

ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ CHƯƠNG TRÌNH TẬP LUYỆN THỂ LỰC CỦA TRỌNG TÀI CẤP QUỐC GIA TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

TS. Võ Văn Quyết, ThS. Lê Thị Kim Loan

Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tóm tắt: Trên cơ sở ứng dụng vào thực tiễn về chương trình tập luyện thể lực cho trọng tài bóng đá, bài viết tiến hành đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện thể lực cho trọng tài bóng đá cấp Quốc gia trên địa bàn thành phố Đà Nẵng, từ đó nhằm khẳng định chương trình tập luyện là hợp lý và trình độ thể lực của trọng tài được tăng lên.

Từ khóa: ứng dụng; đánh giá hiệu quả; chương trình tập luyện; thể lực; trọng tài cấp quốc gia.

Abstract: Based on the practical application of the physical training program for football referees, the project conducts the effectiveness of a physical training program for football referees at the national level in Da Nang city, since then to confirm the training program is reasonable and the fitness level of the referee is increased.

Keywords: Application; performance evaluation; training program; fitness; referees at national level.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngày nay, bóng đá hiện đại phát triển rất mạnh mẽ và rộng lớn trên toàn Thế giới trong đó có Việt Nam. Tốc độ trận đấu được đẩy lên cao hơn, trình độ kỹ chiến thuật phát triển mạnh mẽ với lối đá tổng lực tấn công và phòng thủ cả đội, cầu thủ thi đấu có nhiều tiểu xảo tinh vi hơn, có những giải đấu mà trong đó có nhiều trận đấu thi đấu với thời gian hơn 120 phút... Vì vậy, để đáp ứng với trình độ bóng đá hiện đại trong quá trình tổ chức giải đấu có thành công hay không thì người “cầm cân nảy mực” hay lực lượng trọng tài là rất quan trọng. Ngoài lĩnh vực chuyên môn khi làm nhiệm vụ điều hành trận đấu, thì trọng tài cần phải có đủ thể lực để di chuyển, theo sát tình huống tránh sự sai sót và bỏ qua các lỗi đáng tiếc, đồng thời phải duy trì tốt thể lực hơn 120 phút thì trận đấu mới thành công. Vì vậy, bên cạnh rèn luyện về lĩnh vực chuyên môn như phương pháp trọng tài thì công việc tập luyện thể lực là rất quan trọng khi làm nhiệm vụ điều hành các trận đấu, giải đấu. Đã có những trọng tài khi tập huấn để làm nhiệm vụ tại các giải đấu cấp Quốc gia đã không đáp ứng được các bài test kiểm tra thể lực, nên đã không đáp ứng được tiêu chuẩn mà

FIFA, Liên đoàn Bóng đá Việt Nam đề ra để kiểm tra và bị loại, không được phép tham gia làm nhiệm vụ tại các giải đấu, hay có những trọng tài phải thay đổi nhiệm vụ trong lúc điều hành trận đấu... Nguyên nhân, là trọng tài không có chương trình tập luyện phù hợp theo từng ngày hay từng tuần cụ thể để nâng cao các tố chất thể lực chuyên môn, mà chỉ tập theo thói quen là chính và không có căn cứ khoa học.

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên và thông qua thực tiễn chương trình đã xây dựng, bài viết tiến hành “*Đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện thể lực của trọng tài cấp quốc gia trên địa bàn thành phố Đà Nẵng*”.

Quá trình nghiên cứu, bài viết sử dụng các phương pháp: phương pháp thực nghiệm sư phạm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Đánh giá hiệu quả chương trình tập luyện thể lực cho trọng tài cấp Quốc gia trên địa bàn thành phố Đà Nẵng

1.1. Đánh giá trình độ thể lực của hai nhóm trước thực nghiệm

Trước khi bước vào thực nghiệm, các đối tượng nghiên cứu đã được kiểm tra để phân

nhóm và lấy kết quả làm căn cứ cho quá trình theo dõi được dễ dàng hơn. Qua kiểm tra 20 trọng tài thông qua 04 test kiểm tra theo quy định của FIFA, các trọng tài đều đảm bảo các

điều kiện cần thiết để trở thành đối tượng nghiên cứu. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm được trình bày tại Bảng 1.

Bảng 1. So sánh trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu trước thực nghiệm (n = 20)

TT	Test	Nhóm ĐC (n = 10)	Nhóm TN (n = 10)	t _{tính}	P
		$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$		
1	Chạy 6 lần x 40m (s)	35,8 ± 0,49	35,8 ± 0,50	0,98	>0,05
2	Chạy 5 lần x 30m (s)	23,4 ± 0,25	23,2 ± 0,26	0,99	
3	CoDa test (s)	9,89 ± 0,17	9,89 ± 0,19	0,96	
4	Chạy biến tốc 75m x 40 lần (l)	38,8 ± 1,2	38,7 ± 1,3	0,92	

($t_{bảng} = 2,101$)

Qua Bảng 1 cho thấy: Kết quả kiểm tra ở 04 test đánh giá trình độ thể lực có $t_{tính}$ tìm được đều nhỏ hơn $t_{bảng} = 2,101$. Vậy sự khác biệt là không có ý nghĩa với $P > 0,05$. Điều đó chứng tỏ việc phân nhóm là hoàn toàn khách quan, nói cách khác trình độ thể lực của hai nhóm là đồng đều nhau.

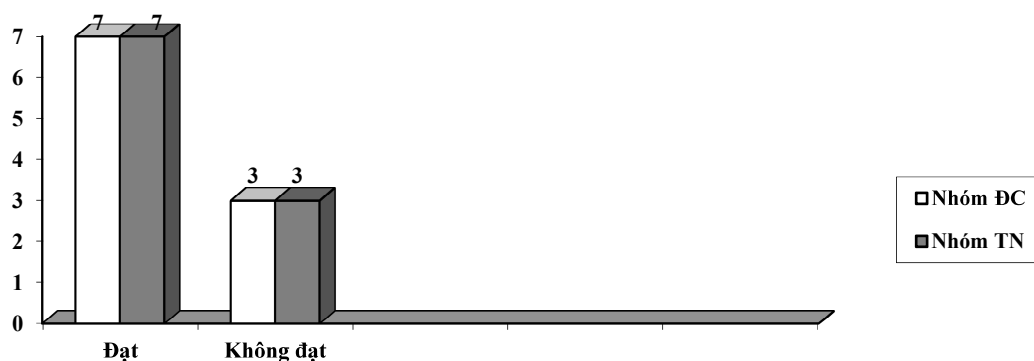
Ngoài ra trước thực nghiệm, đề tài so sánh phân loại trình độ thể lực của trọng tài giữa

02 nhóm thông qua chỉ số χ^2 . Kết quả được trình bày ở Bảng 2.

Qua Bảng 2 cho thấy: Kết quả phân loại trình độ thể lực trọng tài của 2 nhóm trước thực nghiệm là hoàn toàn tương đồng nhau, có $\chi^2_{tính} = 1,026 < \chi^2_{bảng} = 5,991$ với $p > 0,05$. Điều đó một lần nữa khẳng định là trình độ thể lực của hai nhóm trước thực nghiệm là đồng đều nhau.

Bảng 2. So sánh kết quả phân loại tổng hợp trình độ thể lực giữa 2 nhóm trước thực nghiệm

Xếp loại \ Nhóm	Thực nghiệm (n = 10)	Đối chứng (n = 10)	Tổng
Đạt	07 (70%)	07 (70%)	14
Không đạt	03 (30%)	03 (30%)	06
Tổng	10 (100%)	10 (100%)	20
So sánh χ^2	$\chi^2_{tính} = 1,026$		$\chi^2_{bảng} = 5,991$



Biểu đồ 1. So sánh kết quả phân loại trình độ thể lực giữa hai nhóm trước thực nghiệm

Kết quả phân loại trình độ thể lực của 2 nhóm trước thực nghiệm được minh họa ở Biểu đồ 1.

1.2. Đánh giá trình độ thể lực của hai nhóm sau thực nghiệm

1.2.1. So sánh kết quả sau 04 tháng thực nghiệm giữa hai nhóm

Bảng 3. So sánh trình độ thể lực của hai nhóm sau 04 tháng thực nghiệm

TT	Test	Nhóm ĐC	Nhóm TN	$t_{\text{tính}}$	P
		(n = 10)	(n = 10)		
		$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$		
1	Chạy 6 lần x 40m (s)	34,8 ± 0,47	33,6 ± 0,45	3,08	<0,05
2	Chạy 5 lần x 30m (s)	23,1 ± 0,25	21,4 ± 0,23	3,42	
3	CoDa test (s)	9,82 ± 0,16	9,65 ± 0,12	3,15	
4	Chạy biến tốc 75m x 40 lần (l)	39,1 ± 0,9	41,0 ± 0,5	3,57	

($t_{\text{bảng}} = 2,101$)

Qua kết quả Bảng 3 cho thấy: Sau 04 tháng thực nghiệm $t_{\text{tính}}$ tìm được của tất cả các test kiểm tra đều lớn hơn $t_{\text{bảng}} = 2,101$. Vậy sự khác biệt là có ý nghĩa với $P < 0,05$ mà ưu thế đều đều thuộc về nhóm TN. Điều này chứng tỏ mức độ ảnh hưởng rõ rệt của chương trình tập luyện

thể lực được xây dựng ở nhóm TN trước nhóm ĐC.

Sau 04 tháng thực nghiệm, bài viết so sánh phân loại trình độ thể lực của trọng tài giữa 02 nhóm thông qua chỉ số χ^2 . Kết quả được trình bày ở Bảng 4.

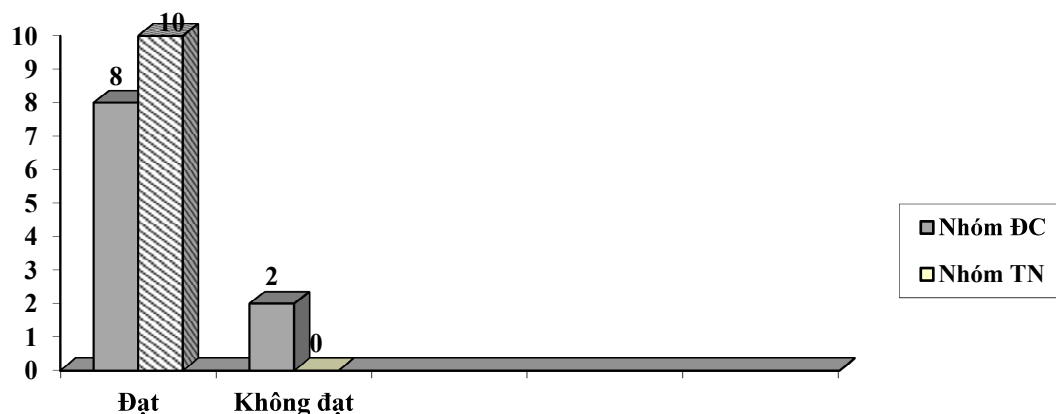
Bảng 4. So sánh kết quả phân loại tổng hợp trình độ thể lực giữa 2 nhóm sau thực nghiệm

Xếp loại \ Nhóm	Thực nghiệm (n = 10)	Đối chứng (n = 10)	Tổng
Đạt	10 (100%)	08 (80%)	18
Không đạt	00 (00%)	02 (20%)	02
Tổng	10 (100%)	10 (100%)	20
So sánh χ^2	$\chi^2_{\text{tính}} = 7,101$		$\chi^2_{\text{bảng}} = 5,991$

Qua Bảng 4 cho thấy: Kết quả phân loại trình độ thể lực trọng tài của 2 nhóm sau thực nghiệm là không tương đồng nhau, có $\chi^2_{\text{tính}} = 7,101 < \chi^2_{\text{bảng}} = 5,991$ với $p < 0,05$. Điều đó, một lần nữa khẳng định là chương trình tập luyện thể lực của trọng tài ứng dụng và thực

tiễn là phù hợp, đồng thời trình độ thể lực của hai nhóm sau thực nghiệm là không đều nhau và có sự khác biệt đáng kể.

Kết quả phân loại trình độ thể lực của 2 nhóm sau thực nghiệm được minh họa ở Biểu đồ 2.



Biểu đồ 2. So sánh kết quả phân loại trình độ thể lực giữa hai nhóm sau thực nghiệm

1.2.3. Đánh giá kết quả sau 04 tháng thực nghiệm của từng nhóm

Để kiểm nghiệm mức độ phát triển thể lực của từng nhóm TN sau 04 tháng, bài viết tiến

hành so sánh kết quả tự đối chiếu ở thời điểm trước và sau 04 tháng TN giữa từng nhóm. Kết quả được trình bày ở Bảng 5 và Bảng 6.

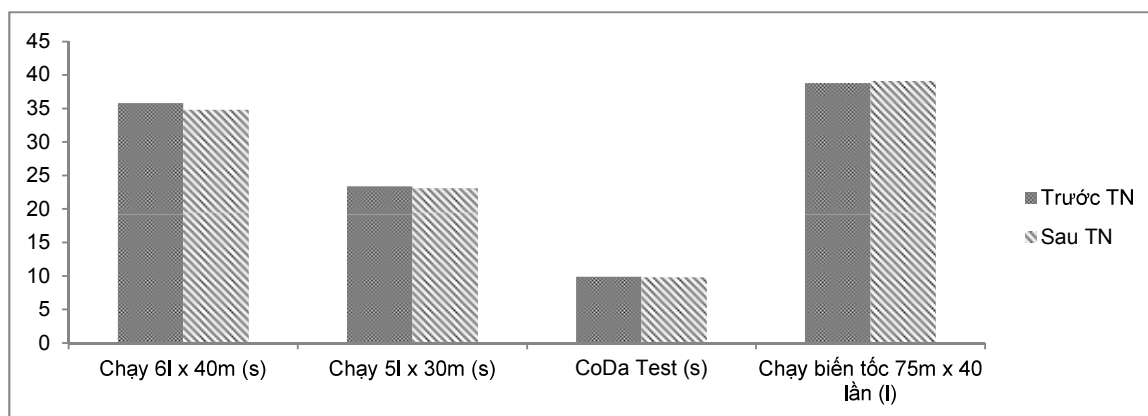
Bảng 5. So sánh trình độ thể lực của nhóm đối chiếu sau 04 tháng thực nghiệm

TT	Test	Trước TN	Sau TN	$t_{\text{tính}}$	P
		(n = 10)	(n = 10)		
		$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$		
1	Chạy 6 lần x 40m (s)	$35,8 \pm 0,49$	$34,8 \pm 0,47$	2,104	>0,05
2	Chạy 5 lần x 30m (s)	$23,4 \pm 0,25$	$23,1 \pm 0,25$	1,734	
3	CoDa test (s)	$9,89 \pm 0,17$	$9,82 \pm 0,16$	1,923	
4	Chạy biến tốc 75m x 40 lần (l)	$38,8 \pm 1,2$	$39,1 \pm 0,9$	1,814	

($t_{\text{bảng}} = 2,306$)

Qua kết quả Bảng 5 cho thấy: Sau 04 tháng thực nghiệm $t_{\text{tính}}$ tìm được của tất cả các test kiểm tra đều nhỏ hơn $t_{\text{bảng}} = 2,306$. Vậy sự khác biệt là không có ý nghĩa với $P > 0,05$. Điều này

chứng tỏ mức độ ảnh hưởng tập luyện thể lực của nhóm ĐC, trước và sau TN không hiệu quả (thành tích ở mức độ duy trì). Kết quả được minh họa ở Biểu đồ 3.



Biểu đồ 3. Kết quả thành tích của nhóm đối chứng trước và sau thực nghiệm

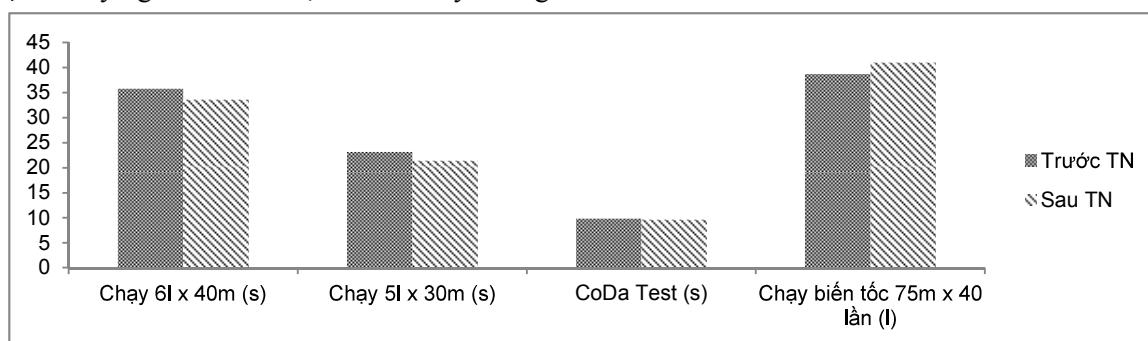
Bảng 6. So sánh trình độ thể lực của nhóm thực nghiệm sau 04 tháng thực nghiệm

TT	Test	Trước TN (n = 10)	Sau TN (n = 10)	t _{tính}	P
		$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$		
1	Chạy 6 lần x 40m (s)	35,8 ± 0,50	33,6 ± 0,45		>0,05
2	Chạy 5 lần x 30m (s)	23,2 ± 0,26	21,4 ± 0,23		
3	CoDa test (s)	9,89 ± 0,19	9,65 ± 0,12		
4	Chạy biến tốc 75m x 40 lần (l)	38,7 ± 1,3	41,0 ± 0,5		

 $(t_{bảng} = 2,306)$

Qua kết quả Bảng 6 cho thấy: Sau 04 tháng thực nghiệm t_{tính} tìm được của tất cả các test kiểm tra đều lớn hơn t_{bảng} = 2,306. Vậy sự khác biệt là có ý nghĩa với P < 0,05. Điều này chứng

tỏ mức độ ảnh hưởng rõ rệt của chương trình tập luyện thể lực được xây dựng ứng dụng ở nhóm TN đã có tính hiệu quả. Kết quả được minh họa ở Biểu đồ 4.



Biểu đồ 4. Kết quả thành tích của nhóm thực nghiệm trước và sau thực nghiệm

KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu thu được ở trên, cho phép đi đến những kết luận sau:

- Bài viết đã đánh giá được trình độ thể lực của lực lượng trọng tài trên địa bàn thành phố Đà Nẵng sau khi ứng dụng chương trình tập luyện đã xây dựng sau 04 tháng.

- Khi so sánh song song giữa 02 nhóm, kết quả là thành tích nhóm TN tốt hơn nhóm ĐC có t_{tính} < t_{bảng} với P < 0,05.

- Khi so sánh tự đối chiếu từng nhóm trước và sau TN thì thành tích của nhóm ĐC không có sự khác biệt khi có t_{tính} < t_{bảng} với P > 0,05. Còn nhóm TN có sự khác biệt rõ rệt khi có t_{tính} > t_{bảng} với P < 0,05 ở tất cả các test.

- Chương trình tập luyện thể lực cho trọng tài là phù hợp và có hiệu quả cao về thành tích.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2014), *Lí luận thể thao thành tích cao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Văn Lãm, Nguyễn Xuân Sinh, Phạm Ngọc Viễn, Lưu Quang Hiệp (1999), *Giáo trình nghiên cứu khoa học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
- [3]. Võ Văn Quyết và cộng sự (2019), *Nghiên cứu xây dựng chương trình tập luyện thể lực cho trọng tài bóng đá cấp Quốc gia trên địa bàn thành phố Đà Nẵng*, Đề tài cấp cơ sở.
- [4]. Võ Quang Vinh (2017), *Tài liệu giảng dạy lớp trọng tài bóng đá sơ cấp*.
- [5]. Võ Quang Vinh, Võ Minh Trí (2018), *Tài liệu giảng dạy lớp trọng tài bóng đá nâng cao*.

Bài nộp ngày 05/11/2020, phản biện ngày 02/3/2021, duyệt in ngày 06/3/2021