nhảy đập cầu liên tục 20 lần (s)	58	96.6	55	96.5	0.166
12	Lên lưới bỏ nhỏ kết hợp lùi sau 3m đập cầu 30 lần (s)	60	100	57	100	0.178
13	Di chuyển đánh cầu 2 góc trên lưới 15 lần (s)	59	98.3	56	98.2	0.172
14	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 1 phút (lần)	56	93.3	53	92.9	0.217
15	Di chuyển đánh cầu tại 4 vị trí trên sân 6 lần (s)	54	90.0	52	91.2	0.269
16	Di chuyển 3 bước bật nhảy đập cầu 15s (lần)	41	68.3	39	68.4	0.156
17	Di chuyển 3 bước đánh cầu cao sâu liên tục (lần)	32	53.3	34	59.6	0.425
18	Phối hợp đập cầu dọc biên và lên lưới bỏ nhỏ chéo lưới 15 lần (s)	59	98.3	57	100	0.316

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại các test đánh giá TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội

TT	Test	Lứa tuổi	Phân loại				
			Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Nhảy dây 1 phút (lần)	15	<84	84-92	93 - 107	108 - 116	>116
		16	<92	92 - 99	100 - 115	116 - 124	>124
2	Ném quả Cầu lông xa (m)	15	<7.95	7.95 - 8.05	8.06 - 8.24	8.25 - 8.35	>8.35
		16	<8.08	8.08 - 8.17	8.18 - 8.37	8.38 - 8.48	>8.48
3	Di chuyển ngang sân đơn 15 lần (s)	15	>25.85	25.85- 24.85	24.84- 22.86	22.85- 21.85	<21.85
		16	>24.60	24.60 - 23.61	23.60 - 21.61	21.60 - 20.60	<20.60
4	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	15	>65.66	65.66-64.46	64.45 - 62.07	62.06-60.86	<60.86
		16	>64.45	64.45 - 63.25	63.24 - 60.86	60.85 - 59.65	<59.65
5	Di chuyển nhật đối cầu 6 điểm trên sân 5 lần (s)	15	>66.21	66.21-65.01	65.00 - 62.62	62.61-61.41	<61.41
		16	>64.66	64.66 - 63.46	63.45 - 61.07	61.06 - 59.86	<59.86
6	Bật nhảy đập cầu liên tục 20 lần (s)	15	>22.74	22.74-21.74	21.73 - 19.75	19.74 -18.74	<18.74
		16	>20.96	22.16 - 20.96	20.95 - 18.57	18.57 - 17.36	<17.36
7	Lên lưới bỏ nhỏ kết hợp lùi sau 3m đập cầu 30 lần (s)	15	>92.54	92.54 - 91.34	91.33-88.95	88.94 - 87.74	<87.74
		16	>91.32	91.32 - 90.12	90.11 - 87.73	87.72 - 86.52	<86.52
8	Di chuyển đánh cầu 2 góc trên lưới 15 lần (s)	15	>29.93	29.93 - 29.13	29.12 -27.54	27.53- 26.73	<26.73
		16	>28.86	28.86 - 28.06	28.05 - 26.47	26.46 - 25.66	<25.66
9	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 1 phút (lần)	15	<26	26 - 28	29 - 31	32 - 34	>34
		16	<28	28 - 30	31 - 33	34 - 36	>36
10	Di chuyển đánh cầu tại 4 vị trí trên sân 6 lần (s)	15	>44.66	44.66 - 43.46	43.45 - 41.07	41.06 - 39.86	<39.86
		16	>43.36	43.36 - 42.16	42.15 - 39.77	39.76 - 38.56	<38.56
11	Phối hợp đập cầu dọc biên và lên lưới bỏ nhỏ chéo lưới 15 lần (s)	15	>46.54	46.54 - 45.34	45.33 - 42.95	42.94 - 41.74	<41.74
		16	>45.16	45.16 - 43.96	43.95- 41.57	41.56 - 40.36	<40.36

theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

2.3. Xây dựng tiêu chuẩn điểm tổng hợp đánh giá xếp loại TLCM của nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội

Sau khi đã quy được tất cả kết quả các chỉ tiêu ra điểm, cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu theo 5 mức 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:

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá TLCM theo từng test cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15 -16 Thành phố Hà Nội

TT	Test	Lứa tuổi	Phân loại				
			Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Nhảy dây 1 phút (lần)	15	<84	84-92	93 - 107	108 - 116	>116
		16	<92	92 - 99	100 - 115	116 - 124	>124
2	Ném quả Cầu lông xa (m)	15	<7.95	7.95 - 8.05	8.06 - 8.24	8.25 - 8.35	>8.35
		16	<8.08	8.08 - 8.17	8.18 - 8.37	8.38 - 8.48	>8.48
3	Di chuyển ngang sân đơn 15 lần (s)	15	>25.85	25.85- 24.85	24.84- 22.86	22.85- 21.85	<21.85
		16	>24.60	24.60 - 23.61	23.60 - 21.61	21.60 - 20.60	<20.60
4	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	15	>65.66	65.66-64.46	64.45 - 62.07	62.06-60.86	<60.86
		16	>64.45	64.45 - 63.25	63.24 - 60.86	60.85 - 59.65	<59.65
5	Di chuyển nhật đổi cầu 6 điểm trên sân 5 lần (s)	15	>66.21	66.21-65.01	65.00 - 62.62	62.61-61.41	<61.41
		16	>64.66	64.66 - 63.46	63.45 - 61.07	61.06 - 59.86	<59.86
6	Bật nhảy đập cầu liên tục 20 lần (s)	15	>22.74	22.74-21.74	21.73 - 19.75	19.74 -18.74	<18.74
		16	>20.96	22.16 - 20.96	20.95 - 18.57	18.57 - 17.36	<17.36
7	Lên lưới bỏ nhỏ kết hợp lùi sau 3m đập cầu 30 lần (s)	15	>92.54	92.54 - 91.34	91.33-88.95	88.94 - 87.74	<87.74
		16	>91.32	91.32 - 90.12	90.11 - 87.73	87.72 - 86.52	<86.52
8	Di chuyển đánh cầu 2 góc trên lưới 15 lần (s)	15	>29.93	29.93 - 29.13	29.12 -27.54	27.53- 26.73	<26.73
		16	>28.86	28.86 - 28.06	28.05 - 26.47	26.46 - 25.66	<25.66
9	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 1 phút (lần)	15	<26	26 - 28	29 - 31	32 - 34	>34
		16	<28	28 - 30	31 - 33	34 - 36	>36
10	Di chuyển đánh cầu tại 4 vị trí trên sân 6 lần (s)	15	>44.66	44.66 - 43.46	43.45 - 41.07	41.06 - 39.86	<39.86
		16	>43.36	43.36 - 42.16	42.15 - 39.77	39.76 - 38.56	<38.56
11	Phối hợp đập cầu dọc biên và lên lưới bỏ nhỏ chéo lưới 15 lần (s)	15	>46.54	46.54 - 45.34	45.33 - 42.95	42.94 - 41.74	<41.74
		16	>45.16	45.16 - 43.96	43.95- 41.57	41.56 - 40.36	<40.36

Bảng 4. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 110)
1	Tốt	≥ 99
2	Khá	77- 98
3	Trung bình	55 - 76
4	Yếu	33 - 54
5	Kém	< 33

< 3 điểm. Kết quả được trình bày tại bảng 4

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu TLCM. Kết quả nghiên cứu giúp cho HLV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác khả năng TLCM của VĐV

3. KẾT LUẬN

Thông qua đã xác định được 11 test đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu đảm bảo độ tin cậy, tính thông báo ở ngưỡng thống kê cần thiết. Xây dựng được tiêu chuẩn đánh giá, cho phép đánh giá thuận tiện - chính xác và khách quan các chỉ tiêu đánh giá trình độ TLCM của nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic.I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT HN.

2. Nguyễn Hạc Thuý, Nguyễn Quý Bình (2000), *Huấn luyện thể lực cho VĐV Cầu lông*, Nxb TDTT, Hà Nội

3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thông kê trong TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ kết quả luận văn thạc sĩ giáo dục học: “Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Cầu lông lứa tuổi 15-16 tại thành phố Hà Nội”. Tác giả: ThS. Trần Duy Khánh, bảo vệ 8/2022 tại trường ĐHSPT Hà Nội.

Ngày nhận bài: 29/8/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.



Ảnh minh họa (Nguồn: Internet)