

ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC BỀN TỐC ĐỘ CỦA NAM HỌC VIÊN CÂU LẠC BỘ VÕ THUẬT ỨNG DỤNG TẠI HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

ThS. Đinh Văn Hạnh¹

Tóm tắt: Dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn, cùng với các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong lĩnh vực thể dục thể thao, kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 7 test đánh giá trình độ sức bền tốc độ cho nam học viên Câu lạc bộ Võ thuật ứng dụng tại Học viện An ninh nhân dân, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức bền tốc độ cho đối tượng nghiên cứu. Thông qua đó đánh giá được thực trạng trình độ sức bền tốc độ của nam học viên Câu lạc bộ Võ thuật ứng dụng tại Học viện An ninh nhân dân.

Từ khóa: Trình độ, sức bền tốc độ, võ thuật ứng dụng, Học viện An ninh nhân dân.

Summary: Based on theoretical foundations, practical observations, and standard scientific research methods in the field of physical education and sports, the study has selected 7 endurance and speed assessment tests for male students of the Martial Arts Applied Club at the People's Security Academy. Additionally, the study has established classification criteria and a comprehensive scoring table for evaluating the endurance and speed levels of the research subjects. Through this, the current state of endurance and speed levels of male students in the Martial Arts Applied Club at the People's Security Academy has been assessed.

Keywords: Level, endurance and speed, martial arts applied, People's Security Academy.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Việc phát triển trình độ võ thuật trong lực lượng Công an nhân dân (CAND) là nhu cầu cấp thiết để phục vụ xã hội trong tình hình mới. Qua quan sát và thực tế giảng dạy và huấn luyện học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại Học viện An ninh nhân dân (HVANND) cho thấy, thể lực của học viên còn yếu, đặc biệt là sức bền tốc độ (SBTD) của học viên thể hiện qua việc tập luyện và thực tế trấn áp tội phạm. Tuy nhiên, hiện nay HVANND chưa chuẩn hóa được các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện và đánh giá thực trạng trình độ SBTD của nam học viên Câu lạc bộ (CLB) Võ thuật ứng dụng. Điều này gây khó khăn cho các giảng viên, huấn luyện viên trong quá trình giảng dạy và huấn luyện. Chính vì vậy, việc nghiên cứu đánh giá thực trạng trình độ SBTD của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND được xác định là vấn đề mang tính cấp thiết.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp gồm: 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 SBTD của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan, quan sát sự phạm và phỏng vấn, phỏng vấn 20 huấn luyện viên, giảng viên Khoa quân sự Võ thuật Thể dục thể thao (TĐTT), chúng tôi đã lựa chọn được 7 test đánh giá trình độ SBTD cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND.

2.1.1. Xác định tính thông báo của các test Đánh giá trình độ SBTD của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Để xác định được tính thông báo của 07 test đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành tìm hệ số tương quan thứ bậc giữa kết quả lập test của 07 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 SBTD với thành tích thi đấu. Kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 07 test đảm bảo có mối tương quan chặt với thành tích thi đấu. Hệ số tương quan r từ 0.79 đến 0.84 đảm bảo tính thông báo sử dụng.

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

Chúng tôi tiến hành kiểm tra kết quả lập test 2 lần trong điều kiện quy trình, quy phạm như nhau và cùng một thời điểm (bằng phương pháp test lặp lại - retest). Để xác định độ tin cậy của hệ thống các test đánh giá trình độ SBTD cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND. Kết quả thu được

1. Học viện An ninh nhân dân

trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Cả 07 test đã qua kiểm tra tính thông báo trên đối tượng nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND đều có hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức rất cao với $r > 0.83$ đến $r = 0.91$ với $P < 0.05$, đủ độ tin cậy để đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND. Như vậy đã lựa chọn được 07 test đánh giá trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Để xây dựng tiêu chuẩn phân loại SBTĐ cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi tiến hành lập test và phân loại SBTĐ trên 20 Nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND theo quy tắc 2σ . Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Trên cơ sở kết quả ở bảng 3, có thể phân loại được SBTĐ của học viên theo các mức theo quy trình gồm 2 bước sau:

- 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 SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Tiếp theo, để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND, chúng tôi quy đổi kết quả lập test sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy, bảng điểm quy đổi rất thuận tiện cho việc đánh giá SBTĐ của đối tượng nghiên cứu ở từng test theo điểm 10.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Qua bảng 3 và 4, chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại

Bảng 1. Xác định tính thông báo của các test đánh giá SBTĐ với thành tích thi đấu của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

TT	Các test kiểm tra	r	p
1	Chạy 400m (s)	0.83	<0.05
2	Nhảy dây 60s (số lần)	0.79	<0.05
3	Co tay xà đơn 45s (số lần)	0.83	<0.05
4	Đấm tay sau vào 2 đích cách 3m 60s (số lần)	0.84	<0.05
5	Đá đảo sơn vào đích 60s (số lần)	0.80	<0.05
6	Bốc đôi với người đồng cân 45s (số lần).	0.79	<0.05
7	Bê người cùng hạng cân ngồi xuống đứng lên 45s (số lần).	0.81	<0.05

Bảng 2. Độ tin cậy của các test đánh giá SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND (n=20)

TT	Các test kiểm tra	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		r
		Lần 1	Lần 2	
1	Chạy 400m (s)	61.5 ± 2.93	62.7 ± 2.98	0.91
2	Nhảy dây 60s (số lần)	172.4 ± 8.61	173.2 ± 8.75	0.88
3	Co tay xà đơn 45s (số lần)	23.5 ± 1.14	23.9 ± 1.16	0.86
4	Đấm tay sau vào 2 đích cách 3m 60s (số lần)	50.1 ± 1.15	50.7 ± 1.12	0.85
5	Đá đảo sơn vào đích 60s (số lần)	81.3 ± 3.43	81.8 ± 3.52	0.86
6	Bốc đôi với người đồng cân 45s (số lần).	22.1 ± 1.03	22.7 ± 1.11	0.84
7	Bê người cùng hạng cân ngồi xuống đứng lên 45s (số lần).	28.5 ± 1.43	28.7 ± 1.51	0.83

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại SBTD cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Chạy 400m (s)	>66.87	66.86-64.64	64.63-60.18	60.17-57.95	<57.94
2	Nhảy dây 60s (số lần)	<151	152-160	161-178	179-188	>189
3	Co tay xà đơn 45s (số lần)	<23	24-25	26-29	30-32	>33
4	Đấm tay sau vào 2 đích cách 3m 60s (số lần)	<52	53-56	57-63	64-66	>67
5	Đá đảo sơn vào đích 60s (số lần)	<70	71-74	75-84	85-89	>90
6	Bóc đôi với người đồng cân 45s (số lần).	<17	18-19	20-22	23-24	>25
7	Bê người cùng hạng cân ngồi xuống đứng lên 45s (số lần)	<23	24-25	26-28	29-30	>31

Bảng 4. Bảng điểm đánh giá trình độ SBTD cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

TT	Các test kiểm tra	Điểm đánh giá									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Chạy 400m (s)	66.87	65.76	64.64	63.53	62.41	61.30	60.18	59.07	57.95	56.84
2.	Nhảy dây 60s (số lần)	152	157	161	166	170	175	179	184	188	193
3.	Co tay xà đơn 45s (số lần)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
4.	Đấm tay sau vào 2 đích cách 3m 60s (số lần)	54	56	57	59	61	62	64	66	67	69
5.	Đá đảo sơn vào đích 60s (số lần)	71	74	76	78	81	83	85	88	90	92
6.	Bóc đôi với người đồng cân 45s (số lần).	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
7.	Bê người cùng hạng cân ngồi xuống đứng lên 45s (số lần).	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32

HVANND theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

Bảng 5. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

TT	Phân loại	Mức điểm
1	Tốt	≥ 63
2	Khá	49 – 62
3	Trung bình	35 – 48
4	Yếu	28 – 34
5	Kém	≤ 27

Qua bảng 5 cho thấy, có thể căn cứ vào tổng điểm đạt được ở các test đánh giá SBTĐ của Nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND để đối chiếu với các mức phân loại SBTĐ.

2.5. Đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND

Chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND thông qua tiêu chuẩn đã được xây dựng. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Qua bảng 6 cho thấy: Thực trạng trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND cho thấy: Trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND. Cụ thể: Có 3 nam học viên đạt tổng điểm xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 10.0%; Có 4 nam học viên đạt tổng điểm xếp loại khá chiếm tỷ lệ 20.0%; Có 9 nam học viên xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 45.0%; Tỷ lệ nam học viên xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 25.0%. Điều này cho thấy tiêu chuẩn SBTĐ được xây dựng đã đánh giá trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 7 test và

xây dựng được bảng phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND. Đây là cơ sở khoa học quan trọng giúp các giảng viên, huấn luyện viên điều chỉnh hợp lý nội dung và lượng vận động huấn luyện.

Thực trạng trình độ SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND cho thấy: Xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 10.0%; xếp loại khá chiếm tỷ lệ 20.0%; xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 45.0%; xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 25.0%. Như vậy tiêu chuẩn SBTĐ được xây dựng đã đánh giá trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND.

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. Đỗ Thế Hồng (2009), *Nghiên cứu hệ thống các bài tập phát triển sức mạnh cho nam VĐV Wushu Sanshou lứa tuổi 12 – 14 giai đoạn chuyên môn hóa ban đầu*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
4. Bùi Trọng Phương (2019), *Nghiên cứu nội dung trong phương pháp tập luyện theo trạm nhằm phát triển sức mạnh cho sinh viên nam HVANND trong môn võ thuật CAND*, Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả sáng kiến kinh nghiệm tại HVANND: “Lựa chọn bài tập phát triển SBTĐ cho nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng HVANND”. Năm 2019.

Ngày nhận bài: 22/2/2023; **Ngày duyệt đăng:** 19/5/2023

Bảng 6. Thực trạng trình độ SBTĐ của nam học viên CLB Võ thuật ứng dụng tại HVANND (n=20)

TT	Phân loại	n	%
1	Tốt	2	10.0%
2	Khá	4	20.0%
3	Trung bình	9	45.0%
4	Yếu	3	15.0%
5	Kém	2	10.0%
	Tổng	20	100%