

TIÊU CHUẨN TUYỂN CHỌN BAN ĐẦU VĐV ĐIỀN KINH CỰ LY TRUNG BÌNH - DÀI KHU VỰC MIỀN TRUNG - TÂY NGUYÊN

TS. Phạm Quang Thảo¹, ThS. Nguyễn Đức Tuấn²

¹*Trường Đại học TDTT Đà Nẵng*

²*Phân hiệu Đại học Đà Nẵng tại Kon Tum*

Tóm tắt: Những năm gần đây, hầu hết các vận động viên (VĐV) đạt thành tích cao ở các môn thể thao đang lần lượt “tù giã vũ đài” và để lại một khoảng trống lớn, trong khi lực lượng VĐV trẻ còn quá mỏng manh và thiếu đồng bộ. Ngành Thể dục thể thao (TDTT) đang đứng trước một thực tế là phải nhanh chóng tìm kiếm và đào tạo ra những VĐV tài năng nhằm đáp ứng kịp thời nhu cầu hội nhập quốc tế ngày càng mở rộng (trước hết là khu vực Đông Nam Á). Do đó, công tác tuyển chọn và đào tạo các tài năng thể thao đang trở thành một nhu cầu cấp thiết.

Từ khóa: Tiêu chuẩn; vận động viên; tuyển chọn.

Abstract: In recent years, most of the athletes making outstanding achievements in sports are, respectively, “leave the games” and left a big gap, while the young athletes forces are too delicate and inconsistencies. Sports sectors is facing the fact that they must quickly find and train talented athletes to meet the needs of international exchanges expanded (firstly in South East Asia area). Therefore, the selection and training of sports talent is becoming an urgent demand.

Keywords: Standard; athletes; selection.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong công tác đào tạo VĐV thể thao tài năng trước tiên cần phải tiến hành quá trình tuyển chọn VĐV thành tích cao một cách nghiêm ngặt, chặt chẽ và khoa học. Để phát hiện tài năng thể thao, người ta dựa vào khoa học tuyển chọn, quan sát thi đấu và kinh nghiệm của huấn luyện viên (HLV). Hiện nay đối với chúng ta việc đào tạo được đội ngũ những VĐV có thành tích xuất sắc ngang tầm với khu vực và châu lục là rất khó khăn, không chỉ đòi hỏi thời gian nhiều năm mà còn phải có sự giúp đỡ, hỗ trợ rất lớn của nhiều cơ quan, các nhà khoa học, đội ngũ HLV cũng như sự quan tâm của các nhà quản lý các cấp... Song trước tiên vẫn thuộc về các nhà chuyên môn trong lĩnh vực thể thao để tuyển chọn và đào tạo ban đầu những tài năng thể thao tương lai ở độ tuổi thiếu niên, nhi đồng. Với tầm quan trọng của công tác tuyển chọn VĐV Điền kinh có tính

khoa học chúng tôi tiến hành nghiên cứu bài viết: “*Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu vận động viên Điền kinh cự ly trung bình - dài tại khu vực miền Trung - Tây Nguyên*”.

Trong quá trình nghiên cứu, bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu có liên quan; Phương pháp chuyên gia; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp kiểm tra y học; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu VĐV Điền kinh cự ly trung bình - dài tại khu vực miền Trung - Tây Nguyên

Sau khi thống kê được các chỉ tiêu tuyển chọn, thông qua phỏng vấn đánh giá tầm quan trọng của các mặt, các phương pháp sử dụng

trong tuyển chọn, chúng tôi tiếp tục tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi đối với các đối tượng phỏng vấn nhằm thu được các chỉ tiêu tuyển chọn. Kết quả thu được cho thấy: Các chỉ tiêu được các chuyên gia đánh giá là quan trọng

trong tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình - dài có độ tin cậy và tính thông báo cao, thỏa mãn yêu cầu của đo lường thể thao.

Bảng 1. Tính thông báo và độ tin cậy của các test trên đối tượng nghiên cứu ($n = 60$)

TT	Test	r_{tc}	r_{tt}
1	Chạy 30 m XPC (s)	0,873	0,866
2	Chạy 60 m XPT(s)	0,831	0,865
3	Chạy 600 m (s)	0,826	0,837
4	Chạy 800 m (s)	0,820	0,778
5	Bật xa tại chỗ(cm)	0,813	0,862
6	Bật xa 3 bước (m)	0,801	0,849
7	Bật xa 10 bước (m)	0,822	0,758
8	Test cooper (m)	0,838	0,842
9	Chỉ số DTS/cân nặng (ml/kg)	0,821	0,825
10	Chiều cao đứng (cm)	0,922	0,940
11	Chỉ số Quetelete (g/cm)	0,843	0,871
12	Chỉ số công năng tim	0,851	0,860
13	Dài chân A/ cao (%)	0,905	0,912

Qua Bảng 1 cho thấy: Những chỉ tiêu đảm bảo độ tin cậy đều có tính thông báo cao. 15 chỉ số đều đạt hệ số tương quan r từ 0,758 đến 0,940 ở ngưỡng xác suất $p \leq 0,05$ thỏa mãn yêu cầu của đo lường thể thao.

Tóm lại, qua phỏng vấn xác định độ tin cậy và tính thông báo, bài viết đã lựa chọn được 13 test sử dụng trong tuyển chọn ban đầu VĐV Điền kinh cự ly trung bình - dài thỏa mãn yêu cầu của đo lường thể thao.

2. Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu VĐV Điền kinh cự ly trung bình - dài tại khu vực miền Trung - Tây Nguyên

Để phục vụ quá trình tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài thì xây dựng tiêu chuẩn đánh giá là biện pháp quan trọng để HLV và VĐV có căn cứ đánh giá năng

lực bản thân và trên cơ sở đó điều khiển, điều chỉnh quá trình tuyển chọn nhằm đạt hiệu quả cao trong quá trình huấn luyện và đào tạo VĐV.

Sử dụng phương pháp 2 δ để có thể tiến hành phân loại cho từng chỉ tiêu của các lứa tuổi. Đồng thời, tùy các bảng xếp loại chỉ tiêu khá ưu việt cho phép đánh giá từng chỉ tiêu cụ thể, như khi đánh giá tổng hợp thì các bảng xếp loại đó còn bị hạn chế bởi mỗi chỉ tiêu có đơn vị đo lường khác nhau (độ dài, tần số, thời gian...). Để giải quyết vấn đề đó chúng tôi đã quy đổi theo đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C: $C = 5 + 2Z$ (từ 1 đến 10 điểm). riêng đối với phép tính thời gian thì đổi dấu công thức:

$C = 5 - 2Z$ hoặc đổi giá trị $+\delta$ thành $-\delta$. Kết quả được trình bày cụ thể ở Bảng 2 đến Bảng 5.

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại các chỉ tiêu tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài (lứa tuổi 11)

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30m TĐC (s)	$\leq 3,95$	4,15 - 3,96	4,35 - 4,14	4,36 - 4,55	$> 4,55$
2	Chạy 60m XPT(s)	$\leq 9,70$	9,90 - 9,71	10,10 - 9,91	10,11 - 10,30	$> 10,30$
3	Chạy 600m (ph,s)	$\leq 2,02$	2,06 - 2,03	2,07 - 2,10	2,11 - 2,14	$> 2,14$
4	Chạy 800m (ph,s)	$\leq 2,42$	2,46 - 2,43	2,47 - 2,50	2,51 - 2,54	$> 2,54$
5	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 180	170 - 179	160 - 169	150 - 159	< 150
6	Bật xa 3 bước (m)	$\geq 5,75$	5,65 - 5,74	5,55 - 5,64	5,45 - 5,54	$< 5,45$
7	Test cooper (m)	≥ 2579	2459 - 2578	2339 - 2458	2219 - 2338	< 2219
8	Chỉ số DTS/ cân nặng (ml/kg)	$\geq 73,57$	68,85 - 73,56	64,13 - 68,84	59,41 - 64,12	$< 59,41$
9	Chiều cao đứng (cm)	$\geq 147,29$	144,26 - 147,28	141,23 - 144,25	138,20 - 141,22	$< 138,20$
10	Chỉ số Quetelete (g/cm)	$\leq 180,54$	180,55 - 205,44	250,45 - 230,34	255,24 - 230,33	$> 255,24$
11	Test nhện thở (s)	≥ 61	53 - 60	45 - 52	37 - 44	< 37
12	Chỉ số công năng tim	$\leq 5,56$	5,57 - 8,37	8,38 - 11,18	13,99 - 11,19	$> 13,99$
13	Dài chân A/ cao (%)	$\geq 56,6$	55,8 - 56,5	55,0 - 55,3	54,2 - 54,9	$< 54,2$

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại các chỉ tiêu tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài (lứa tuổi 12)

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30m TĐC (s)	$\leq 3,90$	3,91 - 4,10	4,11 - 4,30	4,31 - 4,50	$> 4,50$
2	Chạy 60m XPT(s)	$\leq 9,65$	9,66 - 9,85	9,86 - 10,10	10,11 - 10,25	$> 10,25$
3	Chạy 600m (s)	$\leq 1,57$	1,58 - 2,01	2,02 - 2,05	2,03 - 2,09	$> 2,09$
4	Chạy 800m (s)	$\leq 2,30$	2,31 - 2,34	2,35 - 2,38	2,39 - 2,42	$> 2,42$
5	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 190	180 - 189	170 - 179	160 - 169	< 160
6	Bật xa 3 bước (m)	$\geq 5,85$	5,75 - 5,84	5,65 - 5,74	5,55 - 5,64	$< 5,55$
7	Test cooper (m)	≥ 2629	2507 - 2628	2385 - 2506	2263 - 2384	< 2263
8	Chỉ số DTS/ cân nặng (ml/kg)	$\geq 74,47$	70,34 - 74,46	64,21 - 70,33	62,08 - 64,20	$< 62,08$
9	Chiều cao đứng (cm)	$\geq 155,92$	152,29 - 155,91	148,66 - 152,28	145,03 - 148,65	$< 145,03$
10	Chỉ số Quetelete (g/cm)	$\leq 195,09$	219,52 - 195,08	243,95 - 219,51	256,17 - 268,38	$> 268,38$
11	Test nhện thở (s)	≥ 71	63 - 70	55 - 62	47 - 54	< 47
12	Chỉ số công năng tim	$\leq 4,66$	7,48 - 4,67	7,49 - 10,30	10,31 - 13,13	$> 13,13$
13	Dài chân A/ cao (%)	$\geq 56,6$	55,8 - 56,5	55,0 - 55,7	54,2 - 54,9	$> 54,2$

Bảng 4. Bảng điểm đánh giá các chỉ tiêu tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài (lứa tuổi 11)

Test \ Điểm	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Chạy 30 m TĐC (s)	>4,75	4,75	4,65	4,55	4,45	4,35	4,25	4,15	4,05	3,95	3,85
Chạy 60 m XPT(s)	>10,50	10,50	10,40	10,30	10,20	10,10	10,0	9,90	9,80	9,70	9,60
Chạy 600 m (ph,s)	>2,18	2,18	2,16	2,14	2,12	2,10	2,08	2,06	2,04	2,02	2,00
Chạy 800 m (ph,s)	>2,58	2,58	2,56	2,54	2,52	2,50	2,48	2,46	2,44	2,42	2,40
Bật xa tại chỗ(cm)	<140	140	145	150	155	160	165	170	175	180	185
Bật xa 3 bước (m)	<535	5,35	5,40	5,45	5,50	5,55	5,60	5,65	5,70	5,75	5,80
Test cooper (m)	<2039	2099	2159	2219	2279	2339	2399	2459	2519	2579	2639
Chỉ số DTS/ cân nặng (ml/kg)	<54,69	54,69	57,05	59,41	61,77	64,13	66,49	68,85	71,21	73,57	75,93
Chiều cao đứng (cm)	<135,17	135,17	136,68	138,20	139,71	141,23	142,74	144,26	145,77	147,29	148,80
Chỉ số Quetelete (g/cm)	>280,14	280,14	267,69	255,24	242,79	230,34	217,89	205,44	192,99	180,54	168,02
Test nhện thỏ (s)	<29	29	33	37	41	45	49	53	57	61	65
Chỉ số công năng tim	>16,80	16,80	15,40	13,99	12,59	11,18	9,78	8,37	6,97	5,56	4,16
Dài chân A/ cao (%)	<53,4	53,4 -	53,8 -	54,2 -	54,6 -	55,0 -	55,4 -	55,8 -	56,2 -	56,6 -	>56,9
		53,7	54,1	54,5	54,9	55,3	55,7	56,1	56,5	56,9	

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá các chỉ tiêu tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài (lứa tuổi 12)

Test \ Điểm	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Chạy 30 m TĐC (s)	<4,70	4,70	4,60	4,50	4,40	4,30	4,20	4,10	4,00	3,90	3,80
Chạy 60 m XPT(s)	>10,45	10,45	10,35	10,25	10,15	10,05	9,95	9,85	9,75	9,65	9,55
Chạy 600 m (ph,s)	>2,13	2,13	2,11	2,09	2,07	2,05	2,03	2,01	1,59	1,57	1,55
Chạy 800 m (ph,s)	>2,48	2,48	2,44	2,42	2,40	2,38	2,36	2,34	2,32	2,30	2,28

Bật xa tại chỗ(cm)	<150	150	155	160	165	170	175	180	185	190	195
Bật xa 3 bước (m)	<5,45	5,45	5,50	5,55	5,60	5,65	5,70	5,75	5,80	5,85	5,90
Test cooper (m)	<2141	2141	2202	2263	2324	2385	2446	2507	2568	2629	2690
Chỉ số DTS/ cân nặng (ml/kg)	<57,65	57,95	60,02	62,08	64,15	66,21	68,28	70,34	72,41	74,47	76,54
Chiều cao đứng (cm)	<141,40	141,40	143,22	145,03	146,85	148,66	150,48	152,29	154,11	155,92	157,74
Chỉ số Quetelete (g/cm)	>292,81	292,81	280,60	268,38	256,17	243,95	231,74	219,52	207,31	195,09	182,88
Test nhện thờ (s)	<39	39	43	47	51	55	59	63	67	71	75
Chỉ số công năng tim	>15,94	15,94	14,53	13,13	11,71	10,30	8,98	7,48	6,07	4,66	3,25
Dài chân A/ cao (%)	<53,4	53,4 53,7	53,8 54,1	54,2 54,5	54,6 54,9	55,0 55,3	55,4 55,7	55,8 56,1	56,2 56,5	56,6 56,9	>56,9

Qua Bảng 2 đến Bảng 5 chúng tôi xây dựng tiêu chuẩn phân loại và thang điểm tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình - dài. Các chỉ tiêu này rất thuận lợi cho việc sử dụng để đánh giá xếp loại từng chỉ tiêu tuyển chọn. Sau khi tiến hành lập test trong thực tiễn muốn thực hiện xếp loại vận động viên cần tuân theo: Độ tuổi của các VĐV; Test cần đánh giá, tra cứu; Căn cứ vào bảng phân

loại tương ứng theo từng lứa tuổi, tiến hành phân loại trình độ theo chỉ tiêu.

Từ kết quả thu được ở Bảng 2 đến 5, thông qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, đề tài tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp trong đánh giá trình độ tập luyện của nam VĐV Điền kinh cự ly trung bình - dài. Kết quả được trình bày ở Bảng 6.

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp trình độ tập luyện nam VĐV điền kinh cự ly trung bình dài

Xếp loại	Tổng điểm đạt được (130 điểm)
Tốt	≥ 117
Khá	91 - 116
Trung bình	65 - 90
Yếu	39 - 64
Kém	<39

Tuy nhiên, để đạt được tổng điểm ở một môn nào đó, không nhất thiết từng chỉ tiêu phải đạt được số điểm như ở từng tiêu chuẩn thuộc loại đó - nghĩa là có thể lấy điểm cao của test này bù cho điểm thấp của test khác, miễn là tổng điểm đạt được phải nằm trong khoảng xác định của bảng phân loại tổng hợp (Bảng 6),

nhưng với điều kiện không quá 3 nội dung nằm ở mức độ yếu và kém.

KẾT LUẬN

1. Thực trạng việc sử dụng Test tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình - dài còn thiếu tính thống nhất, không đồng đều giữa các đơn vị... cụ thể: Việc sử dụng các test kiểm tra tuyển chọn còn: chưa

phân chia nam nữ, các lứa tuổi, các giai đoạn tập luyện...; Các Test được sử dụng nhiều nhưng không tập trung; Trong tuyển chọn chưa quan tâm đến các tố chất thể lực đặc trưng đối với từng lứa tuổi, từng giai đoạn tập luyện; Qua trao đổi với các HLV, giáo viên Điền kinh chúng tôi nhận thấy không có bảng phân loại.

2. Qua phỏng vấn, chứng minh độ tin cậy và tính thông báo đề tài đã lựa chọn được 13 test tuyển chọn nam VĐV điền kinh cự ly trung bình - dài. Đã tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại và thang điểm tuyển chọn ban đầu nam VĐV điền kinh cự ly trung bình - dài trên cơ sở các test đã lựa chọn được.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1991), *Lý Luận và Phương pháp TT Trẻ*, NXB TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.
- [3]. Dương nghiệp Chí (1991), *Đo lường TT*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [4]. Vũ Cao Đàm (1995), *Phương pháp luận nghiên cứu khoa học*, Bộ Giáo dục và Đào tạo, Viện Nghiên cứu Phát triển giáo dục, NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [5]. Vũ Cao Đàm (1995), *Hướng dẫn chuẩn bị luận văn cao học*, Viện Nghiên cứu Phát triển giáo dục, NXB Giáo dục, Hà Nội.
- [6]. Bùi Quang Hải (2009), *Giáo trình tuyển chọn tài năng thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.