

Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu cho nam vận động viên điền kinh (nội dung cự ly ngắn)

PGS.TS. Nguyễn Danh Hoàng Việt; ThS. Nguyễn Thị Hồng Liên

TÓM TẮT:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 17 test tuyển chọn ban đầu cho nam vận động viên (VĐV) điền kinh (nội dung cự ly ngắn - CLN). Trên cơ sở đó, tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN).

Từ khoá: điền kinh, cự ly ngắn, tuyển chọn ban đầu, tiêu chuẩn tuyển chọn...

ABSTRACT:

Using routine scientific research methods to select 17 initial selection tests for Athletic male athletes (short distance). Whereby, building initial selection for Athletic male athletes (short distance).

Keywords: athletics, short distance, initial selection, selection criteria...



(Ảnh minh họa)

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tầm quan trọng của công tác tuyển chọn VĐV là xác định được năng lực thực tế một cách trực tiếp hay gián tiếp từ đó đưa ra dự báo thành tích tương lai của VĐV. Mục đích của công tác tuyển chọn là nhằm phát triển những tài năng thể thao, nâng cao hiệu quả quá trình huấn luyện góp phần đưa thành tích thể thao lên những đỉnh cao mới. Hiện nay, việc đào tạo lực lượng VĐV trẻ môn điền kinh đã được tiến hành có hệ thống, liên tục trong nhiều năm qua tại các địa phương và các trung tâm huấn luyện quốc gia.

Trên cơ sở phân tích về tầm quan trọng và tính bức thiết của vấn đề, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN).

Để giải quyết các nội dung nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: tổng hợp tư liệu tham khảo, phỏng vấn, quan sát sự phạm, điều tra, khảo sát, kiểm tra y học (chức năng), kiểm tra tâm lý, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Phỏng vấn lựa chọn test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN)

Để tuyển chọn VĐV phụ thuộc vào nhiều yếu tố, các chỉ tiêu về chuyên môn, chức năng tâm sinh lý là một trong những yếu tố được xác định rất quan trọng trong quá trình tuyển chọn VĐV ban đầu.

Để lựa chọn được những chỉ tiêu nhằm xây dựng được những tiêu chuẩn phù hợp trong tuyển chọn VĐV điền kinh (nội dung CLN) đề tài dựa trên những nguyên tắc sau:

- *Nguyên tắc 1:* các test lựa chọn phải đánh giá được toàn diện về mặt thể lực, tâm lý, y học, kỹ thuật, chiến thuật.

- *Nguyên tắc 2:* việc lựa chọn các test phải đảm bảo độ tin cậy và mang tính thông tin cần thiết của đối tượng nghiên cứu. Nói cách khác, việc thực hiện nguyên tắc này là việc lựa chọn các test nhằm đánh giá toàn diện các năng lực sinh lý, tâm lý và chuyên môn.

- Nguyên tắc 3: các test lựa chọn phải là tiêu chuẩn đánh giá cụ thể, có hình thức tổ chức, cách thức tiến hành kiểm tra đánh giá, đơn giản phù hợp với điều kiện thực tiễn của công tác tuyển chọn VĐV giai đoạn ban đầu.

Từ những cơ sở trên, thông qua tham khảo nhiều tài liệu chuyên môn chúng tôi tổng hợp 35 chỉ tiêu và tiến hành phỏng vấn chuyên gia, nhà khoa học, huấn luyện viên về những chỉ tiêu trên.

Thông qua kết quả phỏng vấn đã lựa chọn ra được 17 test có tổng điểm quy đổi đạt từ 80% trở lên, cụ thể là:

Các test kiểm tra về hình thái (3 test):

1. Chiều cao (cm)
2. Cân nặng (kg)
3. Chỉ số BMI (kg/m²)

Các test kiểm tra chức năng (5 test):

1. Chỉ số công năng tim
2. Loại hình thần kinh
3. Phản xạ đơn (ms)
4. Phản xạ phức (ms)
5. Chỉ số dung tích sống (ml)

Các test kiểm tra chuyên môn (9 test):

1. Chạy 30m XPC (s)
2. Chạy 30m tốc độ cao (s)
3. Chạy 60m XPC (s)
4. Chạy 100m (s)
5. Chạy 200m (s)
6. Chạy 400m (s)
7. Tần số bước chạy 30m (bước chạy/s)
8. Bật xa tại chỗ (cm)
9. Lực lưng (kg)

2.2. Xác định độ tin cậy và tính thông báo của test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN)

Xác định độ tin cậy của các test đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành bằng phương pháp hệ số tương quan cặp qua hai lần kiểm tra (retest). Thời gian kiểm tra lần 1 cách lần 2 sau 03 ngày, với các điều kiện như nhau về các test, phương pháp, đối tượng, quy trình thực hiện, địa điểm... Các test có hệ số tương quan $r > 0.7$ với $p < 0.05$ là đủ độ tin cậy để sử dụng, ngược lại test có hệ số tương quan $r < 0.7$ với $p > 0.05$ là không đủ độ tin cậy để sử dụng. Kết quả kiểm tra trình bày tại bảng 1, 2 và 3.

Như vậy, qua các bước xác định mối tương quan

Bảng 1. Xác định mối tương quan giữa hai lần lập test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 9

TT	Các Test	Nam (n = 12)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	138.5 $\pm$ 2.12	138.5 $\pm$ 2.12	0.845
2	Cân nặng (kg)	32.5 $\pm$ 0.59	32.5 $\pm$ 0.59	0.849
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.94 $\pm$ 0.34	16.94 $\pm$ 0.34	0.865
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	12.9 $\pm$ 0.36	12.2 $\pm$ 0.35	0.875
5	Loại hình thần kinh	3.25 $\pm$ 0.56	3.22 $\pm$ 0.54	0.849
6	Phản xạ đơn (ms)	224.3 $\pm$ 3.76	285.1 $\pm$ 3.45	0.835
7	Phản xạ phức (ms)	338.5 $\pm$ 3.67	336.5 $\pm$ 3.74	0.847
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	192.5 $\pm$ 2.34	191.5 $\pm$ 2.38	0.885
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.68 $\pm$ 0.21	4.67 $\pm$ 0.26	0.865
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.21 $\pm$ 0.22	4.22 $\pm$ 0.22	0.844
11	Chạy 60m XPC (s)	9.52 $\pm$ 0.75	9.53 $\pm$ 0.76	0.865
12	Chạy 100m (s)	16.14 $\pm$ 0.88	16.13 $\pm$ 0.86	0.895
13	Chạy 200m (s)	31.45 $\pm$ 1.02	31.47 $\pm$ 1.01	0.847
14	Chạy 400m (s)	82.52 $\pm$ 1.25	82.53 $\pm$ 1.21	0.865
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	32 $\pm$ 1.18	32 $\pm$ 1.13	0.863
16	Bật xa tại chỗ (cm)	178.5 $\pm$ 3.36	179.6 $\pm$ 3.32	0.855
17	Lực lưng (kg)	28.5 $\pm$ 1.34	28.6 $\pm$ 1.37	0.895

Bảng 2. Xác định mối tương quan giữa hai lần lập test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 10

TT	Các Test	Nam (n = 19)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	143.8 $\pm$ 2.22	143.8 $\pm$ 2.12	0.846
2	Cân nặng (kg)	34.1 $\pm$ 0.48	34.1 $\pm$ 0.59	0.879
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.49 $\pm$ 0.34	16.96 $\pm$ 0.34	0.868
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	12.3 $\pm$ 0.46	12.1 $\pm$ 0.48	0.874
5	Loại hình thần kinh	3.29 $\pm$ 0.51	3.28 $\pm$ 0.5	0.839
6	Phản xạ đơn (ms)	215.5 $\pm$ 3.16	214.8 $\pm$ 3.47	0.838
7	Phản xạ phức (ms)	328.5 $\pm$ 3.25	327.5 $\pm$ 3.24	0.857
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	198.5 $\pm$ 2.33	199.5 $\pm$ 2.34	0.889
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.52 $\pm$ 0.24	4.51 $\pm$ 0.25	0.875
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.08 $\pm$ 0.27	4.06 $\pm$ 0.25	0.874
11	Chạy 60m XPC (s)	9.23 $\pm$ 0.75	9.24 $\pm$ 0.76	0.895
12	Chạy 100m (s)	15.23 $\pm$ 0.88	15.22 $\pm$ 0.87	0.891
13	Chạy 200m (s)	30.33 $\pm$ 0.84	30.36 $\pm$ 0.85	0.837
14	Chạy 400m (s)	78.11 $\pm$ 1.21	78.13 $\pm$ 1.22	0.847
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	31 $\pm$ 1.11	31 $\pm$ 1.12	0.884
16	Bật xa tại chỗ (cm)	181.5 $\pm$ 3.36	181.8 $\pm$ 3.34	0.858
17	Lực lưng (kg)	31.1 $\pm$ 1.31	31.2 $\pm$ 1.32	0.845

Bảng 3. Xác định mối tương quan giữa hai lần lập test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 11

TT	Các Test	Nam (n = 19)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	143.8 $\pm$ 2.22	143.8 $\pm$ 2.12	0.846
2	Cân nặng (kg)	34.1 $\pm$ 0.48	34.1 $\pm$ 0.59	0.879
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.49 $\pm$ 0.34	16.96 $\pm$ 0.34	0.868
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	12.3 $\pm$ 0.46	12.1 $\pm$ 0.48	0.874
5	Loại hình thần kinh	3.29 $\pm$ 0.51	3.28 $\pm$ 0.5	0.839
6	Phản xạ đơn (ms)	215.5 $\pm$ 3.16	214.8 $\pm$ 3.47	0.838
7	Phản xạ phức (ms)	328.5 $\pm$ 3.25	327.5 $\pm$ 3.24	0.857
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	198.5 $\pm$ 2.33	199.5 $\pm$ 2.34	0.889
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.52 $\pm$ 0.24	4.51 $\pm$ 0.25	0.875
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.08 $\pm$ 0.27	4.06 $\pm$ 0.25	0.874
11	Chạy 60m XPC (s)	9.23 $\pm$ 0.75	9.24 $\pm$ 0.76	0.895
12	Chạy 100m (s)	15.23 $\pm$ 0.88	15.22 $\pm$ 0.87	0.891
13	Chạy 200m (s)	30.33 $\pm$ 0.84	30.36 $\pm$ 0.85	0.837
14	Chạy 400m (s)	78.11 $\pm$ 1.21	78.13 $\pm$ 1.22	0.847
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	31 $\pm$ 1.11	31 $\pm$ 1.12	0.884
16	Bật xa tại chỗ (cm)	181.5 $\pm$ 3.36	181.8 $\pm$ 3.34	0.858
17	Lực lưng (kg)	31.1 $\pm$ 1.31	31.2 $\pm$ 1.32	0.845

Bảng 4. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 9

TT	Đối tượng Các Test	Nam (n = 12)				
		Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái					
1	Chiều cao (cm)	≥ 142.74	140.62-142.73	138.5-140.61	136.38-138.4	≤ 136.37
2	Cân nặng (kg)	≥ 33.68	33.09-33.67	32.5-33.1	31.91-32.4	≤ 31.90
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	≥ 17.62	17.28-17.61	16.94-17.29	16.60-32.4	≤ 15.99
	Về chức năng					
4	Chỉ số công năng tim	≤ 12.18	12.19-12.54	12.55-12.90	12.91-13.26	≥ 13.27
5	Loại hình thần kinh	≥ 4.37	3.81-12.54	3.25-3.81	2.69-3.24	≤ 2.68
6	Phản xạ đơn (ms)	≥ 216.78	228.06-216.78	224.3-228.05	231.82-224.2	≤ 231.81
7	Phản xạ phức (ms)	≥ 331.16	342.17-331.16	338.5-342.16	345.84-338.4	≤ 345.83
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	≥ 197.18	194.84-197.18	192.5-194.83	190.16-192.4	≤ 190.15
	Về chuyên môn					
9	Chạy 30m XPC (s)	≤ 4.26	4.27-4.47	4.48-4.68	4.67-4.89	≥ 4.90
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	≤ 3.77	3.78-3.99	4.0-4.21	4.22-4.43	≥ 4.44
11	Chạy 60m XPC (s)	≤ 8.02	8.03-8.77	8.78-9.52	9.53-10.27	≥ 10.28
12	Chạy 100m (s)	≤ 14.38	14.39-15.26	15.27-16.14	16.15-17.02	≥ 17.03
13	Chạy 200m (s)	≤ 29.41	29.42-30.43	30.44-31.45	31.46-32.47	≥ 32.48
14	Chạy 400m (s)	≤ 80.02	80.03-81.27	81.28-82.52	82.53-83.77	≥ 83.78
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	≤ 29.64	29.65-30.82	30.83-32.0	32.1-33.18	≥ 33.19
16	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 185.22	181.86-185.21	178.5-181.85	175.14-178.4	≤ 175.13
17	Lực lưng (kg)	≥ 31.18	29.84-31.17	28.5-29.83	27.16-28.4	≤ 27.15

Bảng 5. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 10

TT	Đối tượng Các Test	Nam (n = 19)				
		Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái					
1	Chiều cao (cm)	≥ 148.24	146.02-148.23	143.8-146.01	141.58-143.7	≤ 141.57
2	Cân nặng (kg)	≥ 35.06	34.58-35.05	34.1-34.57	33.62-34.0	≤ 33.61
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	≥ 17.17	16.83-17.16	16.49-16.82	16.15-16.48	≤ 16.14
	Về chức năng					
4	Chỉ số công năng tim	≤ 11.38	11.39-11.84	11.85-12.3	12.4-12.76	≥ 12.77
5	Loại hình thần kinh	≥ 4.31	3.80-4.30	3.29-3.79	2.78-3.28	≤ 2.77
6	Phản xạ đơn (ms)	≥ 209.18	218.66-209.17	215.5-218.65	221.82-215.4	≤ 221.81
7	Phản xạ phức (ms)	≥ 322.00	331.75-321.9	328.5-331.74	335.00-328.4	≤ 334.9
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	≥ 203.16	200.83-203.15	198.5-200.82	196.17-198.4	≤ 196.16
	Về chuyên môn					
9	Chạy 30m XPC (s)	≤ 4.04	4.05-4.28	4.29-4.52	4.53-4.76	≥ 4.77
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	≤ 3.54	3.55-3.81	3.82-4.08	4.09-4.35	≥ 4.36
11	Chạy 60m XPC (s)	≤ 7.73	7.74-8.48	8.49-9.23	9.24-9.98	≥ 9.99
12	Chạy 100m (s)	≤ 13.47	13.48-14.35	14.36-15.23	15.24-16.11	≥ 16.12
13	Chạy 200m (s)	≤ 28.65	28.66-29.49	29.50-30.33	30.34-31.17	≥ 31.18
14	Chạy 400m (s)	≤ 75.69	75.7-76.90	76.91-78.11	78.12-79.32	≥ 79.33
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	≤ 28.78	28.79-29.89	29.90-31.0	31.1-32.11	≥ 32.12
16	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 188.22	184.86-188.21	181.5-184.87	178.14-181.4	≤ 178.13
17	Lực lưng (kg)	≥ 33.72	32.41-33.71	31.1-32.40	29.79-31.0	≤ 29.78

Bảng 6. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) lứa tuổi 11

TT	Các Test	Đối tượng	Nam (n = 14)				
			Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái						
1	Chiều cao (cm)		≥ 154.48	151.64-154.47	148.8-151.63	145.96-148.7	≤ 145.95
2	Cân nặng (kg)		≥ 39.46	38.98-39.45	38.5-38.97	38.02-38.4	≤ 38.01
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)		≥ 18.07	17.73-18.06	17.39-17.72	17.05-17.38	≤ 17.04
	Về chức năng						
4	Chỉ số công năng tim		≤ 10.93	10.94-11.44	11.45-11.95	11.96-12.46	≥ 12.47
5	Loại hình thần kinh		≥ 4.69	4.18-4.68	3.67-4.17	3.16-3.66	≤ 3.15
6	Phản xạ đơn (ms)		≥ 199.02	208.74-199.01	205.5-208.73	211.98-205.4	≤ 211.97
7	Phản xạ phức (ms)		≥ 304.66	314.92-304.65	311.5-314.91	318.34-311.4	≤ 318.33
8	Chỉ số dung tích sống (ml)		≥ 213.16	210.83-213.15	208.5-210.82	206.17-208.4	≤ 206.16
	Về chuyên môn						
9	Chạy 30m XPC (s)		≤ 3.59	4.0-3.86	3.87-4.13	4.14-4.40	≥ 4.41
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)		≤ 3.39	3.4-3.67	3.68-3.95	3.96-4.23	≥ 4.24
11	Chạy 60m XPC (s)		≤ 7.97	7.98-8.42	8.43-8.87	8.88-9.32	≥ 9.33
12	Chạy 100m (s)		≤ 13.15	13.16-13.67	13.68-14.19	14.20-14.71	≥ 14.72
13	Chạy 200m (s)		≤ 28.55	28.56-29.19	29.20-29.83	29.84-30.47	≥ 30.46
14	Chạy 400m (s)		≤ 72.09	72.1-73.30	73.31-74.51	74.52-75.72	≥ 75.73
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)		≤ 27.78	27.79-28.89	28.90-30	30.0-31.11	≥ 31.12
16	Bật xa tại chỗ (cm)		≥ 192.32	188.91-192.31	185.5-188.90	182.09-185.4	≤ 182.08
17	Lực lưng (kg)		≥ 37.90	36.70-37.89	35.5-36.69	34.30-35.49	≤ 34.29

giữa của các test kiểm tra tuyển chọn ban đầu, đều đạt độ tin cậy cần thiết trên đối tượng nghiên cứu với $r \geq 0.8$, thỏa mãn yêu cầu đặt ra có $r \geq 0.70$ ở ngưỡng $p < 0.05$ và được lựa chọn tham gia các thử nghiệm tiếp theo của đề tài.

2.3. Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN)

Sau khi xử lý phương pháp toán học thống kê và xác định được độ tin cậy và tính thông báo của các chỉ tiêu lựa chọn qua phỏng vấn, đề tài tiến hành nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cho các test lựa chọn trên kết quả của lần lập test thứ nhất.

Như vậy, để tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) cần thực hiện theo các bước:

1. Xác định tuổi của VĐV và tìm bảng điểm đánh

giá theo lứa tuổi tương ứng.

2. Xác định chỉ tiêu đánh giá tra cứu (đảm bảo điều kiện lập test yêu cầu).

3. Xác định mức phân loại của từng chỉ tiêu bằng cách đối chiếu kết quả lập test với các giá trị tương ứng trong tiêu chuẩn phân loại.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn được 17 test tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo về hình thái, chức năng và thể lực chuyên môn. Đồng thời, xây dựng được 3 bảng tiêu chuẩn phân loại tuyển chọn ban đầu cho nam VĐV điền kinh (nội dung CLN) theo 5 mức: tốt, khá, trung bình, yếu và kém.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Đại Dương và cộng sự (2006), *Điền kinh*, Nxb TDTT Hà Nội
2. Bùi Quang Hải và cộng sự (2009), *Giáo trình tuyển chọn tài năng thể thao*, Nxb TDTT, HN.
3. Nguyễn Quang Hưng, Nguyễn Đại Dương (2002), *Chạy cự ly ngắn, biên dịch từ tài liệu nước ngoài*, Nxb TDTT Hà Nội.
4. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2007), *Giáo trình Đo lường thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài khoa học có tên: "Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV các môn cá nhân (môn điền kinh và thể dục dụng cụ)".

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 28/4/2019; ngày phản biện đánh giá: 14/6/2019; ngày chấp nhận đăng: 9/7/2019)