

THỰC TRẠNG HÌNH THÁI, THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ ĐẠI HỌC KINH TẾ THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Nguyễn Ngọc Hưng¹; Huỳnh Vĩnh Hưng¹; Lê Tiến Dũng²; Võ Văn Xuân³

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học trong Thể dục thể thao như sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn; Quan sát sự phạm và toán học thống kê. Nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam vận động viên đội tuyển Bóng đá Đại học Kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh (ĐHKTP.HCM), Qua kiểm thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam vận động viên đội tuyển Bóng đá ĐHKTP.HCM cho thấy thực trạng thành tích các chỉ số đánh giá hình thái là có độ đồng đều; 5/6 test thể lực có độ đồng nhất cao và có 1/6 test thể lực có độ đồng nhất trung bình và 4/6 test kỹ thuật có độ đồng nhất cao, 2/6 test có độ đồng nhất trung bình. Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.

Từ khóa: Đội tuyển bóng đá nam, hình thái, kỹ thuật, thể lực, thực trạng.

Abstract: By scientific research methods in Physical Education and Sports as follows: Document analysis and synthesis; Interview; Pedagogical observation and statistical mathematics. The study selected 3 morphological indicators and 12 tests to assess the physical strength and technique of male athletes of the Ho Chi Minh City University of Economics Football team (UEH). Through checking the actual status of morphology, physical strength and technique of male athletes of the Ho Chi Minh City University of Economics Football team, it was shown that the actual performance of the morphological assessment indicators was uniform; 5/6 physical tests had high uniformity and 1/6 physical tests had average uniformity and 4/6 technical tests had high uniformity, 2/6 tests had average uniformity. The average values of the tests were representative of the sample set except for the standard ball passing test with the dominant foot (the ball) which was a test result that was not representative of the sample set.

Keywords: Men's football team, form, technique, fitness, current situation.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

ĐHKTP.HCM là một cơ sở giáo dục đại học dẫn đầu Việt Nam trong nhiều lĩnh vực như đào tạo, nghiên cứu, công bố công trình khoa học, cơ sở hạ tầng, thư viện, chăm sóc người học, tỉ lệ sinh viên (SV) tốt nghiệp có việc làm ... Để có được những điều trên là nhờ sự đóng góp rất lớn của đội ngũ giảng viên, viên chức - người lao động, nhà nghiên cứu cho đến SV, dưới sự lãnh đạo, quản lý và tầm nhìn tài tình của Ban Giám đốc và Hội đồng Đại học.

Giải Bóng đá Thanh niên SV Việt Nam là giải đấu có quy mô lớn nhất cho SV tại Việt Nam. Giải được tổ chức với nhiều khu vực khác nhau từ đó chọn ra các đội xuất sắc để tham dự vòng chung kết. Đến năm 2024 giải đấu đã được tổ chức lần thứ III, giải đấu năm nay được đánh giá là có chất lượng chuyên môn cũng như tính cọt sát và khắc nghiệt đòi hỏi các cá nhân, đội tuyển phải có nền tảng thể lực, kỹ thuật, chiến thuật cũng như tính toán kỹ lưỡng.

Từ trước năm 2024, ĐHKTP.HCM rất ít khi

tham gia các giải thể thao trong hệ thống thể thao SV. Năm học 2023-2024 là năm đầu tiên Ban giám đốc ĐHKTP.HCM đã xây dựng kế hoạch và tổ chức giải UEH League cho SV ĐHKTP.HCM với quy mô thi đấu vòng tròn 2 lượt. Cụ thể 10 đội bóng xuất sắc nhất đại diện cho 10 Khoa, Viện của ĐHKTP.HCM sẽ đá vòng tròn 2 lượt đi - lượt về. Đồng thời định hướng cho Trung tâm Giáo dục Thể chất chuẩn bị lực lượng, điều kiện để đội tuyển Bóng đá nam ĐHKTP.HCM có thể tham gia giải Bóng đá Thanh niên SV Việt Nam lần thứ III năm 2024. Qua quá trình quan sát giải Bóng đá UEH League cũng như việc tập trung, hội quân và huấn luyện các vận động viên (VĐV) trong giai đoạn chuẩn bị gặp nhiều khó khăn, do đây là lần đầu tiên đội tuyển được thành lập và tập trung. Để có thể có những đánh giá khách quan, trung thực và điều chỉnh chính xác trong chương trình huấn luyện đòi hỏi phải có quá trình kiểm tra đánh giá về các yếu tố của trình độ tập luyện như: Hình thái, thể lực, kỹ thuật, chức năng, tâm lý, chiến thuật ... Từ đó tác giả quyết định

1: Đại học Kinh Tế Thành phố Hồ Chí Minh

2: Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

3: Trường THPT Nguyễn Trung Trực tỉnh Tây Ninh

lựa chọn hướng nghiên cứu: **“Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM”** qua đó có những đánh giá và xác định trình độ tập luyện của các VĐV được tốt hơn để làm tiền đề điều chỉnh các yếu tố tác động đến công tác huấn luyện.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn tọa đàm; kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Tổng hợp, phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM

Để lựa chọn được các test, chỉ số đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM qua phân tích tổng hợp tài liệu có liên quan về quy trình lập test, đồng thời thu thập, thống kê các test đã được sử dụng, nghiên cứu tiến hành lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM có phiếu phỏng vấn cao ($\geq 80\%$) ở 2 lần phỏng vấn, để chặt chẽ hơn nghiên cứu còn sử dụng kiểm định χ^2 . Kết quả cho thấy: Theo nguyên tắc đề ra nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực

và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM gồm:

- **3 chỉ số hình thái:** (1) Chiều cao (cm); (2) Cân nặng (kg); (3) Chỉ số Quetelet (g/cm³).

- **6 test thể lực:** (4) Bật xa tại chỗ (cm); (5) Chạy 30m XPC (giây); (6) Chạy 5 x 30m (s); (7) Chạy con thoi 5-10-15-20-25m (s); (8) Yo-Yo test (m); (9) Dẻo gập thân (cm).

- **6 test kỹ thuật:** (10) Sút bóng cố định chân thuận (quả); (11) Chuyển bóng chuẩn chân thuận (quả); (12) Ném biên tại chỗ (m); (13) Dẫn bóng luôn cọc sút cầu môn (s); (14) Tang bóng (lần); (15) Đá bóng xa bằng chân thuận (m).

2.2. Kiểm định độ tin cậy các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM

Nghiên cứu tiến hành kiểm định độ tin cậy các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra các test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM có $r_{\text{tính}}$ từ 0.83 đến 0.97 (với $P < 0.05$). Như vậy các test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển

Bảng 1. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHK TP.HCM

STT	Test	Ban đầu (n=25)		Retest (n=25)		r	P
		\bar{X}	S_x	\bar{X}	S_x		
1	Chạy 30m xpc (s)	4.15	0.24	4.24	0.25	0.91	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	216.72	6.05	215.16	6.14	0.92	<0.05
3	Dẻo gập thân (cm)	8.20	0.75	8.18	0.76	0.96	<0.05
4	Chạy 5 X 30m (s)	21.71	1.25	21.80	1.23	0.97	<0.05
5	Chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s)	25.15	1.0	25.35	0.9	0.92	<0.05
6	Chạy Yo -Yo test (m)	771.2	85.26	774.4	82.37	0.96	<0.05
7	Dẫn bóng luôn cọc sút cầu môn (s)	6.38	0.23	6.47	0.26	0.83	<0.05
8	Tang bóng (lần)	40.52	3.79	41.16	3.5	0.94	<0.05
9	Sút bóng cố định chân thuận (quả)	7.52	0.82	7.76	0.60	0.86	<0.05
10	Chuyển bóng chuẩn chân thuận (quả)	6.08	0.95	6.20	0.87	0.84	<0.05
11	Đá bóng xa bằng chân thuận (m)	32.88	2.24	32.64	1.91	0.84	<0.05
12	Ném biên tại chỗ (m)	20.68	1.52	20.90	1.65	0.93	<0.05

Bóng đá ĐHKH TP.HCM có độ tin cậy ở trung bình đến rất cao. Điều này cho thấy 12 test trên điều có đủ độ tin cậy và có tính khả thi để đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM.

Đối với 3 chỉ số hình thái là chiều cao (cm), cân nặng (kg) và Quetelet (g/cm^2) là những chỉ số có độ tin cậy và hàm lượng khoa học cao được nhiều nhà khoa học đưa vào quá trình kiểm tra đánh giá về hình thái. Bên cạnh đó những chỉ số này được đo lường bằng những dụng cụ, phương tiện điện tử hiện đại và chính xác do đó hệ số sai số là rất thấp. Nên 3 chỉ số trên đảm bảo độ tin cậy.

Như vậy qua các bước nghiên cứu bài viết đã chọn ra được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM.

2.3. Đánh giá thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM

TP.HCM

Để đánh giá thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM trên các số liệu kiểm tra thu được nghiên cứu đã tiến hành tính toán các tham số thống kê cơ bản như: Giá trị trung bình (\bar{X}), độ lệch chuẩn (S_x), hệ số biến thiên (C_v) thu được kết quả ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy:

Chỉ số hình thái: Trong 3 chỉ số đánh giá hình thái của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM có 3/3 nội dung có $C_v < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao. Giá trị trung bình của các chỉ số hình thái có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Về thể lực: Qua 6 nội dung kiểm tra thể lực của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM có 1/6 nội dung có $C_v > 10\%$ mẫu có độ đồng nhất trung bình là chạy Yo -Yo test (m). Có 5/6 nội dung có $C_v < 10\%$ mẫu có độ đồng nhất cao là chạy 30m xpc (s), bật xa tại chỗ (cm), dẻo gập thân (cm), chạy 5 X

Bảng 2. Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM

STT	TEST/CHỈ SỐ	\bar{X}	S_x	C_v	ϵ
<i>Hình thái</i>					
1	Chiều cao (cm)	170.3	5.18	3.0	0.01
2	Cân nặng (kg)	65.2	4.15	6.4	0.03
3	Quetelet	382.5	18.84	4.9	0.02
<i>Thể lực</i>					
1	Chạy 30m xpc (s)	4.15	0.24	5.8	0.02
2	Bật xa tại chỗ (cm)	216.72	6.05	2.8	0.01
3	Dẻo gập thân (cm)	8.20	0.75	9.2	0.04
4	Chạy 5 X 30m (s)	21.71	1.25	5.7	0.02
5	Chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s)	25.15	1.00	4.0	0.02
6	Chạy Yo -Yo test (m)	771.20	85.26	11.1	0.05
<i>Kỹ thuật</i>					
7	Dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s)	6.38	0.2	3.6	0.02
8	Tâng bóng (lần)	40.52	3.8	9.3	0.04
9	Sút bóng cố định chân thuận (quả)	7.52	0.82	10.9	0.05
10	Chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả)	6.08	0.95	15.69	0.06
11	Đá bóng xa bằng chân thuận (m)	32.88	2.24	6.82	0.03
12	Ném biên tại chỗ (m)	20.68	1.52	7.35	0.03

30m (s), chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s). Giá trị trung bình của các chỉ số hình thái có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Về kỹ thuật: Với 6 nội dung kiểm tra kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM có 2/6 test có $C_v > 10\%$ mẫu có độ đồng nhất trung bình là sút bóng cố định chân thuận (quả), chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả). Có 4/6 test có $C_v < 10\%$ mẫu độ đồng nhất cao là dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s), tâng bóng (lần), đá bóng xa bằng chân thuận (m), ném biên tại chỗ (m). Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.

3. KẾT LUẬN

Thông qua quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM.

Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM có các chỉ số đánh giá hình thái là có độ đồng đều; 5/6 test thể lực có độ đồng nhất cao và có 1/6 test thể lực có độ đồng nhất trung bình và 4/6 test kỹ thuật có độ đồng nhất cao, 2/6 test có độ đồng nhất trung bình. Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ môn Bóng đá (2013), “*Giáo trình chuyên sâu Bóng đá*”, Trường Đại học Thể dục Thể thao

Thành phố Hồ Chí Minh.

2. Dương Nghiệp Chí – Trần Quốc Tuấn, Viện Khoa học TDTT, “*Nghiên cứu các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của VĐV bóng đá trẻ nam từ 11 – 18 tuổi*”, Nxb TDTT Hà Nội, 2004.

3. Nguyễn Đăng Chiêu (2004), “*Nghiên cứu lượng vận động sinh lý của các VĐV Bóng đá lứa tuổi 15 - 16 và 17 - 18 trong thời kỳ chuẩn bị cơ bản*”, Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội

4. Trần Mạnh Hùng (2023), “*Nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV Bóng đá U15 đội tuyển trẻ quốc gia sau hai năm tập luyện*” Luận án Tiến sĩ giáo dục học.

5. Trịnh Hữu Lộc – Ngô Hữu Phúc – Lâm Văn Vũ – Phạm Thái Vinh (2015), “*Giáo trình Bóng đá*”, Nxb ĐHQG TP.HCM.

6. Đỗ Vĩnh, Huỳnh Trọng Khải (2010), “*Thống kê học trong TDTT*”, Nxb TDTT.

7. Đỗ Vĩnh, Trịnh Hữu Lộc (2010), “*Giáo trình Đo lường thể thao*”, Nxb TDTT.

8. Đỗ Vĩnh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đè (2016), “*Giáo trình Lý thuyết phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*”, Nxb ĐHQG TP.HCM.

Nguồn bài báo: Trích từ sáng kiến kinh nghiệm cấp trung tâm “Đánh giá sự phát triển hình thái, thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Bóng đá ĐHKH TP.HCM sau giai đoạn chuẩn bị”, thông qua tại Trung tâm Giáo dục Thể chất ĐHKH TP.HCM.

Ngày nhận bài: 20/12/2024; Ngày duyệt đăng: 25/01/2025.

