

XÁC ĐỊNH CÁC TEST VÀ XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC BỀN CHUYÊN MÔN CHO NỮ SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG CHUYỀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN HÓA HÀ NỘI

Lê Ngọc Vinh¹, Đinh Khắc Thi²

¹Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

²Trường Đại học Văn hóa Hà Nội

Tóm tắt: Qua trình nghiên cứu chúng tôi đã lựa chọn được 05 test chuyên môn đặc trưng bao gồm: vận động viên tấn công: 05 test; vận động viên chuyền hai: 05 test; vận động viên Libero: 03 test để đánh giá sức bền chuyên môn cho nữ sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội. Đồng thời xây dựng được 02 bảng tiêu chuẩn xếp loại, 02 bảng chuẩn điểm đánh giá cho từng test và 01 bảng điểm đánh giá xếp loại tổng hợp sức bền chuyên môn góp phần nâng cao thành tích và hiệu quả của quá trình đào tạo sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền nữ nhà trường trong giai đoạn hiện nay.

Từ khóa: test, sức bền chuyên môn, nữ sinh viên, câu lạc bộ bóng chuyền.

Abstract: Through the research process, we have selected 05 specific specialized tests including: offensive athletes: 05 tests; second pass athlete: 05 tests; Libero athletes: 03 tests to assess professional endurance for female students of the volleyball club of Hanoi University of Culture. At the same time, 02 tables of grading standards, 02 benchmarks for each test and 01 scoreboard for assessment and grading of synthetic endurance were developed, contributing to improving the achievement and effectiveness of the student training process. member of the school's girls' volleyball club in the current period

Keywords: test, professional endurance, female students, volleyball club.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng chuyền là môn thể thao thi đấu với kỹ năng cao, linh hoạt trong thời gian dài, đòi hỏi các VĐV phải được phát triển các tố chất thể lực, trong đó sức bền chuyên môn (SBCM) có vị trí vô cùng quan trọng phải được chuẩn bị đầy đủ đáp ứng trình độ VĐV bóng chuyền cấp cao. Hiện nay vấn đề này vẫn còn nhiều hạn chế, nên việc xác định các nội dung, tiêu chuẩn đánh giá và phương pháp phát triển SBCM có đầy đủ cơ sở khoa học, đủ độ tin cậy, phù hợp với điều kiện thực

tiễn sẽ là một yếu tố quan trọng góp phần nâng cao thành tích thi đấu cho nữ sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội.

Xuất phát từ những vấn đề trên, nhằm mục đích xác định các test đánh giá phát triển SBCM của nữ sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền, tôi tiến hành nghiên cứu: **“Xác định các test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức bền chuyên môn cho nữ sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội”**.

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Xác định test đánh giá SBCM cho nữ sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội

Qua tham khảo các tài liệu và công trình nghiên cứu bóng chuyền trong và ngoài nước, đồng thời qua tham khảo và tìm hiểu thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện tại các câu lạc bộ bóng chuyền của trường Đại học Văn hóa Hà Nội, chúng tôi đã tổng hợp được 06 test đặc trưng đánh giá SBCM cho sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền của nhà trường bao gồm:

Đánh giá sức bền tốc độ (02 test): Chạy cây thông (s); Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).

Đánh giá sức bền bật nhảy (03 test): Tại chỗ bật cao với tay (lần); Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần); Di chuyển chấn bóng treo 2 phút (lần).

Đánh giá sức bền thi đấu (01 test): Hiệu suất thi đấu (%).

Sau đó tiến hành phỏng vấn với các test có trên 70% ý kiến lựa chọn xếp ở mức độ rất quan trọng sẽ được lựa chọn.

Qua kiểm tra xác định độ tin cậy các test cho thấy các test đã qua kiểm tra tính thông báo trên đối tượng nghiên cứu đều thể hiện hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức độ rất cao ($r > 0.800$ với $P < 0.05$). Điều đó cho thấy các test trên thể hiện mối tương quan mạnh, đủ độ tin cậy, mang tính khả thi và phù hợp với đối tượng nghiên cứu cũng như điều kiện thực tiễn trong việc đánh giá SBCM cho sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội.

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SBCM cho sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền trường Đại học Văn hóa Hà Nội

2.1. Kiểm định mức độ đồng đều và tính đại diện của kết quả kiểm tra

Để kiểm định mức độ đồng đều và tính đại diện (sai số tương đối của số trung bình) của kết quả kiểm tra các test đánh giá SBCM của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền, chúng tôi tiến hành xác định thông qua các chỉ số hệ số biến sai (Cv) và sai số tương đối của số trung bình (ϵ), kết quả thu được như trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kiểm định mức độ đồng đều và tính đại diện của các test đánh giá SBCM của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền

TT	Test	Hệ số tương quan (r)		
		$\bar{x} \pm \delta$	$Cv(\%)$	ϵ
I	VĐV tân công (n = 17)			
1.	Chạy cây thông (s).	25.03±1.42	5.67	0.029
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	25.38±1.49	5.87	0.030
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	47.63±2.89	6.07	0.031
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	14.34±0.76	5.33	0.027
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	78.77±4.62	5.86	0.030
II	VĐV chuyên hai (n = 10)			
1.	Chạy cây thông (s).	24.45±1.29	5.26	0.037
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	24.86±1.27	5.12	0.036
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	47.36±2.59	5.47	0.039

4.	Đập bóng theo phương lầy đà 2 phút (lần).	13.06±0.66	5.03	0.035
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	72.38±3.81	5.27	0.037
III	VĐV Libero (n = 8)			
1.	Chạy cây thông (s).	24.67±1.38	5.61	0.046
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	24.89±1.18	4.75	0.039
3.	Hiệu suất thi đấu (%).	68.34±4.01	5.87	0.048

Từ kết quả thu được ở bảng 1, các số liệu của các test đánh giá SBCM của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền ở cả 3 nhóm đều có kết quả tương đối tập trung ($Cv < 10\%$), sai số tương đối của số trung bình cộng đều nằm ở trong phạm vi cho phép ($\varepsilon < 0.05$). Đây là điều kiện quan trọng cho phép sử dụng giá trị trung bình cộng và độ lệch chuẩn ($\bar{x} \pm \delta$) để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SBCM của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền

Từ kết quả thống kê bảng 3 tiến hành phân loại từng test đánh giá SBCM của của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền theo 03 nhóm vị trí chuyên môn hoá tại các thời điểm ban đầu và sau 12 tháng thành 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu, kém theo quy tắc 2 xích ma như sau: Tốt: $> \bar{x} + 2\delta$; Khá: Từ $\bar{x} + 1\delta + \Delta$ đến $\bar{x} + 2\delta$; Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} + 1\delta$; Yếu: Từ $\bar{x} - 1\delta - \Delta$ đến $\bar{x} - 2\delta$; Kém: $< \bar{x} - 2\delta$

Ghi chú: Δ là đơn vị nhỏ nhất trong đơn vị đo lường tương ứng. Với những test mà kết quả có số đo càng nhỏ càng tốt thì 5 mức kể trên sẽ xếp theo hướng ngược lại.

Kết quả thu được trình bày ở các bảng 2

và bảng 3.

Thang điểm đánh giá SBCM môn theo từng nội dung.

Căn cứ vào các kết quả thống kê trong bảng 4 và 5, tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn tại các thời điểm ban đầu và sau 12 tháng huấn luyện, kết quả được trình bày ở bảng 4 và bảng 5.

Xác định điểm chuẩn tổng hợp đánh giá sức SBCM.

Từ kết quả thu được ở các bảng từ 4 và 5, qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp đánh giá SBCM cho 03 vị trí chuyên môn hoá của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Quy định tiêu chuẩn phân loại từng test làm 5 mức theo quy ước như sau:

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

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại SBCM theo từng nội dung của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền - Thời điểm trước tập luyện

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
I	VĐV tấn công					
1.	Chạy cây thông (s).	>27.87	27.87-26.44	26.43-23.61	23.60-22.19	<22.19
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>28.36	28.36-26.88	26.87-23.89	23.88-22.40	<22.40

3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	<41.85	41.85-44.73	44.74-50.52	50.51-53.41	>53.41
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	<12.81	12.81-13.57	13.58-15.10	15.12-15.87	>15.87
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	<69.54	69.54-74.14	74.15-83.39	83.40-88.00	>88.00
II	VĐV chuyên hai					
1.	Chạy cây thông (s).	>27.02	27.02-25.75	25.74-23.16	23.15-21.88	<21.88
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>27.41	27.41-26.14	26.13-23.59	23.58-22.31	<22.31
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	<42.18	42.18-44.76	44.77-49.95	49.96-52.54	>52.54
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	<11.75	11.75-12.39	12.40-13.72	13.73-14.37	>14.37
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	<64.75	64.75-68.56	68.57-76.19	76.20-80.01	>80.01
III	VĐV Libero					
1.	Chạy cây thông (s).	>27.44	27.44-26.06	26.05-23.29	23.28-21.90	<21.90
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>27.25	27.25-26.08	26.07-23.71	23.70-22.53	<22.53
3.	Hiệu suất thi đấu (%).	<60.32	60.32-64.32	64.33-72.35	72.36-76.36	>76.36

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại SBCM theo từng nội dung của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền - Thời điểm sau 12 tháng tập luyện

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
I	VĐV tấn công					
1.	Chạy cây thông (s).	>26.23	26.23-25.16	25.15-22.98	22.97-21.90	<21.90
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>26.31	26.31-25.35	25.34-23.39	23.38-22.42	<22.42
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	<45.21	45.21-47.43	47.44-51.91	51.92-54.15	>54.15
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	<13.75	13.75-14.32	14.33-15.50	15.51-16.08	>16.08
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	<74.69	74.69-78.37	78.38-85.77	85.78-89.47	>89.47
II	VĐV chuyên hai					
1.	Chạy cây thông (s).	>25.19	25.19-24.27	24.26-22.39	22.38-21.46	<21.46
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>25.70	25.70-24.67	24.66-22.58	22.57-21.54	<21.54
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	<46.20	46.20-47.93	47.94-51.42	51.43-53.16	>53.16
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	<12.62	12.62-13.13	13.14-14.17	14.18-14.69	>14.69
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	<69.06	69.06-72.47	72.48-79.31	79.32-82.72	>82.72

III	VĐV Libero					
1.	Chạy cây thông (s).	>25.40	25.40- 24.36	24.35- 22.26	22.25- 21.21	<21.21
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	>25.72	25.72- 24.67	24.66- 22.53	22.52- 21.47	<21.47
3.	Hiệu suất thi đấu (%).	<66.19	66.19- 69.37	69.38- 75.77	75.78- 78.96	>78.96

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SBCM theo từng nội dung của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền - Thời điểm trước tập luyện

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
I	VĐV tấn công										
1.	Chạy cây thông (s).	22.19	22.90	23.61	24.32	25.03	25.74	26.45	27.16	27.87	28.58
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	21.66	22.40	23.15	23.89	24.64	25.38	26.12	26.87	27.61	28.36
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	53.41	51.97	50.52	49.08	47.63	46.18	44.74	43.29	41.85	40.40
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	16.25	15.87	15.49	15.10	14.72	14.34	13.96	13.58	13.19	12.81
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	90.31	88.00	85.69	83.39	81.08	78.77	76.46	74.15	71.85	69.54
II	VĐV chuyên hai										
1.	Chạy cây thông (s).	21.23	21.88	22.52	23.16	23.81	24.45	25.09	25.74	26.38	27.02
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	21.68	22.31	22.95	23.59	24.22	24.86	25.50	26.13	26.77	27.41
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	53.84	52.54	51.25	49.95	48.66	47.36	46.06	44.77	43.47	42.18
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	14.70	14.37	14.05	13.72	13.39	13.06	12.73	12.40	12.07	11.75
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	81.92	80.01	78.10	76.19	74.29	72.38	70.47	68.57	66.66	64.75
III	VĐV Libero										
1.	Chạy cây thông (s).	21.21	21.90	22.59	23.29	23.98	24.67	25.36	26.05	26.75	27.44
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	21.93	22.53	23.12	23.71	24.30	24.89	25.48	26.07	26.66	27.25
3.	Hiệu suất thi đấu (%).	78.37	76.36	74.36	72.35	70.35	68.34	66.33	64.33	62.32	60.32

Bảng 5. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SBCM theo từng nội dung của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền - Thời điểm sau 12 tháng tập luyện

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
I	VĐV tấn công										
1.	Chạy cây thông (s).	21.36	21.90	22.44	22.98	23.52	24.07	24.61	25.15	25.69	26.23
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	21.93	22.42	22.90	23.39	23.88	24.36	24.85	25.34	25.83	26.31
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	55.27	54.15	53.03	51.91	50.80	49.68	48.56	47.44	46.32	45.21
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	16.37	16.08	15.79	15.50	15.20	14.91	14.62	14.33	14.04	13.75
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	91.31	89.47	87.62	85.77	83.93	82.08	80.23	78.38	76.54	74.69
II	VĐV chuyên hai										
1.	Chạy cây thông (s).	20.99	21.46	21.92	22.39	22.86	23.32	23.79	24.26	24.72	25.19
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	21.02	21.54	22.06	22.58	23.10	23.62	24.14	24.66	25.18	25.70
3.	Tại chỗ bật cao với tay (lần).	54.03	53.16	52.29	51.42	50.55	49.68	48.81	47.94	47.07	46.20
4.	Đập bóng theo phương lấy đà 2 phút (lần).	14.95	14.69	14.43	14.17	13.91	13.66	13.40	13.14	12.88	12.62
5.	Hiệu suất thi đấu (%).	84.43	82.72	81.01	79.31	77.60	75.89	74.18	72.48	70.77	69.06
III	VĐV Libero										
1.	Chạy cây thông (s).	20.68	21.21	21.73	22.26	22.78	23.31	23.83	24.35	24.88	25.40
2.	Chạy từ giữa sân tới bốn bóng (s).	20.94	21.47	22.00	22.53	23.06	23.60	24.13	24.66	25.19	25.72
3.	Hiệu suất thi đấu (%).	80.56	78.96	77.37	75.77	74.17	72.58	70.98	69.38	67.79	66.19

Các test đánh giá SBCM của của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền, nhóm VĐV tấn công có 05 test tổng điểm tối đa là 50 điểm theo thang điểm 10 (thang độ C), nhóm VĐV chuyên hai có 05 test, tổng điểm tối đa là 50 điểm theo thang điểm 10 (thang độ C); nhóm VĐV Libero có 03 test, tổng điểm tối

đa là 30 điểm theo thang điểm 10 (thang độ C). Để xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá SBCM căn cứ vào quy ước như trên, xác định ranh giới trên, ranh giới dưới ở các mức phân loại đánh giá tổng hợp. Kết quả thu được trình bày ở bảng 6.

Bảng 6. Tiêu chuẩn tổng hợp điểm xếp loại đánh giá SBCM của sinh viên nữ câu lạc bộ bóng chuyền theo vị trí chuyên môn hoá

Xếp loại	Tổng điểm đạt được theo nhóm vị trí chuyên môn hoá		
	Nhóm VĐV tấn công (tổng điểm tối đa là 50 điểm)	Nhóm VĐV chuyên hai (tổng điểm tối đa là 50 điểm)	Nhóm VĐV Libero (tổng điểm tối đa là 30 điểm)
Tốt	≥ 45.00	≥ 45.00	≥ 27.00
Khá	35.00 \rightarrow < 45.00	35.00 \rightarrow < 45.00	21.00 \rightarrow < 27.00
Trung bình	25.00 \rightarrow < 35.00	25.00 \rightarrow < 35.00	15.00 \rightarrow < 21.00
Yếu	15.00 \rightarrow < 25.00	15.00 \rightarrow < 25.00	9.00 \rightarrow < 15.00
Kém	< 15.00	< 15.00	< 9.00

Để đạt được tổng điểm của một loại, không nhất thiết phải đạt được số điểm từng test như từng tiêu chuẩn loại đó mà có thể lấy điểm đạt cao của test này bù cho điểm đạt thấp của test khác, sao cho tổng điểm đạt được nằm trong khoảng xác định của bảng phân loại tổng hợp, với điều kiện không có hơn 1 nội dung ở mức độ yếu và kém.

KẾT LUẬN

Qua quá trình nghiên cứu nêu trên, đã lựa

chọn được các test đánh giá SBCM của cho sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền đảm bảo đủ độ tin cậy từ 0,81 trở lên, trong đó VĐV tấn công 05 test, VĐV chuyên hai 05 test, VĐV Libero 03 test. Đồng thời xây dựng được 02 bảng tiêu chuẩn xếp loại, 02 bảng chuẩn điểm đánh giá cho từng test và 01 bảng điểm đánh giá xếp loại tổng hợp SBCM góp phần nâng cao thành tích và hiệu quả của quá trình đào tạo sinh viên câu lạc bộ bóng chuyền trong nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Nguyễn Hữu Hùng (2001), *Huấn luyện thể lực cho vận động viên bóng chuyền*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [2]. Trần Hùng (2007), *Nghiên cứu sự phát triển sức mạnh tốc độ của kỹ thuật đập bóng cho vận động viên nam lứa tuổi 14 - 17*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội
- [3]. Tô Xuân Thục (2014), *Xác định quan hệ tổ chất sức mạnh với kỹ thuật nhảy phát bóng, nhảy truyền bóng trong bóng chuyền*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
- [4]. Lê Trí Trường (2012), *Xác định các tiêu chuẩn đánh giá và phương pháp phát triển sức bền chuyên môn của VĐV bóng chuyền nữ cấp cao Việt Nam*, Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 13/10/2022, phản biện ngày 18/5/2023, duyệt đăng ngày 25/5/2023