

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG BÀN HỌC VIỆN Y - DƯỢC HỌC CỔ TRUYỀN VIỆT NAM

TS. Nguyễn Thị Hương Giang¹

Tóm tắt: Đánh giá thực trạng trình độ sức mạnh tốc độ cho Nam sinh viên câu lạc bộ Bóng bàn Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test đánh giá trình độ tập luyện sức mạnh tốc độ của Nam sinh viên câu lạc bộ Bóng bàn Học viện Y-Dược học Cổ truyền Việt Nam, đồng thời đánh thực trạng trình độ sức mạnh cho đối tượng nghiên cứu.
Từ khóa: Thực trạng; Sức mạnh tốc độ; Nam sinh viên; Câu lạc bộ Bóng bàn; Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam...

Abstract: Evaluating the current state of speed-strength proficiency among male student-athletes within the Table Tennis Club at the Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy across various training periods is deemed imperative. The research methodology encompasses the selection of validated assessment protocols to ascertain the training efficacy in speed-strength for the aforementioned cohort, concurrently providing an empirical evaluation of their current strength attributes.
Keywords: Current Status; Speed-Strength; Male Students; Table Tennis Club; Vietnam University of Traditional Medicine and Pharmacy.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tế quá trình giảng dạy tại Học Viện Y Dược Học Cổ Truyền Việt Nam (HV YDHCT VN) cho thấy, để hoàn thành tốt nhiệm vụ đào tạo giảng dạy môn học giáo dục thể chất (GDTC) nói chung và phát triển các câu lạc bộ (CLB) nói riêng. Bộ môn GDTC ngoài nhiệm vụ giảng dạy còn có nhiệm vụ tổ chức hoạt động CLB thể thao sinh viên (SV) nhằm nâng cao thể lực và xây dựng đội tuyển các môn thể thao cho SV tại Học viện. Trong môn Bóng bàn, sức mạnh tốc độ (SMTĐ) là một tố chất thể lực đặc biệt quan trọng, vận động viên muốn thực hiện được đường Bóng nhanh, mạnh thì phải nâng cao tốc độ lăng tay, lực đánh Bóng lớn trong thời gian ngắn, SMTĐ tốt sẽ sử dụng kỹ thuật xử lý tình huống một cách chính xác và linh hoạt. Để đáp ứng lối chơi của Bóng bàn thì sự hoàn thiện tố chất SMTĐ là việc rất cần thiết.

Để phát triển CLB Bóng bàn cho SV Nam sinh HV YDHCT VN và tiến hành xây dựng đội tuyển Bóng bàn tại Học viện chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **Đánh giá thực trạng trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn Học viện Y-Dược học Cổ truyền Việt Nam.**

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

1: Bộ môn GDTC & GDQP -
Học viện Y - Dược học Cổ truyền Việt Nam

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu chúng tôi đã lựa chọn được 12 test đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN và tiến hành phỏng vấn 10 huấn luyện viên, chuyên gia, trọng tài... môn Bóng bàn. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 05 test ứng dụng trong đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN (đa số ý kiến lựa chọn các test có số điểm đạt 80% tổng điểm trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test ở trên để đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Để phân loại trình độ SMTĐ nghiên cứu sử dụng phương pháp 2δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra đối tượng kiểm tra gồm: (20 nam SV CLB Bóng bàn). Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2 và 3.

Qua bảng 2 và 3 để xác định test theo từng test

trình độ sức mạnh 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 trình độ SMTĐ

của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN (tổng số nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN được kiểm tra là 20 vận động viên); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và Chúng tôi 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

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN (n=20)

TT	Nội dung kiểm tra	Ưu tiên 1 (3đ)		Ưu tiên 2 (3đ)		Ưu tiên 3 (1đ)		Tổng điểm	%
		n	Đ	n	Đ	n	Đ		
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần).	14	42	4	8	2	2	52	86.67
2	Di chuyển ngang 3 m nhặt bóng 21 quả (s).	15	45	3	6	2	2	53	88.33
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả).	13	39	4	8	3	3	50	83.33
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	14	42	4	8	2	2	52	86.67
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả).	15	45	1	2	4	4	51	85.00

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại các chỉ tiêu đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

TT	Nội dung kiểm tra	Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần)	<26.16	26.17-28.33	28.34-32.67	32.68-34.84	>34.85
2	Di chuyển ngang 3 m nhặt bóng 21 quả (s)	>52.04	52.03-48.81	48.8-42.35	42.34-39.12	<39.11
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả)	<14.15	14.16-15.28	15.29-17.54	17.55-18.67	>18.68
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	<15.18	15.19-16.65	16.66-19.59	19.6-21.06	>21.07
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	<15.6	15.61-16.91	16.92-19.53	19.54-20.84	>20.85

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

TT	Nội dung kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Nằm sấp chống đẩy 20s (lần)	26	27	28	29	31	32	33	34	35	36
2	Di chuyển ngang 3 m nhặt bóng 21 quả (s)	52.04	50.43	48.81	47.20	45.58	43.97	42.35	40.74	39.12	37.51
3	Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
4	Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
5	Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 45
Khá	35 – 44
Trung bình	25 – 34
Yếu	20 – 24
Kém	≤ 19

Bảng 5. Thực trạng trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

TT	Xếp loại	n = 20	
		n	%
1	Giỏi	4	20.00
2	Khá	7	35.00
3	Trung bình	5	25.00
4	Yếu	2	10.00
5	Kém	0	0.00

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.

Qua bảng 3 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá sức bền chuyên môn theo từng nội dung của nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các huấn luyện viên, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện vận động viên 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 SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN

Đánh giá thực trạng trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Kết quả kiểm tra trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN, xếp loại giỏi tỉ lệ SV có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 20.00%; Ở loại khá tỉ lệ học viên chiếm tỉ lệ 35.00%; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 25.00%; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 10.00%; không có học viên đạt loại kém.

3. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test, đồng thời xây dựng bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN gồm:

- + Nắm sấp chống đẩy 20s (lần)
- + Di chuyển ngang 3 m nhặt bóng 21 quả (s)
- + Di chuyển giạt bóng 1/2 bàn 20s (quả)
- + Bạt bóng thuận tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)

- + Giạt bóng trái tay vào ô 1/4 bàn 20s (quả)
- Thực trạng trình độ SMTĐ của Nam SV CLB Bóng bàn HV YDHCT VN, xếp loại giỏi tỉ lệ SV có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 20.00%; Ở loại khá tỉ lệ học viên chiếm tỉ lệ 35.00%; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 25.00%; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 10.00%; không có học viên 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. Lê Thiết Can (1997), *Nghiên cứu và ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển tố chất thể lực trong quá trình huấn luyện VĐV bóng bàn nam 13-14 tuổi*, Luận án PTS, Viện KHTĐTT, Hà nội.
3. Mai Duy Diễm, Nguyễn Danh Thái (1980), *Sách giáo khoa bóng bàn*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Danh Thái, Vũ Thành Sơn (2007), *Bóng bàn*, Nxb TĐTT Hà Nội
5. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: được trích từ đề tài nghiên cứu cấp cơ sở của TS. Nguyễn Thị Hương Giang – Trưởng Bộ môn GDTC- GDQP tên đề tài: “Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ của Nam sinh viên câu lạc bộ Bóng bàn Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam”. Tại Học viện Y Dược học Cổ truyền Việt Nam, năm 2019.

Ngày nhận bài: 18/1/2025; Ngày duyệt đăng: 15/4/2025.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)