

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG BÀN ĐẠI HỌC BÁCH KHOA HÀ NỘI

TS. Nguyễn Trọng Tài¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ (SMTĐ) cho nam sinh viên Câu lạc bộ (CLB) Bóng bàn Đại học Bách Khoa Hà Nội (ĐHBKHN). Thông qua đó đánh giá được thực trạng SMTĐ của đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Sức mạnh tốc độ, Bóng bàn, Đại học Bách Khoa Hà Nội.

Summary: Using standard scientific research methods, the study has identified 5 tests and established criteria for assessing strength and speed for male members of the Table Tennis Club at the Hanoi University of Science and Technology. Through this, the study has evaluated the current status of strength and speed for the research subjects.

Keywords: Strength and speed, Table Tennis, Hanoi University of Science and Technology.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức mạnh tốc độ là tố chất thể lực đặc biệt quan trọng trong thi đấu Bóng bàn, muốn đánh bóng nhanh, mạnh thì phải nâng cao tốc độ lăng tay, lực đánh bóng lớn trong thời gian ngắn, SMTĐ tốt sẽ sử dụng kỹ thuật xử lý tình huống một cách chính xác và linh hoạt. Để đáp ứng lối chơi của Bóng bàn ngày nay thì hoàn thiện tố chất SMTĐ là việc rất cần thiết.

Vấn đề nghiên cứu về Bóng bàn cho sinh viên và vận động viên đã được các tác giả quan tâm nghiên cứu như: Nguyễn Danh Hoàng Việt (2004); Nguyễn Văn Khánh (2004); Nguyễn Thị Thanh Hải (2005); Nguyễn Đức Tuấn (2007); Nguyễn Ngọc Tiến (2007)... Song vẫn chưa có công trình nào đi sâu nghiên cứu đánh giá thực trạng SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN.

Trên cơ sở tầm quan trọng của vấn đề, nhằm góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy và huấn luyện nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: “Đánh giá thực trạng SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN”.

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 SMTĐ của nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

Qua tổng hợp các tài liệu có liên quan tới huấn luyện Bóng bàn nói chung, các tài liệu liên quan đến kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện VĐV, sinh viên... qua quan sát các buổi tập, các buổi kiểm tra định kỳ cũng như các buổi tuyển chọn sinh viên tại các khóa cho CLB bóng bàn... nghiên cứu thu thập được 9 test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN. Trên cơ sở đó, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 15 trong đã có 7 HLV và chuyên gia chiếm 46.66%; 5 trọng tài chiếm 33.33%; 02 giáo viên chiếm 13.33% và 01 cán bộ quản lý môn Bóng bàn chiếm 6.66%, với quy ước những test đạt từ 70% tổng điểm tối đa trở lên sẽ được lựa chọn. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả tại bảng 1, chúng tôi đã lựa chọn được 5 test (là các test in đậm tại bảng 1) để đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN.

Qua xác định độ tin cậy và tính thông báo cả các test, cả 5 test này đều đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cần thiết.

Từ những kết quả trên, đã lựa chọn được 5 test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN, đó là: Nắm sấp chống đẩy 20s (lần); Di chuyển ngang 3m nhặt bóng 21 quả (s); Di chuyển giật bóng 1/2 bàn 20s (quả); Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả); Giật

Bảng 1. Nghiên cứu mức độ ưu tiên sử dụng test đánh giá SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN (n = 15)

TT	Nội dung	Kết quả phỏng vấn			
		Rất quan trọng (3 điểm)	Quan trọng (2 điểm)	Không quan trọng (1 điểm)	Tổng điểm
1	Chạy 30m XPC (s)	3	5	7	26
2	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần)	8	6	1	37
3	Nhảy dây 20s (lần)	6	4	5	31
4	Di chuyển ngang 3m nhặt bóng 21 quả (s)	12	3	0	42
5	Di chuyển giặt bóng 1/2 bàn 20s (quả)	13	2	0	43
6	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	12	3	0	42
7	Di chuyển ngang 3m nhặt bóng 30 quả (s)	4	7	4	30
8	Giặt bóng thuận tay xoáy lên 1/4 bàn 20s (quả)	6	5	4	32
9	Giặt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	13	2	0	43

bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

2.2.1. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

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

Qua bảng 2 cho thấy: Có thể phân loại được SMTĐ của học 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.

2.2.2. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

Tiếp theo, để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN, chúng tôi quy đổi kết quả lập test sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (thang điểm 10). Kết quả tính toán được

trình bày ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Bảng điểm quy đổi rất thuận tiện cho việc đánh giá SMTĐ của đối tượng nghiên cứu ở từng test theo điểm 10.

2.2.3. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

Qua bảng 2 và 3, đề tài tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Có thể căn cứ vào tổng điểm đạt được ở các test đánh giá SMTĐ của nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN để đối chiếu với các mức phân loại SMTĐ.

2.3. Đánh giá thực trạng SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN

Đánh giá thực trạng SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy kết quả kiểm tra trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn

**Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại các test đánh giá SMTĐ
cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN**

TT	Nội dung kiểm tra	Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần).	<28.39	28.4-30.55	30.56-34.87	34.88-37.03	>37.04
2	Di chuyển ngang 3m nhật bóng 21 quả (s).	>53.32	53.31-49.91	49.9-43.09	43.08-39.68	<39.67
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả).	<17.7	17.71-19.02	19.03-21.66	21.67-22.98	>22.99
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	<16.5	16.51-17.91	17.92-20.73	20.74-22.14	>22.15
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	<16.67	16.68-18.01	18.02-20.69	20.7-22.03	>22.04

**Bảng 3. Bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ
cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN**

TT	Nội dung kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần).	28	29	31	32	33	34	35	36	37	38
2	Di chuyển ngang 3m nhật bóng 21 quả (s).	53.32	51.6 2	49.9 1	48.2 1	46.50	44.80	43.09	41.39	39.68	37.98
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả).	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

**Bảng 4. Tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ
cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN**

TT	Nội dung kiểm tra	Giỏi		Khá		Trung bình		Yếu		Kém	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần).	4	22.22	4	22.22	10	55.56	0	0.00	0	0.00
2	Di chuyển ngang 3m nhật bóng 21 quả (s).	2	11.11	5	27.78	10	55.56	1	5.56	0	0.00
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả).	3	16.67	4	22.22	11	61.11	0	0.00	0	0.00
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	4	22.22	3	16.67	10	55.56	1	5.56	0	0.00
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	3	16.67	4	22.22	9	50.00	2	11.11	0	0.00

Bảng 5. Thực trạng SMTĐ của nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN (n=18)

TT	Phân loại	Mức điểm
1	Tốt	≥ 45
2	Khá	35 – 44
3	Trung bình	25 – 34
4	Yếu	20 – 24
5	Kém	≤ 19

ĐHBKHN như sau: Loại giỏi, tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt tại các test chiếm ở mức 11.11% đến 22.22%; Loại khá, tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt tại các test chiếm ở mức 16.67% đến 27.78%; Loại trung bình, tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt tại các test chiếm ở mức 50.00% đến 61.11%; Loại yếu, tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt tại các test chiếm ở mức 5.56% đến 11.11%; Không có sinh viên có kết quả kiểm tra ở mức kém.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test và xây dựng được tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN. Đây là cơ sở khoa học quan trọng giúp các giảng viên, huấn luyện viên điều chỉnh hợp lý nội dung và lượng vận động huấn luyện.

Thực trạng trình độ SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN chủ yếu đạt loại trung bình từ: 50.00% đến 61.11%; Tỷ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra loại khá, giỏi đạt thấp và không có loại kém.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Lê Thiết Can (1997), *Nghiên cứu và ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển tố chất thể lực trong quá trình huấn luyện VĐV bóng bàn nam 13-14 tuổi*, Luận án tiến sĩ, Viện KHTĐTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Danh Thái (1994), *Giáo trình giảng dạy bóng bàn cho học viên cao học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Danh Thái, Vũ Thành Sơn (1999), *Bóng bàn*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

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

6. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Nguồn bài báo lấy từ kết quả đề tài: “Nghiên cứu bài tập phát triển SMTĐ cho nam sinh viên CLB Bóng bàn ĐHBKHN”; “Nghiên cứu này được tài trợ bởi Đại học Bách khoa Hà Nội (HUST) trong đề tài mã số T2022–XH–003”, Chủ nhiệm đề tài: Nguyễn Trọng Tài, đề tài dự kiến bảo vệ tại ĐHBKHN năm 2023.

Ngày nhận bài: 26/8/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.



Ảnh minh họa (Nguồn: Internet)