

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển cho nam vận động viên quần vợt trẻ Hà Nội

TS. Nguyễn Thành Hưng ■

TÓM TẮT:

Thông qua sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy với các bước tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm định test, nghiên cứu đã lựa chọn được 12 chỉ tiêu đánh giá tốc độ di chuyển cho nam vận động viên Quần vợt trẻ Hà Nội. Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: chỉ tiêu đánh giá, tốc độ di chuyển, quần vợt, vận động viên quần vợt Hà Nội.

ABSTRACT:

By using regular scientific research methods including documents compilation, interview, test verification, the study has selected 12 criteria to assess the movement speed for Hanoi young male tennis players. Based on that, evaluation criteria of the movement speed for the study subjects are built.

Keywords: Evaluation criteria, the movement speed, tennis, Hanoi young male tennis players.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tiễn công tác huấn luyện ở các môn thể thao nói chung và môn quần vợt (QV) nói riêng đã chỉ ra rằng trong nhiều trường hợp công tác huấn luyện đã không đạt được kết quả như mong muốn là do không đánh giá được trình độ của đối tượng. Do vậy, trong công tác giảng dạy, huấn luyện cần thiết phải xây dựng được bộ tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của đối tượng.

Hiện nay hầu hết các địa phương trong cả nước có môn QV tuy đã có sự đầu tư về nhiều mặt như cơ sở vật chất, phương pháp giảng dạy, huấn luyện, tập trung đầu tư huấn luyện vận động viên (VĐV) với số lượng lớn, thời gian dài... Tuy nhiên, kết quả đạt được vẫn không theo ý muốn, không đáp ứng được yêu cầu.

Qua khảo sát công tác giảng dạy, huấn luyện QV tại Trung tâm Huấn luyện Hà Nội cho thấy: việc đánh giá trình độ tập luyện vẫn dựa trên kinh nghiệm và sử dụng hệ thống đánh giá cũ, chưa có tiêu chuẩn đánh giá riêng cho từng nội dung dựa trên cơ sở khoa

học phù hợp với đặc điểm của đối tượng. Chính vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển cho nam vận động viên Quần vợt trẻ Hà Nội”**.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn, kiểm tra sự phạm và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá tốc độ di chuyển cho nam vận động viên Quần vợt trẻ Hà Nội

Qua tham khảo tài liệu chung và chuyên môn về đánh giá trình độ tập luyện thể thao và tài liệu về QV của các tác giả Đặng Hà Việt, Nguyễn Tiên Tiến (2008), Ngô Hải Hưng (2012), Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002)... và căn cứ vào đặc điểm của đối tượng nghiên cứu. Đề tài tổng hợp được 24 test và tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, giảng viên, huấn luyện viên QV để lựa chọn tiêu chí đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 1.



(Ảnh minh họa)

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội (n = 40)

TT	Test	Số ý kiến lựa chọn		Kết quả phỏng vấn theo mức độ ưu tiên					
				Ưu tiên 1		Ưu tiên 2		Ưu tiên 3	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chạy 30m XPC (s)	36	90.00	32	80.00	4	10.00	0	0.00
2	Chạy biến tốc trên cát 20m (s)	28	70.00	22	55.00	3	7.50	3	7.50
3	Di chuyển hình chữ Z 1 phút (lần)	27	67.50	19	47.50	5	12.50	3	7.50
4	Chạy biến tốc 10m có lực kéo (s)	36	90.00	30	75.00	4	10.00	2	5.00
5	Di chuyển ngang trong ô bắt bóng, có người phục vụ 1 phút (lần)	27	67.50	19	47.50	4	10.00	4	10.00
6	Nhảy dây đơn 30s (lần)	37	92.50	30	75.00	7	17.50	0	0.00
7	di chuyển 6 điểm trên sân nhặt bóng 1 phút (lần)	28	70.00	21	52.50	5	12.50	2	5.00
8	Nhảy dây kép 30s (lần)	29	72.50	22	55.00	6	15.00	1	2.50
9	Di chuyển ngang sân đơn 40s (lần)	37	92.50	34	85.00	3	7.50	0	0.00
10	Di chuyển hình chữ M 1 phút (lần)	32	80.00	24	60.00	4	10.00	4	10.00
11	Bật cóc 20m (s)	22	55.00	12	30.00	7	17.50	3	7.50
12	di chuyển tốc độ trong thang dây 5m (s)	37	92.50	33	82.50	4	10.00	0	0.00
13	Di chuyển tiến lùi lên lưới 1 phút (lần)	34	85.00	25	62.50	7	17.50	2	5.00
14	Bật bực đổi chân tại chỗ 1 phút (lần)	30	75.00	22	55.00	5	12.50	3	7.50
15	Di chuyển nhặt và đặt bóng 4 điểm khác nhau 1 phút (lần)	36	90.00	27	67.50	7	17.50	2	5.00
16	chạy zích zắc 30m (s)	26	65.00	17	42.50	7	17.50	2	5.00
17	Di chuyển đơn bước hay còn gọi tách bước đánh bóng 1 phút (lần)	36	90.00	28	70.00	7	17.50	1	2.50
18	Di chuyển ngang sân đơn đánh bóng thuận tay, trái tay theo đường chéo vào ô cuối sân 1 phút (lần)	29	72.50	18	45.00	6	15.00	5	12.50
19	Di chuyển tiến lùi đánh bóng 1 phút (lần)	36	90.00	33	82.50	3	7.50	0	0.00
20	Di chuyển vòng qua cột đánh bóng thuận tay 1 phút (lần)	32	80.00	25	62.50	5	12.50	2	5.00
21	Di chuyển đa bước đánh bóng 1 phút (lần)	37	92.50	35	87.50	2	5.00	0	0.00
22	Di chuyển vòng qua cột đánh bóng trái tay 1 phút (lần)	31	77.50	25	62.50	4	10.00	2	5.00
23	Di chuyển đánh và đỡ bóng nhiều điểm rơi khác nhau trên sân có người phục vụ 1 phút (lần)	31	77.50	25	62.50	3	7.50	3	7.50
24	Bật nhảy giữ thăng bằng bằng hai chân sang 2 bên 1 phút (lần)	27	67.50	18	45.00	5	12.50	4	10.00
25	Di chuyển ngang đánh bóng 1 phút (lần)	36	90.00	33	82.50	2	5.00	1	2.50
26	Lăng chân bằng dây cao su 2 phút (lần)	27	67.50	22	55.00	3	7.50	2	5.00
27	Di chuyển bước chéo đánh bóng 1 phút (lần)	36	90.00	32	80.00	3	7.50	1	2.50
28	Giao bóng di chuyển lên lưới đánh bóng (vole) 2 phút (lần)	33	82.50	26	65.00	4	10.00	3	7.50
29	Giao bóng lên lưới đánh bóng (voley) sau đó lùi 3 bước đập bóng (smars) 2 phút (lần)	36	90.00	32	80.00	3	7.50	1	2.50
30	Thi đấu đơn	34	85.00	29	72.50	3	7.50	2	5.00

Kết quả tại bảng 1 cho thấy, dựa vào kết quả phỏng vấn chúng tôi đã lựa chọn được 20 test ở mức ưu tiên 1 từ 75% có số phiếu đồng ý lựa chọn test quan trọng để phát triển tốc độ di chuyển và để đảm bảo tính khách quan và nâng cao độ tin cậy của các số liệu phỏng vấn thu thập được, đề tài chỉ lựa chọn sử dụng các test có số phiếu lựa chọn từ 90% trở lên

dùng để đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội gồm có 12 test.

*** Xác độ tin cậy và tính thông báo của test đánh giá tốc độ di chuyển của nam VĐV Quần vợt trẻ Hà Nội.**

Thông qua kết quả phỏng vấn, đề tài tiến hành lựa chọn được 12 test đánh giá tốc độ di chuyển cho nam

VĐV QV trẻ Hà Nội. Tuy nhiên để đảm bảo tính khoa học, trước khi đưa test vào sử dụng trong nghiên cứu nhất thiết phải xem xét tính thông báo và kiểm chứng độ tin cậy trên đối tượng nghiên cứu.

Xác định độ tin cậy của các test đánh giá.

Để có thể lựa chọn các test một cách chính xác và phù hợp hơn với đối tượng nghiên cứu đề tài tiếp tục sử dụng phương pháp Retest nhằm xác định độ tin cậy giữa kết quả của hai lần lập test. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Kết quả tại bảng 2 cho thấy: cả 12 test đã lựa chọn đều có hệ số tương quan giữa kết quả hai lần lập test tương đối cao với $r > 0,8$. Điều đó chứng tỏ tất cả 12 test đều đảm bảo độ tin cậy. Kết hợp việc xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test, đề tài lựa chọn

12 test trên để đưa vào thử nghiệm đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội.

Xác định tính thông báo của các test đánh giá

Nhằm xác định một cách chính xác tính thông báo của các test đã lựa chọn, đề tài tiến hành xác định hệ số tương quan thứ bậc (spearman) giữa kết quả kiểm tra của các test đánh giá tốc độ di chuyển của đối tượng nghiên cứu với hiệu xuất thi đấu của nam VĐV QV trẻ Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy cả 12 test lựa chọn đều có mối tương quan mạnh với hiệu xuất thi đấu r đạt từ 0.71 tới 0,81 ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$. Như vậy, cả 12 test trên đều đảm bảo tính thông báo sử dụng trên đối tượng nam VĐV QV trẻ Hà Nội.

Bảng 2. Kết quả xác định độ tin cậy các test đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội ($n = 21$)

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)		Hệ số tương quan (r)
		Lần 1	Lần 2	
1	Chạy 30m XPC (s)	5.89 $\pm$ 0.20	5.85 $\pm$ 0.50	0.891
2	Chạy biến tốc 10m có lực kéo (s)	3.76 $\pm$ 0.19	3.73 $\pm$ 0.20	0.842
3	Nhảy dây đơn 30s (lần)	52.42 $\pm$ 2.20	52.61 $\pm$ 3.00	0.854
4	Di chuyển ngang sân đơn 40s (lần)	15.00 $\pm$ 1.50	15.23 $\pm$ 2.00	0.862
5	di chuyển tốc độ trong thang dây 5m (s)	4.45 $\pm$ 0.20	4.38 $\pm$ 0.19	0.891
6	Di chuyển nhật và đặt bóng 4 điểm khác nhau 1 phút (lần)	13.52 $\pm$ 1.50	13.90 $\pm$ 2.25	0.812
7	Di chuyển đơn bước đánh bóng 1 phút (lần)	21.61 $\pm$ 2.50	22.00 $\pm$ 3.00	0.849
8	Di chuyển đa bước đánh bóng 1 phút (lần)	19.52 $\pm$ 2.50	20.05 $\pm$ 3.50	0.867
9	Di chuyển tiến lùi đánh bóng 1 phút (lần)	12.71 $\pm$ 1.50	12.95 $\pm$ 2.00	0.878
10	Di chuyển ngang đánh bóng 1 phút (lần)	18.76 $\pm$ 2.00	19.09 $\pm$ 2.50	0.874
11	Di chuyển bước chéo đánh bóng 1 phút (lần)	14.61 $\pm$ 2.50	14.90 $\pm$ 3.00	0.816
12	Giao bóng lên lưới đánh bóng (voley) sau đó lùi 3 bước đập bóng (smars) 2 phút (lần)	9.33 $\pm$ 1.50	9.57 $\pm$ 2.00	0.839

Bảng 3. Mối tương quan giữa các test đánh giá tốc độ di chuyển với hiệu xuất thi đấu của nam VĐV QV trẻ Hà Nội

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Hệ số tương quan (r)
1	Chạy 30m XPC (s)	5.89 $\pm$ 0.20	0,712
2	Chạy biến tốc 10m có lực kéo (s)	3.76 $\pm$ 0.19	0,714
3	Nhảy dây đơn 30s (lần)	52.42 $\pm$ 2.20	0,731
4	Di chuyển ngang sân đơn 40s (lần)	15.00 $\pm$ 1.50	0,768
5	di chuyển tốc độ trong thang dây 5m (s)	4.45 $\pm$ 0.20	0,811
6	Di chuyển nhật và đặt bóng 4 điểm khác nhau 1 phút (lần)	13.52 $\pm$ 1.50	0,786
7	Di chuyển đơn bước đánh bóng 1 phút (lần)	21.61 $\pm$ 2.50	0,785
8	Di chuyển đa bước đánh bóng 1 phút (lần)	19.52 $\pm$ 2.50	0,789
9	Di chuyển tiến lùi đánh bóng 1 phút (lần)	12.71 $\pm$ 1.50	0,784
10	Di chuyển ngang đánh bóng 1 phút (lần)	18.76 $\pm$ 2.00	0,812
11	Di chuyển bước chéo đánh bóng 1 phút (lần)	14.61 $\pm$ 2.50	0,783
12	Giao bóng lên lưới đánh bóng (voley) sau đó lùi 3 bước đập bóng (smars) 2 phút (lần)	9.33 $\pm$ 1.50	0,788

Để có thể lựa chọn các test một cách chính xác và phù hợp hơn với đối tượng nghiên cứu đề tài tiếp tục sử dụng phương pháp Retest nhằm xác định độ tin cậy giữa kết quả của hai lần lặp test.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV quần vợt trẻ Hà Nội

2.2.1. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá tốc độ di chuyển

Thông qua kết quả kiểm tra sự phạm tại bảng 2, đề tài tiến hành phân loại từng chỉ tiêu đánh giá tốc độ di chuyển thành năm mức theo quy tắc 2 xích ma:

tốt, khá, trung bình, yếu, kém. Đối với các chỉ số tính bằng thời gian thì phân loại theo cách ngược lại, trong đó $< \bar{x} - 2\sigma$ là tốt và $> \bar{x} + 2\sigma$ là kém. Khi ứng dụng vào thực tiễn, cũng có thể sử dụng phương pháp tiệm cận để phân loại, nếu kết quả kiểm tra gần với mức trên thì xác định theo tiệm cận trên, như vậy có tác dụng động viên, khuyến khích VĐV tinh thần phấn đấu trong tập luyện và thi đấu. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Kết quả thu được qua các bảng trên rất thuận tiện để sử dụng trong việc đánh giá, phân loại trình độ của từng nội dung kiểm tra tốc độ di chuyển đồng thời

Bảng 4. Tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp trong đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30m XPC (s)	≤ 5.69	5.79 - 5.70	5.98 - 5.78	6.08 - 5.99	≥ 6.09
2	Chạy biến tốc 10m có lực kéo (s)	≤ 3.57	3.66 - 3.58	3.85 - 3.65	3.94 - 3.86	≥ 3.95
3	Nhảy dây đơn 30s (lần)	≥ 55	53 - 55	51 - 53	50 - 51	≤ 50
4	Di chuyển ngang sân đơn 40s (lần)	≥ 16	15 - 16	14 - 15	13 - 14	≤ 13
5	Di chuyển tốc độ trong thang dây 5m (s)	≤ 4.25	4.35 - 4.24	4.54 - 4.34	4.64 - 4.55	≥ 4.65
6	Di chuyển nhặt và đặt bóng 4 điểm khác nhau 1 phút (lần)	≥ 15	14 - 15	13 - 14	12 - 13	≤ 12
7	Di chuyển đơn bước đánh bóng 1 phút (lần)	≥ 15	14 - 15	11 - 14	10 - 11	≤ 10
8	Di chuyển đa bước đánh bóng 1 phút (lần)	≥ 21	20 - 21	17 - 20	16 - 17	≤ 16
9	Di chuyển tiến lùi đánh bóng 1 phút (lần)	≥ 15	14 - 15	13 - 14	12 - 13	≤ 12
10	Di chuyển ngang đánh bóng 1 phút (lần)	≥ 11	10 - 11	8 - 10	7 - 8	≤ 7
11	Di chuyển bước chéo đánh bóng 1 phút (lần)	≥ 15	13 - 15	11 - 13	10 - 11	≤ 10
12	Giao bóng lên lưới đánh bóng (voley) sau đó lùi 3 bước đập bóng (smars) 2 phút (lần)	≥ 20	19 - 20	18 - 19	17 - 18	≤ 17

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30m XPC (s)	4.66	4.88	5.10	5.32	5.54	5.77	6.01	6.24	6.47	6.70
2	Chạy biến tốc 10m có lực kéo (s)	3.19	3.28	3.37	3.46	3.55	3.64	3.73	3.82	3.91	4.00
3	Nhảy dây đơn 30s (lần)	65.00	63.50	61.50	59.50	57.50	55.50	53.50	51.50	49.50	47.50
4	Di chuyển ngang sân đơn 40s (lần)	19.00	18.50	18.00	17.50	17.00	16.50	15.50	14.50	14.00	13.50
5	di chuyển tốc độ trong thang dây 5m (s)	3.25	3.46	3.67	3.88	4.09	4.30	4.51	4.72	4.93	5.14
6	Di chuyển nhặt và đặt bóng 4 điểm khác nhau 1 phút (lần)	17.00	16.50	16.00	15.50	15.00	14.50	14.00	13.50	13.00	12.50
7	Di chuyển đơn bước đánh bóng 1 phút (lần)	32.00	31.00	29.00	27.00	25.00	23.00	21.00	19.00	17.00	15.00
8	Di chuyển đa bước đánh bóng 1 phút (lần)	30.00	29.00	28.00	27.00	25.00	21.00	19.00	17.00	15.00	14.00
9	Di chuyển tiến lùi đánh bóng 1 phút (lần)	20.00	19.00	18.00	17.00	15.00	13.00	11.00	10.00	9.00	8.00
10	Di chuyển ngang đánh bóng 1 phút (lần)	28.00	27.00	26.00	24.00	22.00	20.00	18.00	16.00	14.00	13.00
11	Di chuyển bước chéo đánh bóng 1 phút (lần)	24.00	23.00	21.00	19.00	18.00	16.00	14.00	12.00	10.00	9.00
12	Giao bóng lên lưới đánh bóng (voley) sau đó lùi 3 bước đập bóng (smars) 2 phút (lần)	16.00	15.00	14.00	13.00	12.00	11.00	10.00	9.00	8.00	7.00

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội

Xếp loại	Tổng điểm (Tổng điểm tối đa = 120)
Tốt	> 98
Khá	55 -97
Trung bình	40 -54
Yếu	20 -53
Kém	< 20

nhằm phục vụ cho công tác đối chiếu, tham khảo trong thực tiễn huấn luyện và kiểm tra, đánh giá cho đối tượng nghiên cứu.

2.2.2. Xác định chuẩn điểm đánh giá tốc độ di chuyển của nam VĐV QV trẻ Hà Nội

Phân loại các chỉ tiêu đánh giá cho phép đánh giá từng chỉ tiêu cụ thể, tuy nhiên mỗi chỉ tiêu lại có đơn vị đo lường khác nhau do đó để đánh giá tổng hợp năng lực tốc độ di chuyển thì chưa đảm bảo chính xác. Vì vậy đề tài sử dụng công thức tính điểm theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 5.

Sau khi đã quy được tất cả kết quả của các chỉ tiêu ra điểm cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá tốc độ di chuyển. Đề tài sử dụng 12 test sử phạm theo thang điểm 10 đánh giá tốc độ di chuyển thì tương ứng với số điểm tối đa quy đổi là 120 điểm, tuy nhiên để đạt được số điểm tuyệt đối này là rất khó. Vì vậy, đối chiếu với kết quả thu được ở bảng 2 đề tài rút ra kết quả phân loại điểm tổng hợp đánh giá. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp tốc độ di

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đặng Hà Việt, Nguyễn Tiến Tiến (2008), *Đánh giá trình độ tập luyện đội tuyển vận động viên quần vợt trẻ Việt Nam*, Tạp chí Khoa học Thể thao (số 6 - 2008).
2. Ngô Hải Hưng (2012), *Nghiên cứu bài tập phát triển thể lực và tốc độ đánh bóng ở một số kỹ thuật cơ bản cho nam vận động viên quần vợt trẻ lứa tuổi 14 - 16*, Luận án tiến sĩ Khoa học Giáo dục.
3. Hướng Xuân Nguyên, Trần Văn Vinh, Đào Xuân Anh (2005), *Giáo trình Quần vợt*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Lê Hồng Sơn, Phạm Quang Khánh (2016), *Giáo trình Quần vợt*, Nxb Thông tin và truyền thông.
5. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
6. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội, tr. 87 - 93, 125 - 130, 153 - 157.

Nguồn bài báo: Trích từ kết quả nghiên cứu khoa học của luận án tiến sĩ “Nghiên cứu đánh giá phương pháp huấn luyện tốc độ di chuyển cho nam vận động viên Quần vợt trẻ Hà Nội”, Nguyễn Thành Hưng, Học viện TDTT Thượng Hải, 2019.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 24/3/2020; ngày phản biện đánh giá: 11/5/2020; ngày chấp nhận đăng: 16/6/2020)

chuyển rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu tốc độ di chuyển. Kết quả nghiên cứu giúp cho HLV và VĐV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác khả năng của VĐV. Cụ thể là sau khi tiến hành lập test, HLV, VĐV cần biết kết quả từng chỉ tiêu tương ứng đạt được bao nhiêu điểm thì làm theo quy trình gồm các bước sau:

Bước 1: So kết quả lập test của chỉ tiêu cần tra cứu vào bảng điểm để xác định điểm đạt được của chỉ tiêu đó.

Bước 2: Tính tổng điểm đạt được của từng VĐV, sau đó đối chiếu kết quả tổng với điểm tổng hợp đánh giá tốc độ di chuyển của nam VĐV QV trẻ Hà Nội.

Quan sát thực tế cho thấy, không phải VĐV nào cũng có kết quả tốt ở tất cả các chỉ tiêu hoặc nếu tốt ở chỉ tiêu này, cũng tốt ở các chỉ tiêu khác mà thực tế có nam VĐV mặc dù có chỉ tiêu rất tốt nhưng có chỉ tiêu khác chỉ đạt khá hoặc trung bình thậm chí yếu. Điều này phụ thuộc vào quá trình huấn luyện và trình độ tập luyện của VĐV. Chính vì vậy, đánh giá, phân loại tốc độ di chuyển của nam VĐV QV trẻ Hà Nội một mặt giúp HLV nắm bắt được tình hình của VĐV mặt khác giúp điều chỉnh quá trình huấn luyện.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 12 test đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội.

Xây dựng được bảng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá tốc độ di chuyển cho nam VĐV QV trẻ Hà Nội.

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức bền cho nam vận động viên điền kinh cự ly trung bình lứa tuổi 16 - 17 Bộ Công an

NCS. Nguyễn Đăng Trường;
TS. Nguyễn Văn Hải

TÓM TẮT:

Sử dụng các phương pháp thường quy lựa chọn được 15 test đánh giá sức bền của nam vận động viên (VĐV) điền kinh cự ly trung bình (CLTB) lứa tuổi 16 - 17 Bộ Công an có đủ độ tin cậy sau 2 lần kiểm tra, đồng thời xác định được mối tương quan chặt giữa hai lứa tuổi 16 với lứa tuổi 17; giữa kết quả kiểm tra các test với thành tích thi đấu của CLTB (chạy 1500m) và giữa kết quả kiểm tra các test với chỉ số tham chiếu V_{O_2max} với $r >$ từ 0.81 đến 0.88 với $p < 0.05$.

Từ khóa: Test, sức bền, điền kinh, cự ly trung bình, Bộ Công an...

ABSTRACT:

Using regular methods, 15 reliable tests to assess the durability of male average-distance runners aged 16-17 at Ministry of Public Security are selected after two tests, and at the same time, a strong correlation between ages 16 and 17; between test results and average-distance (1500m) achievements, and between test results and reference index V_{O_2max} with $r >$ from 0.81 to 0.88 and $p < 0.05$.

Keywords: Test, endurance, athletics, average-distance, Ministry of Public Security...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Điền kinh chiếm một vị trí quan trọng trong các chương trình thi đấu của các đại hội thể thao Olympic quốc tế và trong đời sống văn hóa thể thao của nhân loại.

Ngày nay trình độ huấn luyện và thi đấu của VĐV chạy CLTB ngày càng phát triển cao, đồng nghĩa đã đặt ra những yêu cầu cao ra cho các huấn luyện viên (HLV). Muốn đánh giá được trình độ, năng lực của VĐV, phải sử dụng đa dạng các phương pháp, phương tiện huấn luyện và một trong những điều đó là lựa chọn được những test đánh giá. Với tính cấp thiết trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: “Xây dựng tiêu



(Ảnh minh họa)

chuẩn đánh giá sức bền cho nam vận động viên Điền kinh cự ly trung bình lứa tuổi 16 - 17 Bộ Công an”.

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Phỏng vấn lựa chọn test đánh giá sức bền cho nam VĐV Điền kinh CLTB lứa tuổi 16 - 17 Bộ Công an

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận và thực tiễn, đồng thời tham khảo các tài liệu về điền kinh, y học thể thao, tâm lý thể thao và nhiều kết quả nghiên cứu khoa học, chúng tôi đã tổng hợp được 30 test đánh giá