

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN KARATE TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP

TS. Phạm Cao Cường¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê. Chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn (TLCM) của nam sinh viên đội tuyển Karate trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp (ĐH KTKTCN) qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test đánh giá trình độ tập luyện TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN, đồng thời đánh thực trạng trình độ TLCM cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; thể lực chuyên môn; nam sinh viên; Đội tuyển Karate; Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp

Summary: Using methods such as literature review, interviews, discussions, and pedagogical and statistical mathematics examinations, we evaluated the current state of specialized physical fitness (TLCM) of male students from the Karate team of the University of Economics and Engineering (ĐH KTKTCN) through training phases. This evaluation was essential, involving the selection of tests to assess the TLCM training level of male students from the Karate team at ĐH KTKTCN, while also assessing the current state of TLCM for the research subjects.

Keywords: Development; standards; specialized physical fitness; male students; Karate team; University of Economics and Engineering

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm qua, trường ĐH KTKTCN đã thực hiện tốt nhiệm vụ giảng dạy chính khoá cũng như công tác giáo dục thể chất (GDTC) trong nhà trường, ngoài ra nhà trường đã tổ chức nhiều hoạt động ngoại khoá dưới dạng các câu lạc bộ các môn thể thao, góp phần nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất trong nhà trường và hình thành các đội tuyển thể thao trong đó có đội tuyển Karate... Việc nâng cao trình độ TLCM trong môn Karate cho đội tuyển cho sinh viên trường ĐH KTKTCN là nhu cầu cấp thiết để nâng cao thể lực, kết quả học tập và đóng góp vào thành tích đội tuyển Karate của Nhà trường. Trong thi đấu Karate TLCM có vai trò đặc biệt quan trọng trong tấn công và phòng thủ. Mặc dù có chương trình giảng dạy môn Karate cho đội tuyển Karate của trường ĐH KTKTCN, song huấn luyện TLCM cho nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN lại chưa được quan tâm nghiên cứu đúng mức. Vì vậy, nghiên cứu đánh giá TLCM cho nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN là cần thiết.

Hiện nay đã có một số công trình nghiên cứu về Karate như: Trần Tuấn Hiếu (1999); Cao Hoàng Anh (2000); Nguyễn Dương Bắc (2000); Đặng Thị Hồng Nhung (2007); Đỗ Tuấn Cường (2009); Mai Thị Bích Ngọc (2011)... Các công trình nghiên cứu

trên đã đưa ra được các bài tập phát triển tốc độ cho lứa tuổi 12-15, các bài tập cho sinh viên chuyên sâu Đại học TDTT Bắc Ninh và đội tuyển Quốc gia cũng như các test đánh giá cho lứa tuổi 12-15. Nhưng chưa có công trình nào nghiên cứu về bài tập TLCM cho sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của vấn đề cần nghiên cứu. Đề phát triển đội tuyển Karate ở trường ĐH KTKTCN và tiến hành xây dựng một đội ngũ nam sinh viên đội tuyển Karate thi đấu tốt hơn, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **Thực trạng trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN.**

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN

Với mục đích lựa chọn các test ứng dụng nhằm đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu phù hợp điều kiện thực tiễn của nhà trường, đề tài đã tiến hành điều tra thực trạng về các hình thức, về các nội dung kiểm tra và các chỉ tiêu thường được áp dụng trong việc đánh giá TLCM cho đối tượng nghiên cứu

1: Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp

thông qua hình thức phỏng vấn. Đối tượng phỏng vấn là 30 HLV, giáo viên trực tiếp làm công tác giảng dạy, huấn luyện sinh viên, VĐV Karate. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 08 test ứng dụng trong đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN (đa số ý kiến lựa chọn các test có số điểm đạt 70% tổng điểm trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, đề tài đã lựa chọn được 08 test ở trên để đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN gồm:

- + Giật tạ 15kg 15s (lần)
- + Chạy 30m (s)
- + Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)
- + Nhảy dây 30s (lần)
- + Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)

- + Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần) Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)
- + Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN

Để phân loại trình độ TLCM đề tài 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 nam sinh viên). Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test trình độ TLCM của vận động 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

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá TLCM cho sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN (n=30)

TT	Phân loại	Test	Tán thành (số người)	Tỷ lệ %
1	Nhóm test thể lực	Giật tạ 15kg 15s (lần)	23	76.6
2		Chạy 30m (s)	26	86.6
3		Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	23	76.6
4		Nhảy dây 30s (lần)	25	83.3
5		Gánh tạ 20kg nhảy cắt kéo 10s (lần)	18	60.0
6		Bật xa tại chỗ (cm)	20	66.6
7	Nhóm test kỹ thuật	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	25	83.3
8		Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	23	76.6
9		Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	26	86.6
10		Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	25	83.3
11		Di chuyển ziczác tay trước+tay sau vào 20 mục tiêu (s)	20	66.6
12		Đấm hai tay tốc độ vào đích cố định 10s (lần)	18	60.0

Bảng 2. Bảng tiêu chuẩn xếp loại TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	<15.54	15.55-16.57	16.58-18.63	18.64-19.66	>19.67
2	Chạy 30m (s)	>5.32	5.31-5.1	5.09-4.66	4.65-4.44	<4.43
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	<25.36	25.37-26.38	26.39-28.42	28.43-29.44	>29.45
4	Nhảy dây 30s (lần)	<70.84	70.85-76.02	76.03-86.38	86.39-91.56	>91.57
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	<25.3	25.31-26.85	26.86-29.95	29.96-31.5	>31.51
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	<22.94	22.95-24.27	24.28-26.93	26.94-28.26	>28.27
7	Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	<15.2	15.21-16.25	16.26-18.35	18.36-19.4	>19.41
8	Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	<12.6	12.61-13.55	13.56-15.45	15.46-16.4	>16.41

ngiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN

Để xây dựng bảng điểm đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và sử dụng quy tắc 2 δ 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 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.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và 3, chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện nam sinh viên được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN

TT	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
2	Chạy 30m (s)	5.32	5.21	5.10	4.99	4.88	4.77	4.66	4.55	4.44	4.33
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
4	Nhảy dây 30s (lần)	71	73	76	79	81	84	86	89	92	94
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
7	Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
8	Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 72
Khá	56 - 71
Trung bình	40 - 55
Yếu	32 - 39
Kém	≤ 31

Bảng 5. Thực trạng trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN

TT	Xếp loại	(n = 20)	
		n	%
1	Giỏi	2	10.00
2	Khá	6	30.00
3	Trung bình	8	40.00
4	Yếu	4	20.00
5	Kém	0	0.00

động huấn luyện cho phù hợp.

2.5. Thực trạng trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN

Đánh giá thực trạng trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Kết quả kiểm tra trình độ TLCM cho nam sinh viên đội tuyển Đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN, ở loại giỏi tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 10.00% ; Ở loại khá tỉ lệ nam sinh viên chiếm tỉ lệ 30.00% ; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 40.00% ; Ở loại yếu chiếm tỉ lệ 20.00% ; không có nam sinh viên đạt loại kém.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 08 test, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Đội tuyển

Karate trường ĐH KTKTCN gồm:

- + Giật tạ 15kg 15s (lần)
- + Chạy 30m (s)
- + Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)
- + Nhảy dây 30s (lần)
- + Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)
- + Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)
- + Đá vòng cầu 15s vào bao đá (lần)
- + Di chuyển ra đòn tay sau+đá vòng cầu 15s (lần)

- Thực trạng trình độ TLCM của nam sinh viên đội tuyển Karate trường ĐH KTKTCN cho thấy: Xếp giỏi tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 10.00% ; Ở loại khá tỉ lệ nam sinh viên chiếm tỉ lệ 30.00% ; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 40.00% ; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 20.00% ; không có nam sinh viên đạt loại kém.



Ảnh minh họa (nguồn Internet)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Đỗ Tuấn Cường (2009), *Nghiên cứu các bài tập phát triển thể lực chuyên môn đòn tay cho nam VĐV Karate đội tuyển quốc gia*, Luận văn thạc sỹ, ĐHTĐTT 1.
3. Trần Tuấn Hiếu, Nguyễn Đương Bắc (2001), *Giáo trình Karate*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Đặng Thị Hồng Nhung (2007), *Nghiên cứu nội dung, tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực của nữ VĐV Karate lứa tuổi 16 – 18 Thành Phố Tuyên Quang*, Luận văn thạc sỹ giáo dục học, Đại học TĐTT 1.
5. Nguyễn Đức Văn (2002), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả đề tài nghiên cứu cấp trường tại TRƯỜNG ĐH KTKTCN: “Lựa chọn hệ thống bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho sinh viên đội tuyển Karate Trường ĐH KTKTCN”. Năm 2020; đề tài dự kiến bảo vệ tháng 6/2024 Tác giả TS. Phạm Cao Cường.

Ngày nhận bài: 17/2/2024; **Ngày duyệt đăng:** 16/4/2024.