

Đánh giá sức bền chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng đá trường Đại học Bách khoa Hà Nội

TÓM TẮT:

Đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn (SBCM) của sinh viên (SV) lớp chuyên sâu bóng đá trường Đại học Bách khoa Hà Nội (ĐHBKHN) còn hạn chế, phân loại đánh giá trung bình các test kiểm tra ở mức tốt và khá chiếm thấp từ 8.62% và 15.07%, nhiều nhất là mức phân loại trung bình chiếm 57.18%; còn nhiều SV ở mức phân loại yếu và kém từ 14.08% và 5.04%.

Từ khóa: thực trạng, sức bền chuyên môn, bóng đá, sinh viên, trường Đại học Bách Khoa Hà Nội...

ABSTRACT:

The assessment of the strength of professional skills of students in Hanoi University of Science and Technology is limited. The average rating of the test is good and relatively low from 8.62% and 15.07% the average is 57.18%; there are many students in the classification of Weak and Poor from 14.08% and 5.04%.

Keywords: status, professional strength, football, students, Hanoi University of Science and Technology...

ThS. Trần Đức Tùng ■



(Ảnh minh họa)

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đặc điểm nổi bật của môn Bóng đá là tính chất đối kháng, đòi hỏi các cầu thủ bóng đá phải có kỹ thuật cùng với thể lực dồi dào, các cầu thủ thường xuyên phải di chuyển, va chạm quyết liệt trong các tình huống tranh chấp bóng.

Trong thi đấu bóng đá SBCM được xác định là yếu tố đặc biệt quan trọng, bởi thời gian một trận đấu có thể kéo dài từ 90 phút đến hơn 120 phút. Do vậy, việc nghiên cứu đánh giá thực trạng SBCM cho đối tượng tham gia tập luyện thi đấu bóng đá nói chung và cho SV chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN nói riêng là yêu cầu cần thiết và cấp thiết.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp phỏng vấn; phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

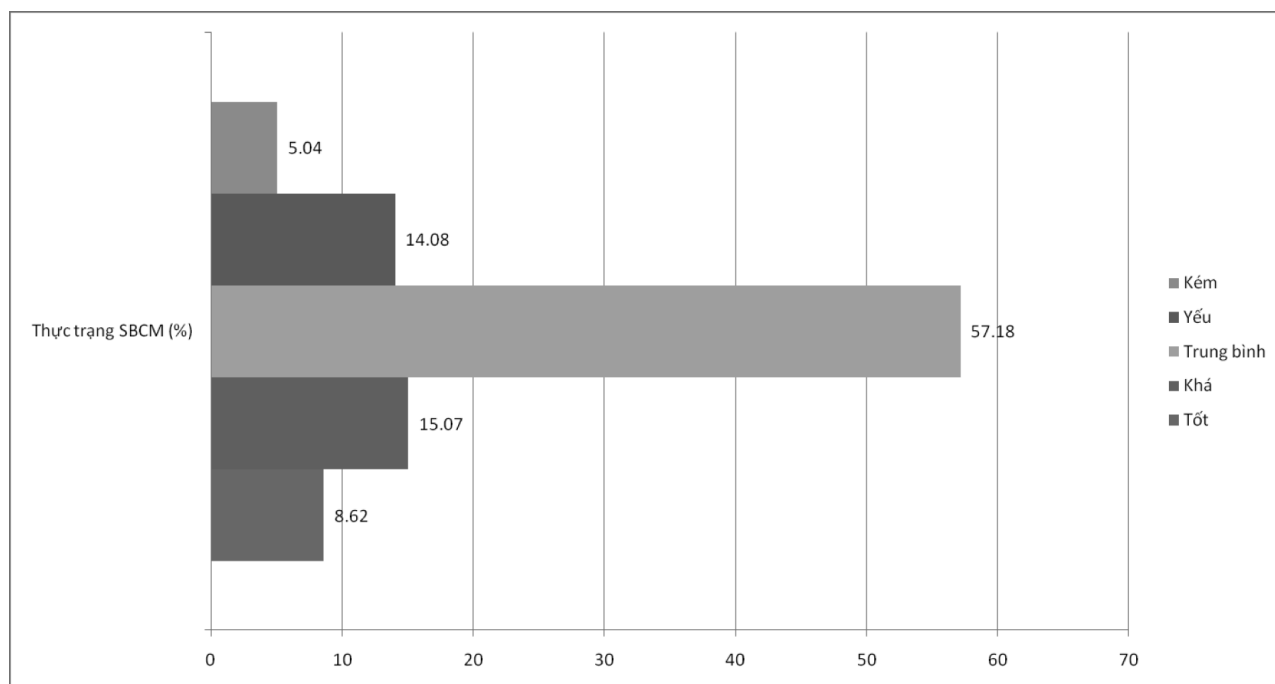
2.1 Thực trạng SBCM của SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN

Trên cơ sở xây dựng được các chỉ tiêu, tiêu chuẩn và bảng điểm đánh giá SBCM cho SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN, luận án tiến hành đánh giá thực trạng thể lực chuyên môn của đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 1:

Kết quả bảng 1 và biểu đồ 1 cho thấy, đánh giá phân loại thực trạng SBCM của lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN có sự chênh lệch lớn giữa 5 mức đánh giá, trong đó phân loại đánh giá trung bình các test kiểm tra ở mức tốt và khá chiếm thấp (trung bình các chỉ tiêu là 8.62% và 15.07%). Phân loại đánh giá mức trung bình chiếm nhiều nhất (trung bình các chỉ tiêu là 57.18%); còn nhiều SV ở mức phân loại yếu và kém (trung bình các chỉ tiêu là 14.08% và 5.04%).

Bảng 1. Kết quả kiểm tra SBCM của SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN

TT	Test	Phân loại (n = 155)									
		Tốt	%	Khá	%	Trung bình	%	Yếu	%	Kém	%
	Test chức năng:										
1	Chỉ số VO ₂ max (ml/phút/kg)	6	3.9	18	11.6	78	50.3	32	20.6	21	13.5
2	Chỉ số VC (lít)	7	4.5	21	13.5	79	51.0	33	21.3	15	9.7
3	Chỉ số HW (lần/phút)	6	3.9	9	5.8	130	83.9	10	6.5	0	0.0
4	Phản xạ đơn (ms)	15	9.7	31	20.0	88	56.8	17	11.0	4	2.6
5	Phản xạ phức (ms)	10	6.5	25	16.1	82	52.9	31	20.0	7	4.5
	Test chuyên môn:										
6	Chạy dẫn bóng tốc độ 50m x 3 lần (giây)	18	11.6	28	18.1	91	58.7	16	10.3	2	1.3
7	Chạy 30 m x 5 lần (giây)	21	13.5	29	18.7	86	55.5	14	9.0	5	3.2
8	Chạy con thoi 50m x 7 lần (giây)	22	14.2	30	19.4	89	57.4	14	9.0	0	0.0
9	Chạy sút bóng 10 quả liên tiếp vào cầu môn (quả)	16	10.3	23	14.8	88	56.8	16	10.3	12	7.7
10	Chạy 400m (giây)	19	12.3	27	17.4	92	59.4	14	9.0	3	1.9
11	Chạy cooper (chạy 12 phút/m)	7	4.5	16	10.3	72	46.5	43	27.7	17	11.0
	Trung bình	13	8.62	23	15.07	89	57.18	22	14.08	8	5.04


Biểu đồ 1. Phân loại thực trạng sức bền chuyên môn của SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN

Mức phân loại các chỉ tiêu cụ thể như sau:

Đối với các test chức năng:

Chỉ số VO₂ max (ml/phút/kg): phân loại đánh giá năng lực Oxy tối đa cho SV chuyên sâu bóng đá mức tốt và khá có tỷ lệ đạt thấp, lần lượt là 3.9% và

11.6%; tập trung chủ yếu ở mức trung bình đạt 50.3%; còn lại nhiều SV mức kém và yếu là 20.6% và 13.5%.

Chỉ số VC (lít): phân loại đánh giá lượng khí tối đa chuyển động trong phổi mức tốt và khá có tỷ lệ đạt

thấp lần lượt là 4.5% và 13.5%; chủ yếu ở mức mức trung bình đạt 51.0%; còn lại nhiều SV mức kém và yếu là 21.3% và 9.7%.

Chỉ số HW (lần/phút): phân loại đánh giá đáp ứng của hệ tim mạch, đặc biệt là tim với lượng vận động quy định cũng có mức mức tốt và khá là 3.9% và 5.8%; mức trung bình chiếm nhiều nhất là 8.3%; mức yếu còn 6.5%; không có SV ở mức kém (0.0%).

Phản xạ đơn (ms): phân loại đánh giá khả năng phản ứng với một loại kích thích mức tốt và khá có tỷ lệ nhiều hơn các chỉ số trước, lần lượt là 9.7% và 20.0%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 56.8%; còn nhiều SV mức kém và yếu là 11.0% và 2.6%.

Phản xạ phức (ms): phân loại đánh giá khả năng phản ứng lựa chọn với hai loại kích thích mức tốt và khá thấp hơn phản xạ đơn, lần lượt là 6.5% và 16.1%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 52.9%; Còn nhiều SV mức kém và yếu là 20.0% và 4.5%.

Đối với các test chuyên môn:

Chạy dẫn bóng tốc độ 50m x 3 lần (giây): phân loại đánh giá sức bền tốc độ (SBTD) và khả năng phối hợp vận động có mức tốt và khá thấp là 11.6% và 18.1%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 58.7%. Còn nhiều SV mức kém và yếu là 10.3% và 1.3%.

Chạy 30m x 5 lần (giây): phân loại đánh giá SBTD tương tự chỉ tiêu trên, có mức tốt và khá thấp là 13.5% và 18.7%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 55.5%. Còn nhiều SV mức kém và yếu là 9.0% và 3.2%.

Chạy con thoi 50m x 7 lần (giây): phân loại đánh giá SBTD, khéo léo và khả năng phối hợp vận động có mức tốt và khá thấp là 14.2% và 19.4%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 57.4%. Mức yếu là 9.0%. Không có SV mức kém (0.0%).

Chạy sút bóng 10 quả liên tiếp vào cầu môn (quả): phân loại đánh giá sức mạnh bền có mức tốt và khá thấp là 10.3% và 14.8%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất là 56.8%. Còn nhiều SV mức kém và yếu là 10.3% và 7.7%.

Chạy 400m (giây): phân loại đánh giá sức bền chung có mức tốt và khá thấp là 4.5% và 10.3%. Mức trung bình chiếm nhiều nhất nhưng chiếm chưa đến 50% sinh (46.5%). Có nhiều SV mức yếu so với các chỉ tiêu khác cùng mức (mức yếu) là 27.7%, cùng với đó mức kém chiếm tỷ lệ nhiều 1.9%.

Chạy cooper (chạy 12 phút/m): phân loại đánh giá sức bền vận động gắng sức tối đa có ít mức tốt và khá là 4.5% và 10.3%. Mức trung bình chiếm chủ yếu là 46.5%; Còn nhiều SV mức yếu và kém là 27.7% và 11.0%.

Kết quả phân loại các chỉ tiêu đánh giá SBCM của SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN chủ yếu ở mức trung bình (chiếm tỷ lệ ÷ 50% ở các chỉ tiêu), trong đó mức đánh giá tốt và khá chiếm ít (mức tốt < 15% ở chỉ tiêu cao nhất; mức khá < 20.0% ở chỉ tiêu cao nhất); ngược lại, nhiều SV còn ở mức yếu và kém (mức yếu có chỉ tiêu cao nhất lên tới 27.7%; mức kém cao nhất có chỉ tiêu lên tới 13.5%). Như vậy, với kết quả nghiên cứu này cần thiết phải có những bài tập để có thể phát triển SBCM cho SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN, đây là một trong những tố chất rất quan trọng trong huấn luyện và giảng dạy môn Bóng đá.

3. KẾT LUẬN

Kết quả kiểm tra SBCM của SV lớp chuyên sâu bóng đá trường ĐHBKHN theo phân loại đánh giá còn thấp, mức phân loại tốt chiếm thấp, chủ yếu là mức trung bình và còn nhiều mức yếu, kém.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Trần Đức Dũng (2007), *Giáo trình Bóng đá dành cho sinh viên các trường Đại học và Cao đẳng chuyên ngành Thể dục Thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Lưu quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (2003), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Trường Đại học Bách khoa Hà Nội (2011), *Chương trình GDTC - Giảng dạy chuyên sâu bóng đá trường Đại học Bách khoa Hà Nội*, Hà Nội.
5. Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (2010), *Giáo trình Bóng đá*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận án nghiên cứu của cùng tác giả. Luận án đã hoàn thành nhưng chưa bảo vệ trước hội đồng khoa học, với tên "Nghiên cứu ứng dụng các bài tập nhằm phát triển sức bền chuyên môn cho sinh viên lớp tự chọn chuyên sâu bóng đá trường Đại Học Bách Khoa Hà Nội"(2018)

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 23/5/2018; ngày phản biện đánh giá: 12/7/2018; ngày chấp nhận đăng: 15/8/2018)