

# THỰC TRẠNG SỨC BỀN CHUYÊN MÔN NỘI DUNG SÚNG NGẮN CZ75 CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN TẠI HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

ThS. Vũ Thanh Tùng<sup>1</sup>

**Tóm tắt:** Đánh giá thực trạng trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam vận động viên tại 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 sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam vận động viên tại Học viện an ninh nhân dân, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các test đã lựa chọn và đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 cho đối tượng nghiên cứu.

**Từ khóa:** Xây dựng; tiêu chuẩn; sức bền chuyên môn; nam vận động viên; Nội dung súng ngắn Cz75; Học viện an ninh nhân dân

**Summary:** Evaluating the current level of specialized endurance in the use of the Cz75 pistol among male athletes at the People's Security Academy through various training phases is essential. The research process involves selecting tests to assess the specialized endurance level for the Cz75 pistol among male athletes at the People's Security Academy, establishing evaluation standards for the chosen tests, and assessing the current state of specialized endurance in the use of the Cz75 pistol for the research subjects.

**Keywords:** Development; standards; specialized endurance; male athletes; Cz75 pistol usage; People's Security Academy

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Nội dung súng ngắn Cz75 là một môn học được phát triển rộng rãi trong các trường thuộc ngành Công an ở nước ta đồng thời là nội dung được thường xuyên tổ chức thi đấu tại các giải bắn súng của ngành Công an. Xu hướng huấn luyện của nội dung súng ngắn Cz75 ngày nay đòi hỏi vận động viên (VĐV) đa phần thường sử dụng thể lực toàn diện để bắn được chính xác giành điểm cao trong tập luyện và thi đấu. Vì vậy, VĐV phải có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về thể lực, kỹ thuật, chiến thuật tâm lý và ý chí. Do đó, việc phát triển thể lực và hoàn thiện kỹ thuật bắn sẽ giúp cho VĐV đạt thành tích cao trong tập luyện cũng như thực tế thi đấu. Do đó, việc huấn luyện sức bền chuyên môn cho VĐV nội dung súng ngắn Cz75 có ý nghĩa rất quan trọng và là khâu không thể thiếu trong quá trình huấn luyện VĐV.

Vì vậy để nâng cao thành tích bắn nội dung súng ngắn Cz75 tại HVANND và tiến hành xây dựng một đội ngũ VĐV có trình độ bắn tốt tại nội dung này chúng tôi mạnh dạn nghiên cứu: **Thực trạng sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại Học viện An ninh nhân dân (HVANND).**

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

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND.

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 03 test đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND và tiến hành phỏng vấn 20 huấn luyện viên, giáo viên... 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 03 test ứng dụng trong đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND (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 03 test ở trên để đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND gồm:

- + Giữ súng lâu trên tay trong 1 phút 30 giây, tính thời gian giữ súng ổn định (s)
- + Bắn 10 viên tính độ chụm 10 viên/1 bia (cm)
- + Bắn tính điểm 10 viên tính điểm (đ)

### 2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND.

Để phân loại trình độ sức bền chuyên môn đề tài

**Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 cho nam VĐV tại HVANND (n=20)**

TT	Các test sử dụng	Đồng ý		Không đồng ý	
		n	%	n	%
1	Giữ súng lâu trên tay 60s tính thời gian giữ súng ổn định (s)	1	5	18	90
2	<b>Giữ súng lâu trên tay trong 1 phút 30 giây, tính thời gian giữ súng ổn định (s)</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
3	<b>Bắn 10 viên tính độ chụm 10 viên/1 bia (cm)</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
4	<b>Bắn tính điểm 10 viên tính điểm (đ)</b>	<b>17</b>	<b>85</b>	<b>3</b>	<b>15</b>
5	Bắn 20 viên tính điểm (đ)	1	5	90	18
6	Bắn tính độ chụm 30 viên, 10 viên/1 bia (cm)	1	5	90	18

sử dụng phương pháp  $2\delta$  cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Kết quả phân loại được tiến hành như sau:

- Giỏi:  $> \bar{\chi} + 2\delta$
- Khá:  $\bar{\chi} + 1\delta \rightarrow \bar{\chi} + 2\delta$
- Trung bình:  $\bar{\chi} - 1\delta \rightarrow \bar{\chi} + 1\delta$
- Yếu:  $\bar{\chi} - 2\delta \rightarrow \bar{\chi} - 1\delta$
- Kém:  $< \bar{\chi} - 2\delta$

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test trình độ sức bền chuyên môn của VĐV nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

- Bước 2: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

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

### 2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND (tổng số nam VĐV học môn Quân sự nội dung súng ngắn Cz75 HVANND được kiểm tra là 20 VĐV); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và Chúng tôi sử dụng quy tắc  $2\delta$  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 3.

**Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 cho nam VĐV tại HVANND.**

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Giữ súng lâu trên tay trong 1 phút 30 giây, tính thời gian giữ súng ổn định (s)	>16.05	16.04-15	14.99-12.9	12.89-11.85	<11.84
2	Bắn 10 viên tính độ chụm 10 viên/1 bia (cm)	<16.82	16.83-18.47	18.48-21.77	21.78-23.42	>23.43
3	Bắn tính điểm 10 viên tính điểm (đ)	<80.71	80.72-85.78	85.79-95.92	95.93-100.99	>101

**Bảng 3. Bảng đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 cho nam VĐV tại HVANND**

TT	Các test kiểm tra	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Giữ súng lâu trên tay trong 1 phút 30 giây, tính thời gian giữ súng ổn định (s)	16.05	15.53	15.00	14.48	13.95	13.43	12.90	12.38	11.85	11.33
2	Bắn 10 viên tính độ chụm 10 viên/1 bia (cm)	17	18	18	19	20	21	22	23	23	24
3	Bắn tính điểm 10 viên tính điểm (đ)	81	83	86	88	91	93	96	98	101	104

Qua bảng 3 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá sức bền chuyên môn theo từng nội dung của nam VĐV nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND.

#### 2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND

Qua kết quả tìm được tại bảng 2, 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND 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 đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên

trong công tác đánh giá trình độ tập luyện VĐV 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 sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND

Đánh giá thực trạng trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Kết quả kiểm tra trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND, xếp loại giỏi tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 35.00% ; Ở loại khá tỉ lệ học viên chiếm tỉ lệ 30.00% ; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 25.00% ; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 10.00% ; không có học viên đạt loại kém.

### 3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 03 test đánh giá trình độ sức bền chuyên môn của nam VĐV học môn Quân sự nội dung súng ngắn Cz75

**Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 cho nam VĐV tại HVANND**

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	$\geq 27$
Khá	21 – 26
Trung bình	15 – 20
Yếu	12 – 14
Kém	$\leq 11$

**Bảng 5. Thực trạng trình độ Sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND**

TT	Xếp loại	n = 20	
		n	%
1	Giỏi	7	35.00
2	Khá	6	30.00
3	Trung bình	5	25.00
4	Yếu	2	10.00
5	Kém	0	0.00

HVANND. Qua đó đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND.

Thực trạng trình độ sức bền chuyên môn nội dung súng ngắn Cz75 của nam VĐV tại HVANND

cho thấy: Xếp loại giỏi tỉ lệ sinh viên có kết quả kiểm tra đạt loại giỏi chiếm tỉ lệ 35.00% ; Ở loại khá tỉ lệ học viên chiếm tỉ lệ 30.00%; Ở loại trung bình chiếm tỉ lệ 25.00%; Ở loại yếu chiếm tỷ lệ 10.00% ; không có học 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. Nguyễn Xuân Hùng (2007), *Bước đầu nghiên cứu xây dựng tiêu chí đánh giá chất lượng công tác thể dục thể thao trường học cho các trường trung học phổ thông công lập nội thành Hà Nội*, Luận văn thạc sỹ giáo dục, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
3. Đỗ Quang Hưng (2014), *Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho nam VĐV súng trường đội tuyển bắn súng Thành phố Hồ Chí Minh*, Luận văn thạc sỹ giáo dục, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
4. Đinh Thị Tố Loan (2018), *Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển SBCM nội dung súng trường thể thao cho nữ VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh*, Luận văn thạc sỹ giáo dục, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
5. Đào Văn Thắng (2016), *Lựa chọn bài tập phát triển sức bền chuyên môn nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 ngành giáo dục thể chất Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh*, Luận văn thạc sỹ giáo dục, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.

**Nguồn bài báo:** Bài báo trích từ kết quả sáng kiến kinh nghiệm tại HVANND: “Lựa chọn bài tập phát triển SBCM nội dung súng ngắn Cz75 cho nam VĐV tại HVANND”, Vũ Thanh Tùng, 2017.

**Ngày nhận bài:** 10/1/2024; **Ngày duyệt đăng:** 5/4/2024