

# Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho nữ sinh viên học Giáo dục Thể chất 5 môn Bóng chuyền Trường Đại học Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh

Trần Thị Căng\*

\*ThS.Bộ môn Giáo dục Thể chất - Trường Đại học Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh

Received: 25/12/2022; Accepted: 30/12/2022; Published: 03/01/2023

**Abstract:** Physical fitness standards have been identified as an important tool for assessing the current state and teaching effectiveness of a Higher Physical Education curriculum. Through the use of reliable and fundamental research methods, the main purpose of this study is to develop standards for assessing physical fitness for female students studying Volleyball at Ho Chi Minh University of Banking. The research results are expected to be used as a basis for adjusting the current curriculum towards perfection and quality improvement. The research results have selected 05 suitable, scientific and reliable tests in assessing the physical fitness of the research subjects ( $r > 0.8$  at  $p < 0.05$ ;  $Cv < 10\%$ ). The research results also successfully built 01 standard classification table, 01 scoreboard and 01 composite scoreboard in assessing the fitness level of the research subjects.

**Keywords:** Physical education; Volleyball; Female students; Standard; Physical.

## 1. Đặt vấn đề

Đánh giá hiệu quả giảng dạy là một trong các khâu trọng yếu của quá trình đào tạo. Mục đích cơ bản của hoạt động đánh giá hiệu quả giảng dạy nhằm xác định rõ mức độ hiệu quả của chương trình giảng dạy hiện hành đối với đối tượng thụ hưởng chương trình. Kết quả của các quá trình đánh giá được dùng để xác định mức độ phù hợp của chương trình đối với đối tượng thực tế, đồng thời là căn cứ đề ra các thay đổi phù hợp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo.

Bóng chuyền là môn thể thao được nhiều người yêu thích và tham gia tập luyện, đặc biệt là nhóm đối tượng lứa tuổi thanh niên. Tuy nhiên, về mặt đa số, việc tập luyện của những người ham thích và tập luyện thường xuyên đều mang tính tự phát, sự kiểm soát về mặt đào tạo, chương trình và đánh giá đều không đảm bảo các giá trị chuyên môn dẫn đến chất lượng hoạt động tập luyện tồn tại nhiều giới hạn. Đối với các nhóm đối tượng học tập không chuyên sâu về Bóng chuyền, việc đánh giá các tiêu chuẩn được xác định là hoạt động cơ bản nhằm xác định chất lượng của chương trình tác động, đồng thời phân loại đối tượng thụ hưởng chương trình, qua đó tiến hành các quá trình hoàn thiện hoặc điều chỉnh để nâng cao chất lượng, hoàn thành các mục tiêu giáo dục, đào tạo.

Thông qua sử dụng các biện pháp nghiên cứu khoa học tin cậy, mục đích chính của nghiên cứu

này là xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho nữ sinh viên (SV) học Giáo dục Thể chất 5 (GDTC5) môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả của nghiên cứu là duy nhất với nhóm đối tượng này. Kết quả của nghiên cứu được dùng như căn cứ khoa học nhằm điều chỉnh chương trình giảng dạy hiện hành theo hướng hoàn thiện và nâng cao chất lượng giảng dạy, đồng thời đáp ứng các nhu cầu đổi mới theo hướng phù hợp với nhu cầu thực tế của xã hội hiện nay.

## 2. Nội dung nghiên cứu

### 2.1. Phương pháp nghiên cứu

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản và tin cậy gồm Phương pháp Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp Phỏng vấn; Phương pháp Kiểm tra sự phạm; phương pháp Toán học thống kê.

### 2.2. Đối tượng nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu là 15 nữ SV đang học học phần GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh. Thời gian nghiên cứu: Năm học 2021-2022.

### 2.3. Kết quả nghiên cứu

2.3.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh

Qua tham khảo tài liệu, phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia cũng như phỏng vấn (30 nhà quản lý

chuyên môn, Giảng viên và một số nhà nghiên cứu cùng hướng quan tâm) và xác định độ tin cậy của các test. Kết quả xác định mức độ ở bảng 2.1.

**Bảng 2.1. Kiểm tra độ tin cậy và tính phân phối chuẩn của kết quả kiểm tra cho nhóm nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh (n=15)**

Test	Kiểm tra lần 1	Kiểm tra lần 2	Cv	r	p
Test 1 - Chạy 9 - 3 - 6 - 3 - 9 (s)	8.66 ± 0.35	8.61 ± 0.37	5.71	0.87	0.05
Test 2 - Bật cao với bảng tại chỗ (cm)	238.3 ± 14.3	237.8 ± 14.4	6.02	0.84	0.05
Test 3 - Bật cao với bảng có đà bằng 1 chân (cm)	242.8 ± 15.4	243.2 ± 15.7	6.13	0.90	0.05
Test 4 - Phát bóng cao tay liên tục 30s (lần)	13.7 ± 1.23	13.6 ± 1.21	7.86	0.89	0.05
Test 5 - Nhảy dây 2 phút (lần)	204.3 ± 18.2	203.4 ± 18.3	7.72	0.82	0.05

Kết quả thu được tại bảng 2.1 cho thấy: Nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test đủ độ tin cậy và tính tập chung cho việc đánh giá trình độ thể lực cho đối tượng nghiên cứu gồm:

Test 1 - Chạy 9 - 3 - 6 - 3 - 9 (s) có tỉ lệ lựa chọn mức thường xuyên sử dụng của 30 chuyên gia chiếm 87%,  $r_{\text{retest}}=0.87>0.8$  tại  $p<0.05$  và  $Cv=5.71<10\%$ ;

Test 2 - Bật cao với bảng tại chỗ (cm) có tỉ lệ lựa chọn mức thường xuyên sử dụng của 30 chuyên gia chiếm 91%,  $r_{\text{retest}}=0.84>0.8$  tại  $p<0.05$  và  $Cv=6.02<10\%$ ;

Test 3 - Bật cao với bảng có đà bằng 1 chân (cm) có tỉ lệ lựa chọn mức thường xuyên sử dụng của 30 chuyên gia chiếm 88%,  $r_{\text{retest}}=0.90>0.8$  tại  $p<0.05$  và  $Cv=6.13<10\%$ ;

Test 4 - Phát bóng cao tay liên tục 30s (lần) có tỉ lệ lựa chọn mức thường xuyên sử dụng của 30 chuyên gia chiếm 88%,  $r_{\text{retest}}=0.89>0.8$  tại  $p<0.05$  và  $Cv=7.86<10\%$ ;

Test 5 - Nhảy dây 2 phút (lần) có tỉ lệ lựa chọn mức thường xuyên sử dụng của 30 chuyên gia chiếm 95%,  $r_{\text{retest}}=0.82>0.8$  tại  $p<0.05$  và  $Cv=7.72<10\%$ ;

**2.3.2. Xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh**

Nghiên cứu tiến hành xây dựng bộ tiêu chuẩn phân loại đánh giá trình độ thể lực cho đối tượng nghiên cứu trên cơ sở quy tắc 2δ theo 5 mức (giỏi, khá, trung bình, yếu và kém). Kết quả được trình bày tại bảng 2.2.

**Bảng 2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá trình độ thể lực cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh**

Test	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Giỏi
Test 1 - Chạy 9 - 3 - 6 - 3 - 9 (s)	≥9.37	9.02 → 9.36	8.32 → 9.01	7.97 → 8.31	≤7.96
Test 2 - Bật cao với bảng tại chỗ (cm)	≤209.6	209.7 → 224.1	224 → 252.5	252.6 → 266.8	≥266.9
Test 3 - Bật cao với bảng có đà bằng 1 chân (cm)	≤211.9	212 → 227.3	227.4 → 258	258.2 → 273.51	≥273.6
Test 4 - Phát bóng cao tay liên tục 30s (lần)	≤10.43	10.44 → 12.06	12.07 → 15.32	15.33 → 16.95	≥16.96
Test 5 - Nhảy dây 2 phút (lần)	≤168.0	167.9 → 186.0	186.1 → 222.4	222.5 → 240.6	≥240.7

Để đảm bảo cho việc thuận tiện trong quá trình sử dụng, nghiên cứu xác định các bước thực hiện việc xếp loại theo 5 mức đã xây dựng cụ thể như sau:

Bước 1 - Thực hiện phương pháp lập test để kiểm tra đối tượng;

Bước 2 - Xác định test cần đánh giá để tra cứu và tiến hành phân loại trình độ theo bộ tiêu chuẩn nghiên cứu đã xây dựng.

Nghiên cứu cũng xác định, nếu tuân tự làm theo các bước đã nêu, việc sử dụng bộ tiêu chuẩn đánh giá do nghiên cứu xây dựng sẽ đơn giản và đảm bảo tính tin cậy của kết quả thu được.

Nhằm đảm bảo cho hoạt động kiểm tra đánh giá được chính xác cho từng nội dung đơn lẻ, nghiên cứu tiến hành xây dựng bảng đánh giá trình độ thể lực (theo từng test và điểm cụ thể) của nhóm đối tượng nghiên cứu. Thang C (10 điểm) được sử dụng cho tất cả các test đã kiểm tra, kết quả thu được tại bảng 2.3.

**Bảng 2.3. Thang điểm 10 đánh giá trình độ thể lực theo từng test cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh**

Test	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Test 1 - Chạy 9 - 3 - 6 - 3 - 9 (s)	9.36	9.19	9.01	8.84	8.66	8.49	8.31	8.14	7.96	7.79
Test 2 - Bật cao với bảng tại chỗ (cm)	240	247	254	261	268	275	283	290	297	304
Test 3 - Bật cao với bảng có đà bằng 1 chân (cm)	242	250	257	265	273	281	288	296	304	311
Test 4 - Phát bóng cao tay liên tục 30s (lần)	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Test 5 - Nhảy dây 2 phút (lần)	198	207	216	225	234	243	253	262	271	280

Bảng điểm đánh giá trình độ thể lực cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh được nghiên cứu xây dựng ở bảng 2.3 cho thấy bảng có tính thuận tiện (cao) cho việc sử dụng để đánh giá từng chỉ tiêu. Các nhà chuyên môn sau khi tiến hành lập test trong thực tiễn, muốn xác định điểm đạt được của đối tượng cần đánh giá phải chú ý thực hiện theo các bước:

Bước 1 - Thực hiện phương pháp lập test để kiểm tra đối tượng;

Bước 2 - Xác định test cần đánh giá để tiến hành so sánh các mức điểm.

Bước 3 - Căn cứ thành tích thu được thông qua kiểm tra và bảng điểm nghiên cứu đã xây dựng, tiến hành xác định điểm đạt được của từng test theo nguyên tắc tiệm cận (nghĩa là kết quả đạt được gần với mức nào nhất thì điểm đạt được ở mức đó).

Để thuận tiện hơn nữa trong các quá trình đánh giá tổng hợp, nghiên cứu tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp (chung) cho tất cả các test. Kết quả thu được ở bảng 2.4.

**Bảng 2.4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực cho nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh**

Phân loại	Tổng điểm
Tốt	≥ 46
Khá	35 → 45
Trung bình	25 → 34
Yếu	15 → 24
Kém	≤ 14

Theo kết quả tổng hợp thu được cho thấy: Số điểm tối đa của 5 test = 50 điểm và được chia thành 5 mức: Giỏi, khá, trung bình, yếu và kém. Tuy nhiên để đạt được tổng điểm tối đa ở tất cả các chỉ tiêu là rất hạn chế về số lượng.

Hơn nữa, để đánh giá chính xác trình độ thể lực của nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường

ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh, nghiên cứu kiến nghị sử dụng chính xác các bước sau:

Bước 1 - Thực hiện phương pháp lập test để kiểm tra đối tượng;

Bước 2 - Xác định điểm bằng cách đối chiếu kết quả lập test với các giá trị tương ứng trong bảng điểm đánh giá;

Bước 3 - Tính tổng điểm đạt được của từng SV, sau đó đối chiếu với tiêu chuẩn để xác định trình độ thể lực đạt được.

Thực tiễn chứng minh, không phải SV nào cũng có khả năng hoàn thành tốt ở tất cả các test, chính vì vậy, để đạt được tổng điểm cuối cùng tốt nhất không nhất thiết phải đạt được số điểm như nhau ở từng test mà có thể lấy điểm ở chỉ tiêu này bù cho chỉ tiêu khác và tổng điểm đạt được thuộc khoảng của từng mức độ.

### 3. Kết luận

Thông qua quá trình nghiên cứu, nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test phù hợp với đối tượng và đủ tiêu chuẩn khoa học, tin cậy trong việc đánh giá trình độ thể lực của nữ SV học GDTC5 môn Bóng chuyền tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh (tỉ lệ lựa chọn mức rất thường xuyên >80% số ý kiến chuyên gia, độ tin cậy  $r > 0.8$  tại  $p < 0.05$  và  $Cv < 10\%$ ). Kết quả nghiên cứu cũng xây dựng thành công 01 bảng tiêu chuẩn phân loại, 01 bảng điểm và 01 bảng điểm tổng hợp trong đánh giá trình độ thể lực của đối tượng nghiên cứu. Các bảng điểm phân loại được xây dựng bao gồm các khuyến cáo phù hợp và đơn giản để sử dụng trong các trường hợp đánh giá đơn lẻ và tổng hợp với số lượng lớn. Nghiên cứu kiến nghị sử dụng kết quả nghiên cứu vào thực tế giảng dạy sau nghiên cứu tại Trường ĐH Ngân hàng Thành phố Hồ Chí Minh và các đơn vị tương đương.

### Tài liệu tham khảo

- Đinh Văn Lắm (1997), *Bóng chuyền*, NXB TĐTT, Hà Nội.
- Nabatnhicova M.Ia (1985), *Mối liên hệ giữa trình độ chuẩn bị thể lực toàn diện và thành tích thể thao của vận động viên trẻ*, NXB Thông tin khoa học kỹ thuật TĐTT.
- Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (1980), *Lý luận và phương pháp giáo dục Thể chất*, NXB TĐTT, Hà Nội.
- Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.