

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN KỸ THUẬT ĐÁ VÒNG CẦU CHO NAM HỌC VIÊN CÂU LẠC BỘ VÕ THUẬT ỨNG DỤNG HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

ThS. Nguyễn Viết Anh¹

Tóm tắt: Đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên Câu lạc bộ Võ thuật ứng dụng Học viện An ninh nhân dân qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên Câu lạc bộ Võ thuật ứng dụng Học viện An ninh nhân dân, 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; thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu, Câu lạc bộ Võ thuật ứng dụng, nam học viên, Học viện An ninh nhân dân...

Summary: Evaluating the technical expertise and physical fitness level in Sepak Takraw for male students of the Applied Martial Arts Club at the People's Security Academy through different stages of training is a necessary task. The research process involves selecting tests to evaluate the technical expertise and physical fitness level in Sepak Takraw for male students of the Applied Martial Arts Club at the People's Security Academy, as well as developing evaluation standards for the chosen tests for the research subjects.

Keywords: Developing, standards, technical expertise, Sepak Takraw, Applied Martial Arts Club, male students, People's Security Academy.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Học viện An ninh nhân dân (ANND) là một trong những trường của Bộ Công an có nhiệm vụ đào tạo những chiến sỹ công an có năng lực, phẩm chất chính trị và chuyên môn vững vàng để hoàn thành tốt nhiệm vụ bảo vệ an ninh quốc gia và trật tự an toàn xã hội. Học viện ANND đã thực hiện tốt nhiệm vụ giảng dạy những môn quân sự, võ thuật, thể dục thể thao theo chương trình của Bộ đề ra, đồng thời để học viên nâng cao thể lực và đáp ứng yêu cầu nhiệm vụ tập luyện và thực tế chiến đấu thì Học viện còn tổ chức các câu lạc bộ (CLB) võ thuật như Taekwondo, Karate, Võ thuật ứng dụng (VTUD)... Hiện nay, VTUD là môn võ được quan tâm và có tính ứng dụng cao trong Bộ Công an. Vì vậy, Học viện ANND đã đưa VTUD vào chương trình huấn luyện cho đội tuyển, đội dự tuyển để đi thi đấu hàng năm. Trong VTUD, kỹ thuật đá vòng cầu là kỹ thuật có hiệu quả cao và thường xuyên được các vận động viên sử dụng. Việc đánh giá hiệu quả thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu trong VTUD ở Học viện ANND qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết để điều chỉnh phù hợp với quá trình huấn luyện qua các giai đoạn.

Ở nước ta, trong những năm gần đây cũng có rất nhiều công trình khoa học nghiên cứu về đánh giá trình độ của vận động viên như: Bùi Huy Quang (1996); Chung Tấn Phong (2000); Nguyễn Kim Xuân (2001); ngoài ra đánh đã có một số tác giả nghiên cứu về môn Võ thuật Công an nhân dân như: Nguyễn Thanh Hải (2011); Ngô Hải Hà (2018); Bùi Trọng Phương (2019)...

Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để nâng cao hiệu quả thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu môn VTUD ở Học viện ANND chúng tôi mạnh dạn nghiên cứu: **Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUD Học viện ANND.**

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUD Học viện ANND.

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu chúng tôi

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND (n=20)

TT	Các test sử dụng	Kết quả sử dụng							
		Rất trọng (3đ)		Quan trọng (2đ)		Không quan trọng (1đ)		Tổng điểm (60)	%
		n	Điểm	n	Điểm	n	Điểm		
1	Bật xa tại chỗ (cm)	6	18	8	16	6	6	40	66.67
2	Tại chỗ đá vòng cầu liên tục vào lăm-pơ 20s (lần)	18	54	2	4	0	0	58	96.67
3	Đá vòng cầu buộc chun cổ chân sau trong 15s (lần)	13	39	7	14	0	0	53	88.33
4	Lướt đá vòng cầu 2 đích liên tục khoảng cách 3m 60s (lần)	12	36	8	16	0	0	52	91.67
5	Ngồi xuống đứng lên đá vòng cầu đổi chân liên tục 30 giây (lần)	18	54	2	4	0	0	58	96.67
6	Gạt đá vòng cầu liên tục 30s (lần)	13	39	7	14	0	0	53	90.00
7	Di chuyển ngang đá vòng cầu vào lăm-pơ 30s (lần)	15	45	5	10	0	0	55	96.67
8	Bật cao tại chỗ với bảng (cm)	8	24	3	6	9	9	39	65.00
9	Bốc đôi với người đồng cân 20s (lần)	6	18	8	16	6	6	40	66.67
10	Đá 2 đích đối diện cách 2,5m trong 15s (lần)	8	24	3	6	9	9	39	65.00

đã lựa chọn được 10 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND và tiến hành phỏng vấn 20 HLV, giáo viên...thuộc Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 06 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND (đa số ý kiến lựa chọn các test có ý kiến tán thành đạt 70% trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 06 test ở trên để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND.

Để phân loại hiệu quả thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu đề tài sử dụng phương pháp 2đ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test hiệu quả thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu của

học 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 test tại bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND.

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND; Thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại chúng tôi sử dụng quy tắc 2đ, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các test trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (Thang điểm 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 trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá hiệu quả thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu theo từng nội dung môn

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam Học viên CLB VTUĐ Học viện ANND

TT	Các test kiểm tra	Phân loại					
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt	
1	Tại chỗ đá vòng cầu liên tục vào lăm pô 20s (lần)	<16	16 - 17	18 - 19	20 - 21	>21	
2	Đá vòng cầu buộc chun cổ chân sau trong 15s (lần)	<14	14 - 15	16 - 17	18 - 19	>19	
3	Lướt đá vòng cầu 2 đích liên tục khoảng cách 3m 60s (lần)	<31	31 - 32	33 - 35	36 - 37	>37	
4	Ngồi xuống đứng lên đá vòng cầu đổi chân liên tục 30s (lần)	<13	13 - 14	15 - 16	17 - 18	>18	
5	Gạt đá vòng cầu liên tục 30s (lần)	<19	19 - 20	21 - 22	23 - 24	>24	
6	Di chuyển ngang đá vòng cầu vào lăm pô 30s (lần)	<11	11 - 12	13 - 14	15 - 16	>16	

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam Học viên CLB VTUĐ Học viện ANND

TT	Các test kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Tại chỗ đá vòng cầu liên tục vào lăm pô 20s (lần)	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
2	Đá vòng cầu buộc chun cổ chân sau trong 15s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	Lướt đá vòng cầu 2 đích liên tục khoảng cách 3m 60s (lần)	31	32	33	33	34	35	36	36	37	38
4	Ngồi xuống đứng lên đá vòng cầu đổi chân liên tục 30s (lần)	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
5	Gạt đá vòng cầu liên tục 30s (lần)	19	20	20	21	21	22	22	22	23	23
6	Di chuyển ngang đá vòng cầu vào lăm pô 30s (lần)	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

VTUĐ cho học viên Học viện ANND.

2.3. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND.

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4

Bảng 4. Điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND.

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 54
Khá	42 – 53
Trung bình	30 – 41
Yếu	24 – 29
Kém	≤ 23

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện học viên 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 06 Test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND gồm:

- + Tại chỗ đá vòng cầu liên tục vào lỗmơ 20s (lần)
- + Đá vòng cầu buộc chun cổ chân sau trong 15s (lần)
- + Lướt đá vòng cầu 2 đích liên tục khoảng cách 3m 60s (lần)
- + Ngồi xuống đứng lên đá vòng cầu đối chân liên tục 30s (lần)
- + Gạt đá vòng cầu liên tục 30s (lần)
- + Di chuyển ngang đá vòng cầu vào lỗmơ 30s (lần)

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB VTUĐ Học viện ANND

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội..
2. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Thanh Hải (2011) “*Nghiên cứu ứng dụng hệ thống bài tập phát triển sức mạnh môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND*”, Luận văn thạc sĩ giáo dục học
4. Ngô Hải Hà (2018), “*Xây dựng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ trong giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân tại Học viện ANND*”, Luận văn thạc sĩ giáo dục học.
5. Bùi Trọng Phương (2019), “*Nghiên cứu nội dung trong phương pháp tập luyện theo trạm nhằm phát triển sức mạnh cho sinh viên nam Học viện ANND trong môn võ thuật Công an nhân dân*”. Luận án tiến sĩ giáo dục học.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả sáng kiến kinh nghiệm tại HV ANND: “*Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chuyên môn kỹ thuật đá vòng cầu cho nam học viên CLB Karatedo Học viện ANND*”. Năm 2019.

Ngày nhận bài: 29/12/2022; **Ngày duyệt đăng:** 26/2/2023.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)