

THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ TỐC ĐỘ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ NAM SINH VIÊN ĐẠI HỌC BÁCH KHOA HÀ NỘI

TS. Nguyễn Trọng Tài¹

Tóm tắt: Đánh giá thực trạng trình độ sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của vận động viên đội tuyển Bóng đá nam sinh viên Đại học Bách Khoa Hà Nội qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện sức mạnh tốc độ của vận động viên đội tuyển Bóng đá nam sinh viên Đại học Bách Khoa Hà Nội, đồng thời đánh thực trạng trình độ cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; sức mạnh tốc độ; nam vận động viên; Bóng đá; Đại học Bách Khoa Hà Nội ...

Summary: Assessing the current level of strength and speed of male football players in the student team at Hanoi University of Science and Technology through different stages of training is necessary. The research process involves selecting tests and establishing evaluation standards for strength and speed training level of male football players in Hanoi University of Science and Technology student team, while also evaluating the actual level of the research subjects.

Keywords: Development, standards, strength and speed, male athletes, football, Hanoi University of Science and Technology.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đại học Bách Khoa Hà Nội (ĐHBKHN) những năm gần đây là một trong những lá cờ đầu về phong trào thể dục thể thao sinh viên khu vực và toàn quốc. Trong các môn thể thao sinh viên, môn Bóng đá là một trong những môn thể mạnh của ĐHBKHN. Bóng đá là môn thể thao được nằm trong khung chương trình giảng dạy giáo dục thể chất tại ĐHBKHN. Vì vậy môn học rất được quan tâm và đầu tư trong nghiên cứu giảng dạy tại đây. Qua thực tiễn công tác giảng dạy và huấn luyện tại khoa Giáo dục thể chất vài năm gần đây cho thấy: thể lực của sinh viên là một điểm yếu của các đội tuyển nói chung và đội tuyển Bóng đá nam sinh viên nói riêng. Đặc biệt là yếu tố sức mạnh, tốc độ, đây cũng là một trong những nguyên nhân dẫn đến đội tuyển Bóng đá nam sinh viên của ĐHBKHN đạt thành tích chưa cao trong giải Bóng đá sinh viên toàn quốc.

Trong quá trình giảng dạy và nghiên cứu khoa học có rất nhiều đề tài nghiên cứu về môn Bóng đá như: Vũ Ngọc Tuấn (2005); Nguyễn Tuấn Anh (2009); Nguyễn Sơn (2009); Lê Duy Long (2009); Trần Đức Tùng (2013).

Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để phát triển môn Bóng đá ở ĐHBKHN và tiến hành xây dựng một đội ngũ vận động viên (VĐV) để thi đấu

tốt hơn nên chúng tôi nghiên cứu: **Thực trạng trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN.**

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

2.1.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

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 10 test đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN và tiến hành phỏng vấn 30 HLV, chuyên gia, trọng tài... môn Bóng đá. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 06 test ứng dụng trong đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN (đa số ý kiến lựa chọn các test có số điểm đạt 80% trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, nghiên cứu đã lựa chọn được 06 test ở trên để đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN.

2.1.2. Xác định tính thông báo của các test đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá

nam sinh viên ĐH BKHN

Để xác định được tính thông báo của 06 test đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành tìm hệ số tương quan thứ bậc giữa kết quả lập test của 06 test trên với kết quả thi đấu của VĐV. Chúng tôi sử dụng công thức tính hệ số tương quan thứ bậc để xác định mối tương quan giữa kết quả kiểm tra các test SMTĐ với thành

tích thi đấu. Kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 2

Qua bảng 2 cho thấy: Cả 06 test đảm bảo có mối tương quan chặt với thành tích thi đấu. Hệ số tương quan r từ 0.81 đến 0.85 đảm bảo tính thông báo sử dụng.

2.1.3. Xác định độ tin cậy của hệ thống test lựa chọn.

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN (n=30)

TT	Test	Tán thành (số người)	Tỷ lệ %
1	Bật cóc 30m(s)	16	53.3
2	Bật xa tại chỗ (cm)	26	86.6
3	Ném biên (m)	16	53.3
4	Chạy 30m xuất phát cao (s)	25	83.3
5	Bật nhảy bằng 2 chân 20 lần (s)	18	60.0
6	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	27	90.0
7	Bài tập dẫn bóng tốc độ(s)	16	53.3
8	Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s)	20	66.6
9	Sút bóng xa chân thuận (m)	26	86.6
10	Bật cao đánh đầu (m)	18	60.0

Bảng 2. Xác định tính thông báo của các test đánh giá SMTĐ với thành tích thi đấu của VĐV đội tuyển bóng đá nam sinh viên ĐH BKHN (n=20)

STT	Nội dung test	r	p
1	Bật xa tại chỗ (cm)	0,83	<0.05
2	Chạy 30m XPC (s)	0,81	<0.05
3	Ném biên (m)	0,82	<0.05
4	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	0,80	<0.05
5	Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s)	0,85	<0.05
6	Sút bóng xa chân thuận (m)	0,84	<0.05

Bảng 3. Độ tin cậy của các test đánh giá SMTĐ cho vận động viên đội tuyển bóng đá nam cho nam Sinh viên ĐH BKHN (n=2)

STT	Nội dung test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		r
		Lần 1	Lần 2	
1	Bật xa tại chỗ (cm)	249 ± 6,7	250 ± 6,3	0.89
2	Chạy 30m XPC (s)	4.44 ± 0,52	4.46 ± 0,56	0.84
3	Ném biên (m)	20.6 ± 2,0	20.4 ± 1,9	0.85
4	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	25.8 ± 1,2	26.0 ± 0,9	0.88
5	Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s)	7.68±1.13	7.59±1.12	0.86
6	Sút bóng xa chân thuận (m)	39.80±4.09	40.05±4.32	0.88

Chúng tôi tiến hành kiểm tra 2 lần trong điều kiện quy trình, quy phạm như nhau và cùng một thời điểm (bằng phương pháp test lặp lại). Để xác định độ tin cậy của hệ thống các test đánh giá đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3

Qua bảng 3 cho thấy: Cả 06 test đã qua kiểm tra tính thông báo trên đối tượng VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN đều có hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức rất cao với $r > 0.84$ đến $r = 0.89$ với $P < 0.05$, đủ độ tin cậy trong đánh giá đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

Để phân loại trình độ SMTĐ, chúng tôi 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 VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 để xác định test theo từng test trình độ SMTĐ của VĐV 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 SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN. Thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại chúng tôi sử dụng quy tắc 2δ 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 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 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam

Bảng 4. Tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN.

TT	Test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Bật xa tại chỗ (cm)	<238.8	238.81-245.4	245.41-258.6	258.61-265.2	>265.21
2	Chạy 30m XPC (s)	>4.91	4.9-4.58	4.57-3.92	3.91-3.59	<3.58
3	Ném biên (m)	<18.34	18.35-19.82	19.83-22.78	22.79-24.26	>24.27
4	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	>27.6	27.59-26.3	26.29-23.7	23.69-22.4	<22.39
5	Dẫn bóng 30m luân cọc sút cầu môn (s)	>8.28	8.27-7.86	7.85-7.02	7.01-6.6	<6.59
6	Sút bóng xa chân thuận (m)	<34.88	34.89-37.9	37.91-43.94	43.95-46.96	>46.97

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN.

TT	Test kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Bật xa tại chỗ (cm)	239	242	245	249	252	255	259	262	265	269
2	Chạy 30m XPC (s)	4.91	4.75	4.58	4.42	4.25	4.09	3.92	3.76	3.59	3.43
3	Ném biên (m)	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
4	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	27.60	26.95	26.30	25.65	25.00	24.35	23.70	23.05	22.40	21.75
5	Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s)	8.28	8.07	7.86	7.65	7.44	7.23	7.02	6.81	6.60	6.39
6	Sút bóng xa chân thuận (m)	35	36	38	39	41	42	44	45	47	48

theo từng nội dung môn Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

Qua kết quả tìm được tại bảng 4 và 5 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 6.

Bảng 6. Điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

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

Qua bảng 6 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện sinh 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 VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

Đánh giá thực trạng trình độ SMTĐ của nam VĐV Bóng đá lứa tuổi 12-14, ĐHBKHN. Kết quả được trình bày ở bảng 7.

Qua bảng 7 cho thấy: SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN còn nhiều hạn chế. Đa số thành tích của các VĐV đều ở mức trung bình và yếu kém, Tỷ lệ yếu kém còn cao, Tỷ lệ VĐV ở mức giỏi và khá chiếm tỷ lệ thấp. SMTĐ hạn chế ảnh hưởng rất nhiều đến việc thực hiện kỹ thuật, chiến thuật.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 06 test,

Bảng 7. Thực trạng SMTĐ của VĐV đội tuyển bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN (n=32)

TT	Test	Phân loại									
		Tốt	%	Khá	%	Trung bình	%	Yếu	%	Kém	%
1	Bật xa tại chỗ (cm)	2	6.25	4	12.5	21	65.6	4	12.5	1	3.13
2	Ném biên (m)	3	9.37	6	18.75	15	46.87	4	12.5	4	12.5
3	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5	15.62	6	18.75	14	43.75	5	15.62	2	6.25
4	Sút bóng liên tục 5 quả chạy đà 5m (s)	4	12.5	7	21.87	16	50.0	3	9.37	2	6.25
5	Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s)	3	9.37	6	18.75	15	46.87	6	18.75	2	6.25
6	Sút bóng xa chân thuận (m)	3	9.37	5	15.62	17	53.12	5	15.62	2	6.25

đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN

- Thực trạng trình độ SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên ĐHBKHN còn nhiều hạn chế. Đa số thành tích của các VĐV đều ở mức trung bình và yếu kém, Tỷ lệ yếu kém còn cao, Tỷ lệ VĐV ở mức giỏi và khá chiếm tỷ lệ thấp. SMTĐ hạn chế ảnh hưởng rất nhiều đến việc thực hiện kỹ thuật, chiến thuật..

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội..

2. Bazenop. A.A (2000), *Chiến thuật áp dụng cho Bóng đá trong nhà*, Thông tin khoa học TDTT (5)

3. Dương Nghiệp Chí (2001), *Một số vấn đề về đào tạo VĐV Bóng đá trẻ*, Thông tin khoa học TDTT (5)

4. Trần Đức Dũng và cộng sự (2008), *Giáo trình Bóng đá*, Nxb TDTT Hà Nội

5. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả nghiên cứu đề tài cấp cơ sở: “Nghiên cứu lựa chọn bài tập nâng cao SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nam sinh viên Trường ĐHBKHN”. Chủ nhiệm: Nguyễn Trọng Tài, đề tài đã báo vệ tại trường đại học TDTT Bắc ninh Năm 2020.

Ngày nhận bài: 27/12/2022; Ngày duyệt đăng: 26/2/2023



Ảnh minh họa (nguồn Internet)