

ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC BỀN TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN CHẠY 100M ĐỘI TUYỂN ĐIỀN KINH TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ - KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP

ThS. Nguyễn Tiên Trung¹; ThS. Trần Mạnh Huân¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường qui, dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn, kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 3 test đánh giá trình độ sức bền tốc độ (SBTĐ) cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp (ĐHKT - KTCN), đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá SBTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Thông qua đó đánh giá được thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN.

Từ khóa: Sức bền tốc độ, chạy 100m, đội tuyển Điền kinh, Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp.

Summary: Using standard scientific research methods and based on theoretical and practical foundations, our study has selected 3 tests to assess the endurance speed level for male 100m runners on the Track and Field team at the University of Economics and Technology. Additionally, we have developed classification standards and a comprehensive scoring table to evaluate endurance speed for the research subjects. Through this, we have assessed the current endurance speed level of male 100m runners on the Track and Field team at the University of Economics and Technology.

Keywords: Endurance speed, 100m run, Track and Field team, University of Economics and Technology.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Để phát triển các tố chất thể lực nhằm nâng cao thành tích chạy 100m chúng ta cần đánh giá trình độ SBTĐ ở mỗi giai đoạn huấn luyện của. Qua quan sát, thực tế giảng dạy và huấn luyện nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN cho thấy, thể lực của sinh viên còn yếu, đặc biệt là SBTĐ của sinh viên thể hiện qua việc tập luyện và thành tích tại các giải đấu. Tuy nhiên, hiện nay ĐHKT - KTCN chưa chuẩn hóa được các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện và đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ của nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh. Điều này gây khó khăn cho các giảng viên, huấn luyện viên trong quá trình giảng dạy và huấn luyện.

Vấn đề nghiên cứu về môn Điền kinh đã được nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu như: Nguyễn Duy Quyết (2012), Nguyễn Thành Long (2015), Vũ Quỳnh Như (2017), Nguyễn Trọng Hồ (2088), Nguyễn Đăng Trường (2022).... Song chưa có công trình nào đi sâu

nghiên cứu đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN.

Chính vì vậy, việc nghiên cứu đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN được xác định là vấn đề mang tính cấp thiết.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp gồm: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN

2.1.1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test

Thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan và quan sát sự phạm, chúng tôi đã lựa chọn được 3 test đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN. Trên cơ sở đó, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 20 chuyên gia,

huấn luyện viên, giảng viên và giáo viên đang trực tiếp giảng dạy môn Điền kinh ở các trường, các trung tâm Thể dục thể thao (TĐTT). Quy định chỉ lựa chọn những test có kết quả phỏng vấn đạt tổng điểm từ 42 điểm trở lên (tương đương với 75 % tổng điểm tối đa có thể đạt được). Kết quả lựa chọn được 3 test gồm:

- Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)
- Chạy 100m xuất phát thấp (XPT) (s)
- Chạy 150 xuất phát cao (XPC) (s)

2.1.2. Xác định tính thông báo của các test

Để xác định được tính thông báo của 03 test đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành tìm hệ số tương quan thứ bậc giữa kết quả lập test của 03 test trên với kết quả thi đấu. Kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 03 test đảm bảo có mối tương quan chặt với thành tích thi đấu. Hệ số tương quan r từ 0.81 đến 0.84 đảm bảo tính thông báo sử dụng.

2.1.3. Xác định độ tin cậy của các test

Để xác định độ tin cậy của các test, chúng tôi sử dụng phương pháp retest (xác định hệ số tương quan giữa 2 lần lập test). Thời gian giữa 2 lần kiểm tra cách nhau 1 tuần, đối tượng và các điều kiện của hai lần lập test đều như nhau.

Kết quả thu được trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Cả 03 test đã qua kiểm tra tính thông báo trên đối tượng nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN đều có hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức rất cao với $r > 0.8$ với $P < 0.05$, đủ độ tin cậy để sử dụng đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

2.2.1. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại các test đánh giá SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

Để xây dựng tiêu chuẩn phân loại SBTĐ cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi sử dụng quy tắc $\pm 2\sigma$. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Trên cơ sở kết quả ở bảng 3, có thể phân loại được SBTĐ của sinh viên theo các mức theo quy trình gồm 2 bước sau:

- 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.

Bảng 1. Tính thông báo của các test đánh giá SBTĐ với thành tích thi đấu của nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

TT	Các test kiểm tra	r	p
1	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	0.83	<0.05
2	Chạy 150m xuất phát cao (s)	0.81	<0.05
3	Chạy 100m XPT (s)	0.84	<0.05

Bảng 2. Độ tin cậy của các test đánh giá SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN (n=16)

TT	Các test kiểm tra	Lần 1		Lần 2		r	P
		x	$\pm\delta$	x	$\pm\delta$		
1	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	2.66	0.15	2.67	0.17	0.85	< 0.05
2	Chạy 100m XPT (s)	12.48	0.31	12.52	0.32	0.86	< 0.05
3	Chạy 150 XPC (s)	19.18	0.45	19.16	0.41	0.88	< 0.05

2.2.2. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

Chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN) theo thang độ C (thang điểm 10). Kết quả được trình bày ở bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy, bảng điểm quy đổi rất thuận tiện cho việc đánh giá SBTĐ của đối tượng nghiên cứu ở từng test theo điểm 10.

2.2.3. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

Qua bảng 2 và 3, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy, có thể căn cứ vào tổng điểm đạt được ở các test đánh giá SBTĐ cho

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1.	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	>2.96	2.95-2.81	2.8-2.51	2.5-2.36	<2.35
2.	Chạy 100m XPT (s)	>13.1	13.09-12.79	12.78-12.17	12.16-11.86	<11.85
3.	Chạy 150 XPC (s)	>20.08	20.07-19.63	19.62-18.73	18.72-18.28	<18.27

Bảng 4. Bảng điểm đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

TT	Các test kiểm tra	Điểm đánh giá									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Thời gian chạy 20m cuối cự ly 100m (s)	2.96	2.89	2.81	2.74	2.66	2.59	2.51	2.44	2.36	2.29
2.	Chạy 100m XPT (s)	13.10	12.95	12.79	12.64	12.48	12.33	12.17	12.02	11.86	11.71
3.	Chạy 150 XPC (s)	20.08	19.86	19.63	19.41	19.18	18.96	18.73	18.51	18.28	18.06

Bảng 5. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN

TT	Phân loại	Mức điểm
1.	Tốt	≥ 27
2.	Khá	21 – 26
3.	Trung bình	12 – 20
4.	Yếu	9– 11
5.	Kém	≤ 8

Bảng 6. Thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN (n=16)

TT	Phân loại	n	Tỷ lệ %
1	Tốt	1	6.25
2	Khá	3	18.75
3	Trung bình	8	50.00
4	Yếu	4	25.00
5	Kém	0	0
Tổng		16	100

nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN để đối chiếu với các mức phân loại SBTĐ.

2.3. Đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN

Đề tài đã sử dụng thang điểm và tiêu chuẩn đã xây dựng để đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Qua bảng 6 cho thấy: Thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN cho thấy: Có 1 nam sinh viên đạt tổng điểm xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 6.25%; Có 3 nam sinh viên đạt tổng điểm xếp loại khá chiếm tỷ lệ 18.75%; Có 8 nam sinh viên xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 50.00%; Tỷ lệ nam sinh viên xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 25.0%. Điều này cho thấy tiêu chuẩn SBTĐ được xây dựng đã đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 3 test và xây dựng được bảng phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN.

Thực trạng trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh của trường ĐHKT - KTCN cho thấy: Xếp xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 6.25%; Có 3 nam sinh viên đạt tổng điểm xếp loại khá chiếm tỷ lệ 18.75%; Có 8 nam

sinh viên xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 50.00%; Tỷ lệ nam sinh viên xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 25.0%. Như vậy tiêu chuẩn SBTĐ được xây dựng đã đánh giá trình độ SBTĐ cho nam sinh viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐHKT - KTCN.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội..
2. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2000), *Điền kinh*, Nxb TDTT, Hà Nội
3. Đàm Quốc Chính (2000), *Nghiên cứu khả năng phù hợp tập luyện (dưới góc độ sự phạm) nhằm góp phần nâng cao hiệu quả tuyển chọn và dự báo thành tích của VĐV trẻ chạy 100m ở Việt Nam*, Luận án tiến sĩ, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đăng Trường (2022), *Nghiên cứu ứng dụng bài tập phát triển sức bền cho nam vận động viên Điền kinh cự ly trung bình lứa tuổi 16-17 Bộ Công an*, Luận án tiến sĩ, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Văn (2002), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả đề tài cấp cơ sở, trường ĐHKT – KTCN, tên đề tài: "Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển SBTĐ cho nam VĐV chạy cự ly 100m đội tuyển Điền kinh trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp", chủ nhiệm ThS. Nguyễn Đức Toàn, tham gia nghiên cứu: ThS. Nguyễn Tiến Trung, ThS. Trần Mạnh Huân, năm 2018.

Ngày nhận bài: 23/8/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023