

THỰC TRẠNG HÌNH THÁI, THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ NỮ U16 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

CN.Nguyễn Thị Thảo Lang¹; TS. Nguyễn Hoàng Minh²; TS.Nguyễn Đăng Khoa³

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học trong Thể dục thể thao, nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của vận động viên đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh. Qua kiểm thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của vận động viên đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy thực trạng thành tích các chỉ số đánh giá hình thái là có độ đồng đều; 5/6 test thể lực có độ đồng nhất cao và có 1/6 test thể lực có độ đồng nhất trung bình và 4/6 test kỹ thuật có độ đồng nhất cao, 2/6 test có độ đồng nhất trung bình. Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyên bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.

Từ khóa: Thực trạng; Hình thái; Thể lực; Kỹ thuật; Đội tuyển bóng đá nữ.

Abstract: Using scientific research methods in Sports, the research selected 3 morphological indexes and 12 tests to evaluate the physical strength and technique of athletes of the Ho Chi Minh City U16 women's football team. Through testing the actual morphological, physical strength and technical status of the Ho Chi Minh City U16 women's soccer team athletes show that the performance status of the physical assessment indicators is uniform; 5/6 physical tests have high uniformity and 1/6 physical tests have average uniformity and 4/6 technical tests have high uniformity, 2/6 tests have average uniformity. The average value of all tests is representative of the sample set, except for the standard passing test with the dominant foot (kick) which is not representative of the sample set.

Keyword: Current situation; Form; Physical; Technique; Women's soccer team..

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cùng với sự tăng trưởng kinh tế những năm qua, nền bóng đá nữ nước ta đã bắt đầu phát triển. Thành tích nổi bật của đội tuyển nữ Việt Nam, đạt 8 huy chương vàng SEA Games, huy chương vàng SEA Games 21 (năm 2001 tại Malaysia), huy chương vàng SEA Games 22 (năm 2003 tại Việt Nam), huy chương vàng SEA Games 23 (năm 2005 tại Philippines), huy chương vàng SEA Games 25 (năm 2009 tại Lào), huy chương vàng SEA Games 29 (năm 2017 tại Malaysia), huy chương vàng SEA Games 30 (năm 2019 tại Philippines) huy chương vàng SEA Games 31 (năm 2022 tại Việt Nam) huy chương vàng SEA Games 32 tại Campuchia. Đó là những thành tích đáng kể đồng thời chứng tỏ bóng đá nữ Việt Nam có khả năng đi xa hơn nữa. Tuy nhiên, so với mặt bằng chung của bóng đá châu lục và thế giới thì bóng đá nữ Việt Nam còn ở trình độ thấp. Một trong những nguyên nhân chính dẫn đến tình trạng trên là khâu đào tạo vận động viên (VĐV) kế thừa. Trong những năm gần đây thành quả đạt

được của bóng đá nữ Việt Nam khá nổi bật, như vô địch SEA Games 32 tại Campuchia, được xuất tham dự vòng chung kết World Cup 2023 tại Australia và New Zealand. Đội tuyển bóng đá nữ Thành phố Hồ Chí Minh là một trong những đội tuyển nòng cốt của đội tuyển quốc gia, đã đóng góp 11 thành viên cho đội tuyển Việt Nam. Vì thế việc đào tạo trẻ là một công tác rất được quan tâm hiện nay, từ đó chúng tôi quyết định lựa chọn hướng nghiên cứu này với mong muốn góp phần vào công tác phát triển và quảng bá môn thể thao này đến mọi người đặc biệt là nữ học sinh, sinh viên và mọi người yêu thích môn bóng đá nữ, từ những lý do trên chúng tôi mạnh dạn chọn hướng nghiên cứu: “**Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh**”, từ đó có những đánh giá và xác định tốt hơn để làm tiền đề điều chỉnh các yếu tố tác động đến công tác huấn luyện.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Tổng hợp, phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội

1: Trung tâm Thể dục thể thao Quận 1

2: Trung tâm Thể dục thể thao Quận 5

3: Sở Văn hoá và Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh.

Để lựa chọn được các test, chỉ số đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh qua phân tích tổng hợp tài liệu có liên quan về quy trình lập test, đồng thời thu thập, thống kê các test đã được sử dụng, nghiên cứu tiến hành lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có phiếu phỏng vấn cao ($\geq 80\%$) ở 2 lần phỏng vấn, để chặt chẽ hơn nghiên cứu còn sử dụng kiểm định χ^2 . Kết quả cho thấy: Theo nguyên tắc đề ra nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh gồm:

- **3 chỉ số hình thái:** (1) Chiều cao (cm); (2) Cân nặng (kg); (3) Chỉ số Quetelet (g/cm^2);

- **6 test thể lực:** (4) Bật xa tại chỗ (cm); (5) Chạy 30m XPC (giây); (6) Chạy 5 x 30m (s); (7) Chạy con thoi 5-10-15-20-25m (s); (8) Yo-Yo test (m); (9) Dẻo gập thân (cm);

- **6 test kỹ thuật:** (10) Sút bóng cố định chân thuận (quả); (11) Chuyển bóng chuẩn chân thuận (quả); (12) Ném biên tại chỗ (m); (13) Dẫn bóng

luôn cọc sút cầu môn (s); (14) Tang bóng (lần); (15) Đá bóng xa bằng chân thuận (m).

2.2. Kiểm định độ tin cậy các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh.

Nghiên cứu tiến hành kiểm định độ tin cậy các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra các test đánh giá hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có $r_{\text{tính}}$ từ 0.83 đến 0.97 (với $P < 0.05$). Như vậy các test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh đều có đủ độ tin cậy và có tính khả thi để đánh giá thể hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh.

Đối với 3 chỉ số hình thái là chiều cao (cm), cân nặng (kg) và Quetelet (g/cm^2) là những chỉ số có độ tin cậy và hàm lượng khoa học cao được nhiều nhà khoa học đưa vào quá trình kiểm tra đánh giá về hình thái. Bên cạnh đó những chỉ số này được đo lường bằng những dụng cụ, phương tiện điện tử hiện

Bảng 1. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh

STT	Test	Ban đầu (n=25)		Retest (n=25)		r	P
		\bar{X}	S_x	\bar{X}	S_x		
1	Chạy 30m xpc (s)	4.43	0.24	4.52	0.25	0.91	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	168.72	6.05	167.16	6.14	0.92	<0.05
3	Dẻo gập thân (cm)	9.60	0.75	9.58	0.76	0.96	<0.05
4	Chạy 5 X 30m (s)	24.07	1.25	24.16	1.23	0.97	<0.05
5	Chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s)	28.34	1.0	28.54	0.9	0.92	<0.05
6	Chạy Yo -Yo test (m)	731.20	85.26	734.40	82.37	0.96	<0.05
7	Dẫn bóng luôn cọc sút cầu môn (s)	8.57	0.23	8.66	0.26	0.83	<0.05
8	Tang bóng (lần)	30.52	3.79	31.16	3.5	0.94	<0.05
9	Sút bóng cố định chân thuận (quả)	7.52	0.82	7.76	0.60	0.86	<0.05
10	Chuyển bóng chuẩn chân thuận (quả)	6.08	0.95	6.20	0.87	0.84	<0.05
11	Đá bóng xa bằng chân thuận (m)	30.88	2.24	30.64	1.91	0.84	<0.05
12	Ném biên tại chỗ (m)	12.68	1.52	12.90	1.65	0.93	<0.05

đại và chính xác do đó hệ số sai số là rất thấp. Nên 3 chỉ số trên đảm bảo độ tin cậy.

Như vậy qua các bước nghiên cứu đã chọn ra được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Tp. Hồ Chí Minh

2.3. Đánh giá thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh

Để đánh giá thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh trên các số liệu thu được nghiên cứu đã tiến hành tính toán các tham số thống kê cơ bản như: Giá trị trung bình (\bar{X}), độ lệch chuẩn (S_x), hệ số biến thiên (C_v) thu được kết quả ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy:

Chỉ số hình thái: Trong 3 chỉ số đánh giá hình

thái của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có 3/3 nội dung có $C_v < 10\%$ với độ đồng nhất cao, giá trị trung bình của các chỉ số hình thái có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Về thể lực: Qua 6 nội dung kiểm tra thể lực của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có 1/6 nội dung có $C_v > 10\%$ với độ đồng nhất trung bình là chạy Yo -Yo test (m). Có 5/6 nội dung có $C_v < 10\%$ với độ đồng nhất cao là chạy 30m xpc (s), bật xa tại chỗ (cm), dẻo gập thân (cm), chạy 5 X 30m (s), chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s). giá trị trung bình của các chỉ số hình thái có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Về kỹ thuật: Với 6 nội dung kiểm tra kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có 4/6 test có $C_v > 10\%$ với độ đồng nhất trung bình là tăng bóng (lần), sút bóng cố định chân thuận

Bảng 2. Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh

TT	Test / Chỉ số	\bar{X}	S_x	C_v	ε
Hình thái					
1	Chiều cao (cm)	157.28	5.18	3.3	0.01
2	Cân nặng (kg)	50.16	4.15	8.3	0.03
3	Quetelet	318.70	21.03	6.6	0.03
Thể lực					
1	Chạy 30m xpc (s)	4.43	0.24	5.4	0.02
2	Bật xa tại chỗ (cm)	168.72	6.05	3.6	0.01
3	Dẻo gập thân (cm)	9.60	0.75	7.8	0.03
4	Chạy 5 X 30m (s)	24.07	1.25	5.2	0.02
5	Chạy con thoi 5m - 10m - 15m - 20m - 25m (s)	28.34	1.00	3.5	0.01
6	Chạy Yo -Yo test (m)	731.20	85.26	11.7	0.05
Kỹ thuật					
7	Dẫn bóng luồn cọc sút cầu môn (s)	8.57	0.2	2.7	0.01
8	Tăng bóng (lần)	30.52	3.8	12.4	0.05
9	Sút bóng cố định chân thuận (quả)	7.52	0.82	10.9	0.05
10	Chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả)	6.08	0.95	15.69	0.06
11	Đá bóng xa bằng chân thuận (m)	30.88	2.24	7.26	0.03
12	Ném biên tại chỗ (m)	12.68	1.52	11.99	0.05

(quả), chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả), ném biên tại chỗ (m). Có 2/6 nội dung có giá trị trung bình của các chỉ số hình thái có tính đại diện cho tập hợp mẫu $C_v < 10\%$ với độ đồng nhất cao là dẫn bóng luân cọc sút cầu môn (s), đá bóng xa bằng chân thuận (m). Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.

3. KẾT LUẬN

Thông qua quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 3 chỉ số hình thái và 12 test đánh giá thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành

phố Hồ Chí Minh.

Thực trạng hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh có các chỉ số đánh giá hình thái là có độ đồng đều; 5/6 test thể lực có độ đồng nhất cao và có 1/6 test thể lực có độ đồng nhất trung bình và 4/6 test kỹ thuật có độ đồng nhất cao, 2/6 test có độ đồng nhất trung bình. Giá trị trung bình của các test đều có tính đại diện cho tập hợp mẫu trừ test chuyền bóng chuẩn chân thuận (quả) là kết quả kiểm tra chưa đại diện cho tập hợp mẫu.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí – Trần Quốc Tuấn, Viện Khoa học TDTT, “Nghiên cứu các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của VĐV bóng đá trẻ nam từ 11 – 18 tuổi”, Nxb TDTT Hà Nội, 2004.
2. Nguyễn Đăng Chiêu (2004), “Nghiên cứu lượng vận động sinh lý của các VĐV bóng đá lứa tuổi 15 - 16 và 17 - 18 trong thời kỳ chuẩn bị cơ bản”, Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội
3. Giáo trình chuyên sâu bóng đá - Bộ môn Bóng đá, Trường đại học thể dục thể thao thành phố Hồ Chí Minh.
4. Trần Mạnh Hùng (2023), “Nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV bóng đá U15 đội tuyển trẻ quốc gia sau hai năm tập luyện” Luận án Tiến sĩ giáo dục học.
5. Trịnh Hữu Lộc – Ngô Hữu Phúc – Lâm Văn Vũ – Phạm Thái Vinh (2015), Giáo trình bóng đá, Nxb ĐHQG TP.HCM.
6. Đỗ Vĩnh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đè (2016), “Giáo trình Lý thuyết phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao”, Nxb ĐHQG TPHCM.
7. Đỗ Vĩnh, Trịnh Hữu Lộc (2010), “Giáo trình Đo lường thể thao”, Nxb TDTT.
8. Đỗ Vĩnh – Huỳnh Trọng Khải (2010), “Thống kê học trong TDTT”, Nxb TDTT.

Nguồn bài báo: Được trích từ luận văn thạc sĩ giáo dục học “Đánh giá sự phát triển hình thái, thể lực và kỹ thuật của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Thành phố Hồ Chí Minh sau một năm tập luyện”, học viên Nguyễn Thị Thảo Lang dự kiến bảo vệ tháng 11 năm 2024 tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao thành phố Hồ Chí Minh.

Ngày nhận bài: 10/10/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/12/2023