

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam vận động viên karatedo lứa tuổi 14 - 16 Trung tâm thể thao Công an nhân dân

ThS. Lê Xuân Hùng ■

TÓM TẮT:

Đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam vận động viên (VĐV) Karatedo lứa tuổi 14-16 Trung tâm thể thao Công An Nhân Dân (TTTT CAND) qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn Test đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các Test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; khả năng phối hợp vận động; nam vận động viên; Karatedo; lứa tuổi 14 - 16; Trung tâm thể thao Công An Nhân Dân

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Hiện nay, quy trình đào tạo các VĐV trẻ tài năng không chỉ là việc tuyển chọn chính xác hay đề ra các kế hoạch huấn luyện, các bài tập bổ trợ, hoặc hoàn thiện về kỹ - chiến thuật mà còn phải chuẩn bị kỹ về mặt thể lực và khả năng phối hợp vận cho VĐV Karatedo trẻ, đã nảy sinh vấn đề bất cập cần nghiên cứu để làm sáng tỏ. Ở nước ta, trong những năm gần đây cũng có rất nhiều công trình khoa học nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của VĐV các môn thể thao khác nhau trong đó tiêu biểu là các công trình của các tác giả: Bùi Huy Quang 1996; Chung Tấn Phong 2000; Nguyễn Kim Xuân 2001; ngoài ra đánh đã có một số tác giả nghiên cứu đánh giá trình độ thể lực VĐV Karatedo như: Lê Thị Hoài Phương (2002); Trần Tuấn Hiếu (2004); Nguyễn Đức Hoàng (2008); Hoàng Phương Thúy (2009).

Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để phát triển môn Karatedo ở TTTT CAND và tiến hành xây dựng một đội ngũ VĐV trẻ, chúng tôi nghiên cứu: “**Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam vận động viên Karatedo lứa tuổi 14 - 16 Trung tâm thể thao Công An Nhân Dân**”.

ABSTRACT:

Evaluating the coordination abilities for male karate athletes at people's police sports center (PPSP) through training stages is essential; the process of researching and selecting the coordination test for the male Karatedo athlete aged 14 - 16 in PPSP, simultaneously developing the evaluation criteria of the selected Tests for the subject of research.

Keywords: Develop; standard; coordination abilities; male athletes; Karatedo; ages 14 - 16; Sports Center of the People's Police

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: tham khảo tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sơ phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn Test đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo chúng tôi đã lựa chọn được 22 Test đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND và tiến hành phỏng vấn 30 HLV, chuyên gia, trọng tài... môn Karatedo. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 10 Test chuyên môn ứng dụng trong đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14-16 TTTT CAND (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, đã lựa chọn được 10 Test ở trên để đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND.

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14-16 TTTT CAND (n = 30)

TT	Phân Loại	Các Test	Kết quả phỏng vấn								
			Ưu tiên 1 (3 điểm)		Ưu tiên 2 (2 điểm)		Ưu tiên 3 (1 điểm)		Tổng điểm	%	
			n	Đ	n	Đ	n	Đ			
	Khả năng phản ứng	Ngồi thiền bất phản ứng nhanh với tín hiệu âm thanh phía trước trong 30 giây (lần)	9	27	10	20	11	11	58	64.44	
		Đấm AUCHI (cùng tấn công) trong 10 giây (điểm)	12	36	8	16	10	10	62	68.89	
		Phản xạ đòn (ms)	20	60	3	6	3	6	72	80	
		Phản xạ thị chân (ms)	09	27	4	8	17	17	52	57.78	
		Di chuyển đổi chân theo đường chéo zíc zắc trong 20 giây (số lần thực hiện đúng)	16	48	7	14	7	7	62	68.89	
	Khả năng thay đổi	Di chuyển ngang 3m trong 1 phút (lần)	15	45	11	22	4	4	71	78.89	
		Di chuyển dọc 3m trong 1 phút (lần)	18	54	12	24	0	0	78	86.67	
		Quét chân, quạt ngã kết hợp với đòn tay hoặc chân với người cùng tập theo đường chéo zíc zắc trong 30 giây (số lần trúng đích)	11	33	10	20	9	9	62	68.89	
	Khả năng định hướng	Đấm bao trong 30 giây (lần)	17	51	11	22	2	2	75	83.33	
		Đá đích trong 10 giây (lần)	19	57	11	22	0	0	79	87.78	
	Khả năng liên kết	Đá hai đích đối diện khoảng cách 2 m trong 30s (lần)	18	54	11	22	1	1	77	85.56	
		Đấm hai đích đối diện khoảng cách 2m trong 30s (lần)	20	60	10	20	0	0	80	88.89	
		Nhảy dây trong 2 phút (lần)	10	30	10	20	10	10	60	66.67	
	Khả năng phân biệt	Ngồi thiền cảm giác thời gian của trận đấu (10 lần, tính số lần đúng)	15	45	2	4	13	13	62	68.89	
		Chống đẩy với các mức 50%; 100% quãng đường	9	27	11	22	10	10	57	63.33	
		Phản xạ phức (ms)	18	54	11	22	1	1	77	85.56	
	Khả năng nhịp điệu	Thi đấu một chống năm trong 15 giây (điểm)									
		Đấm bốn đích chữ thập cách tâm 1m trong 30s (lần).	19	57	8	16	3	3	76	84.44	
		Thực hiện tại chỗ Mawashigeri-ozuki theo hiệu lệnh (số lần thực hiện đúng)	10	30	8	16	12	12	58	64.44	
	Khả năng thăng bằng	Bật nhảy xoay 180 ⁰ trụ tấn Kibadachi trong 30 giây (lần)	14	42	3	6	13	13	61	67.78	
		Bật nhảy xoay 360 ⁰ trụ tấn Kibadachi 30 giây (lần)	13	39	6	12	11	11	62	68.89	
		Đá liên hoàn 2 đòn liên tục trong 30 giây (lần)	20	60	9	18	1	1	79	87.78	

Bảng 2. Bảng xếp loại các test đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 -16 TTTT CAND

TT	Các Test	Lứa tuổi 14					Lứa tuổi 15					Lứa tuổi 16				
		Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém	Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém	Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Phản xạ đơn (ms)	<268	268 - 289	290- 310	311- 352	>352	<249	249- 269	270- 290	291- 331	>331	<228	228- 249	250-270	271- 312	>312
2	Di chuyển ngang 3m trong 1 phút (lần)	>44	41-44	38-41	35-38	<35	>49	46-49	43-45	38-42	<41	>55	51-55	47-52	40-46	<40
3	Di chuyển dọc 3m trong 1 phút (lần)	>46	43-46	40-43	36-40	<36	>51	48-51	45-47	39-44	<39	>54	51-54	49-52	44-50	<44
4	Đấm bao trong 30 giây (lần)	>91	81-91	72-81	57-72	<58	>100	91-100	82-90	65-81	<65	>112	103- 112	94-104	80-95	<80
5	Đá đích trong 10 giây (lần)	>26	23-26	20-23	15-20	<15	>32	28-32	25-27	17-24	<17	>34	31-34	28-32	24-29	<24
6	Đấm hai đích đối diện khoảng cách 2m trong 30s (lần)	>26	24-26	22-24	18-22	<18	>29	27-29	25-26	20-25	<20	>32	29-32	26-31	22-27	<22
7	Đá hai đích đối diện khoảng cách 2,5m trong 30s (lần)	>28	26-28	24-26	20-24	<20	>31	29-31	25-28	20-24	<20	>48	45-48	42-46	38-47	<38
8	Phản xạ phức (ms)	<188	189 - 209	210- 220	221 - 238	>238	<181	182- 191	192- 201	202- 222	>222	<168	168- 178	179-189	190- 210	>210
9	Đấm bốn đích chữ thập cách tâm 1m trong 15s (lần).	>41	38-41	35-38	30-35	<30	>50	48-50	44-47	38-46	<38	>36	33-36	31-34	27-32	<27
10	Đá liên hoàn 2 đòn liên tục trong 30 giây (lần)	>25	23-25	21-23	18-21	<18	>27	25-27	23-26	20-22	<20	>33	30-33	28-31	23-29	<23

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động của của nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 TTTT CAND

TT	Các Test	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Phản xạ đơn (ms)	259	269	280	290	300	311	321	332	342	353
2	Di chuyển ngang 3m trong 1 phút (lần)	45	44	43	42	41	40	39	38	36	35
3	Di chuyển dọc 3m trong 1 phút (lần)	48	47	45	44	42	41	39	38	36	35
4	Đấm bao trong 30 giây (lần)	96	92	87	82	77	72	68	63	58	53
5	Đá đích trong 10 giây (lần)	28	26	25	23	22	20	18	17	15	14
6	Đấm hai đích đối diện khoảng cách 2m trong 30s (lần)	28	27	26	24	23	22	21	20	19	17
7	Đá hai đích đối diện khoảng cách 2,5m trong 30s (lần)	30	29	28	27	25	24	23	22	21	19
8	Phản xạ phức (ms)	188	194	200	205	210	216	221	227	232	238
9	Đấm bốn đích chữ thập cách tâm 1m trong 15s (lần).	43	41	40	38	36	35	33	32	31	28
10	Đá liên hoàn 2 đòn liên tục trong 30 giây (lần)	27	26	24	23	22	21	20	19	18	17

Bảng 4. Bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động của của nam VĐV Karate-do lứa tuổi 15 TTTT CAND

TT	Các Test	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Phản xạ đơn (ms)	239	249	259	269	280	290	300	310	320	331
2	Di chuyển ngang 3m trong 1 phút (lần)	51	49	47	46	44	42	41	39	38	36
3	Di chuyển dọc 3m trong 1 phút (lần)	53	51	49	48	46	45	43	41	40	38
4	Đấm bao trong 30 giây (lần)	105	100	96	91	87	82	78	73	69	64
5	Đá đích trong 10 giây (lần)	34	32	30	28	27	25	23	21	19	17
6	Đấm hai đích đối diện khoảng cách 2m trong 30s (lần)	31	30	28	27	26	25	24	23	21	20
7	Đá hai đích đối diện khoảng cách 2,5m trong 30s (lần)	33	32	31	30	28	27	26	25	24	23
8	Phản xạ phức (ms)	176	181	186	191	196	201	206	211	216	221
9	Đấm bốn đích chữ thập cách tâm 1m trong 15s (lần).	52	51	49	48	46	44	43	41	40	38
10	Đá liên hoàn 2 đòn liên tục trong 30 giây (lần)	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND

Để phân loại khả năng phối hợp vận động VĐV, đề tài sử dụng phương pháp 2 δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Kết quả phân loại được tiến hành như sau:

- Giỏi: $> \bar{x} + 2\delta$
- Khá: $\bar{x} + 1\delta - \bar{x} + 2\delta$
- Trung bình: $\bar{x} - 1\delta - \bar{x} + 1\delta$
- Yếu: $\bar{x} - 2\delta - \bar{x} - 1\delta$
- Kém: $< \bar{x} - 2\delta$

Qua bảng 2, để xác định test theo từng chỉ tiêu khả năng phối hợp vận động của VĐV nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 3 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định độ tuổi của đối tượng nghiên cứu.
- Bước 2: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 3: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng theo lứa tuổi để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND

Để xây dựng bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam vận động viên Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16TTTT CAND (Tổng số nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14 - 16 TTTT CAND được kiểm tra là 30 VĐV); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và đề tài sử dụng quy tắc 2 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

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động của của nam VĐV Karate-do lứa tuổi 16 TTTT CAND

TT	Các Test	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Phản xạ đơn (ms)	218	228	238	249	260	270	281	291	302	312
2	Di chuyển ngang 3m trong 1 phút (lần)	57	55	53	51	49	47	45	43	41	39
3	Di chuyển dọc 3m trong 1 phút (lần)	56	55	53	52	50	49	47	46	44	43
4	Đấm bao trong 30 giây (lần)	117	121	108	103	98	94	89	85	80	75
5	Đá đích trong 10 giây (lần)	36	35	33	32	30	29	27	26	24	23
6	Đấm hai đích đối diện khoảng cách 2m trong 30s (lần)	33	32	31	30	28	27	25	24	23	22
7	Đá hai đích đối diện khoảng cách 2,5m trong 30s (lần)	50	49	47	46	44	43	42	40	38	37
8	Phản xạ phức (ms)	163	168	173	178	184	189	195	200	205	210
9	Đấm bốn đích chữ thập cách tâm 1m trong 15s (lần).	38	36	35	34	32	31	30	29	27	26
10	Đá liên hoàn 2 đòn liên tục trong 30 giây (lần)	35	34	32	31	29	28	27	25	24	23

Bảng 6. Bảng điểm tổng hợp đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Giỏi	≥ 90
Khá	70 - 89
Trung bình	50 - 69
Yếu	30 - 49
Kém	< 30

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, 4, 5.

Qua bảng 3, 4, 5 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng Test đánh giá khả năng phối hợp vận động theo từng nội dung của nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14-16 TTTT CAND.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Daxutorxki V. M (1978), *Các tố chất thể lực của VĐV*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận văn Thạc sĩ khoa học giáo dục, tên đề tài: "Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Karatedo lứa tuổi 14-16 TTTT CAND", Lê Xuân Hùng bảo vệ năm 2016

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 16/9/2020; ngày phản biện đánh giá: 5/10/2020; ngày chấp nhận đăng: 19/12/2020)

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam vận động viên Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND

Từ kết quả tìm được tại bảng 3, 4 và 5 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND theo 5 mức: Giỏi, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 6

Qua bảng 6 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam vận động viên Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV trong công tác đánh giá trình độ tập luyện VĐV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 10 Test đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND, đồng thời xây dựng được bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá khả năng phối hợp vận động của nam VĐV Karate-do lứa tuổi trẻ 14 - 16 TTTT CAND