

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM HỌC VIÊN LỬA TUỔI 16 - 17 CLB CẦU LÔNG TRUNG TÂM VĂN HÓA - THÔNG TIN VÀ THỂ THAO HUYỆN A LƯỚI, TỈNH THỪA THIÊN HUẾ

ThS. Lại Văn Học¹, CN. Mai Thị Bích Thảo², TS. Lê Tiến Hùng²

¹Trường Đại học Xây dựng Miền Trung

²Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Email: hung.tdtclong@gmail.com

Tóm tắt: Việc xác định các phương tiện kiểm tra đánh giá tổ chất sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 - 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa – Thông tin và Thể thao huyện A Lưới tỉnh Thừa Thiên Huế là vấn đề cần được quan tâm nghiên cứu, làm cơ sở để các HLV điều chỉnh quá trình huấn luyện. Kết quả nghiên cứu của bài báo đã lựa chọn được các test và xây dựng được bảng tiêu chuẩn có đủ cơ sở khoa học ứng dụng kiểm tra - đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 - 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa – Thông tin và Thể thao huyện A Lưới tỉnh Thừa Thiên Huế.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức mạnh tốc độ, nam học viên, Cầu lông, trung tâm văn hóa - thông tin và thể thao.

Abstract: Determining the means of testing and assessing the strength and speed qualities for male students aged 16 - 17 at the badminton club of the Culture - Information and Sports Center of A Luoi district, Thua Thien Hue province is a problem. needs attention and research, as a basis for coaches to adjust the training process. Our research results have selected tests and built a standard table with sufficient scientific basis for application in testing and evaluating strength and speed for male students aged 16 - 17 in middle school badminton clubs. Center for Culture, Information and Sports in A Luoi district, Thua Thien Hue province.

Keywords: Standard, speed strength, male practitioner, Badminton, cultural, information and sports center.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu lông là môn thể thao mang tính đối kháng cá nhân, để đạt được thành tích cao trong tập luyện và thi đấu cần phải phụ thuộc vào nhiều yếu tố như: Kỹ chiến thuật, tâm lý, tư tưởng chỉ đạo, Thể lực chuyên môn trong đó đặc biệt là sức mạnh tốc độ. Qua thực tế quan sát trong các buổi tập luyện và thi đấu của các nam học viên cầu lông trung tâm Văn hóa – Thông tin và Thể thao huyện A Lưới tỉnh Thừa Thiên Huế thì cho thấy đa số nam học viên cầu lông đều thể hiện rõ điểm yếu chung đó là sức

mạnh tốc độ còn hạn chế ảnh hưởng lớn tới thành tích cầu lông. Hiệu quả quy trình đào tạo - huấn luyện cầu lông nói chung và huấn luyện sức mạnh tốc độ cho nam học viên luôn được kiểm tra, đánh giá nhằm giám sát chặt chẽ quá trình huấn luyện. Từ đó giúp từng bước điều chỉnh, cải tiến quy trình huấn luyện phù hợp với sự phát triển của cầu lông hiện đại, Chính vì vậy, vấn đề xây dựng các nội dung kiểm tra - đánh giá sức mạnh tốc độ là yếu tố quan trọng cần thực hiện trước mỗi giai đoạn huấn luyện.

Bài viết đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn toạ đàm; Phương pháp kiểm tra sơ phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông Trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

Qua nghiên cứu, tổng hợp tài liệu chuyên môn, quan sát sơ phạm và phỏng vấn trực tiếp, bài báo lựa chọn ra được 10 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu. Để

việc lựa chọn các test được chính xác hơn, đề tài tiến hành phỏng vấn 20 HLV, chuyên gia, giảng viên và một số cán bộ có chuyên môn trong công tác huấn luyện và giảng dạy môn cầu lông. Số phiếu phát ra là 20, thu về là 20. Cách trả lời cụ thể: Mức 1: Rất quan trọng, Mức 2: Quan trọng, Mức 3: Ít quan trọng, Mức 4: Không quan trọng.

Bài báo sẽ chọn những test đạt từ 90% số người lựa chọn phỏng vấn ở mức 1 để đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế, kết quả như sau:

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế (n=20)

TT	TEST	MỨC ĐỘ							
		Mức 1		Mức 2		Mức 3		Mức 4	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Ném cầu xa (m).	13	65	2	10	4	20	1	5
2	Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần (s).	20	100	0	0	0	0	0	0
3	Tại chỗ đập cầu liên tục vào vật chuẩn 20 lần (s).	12	60	2	10	4	20	2	10
4	Cầm tạ 1,5 kg mô phỏng động tác đập cầu 20 lần (s).	14	70	1	5	3	15	2	10
5	Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bạt cầu phải trái 20 lần (s).	20	100	0	0	0	0	0	0
6	Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s).	19	95	1	5	0	0	0	0
7	Di chuyển 1 bước tiến phòng thủ rồi lùi 2 bước bật nhảy đập cầu 15 quả (s).	12	60	1	5	3	15	4	20
8	Di chuyển lùi đập cầu và lên lưới bỏ nhỏ 10 lần (s).	13	65	2	10	3	15	2	10
9	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s).	19	95	1	5	0	0	0	0
10	Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bạt nhảy đập cầu 20 lần (s).	19	95	1	5	0	0	0	0

Qua bảng 1 bài báo lựa chọn được 05 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế có tỉ lệ phần trăm trả lời phỏng vấn tối đa từ 90% mức độ rất quan trọng trở lên gồm: *Test 1: Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần*

(s), Test 2: Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bạt cầu phải trái 20 lần (s), Test 3: Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s), Test 4: Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s), Test 5: Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bạt nhảy đập cầu 20 lần (s).

2. Xác định tính thông báo và độ tin cậy của test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam

học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

2.1. Xác định tính thông báo test đánh giá

Để đảm bảo tính khoa học khi đưa các test vào kiểm tra đánh giá, đề tài tiến hành xác định

Bảng 2. Mối tương quan giữa kết quả kiểm tra các test đánh giá sức mạnh tốc độ với thành tích thi đấu đơn của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế (n = 14)

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả		
		$r_{\text{tính}}$	$r_{\text{bảng}}$	P
1	Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần (s).	0.89	0.7067	<0.05
2	Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bật cầu phải trái 20 lần (s).	0.91		
3	Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s).	0.87		
4	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s).	0.88		
5	Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bật nhảy đập cầu 20 lần (s).	0.89		

Kết quả bảng 2 cho thấy: Cả 5 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế đã lựa chọn đều có mối tương quan tốt với thành tích thi đấu của nam học viên. Kết quả thể hiện ở r đạt từ 0.87 đến 0.91 ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

2.2. Xác định độ tin cậy của các test

Hệ số tương quan thứ bậc (spearmen) giữa kết quả kiểm tra của 05 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu với thành tích thi đấu của các nam học viên (Thi đấu vòng tròn 1 lượt tính điểm và xếp loại từ 1 - 14).

Sau khi xác định được 05 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế đảm bảo tính thông báo, bài báo tiếp tục xác định độ tin cậy của chúng bằng phương pháp test lặp lại. Độ tin cậy được xác định bằng phương pháp tính hệ số tương quan cặp giữa 2 lần lặp test của 05 test. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Mối tương quan giữa hai lần lặp test của các test đánh giá sức mạnh tốc độ của nam học viên lứa tuổi 16 - 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

TT	TEST	Kết quả ($\bar{x} \pm \delta$)			
		Lần 1	Lần 2	$r_{\text{tính}}$	$r_{\text{bảng}}$
1	Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần (s).	14.25 ± 0,31	14.23 ± 0,11	0.89	0.706
2	Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bật cầu phải trái 20 lần (s).	22.25 ± 0.96	22.33 ± 0.88	0.91	
3	Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s).	36.74 ± 0.65	36.65 ± 0.43	0.92	
4	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s).	28.46 ± 0.29	28.52 ± 0.32	0.90	
5	Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bật nhảy đập cầu 20 lần (s).	37.95 ± 0.68	37.80 ± 0.48	0.89	

Qua bảng 3 cho thấy: ở cả 05 chỉ tiêu đều có mối tương quan mạnh giữa kết quả 02 lần kiểm tra ở cả 5 test với $r_{\text{tính}} = 0.89$ đến 0.92 với $P < 0.05$. Vậy các test trên đều đảm bảo độ tin cậy và cho phép sử dụng để đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên cầu lông lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm VH – TT & TT huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế.

3. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm VH - TT & TT huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

3.1. Tiêu chuẩn phân loại theo từng nội dung đánh giá sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu

Để đánh giá sự phát triển của từng chỉ tiêu bằng sự phân loại hoặc bằng cách tính điểm theo thang độ C, trước hết chúng tôi đã kiểm tra tính phân bố chuẩn của các số liệu khảo sát ở từng chỉ tiêu và thấy rằng chúng đều được phân bố gần chuẩn.

Trên cơ sở kết quả thu được từ 20 học viên cầu lông ở các trung tâm, đề tài tiến hành lấy kết quả lập test để làm căn cứ xây dựng tiêu chuẩn đánh giá, phân loại theo 5 mức: Tốt, khá, Trung bình, yếu, kém theo quy tắc $\frac{2}{\sigma}$ xích ma như sau: - Tốt: $> \bar{x} + 2\sigma$, - Khá: Từ $\bar{x} + 1\sigma$ đến $\bar{x} + 2\sigma$, - Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} + 1\sigma$, - Yếu: Từ $\bar{x} - 1\sigma$ đến $\bar{x} - 2\sigma$, - Kém: $< \bar{x} - 2\sigma$. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Tiêu chuẩn xếp loại sức mạnh tốc độ của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm VH – TT & TT huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần (s).	>14.87	14.87-14.56	14.56-13.94	13.94-13.63	<13.63
2	Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bật cầu phải trái 20 lần (s).	>24.17	24.17-23.21	23.21-21.29	21.29-20.33	<20.33
3	Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s).	>38.04	38.04-37.39	37.39-36.09	36.09-35.44	<35.44
4	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s).	>29.04	29.04-28.75	28.75-28.17	28.17-27.88	<27.88
5	Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bật nhảy đập cầu 20 lần (s).	>39.31	39.31-38.63	38.63-37.27	37.27-36.59	<36.59

3.2. Đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

Bài báo tiến hành đánh giá thực trạng sức

mạnh tốc độ của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế dựa trên 5 test đã được lựa chọn. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Thực trạng sức mạnh tốc độ nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế (n = 14)

TT	TEST	Kết quả
		$\bar{x} \pm \delta$
1	Tại chỗ vung vợt nặng 200g mô phỏng kỹ thuật phòng thủ phải trái tay 20 lần (s)	14.24 ± 0.28
2	Di chuyển ngang sân đơn mô phỏng kỹ thuật bật cầu phải trái 20 lần(s).	22.14 ± 0.89
3	Bật nhảy đập cầu mạnh 30 quả (s).	36.71 ± 0.27
4	Di chuyển bật nhảy đập cầu 2 góc cuối sân 20 quả (s).	28.38 ± 0.60
5	Di chuyển lùi 3 bước mô phỏng kỹ thuật bật nhảy đập cầu 20 lần (s).	37.84 ± 0.63

Kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế tương đối đồng đều. Dựa trên nội dung tiêu chuẩn mà bài báo

đã xây dựng cho nam học viên ở bảng 4 đề tài tiến hành đánh giá xếp loại kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm VH – TT & TT huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế.

Bảng 6. Kết quả đánh giá xếp loại của nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế

Xếp loại										Tổng	
Tốt		Khá		T. bình		Yếu		Kém			
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
0	0	0	0	14	100	0	0	0	0	14	100

Như vậy, kết quả thu được ở trên cho thấy toàn bộ nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trình độ sức mạnh tốc độ chỉ đạt mức trung bình.

KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu, đặc biệt là 2 bước xác định tính thông báo và độ tin cậy, bài báo đã chọn ra được 05 test đủ tiêu chuẩn đánh giá

sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế. Các test lựa chọn trên đây đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, đồng thời xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 – 17 CLB cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên Huế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Quý Bình, Nguyễn Hạc Thuý (2000), *Huấn luyện thể lực cho vận động viên cầu lông*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [2]. Phạm Quang Khánh, Lê Tiên Hùng (2021), *Giáo trình cầu lông*, NXB TTTT, Hà Nội.
- [3]. Nguyễn Hạc Thuý (1995), *Các yếu tố chiến thuật của cầu lông nâng cao*, NXB TDTT, HN
- [4]. Nguyễn Hạc Thuý (1997), *Huấn luyện kỹ chiến thuật cầu lông hiện đại*, NXB TDTT, HN
- [5]. Nguyễn Văn Sơn (2013), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TTTT.

Nguồn bài báo: trích từ đề tài “Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học viên lứa tuổi 16 - 17 câu lạc bộ cầu lông trung tâm Văn hóa - Thông tin và Thể thao huyện A Lưới tỉnh Thừa Thiên Huế” của tác giả Mai Thị Bích Thảo, năm 2024.

Bài nộp ngày 29/10/2024, phản biện ngày 28/11/2024, duyệt đăng ngày 15/12/2024