

NGHIÊN CỨU TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN ĐÁ CẦU TỈNH ĐỒNG THÁP SAU MỘT NĂM TẬP LUYỆN

TS. Phạm Việt Thanh¹

Tóm tắt: Nghiên cứu sử dụng những phương pháp thường qui trong thể dục thể thao xác định được 07 test đảm bảo độ tin cậy, tính thông báo và có giá trị sử dụng cao. Qua đó đánh giá được thực trạng và sự phát triển trình độ thể lực chuyên môn của vận động viên đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện. Kết quả đánh giá cho thấy thực trạng thể lực chuyên môn ở tất cả các chỉ số của khách thể nghiên cứu đều có độ đồng nhất cao và trung bình. Đồng thời sau một năm tập luyện thì trình độ thể lực chuyên môn có sự tăng trưởng khá tốt về thành tích thể hiện ở tất cả các test, sự tăng trưởng có ý nghĩa thống kê, khi ở tất cả các test đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.
Từ khóa: Thể lực chuyên môn, vận động viên, Đá cầu, tỉnh Đồng Tháp.

Abstract: Using methods in physical education and sports, the study has identified 07 tests that have high reliability, validity and value. Thereby assessing the actual situation and the development of professional fitness level of athletes from Dong Thap province's badminton team after one year of training. The evaluation results show that the physical fitness status of all the research subjects has high and moderate homogeneity. At the same time, after one year of practice, the level of professional fitness has a good growth in performance shown in all tests, the growth is statistically significant, when in all tests $t_{\text{count}} > t_{\text{table}}$ at the threshold of probability $P < 0.001$.

Keywords: Professional fitness, athletes, shuttlecock kicking, Dong Thap province.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong huấn luyện thể thao, ngoài trình độ kỹ - chiến thuật, tâm lý, đạo đức, ý chí thì thể lực là một trong những yếu tố quyết định thành tích thể thao. Cũng giống như nhiều môn thể thao khác, trong thi đấu Đá cầu thể lực yếu tố ảnh hưởng lớn tới thành tích thi đấu. Dương Hữu Thanh Tuấn và cộng sự cho rằng: Trong Đá cầu, việc huấn luyện thể lực đóng một vai trò hết sức quan trọng, vì đó là nền tảng để vận động viên (VĐV) phát huy được tối đa trình độ kỹ thuật và chiến thuật trong thi đấu. Không được huấn luyện đầy đủ về mặt thể lực thì dù VĐV Đá cầu có kỹ thuật tốt, cũng không thể đạt được thành tích cao trong thi đấu.

Thực tiễn cho thấy, trong công tác huấn luyện thể thao hiện đại đòi hỏi việc kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện của VĐV, nhất là với VĐV cấp cao ở bất kỳ môn thể thao nào cũng cần phải được xem xét một cách toàn diện, khoa học dựa trên nhiều yếu tố: Hình thái, chức năng, tâm lý, thể lực, kỹ chiến thuật. Vì vậy, bên cạnh công tác huấn luyện thì công tác kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện nói chung, kiểm tra đánh giá thể lực nói riêng đặc biệt là thể lực chuyên môn của VĐV là rất cấp thiết. Qua đó, giúp cho các huấn luyện viên thu thập được các thông tin khoa học chính xác làm cơ sở điều chỉnh và xây

dựng kế hoạch huấn luyện cho phù hợp với từng VĐV, góp phần nâng cao hiệu quả huấn luyện và thành tích thi đấu. Với tầm quan trọng trên, chúng tôi chọn nghiên cứu: “**Nghiên cứu trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện**”.

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: tham khảo tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Xác định các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp

Nghiên cứu tiến hành xác định test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV theo 3 bước:

Bước 1: Tổng hợp các test dùng để đánh giá thể lực chuyên môn Đá cầu của các chuyên gia, huấn luyện viên, cũng như trong các tài liệu và công trình nghiên cứu các tác giả có liên quan như: Đặng Ngọc Quang (2009), Đặng Thị Hồng Nhung (2010), Nguyễn Thế Lương (2011), Hoàng Thị Thái Bình (2012), Lê Hồng Sơn (2005), Trần Thị Thảo Trang (2015), Nguyễn Xuân Thanh (2016). Căn cứ vào đặc điểm của khách thể nghiên cứu, điều kiện thực tiễn chúng tôi chọn được 12 test về thể lực để đưa vào khảo sát.

Bước 2: Tiến hành xây dựng phiếu và phỏng vấn các chuyên gia, huấn luyện viên Đá cầu, chuyên gia và các nhà chuyên môn 2 lần theo các mức (Thường sử dụng: 02 điểm; Ít sử dụng: 01 điểm, không sử dụng: 0 điểm), kiểm định kết quả hai lần phỏng vấn qua chỉ số khi bình phương (χ^2) thu được kết quả tại bảng 1.

Kết quả bảng 1 cho thấy, ở tất cả các kết quả qua 2 lần phỏng vấn của các test đều có $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}} = 3.84$, $P > 0.05$ nên sự khác biệt giữa hai lần phỏng vấn không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$. Vậy kết quả giữa 2 lần phỏng vấn các chuyên gia, huấn luyện viên có sự đồng nhất cao về ý kiến trả lời. Kết quả chọn các test có tổng điểm phỏng vấn $\geq 75\%$ ở cả hai lần phỏng vấn gồm 7 test về thể lực.

Bước 3: Kiểm nghiệm độ tin cậy và tính thông báo của các test

- Kiểm nghiệm độ tin cậy

Để xác định độ tin cậy của các test đã chọn, nghiên cứu sử dụng phương pháp test lặp lại (retest), tiến hành xác định hệ số tương quan giữa 2 lần kiểm tra trên khách thể là 19 VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp. Thời gian giữa 2 lần kiểm tra cách nhau

07 ngày, tuân tự lập test, điều kiện kiểm tra và quãng nghỉ giữa hai lần lập test và các cách thức tiến hành đều đảm bảo như nhau. Sử dụng công thức tính hệ số tương quan của Pearson, kết quả phân tích được trình bày ở bảng 2.

Kết quả ở bảng 2 cho thấy, tất cả 07 test ở cả nam và nữ đều có hệ số tương quan $r > 0.8$, ở ngưỡng $P < 0.01$. Vậy cả 07 test trên đều đảm bảo độ tin cậy cần thiết dùng để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp. Tuy nhiên, để đảm bảo mức độ chính xác và chất lượng của các test, nghiên cứu tiến hành xác định tính thông báo của 07 test trên.

- Xác định tính thông báo

Để kiểm nghiệm tính thông báo của các test đã chọn, nghiên cứu tiến hành xác định mối tương quan giữa kết quả kiểm tra của các test với thành tích thi đấu vòng tròn xếp hạng của khách thể nghiên cứu. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Kết quả ở bảng 3 cho thấy ở 07 test kiểm nghiệm tính thông báo đều có hệ số thông báo $r > 0.6$ nên được chọn để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho khách thể nghiên cứu. Tóm lại, giữa kết quả kiểm tra hầu hết các test với thành tích thi đấu của

Bảng 1. So sánh kết quả hai lần phỏng vấn các test đánh giá thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển đá cầu tỉnh Đồng Tháp

TT	TEST	LẦN 1 (n = 19)		LẦN 2 (n = 18)		χ^2	P
		$\Sigma_{\text{điểm}}$	Tỷ lệ %	$\Sigma_{\text{điểm}}$	Tỷ lệ %		
1	Di chuyển ngang sân 60 giây (lần)	18	47.37	20	55.56	0.50	>0.05
2	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	34	89.47	34	94.44	0.61	>0.05
3	Di chuyển dọc sân 60 giây (lần)	22	57.89	24	66.67	0.60	>0.05
4	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	32	84.21	32	88.89	0.35	>0.05
5	Di chuyển 4 góc 1 phút (lần)	28	73.68	26	72.22	0.02	>0.05
6	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	34	89.47	34	94.44	0.61	>0.05
7	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	32	84.21	28	77.78	0.50	>0.05
8	Bật cao tại chỗ (cm)	30	78.95	30	83.33	0.23	>0.05
9	Bật xa tại chỗ (cm)	18	47.37	20	55.56	0.50	>0.05
10	Nhảy dây đơn 1 phút (lần)	24	63.16	22	61.11	0.03	>0.05
11	Xoạc ngang (cm)	34	89.47	30	83.33	0.60	>0.05
12	Xoạc dọc (cm)	32	84.21	32	88.89	0.35	>0.05

Bảng 2. Hệ số tin cậy các test đánh giá thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển đá cầu tỉnh Đồng Tháp

	TEST	Lần 1 $\bar{X} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{X} \pm \delta$	r	P
NAM (n=10)	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	44.64 ± 2.33	44.53 ± 2.21	0.98	<0.01
	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	55.02 ± 5.26	54.33 ± 5.13	0.97	<0.01
	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	46.84 ± 6.11	46.83 ± 6.18	0.96	<0.01
	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	43.80 ± 6.05	43.94 ± 6.20	0.98	<0.01
	Bật cao tại chỗ (cm)	51.00 ± 4.74	51.20 ± 5.18	0.97	<0.01
	Xoạc ngang (cm)	7.65 ± 0.34	7.55 ± 0.37	0.83	<0.01
	Xoạc dọc (cm)	2.90 ± 0.39	2.95 ± 0.37	0.92	<0.01
NỮ (n=9)	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	48.42 ± 1.73	47.93 ± 1.61	0.96	<0.01
	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	66.73 ± 4.06	66.09 ± 4.17	0.97	<0.01
	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	49.11 ± 2.70	49.39 ± 2.45	0.82	<0.01
	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	51.61 ± 3.17	51.50 ± 3.52	0.92	<0.01
	Bật cao tại chỗ (cm)	36.22 ± 4.09	36.89 ± 3.92	0.96	<0.01
	Xoạc ngang (cm)	7.22 ± 0.51	7.22 ± 0.44	0.87	<0.01
	Xoạc dọc (cm)	2.56 ± 0.39	2.50 ± 0.35	0.90	<0.01

Bảng 3. Hệ số tương quan giữa thành tích các test đánh giá thể lực chuyên môn với thành tích thi đấu của VĐV đội tuyển đá cầu tỉnh Đồng Tháp

	TEST	$\bar{X} \pm \delta$	r
NAM	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	44.64 ± 2.33	0.95
	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	55.02 ± 5.26	0.93
	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	46.84 ± 6.11	0.95
	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	43.80 ± 6.05	0.89
	Bật cao tại chỗ (cm)	51.00 ± 4.74	0.98
	Xoạc ngang (cm)	7.65 ± 0.34	0.80
	Xoạc dọc (cm)	2.90 ± 0.39	0.79
NỮ	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	48.42 ± 1.73	0.93
	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	66.73 ± 4.06	0.88
	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	49.11 ± 2.70	0.87
	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	51.61 ± 3.17	0.97
	Bật cao tại chỗ (cm)	36.22 ± 4.09	0.92
	Xoạc ngang (cm)	7.22 ± 0.51	0.87
	Xoạc dọc (cm)	2.56 ± 0.39	0.94

khách thể nghiên cứu có mối tương quan chặt với nhau. Như vậy, 07 test trên đảm bảo có tính thông báo để đưa vào đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp.

2.2. Đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp

Khách thể nghiên cứu gồm: 19 VĐV của đội tuyển Đá cầu Đồng Tháp (10 nam và 9 nữ). Trình độ: Nam (8 kiện tướng, 2 cấp I), nữ (8 kiện tướng, 1 cấp I).

Để đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp, nghiên cứu tiến hành kiểm tra thành tích 07 test về thể lực chuyên môn đối với khách thể nghiên cứu, tính giá trị trung bình, độ lệch chuẩn và hệ số biến thiên thu được kết quả được trình bày tại bảng 4.

Qua số liệu tại bảng 4 cho thấy hệ số biến thiên (CV), tham số phản ánh độ biến thiên dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu, quần thể; ở tất cả các chỉ số của khách thể nghiên cứu đều cho thấy: Các test có độ đồng nhất cao (đồng nghĩa với độ phân tán dao động nhỏ) giữa các cá thể nghiên cứu ($CV < 10\%$) đối với nam: Di chuyển ngang sân 10 lần (s), di chuyển tiến lùi 15 lần (s), bật cao tại chỗ (cm), xoạc ngang (cm); đối với nữ: Di chuyển ngang sân 10 lần (s), di chuyển tiến lùi 15 lần (s), di chuyển 4 góc sân 5 lần (s), di chuyển chéo sân 5 lần (s), xoạc ngang (cm). Các test có độ đồng nhất trung bình ($10\% < CV < 20\%$) đối với nam: Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s), di chuyển chéo sân 5 lần (s), xoạc dọc (cm); đối với nữ; bật cao tại chỗ (cm) và xoạc dọc (cm). Qua trên cho thấy thực trạng thể lực chuyên môn của các VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp tương đối đồng đều.

2.3. Đánh giá sự phát triển trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện

Để đánh giá được sự phát triển trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện, nghiên cứu tiến hành kiểm tra thành tích của khách thể nghiên cứu sau một năm tập luyện, tính nhịp tăng trưởng, kết quả được trình bày tại bảng 5

Kết quả ở bảng 5 cho thấy, ở Nam sau một năm tập luyện thì thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp có sự biến đổi khá tốt về thành tích thể hiện ở cả 7 test. Trong đó, test *Xoạc dọc (cm)* có nhịp tăng trưởng cao nhất với $W = 45.36\%$, test có nhịp tăng trưởng thấp nhất là *Bật cao tại chỗ (cm)* với $W = 5.35\%$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê, khi ở tất cả 07 test đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng $P < 0.001$. Cụ thể như sau:

- *Di chuyển ngang sân 10 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 2.64 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 6.17\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 14.058 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích giảm 6.90 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 13.50\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 17.504 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 3.76 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 8.50\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 22.307 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển chéo sân 5 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 3.03 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 7.36\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 8.728 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Bật cao tại chỗ (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình tăng 2.80 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 5.35\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa

Bảng 4. Tổng hợp thành tích các test đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển đá cầu tỉnh Đồng Tháp

STT	TEST	NAM (n = 10)			NỮ (n = 9)		
		\bar{X}	δ	C_v	\bar{X}	δ	C_v
1	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	44.64	2.33	5.22	48.42	1.73	3.58
2	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	55.02	5.26	9.55	66.73	4.06	6.08
3	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	46.84	6.11	13.04	49.11	2.70	5.49
4	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	43.80	6.05	13.82	51.61	3.17	6.13
5	Bật cao tại chỗ (cm)	51.20	5.05	9.86	36.22	4.09	11.28
6	Xoạc ngang (cm)	7.65	0.34	4.41	7.22	0.51	7.02
7	Xoạc dọc (cm)	2.90	0.39	13.60	2.56	0.39	15.29

thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 15.989 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Xoạc ngang (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 1.82 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 27.69\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 19.656 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Xoạc dọc (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 1.03 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 45.36\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 16.610 > t_{\text{bảng}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

Kết quả ở Nữ cho thấy, sau một năm tập luyện thì thể lực chuyên môn của nữ VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp có sự tăng trưởng khá tốt về thành tích thể hiện ở cả 7 test. Trong đó, test *Xoạc dọc (cm)* có nhịp tăng trưởng cao nhất với $W = 74.80\%$, test có nhịp tăng trưởng thấp nhất là *Di chuyển ngang sân 10 lần (s)* với $W = 4.70\%$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê, khi ở tất cả 07 test đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng $P < 0.001$. Cụ thể như sau:

- *Di chuyển ngang sân 10 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 2.21 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 4.70\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 16.843 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích giảm 4.06 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 6.36\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 16.416 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 2.87 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 6.12\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 12.406 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Di chuyển chéo sân 5 lần (s)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 5.27 giây, với nhịp tăng trưởng $W = 10.83\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 20.459 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Bật cao tại chỗ (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình tăng 6.56 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 17\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 18.868 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

- *Xoạc ngang (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành tích trung bình giảm 1.39 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 21.74\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 19.206 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

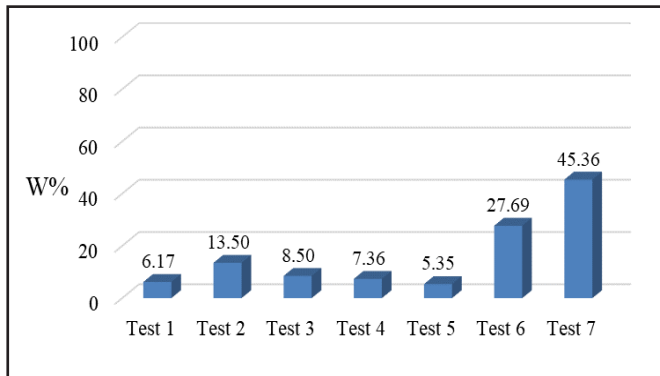
- *Xoạc dọc (cm)*: Sau một năm tập luyện thì thành

Bảng 5. Nhịp tăng trưởng trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện

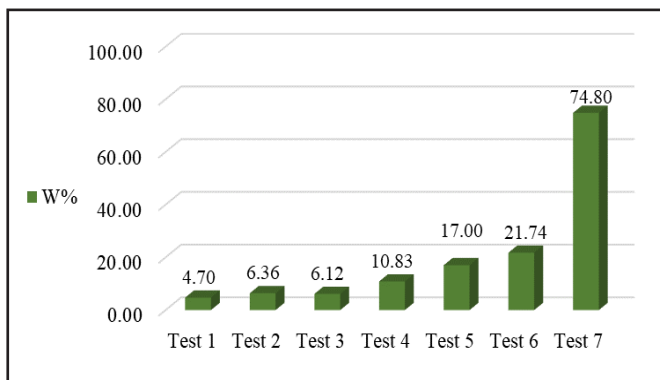
TT	TEST	Trước ($\bar{X} \pm \delta$)	Sau ($\bar{X} \pm \delta$)	W%	t	P
Nam						
1	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	44.64 ± 2.33	42.00 ± 2.85	6.17	14.058	< 0.001
2	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	55.02 ± 5.26	48.13 ± 5.56	13.50	17.504	< 0.001
3	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	46.84 ± 6.11	43.08 ± 6.24	8.50	22.307	< 0.001
4	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	43.80 ± 6.05	40.77 ± 6.15	7.36	8.728	< 0.001
5	Bật cao tại chỗ (cm)	51.00 ± 4.74	54.00 ± 5.16	5.35	15.989	< 0.001
6	Xoạc ngang (cm)	7.65 ± 0.34	5.83 ± 0.86	27.69	19.656	< 0.001
7	Xoạc dọc (cm)	2.90 ± 0.39	1.87 ± 0.57	45.36	16.610	< 0.001
Nữ						
1	Di chuyển ngang sân 10 lần (s)	48.42 ± 1.73	46.21 ± 2.02	4.70	16.843	< 0.001
2	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	66.73 ± 4.06	62.67 ± 4.79	6.36	16.416	< 0.001
3	Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s)	49.11 ± 2.70	46.24 ± 3.35	6.12	12.406	< 0.001
4	Di chuyển chéo sân 5 lần (s)	51.61 ± 3.17	46.34 ± 3.47	10.83	20.459	< 0.001
5	Bật cao tại chỗ (cm)	36.22 ± 4.09	42.78 ± 2.33	17.00	18.868	< 0.001
6	Xoạc ngang (cm)	7.22 ± 0.51	5.83 ± 0.75	21.74	19.206	< 0.001
7	Xoạc dọc (cm)	2.56 ± 0.39	1.22 ± 0.51	74.80	21.466	< 0.001

tích trung bình giảm 1.33 cm, với nhịp tăng trưởng $W = 74.80\%$. Sự tăng trưởng này là có ý nghĩa thống kê, khi $t_{\text{tính}} = 21.466 > t_{\text{bảng}} = 5.041$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

Cụ thể về nhịp tăng trưởng thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp được thể hiện ở biểu đồ 1 và 2.



Biểu đồ 1: Nhịp tăng trưởng thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp



Biểu đồ 2: Nhịp tăng trưởng thể lực chuyên môn của nữ VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp

* Ghi chú: Test 1: Di chuyển ngang sân 10 lần (s); Test 2: Di chuyển tiến lùi 15 lần (s); Test 3: Di chuyển 4 góc sân 5 lần (s); Test 4: Di chuyển chéo sân 5 lần (s); Test 5: Bật cao tại chỗ (cm); Test 6: Xoạc ngang (cm); Test 7: Xoạc dọc (cm).

Như vậy, sau một năm tập luyện thì trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp có sự tăng trưởng khá tốt về thành tích thể hiện ở tất cả các test. Sự biến đổi này có ý nghĩa thống kê, khi ở tất cả các test đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng (nam)}} = 5.041$ và $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng (nữ)}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

3. KẾT LUẬN

Qua tham khảo, tổng hợp, phỏng vấn, kiểm nghiệm độ tin cậy và tính thông báo, nghiên cứu

đã xác định được 07 test dùng để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp là: Di chuyển ngang sân 10 lần (s), di chuyển tiến lùi 15 lần (s), di chuyển 4 góc sân 5 lần (s), di chuyển chéo sân 5 lần (s), bật cao tại chỗ (cm), xoạc ngang (cm), xoạc dọc (cm). Thông qua hệ thống test, đã đánh giá được sự phát triển trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp sau một năm tập luyện, cho thấy sau một năm tập luyện thì trình độ thể lực chuyên môn của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp có sự tăng trưởng khá tốt về thành tích thể hiện ở tất cả các test. Sự biến đổi này có ý nghĩa thống kê, khi ở tất cả các test đều có $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng (nam)}} = 5.041$ và $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng (nữ)}} = 4.781$ ở ngưỡng xác suất $P < 0.001$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hoàng Thị Thái Bình (2012), “Lựa chọn bài tập nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật vít cầu cho nữ VĐV đội tuyển Đá cầu Hà Nội lứa tuổi 15-17.”, Luận văn Thạc sĩ, Đại học TDTT Bắc Ninh.

2. Nguyễn Thế Lương (2011), “Nghiên cứu đánh giá trình độ phát triển thể lực và kỹ thuật chuyên môn cho vận động viên năng khiếu đá cầu lứa tuổi 12 – 13 quận Tân Bình, thành phố Hồ Chí Minh sau 06 tháng tập luyện”, luận văn thạc sĩ giáo dục học, Học viện TDTT Thượng Hải – Trung Quốc.

3. Đặng Thị Hồng Nhung (2010), “Nghiên cứu bài tập bổ trợ nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy – huấn luyện kỹ thuật cơ bản môn Đá cầu cho VĐV trẻ.”, đề tài cấp viện, Viện KH TDTT, Hà Nội.

4. Đặng Ngọc Quang (2009), “Nghiên cứu kỹ thuật cơ bản búng cầu, giạt cầu và phương pháp giảng dạy – huấn luyện ban đầu đối với VĐV Đá cầu trẻ”, Luận án Tiến sĩ GDH, Viện KH TDTT.

5. Lê Hồng Sơn (2005), “Nghiên cứu ứng dụng hệ thống các bài tập nhằm phát triển thể lực chuyên môn cho VĐV nam cầu lông trẻ lứa tuổi 16-18”, LATSKHGD, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận án tiến sĩ Giáo dục học của tác giả Phạm Việt Thanh “Nghiên cứu mức độ ảnh hưởng của các yếu tố cấu thành trình độ tập luyện đối với thành tích thi đấu của VĐV đội tuyển Đá cầu tỉnh Đồng Tháp” bảo vệ năm 2019.

Ngày nhận bài: 15/5/2022; **Ngày duyệt đăng:** 18/8/2022.