

Xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu cho nữ 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 nữ 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 nữ VĐV điền kinh nội dung CLN.

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

ABSTRACT:

Using the routine scientific research methods have selected 17 initial selection tests for female athletes (short distance content). On that basis, build standards for initial selection for athletic female athletes (short distance content).

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

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Điền kinh là một trong 10 môn thể thao được đầu tư trọng điểm loại 1 của thể thao Việt Nam. Điền kinh là môn thi chính thức trong tất cả các kỳ đại hội lớn và cũng là môn thể thao có nhiều bộ huy chương nhất trong số các môn thi đấu tại mỗi kỳ đại hội.

Hiện nay các nhà quản lý thể thao, các HLV nói chung và HLV môn Điền kinh nói riêng đều rất quan tâm đến việc đào tạo, xây dựng đội ngũ VĐV trẻ có đủ trình độ kế cận các VĐV đàn anh, điều này đòi hỏi việc tìm tòi sáng tạo để hoàn chỉnh quy trình đào tạo VĐV mang tính khoa học với tất cả các môn thể thao, trong đó quy trình tuyển chọn VĐV ban đầu là một khâu mang tính chất quyết định.

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 nữ 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 nữ 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.

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, HLV về những chỉ tiêu trên.

Qua kết quả phỏng vấn các chuyên gia 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/m^2)

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 nữ 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

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

TT	Các Test	Nữ (n=14)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	135.6 $\pm$ 2.03	135.6 $\pm$ 2.02	0.872
2	Cân nặng (kg)	33.5 $\pm$ 0.45	33.5 $\pm$ 0.45	0.834
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.95 $\pm$ 0.54	17.95 $\pm$ 0.54	0.857
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	13.4 $\pm$ 0.39	12.2 $\pm$ 0.35	0.839
5	Loại hình thần kinh	3.15 $\pm$ 0.64	3.17 $\pm$ 0.62	0.847
6	Phản xạ đơn (ms)	286.5 $\pm$ 3.57	285.1 $\pm$ 3.45	0.849
7	Phản xạ phức (ms)	344.2 $\pm$ 3.84	344.5 $\pm$ 3.74	0.885
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	170.5 $\pm$ 2.39	191.5 $\pm$ 2.38	0.865
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.74 $\pm$ 0.34	4.77 $\pm$ 0.26	0.885
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.33 $\pm$ 0.25	4.32 $\pm$ 0.22	0.895
11	Chạy 60m XPC (s)	9.58 $\pm$ 0.76	9.57 $\pm$ 0.79	0.875
12	Chạy 100m (s)	16.64 $\pm$ 0.72	16.63 $\pm$ 0.86	0.865
13	Chạy 200m (s)	31.72 $\pm$ 1.02	31.71 $\pm$ 1.01	0.835
14	Chạy 400m (s)	85.65 $\pm$ 1.29	85.63 $\pm$ 1.22	0.895
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	33 $\pm$ 1.18	33 $\pm$ 1.13	0.875
16	Bật xa tại chỗ (cm)	174.5 $\pm$ 3.48	174.6 $\pm$ 3.32	0.865
17	Lực lưng (kg)	25.5 $\pm$ 1.52	25.3 $\pm$ 1.49	0.844

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

TT	Các Test	Nữ (n=15)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	140.5 $\pm$ 2.22	140.5 $\pm$ 2.12	0.846
2	Cân nặng (kg)	34.1 $\pm$ 0.48	32.5 $\pm$ 0.59	0.879
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.9 $\pm$ 0.34	17.4 $\pm$ 0.34	0.868
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	12.9 $\pm$ 0.36	12.8 $\pm$ 0.35	0.859
5	Loại hình thần kinh	3.21 $\pm$ 0.58	3.22 $\pm$ 0.57	0.877
6	Phản xạ đơn (ms)	266.3 $\pm$ 3.71	245.1 $\pm$ 3.35	0.889
7	Phản xạ phức (ms)	335.5 $\pm$ 3.64	324.5 $\pm$ 3.64	0.855
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	187.5 $\pm$ 2.35	188.5 $\pm$ 2.37	0.865
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.71 $\pm$ 0.36	4.7 $\pm$ 0.34	0.885
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.32 $\pm$ 0.26	4.31 $\pm$ 0.25	0.845
11	Chạy 60m XPC (s)	9.78 $\pm$ 0.68	9.76 $\pm$ 0.67	0.875
12	Chạy 100m (s)	17.14 $\pm$ 0.67	17.13 $\pm$ 0.86	0.865
13	Chạy 200m (s)	31.68 $\pm$ 1.02	31.67 $\pm$ 1.02	0.875
14	Chạy 400m (s)	81.35 $\pm$ 1.25	81.34 $\pm$ 1.21	0.864
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	32 $\pm$ 1.18	32 $\pm$ 1.13	0.875
16	Bật xa tại chỗ (cm)	179.5 $\pm$ 3.34	180.5 $\pm$ 3.33	0.874
17	Lực lưng (kg)	26.5 $\pm$ 1.42	26.3 $\pm$ 1.43	0.855

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 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 nữ 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 chỉ tiêu lựa chọn trên kết quả của lần lập test thứ nhất. Cụ thể việc xây dựng

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

TT	Các Test	Nữ (n = 13)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
	Về hình thái			
1	Chiều cao (cm)	147.5 $\pm$ 2.91	147.5 $\pm$ 2.91	0.875
2	Cân nặng (kg)	38.1 $\pm$ 0.48	38.1 $\pm$ 0.48	0.874
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.51 $\pm$ 0.34	17.51 $\pm$ 0.34	0.855
	Về chức năng			
4	Chỉ số công năng tim	12.32 $\pm$ 0.54	12.33 $\pm$ 0.53	0.891
5	Loại hình thần kinh	3.68 $\pm$ 0.53	3.69 $\pm$ 0.56	0.837
6	Phản xạ đơn (ms)	213.5 $\pm$ 3.41	214.5 $\pm$ 3.48	0.847
7	Phản xạ phức (ms)	317.6 $\pm$ 3.46	316.6 $\pm$ 3.43	0.875
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	195.6 $\pm$ 2.56	196.6 $\pm$ 2.54	0.864
	Về chuyên môn			
9	Chạy 30m XPC (s)	4.26 $\pm$ 0.26	4.25 $\pm$ 0.28	0.838
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	4.14 $\pm$ 0.29	4.13 $\pm$ 0.25	0.857
11	Chạy 60m XPC (s)	9.42 $\pm$ 0.58	9.41 $\pm$ 0.52	0.889
12	Chạy 100m (s)	16.58 $\pm$ 0.61	16.57 $\pm$ 0.63	0.876
13	Chạy 200m (s)	31.24 $\pm$ 0.85	31.23 $\pm$ 0.88	0.861
14	Chạy 400m (s)	77.68 $\pm$ 0.91	77.67 $\pm$ 0.93	0.847
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	31 $\pm$ 1.02	31 $\pm$ 1.03	0.852
16	Bật xa tại chỗ (cm)	182.3 $\pm$ 3.21	182.5 $\pm$ 3.24	0.868
17	Lực lưng (kg)	33.5 $\pm$ 1.03	34.1 $\pm$ 1.08	0.872

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

TT	Các Test	Đối tượng	Nữ (n = 10)				
			Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái						
1	Chiều cao (cm)	≥ 139.64	137.62 - 139.63	135.6 - 137.61	133.58 - 135.5	≤ 133.57	
2	Cân nặng (kg)	≥ 34.40	33.95 - 34.39	33.5 - 33.94	33.05 - 33.4	≤ 33.04	
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	≥ 19.03	18.49 - 19.02	17.95 - 18.48	17.41 - 17.94	≤ 17.40	
	Về chức năng						
4	Chỉ số công năng tim	≤ 12.62	12.63 - 13.01	13.02 - 13.4	13.5 - 13.79	≥ 13.80	
5	Loại hình thần kinh	≥ 4.43	3.79 - 4.42	3.15 - 3.78	2.51 - 3.14	≤ 2.50	
6	Phản xạ đơn (ms)	≥ 279.36	290.07 - 279.35	286.5 - 290.06	293.64 - 286.4	≤ 293.63	
7	Phản xạ phức (ms)	≥ 336.52	348.04 - 336.51	344.2 - 348.03	351.88 - 344.1	≤ 351.87	
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	≥ 175.28	172.89 - 175.27	170.5 - 172.88	168.11 - 170.4	≤ 168.10	
	Về chuyên môn						
9	Chạy 30m XPC (s)	≤ 4.06	4.07 - 4.40	4.41 - 4.74	4.73 - 5.08	≥ 5.09	
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	≤ 3.83	3.84 - 4.08	4.09 - 4.33	4.32 - 4.58	≥ 4.59	
11	Chạy 60m XPC (s)	≤ 8.06	8.07 - 8.82	8.83 - 9.58	9.57 - 10.34	≥ 10.35	
12	Chạy 100m (s)	≤ 15.20	15.21 - 15.92	15.93 - 16.64	16.64 - 17.36	≥ 17.37	
13	Chạy 200m (s)	≤ 29.68	29.69 - 30.70	30.71 - 31.72	31.71 - 32.74	≥ 32.75	
14	Chạy 400m (s)	≤ 83.07	83.08 - 84.36	84.37 - 85.65	85.64 - 86.94	≥ 86.95	
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	≤ 30.64	30.65 - 31.82	31.83 - 33	33.1 - 34.18	≥ 34.19	
16	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 181.46	177.98 - 181.45	174.5 - 177.97	171.02 - 174.4	≤ 171.01	
17	Lực lưng (kg)	≥ 28.54	27.02 - 28.53	25.5 - 27.01	23.98 - 25.4	≤ 23.97	

tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV ban đầu được xây dựng trên quy tắc 2 như sau:

Như vậy, để tuyển chọn ban đầu cho nữ 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

Lựa chọn được 17 test tuyển chọn ban đầu cho nữ 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 nữ VĐV điền kinh (nội dung CLN) theo 5 mức: tốt, khá, trung bình, yếu và kém.

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

TT	Các Test	Đối tượng	Nữ (n = 15)				
			Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái						
1	Chiều cao (cm)	≥ 144.94	142.72 - 144.93	140.5 - 142.71	138.28 - 140.4	≤ 138.27	
2	Cân nặng (kg)	≥ 35.06	34.58 - 35.06	34.1 - 34.53	33.62 - 34.0	≤ 33.61	
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	≥ 18.58	18.24 - 18.57	17.9 - 18.23	17.56 - 17.8	≤ 17.55	
	Về chức năng						
4	Chỉ số công năng tim	≤ 12.18	12.19 - 12.54	12.55 - 12.9	13.0 - 13.26	≥ 13.27	
5	Loại hình thần kinh	≥ 4.37	3.79 - 4.36	3.21 - 3.78	2.63 - 3.20	≤ 2.62	
6	Phản xạ đơn (ms)	≥ 258.88	270.01 - 258.87	266.3 - 270.0	273.72 - 266.2	≤ 273.71	
7	Phản xạ phức (ms)	≥ 328.22	339.14 - 328.21	335.5 - 339.13	342.78 - 335.4	≤ 342.77	
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	≥ 192.20	189.85 - 192.19	187.5 - 189.84	185.15 - 187.4	≤ 185.14	
	Về chuyên môn						
9	Chạy 30m XPC (s)	≤ 3.99	4.00 - 4.35	4.36 - 4.71	4.72 - 5.07	≥ 5.08	
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	≤ 3.80	3.81 - 4.06	4.07 - 4.32	4.33 - 4.58	≥ 4.59	
11	Chạy 60m XPC (s)	≤ 8.42	8.43 - 9.10	9.11 - 9.78	9.79 - 10.46	≥ 10.47	
12	Chạy 100m (s)	≤ 15.80	15.81 - 16.47	16.48 - 17.14	17.15 - 17.81	≥ 17.82	
13	Chạy 200m (s)	≤ 29.64	29.65 - 30.66	30.67 - 31.68	31.69 - 32.70	≥ 32.71	
14	Chạy 400m (s)	≤ 78.85	78.86 - 80.10	80.11 - 81.35	81.36 - 82.60	≥ 82.61	
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	≤ 29.64	29.65 - 30.82	30.83 - 32	32.1 - 33.18	≥ 33.19	
16	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 186.18	182.84 - 186.17	179.5 - 182.83	176.16 - 179.4	≤ 176.15	
17	Lực lưng (kg)	≥ 29.34	27.92 - 29.33	26.5 - 27.91	25.08 - 26.4	≤ 25.07	

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

TT	Các Test	Đối tượng	Nữ (n = 13)				
			Tốt	Khá	TB	Yếu	Kém
	Về hình thái						
1	Chiều cao (cm)	≥ 153.32	150.41 - 153.31	147.5 - 150.40	144.59 - 147.4	≤ 144.58	
2	Cân nặng (kg)	≥ 39.06	38.58 - 39.05	38.1 - 38.57	37.62 - 38.09	≤ 37.61	
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	≥ 18.19	17.85 - 18.18	17.51 - 17.84	17.17 - 17.50	≤ 17.16	
	Về chức năng						
4	Chỉ số công năng tim	≤ 11.24	11.25 - 11.78	11.79 - 12.32	12.33 - 12.86	≥ 12.87	
5	Loại hình thần kinh	≥ 4.74	4.75 - 4.21	3.68 - 4.20	3.15 - 3.67	≤ 3.14	
6	Phản xạ đơn (ms)	≥ 206.68	206.69 - 216.91	213.5 - 216.90	220.32 - 213.4	≤ 220.31	
7	Phản xạ phức (ms)	≥ 310.68	310.69 - 321.06	317.6 - 321.07	324.52 - 317.5	≤ 324.51	
8	Chỉ số dung tích sống (ml)	≥ 200.72	200.73 - 198.16	195.6 - 198.15	193.04 - 195.5	≤ 193.03	
	Về chuyên môn						
9	Chạy 30m XPC (s)	≤ 3.74	3.75 - 4.00	4.01 - 4.26	4.27 - 4.52	≥ 4.53	
10	Chạy 30m tốc độ cao (s)	≤ 3.56	3.57 - 3.85	3.86 - 4.14	4.15 - 4.43	≥ 4.44	
11	Chạy 60m XPC (s)	≤ 8.26	8.27 - 8.84	8.85 - 9.42	9.43 - 10.00	≥ 10.1	
12	Chạy 100m (s)	≤ 15.36	15.37 - 15.97	15.98 - 16.58	16.59 - 17.19	≥ 17.20	
13	Chạy 200m (s)	≤ 29.54	29.55 - 30.39	30.40 - 31.24	31.25 - 32.09	≥ 32.10	
14	Chạy 400m (s)	≤ 75.86	75.87 - 76.77	76.78 - 77.68	77.69 - 78.59	≥ 78.60	
15	Tần số bước chạy 30m/s (bước chạy)	≤ 28.96	28.97 - 29.98	29.99 - 31.0	31.1 - 32.02	≥ 32.03	
16	Bật xa tại chỗ (cm)	≥ 188.72	185.51 - 188.71	182.3 - 185.50	179.09 - 182.2	≤ 179.08	
17	Lực lưng (kg)	≥ 35.56	34.53 - 35.55	33.5 - 34.52	32.47 - 33.4	≤ 32.46	

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, Hà Nội.
3. Nguyễn Quang Hưng, Nguyễn Đại Dương (2002), *Chạy cự ly ngắn, biên dịch từ tài liệu nước ngoài*, 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: 14/7/2019; ngày phản biện đánh giá: 18/9/2019; ngày chấp nhận đăng: 9/10/2019)