

Xác định các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam sinh viên chuyên sâu cầu lông trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng

TS. Lê Tiến Hùng ■

TÓM TẮT:

Việc xác định các phương tiện kiểm tra đánh giá sức bền tốc độ (SBTD) của sinh viên (SV), vận động viên (VDV) cầu lông, làm cơ sở để các giáo viên (GV), huấn luyện 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 SBTD cho SV chuyên sâu cầu lông trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng (ĐHTD TTĐN).

Từ khóa: sức bền tốc độ; quá trình giảng dạy, sinh viên chuyên sâu cầu lông.

ABSTRACT:

Determine monitoring facilities to estimate student's badminton athlete's speed endurance as a basis for teachers, Coaches to adjust the teaching and training process is an interested studying issue. Our research result is elegant to pavilion test there is monitoring applied science underpinning sufficiency speed toughness measure give Da Nang sports and physical training to collegiate badminton indepth student.

Keywords: speed endurance, teaching process, Professional badminton student.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong cầu lông vấn đề huấn luyện tố chất thể lực (TCTL) chiếm vị trí đặc biệt quan trọng. Thành tích của VDV cầu lông phụ thuộc vào nhiều yếu tố: kỹ thuật, thể lực, tâm lý... và trình độ của đối phương. Vì vậy, hiệu quả của việc nâng cao SBTD chính là kết quả tổng hợp của những yếu tố trên.

Phát triển TCTL, đặc biệt là tố chất SBTD là cơ sở để tiếp thu và nắm vững kỹ thuật cầu lông, tiếp thu và vận dụng chiến thuật cầu lông 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 cầu lông chỉ có thể thực hiện được trên nền tảng thể lực chung và chuyên môn vững chắc.

Nâng cao SBTD 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 cầu lông nói chung và huấn luyện SBTD cho SV, VDV cầu lông 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 SV trong môn thể thao chuyên sâu qua từng giai đoạn đào tạo khác nhau. Chính vì vậy, vấn đề xác định các nội dung kiểm tra - đánh giá SBTD là yếu tố quan trọng cần thực hiện trước mỗi giai đoạn giảng dạy - huấn luyện. Xuất phát từ những lý do trên đề tài tiến hành nghiên cứu: **"Xác định các test đánh giá SBTD cho nam SV chuyên sâu cầu lông trường ĐHTD TTĐN"**.

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn toạ đàm, kiểm tra tư phạm, toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bằng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu và phương pháp phỏng vấn toạ đàm, đề tài đã lựa chọn được 7 test chuyên môn ứng dụng trong đánh giá SBTD cho SV chuyên sâu cầu lông (CSCL) trường ĐHTD TTĐN (với 75.00% ý kiến trở lên lựa chọn, trong đó trên 50.00% ý kiến lựa chọn xếp ở mức độ rất quan trọng), các test bao gồm:

- Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)
- Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)

- Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)
- Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).
- Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s).
- Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)
- Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)

2.1. Xác định tính thông báo hệ thống các test đánh giá SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN

Để xác định tính thông báo của các chỉ tiêu, test đã lựa chọn, đề tài tiến hành xác định mối tương quan giữa các chỉ tiêu, các test đã lựa chọn với kết quả học tập nội dung thực hành môn Cầu lông 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 ĐHTDTTĐN). Đề tài đã tiến hành kiểm tra sơ bộ trên đối tượng nghiên cứu (50 nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN các khoá cao đẳng 5, 6 và 7) ở nhóm theo dõi ngang (nhóm quan trắc sơ phạm) theo từng năm học (từ năm thứ nhất đến năm thứ ba trong chương trình đào tạo) ở 07 test đã lựa chọn. Kết quả về mối quan hệ nêu trên được trình bày ở bảng 1 và 2.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 và 2 cho thấy:

- Có 6/7 test đã lựa chọn ở đối tượng nghiên cứu đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính

thông báo ($|r| > 0.6$ với $p < 0.05$) có thể ứng dụng trong thực tiễn đánh giá khả năng SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN (các test có kết quả được in đậm ở bảng 4.3), còn lại 01 test thể hiện mối tương quan yếu ($|r| < 0.6$ với $p > 0.05$), do đó test này không đạt đủ tính thông báo để ứng dụng trong đánh giá SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN (test di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s)).

- Mức độ tương quan giữa các test với kết quả học tập thực hành của đối tượng nghiên cứu đều tăng theo năm học. Mức độ tương quan của các test với thành tích thi đấu của đối tượng nghiên cứu ở năm học thứ ba chặt hơn so với năm thứ hai và năm thứ nhất. Điều này cũng phù hợp với kết quả nghiên cứu của các công trình nghiên cứu về vấn đề này của các tác giả trong và ngoài nước.

Từ những kết quả nghiên cứu nêu trên, đề tài đã lựa chọn được hệ thống các test đủ giá trị thông báo để tiếp tục nghiên cứu về độ tin cậy của chúng, bao gồm 06 test sau:

- Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)
- Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)
- Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)
- Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).
- Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)

Bảng 1. Kết quả kiểm tra các test đánh giá SBTĐ của nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		
		Năm thứ nhất (n = 18)	Năm thứ hai (n = 17)	Năm thứ ba (n = 15)
1	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	63.01 $\pm$ 2.84	61.02 $\pm$ 2.75	59.02 $\pm$ 2.66
2	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	62.97 $\pm$ 2.83	60.86 $\pm$ 2.74	58.74 $\pm$ 2.64
3	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	70.11 $\pm$ 4.56	66.93 $\pm$ 4.03	63.75 $\pm$ 3.51
4	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).	72.59 $\pm$ 3.27	70.30 $\pm$ 3.16	68.01 $\pm$ 3.06
5	Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s).	22.16 $\pm$ 1.86	21.13 $\pm$ 1.78	20.09 $\pm$ 1.77
6	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	14.33 $\pm$ 0.93	15.11 $\pm$ 0.98	15.89 $\pm$ 1.03
7	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)	82.81 $\pm$ 5.38	78.91 $\pm$ 5.13	75.01 $\pm$ 4.88

Bảng 2. Mối tương quan giữa các test đánh giá SBTĐ với kết quả học tập thực hành môn Cầu lông của nam SV CSCL trường

TT	Test	Hệ số tương quan (r)		
		Năm thứ nhất (n = 18)	Năm thứ hai (n = 17)	Năm thứ ba (n = 15)
1	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	0.766	0.803	0.839
2	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	0.749	0.790	0.874
3	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	0.753	0.801	0.811
4	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).	0.763	0.804	0.884
5	Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s).	0.365	0.411	0.479
6	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	0.743	0.779	0.814
7	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)	0.784	0.802	0.818

Bảng 3. Kết quả xác định độ tin cậy của hệ thống các test đánh giá SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN

TT	Các test kiểm tra	Năm thứ nhất (n = 18)		Hệ số tương quan (r)	Năm thứ hai (n = 17)		Hệ số tương quan (r)	Năm thứ ba (n = 15)		Hệ số tương quan (r)
		Lần 1 $\bar{x} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{x} \pm \delta$		Lần 1 $\bar{x} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{x} \pm \delta$		Lần 1 $\bar{x} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{x} \pm \delta$	
1	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	63.01 ± 2.84	63.77 ± 2.87	0.853	61.02 ± 2.75	61.75 ± 2.78	0.861	59.02 ± 2.66	59.73 ± 2.69	0.862
2	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	62.97 ± 2.83	63.73 ± 2.87	0.855	60.86 ± 2.74	61.59 ± 2.77	0.855	58.74 ± 2.64	59.45 ± 2.68	0.814
3	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	70.11 ± 4.56	69.56 ± 4.61	0.801	66.93 ± 4.03	67.74 ± 4.08	0.832	63.75 ± 3.51	63.25 ± 3.55	0.811
4	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).	72.59 ± 3.27	73.47 ± 3.31	0.841	70.30 ± 3.16	71.15 ± 3.20	0.846	68.01 ± 3.06	68.83 ± 3.10	0.865
5	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sỏi cầu 1 phút (lần)	14.33 ± 0.93	14.50 ± 0.94	0.862	15.11 ± 0.98	15.29 ± 0.99	0.833	15.89 ± 1.03	16.08 ± 1.05	0.863
6	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sỏi cầu 10 lần (s)	82.81 ± 5.38	83.81 ± 5.45	0.806	78.91 ± 5.13	79.86 ± 5.19	0.897	75.01 ± 4.88	75.92 ± 4.93	0.807

- Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sỏi cầu 10 lần (s)

2.2. Xác định độ tin cậy của hệ thống các test đánh giá SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN

Nhằm mục đích xác định độ tin cậy của hệ thống các test đã qua khảo nghiệm tính thông báo để đánh giá SBTĐ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN, 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 04/2006. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 3.

Từ kết quả thu được ở bảng 3 cho thấy: cả 06 test đã qua kiểm tra tính thông báo ở các năm học thứ nhất, thứ hai và thứ ba 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 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 SBTĐ của đối tượng nghiên cứu.

3. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được hệ thống 06 chỉ tiêu, test xác định trong huấn luyện và đánh giá sức bền tốc độ cho nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN, bao gồm:

- Di chuyển tiến lùi 15 lần (s).
- Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s).
- Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s).
- Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).
- Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sỏi cầu 1 phút (lần).
- Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sỏi cầu 10 lần (s).

Các test lựa chọn trên đây đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, có thể sử dụng để đánh giá SBTĐ của nam SV CSCL trường ĐHTDTTĐN.

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. Goikhoiman 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. Bành Mỹ Lệ, Hậu Chính Khánh (1997), *Cầu lông*, Dịch: Lê Đức Chương, Nxb TDTT, Hà Nội 2000.
5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Lê Tiến Hùng (2008): "Nghiên cứu lựa chọn một số bài tập nhằm phát triển SBTĐ cho nam SV CSCL trường Đại học TDTT Đà Nẵng" Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 15/12/2018; ngày phản biện đánh giá: 12/1/2019; ngày chấp nhận đăng: 4/2/2019)