

# THỰC TRẠNG CÔNG TÁC GIẢNG DẠY, HUẤN LUYỆN THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÕ THUẬT CÔNG AN NHÂN DÂN CHO NAM HỌC VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG CAO ĐẲNG CẢNH SÁT NHÂN DÂN I

ThS. Nguyễn Văn Hảo<sup>1</sup>

**Tóm tắt:** Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã đánh giá thực trạng giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật Công an nhân dân cho nam học viên năm thứ nhất Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I. Kết quả cho thấy còn có những tồn tại như: cơ sở vật chất, dụng cụ tập luyện chưa đáp ứng; Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện thể lực võ thuật cho học viên trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I không được sử dụng thường xuyên, chủ yếu theo kinh nghiệm của các giảng viên, các bài tập chưa có sự thay đổi nhiều, một số bài tập đã không còn phù hợp với xu hướng huấn luyện trong giai đoạn hiện nay; Thời gian dành cho huấn luyện thể lực cho học viên trong tập luyện võ thuật còn chưa thống nhất; Tiến trình giảng dạy huấn luyện thể lực chuyên môn phân bố nội dung còn chưa hợp lý

**Từ khóa:** thể lực chuyên môn, võ thuật công an nhân dân, Cao đẳng cảnh sát nhân dân I

**Abstract:** Using conventional research methods in Physical Education and Sports, the article has evaluated the current situation of teaching and training physical fitness in martial arts of the People's Public Security for first-year male students of the People's Police College I. The results show that there are still shortcomings such as: facilities and training equipment have not met the requirements; The exercises used in physical fitness training of martial arts for students of the People's Police College I are not used regularly, mainly based on the experience of the lecturers, the exercises have not changed much, some exercises are no longer suitable for the training trend in the current period; The time spent on physical training for students in martial arts training is not yet unified; The teaching process of physical fitness training and content distribution is not reasonable

**Keywords:** physical fitness, martial arts of the People's Public Security, People's Police College I

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I (CĐCSNDI) là một trong những trung tâm đào tạo đầu ngành cho lực lượng Công an nhân dân (CAND) những cán bộ chiến sỹ Cảnh sát có nghiệp vụ giỏi, sức khỏe tốt, đáp ứng yêu cầu của Bộ Công an khi thực hiện những nhiệm vụ mang tính chất phản ứng nhanh như: Cảnh sát Cơ động, Cảnh sát Đặc nhiệm, Cảnh sát Bảo vệ, Cảnh sát thi hành án hình sự và hỗ trợ tư pháp, Trinh sát Cảnh sát hình sự, Trinh sát Cảnh sát phòng, chống tội phạm về ma túy... Để nâng cao hơn nữa chất lượng đào tạo và nâng cao thể lực cho cán bộ và học viên trong nhà trường. Trong những năm gần đây, công tác huấn luyện, giảng dạy võ thuật ở trường CĐCSNDI đã từng bước được quan tâm chú trọng và phát triển.

Căn cứ vào điều kiện thực tế của nhà trường và yêu cầu về cơ sở vật chất, nguồn nhân lực, chất lượng giảng dạy.. và một số điều kiện khách quan khác, hiệu quả của các giờ học chính khóa đối với môn học võ thuật đối với phát triển thể lực cho học

viên vẫn còn nhiều hạn chế, đặc biệt luyện tập môn võ thuật CAND tại trường CĐCSNDI hiện nay còn bộc lộ nhiều hạn chế trong đó phải nói đến sức mạnh của đòn đánh; nhanh, mạnh dứt khoát trong kỹ thuật; khả năng duy trì thể lực khi tập luyện cường độ cao thể hiện qua kiểm tra đấu tập ở các hiệp thi đấu tốc độ ra đòn đánh giảm do đó dễ bị phát hiện và khắc chế. Mặt khác, đặc thù trong tuyển chọn đầu vào của lực lượng CAND chủ yếu là Nam giới, đầu vào tuyển chọn của trường CĐCSNDI là chiến sỹ phục vụ có thời hạn trong lực lượng CAND thi đỗ và Cán bộ chiến sỹ thuộc biên chế của lực lượng CAND chưa được đào tạo chuyên môn nghiệp vụ. Do đó thể trạng thể lực không đồng đều trong luyện tập võ thuật.

Xuất phát từ lý do trên, để phát triển thể lực chuyên môn nâng cao hiệu quả trong luyện tập môn võ thuật CAND cho nam học viên trường CĐCSNDI, tôi tiến hành nghiên cứu “*Thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật Công an nhân dân cho nam học viên năm thứ nhất Trường*

1: Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I

**Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I”**

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

**2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN****2.1. Vai trò công tác giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật cho nam học viên năm thứ nhất Trường CĐCSNDI**

Với mục đích tìm hiểu thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành điều tra thực tế về vai trò và mức độ quan tâm huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật CAND, dưới hình thức phỏng vấn các chuyên gia, huấn luyện viên trực tiếp tham gia công tác huấn luyện võ thuật CAND tại các trung tâm, các trường CAND. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Vai trò của thể lực chuyên môn võ thuật CAND trong quá trình huấn luyện cho học viên trường CAND được 100% các chuyên gia, huấn luyện viên đánh giá là quan trọng và rất quan trọng, trong đó rất quan trọng chiếm 80.95%, quan trọng chiếm 19.05%; Thực trạng công tác huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cũng được 100% huấn luyện viên, chuyên gia quan tâm phát triển, trong đó rất quan tâm chiếm 42.86%, quan tâm chiếm 57.14%.

Qua khảo sát thực tiễn công tác huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật CAND ở các trường cho thấy, các huấn luyện viên, các giáo viên tuy đã xác định được vai trò của phát triển thể lực chuyên môn võ thuật CAND là rất quan trọng, nhưng trong thực tế

công tác huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn vẫn còn nhiều bất cập và hạn chế cần khắc phục.

**2.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên Bộ môn võ thuật và các điều kiện đảm bảo cho giảng dạy và huấn luyện ở Trường CĐCSNDI****2.2.1. Thực trạng đội ngũ giảng viên môn Võ Thuật**

Thực trạng đội ngũ giảng viên môn Võ Thuật, trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy lực lượng quân số của một khoa giảng viên tại trường trọng điểm của Bộ Công an như vậy là còn ít, số cán bộ giảng viên có trình độ thạc sĩ còn ít (35,2%), chưa đủ so với nghị quyết Đảng bộ Nhà trường đề ra.

**2.2.2. Thực trạng cơ sở vật chất, thao trường sân bãi tập phục vụ cho huấn luyện thể lực tại Nhà trường:**

Thực trạng cơ sở vật chất, thao trường bãi tập phục vụ cho huấn luyện thể lực tại Nhà trường trình bày ở bảng 3.

Từ bảng 3 cho thấy: Cơ sở vật chất hiện có ở Trường CĐCSNDI còn thiếu về số lượng, một số chất lượng chưa đảm bảo. So với tổng số cán bộ học viên thì cơ sở vật chất, thao trường bãi tập như vậy là chưa thể đáp ứng yêu cầu cho giáo dục đào tạo, huấn luyện thể thao và hoạt động thể thao.

Đối với học viên Nhà trường chủ yếu là học viên nam cho nên nhu cầu tập luyện ngoại khóa là rất lớn, chính vì vậy mà sân bãi, dụng cụ tập luyện vẫn chưa đáp ứng được yêu cầu tập luyện của học viên.

**2.3. Thực trạng về chương trình môn học võ thuật CAND ở trường CĐCSNDI**

**Bảng 1. Vai trò và mức độ quan tâm trong công tác huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu (n=30)**

Nội dung	Mức độ	Kết quả	
		n	Tỷ lệ %
Vai trò của thể lực chuyên môn trong quá trình huấn luyện võ CAND	Rất quan trọng	22	80.95
	Quan trọng	8	19.05
	Không quan trọng	0	0
Thực trạng công tác huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn võ thuật CAND	Rất quan tâm	13	42.86
	Quan tâm	17	57.14
	Không quan tâm	0	0

**Bảng 2. Thống kê thực trạng đội ngũ giảng viên Võ Thuật của Trường CĐCSNDI**

Năm	Tổng số	Trình độ		Chuyên ngành		Tuổi đời (năm)			Thâm niên công tác (năm)		
		ThS	CN	TĐTT	Võ thuật	40 - 50	30-40	< 30	20 - 30	10 - 20	< 10
2022	14	5	9	10	4	5	8	1	4	8	2

Môn học võ thuật CAND được đưa vào giảng dạy, huấn luyện hiện nay đã trở thành một nội dung chính trong chương trình đào tạo ra những chiến sĩ Cảnh sát Đặc nhiệm, Cảnh sát Cơ động, Cảnh sát Bảo vệ và HLV võ thuật, Quân sự của trường CĐCSNDI. Chương trình môn học võ thuật được xây dựng theo chương trình khung của Bộ Công an, được trình bày cụ thể ở bảng phân phối chương trình môn học võ thuật (bảng 4).

Qua bảng 4 cho thấy: Chương trình môn học võ thuật CAND của trường CĐCSNDI được tiến hành trong 03 học kì với tổng số là 03 học phần và tổng thời gian là 318 tiết học. Chương trình được phân chia làm 04 hình thức lên lớp chính là: lý thuyết, tập luyện, phương pháp và thảo luận. Trong đó các phần lên lớp chính trên hội trường tập trung chủ yếu vào 2 hình thức chính là: lý thuyết, thảo luận và bài tập; còn phần lên lớp là tập luyện và thực tập phương pháp giảng dạy, tổ chức thi đấu với 318 tiết tập luyện với các loại hình là: Kỹ thuật, chiến thuật, thi đấu và thể lực.

Bộ môn võ thuật đã xây dựng tiến trình giảng dạy và những nội dung kiểm tra đánh giá các kỹ năng và thể lực môn võ thuật theo từng học phần. Trong

đó, yêu cầu đặt ra đối với học viên về mặt chuyên môn là phải đạt được ở mức độ cao và chiến đấu của đơn vị. Thể lực chuyên môn trong võ thuật cần chú ý tăng cường các bài tập nâng cao sức mạnh tốc độ.

#### 2.4. Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển thể lực chuyên môn võ thuật trường CĐCSNDI

Để đánh giá thực trạng việc huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật trường CĐCSNDI, đề tài tiến hành nghiên cứu kế hoạch huấn luyện, giáo án giảng dạy môn võ thuật cho học viên trường CĐCSNDI. Qua nghiên cứu cho thấy các bài tập được sử dụng trong giảng dạy huấn luyện thể lực trong môn võ thuật CAND cho học viên của trường gồm:

1. Chạy dốc.
2. Chạy 30m tốc độ cao.
3. Chạy 60m tốc độ cao.
4. Chạy ziczắc 30m.
5. Bật nhảy Adam.
6. Chạy nâng cao đùi liên tục.
7. Bật rút gối trên cát.
8. Bật nhảy đổi chân liên tục.
9. Bật qua lại qua bụi.
10. Nhảy dây.
11. Chạy 1500 m.

**Bảng 3. Thực trạng về cơ sở vật chất, thao trường bãi tập phục vụ cho giáo dục thể chất và HLTT của Trường CĐCSNDI**

TT	Tên cơ sở vật chất, bãi tập	Số lượng	Chất lượng	Mức độ đáp ứng nhu cầu (%)
1	Giáo trình, tài liệu chuyên môn	1000	Tốt	Đủ đáp ứng
2	Sân vận động	02	Khá	25%
3	Sân bóng chuyền	20	TB	35%
4	Sân tennis	02	Khá	5%
5	Sân cầu lông	30	TB	25%
6	Bể bơi nhỏ	04	Khá	50%
7	Nhà thi đấu bóng bàn	30	TB	30%
8	Bãi vượt vật cản K91	06	Tốt	45%
9	Bãi vượt vật cản 100+100m	04	Tốt	45%
10	Bãi tập thể lực tổng hợp	06	Khá	30%
11	Bãi thể dục dụng cụ (xà đơn, xà kép)	20	Khá	40%
12	Hố nhảy cao, xa	08	TB	20%

**Bảng 4. Phân phối chương trình môn học võ thuật ở trường CĐCSNDI**

TT	Học phần	Thời gian và hình thức lên lớp (giờ)			
		Lý thuyết	Tập luyện	Phương pháp	Thảo luận
1	I	4	83	6	2
2	II	4	83	6	2
3	III	4	73	16	2
4	<b>Tổng thời gian (giờ)</b>	<b>16</b>	<b>268</b>	<b>28</b>	<b>6</b>
5	<b>Tỷ lệ %</b>	<b>5%</b>	<b>84.20%</b>	<b>8.90%</b>	<b>1.90%</b>



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

12. Chạy 30 m luân cọc.
13. Di chuyển thực hiện đòn đá vào đích.
14. Chân đeo bao chì tập rút gối.
- 15.. Đá móc chân sau đeo bao chì
16. Hai chân buộc chun thực hiện đòn đá.
17. Đá móc hai chân vào đích
18. Đá hai đích đối diện cách 3,4m
19. Đá móc chân sau vào đích
20. Đứng lên ngồi xuống đá hai chân vào đích
21. Quét trước và quét sau 5 lần/1 chân tốc độ
22. Di chuyển chéo đá bao liên tục trong 30s
23. Thực hiện đòn đá vào giáp bạn tập
24. Thực hiện đòn đá vào bao cát theo tín hiệu

Thông qua khảo sát thực tiễn giảng dạy môn võ thuật CAND cho học viên trường CĐCSNDI, đồng thời tiến hành quan sát các giờ giảng dạy và huấn luyện môn võ thuật cho thấy, thời gian dành cho huấn luyện thể lực chuyên môn võ thuật còn một số tồn tại và những hạn chế nhất định sau:

- Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện thể lực võ thuật cho học viên trường CĐCSNDI tuy có nhưng không được sử dụng một cách thường xuyên, các bài tập mới chỉ sử dụng theo kinh nghiệm của các giáo viên, các bài tập chưa có sự thay đổi nhiều, một số bài tập đã không còn phù hợp với xu hướng huấn luyện trong giai đoạn hiện nay.

- Thời gian dành cho huấn luyện thể lực cho học viên trong tập luyện võ thuật còn chưa thống nhất, mỗi buổi tập các giảng viên lại ứng dụng những khoảng thời gian khác nhau để huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên.

- Tiến trình giảng dạy huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên tập luyện võ thuật phân bổ nội dung còn chưa hợp lý.

### 3. KẾT LUẬN

Qua kết quả nghiên cứu cho thấy những hạn chế trong công tác giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn môn Võ thuật CAND cho học viên năm thứ nhất trường CĐCSNDI còn nhiều hạn chế về cơ sở

vật chất, dụng cụ tập luyện; Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện thể lực võ thuật cho học viên trường CĐCSNDI không được sử dụng thường xuyên, chủ yếu theo kinh nghiệm của các giảng viên, các bài tập chưa có sự thay đổi nhiều, một số bài tập đã không còn phù hợp với xu hướng huấn luyện trong giai đoạn hiện nay; Thời gian dành cho huấn luyện thể lực cho học viên trong tập luyện võ thuật còn chưa thống nhất; Tiến trình giảng dạy huấn luyện thể lực chuyên môn phân bổ nội dung còn chưa hợp lý.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Học viện biên phòng (2007), *Giáo trình võ thuật, Học viện biên phòng*, Bộ tư lệnh Bộ đội Biên phòng.
2. *Giáo trình võ thuật Công an nhân dân (2012-2013)*, Nxb CAND, Hà Nội.
3. Trần Tuấn Hiếu (2004), *Nghiên cứu sự phát triển sức mạnh tốc độ của nam vận động viên Karatedo lứa tuổi 12 -15*, Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TĐTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Xuân Sinh (2006), *Giáo trình nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
5. Đặng Thị Hồng Nhung (2011), *Nghiên cứu tố chất thể lực chuyên môn để nâng cao hiệu quả một số kỹ thuật tấn công của VĐV nữ Karatedo đội tuyển quốc gia*, Luận án tiến sĩ khoa học giáo dục, Viện khoa học Thể dục thể thao, Hà Nội.

**Nguồn bài báo:** bài báo trích từ kết quả nghiên cứu luận văn thạc sĩ GDH của tác giả Nguyễn Văn Hào với tên đề tài: “Nghiên cứu bài tập nâng cao thể lực chuyên môn võ thuật CAND cho Nam học viên năm thứ nhất trường CĐCSNDI”. Luận văn đã bảo vệ thành công tại trường Đại học SPTĐTT Hà Nội năm 2023.

**Ngày nhận bài:** 12/9/2024; **Ngày duyệt đăng:** 20/11/2024.