

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THÀNH TÍCH BƠI TRƯỜNG SẤP CỤ LY 100M CHO NAM HỌC VIÊN LỨA TUỔI 9 - 10 CÂU LẠC BỘ BƠI TRƯỜNG TIỂU HỌC PHẠM HỒNG THÁI, PHƯỜNG NGŨ HÀNH SƠN, TP. ĐÀ NẴNG

TS. Phan Nguyên Cầu, TS. Trần Xuân Khang, Võ Thị Kiều

Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Email: phannguyencaukhoa@huc@gmail.com

Tóm tắt: Việc xác định các phương tiện kiểm tra đánh giá nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường Tiểu học Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, thành phố Đà Nẵng là vấn đề cần được quan tâm nghiên cứu, làm cơ sở để các Huấn luyện viên 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 nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường Tiểu học Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, Thành phố Đà Nẵng.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, nam học viên, bơi trường sấp

Abstract: Determining the means of testing and evaluating male students aged 9-10 at the swimming club of Pham Hong Thai Primary School, Ngu Hanh Son Ward, Da Nang City is an issue that needs to be studied and researched, as a basis for coaches to adjust the training process. The research results of the article have selected tests and built a standard table with sufficient scientific basis for testing and evaluating male students aged 9-10 at the swimming club of Pham Hong Thai Primary School, Ngu Hanh Son Ward, Da Nang City.

Keywords: Standard, male student, freestyle swimming.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bơi trường sấp là cơ sở của 4 kiểu bơi. Biết bơi trường sấp sẽ rất có lợi để học các kiểu bơi khác. Trong những năm gần đây các nội dung bơi trường sấp của các vận động viên đã có thứ hạng tại đại hội và đang hướng tới các kỳ thi lớn hơn. Với những gương mặt vàng đang có triển vọng như: Nguyễn Huy Hoàng, Nguyễn Quang Thuấn, Hoàng Quý Phước...

Cùng với sự phát triển của thể thao nước nhà, thể thao của thành phố Đà Nẵng nói chung, thì thành tích và phong trào Bơi nói riêng cũng đã được phát triển mạnh mẽ. Trong quá trình giảng dạy tại câu lạc bộ cũng như đội tuyển bơi của trường khi tập trung tập luyện để tham dự giải HKPD cấp quận và thành phố Đà Nẵng chúng tôi nhận thấy có những vấn đề cần quan tâm. Trong quá trình giảng dạy, huấn luyện cho các học viên, huấn luyện viên còn chưa chú trọng việc áp dụng các bài tập để nâng cao hiệu quả kỹ thuật, và đưa ra các bài tập phù hợp để nâng cao thành tích cho các học viên. Vì vậy các nam học viên đã qua một thời gian huấn luyện nội dung bơi trường sấp mà thành tích vẫn chưa được cải thiện. Từ đó ảnh hưởng không nhỏ đến thành tích thi đấu cự ly bơi trường sấp 100m của nam học viên trường Tiểu học Phạm Hồng Thái, phường Ngũ Hành Sơn, thành Phố Đà Nẵng.

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 sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trườn TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

Qua nghiên cứu, tổng hợp tài liệu chuyên môn, quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp, đề tài lựa chọn ra được 08 test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho đối tượng nghiên cứu. Để việc lựa chọn các test được chính xác hơn, đề tài tiến hành phỏng vấn 25 huấn luyện viên, chuyên gia, giảng viên và một số cán bộ có chuyên môn trong công tác huấn luyện bơi trườn sấp. Số phiếu phát ra là 25, 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.

Đề tài sẽ chọn những test đạt từ 90% số người lựa chọn phỏng vấn ở mức 1 để đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trườn TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng, kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trườn TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng (n=20)

TT	MỨC ĐỘ BÀI TẬP	Mức 1		Mức 2		Mức 3		Mức 4	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	19	95	1	5	0	0	0	0
2	Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	20	100	0	0	0	0	0	0
3	Nhảy dây 1 phút (lần).	10	50	2	10	6	30	2	10
4	Bơi 2 tổ 4 x 25m (r: 20" nghỉ giữa 2 tổ 2') (s).	12	60	2	10	6	30	0	0
5	Nằm sấp chống đẩy (lần).	13	65	3	15	2	10	2	10
6	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	19	95	1	5	0	0	0	0
7	Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây).	20	100	0	0	0	0	0	0
8	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	18	90	2	10	0	0	0	0

Qua bảng 1 cho thấy: Theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, đề tài lựa chọn được 05 test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trườn TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng có tỉ lệ phần trăm trả lời phỏng vấn tối đa từ 90% mức độ rất quan trọng trở lên gồm: *Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần)*, *Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần)*, *Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây)*, *Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây)*, *Bơi trườn sấp 100 m (tính giây)*. Như vậy, qua phỏng vấn đề tài lựa chọn được 05 test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trườn TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng.

2. Xác định tính thông báo của test đánh giá thành tích bơi trườn sấp nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

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 Hệ số tương quan thứ bậc (spearmen) giữa kết quả kiểm tra của 05 test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho đối tượng nghiên cứu (đã được lựa chọn qua phỏng vấn) với thành tích thi của các nam học viên (Thi 1 lượt và xếp loại từ 1 - 12). Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Mối tương quan giữa kết quả kiểm tra các test đánh giá thành tích bơi trườn sấp với thành tích thi của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng (n = 12)

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả		
		$r_{\text{tính}}$	$r_{\text{bảng}}$	P
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	0.88	0.7067	<0.05
2	Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	0.89		
3	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	0.86		
4	Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây).	0.88		
5	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	0.89		

Kết quả bảng 2 cho thấy: Cả 5 test đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng đã lựa chọn qua phỏng vấn đều có mối tương quan tốt với thành tích thi của nam học viên. Kết quả thể hiện ở r đạt từ 0.86 đến 0.89 ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

2.2. Xác định độ tin cậy của các test thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng.

Sau khi xác định được 05 test thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng đảm bảo tính thông báo, đề tài tiếp tục xác định độ tin cậy của chúng bằng phương pháp test lặp lại. Phương pháp và điều kiện lập test như nhau ở cả 2 lần lập test. Thời gian thực hiện test lặp lại cách nhau 01 tuần. Độ tin cậy được xác định bằng phương pháp tính hệ số tương quan cặp giữa 2 lần lập test của 05 test. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Mối tương quan giữa hai lần lập test của các test đánh giá thành tích bơi trườn sấp nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

TT	TEST	Kết quả			
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	$r_{\text{tính}}$	$r_{\text{bảng}}$
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	29.08 ± 0,79	29.16 ± 0,93	0.90	0.7067
2	Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	119.5 ± 0.90	120 ± 1.04	0.92	
3	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	135.2 ± 0.89	135.1 ± 0.70	0.93	
4	Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây).	155.4 ± 0.40	155.5 ± 0.55	0.89	
5	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	108.5 ± 0.45	107.3 ± 1.41	0.98	

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 $r_{tính} = 0.89$ đến 0.98 với $P < 0.05$. Vậy các test trên đều đảm bảo độ tin cậy và cho phép sử dụng được.

3. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thành tích bơi trường sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

3.1. Tiêu chuẩn phân loại theo từng nội dung đánh giá thành tích bơi trường sấp 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 Bơi trường sấp ở các CLB, 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 2 xích ma như sau: - Tốt: $> \bar{x} + 2\delta$, - Khá: Từ $\bar{x} + 1\delta$ đến $\bar{x} + 2\delta$, - Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} + 1\delta$, - Yếu: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} - 2\delta$, - Kém: $< \bar{x} - 2\delta$. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Tiêu chuẩn xếp loại thành tích bơi trường sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

TT	Tets	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	>27.5	27.5-28.29	28.29-29.87	29.87-30.66	<30.66
2	Đập chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	>117.7	117.7-118.6	118.6-120.4	120.4-121.3	<121.3
3	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	>136.98	136.98-136.09	136.09-134.31	134.31-133.42	<133.42
4	Cầm phao đập chân trườn sấp 100 m (tính giây).	>156.2	156.2-155.8	155.8-155	155-154.6	<154.6
5	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	>109.4	109.4-108.95	108.95-108.05	108.05-107.6	<107.6

3.2. Thang điểm đánh giá thành tích bơi trường sấp theo từng nội dung cho đối tượng nghiên cứu.

Căn cứ vào các kết quả thống kê trong bảng 4, bài báo tiến hành xây dựng thang điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn. Kết quả thu được như trình bày ở các bảng 5. Trong thực tiễn đánh giá, do có những kết quả không nằm ở mức phân định, nên khi đánh giá cần thiết sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích một chỉ tiêu nào gần với mức điểm nào hơn thì lấy điểm đó.

Bảng 5. Thang điểm thành tích bơi trường sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	31.45	30.66	30.06	29.87	29.47	29.08	28.68	28.29	27.89	27.5

2	Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	122.2	121.3	120.85	120.4	119.95	119.5	119.05	118.6	118.15	117.7
3	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	132.53	133.42	133.86	134.31	134.75	135.2	135.64	136.09	136.53	136.98
4	Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây).	154.2	154.6	154.8	155	155.2	155.4	155.6	155.8	156	156.2
5	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	107.15	107.6	107.82	108.05	108.2	108.3	108.65	108.95	109.17	109.4

3.3. Xác định chuẩn điểm tổng hợp đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho đối tượng nghiên cứu

Từ kết quả thu được ở các bảng 4, 5, thông qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Bảng điểm tổng hợp thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

Xếp loại	Mức điểm
Tốt	> 45
Khá	35 - 44
Trung bình	25 - 34
Yếu	15 - 24
Kém	< 15

3.4. Đánh giá thực trạng thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

Bài báo tiến hành đánh giá thực trạng thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 CLB bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng dựa trên 5 test đánh giá trong huấn luyện bơi trườn sấp cho nam học viên đã sử dụng trong đánh giá thành tích bơi trườn sấp. Kết quả được trình bày ở bảng 7.

Bảng 7. Thực trạng thành tích bơi trườn sấp cho nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng (n = 12)

TT	TEST	Kết quả
		$\bar{x} \pm \delta$
1	Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần).	29.33 ± 0.77
2	Đạp chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần).	119.7 ± 0.62
3	Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây).	134.9 ± 0.49
4	Cầm phao đạp chân trườn sấp 100 m (tính giây).	155.3 ± 0.73
5	Bơi trườn sấp 100 m (tính giây).	108.2 ± 0.29

Kết quả kiểm tra thành tích bơi trườn sấp của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng tương đối đồng đều. Dựa trên nội dung tiêu chuẩn mà bài báo đã xây dựng cho nam học viên ở bảng 5 đề tài tiến hành

đánh giá xếp loại kết quả kiểm tra thành tích bơi trườn sấp của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng.

Bảng 8. Kết quả đánh giá xếp loại thành tích bơi trườn sấp của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng

Xếp loại										Tổng	
Tốt		Khá		T. bình		Yếu		Kém			
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
0	0	0	0	12	100	0	0	0	0	12	100

Từ kết quả thu được ở bảng 8 cho thấy, thực trạng trình độ thành tích bơi trườn sấp đạt loại khá, tốt là không có, trong khi đó trình độ nam học viên đạt trung bình rất cao 12 nam học viên chiếm tỉ lệ 100%, không có học viên yếu và kém. Như vậy, kết quả thu được ở trên cho thấy toàn bộ nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng về trình độ thành tích bơi trườn sấp chỉ đạt mức trung bình khá.

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 thành tích bơi trườn sấp của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng, bao gồm: *Test 1: Kéo dây su tốc độ 30 giây đếm số lần trên cạn (lần)*, *Test 2: Đập chân trên cạn đếm số lần trong thời gian 1 phút (lần)*, *Test 3: Kẹp phao ở chân, bơi tay trườn sấp 100 m (tính giây)*, *Test 4: Cầm phao đập chân trườn sấp 100 m (tính giây)*, *Test 5: Bơi trườn sấp 100 m (tính giây)*. Các test lựa chọn trên đây đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, được chúng tôi xây dựng bằng tiêu chuẩn đánh giá thành tích bơi trườn sấp của nam học viên lứa tuổi 9 – 10 câu lạc bộ bơi trường TH Phạm Hồng Thái, Phường Ngũ Hành Sơn, TP Đà Nẵng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Phan Thanh Hải (2017), *Cơ sở lý luận và phương pháp đào tạo VĐV bơi trẻ*, NXB TDTT HN.
- [2]. Phan Thanh Hải, *Giáo trình bơi tập 1 và 2*. NXB TDTT Hà Nội.
- [3]. Trần Minh Khương (2009), *Lựa chọn hệ thống bài tập bổ trợ chuyên môn trong đào tạo bơi trườn sấp cho sinh viên khoa thể dục thể thao trường Đại học Thái Nguyên*, LV tốt nghiệp ĐH TDTT Bắc Ninh.
- [4]. Nguyễn Văn Sơn (2013), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TDTT, Truyền Thông.
- [5]. Nguyễn Quang Tin (2020), *Nghiên cứu bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật bơi trườn sấp cho nam vận động viên bơi lội lứa tuổi 11 - 12 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh Kon Tum*, LVCN ĐH TDTT ĐN.

Bài nộp ngày 06/7/2025, phản biện ngày 03/9/2025, duyệt in ngày 19/9/2025