

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA NỮ SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN KARATEDO TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP

TS. Phạm Cao Cường¹; TS. Phạm Quang Đức²

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê. Chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn (TLCM) của nữ sinh viên đội tuyển Karatedo Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp (ĐH KTKTCN) qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test đánh giá trình độ tập luyện TLCM của nữ sinh viên đội tuyển Karatedo Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp, đồng thời đánh giá thực trạng trình độ TLCM cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; thể lực chuyên môn; nữ sinh viên; Đội tuyển Karatedo; Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp.

Abstract: This study employed various methods including: literature review; interviews and discussions; pedagogical testing; and mathematical statistics. We undertook a necessary assessment of the current state of specialized physical fitness (SPF) levels among female Karatedo athletes at the University of Economics and Industrial Technology (UNETI) throughout different training phases. The research involved selecting appropriate tests to evaluate the training level of SPF in female Karatedo athletes from UNETI, while simultaneously assessing the current SPF levels of the study subjects.

Keywords: Construction; standards; specialized physical fitness; female students; Karatedo team; University of Economics and Industrial Technology

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Câu lạc bộ (CLB) Karatedo trường ĐH KTKTCN được thành lập năm 2020, dưới sự quản lý của giáo viên dạy Karatedo thuộc Khoa Giáo dục thể chất. Phong trào tập luyện tại các CLB Karatedo của nhà trường đã cụ thể hoá mục đích hoạt động, với mục tiêu: Rèn luyện sức khoẻ để học tập tốt; rèn luyện phẩm chất đạo đức, ý thức tổ chức kỷ luật; gìn giữ và phát huy tình yêu quê hương, đất nước, tình cảm gia đình, bạn bè đồng nghiệp và tình thầy trò... Trên cơ sở đó, tạo điều kiện cho sinh viên (SV) tham gia các CLB của trường thi đấu các giải Karatedo của thành phố và Bộ Giáo dục và Đào tạo cho SV... Việc nâng cao trình độ TLCM cho nữ SV đội tuyển Karatedo của Trường ĐH KTKTCN là nhu cầu cấp thiết để nâng cao thành tích của đội. Trong thi đấu Karatedo, TLCM có vai trò đặc biệt quan trọng trong tấn công và phòng thủ. Mặc dù có chương trình giảng dạy môn Karatedo cho đội tuyển Karatedo của Trường ĐH KTKTCN, song huấn luyện TLCM cho nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN lại chưa được quan tâm nghiên cứu đúng mức. Vì vậy, nghiên cứu đánh giá TLCM cho nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN là cần thiết.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của vấn đề cần

nghiên cứu nhằm phát triển đội tuyển Karatedo nữ của Trường ĐH KTKTCN, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **Thực trạng trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN.**

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Với mục đích lựa chọn các test ứng dụng nhằm đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu phù hợp điều kiện thực tiễn của nhà trường, chúng tôi đã tiến hành điều tra thực trạng về các hình thức, về các nội dung kiểm tra và các chỉ tiêu thường được áp dụng trong việc đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu thông qua hình thức phỏng vấn. Đối tượng phỏng vấn là 30 huấn luyện viên, giáo viên trực tiếp làm công tác giảng dạy, huấn luyện SV, vận động viên Karatedo. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 đã lựa chọn được 08 test ứng dụng trong đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN (đa số ý kiến lựa chọn các test có số điểm đạt 70% tổng điểm trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 08 test ở trên

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá TLCM cho nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN (n=30)

TT	Phân loại	Test	Tán thành (số người)	Tỷ lệ %
1	Nhóm test thể lực	Giật tạ 15kg 15s (lần)	23	76.6
2		Chạy 30m (s)	26	86.6
3		Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	23	76.6
4		Nhảy dây 30s (lần)	25	83.3
5		Gánh tạ 20kg nhảy cắt kéo 10s (lần)	18	60.0
6		Bật xa tại chỗ (cm)	20	66.6
7	Nhóm test kỹ thuật	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	25	83.3
8		Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	23	76.6
9		Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	26	86.6
10		Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	25	83.3
11		Di chuyển ziczăc tay trước+tay sau vào 20 mục tiêu (s)	20	66.6
12		Đấm hai tay tốc độ vào đích cố định 10s (lần)	18	60.0

để đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Để phân loại trình độ TLCM đề tài sử dụng phương pháp 2đ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra đối tượng kiểm tra gồm: (20 nữ SV). Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test trình độ TLCM của vận động viên nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Để xây dựng bảng điểm đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN (Tổng số nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN được kiểm tra là 20 nữ SV); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và sử dụng quy tắc 2đ tiến hành để đánh giá kết quả kiểm tra của từng test riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các test, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các test 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.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Bảng 2. Bảng tiêu chuẩn xếp loại TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	<13.74	13.75-14.82	14.83-16.98	16.99-18.06	>18.07
2	Chạy 30m (s)	>5.99	5.98-5.75	5.74-5.27	5.26-5.03	<5.02
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	<13.64	13.65-14.67	14.68-16.73	16.74-17.76	>17.77
4	Nhảy dây 30s (lần)	<75.2	75.21-80.7	80.71-91.7	91.71-97.2	>97.21
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	<22.52	22.53-24.11	24.12-27.29	27.3-28.88	>28.89
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	<21.38	21.39-22.59	22.6-25.01	25.02-26.22	>26.23
7	Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	<14.64	14.65-15.72	15.73-17.88	17.89-18.96	>18.97
8	Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	<11.46	11.47-12.43	12.44-14.37	14.38-15.34	>15.35

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Trường ĐH KTKTCN

TT	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
2	Chạy 30m (s)	5.99	5.87	5.75	5.63	5.51	5.39	5.27	5.15	5.03	4.91
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
4	Nhảy dây 30s (lần)	75	78	81	83	86	89	92	94	97	100
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	23	21	22	23	24	25	26	27	28	29
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	21	20	21	22	23	24	25	26	27	28
7	Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
8	Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19

Qua kết quả tìm được tại bảng 2,3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 72
Khá	56 - 71
Trung bình	40 - 55
Yếu	32 - 39
Kém	≤ 31

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện nữ SV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

2.5. Thực trạng trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

Đánh giá thực trạng trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN

TT	Xếp loại	(n = 20)	
		n	%
1	Giỏi	3	15.00
2	Khá	6	30.00
3	Trung bình	8	40.00
4	Yếu	3	15.00
5	Kém	0	0.00

Qua bảng 5 cho thấy: Kết quả kiểm tra trình độ

TLCM cho nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN, ở loại giỏi tỉ lệ SV có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 15.00% ; Ở loại khá tỉ lệ nữ SV chiếm tỉ lệ 30.00% ; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 40.00% ; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 15.00% ; không có nữ SV đạt loại kém.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 08 test, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN. Qua đánh giá thực trạng trình độ TLCM của nữ SV đội tuyển Karatedo Trường ĐH KTKTCN cho thấy: Xếp giỏi tỉ lệ SV có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 15.00% ; Ở loại khá tỉ lệ nữ SV chiếm tỉ lệ 30.00% ; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 40.00% ; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 15.00% ; không có nữ SV đạt loại kém.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Đỗ Tuấn Cương (2009), *Nghiên cứu các bài tập phát triển TLCM đòn tay cho nam VĐV Karatedo đội tuyển quốc gia*, Luận văn thạc sỹ, ĐHTĐTT 1.
3. Trần Tuấn Hiếu, Nguyễn Đương Bắc (2001), *Giáo trình Karate*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Đặng Thị Hồng Nhung (2007), *Nghiên cứu nội dung, tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của nữ VĐV Karatedo lứa tuổi 16 – 18 Thành Phố Tuyên Quang*, Luận văn thạc sỹ giáo dục học, Đại học TĐTT 1.

Nguồn bài báo: trích từ kết quả đề tài nghiên cứu cấp trường “Lựa chọn hệ thống bài tập phát triển TLCM cho SV đội tuyển Karatedo Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp”, TS. Phạm Cao Cường, trường ĐH KTKTCN 2024.

Ngày nhận bài: 13/2/2025; Ngày duyệt đăng: 15/4/2025.