

Diễn biến các chỉ số, test đánh giá trình độ tập luyện của nữ vận động viên bóng đá cấp cao Việt Nam theo vị trí chuyên môn hóa sau 1 năm tập luyện

ThS. Bùi Thị Hiền Lương ■

TÓM TẮT:

Bằng phương pháp theo dõi dọc trên các nữ vận động viên (VĐV) bóng đá cấp cao Việt Nam sau 1 năm tập luyện, kết quả nghiên cứu đã xác định được đặc điểm diễn biến về các test đánh giá trình độ tập luyện (TĐTL) của các nhóm VĐV theo vị trí chuyên môn hóa thông qua các test đã lựa chọn. Kết quả nghiên cứu này sẽ là cơ sở khoa học cho việc nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá TĐTL cho VĐV theo từng vị trí chuyên môn thi đấu.

Từ khóa: trình độ tập luyện; đặc điểm diễn biến; kiểm tra đánh giá; nữ vận động viên bóng đá cấp cao, vị trí chuyên môn hóa.

ABSTRACT:

By the vertical watching method on Vietnamese elite female footballers after training for one year. The results have been identified the developing characteristics of the evaluating tests to the training level of the group of footballers by specialized positions through selected tests. These results will be the scientific basis to study for development process of the standards for assessing the training level for some footballers according to each competition position.

Keywords: training level; developing characteristic; evaluation and assessment; Elite female footballer; specialization position.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thể thao hiện đại, vấn đề đánh giá TĐTL một ý nghĩa đặc biệt quan trọng trong quá trình huấn luyện, nó giúp cho huấn luyện viên đánh giá một cách khách quan, đúng đắn tác động của lượng vận động tập luyện nhằm điều chỉnh kịp thời kế hoạch và phương pháp huấn luyện, đồng thời cũng giúp cho VĐV có thể tự đánh giá trình độ, năng lực thể thao của mình. Tuy nhiên, việc đánh giá TĐTL của các VĐV có trình độ khác nhau là không giống nhau. Nếu với các VĐV lớn tuổi có trình độ thành tích thể thao cao thì cần quan tâm đánh giá sự ổn định của thành tích. Nhưng với các VĐV trẻ, thành tích thể thao còn ở mức độ thấp thì cần quan tâm đánh giá kết quả kiểm tra trong quá trình phát triển.

Trong bóng đá, TĐTL của cầu thủ là khả năng biến đổi các chức năng sinh lý, sinh hoá, tâm lý và tố chất thể lực thích nghi ngày càng cao với quá trình tập luyện và thi đấu được thể hiện qua sự phát triển của thành tích thể thao. Vì vậy, khi đánh giá TĐTL của cầu thủ bóng đá cấp cao ở giai đoạn hoàn thiện thể thao, cần xác định đặc điểm diễn biến các yếu tố về thể lực, kỹ chiến thuật, y - sinh học và tâm lý theo

các các vị trí thi đấu khác nhau (tiền đạo, tiền vệ, hậu vệ, thủ môn...), để từ đó có làm căn cứ xây dựng tiêu chuẩn đánh giá TĐTL của VĐV.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, nhân trắc, kiểm tra sự phạm, kiểm tra tâm lý, kiểm tra y sinh học và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bằng các phương pháp phỏng vấn, kiểm định cơ sở khoa học các test, nghiên cứu đã xác lập được hệ thống các chỉ tiêu, các test chuyên môn đặc trưng đảm bảo độ tin cậy và giá trị thông báo cao nhằm đánh giá TĐTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao ở Việt Nam phù hợp với giai đoạn hoàn thiện thể thao, bao gồm 27 chỉ tiêu, test thuộc 05 nhóm yếu tố thành phần cấu thành TĐTL, bao gồm: nhóm yếu tố hình thái 03 chỉ tiêu; nhóm yếu tố thể lực 08 test; nhóm yếu tố kỹ - chiến thuật 07 test; nhóm yếu tố tâm lý 03 chỉ tiêu và nhóm yếu tố y sinh học 06 chỉ tiêu.

Trên cơ sở đó nghiên cứu đã tiến hành theo dõi dọc trong thời gian 12 tháng (căn cứ theo kế hoạch huấn luyện năm) thông qua các phương pháp kiểm tra

sư phạm, kiểm tra tâm lý, kiểm tra y sinh học. Quá trình theo dõi và kiểm tra được tiến hành vào 03 thời điểm: ban đầu, sau 6 tháng và sau 12 tháng tập luyện. Đối tượng kiểm tra là 174 nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam thuộc đội tuyển quốc gia và các câu lạc bộ bóng đá nữ trên toàn quốc theo các vị trí chuyên môn thi đấu (tiền đạo, tiền vệ, hậu vệ, thủ môn).

Cả 174 nữ VĐV bóng đá đều được tập luyện theo chương trình huấn luyện ở giai đoạn hoàn thiện thể thao. Quá trình theo dõi và kiểm tra được tiến hành thông qua 27 chỉ tiêu, test đánh giá TĐTL (thuộc 05 nhóm yếu tố thành phần cấu thành TĐTL của VĐV như đã nêu ở trên).

Nghiên cứu tiến hành so sánh kết quả kiểm tra trên đối tượng nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam theo 3 giai đoạn kiểm tra: ban đầu, sau 6 tháng và sau 12 tháng. Trong đó, kết quả kiểm tra ban đầu, sau 6 tháng sẽ lần lượt được so sánh với các kết quả kiểm tra giai đoạn sau 6 tháng và sau 12 tháng nhằm đánh giá đặc điểm diễn biến TĐTL của VĐV trong quá trình huấn luyện năm. Kết quả thu được như trình bày ở các bảng từ 1 đến 4.

Từ kết quả thu được ở các bảng 1 đến 4 cho thấy: Kết quả kiểm tra trên 27 chỉ tiêu, test đánh giá TĐTL

của đối tượng nghiên cứu (theo các vị trí chuyên môn thi đấu) qua các giai đoạn kiểm tra ban đầu và sau 6 tháng, cũng như sau 6 tháng đến sau 12 tháng không có khác biệt rõ rệt (với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$). Đồng thời nhịp tăng trưởng của các test cũng không tăng trưởng rõ, trung bình sau 6 tháng tăng 0.908% đến 1.499%.

Sau 12 tháng, kết quả kiểm tra các chỉ tiêu, các test so với thời điểm kiểm tra ban đầu đã có khác biệt rõ rệt với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 1.960$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Điều đó cho thấy, các nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam (theo các vị trí chuyên môn thi đấu: tiền đạo, tiền vệ, hậu vệ, thủ môn), các chỉ tiêu, các test đều có sự ổn định trong quá trình huấn luyện. Mức độ tăng trưởng về kết quả lập test sau 12 tháng tập luyện đã có gia tăng rõ rệt so với thời điểm ban đầu. Nói một cách khác, các chỉ tiêu, các test đánh giá TĐTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt nam đã có sự khác biệt và sự tăng trưởng rõ hơn sau 12 tháng tập luyện, với mức tăng trưởng trung bình đạt từ 1.821% đến 2.988%.

Từ kết quả phân tích nêu trên cho thấy, kết quả so sánh của các chỉ tiêu, các test đánh giá TĐTL đã có khác biệt đáng kể ở thời điểm kiểm tra ban đầu so với thời điểm sau 12 tháng tập luyện. Do đó, quá trình xây

Bảng 1. Diễn biến các test đánh giá TĐTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam qua các giai đoạn kiểm tra - nhóm vị trí tiền đạo (n = 32)

TT	Chỉ tiêu, test	Ban đầu $\bar{x} \pm \delta$ (1)	Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (2)	Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (3)	$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$	P
1	Chiều cao đứng (cm)	164.45±4.34	166.11±4.39	167.77±4.43	1.523	1.507	3.030	1.005	0.995	2.000	<0.05
2	Cân nặng (kg)	51.12±1.30	51.77±1.32	52.42±1.33	1.995	1.970	3.965	1.267	1.251	2.518	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	310.85±13.80	315.53±14.01	320.21±14.22	1.346	1.326	2.671	1.494	1.472	2.965	<0.05
4	Bật cao tại chỗ (cm)	42.66±1.04	43.11±1.05	43.56±1.06	1.729	1.710	3.439	1.054	1.043	2.098	<0.05
5	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.86±0.18	4.81±0.18	4.77±0.18	1.042	1.053	2.095	0.975	0.984	1.959	<0.05
6	Chạy 60 m xuất phát cao (s)	8.11±0.33	8.02±0.32	7.93±0.32	1.085	1.097	2.182	1.096	1.108	2.204	<0.05
7	Chạy con thoi 7 × 50 m (s)	60.44±2.32	59.85±2.30	59.26±2.28	1.021	1.031	2.051	0.980	0.989	1.969	<0.05
8	Cooper test (m)	2798.87±90.68	2832.60±91.78	2866.32±92.87	1.479	1.461	2.940	1.198	1.184	2.381	<0.05
9	Yo-Yo IR1 test (m)	1989.78±90.34	2020.62±91.74	2051.46±93.14	1.355	1.335	2.689	1.538	1.515	3.053	<0.05
10	T test (s)	10.86±0.44	11.00±0.44	11.14±0.45	1.254	1.239	2.493	1.267	1.251	2.518	<0.05
11	Ném biên tại chỗ (m)	13.33±0.43	13.46±0.44	13.60±0.44	1.241	1.228	2.469	1.005	0.995	2.000	<0.05
12	Tâng bóng (lần)	79.93±3.15	81.18±3.20	82.42±3.25	1.571	1.547	3.118	1.548	1.524	3.072	<0.05
13	Tâng bóng 12 điểm chạm (lần)	48.21±2.09	49.09±2.13	49.97±2.17	1.671	1.642	3.312	1.813	1.781	3.594	<0.05
14	Short Dribbling test (s)	11.93±0.44	11.82±0.43	11.71±0.43	1.032	1.042	2.074	0.944	0.953	1.898	<0.05
15	Creative speed test (s)	16.25±0.58	16.11±0.57	15.96±0.57	1.010	1.019	2.029	0.894	0.902	1.796	<0.05
16	Sút bóng xa chân thuận (m)	36.86±1.53	37.49±1.55	38.12±1.58	1.633	1.606	3.239	1.691	1.662	3.353	<0.05
17	Sút bóng xa chân không thuận (m)	26.14±1.08	26.51±1.10	26.88±1.11	1.353	1.334	2.686	1.400	1.381	2.781	<0.05
18	Ném biên cố đả (m)	18.34±0.85	18.74±0.87	19.13±0.89	1.834	1.796	3.629	2.132	2.088	4.219	<0.05
19	Phản xạ đơn (ms)	181.29±7.85	179.22±7.76	177.16±7.67	1.059	1.071	2.130	1.147	1.160	2.306	<0.05
20	Phản xạ phức (ms)	264.43±11.74	261.42±11.61	258.40±11.47	1.033	1.045	2.078	1.147	1.160	2.306	<0.05
21	Soát vòng hồ Landol (bit/s)	59.33±2.17	59.93±2.19	60.53±2.22	1.098	1.087	2.185	1.005	0.995	2.000	<0.05
22	Tần số mạch sau LVĐ tối đa (lần)	178.04±8.08	176.00±7.99	173.96±7.90	1.015	1.026	2.041	1.152	1.165	2.317	<0.05
23	Ngưỡng yếm khí tốc độ VanT (m/s)	3.43±0.14	3.48±0.14	3.53±0.15	1.353	1.334	2.686	1.400	1.381	2.781	<0.05
24	PWC170 (KGm/phút)	267.53±10.81	270.29±10.92	273.04±11.03	1.015	1.004	2.019	1.025	1.014	2.039	<0.05
25	VO2/kg (ml/ph/kg)	42.41±1.37	42.85±1.39	43.30±1.40	1.283	1.270	2.553	1.040	1.029	2.068	<0.05
26	VO2/HR (ml/md)	17.54±0.69	17.72±0.70	17.90±0.71	1.025	1.015	2.040	1.010	1.000	2.010	<0.05
27	VE (lít/ph)	87.24±3.26	88.13±3.30	89.02±3.33	1.085	1.074	2.160	1.015	1.005	2.019	<0.05
	\bar{W}							1.374	1.361	2.735	

Bảng 2. Diễn biến các test đánh giá TDTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam qua các giai đoạn kiểm tra - nhóm vị trí tiền vệ (n = 62)

TT	Chỉ tiêu, test	Ban đầu $\bar{x} \pm \delta$ (1)	Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (2)	Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (3)	t _{1,2}	t _{2,3}	t _{1,3}	W _{1,2}	W _{2,3}	W _{1,3}	p
1	Chiều cao đứng (cm)	161.88±4.27	162.71±4.29	163.53±4.32	1.074	1.068	2.141	0.509	0.506	1.015	<0.05
2	Cân nặng (kg)	52.23±1.32	52.58±1.33	52.94±1.34	1.479	1.466	2.945	0.673	0.668	1.341	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	322.65±13.80	326.05±14.21	329.45±14.63	1.353	1.314	2.666	1.049	1.039	2.088	<0.05
4	Bật cao tại chỗ (cm)	41.78±1.21	42.01±1.12	42.25±1.03	1.119	1.211	2.320	0.558	0.555	1.114	<0.05
5	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.97±0.19	4.93±0.19	4.89±0.18	1.124	1.150	2.273	0.773	0.779	1.552	<0.05
6	Chạy 60 m xuất phát cao (s)	7.86±0.34	7.80±0.33	7.74±0.31	1.042	1.084	2.124	0.793	0.799	1.593	<0.05
7	Chạy con thoi 7 × 50 m (s)	62.28±2.53	61.83±2.44	61.38±2.36	1.012	1.048	2.058	0.728	0.733	1.461	<0.05
8	Cooper test (m)	2877.62±102.35	2910.86±98.87	2944.09±95.39	1.839	1.905	3.741	1.148	1.135	2.284	<0.05
9	Yo-Yo IR1 test (m)	2033.38±85.74	2057.88±90.14	2082.38±94.54	1.551	1.477	3.023	1.198	1.184	2.381	<0.05
10	T test (s)	10.54±0.45	10.65±0.44	10.76±0.43	1.347	1.371	2.717	1.020	1.009	2.029	<0.05
11	Ném biên tại chỗ (m)	13.61±0.44	13.70±0.44	13.79±0.45	1.132	1.124	2.256	0.658	0.654	1.311	<0.05
12	Tâng bóng (lần)	82.57±3.06	83.45±3.19	84.32±3.32	1.560	1.497	3.054	1.054	1.043	2.098	<0.05
13	Tâng bóng 12 điểm chạm (lần)	43.38±2.11	43.78±2.02	44.19±1.92	1.088	1.142	2.226	0.926	0.917	1.843	<0.05
14	Short Dribbling test (s)	11.46±0.47	11.38±0.44	11.29±0.41	1.030	1.102	2.126	0.743	0.748	1.491	<0.05
15	Creative speed test (s)	16.64±0.71	16.51±0.65	16.38±0.58	1.074	1.191	2.250	0.793	0.799	1.593	<0.05
16	Sút bóng xa chân thuận (m)	37.64±1.59	38.09±1.59	38.55±1.60	1.586	1.584	3.170	1.198	1.184	2.381	<0.05
17	Sút bóng xa chân không thuận (m)	26.68±0.98	26.98±1.06	27.27±1.13	1.617	1.509	3.116	1.104	1.092	2.196	<0.05
18	Ném biên cố đả (m)	18.96±0.84	19.18±0.87	19.40±0.90	1.423	1.375	2.795	1.148	1.135	2.284	<0.05
19	Phản xạ đơn (ms)	184.92±7.86	183.27±7.86	181.63±7.86	1.166	1.165	2.331	0.894	0.902	1.796	<0.05
20	Phản xạ phức (ms)	269.63±11.19	267.23±11.47	264.83±11.76	1.179	1.150	2.328	0.894	0.902	1.796	<0.05
21	Soát vòng hồ Landol (bit/s)	57.65±2.19	58.12±2.17	58.58±2.14	1.194	1.206	2.401	0.807	0.800	1.607	<0.05
22	Tần số mạch sau LVĐ tối đa (lần)	172.45±7.22	171.08±7.46	169.71±7.70	1.040	1.006	2.045	0.798	0.805	1.603	<0.05
23	Ngưỡng yếm khí tốc độ VanT (m/s)	3.59±0.13	3.62±0.14	3.64±0.15	1.111	1.039	2.144	0.757	0.751	1.509	<0.05
24	PWC170 (KGm/phút)	277.49±10.65	279.93±11.03	282.37±11.41	1.254	1.212	2.464	0.876	0.869	1.745	<0.05
25	VO2/kg (ml/ph/kg)	43.08±1.48	43.40±1.45	43.72±1.42	1.218	1.247	2.464	0.742	0.737	1.479	<0.05
26	VO2/HR (ml/mđ)	18.46±0.57	18.59±0.66	18.72±0.74	1.194	1.053	2.226	0.712	0.707	1.420	<0.05
27	VE (lít/ph)	88.82±3.34	89.50±3.36	90.19±3.37	1.137	1.132	2.268	0.767	0.761	1.528	<0.05
	\bar{W}							1.000	0.994	1.994	

Bảng 3. Diễn biến các test đánh giá TDTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam qua các giai đoạn kiểm tra - nhóm vị trí hậu vệ (n = 60)

TT	Chỉ tiêu, test	Ban đầu $\bar{x} \pm \delta$ (1)	Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (2)	Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (3)	t _{1,2}	t _{2,3}	t _{1,3}	W _{1,2}	W _{2,3}	W _{1,3}	p
1	Chiều cao đứng (cm)	154.32±4.27	155.10±4.19	155.88±4.12	1.009	1.028	2.036	0.504	0.501	1.005	<0.05
2	Cân nặng (kg)	51.11±1.32	51.42±1.32	51.73±1.31	1.283	1.287	2.571	0.603	0.600	1.203	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	331.19±13.80	334.03±14.38	336.86±14.96	1.101	1.057	2.156	0.851	0.844	1.696	<0.05
4	Bật cao tại chỗ (cm)	41.29±1.21	41.54±1.11	41.79±1.02	1.188	1.292	2.468	0.608	0.604	1.213	<0.05
5	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	5.10±0.19	5.06±0.19	5.02±0.19	1.586	1.620	2.266	0.773	0.779	1.552	<0.05
6	Chạy 60 m xuất phát cao (s)	8.14±0.34	8.07±0.01	8.00±0.32	1.566	1.638	2.264	0.844	0.851	1.694	<0.05
7	Chạy con thoi 7 × 50 m (s)	63.21±2.53	62.73±0.07	62.25±2.39	1.473	1.556	2.140	0.763	0.769	1.532	<0.05
8	Cooper test (m)	2824.57±102.35	2855.78±97.94	2886.99±93.54	1.707	1.785	3.487	1.099	1.087	2.186	<0.05
9	Yo-Yo IR1 test (m)	1888.86±85.74	1909.73±86.69	1930.60±87.65	1.326	1.311	2.637	1.099	1.087	2.186	<0.05
10	T test (s)	10.79±0.45	10.88±0.45	10.98±0.44	1.152	1.161	2.313	0.871	0.864	1.735	<0.05
11	Ném biên tại chỗ (m)	13.41±0.44	13.52±0.44	13.62±0.44	1.326	1.324	2.650	0.792	0.786	1.577	<0.05
12	Tâng bóng (lần)	79.68±3.06	80.29±3.12	80.89±3.19	1.074	1.051	2.125	0.757	0.751	1.509	<0.05
13	Tâng bóng 12 điểm chạm (lần)	46.55±2.18	46.96±2.12	47.37±2.06	1.044	1.075	2.118	0.876	0.869	1.745	<0.05
14	Short Dribbling test (s)	12.23±0.47	12.15±0.46	12.06±0.44	0.994	1.029	2.021	0.692	0.697	1.390	<0.05
15	Creative speed test (s)	16.96±0.71	16.83±0.65	16.71±0.59	1.004	1.103	2.096	0.743	0.748	1.491	<0.05
16	Sút bóng xa chân thuận (m)	38.36±1.59	38.80±1.61	39.25±1.62	1.517	1.501	3.019	1.148	1.135	2.284	<0.05
17	Sút bóng xa chân không thuận (m)	27.33±0.98	27.62±1.07	27.91±1.16	1.538	1.419	2.945	1.049	1.039	2.088	<0.05
18	Ném biên cố đả (m)	18.28±0.84	18.48±0.86	18.68±0.87	1.304	1.283	2.587	1.099	1.087	2.186	<0.05
19	Phản xạ đơn (ms)	181.37±7.86	179.94±7.80	178.50±7.73	1.003	1.011	2.013	0.793	0.799	1.593	<0.05
20	Phản xạ phức (ms)	264.76±11.19	262.52±11.37	260.29±11.56	1.086	1.069	2.155	0.849	0.856	1.704	<0.05
21	Soát vòng hồ Landol (bit/s)	55.34±2.19	55.74±2.12	56.13±2.05	1.006	1.038	2.043	0.712	0.707	1.420	<0.05
22	Tần số mạch sau LVĐ tối đa (lần)	177.36±7.22	175.88±7.57	174.40±7.92	1.097	1.047	2.141	0.839	0.846	1.684	<0.05
23	Ngưỡng yếm khí tốc độ VanT (m/s)	3.42±0.13	3.45±0.14	3.47±0.14	1.028	0.985	2.011	0.737	0.732	1.469	<0.05
24	PWC170 (KGm/phút)	266.70±10.65	268.78±10.80	270.86±10.94	1.062	1.048	2.110	0.777	0.771	1.548	<0.05
25	VO2/kg (ml/ph/kg)	42.26±1.48	42.55±1.44	42.84±1.39	1.094	1.131	2.224	0.688	0.683	1.371	<0.05
26	VO2/HR (ml/mđ)	17.88±0.57	18.00±0.64	18.12±0.71	1.069	0.958	2.013	0.663	0.658	1.321	<0.05
27	VE (lít/ph)	87.13±3.34	87.76±3.32	88.38±3.31	1.031	1.037	2.067	0.717	0.712	1.430	<0.05
	\bar{W}							0.913	0.908	1.821	

Bảng 4. Diễn biến các test đánh giá TĐTL của nữ VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam qua các giai đoạn kiểm tra - nhóm vị trí thủ môn (n = 20)

TT	Chỉ tiêu, test	Ban đầu $\bar{x} \pm \delta$ (1)	Sau 6 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (2)	Sau 12 tháng $\bar{x} \pm \delta$ (3)	$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{1,3}$	$W_{1,2}$	$W_{2,3}$	$W_{1,3}$	p
1	Chiều cao đứng (cm)	160.16±4.20	161.77±4.25	163.38±4.31	1.205	1.188	2.392	1.000	0.990	1.990	<0.05
2	Cân nặng (kg)	53.36±1.34	53.84±1.36	54.33±1.38	1.128	1.114	2.242	0.901	0.893	1.794	<0.05
3	Chỉ số Quetelet (g/cm)	333.17±13.79	338.01±14.51	342.86±15.22	1.083	1.031	2.111	1.444	1.424	2.868	<0.05
4	Bật cao tại chỗ (cm)	39.96±1.37	40.40±1.19	40.85±1.00	1.093	1.281	2.337	1.104	1.092	2.196	<0.05
5	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	5.44±0.20	5.38±0.20	5.31±0.20	1.001	1.009	2.010	1.177	1.191	2.368	<0.05
6	Chạy 60 m xuất phát cao (s)	8.48±0.35	8.37±0.34	8.25±0.33	1.042	1.066	2.107	1.349	1.367	2.716	<0.05
7	Chạy con thoi 7 × 50 m (s)	64.86±2.73	64.03±2.58	63.19±2.43	0.992	1.053	2.041	1.293	1.310	2.603	<0.05
8	Cooper test (m)	2688.86±114.01	2726.64±101.79	2764.42±89.57	1.105	1.246	2.331	1.395	1.376	2.771	<0.05
9	Yo-Yo IR1 test (m)	1787.23±81.14	1817.70±82.52	1848.17±83.91	1.178	1.158	2.335	1.691	1.662	3.353	<0.05
10	T test (s)	11.23±0.46	11.38±0.46	11.54±0.47	1.053	1.049	2.103	1.366	1.347	2.713	<0.05
11	Ném biên tại chỗ (m)	12.66±0.45	12.81±0.43	12.96±0.42	1.084	1.120	2.203	1.188	1.174	2.362	<0.05
12	Tâng bóng (lần)	76.34±2.96	77.38±3.03	78.42±3.09	1.097	1.074	2.170	1.351	1.333	2.684	<0.05
13	Tâng bóng 12 điểm chạm (lần)	43.22±2.14	43.90±2.04	44.59±1.94	1.035	1.088	2.120	1.568	1.543	3.111	<0.05
14	Short Dribbling test (s)	12.67±0.51	12.51±0.48	12.34±0.45	1.044	1.108	2.147	1.298	1.315	2.614	<0.05
15	Creative speed test (s)	17.53±0.85	17.29±0.73	17.04±0.60	0.971	1.152	2.085	1.400	1.420	2.819	<0.05
16	Sút bóng xa chân thuận (m)	39.99±1.66	40.59±1.68	41.19±1.71	1.141	1.124	2.265	1.494	1.472	2.965	<0.05
17	Sút bóng xa chân không thuận (m)	28.11±0.88	28.55±1.04	28.98±1.20	1.432	1.230	2.625	1.543	1.520	3.062	<0.05
18	Ném biên có đà (m)	17.52±0.83	17.80±0.84	18.08±0.84	1.067	1.061	2.128	1.592	1.567	3.159	<0.05
19	Phản xạ đơn (ms)	176.50±7.87	173.87±7.64	171.24±7.41	1.072	1.104	2.175	1.501	1.524	3.025	<0.05
20	Phản xạ phức (ms)	258.09±10.63	254.62±10.89	251.15±11.15	1.020	0.996	2.015	1.354	1.373	2.727	<0.05
21	Soát vòng hồ Landol (bit/s)	53.23±2.20	53.96±2.10	54.68±2.00	1.067	1.119	2.183	1.356	1.338	2.693	<0.05
22	Tần số mạch sau VĐV tối đa (lần)	184.81±6.36	182.25±7.26	179.69±8.16	1.186	1.048	2.214	1.395	1.414	2.809	<0.05
23	Ngưỡng yếm khí tốc độ VanT (m/s)	3.28±0.12	3.33±0.13	3.37±0.14	1.142	1.067	2.202	1.380	1.362	2.742	<0.05
24	PWC170 (KGm/phút)	255.50±10.50	259.33±10.57	263.15±10.63	1.149	1.142	2.291	1.487	1.465	2.952	<0.05
25	VO2/kg (ml/ph/kg)	41.14±1.59	41.71±1.48	42.28±1.37	1.176	1.268	2.435	1.380	1.362	2.742	<0.05
26	VO2/HR (ml/mđ)	17.21±0.45	17.41±0.57	17.61±0.69	1.225	0.996	2.162	1.158	1.145	2.303	<0.05
27	VE (lít/ph)	85.11±3.42	86.23±3.34	87.36±3.27	1.050	1.075	2.124	1.311	1.294	2.606	<0.05
	\bar{W}							1.499	1.489	2.988	

dựng tiêu chuẩn đánh giá TĐTL của VĐV không thể xây dựng một thang điểm đánh giá chung cho cả 3 giai đoạn trong quá trình huấn luyện năm, mà sẽ phải xây dựng các tiêu chuẩn riêng theo từng chỉ tiêu, từng test ở các thời điểm ban đầu và sau 12 tháng trong quá trình huấn luyện năm (theo từng vị trí chuyên môn thi đấu riêng biệt).

3. KẾT LUẬN

Diễn biến kết quả kiểm tra tư phạm, tâm lý và y sinh trên 27 chỉ tiêu, test đánh giá TĐTL của nữ

VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam không có sự khác biệt về kết quả kiểm tra ở các thời điểm cách nhau 6 tháng. Sự khác biệt về các test đánh giá TĐTL chỉ thể hiện rõ sau khi kết thúc quá trình theo dõi 12 tháng, so với thời điểm kiểm tra ban đầu và nhịp độ tăng trưởng đã có sự tăng rõ rệt so với thời điểm ban đầu. Đồng thời, các chỉ tiêu, các test đánh giá TĐTL của VĐV bóng đá cấp cao Việt Nam (ở các vị trí tiền đạo, tiền vệ, hậu vệ, thủ môn) có sự tăng trưởng một cách tương đối ổn định trong quá trình huấn luyện năm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2015), *Thông tư số 03/2015/TT-BVHTTDL*, ngày 03 tháng 6 năm 2015, *Quy định về giám định khoa học đánh giá trình độ tập luyện thể thao và kiểm tra sức khỏe của vận động viên*.
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Nguyễn Đức Văn, Tạ Hữu Hiếu (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: “Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nữ vận động viên bóng đá cấp cao Việt Nam” - Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học Thể dục thể thao. Đề tài luận án bước đầu đã hoàn thành ở giai đoạn cuối theo kế hoạch nghiên cứu, dự kiến bảo vệ trước Hội đồng đánh giá luận án cấp cơ sở và cấp Viện trong năm 2019.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 25/4/2019; ngày phản biện đánh giá: 14/6/2019; ngày chấp nhận đăng: 12/7/2019)