

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NỮ VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ TRƯỜNG ĐẠI HỌC XÂY DỰNG HÀ NỘI

ThS. Đào Đoàn Dũng¹; ThS. Nguyễn Công Huy²

Tóm tắt: Dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn, cùng với các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong lĩnh vực TDTT, kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn (TLCM) cho nữ vận động viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Xây dựng Hà Nội (ĐHXDHN), đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu. Trên cơ sở đó đánh giá được thực trạng trình độ TLCM của nữ vận động viên đội tuyển Bóng rổ trường Đại học Xây dựng Hà Nội.

Từ khóa: tiêu chuẩn, thể lực chuyên môn, nữ vận động viên, đội tuyển Bóng rổ, Trường Đại học Xây dựng Hà Nội...

Summary: Based on theoretical foundations and practical experience, along with conventional scientific research methods in the field of Physical Education and Sports, the research results have identified 5 tests to assess the level of specialized physical fitness (SPF) for female basketball players of the Hanoi University of Construction (HUC). Simultaneously, standards for classification and a comprehensive scoring table for assessing SPF have been developed for the research subjects. Subsequently, the current situation of SPF levels among female basketball players of HUC has been evaluated.

Keywords: standards, specialized physical fitness, female athletes, basketball team, Hanoi University of Construction

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đội tuyển Bóng rổ nữ của trường ĐHXDHN trong những năm qua đã có những thành tích nhất định tại giải sinh viên các trường đại học khu vực Hà Nội. Nhưng trước đòi hỏi ngày càng cao của công tác huấn luyện và qua thực tế thi đấu chúng tôi nhận thấy TLCM là yếu tố quyết định để đội tuyển có thể vào sâu giải được hay không? Bởi chiến thuật thiên biến và đa dạng như hiện nay cùng với trình độ kỹ thuật ngày một đồng đều giữa các đội như hiện nay, cũng như yêu cầu ngày một cao của các giải đấu. Trong quá trình huấn luyện và chỉ đạo thi đấu ban huấn luyện đã có biện pháp phát triển TLCM cho nữ VĐV bóng rổ ĐHXDHN nhưng vấn đề TLCM của đội nữ bóng rổ trường vẫn là hạn chế lớn nhất.

Vấn đề nghiên cứu về môn Bóng rổ đã được rất nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu như: Nguyễn Văn Toàn (2006), Nguyễn Đức Toàn (2008), Lê Anh Vinh, Nguyễn Hải Dương (2009), Phạm Văn Thắng (2011), Nguyễn Trọng Quang (2014)... Tuy nhiên, qua tìm hiểu các tài liệu, chưa có công trình nào đi sâu nghiên cứu, xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN.

Chính vì vậy, việc nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội

tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN 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.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Để xác định một cách khoa học, khách quan và chính xác các test đánh giá TLCM cho nữ VĐV đội tuyển bóng rổ nữ Trường ĐHXDHN, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 20 huấn luyện viên, giảng viên khoa GDTC-QP Trường ĐHXDHN và các trường Đại học khu vực Hà nội, các test đạt từ 70% tổng điểm tối đa trở lên sẽ được lựa chọn. Đồng thời xác định độ tin cậy và tính thông báo cả các test chúng tôi đã lựa chọn được 5 test đánh giá trình độ TLCM của nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 đã lựa chọn được 05 test dùng để đánh giá TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ nữ trường ĐHXDHN, gồm:

- *Bật cao với bảng (cm)*
- *Bật xa 2x28m (Bật cóc) (s)*
- *Cooper test (m)*
- *Chạy dẫn bóng luôn cọc hình số 8 lên rổ 5 quả (s)*
- *Tại chỗ ném rổ 2 phút (quả)*

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Để xây dựng tiêu chuẩn phân loại TLCM cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi tiến hành lập test và

phân loại TLCM trên 16 Nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN theo quy tắc 2 σ . Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua kết quả ở bảng 2, có thể phân loại được TLCM của Nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN 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.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Tiếp theo, để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN, chúng tôi quy đổi kết quả lập test sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C. 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 TLCM của đối tượng nghiên cứu ở từng test theo điểm 10.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Qua bảng 2 và 3, nghiên cứu tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN (n=20)

TT	Các test kiểm tra	Kết quả lựa chọn			
		Lựa chọn		Không lựa chọn	
		n	%	n	%
1	Chạy tốc độ cao 5 lần x 28m(s)	12	60.0	8	40.0
2	Chạy dẫn bóng luôn cọc hình số 8 lên rổ 5 quả (s)	18	90.0	2	10.0
3	Chạy 3000m(s)	10	50.0	10	50.0
4	Bật xa 2x28m (Bật cóc) (s)	19	95.0	1	5.0
5	Cooper test (m)	18	90.0	2	10.0
6	Bật cao với bảng (cm)	19	95.0	1	5.0
7	Ném rổ tại vạch phạt 30 quả (số quả vào rổ)	11	55.0	9	45.0
8	Tại chỗ ném rổ 2 phút (quả)	19	95.0	1	5.0
9	Ném bóng rổ bằng tay thuận (m)	12	60.0	8	40.0
10	Nhảy ném rổ liên tiếp dưới rổ 30s	11	55.0	9	45.0

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại TLMCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Bật cao với bảng(cm)	<32.39	32.4-36.67	36.68-45.23	45.24-49.51	>49.52
2	Bật xa 2x28m (Bật cóc) (s)	>62.74	62.73-59.33	59.32-52.51	52.5-49.1	<49.09
3	Cooper test (m)	<1987	1987.01-2077	2077.01-2257	2257.01-2347	>2347.01
4	Chạy dẫn bóng luân cộc hình số 8 lên rổ 5 quả (s)	>22.93	22.92-21.39	21.38-18.31	18.3-16.77	<16.76
5	Tại chỗ ném rổ 2 phút (quả)	<6	6.01-7.5	7.51-10.5	10.51-12	>12.01

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá trình độ TLMCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

TT	Các test kiểm tra	Điểm đánh giá									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Bật cao với bảng(cm)	32	35	37	39	41	43	45	47	50	52
2	Bật xa 2x28m (Bật cóc) (s)	62.74	61.04	59.33	57.63	55.92	54.22	52.51	50.81	49.10	47.40
3	Cooper test (m)	1987	2032	2077	2122	2167	2212	2257	2302	2347	2392
4	Chạy dẫn bóng luân cộc hình số 8 lên rổ 5 quả (s)	22.93	22.16	21.39	20.62	19.85	19.08	18.31	17.54	16.77	16.00
5	Tại chỗ ném rổ 2 phút (quả)	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

TT	Xếp loại	Tổng điểm đạt được
1	Tốt	Từ 41 đến 50 điểm
2	Khá	Từ 31 đến 40 điểm
3	Trung bình	Từ 21 đến 30 điểm
4	Yếu	Từ 11 đến 20 điểm
5	Kém	Từ 0 đến 10 điểm

Qua bảng 4 cho thấy, có thể căn cứ vào tổng điểm đạt được ở các test đánh giá TLCM của Nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN để đối chiếu với các mức phân loại TLCM.

2.5. Đánh giá thực trạng trình độ TLCM của nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN

Đánh giá thực trạng trình độ TLCM của nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Tỷ lệ đạt xếp loại TLCM tốt và khá chiếm tỷ lệ rất thấp: Loại tốt chiếm 5%, loại khá chiếm 20%, trong khi đó loại trung bình và yếu chiếm tỷ lệ rất cao 75%. Như vậy có thể nói TLCM của đội tuyển bóng rổ nữ Trường ĐHXDHN là chưa tốt. Điều này cho thấy tiêu chuẩn TLCM được xây dựng đã đánh giá trình độ TLCM của nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN.

Bảng 5. Thực trạng TLCM của VĐV đội tuyển bóng rổ Trường ĐHXDHN (n = 20)

TT	Xếp loại	n	Tỷ lệ %
1	Tốt	1	5
2	Khá	4	20
3	Trung bình	13	65
4	Yếu	2	10
5	Kém	0	0

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test và xây dựng được bảng phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN.

Thực trạng trình độ TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN cho thấy: Tỷ lệ đạt xếp loại TLCM tốt và khá chiếm tỷ lệ rất thấp: Loại tốt chiếm 5%, loại khá chiếm 20%, trong khi đó loại trung bình và yếu chiếm tỷ lệ rất cao 75%. Như vậy tiêu chuẩn TLCM được xây dựng đã đánh giá trình độ TLCM của nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN.

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 (1991), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT Hà Nội.
3. Hiệp hội HLV Bóng rổ thế giới (2001), *Huấn luyện bóng rổ hiện đại*, Dịch: Hữu Hiền, NXB TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NXB TDTT

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả nghiên cứu cấp cơ sở trường Đại học Xây dựng, chủ nhiệm: ThS. Nguyễn Công Huy, tên nghiên cứu: “Nghiên cứu bài tập phát triển TLCM cho nữ VĐV đội tuyển Bóng rổ trường ĐHXDHN”. Năm 2018.

Ngày nhận bài: 12/9/2023; **Ngày duyệt đăng:** 26/11/2023



Ảnh minh họa (nguồn Internet)