

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN TUYỂN CHỌN NAM VẬN ĐỘNG VIÊN VẬT TUỔI 9, 10, 11, TỈNH NINH BÌNH

PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu¹; TS. Nguyễn Như Quỳnh²

Tóm tắt: Đánh giá trình độ tập luyện và tuyển chọn nam vận động viên Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình qua các giai đoạn tuyển chọn, huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu đã lựa chọn chỉ tiêu, test tuyển chọn nam vận động viên Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các chỉ tiêu, test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn tuyển chọn; nam vận động viên vật; lứa tuổi 9,10,11; tỉnh Ninh Bình...

Abstract: Evaluating the training levels and selection of male wrestlers aged 9, 10, and 11 from Ninh Binh province through the stages of selection and training is essential. The research process has chosen criteria and tests to select male wrestlers aged 9, 10, and 11 from Ninh Binh province, while also establishing evaluation standards for the selected criteria and tests for the study subjects.

Keywords: Development; selection criteria; male wrestlers; ages 9, 10, 11; Ninh Binh province...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Quá trình tuyển chọn vận động viên (VĐV) là quá trình tìm kiếm và sàng lọc để chọn ra những VĐV có khả năng đạt thành tích thể thao cao. Quá trình này được tiến hành thường xuyên từ khâu tuyển chọn ban đầu và trong suốt quá trình đào tạo.

Trong những năm qua, thể thao Ninh Bình đã tổ chức đào tạo VĐV và đạt được những thành tích đáng khích lệ trong các kỳ Đại hội Thể thao toàn quốc, các giải Vô địch, vô địch trẻ quốc gia, hằng năm đóng góp cho đội tuyển quốc gia, đội tuyển trẻ quốc gia từ 15 đến 25 VĐV.

Tuy nhiên hiện nay, quy trình đào tạo các VĐV trẻ tài năng không chỉ là việc tuyển chọn chính xác hay đề ra các kế hoạch huấn luyện, các bài tập bổ trợ, hoặc hoàn thiện về kỹ - chiến thuật mà còn phải chuẩn bị kỹ về mặt thể chất cho VĐV Vật trẻ, đã nảy sinh vấn đề bất cập cần nghiên cứu để làm sáng tỏ. Ở nước ta, trong những năm gần đây cũng có rất nhiều công trình khoa học nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn của VĐV các nội dung môn Vật trong đó tiêu biểu là các công trình của các tác giả: Ngô Ích Quân (1997); Ngô Ích Quân, Phạm Đông Đức (2002); Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Thy Ngọc, Vũ Ánh Minh, Nguyễn Thị Tuyết (2002)... Xuất phát từ thực tiễn tuyển chọn, huấn luyện để phát triển các môn thể thao trọng điểm của tỉnh Ninh Bình trong đó có môn Vật và tiến hành xây dựng một đội ngũ VĐV trẻ, chúng tôi mạnh dạn nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm

tra tư vấn và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn chỉ tiêu, test tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình

Tiến hành lựa chọn chỉ tiêu, test tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình thông qua các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu, quan sát tư phạm
- Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên
- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi
- Xác định tính thông báo của test
- Xác định độ tin cậy của test.

Kết quả lựa chọn được 16 chỉ tiêu, test tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình gồm: 1/. Hình thái: Chiều cao đứng (cm); Chiều cao ngồi (cm); Cân nặng (kg); Dài chân A (cm); Dài sải tay (cm); Vòng ngực (cm); 2/. Chức năng: Tần số tim (lần/phút); Dung tích sống (lít); Thông khí phổi (lít); 3/. Tâm lý: Phản xạ đơn (ms); Phản xạ phức (ms); 4/. Thể lực chung: Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Chạy XPC 30m (s); Bật xa tại chỗ (cm); 5/. Thể lực chuyên môn: Cầu vòng quay 20s (lần); Gồng vợt 20s (lần).

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình

Để phân loại tuyển chọn đề tài sử dụng phương pháp 2δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 1 và bảng 2.

Qua hai bảng 1 và 2 để xác định test theo từng

1: Viện khoa học Thể dục thể thao

2: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Bảng 1. Bảng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn nam VĐV Vật, tuổi 9, tỉnh Ninh Bình

TT	Chỉ tiêu, test	Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Chiều cao đứng (cm)	≤123.55	123.56-127.9	127.91-136.6	136.61-140.95	≥140.96
2	Chiều cao ngồi (cm)	≤49.77	49.78-51.95	51.96-56.31	56.32-58.49	≥58.5
3	Cân nặng (kg)	≤27.08	27.09-28.79	28.8-32.21	32.22-33.92	≥33.93
4	Dài chân A (cm)	≤45.35	45.36-47.7	47.71-52.4	52.41-54.75	≥54.76
5	Vòng ngực (cm)	≤50.55	50.56-53.9	53.91-60.6	60.61-63.95	≥63.96
6	Dài sải tay (cm)	≤125.15	125.16-129.5	129.51-138.2	138.21-142.55	≥142.56
7	Tần số tim (lần/phút)	≥96.82	96.81-91.41	91.4-80.59	80.58-75.18	≤75.17
8	Dung tích sống (lít)	≤0.7	0.71-1.05	1.06-1.75	1.76-2.1	≥2.11
9	Thông khí phổi (lít)	≤1.66	1.67-2.01	2.02-2.71	2.72-3.06	≥3.07
10	Phản xạ đơn (ms)	≥307.07	307.06-291.83	291.82-261.35	261.34-246.11	≤246.1
11	Phản xạ phức (ms)	≥343.71	343.7-327.47	327.46-294.99	294.98-278.75	≤278.74
12	Nằm sấp CĐ 30s (lần)	≤10.62	10.63-11.56	11.57-13.44	13.45-14.38	≥14.39
13	Chạy XPC 30 m (s) (s)	≥8.26	8.25-7.88	7.87-7.12	7.11-6.74	≤6.73
14	Bật xa tại chỗ (cm)	≤110.34	110.35-122.92	122.93-148.08	148.09-160.66	≥160.67
15	CầuV quay 20s (lần)	≤4.06	4.07-4.53	4.54-5.47	5.48-5.94	≥5.95
16	Gồng vợt 20s (lần) 20s (lần)	≤4.48	4.49-4.99	5-6.01	6.02-6.52	≥6.53

Bảng 2. Bảng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn nam VĐV Vật, tuổi 10-11, tỉnh Ninh Bình

TT	Chỉ tiêu, test	Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Chiều cao đứng (cm)	≤127.1	127.11-131.84	131.85-141.32	141.33-146.06	≥146.07
2	Chiều cao ngồi (cm)	≤52.89	52.9-54.94	54.95-59.04	59.05-61.09	≥61.1
3	Cân nặng (kg)	≤29.79	29.8-31.52	31.53-34.98	34.99-36.71	≥36.72
4	Dài chân A (cm)	≤54.06	54.07-56.15	56.16-60.33	60.34-62.42	≥62.43
5	Vòng ngực (cm)	≤55.24	55.25-58.38	58.39-64.66	64.67-67.8	≥67.81
6	Dài sải tay (cm)	≤129.76	129.77-133.98	133.99-142.42	142.43-146.64	≥146.65
7	Tần số tim (lần/phút)	≥95.69	95.68-89.71	89.7-77.75	77.74-71.77	≤71.76
8	Dung tích sống (lít)	≤0.87	0.88-1.39	1.4-2.43	2.44-2.95	≥2.96
9	Thông khí phổi (lít)	≤1.86	1.87-2.37	2.38-3.39	3.4-3.9	≥3.91
10	Phản xạ đơn (ms)	≥294.84	294.83-277.96	277.95-244.2	244.19-227.32	≤227.31
11	Phản xạ phức (ms)	≥337.55	337.54-321.65	321.64-289.85	289.84-273.95	≤273.94
12	Nằm sấp CĐ 30s (lần)	≤13.24	13.25-14.21	14.22-16.15	16.16-17.12	≥17.13
13	Chạy XPC 30 m (s) (s)	≥7.09	7.08-6.77	6.76-6.13	6.12-5.81	≤5.8
14	Bật xa tại chỗ (cm)	≤124.48	124.49-135.83	135.84-158.53	158.54-169.88	≥169.89
15	CầuV quay 20s (lần)	≤5.45	5.46-6.18	6.19-7.64	7.65-8.37	≥8.38
16	Gồng vợt 20s (lần) 20s (lần)	≤5.03	5.04-5.56	5.57-6.62	6.63-7.15	≥7.16

Bảng 3. Bảng điểm tuyển chọn nam VĐV Vật, tuổi 9, tỉnh Ninh Bình

TT	Chỉ tiêu, test	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Chiều cao đứng (cm)	124	126	128	130	132	134	137	139	141	143
2	Chiều cao ngồi (cm)	50	51	52	53	54	55	56	57	58	60
3	Cân nặng (kg)	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35
4	Dài chân A (cm)	45	47	48	49	50	51	52	54	55	56
5	Vòng ngực (cm)	51	52	54	56	57	59	61	62	64	66
6	Dài sải tay (cm)	125	127	130	132	134	136	138	140	143	145
7	Tần số tim (lần/phút)	97	94	91	89	86	83	81	78	75.18	72.48
8	Dung tích sống (lít)	0.70	0.88	1.05	1.23	1.40	1.58	1.75	1.93	2.10	2.28
9	Thông khí phổi gắng sức (lít/phút)	1.66	1.84	2.01	2.19	2.36	2.54	2.71	2.89	3.06	3.24
10	Phản xạ đơn (mili giây)	307.1	299.5	291.8	284.2	276.6	269.0	261.4	253.7	246.1	238.5
11	Phản xạ phức (mili giây)	343.7	335.6	327.5	319.4	311.2	303.1	295.0	286.9	278.8	270.6
12	Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
13	Chạy XPC 30 m (s)	8.26	8.07	7.88	7.69	7.50	7.31	7.12	6.93	6.74	6.55
14	Bật xa tại chỗ (cm)	110	117	123	129	136	142	148	154	161	167
15	Cầu vòng quay 20s (lần)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16	Gồng vọt 20s (lần) 20s (lần)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Bảng 4 Bảng điểm tuyển chọn nam VĐV Vật, tuổi 10- 11, tỉnh Ninh Bình

TT	Chỉ tiêu, test	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Chiều cao đứng (cm)	127	129	132	134	137	139	141	144	146	148
2	Chiều cao ngồi (cm)	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62
3	Cân nặng (kg)	30	31	32	32	33	34	35	36	37	38
4	Dài chân A (cm)	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63
5	Vòng ngực (cm)	55	57	58	60	62	63	65	66	68	69
6	Dài sải tay (cm)	130	132	134	136	138	140	142	145	147	149
7	Tần số tim (lần/phút)	96	93	90	87	84	81	78	75	71.77	68.78
8	Dung tích sống (lít)	0.87	1.13	1.39	1.65	1.91	2.17	2.43	2.69	2.95	3.21
9	Thông khí phổi gắng sức (lít/phút)	1.86	2.12	2.37	2.63	2.88	3.14	3.39	3.65	3.90	4.16
10	Phản xạ đơn (mili giây)	294.8	286.4	278.0	269.5	261.1	252.6	244.2	235.8	227.3	218.9
11	Phản xạ phức (mili giây)	337.6	329.6	321.7	313.7	305.8	297.8	289.9	281.9	274.0	266.0
12	Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
13	Chạy XPC 30 m (s)	7.09	6.93	6.77	6.61	6.45	6.29	6.13	5.97	5.81	5.65
14	Bật xa tại chỗ (cm)	124	130	136	142	147	153	159	164	170	176
15	Cầu vòng quay 20s (lần)	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
16	Gồng vọt 20s (lần) 20s (lần)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

chỉ tiêu, test tuyển chọn của VĐV nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 3 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định độ tuổi của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 2: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 3: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng theo lứa tuổi để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình

Để xây dựng bảng điểm tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình (tổng số nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình được kiểm tra là 08 VĐV); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và Chúng tôi sử dụng quy tắc 2δ tiến hành để đánh giá kết quả kiểm tra của từng chỉ tiêu riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các chỉ tiêu, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các chỉ tiêu trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (Thang độ được tính từ điểm 1 đến 10) với công thức $C = 5 + 2Z$, riêng đối với các Test tính thành tích bằng thời gian thì sử dụng công thức $C = 5 - 2Z$. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 3 và 4.

Qua bảng 3 và 4 cho thấy: Các bảng điểm tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng chỉ tiêu đánh giá sức mạnh tốc độ theo từng nội dung của nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình

Từ kết quả tìm được tại bảng 3 và 4 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp tuyển chọn của nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 5

Bảng 5. Bảng điểm tổng hợp đánh giá tuyển chọn nam VĐV Vật lứa tuổi 9, 10, 11 tỉnh Ninh Bình

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 144
Khá	112 – 143
Trung bình	80 – 111
Yếu	64 - 79
Kém	≤ 63

Qua bảng 5 cho phép đánh giá tổng hợp tuyển

chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV trong công tác tuyển chọn VĐV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

3. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 16 test tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình.

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp tuyển chọn nam VĐV Vật tuổi 9, 10, 11, tỉnh Ninh Bình.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Tuyển chọn thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lê Bửu, Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Hiệp (1983), *Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, sở TDTT thành phố Hồ Chí Minh.
3. Bùi Quang Hải và cộng sự (2009), *Giáo trình tuyển chọn tài năng thể thao*, Nxb TDTT Hà Nội.
4. Ngô Ích Quân (1997), *Nghiên cứu xây dựng một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ hỗ trợ cho nhóm kỹ thuật bốc của VĐV Vật tự do cấp cao Việt Nam*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học TDTT I, tr. 17, 21, 51.
5. Ngô Ích Quân, Phạm Đông Đức (2002), *Giáo trình Vật cổ điển và Vật tự do*, Nxb Thể dục thể thao, Hà Nội, tr. 5, 9 - 11, 88 - 89, 68.
6. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Thy Ngọc, Vũ Ánh Minh, Nguyễn Thị Tuyết (2002), “*Nghiên cứu thang điểm đánh giá trình độ tập luyện của VĐV môn Judo, Vật tự do, Vật cổ điển*”, Tạp chí khoa học thể thao, số 1 (269), tr.19-34

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả nghiên cứu đề tài Khoa học xã hội và nhân văn cấp tỉnh: “*Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng tuyển chọn và đào tạo VĐV một số môn thể thao trọng điểm tỉnh Ninh Bình*”, đề tài bảo vệ năm 2022.

Ngày nhận bài: 29/10/2024; **Ngày duyệt đăng:** 20/11/2024