

# ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ ỨNG DỤNG BÀI TẬP NÂNG CAO KỸ THUẬT BẮN SÚNG TIỂU LIÊN AK CHO NAM HỌC VIÊN NĂM THỨ 2 HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

ThS. Trần Xuân Khang<sup>1</sup>

**Tóm tắt:** Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, dựa trên cơ sở nghiên cứu lý luận và thực tiễn, đề tài đã lựa chọn được 10 bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện An ninh nhân dân và 04 test đánh giá hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện An ninh nhân dân. Thông qua ứng dụng cho thấy các bài tập đã có tác dụng nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện An ninh nhân dân.

**Từ khóa:** Bài tập, bắn súng tiểu liên AK, nam học viên năm thứ 2, Học viện An ninh nhân dân.

**Abstract:** Utilizing conventional scientific research methods, based on theoretical and practical research, this study selected 10 exercises to improve AK submachine gun shooting technique effectiveness for second-year male students at the People's Security Academy and 04 tests to evaluate AK submachine gun shooting technique effectiveness for these students. Through application, the exercises have shown positive effects in enhancing the AK submachine gun shooting technique effectiveness for second-year male students at the People's Security Academy.

**Keywords:** Exercises, AK submachine gun shooting, second-year male students, People's Security Academy.

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Môn học Giáo dục quốc phòng (GDQP) trong các trường Công an nhân dân nói chung và trong Học viện An ninh nhân dân (ANND) nói riêng bao gồm nhiều nội dung khác nhau, trang bị cho cán bộ, chiến sỹ những kiến thức cơ bản về lý thuyết và thực hành sử dụng thành thạo các loại vũ khí quân dụng, công cụ hỗ trợ được trang bị, các động tác kỹ thuật, chiến thuật chiến đấu nhằm đáp ứng được yêu cầu tấn công, truy bắt tội phạm trong cuộc đấu tranh phòng chống tội phạm ngày càng phức tạp, nguy hiểm và quyết liệt hiện nay. Bắn súng tiểu liên AK là bài bắn đầu tiên của môn GDQP nên mỗi học viên sẽ gặp nhiều khó khăn khi bước vào học tập, mặt khác môn học tiếp xúc với súng quân dụng và tiếng nổ lớn gây tâm lý sợ hãi, lo lắng sẽ ảnh hưởng lớn đến kết quả bắn đạn thật. Môn học GDQP nói chung và bài bắn súng tiểu liên AK nói riêng tại Học viện ANND luôn được quan tâm, chú trọng đổi mới phương pháp, nội dung tập luyện, tuy nhiên chưa có đề tài nào tập trung nghiên cứu bài tập (BT) nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2, số lượng các bài tập chưa phong phú và đa dạng, cơ sở vật chất, súng, đạn, các phương tiện đổi mới còn hạn chế, học viên thực hiện yếu lĩnh, kỹ thuật động tác còn nhiều sai sót, tập luyện với súng quân dụng dễ gây nhầm chán. Đây chính là nguyên nhân chủ yếu dẫn đến kết quả bắn

đạn thật chưa đồng đều ở từng khóa học.

Trên cơ sở phân tích thực trạng và tính thiết thực của vấn đề, nhằm khắc phục những hạn chế trên, góp phần nâng cao chất lượng tập luyện và thành tích bắn đáp ứng yêu cầu dạy học ngày càng cao trong tình hình hiện nay, vì vậy đề tài mạnh dạn nghiên cứu: **Đánh giá hiệu quả ứng dụng BT nâng cao kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND.**

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn, tọa đàm; Qan sát sự phạm; Kiểm tra sự phạm; Thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND

Trên cơ sở tham khảo tài liệu chuyên môn, phỏng vấn lấy ý kiến các chuyên gia, huấn luyện viên bắn súng và nghiên cứu thực tế công tác giảng dạy GDQP tại Học viện ANND, đề tài đã thống kê được 16 BT mang tính khoa học nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND. Sau đó tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia, giảng viên, huấn luyện viên để lựa chọn BT. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Theo nguyên tắc chỉ lựa chọn BT có độ tin cậy cao với số phiếu phỏng vấn đồng ý từ 80% trở lên.

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn BT nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiêu liên AK**

STT	Các BT	Kết quả			
		Đồng ý		Không đồng ý	
		Số lượng	Tỷ lệ (%)	Số lượng	Tỷ lệ (%)
1	Nằm sấp chống đẩy	24	80.00	6	20.00
2	Chạy bền cự li 3000 m	15	50.00	15	50.00
3	Co tay xà đơn, gập bụng nâng gối	17	56.67	13	43.33
4	Tập động tác nằm chuẩn bị tư thế có kê vạch	25	83.33	5	16.67
5	Nằm sấp chống 2 khuỷu tay	22	73.33	8	26.67
6	BT giữ đường ngắm ổn định	26	86.67	4	13.33
7	Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn khi không giương súng	28	93.33	2	6.67
8	Tập động tác tăng cò giai đoạn 1 khi giương súng	21	50.0	9	50.0
9	Tập động tác tăng cò giai đoạn 2 khi giương súng	16	53.33	14	46.67
10	Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn khi giương súng AK bắn khan	24	80.0	6	20.0
11	Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn với súng laze	28	93.33	2	6.67
12	Tập động tác giữ súng với bệ tỷ có bộ phận lò xo	29	96.67	1	3.33
13	Sử dụng dây kéo lên đạn tạo sức giật của súng khi tập	29	96.67	1	3.33
14	BT theo nhóm	15	50.0	15	50.0
15	Tập ngắm bắn trúng, chụm	29	96.67	1	3.33
16	Tập bắn tính điểm	50	100	-	-

Vì vậy, nghiên cứu đã lựa chọn 10 BT sau:

1. Nằm sấp chống đẩy (20 cái/lần, 2 lần/buổi tập, quãng nghỉ 2 phút).

2. Tập động tác nằm chuẩn bị tư thế có kê vạch (5 lần/buổi, quãng nghỉ 20 giây).

3. BT giữ đường ngắm ổn định (5 phút/lần, 2 lần/buổi, quãng nghỉ 10 phút).

4. Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn khi không giương súng (10 lần/buổi, quãng nghỉ 20 giây).

5. Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn khi giương súng AK bắn khan (5 lần/loạt, 4 loạt/buổi, quãng nghỉ 30 giây).

6. Tập động tác tăng cò 2 giai đoạn với súng laze (5 lần/loạt, 4 loạt/buổi, quãng nghỉ 30 giây).

7. Tập động tác giữ súng với bệ tỷ có bộ phận lò xo (5 lần/loạt, 4 loạt/buổi, quãng nghỉ 30 giây).

8. Sử dụng dây kéo lên đạn tạo sức giật của súng khi tập (5 lần/loạt, 3 loạt/buổi, quãng nghỉ 30 giây).

9. Tập ngắm bắn trúng, chụm (3 lần/loạt, 3 loạt/buổi, quãng nghỉ 30 giây).

10. Tập bắn tính điểm (5 viên/buổi bắn, 2 buổi bắn).

## 2.2. Xác định hiệu quả ứng dụng các BT nâng cao kỹ thuật bắn súng tiêu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND

### 2.2.1. Tiến hành thực nghiệm

Nghiên cứu tiến hành phương pháp thực nghiệm sư phạm so sánh song song, áp dụng các BT đã chọn cho đối tượng thực nghiệm là các nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND. Gồm 200 nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND chia thành 2 nhóm:

- Nhóm thực nghiệm (100 học viên): huấn luyện bằng các BT đã lựa chọn thông qua nghiên cứu.

- Nhóm đối chứng: huấn luyện bằng các bài tập đang giảng dạy tại Học viện ANND.

Các điều kiện học tập trong quá trình thực nghiệm của hai nhóm là như nhau.

Trong quá trình thực nghiệm, nghiên cứu sử dụng 04 test thường dùng để kiểm tra kỹ thuật bắn súng tiêu liên AK theo giáo trình giảng dạy của Học viện ANND gồm:

1. Bắn chụm (mm)
2. Bắn trúng (mm)
3. Bắn kiểm tra độ chụm (cm)
4. Kiểm tra kết quả bắn đạn thật (điểm)

### 2.2.2. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Để đảm bảo tính khách quan và khoa học trong quá trình thực hiện, trước khi thực nghiệm các BT đã chọn, nghiên cứu sử dụng các test đã xác định để kiểm tra, đánh giá mức độ đồng đều về yếu lĩnh, kỹ thuật động tác và kết quả bắn đạn thật súng tiêu liên AK giữa nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng,

sau đó đối chiếu, so sánh kết quả kiểm tra giữa 2 nhóm. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Kết quả bắn súng tiểu liên AK của nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND ở nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng trước thực nghiệm có sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê với  $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.66$  ở ngưỡng xác suất  $p > 0.05$ .

Như vậy, kết quả kiểm tra đã cho thấy trình độ tập luyện ban đầu về yếu lĩnh, kỹ thuật, động tác và kết quả bắn súng tiểu liên AK của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng trước thực nghiệm là đồng đều với nhau, không có sự khác biệt đáng kể.

### 2.2.3. Kết quả sau thực nghiệm

Sau khi áp dụng kế hoạch tập luyện các BT đã lựa chọn trên nhóm thực nghiệm, nghiên cứu tiếp tục sử dụng 4 test kiểm tra song song kỹ thuật, động tác và kết quả bắn súng tiểu liên AK cho cả hai nhóm thực nghiệm và đối chứng, sau đó so sánh, đối chiếu kết quả kiểm tra của 2 nhóm. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Sau thời gian thực nghiệm các BT đã lựa chọn, kết quả bắn súng tiểu liên AK của nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND đã được nâng lên rõ rệt. Kết quả thu được của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với  $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.66$  ở ngưỡng xác suất  $p < 0.05$ . Như vậy, sau thực nghiệm yếu lĩnh, kỹ thuật thực hành bắn súng tiểu liên AK của NTN tốt hơn NĐC.

## 3. KẾT LUẬN

Qua quá trình nghiên cứu, đã lựa chọn được 10 BT

nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND. Đối chiếu tiêu chuẩn đánh giá kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK giữa NTN và NĐC sau thực nghiệm cũng cho thấy kết quả của nhóm thực nghiệm cao hơn hẳn nhóm đối chứng. Như vậy, kết quả nghiên cứu chứng minh được 10 BT và kế hoạch thực nghiệm mà nghiên cứu đã xây dựng có hiệu quả nâng cao thành tích bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Bộ môn Quân sự, võ thuật, thể dục thể thao (2016), *Tập bài giảng Giáo dục quốc phòng (2016)*, Thư viện Học viện ANND.
3. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Quân đội nhân dân Việt Nam - BQP (2003), *Sách dạy sử dụng súng tiểu liên AK cỡ 7.62mm*, Nxb Quân đội nhân dân.
5. Tổng cục Xây dựng lực lượng- BCA (2016), *Tài liệu Huấn luyện Quân sự và sử dụng Công cụ hỗ trợ*, Nxb Công an nhân dân.

*Nguồn bài báo: trích từ luận văn thạc sỹ: “Lựa chọn BT nâng cao hiệu quả kỹ thuật bắn súng tiểu liên AK cho nam học viên năm thứ 2 Học viện ANND”, Trần Xuân Khang, Học viện ANND, 2019.*

*Ngày nhận bài: 10/11/2024; Ngày duyệt đăng: 25/1/2025.*

**Bảng 2. Kết quả bắn súng tiểu liên AK của 2 nhóm TTN**

TT	Test kiểm tra	NTN (n=100)		NĐC (n=100)		Kết quả	
		$\bar{X}$	$\pm \delta$	$\bar{X}$	$\pm \delta$	t	p
1	Bắn chụm (mm)	6.59	0.97	6.46	0.96	0.95	>0,05
2	Bắn trúng (mm)	6.29	0.87	6.17	0.76	1.04	>0,05
3	Bắn kiểm tra độ chụm (cm)	7.19	0.89	7,05	0.86	1.13	>0,05
4	Kiểm tra kết quả bắn đạn thật (điểm)	6.98	0.54	6.91	0.46	0.99	>0,05

**Bảng 3. Kết quả bắn súng tiểu liên AK của 2 nhóm STN**

TT	Test kiểm tra	NTN (n=100)		NĐC (n=100)		Kết quả	
		$\bar{X}$	$\pm \delta$	$\bar{X}$	$\pm \delta$	t	p
1	Bắn chụm (mm)	7.27	0.98	6.64	0.86	4.83	<0.05
2	Bắn trúng (mm)	7.15	0.78	6.33	0.66	8.03	<0.05
3	Bắn kiểm tra độ chụm (cm)	7.85	0.98	7.12	0.86	5.59	<0.05
4	Kiểm tra kết quả bắn đạn thật (điểm)	7.87	0.94	7.15	0.92	5.47	<0.05