

XÁC ĐỊNH CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH QUẦN VỢT TRƯỜNG ĐẠI HỌC TDTT ĐÀ NẴNG

TS. Lê Tiến Hùng, ThS. Nguyễn Hữu Đạt
Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Tóm tắt: Việc xác định các phương tiện kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn của sinh viên, VĐV Quần vợt, làm cơ sở để các giảng viên, HLV điều chỉnh quá trình giảng dạy - huấn luyện là vấn đề cần được quan tâm nghiên cứu. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi đã lựa chọn được các test có đủ cơ sở khoa học ứng dụng kiểm tra - đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành Quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

Từ khóa: Test, thể lực chuyên môn, nam sinh viên, chuyên ngành quần vợt, Đại học TDTT Đà Nẵng.

Abstract: Determining the means of testing and assessing the conditioning of students and athletes of Tennis, as a basis for lecturers and coaches to adjust the teaching - training process is an issue that needs to be studied. The results of our research have selected tests that have enough scientific basis to apply the physical examination and evaluation for students of the Tennis University of Danang physical education and Sports.

Keywords: Tests, conditioning, male students, specialized in tennis, Danang Sport University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong tập luyện và thi đấu Quần vợt vấn đề huấn luyện tố chất thể lực chuyên môn chiếm vị trí đặc biệt quan trọng. Thành tích của VĐV Quần vợt phụ thuộc vào nhiều yếu tố: Kỹ thuật, chiến thuật, thể lực, tâm lý... và trình độ của đối phương. Vì vậy, hiệu quả của việc nâng cao thể lực chuyên môn để thực hiện được các kỹ chiến thuật trong thi đấu chính là kết quả tổng hợp của những yếu tố trên.

Phát triển tố chất thể lực, đặc biệt là thể lực chuyên môn là cơ sở để tiếp thu và nắm vững kỹ thuật quần vợt, tiếp thu và vận dụng chiến thuật quần vợt một cách linh hoạt và sáng tạo trong thi đấu. Nói cách khác, việc tiếp thu và vận dụng có hiệu quả kỹ chiến thuật quần vợt chỉ có thể thực hiện được trên nền tảng thể lực chung và chuyên môn vững chắc.

Nâng cao thể lực chuyên môn còn đảm bảo phát triển mối quan hệ chặt chẽ giữa năng lực

thể chất của cơ thể người tập với việc nâng cao tâm lý, có tác động tích cực đến việc giáo dục các phẩm chất, nhân cách, đặc biệt là giáo dục đạo đức ý chí cho người tập. Điều này được thể hiện ở những cố gắng nỗ lực hoàn thành khối lượng tập luyện, phấn đấu vượt qua những thành tích của bản thân để vươn lên các thành tích mới. Rèn luyện bản lĩnh vững vàng, chủ động sáng tạo trong tập luyện cũng như thi đấu.

Hiệu quả quy trình đào tạo - huấn luyện quần vợt nói chung và huấn luyện thể lực chuyên môn cho sinh viên, VĐV quần vợt nói riêng luôn được kiểm tra, đánh giá nhằm giám sát chặt chẽ quá trình giảng dạy - huấn luyện. Từ đó giúp từng bước điều chỉnh, hoàn thiện quy trình huấn luyện phù hợp với quy luật phát triển sinh học, hoàn thiện khả năng của sinh viên trong môn thể thao chuyên ngành qua từng giai đoạn đào tạo khác nhau. Chính vì vậy, vấn đề xác định các nội dung kiểm tra - đánh giá thể lực chuyên môn là yếu tố quan trọng

cần thực hiện trước mỗi giai đoạn giảng dạy - huấn luyện.

Nghiên cứu 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. Xác định lựa chọn các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Chúng tôi tiến hành phân tích các tài liệu có liên quan, quan sát các giờ học và buổi tập của các lớp chuyên ngành để kiểm tra đánh giá các test được sử dụng, từ đó hình thành hệ thống test gồm 33 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng:

- Test đánh giá sức nhanh gồm: 09 test.
- Test đánh giá sức mạnh gồm: 13 test.
- Test đánh giá sức bền gồm: 08 test.
- Test đánh giá khả năng phối hợp vận động gồm: 03 test.

Nhằm lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng, nghiên cứu thực hiện phỏng vấn bằng phiếu. Kết quả cuối cùng của phỏng vấn là kết quả đạt tỉ lệ cao (các chỉ tiêu đạt 70% điểm tối đa trở lên). Kết quả cụ thể sau phỏng vấn được xử lý theo từng test thành phần và được trình bày trong nghiên cứu ở Bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng (n = 30)

TT	Tổ chất	Các test	Kết quả phỏng vấn theo tỷ lệ % và xếp theo mức độ quan trọng					
			Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
			n	%	n	%	n	%
1	Sức nhanh	<i>Di chuyển đơn bước đánh bóng phải trái tay mỗi bên 10 lần (s)</i>	25	83	5	16,7	0	0
2		Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	8	26,7	12	40	10	30
3		Chạy 30m xuất phát cao (s)	15	50	6	20	9	30
4		Chạy 60 m (s)	10	33,3	12	40	8	26,7
5		Chạy nâng cao đùi trong 15s (lần)	13	43,3	8	26,7	9	30
6		<i>Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (s)</i>	28	93,3	2	6,7	0	0
7		Vung vợt đập bóng trong 30 giây (lần).	7	23,3	8	26,7	15	50
8		Chạy 100 m xuất phát cao (s)	0	0	18	60	12	40
9		Xoay người mô phỏng đánh bóng theo tín hiệu 30 giây (lần)	0	0	13	43,3	17	56,7

10		Bật xa tại chỗ (cm)	1	3,3	10	33,3	19	63,4
11		Tại chỗ đánh bóng chéo sân 45 giây (lần)	5	16,7	8	26,7	17	56,7
12		Tại chỗ bật nhảy phát bóng 30 lần (s)	0	0	4	14,3	26	83,3
13		Lực bóp tay (kg)	3	10	7	23,3	20	66,7
14		Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (s)	29	96,7	1	3,3	0	0
15		Chống đẩy trên xà kép (lần)	2	6,7	7	23,3	21	70
16		Bật bục cao 40 cm (lần)	9	30	7	23,3	14	46,7
17		Ném bóng tennis (cm)	0	0	10	33,3	20	66,7
18		Tại chỗ thực hiện đánh bóng thuận, trái tay 15 lần (s).	11	36,7	4	13,3	15	50
19	Sức Mạnh	Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (s)	27	90	2	6,67	1	3,33
20		Di chuyển ngang đánh bóng phải trái tay liên tục vào tường hỗ trợ (s)	3	10	7	23,3	20	66,7
21		Di chuyển lên lưới bắt vôle phải và lùi về đập bóng 5 lần (s)	5	16,7	11	36,7	14	46,6
22		Phát bóng liên tục 20 quả vào ô	7	23,3	11	36,7	12	40
23		Nhảy dây 90s (lần)	13	43,3	2	6,67	15	50
24	Sức Bền	Chạy 800m (s)	8	26,7	7	23,3	15	50
25		Chạy 1500m (s)	9	30	3	10	18	60
26		Di chuyển đánh bóng khắp sân 30 quả (s)	7	23,3	7	23,3	16	53,3
27		Di chuyển ngang sân đơn 20 lần(s)	26	86,6	1	3,33	3	9,99
28		Di chuyển theo hình chữ V 5 lần (s)	6	20	8	26,7	16	53,3
29		Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần(s).	27	89,9	2	6,67	1	3,33
30		Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng mạnh 30 lần (s)	4	13,3	2	6,67	24	80
31	Phối hợp vận động	Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (s)	29	96,7	1	3,3	0	0
32		Phối hợp cắt bóng bờ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần (s)	28	93,3	2	6,67	0	0
33		Di chuyển mô phỏng đánh bóng phải, trái tay theo phản xạ(s)	4	13,3	6	20	20	66,7

Qua phỏng vấn chúng tôi đã lựa chọn được 08 test chuyên môn có số điểm đạt tỷ lệ tán đồng trên 70% số điểm tối đa ở lần phỏng vấn, đủ điều kiện cho các nghiên cứu tiếp theo. Các test cụ thể sau:

** Các test đánh giá sức nhanh:*

1. Di chuyển đơn bước đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s).

2. Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s).

** Các test đánh giá sức mạnh:*

3. Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s).

4. Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s).

** Các test đánh giá sức bền:*

5. Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s).

6. Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s).

** Các test đánh giá khả năng phối hợp vận động:*

7. Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s).

8. Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần (tính s).

2. Xác định tính thông báo của các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt - trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Để lựa chọn test chính xác và phù hợp với đối tượng nghiên cứu, nghiên cứu tiến hành phân tích mối tương quan giữa các kết quả lập test với kết quả học tập nội dung thực hành môn Quần vợt của đối tượng nghiên cứu (Kết quả học tập thực hành được lưu trữ tại bộ môn Cầu lông - Quần vợt và Phòng Đào tạo - Trường Đại học TDTT Đà Nẵng).

Để xác định được tính thông báo, nghiên cứu đã tiến hành lập test ở 08 test thu được qua kết quả phỏng vấn (Bảng 1) vào nghiên cứu trên đối tượng nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng, mỗi khóa 07 sinh viên (Bảng 2).

Bảng 2. Kết quả kiểm tra các test đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên ngành Quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng

TT	Tổ chất	Nội dung các test	Kết quả kiểm tra			
			Năm thứ 1 (n = 7)	Năm thứ 2 (n = 7)	Năm thứ 3 (n = 7)	Năm thứ 4 (n = 7)
1	Sức nhanh	Di chuyển đơn bước đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s)	32,86±1,80	30,79±1,63	28,86 ± 1,57	26,93±1,43
2		Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s)	34,06±2,23	32,07±2,13	30,29 ± 1,98	28,79±1,82
3	Sức mạnh	Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s)	44,93±2,78	42,43±2,62	40,86±2,64	38,07±2,46
4		Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s)	51,41±1,34	49,14±1,21	48±1,15	46,94±1,12
5	Sức bền	Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s)	49,29±2,31	47,31±2,27	45,47±2,23	41,89±2,15

6		Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s)	113,29±2,43	107,14±2,41	101,50±2,29	98,14±2,12
7	Phối hợp vận động	Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s)	83,07±1,79	81,64±1,75	79,14±1,68	77,31±1,57
8		Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lóp bóng cuối sân 15 lần (tính s)	71,17±1,09	68,1±1,07	66,1±1,06	64,07±1,02

Đồng thời chúng tôi sử dụng công thức tính hệ số tương quan thứ bậc giữa các kết quả lập test với kết quả học tập thực hành bằng phương pháp tính hệ số tương quan thứ bậc. Kết quả tính hệ số tương quan thứ bậc được trình bày ở Bảng 3.

Kết hợp với những nguyên tắc đảm bảo tính thông báo của test được phân tích rất kỹ ở phần tổng quan, thì thấy rằng 08 test nêu trên đảm bảo tính thông báo của test (tức là $r = 0,5822$). Điều đó chứng tỏ các test đánh giá đều có mối tương quan khá chặt chẽ với thành tích học tập môn chuyên ngành và đủ tiêu chuẩn để tiếp tục các nghiên cứu tiếp theo.

Bảng 3. Kết quả xác định mối tương quan thứ bậc giữa các test đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn với kết quả học tập của nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng

TT	Tổ chất	Nội dung các test	Năm thứ 1		Năm thứ 2		Năm thứ 3		Năm thứ 4	
			r	p	r	p	r	p	r	p
1	Sức nhanh	Di chuyển đơn bước thực hiện đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s)	0,77	<0,05	0,63	<0,05	0,83	<0,05	0,73	<0,05
2		Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s)	0,79	<0,05	0,85	<0,05	0,80	<0,05	0,87	<0,05
3	Sức mạnh	Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s)	0,84	<0,05	0,87	<0,05	0,77	<0,05	0,83	<0,05
4		Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s)	0,68	>0,05	0,60	>0,05	0,66	>0,05	0,83	>0,05
5	Sức bền	Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s).	0,81	<0,05	0,77	<0,05	0,86	<0,05	0,82	<0,05
6		Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s).	0,71	<0,05	0,87	<0,05	0,81	<0,05	0,88	<0,05

7	Phối hợp vận động	<i>Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s)</i>	0,73	<0,05	0,088	<0,05	0,84	<0,05	0,79	<0,05
8		<i>Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần (tính s)</i>	0,79	<0,05	0,80	<0,05	0,74	<0,05	0,75	<0,05
$r_{0,05} = 0,5822$										

3. Xác định độ tin cậy của các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt - trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Nhằm mục đích xác định độ tin cậy của hệ thống các test đã qua khảo nghiệm tính thông báo để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên sâu quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng, chúng tôi tiến hành kiểm tra 2 lần trong điều kiện quy trình, quy phạm như nhau và trong cùng một thời điểm. Thời điểm kiểm tra ở tuần đầu tiên và tuần thứ ba tháng 4/2011. Kết quả thu được như trình bày ở Bảng 4.

Từ kết quả thu được ở Bảng 4 cho thấy: Cả 08 test đã qua kiểm tra tính thông báo ở các năm học thứ nhất, thứ hai và thứ ba và thứ 4 đều thể hiện hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức độ rất cao ($r > 0,8$ với $P < 0,05$). Điều đó cho thấy hệ thống các test trên đây đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính thông báo, đủ độ tin cậy, mang tính khả thi và phù hợp với đối tượng nghiên cứu cũng như điều kiện thực tiễn tại nhà trường trong việc đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của đối tượng nghiên cứu.

Các test lựa chọn trên đây đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, có thể sử dụng để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

4. Xác định thực trạng trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Để kiểm nghiệm thực trạng về trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên Quần vợt chúng tôi tiến hành xác định kết quả trình độ tập luyện thể lực chuyên môn ở 8 test được lựa chọn trên 28 sinh viên chuyên sâu quần vợt, mỗi khóa 7 người. Kết quả được trình bày ở Bảng 4.

Từ kết quả thu được trên Bảng 4 đưa đến một nhận xét chung là trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh chuyên sâu quần vợt về cơ bản phát triển theo hướng đi lên, ở những năm học sau tốt hơn những năm học trước. Cụ thể:

Di chuyển đơn bước thực hiện đánh bóng phải trái tay 10 lần và di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (sức nhanh) có hệ biến sai từ (Cv từ 5,29 đến 5,45%), nghĩa là: kết quả lập test của sinh viên chuyên sâu quần vợt khá tập trung và khá đồng đều (Cv < 10%). Xét theo chỉ số biến sai (ε) chứng tỏ số trung bình của mẫu quan sát ở các năm có thể đại diện cho số trung bình tổng thể ($\varepsilon < 0,05$).

Tương tự với các test của sức mạnh sức bền đều cho thấy hệ số biến sai nhỏ (Cv từ 2,15 đến 6,46 < 10%), nghĩa là: Kết quả lập test của sinh viên chuyên sâu quần vợt khá tập trung, khá đồng đều và có thể đại diện cho số trung bình tổng thể ($\varepsilon < 0,05$).

Bảng 4. Xác định độ tin cậy của hệ thống các test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành quần vợt

TT	Các chỉ số	Năm thứ 1 (n = 7)				Năm thứ 2 (n = 7)				Năm thứ 3 (n = 7)				Năm thứ 4 (n = 7)			
		Lần 1		Lần 2		Lần 1		Lần 2		Lần 1		Lần 2		Lần 1		Lần 2	
		$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r	$\bar{x} \pm \sigma$	r
1	Di chuyển đơn bước đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s).	32,86±1,80	0,89	32,07±1,64	0,89	30,79±1,63	0,84	30,53±1,96	0,84	28,86±1,57	0,90	28,79±1,91	0,90	26,93±1,43	0,81	26,43±1,13	0,81
2	Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s).	34,06±2,23	0,875	33,21±2,34	0,875	32,07±2,13	0,84	31,38±2,32	0,84	30,29±1,98	0,83	30,02±2,10	0,83	28,79±1,82	0,88	28,24±1,76	0,88
3	Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s).	44,93±2,78	0,82	44,14±2,54	0,82	42,43±2,62	0,86	42,14±3,13	0,86	40,86±2,64	0,86	40,64±1,99	0,86	38,07±2,46	0,89	37,5±2,24	0,89
4	Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s).	51,41±1,34	0,80	50,49±1,40	0,80	49,14±1,21	0,93	48,71±2,29	0,93	48±1,15	0,87	47,23±1,34	0,87	46,94±1,12	0,88	47,14±1,19	0,88
5	Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s).	49,29±2,31	0,92	48,29±2,06	0,92	47,31±2,27	0,84	46,69±2,27	0,84	45,47±2,23	0,85	45,21±1,80	0,85	41,89±2,15	0,84	41,46±2,01	0,84
6	Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s).	113,29±2,43	0,84	112,36±2,25	0,84	107,14±2,41	0,91	106,57±2,99	0,91	101,50±2,29	0,83	100,75±2,05	0,83	98,14±2,12	0,87	97,81±2,72	0,87
7	Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s)	83,07±1,79	0,87	83,14±1,60	0,87	81,64±1,75	0,82	81±2,38	0,82	79,14±1,68	0,89	78,42±2,05	0,89	77,31±1,57	0,89	76,57±1,80	0,89
8	Phối hợp cắt bóng nhỏ + lóp bóng cuối sân 15 lần (tính s)	71,17±1,09	0,84	70,96±1,22	0,84	68,1±1,07	0,90	68,03±1,26	0,90	66,1±1,06	0,91	66,17±2,08	0,91	64,07±1,02	0,81	63,64±1,03	0,81

Bảng 5. Kết quả xác định thực trạng các test đánh giá trình độ tập luyện thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên ngành quản vọt trường ĐH TDTT Đà Nẵng

TT	Tổ chất	Nội dung các test	Năm thứ 1 (n = 7)			Năm thứ 2 (n = 7)			Năm thứ 3 (n = 7)			Năm thứ 4 (n = 7)		
			$\bar{x} \pm \delta$	Cv %	ϵ	$\bar{x} \pm \delta$	Cv %	ϵ	$\bar{x} \pm \delta$	Cv %	ϵ	$\bar{x} \pm \delta$	Cv %	ϵ
1	Sức nhanh	Di chuyển đơn bước thực hiện đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s).	32,86±1,80	5,4	0,03	30,79±1,63	5,29	1,012	28,86±1,57	5,45	0,02	26,93±1,43	5,29	0,02
2		Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s).	34,06±2,23	6,53	0,04	32,07±2,13	6,64	0,03	30,29±1,98	6,52	0,04	28,79±1,82	6,33	0,05
3	Sức mạnh	Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s).	44,93±2,78	6,17	0,03	42,43±2,62	6,17	0,05	40,86±2,64	6,46	0,03	38,07±2,46	6,45	0,02
4		Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s).	51,41±1,34	2,60	0,02	49,14±1,21	2,47	0,03	48±1,15	2,40	0,05	46,94±1,12	2,35	0,03
5	Sức bền	Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s).	49,29±2,31	4,68	0,03	47,31±2,27	4,80	0,05	45,47±2,23	4,90	0,03	41,89±2,15	5,13	0,03
6		Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s).	113,29±2,43	2,15	0,05	107,14±2,41	2,24	0,05	101,50±2,29	2,26	0,03	98,14±2,12	2,15	0,02
7	Phối hợp vận động	Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s).	83,07±1,79	2,15	0,05	81,64±1,75	2,14	0,03	79,14±1,68	2,11	0,04	77,31±1,57	2,03	0,04
8		Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần (tính s).	71,17±1,09	1,53	0,03	68,1±1,07	1,57	0,04	66,1±1,06	1,61	0,04	64,07±1,02	1,59	0,03

Khả năng phối hợp vận động thể hiện các test: Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả và Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần. Khả năng phối hợp vận động tốt sẽ giúp cho sinh viên dễ dàng thực hiện kỹ thuật cũng như khả năng biến hóa đa dạng và làm phong phú chiến thuật và hiệu quả trong thi đấu.

Phân tích sự phân bố của các số liệu ở nội dung phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả và Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần chứng tỏ sự phân bố rất đồng đều (hệ số biến sai dao động từ 1,53 đến 2,15 < 10%). Với hệ số biến sai như vậy thì sự phân bố số liệu có thể đại diện cho số trung bình của cá thể.

KẾT LUẬN

Dưới góc độ sư phạm qua 3 bước nghiên cứu nghiên cứu đã xác định được 08 test đủ khả năng đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng. Đó là các test sau:

1. Di chuyển đơn bước thực hiện đánh bóng phải trái tay 10 lần (tính s).
2. Di chuyển vô lê đánh bóng phải trái tay 20 quả (tính s).
3. Di chuyển lùi về sau 3 bước mô phỏng đập bóng 15 lần (tính s).
4. Di chuyển ngang sân thực hiện đánh bóng phải trái tay 20 lần (tính s).
5. Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (tính s).
6. Di chuyển hình số 8 mô phỏng đánh bóng phải, trái tay 20 lần (tính s).
7. Phối hợp đánh bóng phải cuối sân kết hợp lên chặn bóng và lùi đập bóng 30 quả (tính s).
8. Phối hợp cắt bóng bỏ nhỏ + lớp bóng cuối sân 15 lần (tính s).

Các test lựa chọn trên đây đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, được sử dụng để đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành quần vợt trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Aulic I. V. (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, (Phạm Ngọc Trâm dịch), NXB TDTT, Hà Nội.
- [2] Goikhoman P.N (1978), *Các tố chất thể lực của VĐV*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, NXB TDTT, Hà Nội.
- [3] Ivanôv. V.X (1996), *Những cơ sở của toán học thống kê*, Dịch: Trần Đức Dũng, NXB TDTT, Hà Nội.
- [4] Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [5] Charles Applewhaite (2000), *Quần vợt thực hành 500 bài kỹ thuật* (sách dịch), NXB TDTT, Hà Nội.
- [6] Vũ Như Ý (2001), *Nguyên lý kỹ thuật quần vợt*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [7] Nguồn bài báo: Lê Tiến Hùng (2011), “*Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Quần vợt - trường Đại học TDTT Đà Nẵng*”. Nghiên cứu nghiên cứu khoa học cấp trường, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.