

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN VÀ KIỂM NGHIỆM ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CỦA NAM VĐV NĂNG KHIẾU CẦU LÔNG 12 - 13 TUỔI HUYỆN CAI LẬY, TỈNH TIỀN GIANG QUA 01 NĂM TẬP LUYỆN

ThS. Trần Trung Khánh, ThS. Dương Phương, ThS. Huỳnh Hữu Hiếu
Trường Đại học Ngân hàng TP. Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Bài viết đã xây dựng bảng thang điểm cho từng chỉ tiêu, ứng với từng thời điểm ban đầu và sau 1 năm tập luyện, cùng mức phân loại từng chỉ tiêu và tổng hợp các chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang. Đồng thời luận văn còn ứng dụng hệ thống tiêu chuẩn mà đề tài xây dựng để kiểm nghiệm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật cho nam VĐV năng khiếu cầu lông trẻ 12 - 13 tuổi sau 1 năm tập luyện và đã có sự thay đổi đáng kể về mức phân loại, cụ thể như sau: Khá tăng từ 01 lên 03 VĐV; Trung bình tăng từ 03 lên 05 VĐV; Yếu giảm từ 09 xuống còn 06 VĐV; Kém giảm từ 02 xuống còn 01 VĐV.

Từ khóa: VĐV cầu lông; thể lực; kỹ thuật; huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang.

Abstract: The thesis has built a scoreboard for each indicator, corresponding to each initial time and after 1 year of practice, the same level of classification of each criterion and a synthesis of assessment criteria for the fitness and technical level of Male talented badminton player aged 12-13 in Cai Lay district, Tien Giang province. At the same time, the thesis also applies the standard system that the topic built to test and evaluate the fitness and technical skills for young male talented badminton players 12-13 years old after 1 year of practice and there has been a change. Significantly changed in classification, as follows: Fair increased from 01 to 03 athletes; Average increased from 03 to 05 athletes; Weakness reduced from 09 to 06 athletes; Poor reduced from 02 to 01 player.

Keywords: Badminton athletes; physical; the technical level; Cai Lay district, Tien Giang province.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Hơn 8 năm qua, các ngành, đoàn thể ở huyện Cai Lậy phối hợp phát động phong trào thể dục thể thao quần chúng rộng khắp, thu hút đông đảo người dân tham gia luyện tập, giao lưu, thi đấu. Toàn huyện có 131 câu lạc bộ (CLB) thể dục dưỡng sinh, CLB bóng đá, bóng chuyền, cầu lông, CLB võ thuật, thu hút thành viên tham gia luyện tập thường xuyên. Cơ sở vật chất phục vụ hoạt động thể dục thể thao được quan tâm đầu tư từ nguồn ngân sách và xã hội hóa với 138 sân bóng đá mini, sân bóng chuyền, cầu lông, hồ bơi. Tỷ lệ người dân tham

gia luyện tập thể thao thường xuyên đạt 30,99% dân số, hộ gia đình luyện tập thể dục thể thao thường xuyên đạt 30,61%. Hằng năm, huyện Cai Lậy tổ chức các giải thi đấu thu hút người dân tham gia, tuyển chọn vận động viên tham gia các giải đấu cấp tỉnh và khu vực, đạt thành tích cao.

Với mô hình xây dựng các vệ tinh cho tuyến tỉnh, huyện Cai Lậy là địa phương đi đầu trong việc xây dựng lực lượng kế cận cho các môn thể thao thể mạnh của tỉnh, trong đó có môn Cầu lông. Tuy nhiên, hiện nay ở Tiền Giang vẫn chưa có công trình nghiên cứu nào về vấn đề này cho đối tượng là VĐV năng

kiểu cầu lông 12 - 13 tuổi. Xuất phát từ thực tế đó việc nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn và kiểm nghiệm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông 12-13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang qua một năm tập luyện là việc làm cần thiết.

Khách thể nghiên cứu: Tiến hành trên 15 nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang.

Phương pháp sử dụng gồm: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Trên cơ sở các kết quả kiểm tra chi tiết của từng VĐV, bài viết tiến hành xây dựng thang điểm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, theo thang độ C (*thang điểm 10*). Việc xây dựng thang điểm là để có cơ sở khoa học và thuận tiện cho việc

xác định mức độ thành tích của VĐV đối với từng test, từng mặt năng lực nhằm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật, cũng như để so sánh giữa các VĐV với nhau thông qua hệ thống điểm, phục vụ đắc lực cho việc định hướng, đào thải hay tuyển chọn VĐV trong suốt quá trình huấn luyện.

1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu Cầu lông 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang qua một năm tập luyện

1.1. Xây dựng thang điểm 10 cho từng chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu Cầu lông 12 - 13 tuổi

Căn cứ vào kết quả tính giá trị trung bình (\bar{X}) và độ lệch chuẩn (σ) của 06 chỉ tiêu thể lực và 07 chỉ tiêu kỹ thuật, bài viết tiến hành xây dựng thang điểm cho từng test theo thang độ C vào từng thời điểm ban đầu và sau 1 năm tập luyện, kết quả được trình bày ở Bảng 1 và 2.

Bảng 1. Thang điểm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật ở giai đoạn ban đầu của nam VĐV năng khiếu cầu lông 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang

Yếu tố	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Thể lực	[T1]	6,87	6,69	6,50	6,32	6,13	5,94	5,76	5,57	5,39	5,20
	[T2]	13,24	13,06	12,88	12,69	12,51	12,33	12,14	11,96	11,77	11,59
	[T3]	164,24	169,54	174,85	180,16	185,47	190,77	196,08	201,39	206,70	212,01
	[T4]	109	112	116	120	123	127	130	134	137	141
	[T5]	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
	[T6]	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Kỹ thuật	[T7]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	[T8]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	[T9]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	[T10]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	[T11]	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
	[T12]	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7
	[T13]	0	0	0	1	2	3	4	5	6	7

Bảng 2. Thang điểm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật sau 1 năm tập luyện của nam VĐV năng khiếu Cầu lông 12-13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang

Yếu tố	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Thể lực	[T1]	6,32	6,03	5,74	5,45	5,15	4,86	4,57	4,28	3,99	3,70
	[T2]	11,01	10,84	10,67	10,50	10,32	10,15	9,98	9,81	9,64	9,47
	[T3]	185,67	190,54	195,40	200,27	205,13	210,00	214,8	219,73	224,60	229,46
	[T4]	130	137	143	149	156	162	168	175	181	188
	[T5]	16	17	18	19	21	22	23	24	25	26
	[T6]	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Kỹ thuật	[T7]	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	[T8]	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	[T9]	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	[T10]	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	[T11]	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	[T12]	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	[T13]	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Ghi chú: [T1]: Chạy 30m XPT (s), [T2]: Chạy 60m (s), [T3]: Bật xa tại chỗ (cm), [T4]: Nhảy dây 1 phút (lần). [T5]: Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần), [T6]: Di chuyển tiến lùi 1 phút (lần), [T7]: Giao cầu cao xa thuận tay cuối sân ô 80x80cm, 20 quả (quả), [T8]: Đánh cầu cao xa thuận tay đường thẳng cuối sân ô 80x80cm, 20 quả (quả), [T9]: Đánh cầu cao xa thuận tay đường chéo cuối sân ô 80x80cm, 20 quả (quả), [T10]: Đập cầu thuận tay đường thẳng dọc biên ô 80x80cm, 20 quả (quả), [T11]: Đập cầu thuận tay đường chéo dọc biên ô 80x80cm, 20 quả (quả), [T12]: Treo cầu thuận tay đường thẳng sát lưới ô 80x80cm, 10 quả (quả), [T13]: Treo cầu thuận tay đường chéo sát lưới ô 80x80cm, 10 quả (quả).

1.2. Phân loại từng chỉ tiêu

Để thuận tiện cho việc lượng hóa trong quá trình đánh giá, phân loại trình độ thể lực và kỹ thuật của VĐV cầu lông trẻ huyện Cai Lậy, đề tài tiến hành phân loại kết quả theo từng chỉ tiêu thành 5 mức với quy ước như sau:

- Tốt: Từ 9 - 10 điểm.
- Khá: Từ 7 - < 9 điểm.
- Trung bình: Từ 5 - < 7 điểm.
- Yếu: Từ 3 - < 5 điểm.
- Kém: Từ 0 - < 3 điểm.

1.3. Phân loại tổng hợp các chỉ tiêu

Theo thang điểm C đã xây dựng ở trên, thì mỗi chỉ tiêu có số điểm cao nhất là 10 điểm. Như vậy, yếu tố thể lực có 06 chỉ tiêu đạt điểm tối đa là 60 điểm, yếu tố kỹ thuật có 07 test đạt điểm tối đa là 70 điểm. Tổng hợp 13 chỉ tiêu đạt điểm tối đa là 130 điểm. Bài viết đã xây dựng bảng điểm tổng hợp phân loại các chỉ tiêu thể lực, kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, được trình bày ở Bảng 3.

Bảng 3. Bảng điểm phân loại từng yếu tố và tổng hợp hai yếu tố đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV NKCL 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang

Yếu tố	Số test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
Thể Lực	06	0 - < 18	18 - < 30	30 - < 42	42 - < 54	54 - 60
Kỹ Thuật	07	0 - < 21	21 - < 35	35 - < 49	49 - < 63	63 - 70
Tổng hợp	13	0 - < 39	39 - < 65	65 - < 91	91 - < 117	117 - 130

Dựa vào kết quả ở bảng 1, bảng 2 và bảng 3 có thể đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang theo từng chỉ tiêu và tổng hợp các chỉ tiêu kiểm tra ứng với từng thời điểm ban đầu và sau 1 năm tập luyện.

2. Kiểm nghiệm tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV NKCL 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang qua 1 năm tập luyện

Với mục đích kiểm nghiệm đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật cho nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, trên cơ sở đánh giá trung bình điểm từng nhóm test trên. Căn cứ vào 2 lần kiểm tra, dựa vào bảng điểm đã lập Bảng 1 và 2 Đề tài tiến hành vào điểm cho từng VĐV ở từng test, ứng với từng thời điểm và điểm tổng hợp phân loại các test Bảng 3.

Kết quả vào điểm và phân loại tổng hợp trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng khiếu cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang ở giai đoạn ban đầu và sau 1 năm tập luyện được trình bày ở Bảng 4 - 5.

* Về thể lực:

- Ở giai đoạn ban đầu: Trong tổng số 15 nam VĐV cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, thì có 02 VĐV xếp loại thể lực khá chiếm tỷ lệ 13,3%, 05 VĐV xếp loại thể lực trung bình chiếm tỷ lệ 33,3%, 06 VĐV xếp loại thể lực yếu chiếm tỷ lệ 40,0% và 02 VĐV xếp loại thể lực kém chiếm tỷ lệ 13,3%, không có VĐV nào xếp loại thể lực tốt.

- Sau 1 năm tập luyện: Trong tổng số 15 nam VĐV cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, thì có 02 VĐV xếp loại thể lực khá chiếm tỷ lệ 13,3%, 06 VĐV xếp loại thể lực trung bình chiếm tỷ lệ 40,0%, 05 VĐV xếp loại thể lực yếu chiếm tỷ lệ 33,3% và 02 VĐV xếp loại thể lực kém chiếm tỷ lệ 13,3%, không có VĐV nào xếp loại thể lực tốt.

* Về kỹ thuật:

- Ở giai đoạn ban đầu: Trong tổng số 15 nam VĐV cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, thì có 02 VĐV xếp loại kỹ thuật khá chiếm tỷ lệ 13,3%, 04 VĐV xếp loại kỹ thuật trung bình chiếm tỷ lệ 26,7%, 08 VĐV xếp loại kỹ thuật yếu chiếm tỷ lệ 53,3% và 01 VĐV xếp loại kỹ thuật kém chiếm tỷ lệ 6,7%, không có VĐV nào xếp loại kỹ thuật tốt.

- Sau 1 năm tập luyện: Trong tổng số 15 nam VĐV cầu lông lứa tuổi 12 - 13 huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang, thì có 02 VĐV xếp loại kỹ thuật khá chiếm tỷ lệ 13,3%, 05 VĐV xếp loại kỹ thuật trung bình chiếm tỷ lệ 33,3%, 07 VĐV xếp loại kỹ thuật yếu chiếm tỷ lệ 46,7% và 01 VĐV xếp loại kỹ thuật kém chiếm tỷ lệ 6,7%, không có VĐV nào xếp loại kỹ thuật tốt.

Bảng 4. Bảng vào điểm đánh giá trình độ thể lực của nam VĐV NKCL 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang giai đoạn ban đầu và sau 1 năm tập luyện

TT	Họ và Tên	Năm sinh	T1		T2		T3		T4		T5		T6		Tổng điểm	
			Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2
1	AA1	2006	3,5	4	3,5	6	4	3,5	3,5	4,5	2	4,5	2	4	18,5	26,5
2	AA2	2005	5	5,5	6,5	6,5	5	6	7,5	6	6,5	6,5	6,5	5	37	35,5
3	AA3	2005	4,5	5	4,5	5	4,5	4	6	5	5,5	5,5	5	5	30	29,5
4	AA4	2005	9	7,5	8,5	7	7,5	8	4,5	7,5	8,5	8	8,5	9	46,5	47
5	AA5	2005	5,5	6,5	5	6,5	5,5	7	6,5	7	7,5	6,5	7,5	5	37,5	38,5
6	AA6	2006	4	7	4,5	6	4,5	4,5	4	4,5	5,5	4,5	5	4	27,5	30,5
7	AA7	2006	5	5	6,5	6,5	4,5	5	6	5,5	4	5,5	4	5	30	32,5
8	AA8	2005	4	4,5	3	1,5	4	4	3	2,5	4	3	4	3	22	18,5
9	AA9	2006	7,5	6,5	5	6,5	8	7	6,5	7	6,5	7	6,5	6	40	40
10	AA10	2005	5,5	5	5,5	3,5	6	5	6,5	4,5	5,5	4,5	6,5	5	35,5	27,5
11	AA11	2006	2	0,5	1,5	3	1,5	1	1,5	1	2	0	2	1	10,5	6,5
12	AA12	2005	8	7	8	6,5	8,5	7,5	8	7	7,5	7	6,5	8	46,5	43
13	AA13	2006	1	2	2,5	2	2	3	2	1,5	2	3	2	3	11,5	14,5
14	AA14	2005	5	4,5	5,5	3	4	3,5	3,5	4,5	3	4,5	3	6	24	26
15	AA15	2005	4,5	5	5,5	6,5	5,5	5,5	6	6	4	5,5	5	4	30,5	32,5

Bảng 5. Bảng vào điểm đánh giá trình độ kỹ thuật của nam VĐV NKCL 12 - 13 tuổi huyện Cai Lậy, tỉnh Tiền Giang thời điểm ban đầu và sau 1 năm tập luyện

TT	Họ và Tên	Năm sinh	T7		T8		T9		T10		T11		T12		T13		Tổng điểm	
			Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2	Lần 1	Lần 2
1	AA1	2006	2,5	5	4	4,5	2	4,5	2,5	4	4,5	4,5	3	2	2	3,5	20,5	28
2	AA2	2005	2,5	5	3	6	2	6,5	5,5	5	4	5,5	4,5	6	3,5	7	25	41
3	AA3	2005	4,5	6,5	6	6	6,5	5	4,5	4	3	5,5	4,5	4	5,5	5	34,5	36
4	AA4	2005	10	7,5	7	8	6,5	8	10	8,5	10	10	9,5	8	7,5	7	60,5	57
5	AA5	2005	6	5,5	4	7	5	5	3,5	5	6	5,5	6	6	9,5	3	40	37
6	AA6	2006	5,5	5	5	5	6,5	3,5	3,5	6,5	5	4	4,5	4	5,5	7	35,5	35
7	AA7	2006	5,5	5	4	5	5	3,5	4,5	3	4	5,5	4,5	4	3,5	7	31	33
8	AA8	2005	4,5	5	3	3,5	5	5	3,5	2	5	2,5	3	6	3,5	5	27,5	29
9	AA9	2006	5,5	7,5	9	6	9	9	6,5	7,5	7,5	7	7,5	8	5,5	7	50,5	52
10	AA10	2005	5,5	4	2	5	6,5	3,5	4,5	6,5	4	4	4,5	6	2	7	29	36
11	AA11	2006	2,5	1	3	1,5	2	1	3,5	2	3	4	3	0,5	5,5	1,5	22,5	11,5
12	AA12	2005	7	8,5	6	8	6,5	6,5	3	7,5	5	7	7,5	6	5,5	5	40,5	48,5

13	AA13	2006	4,5	4	5	2,5	3,5	2,5	3,5	6	3	5	3	6	3,5	4	26	30
14	AA14	2005	3,5	4	7	6	5	5	5,5	4	6	2,5	6	4	5,5	5	38,5	30,5
15	AA15	2005	4,5	5,5	7	3,5	2	5	5,5	4	5	5,5	4,5	4	3,5	5	32	32,5

KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu trên, có thể rút ra các kết luận sau:

1. Kết quả nghiên cứu đã xây dựng được bảng thang điểm 10 cho từng test đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam VĐV năng

khieu Cầu lông 12 - 13 tuổi vào từng thời điểm ban đầu và sau 1 năm tập luyện. Đồng thời nghiên cứu còn đề xuất 5 mức phân loại cho từng test, làm cơ sở để phân loại từng yếu tố và tổng hợp 2 yếu tố thành phần (*thể lực và kỹ thuật*) có số điểm như sau:

Yếu tố	Phân loại				
	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
Thể Lực	0 - < 18	18 - < 30	30 - < 42	42 - < 54	54 - 60
Kỹ Thuật	0 - < 21	21 - < 35	35 - < 49	49 - < 63	63 - 70
Tổng hợp	0 - < 39	39 - < 65	65 - < 91	91 - < 117	117 - 130

2. Sau 1 năm tập luyện và đã có sự thay đổi đáng kể về mức phân loại, cụ thể như sau: Khá tăng từ 01 lên 03 VĐV; Trung bình tăng từ 03

lên 05 VĐV; Yếu giảm từ 09 xuống còn 06 VĐV; Kém giảm từ 02 xuống còn 01 VĐV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic. IV (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Nguyễn Xuân Bình (2005), *Bước đầu nghiên cứu đánh giá trình độ thể lực nam VĐV năng khiếu cầu lông tỉnh Đồng Nai lứa tuổi 12 - 13 sau 1 năm tập luyện*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP. Hồ Chí Minh.
- [3]. Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [4]. Nguyễn Văn Chung (2007), *Đánh giá trình độ tập luyện của VĐV cầu lông lứa tuổi 14-15*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường ĐH TDTT TP. Hồ Chí Minh.
- [5]. D. Harre (1996), *Học thuyết huấn luyện*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [6]. D.P Gunalan (2001), *Tài liệu hướng dẫn huấn luyện viên cầu lông 2001 - Bài giảng lớp bồi dưỡng HLV cầu lông Trung tâm huấn luyện thể thao quốc gia III, Đà Nẵng*.
- [7]. Trịnh Trung Hiếu và Nguyễn Sĩ Hà (1994), *Huấn luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [8]. I.UXomiromop (1984), *Kiểm tra tổng hợp trình độ tập luyện của VĐV*, Bản tin khoa học kỹ thuật TDTT.