

LỰA CHỌN TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH VẬT - JUDO TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

TS. Tô Trung Kiên¹, Nghiêm Thị Giang¹, Nguyễn Song Linh²

Tóm tắt: Việc xác định các test kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh có ý nghĩa cao trong việc đánh giá hiệu quả chương trình giảng dạy, đảm bảo chất lượng đầu ra, đồng thời trang bị các phương tiện kiểm tra có tính khoa học, tin cậy cho việc đánh giá hiệu quả chương trình giảng dạy hiện tại. Kết quả của nghiên cứu này đã lựa chọn được 9 test chuyên môn đảm bảo tính thông báo, độ tin cậy, phù hợp trong việc kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh và các đối tượng đương.

Từ khóa: Thể lực chuyên môn, thể dục thể thao, chuyên ngành, Vật, đại học.

Abstract: The identification of professional fitness assessment tests for students majoring in Wrestling – JuDo at Bac Ninh Sports University has high significance in evaluating the effectiveness of the curriculum, ensuring output quality, and at the same time providing scientific and reliable testing facilities for evaluating the effectiveness of the current curriculum. The results of this study have selected 9 professional tests that are highly reliable, valid and suitable for assessing professional fitness for male students majoring in Wrestling – JuDo at Bac Ninh Sports University and equivalent subjects.

Keywords: Professional fitness, physical training and sports, majors, Wrestling, university.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sự phát triển liên tục của trình độ thể thao dẫn đến yêu cầu về kiến thức và kỹ năng chuyên ngành ngày càng tăng. Để đáp ứng nhu cầu xã hội và thực tế về chuyên ngành Vật, chương trình giảng dạy bức thiết hoàn thiện các yêu cầu khoa học về giảng dạy và thực tế. Mục tiêu đầu ra của mọi chương trình giảng dạy chuyên ngành thể thao đều yêu cầu đầy đủ về kiến thức, kỹ năng và thể lực chuyên môn. Trong đó, thể lực chuyên môn được xác định là tiền đề để phát huy tối đa các kiến thức, kỹ năng chuyên môn.

Kiểm tra đánh giá hiệu quả chương trình giảng dạy là một nội dung cơ bản, bắt buộc và quan trọng trong việc đảm bảo hiệu quả của chương trình giảng dạy và chuẩn đầu ra cũng như kiến thức kỹ năng chuyên môn nhằm đáp ứng các yêu cầu công việc chuyên môn sau tốt nghiệp của sinh viên. Kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn được xác định là một nhiệm vụ quan trọng trong chương trình giảng dạy môn Vật - JuDo tại trường Đại học Thể dục Thể thao (TĐTT) Bắc Ninh. Quy trình kiểm tra đánh giá đã thực

hiện luôn đảm bảo giá trị, tính chuyên môn và yêu cầu cao về chất lượng. Tuy nhiên, nội dung kiểm tra chưa được kiểm chứng khoa học bằng các nghiên cứu sâu.

Mục đích của nghiên cứu này là lựa chọn và kiểm định các test kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn cho đối tượng nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TĐTT Bắc Ninh. Kết quả của nghiên cứu được xác định có ý nghĩa quan trọng trong việc hoàn thiện chương trình giảng dạy môn Vật đồng thời nâng cao tính khoa học trong đào tạo chuyên môn tại trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp thường quy trong nghiên cứu khoa học TĐTT bao gồm: phân tích tổng hợp tài liệu; phỏng vấn chuyên gia; quan sát sư phạm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá thể lực chuyên môn

Quá trình lựa chọn test dựa trên căn cứ thu được từ các tài liệu chuyên môn, quan sát thực

tế huấn luyện đội tuyển Vật quốc gia, bộ môn Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh, đội tuyển Vật tỉnh Thái Nguyên, Hà Nội, Bắc Giang, Bắc Ninh và Vĩnh Phúc, tham khảo chương trình giảng dạy và huấn luyện, kế hoạch kiểm tra đánh giá từ các trường chuyên ngành tương đương, các đội tuyển.

Các tiêu chuẩn lựa chọn test được xác định là: test phải có tính hiệu quả thực tế, đã được áp dụng; phù hợp với chuyên ngành; phù hợp với đối tượng nghiên cứu; có tính tối ưu trong nhóm các test cùng loại; tập chung vào mục tiêu. Tổng hợp các test kiểm tra tối ưu được đưa vào phòng

vấn 30 chuyên gia, huấn luyện viên, giảng viên, nhà chuyên môn và vận động viên cao cấp. Kết quả cụ thể được thể hiện thông qua bảng 1:

Kết quả phỏng vấn bảng 1 cho thấy, nghiên cứu thống kê được 13 test chuyên môn tối ưu phù hợp và đại diện tốt nhất để kiểm tra đánh giá đối tượng nghiên cứu. Thông qua phỏng vấn chuyên môn, các ý kiến không thống nhất ở mức tuyệt đối, do vậy nghiên cứu quyết định lựa chọn các test có lựa chọn cao theo thứ tự từ trên xuống, lấy định mức tại lựa chọn rất quan trọng và quan trọng với tỉ lệ $\geq 70\%$, cụ thể bao gồm 9 test:

Test 1: Gánh tạ 30kg đứng lên ngồi xuống liên

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn cho sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n=30)

TT	Nội dung	Tỷ lệ lựa chọn		Kết quả phỏng vấn							
				Không quan trọng		Bình thường		Quan trọng		Rất quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Gánh tạ 30kg đứng lên ngồi xuống liên tục 20s (lần)	30	100.00	0	0	0	0.00	0	0.00	30	100.00
2	Thoát bò tại chỗ tối đa (lần)	30	100.00	0	0	0	0.00	0	0.00	30	100.00
3	Gập duỗi thân tối đa (ôm bạn tập đồng cân và thực hiện trên hai ghế băng) (lần)	30	100.00	0	0	0	0.00	0	0.00	30	100.00
4	Gồng vọt với bạn tập đồng cân 20s (lần)	28	93.33	0	0	1	3.57	2	7.14	25	89.29
5	Bốc đôi với bạn tập đồng cân liên tục 20s (lần)	27	90.00	1	3.70	1	3.70	3	11.11	22	81.48
6	Giật tạ (tối đa trọng lượng) (kg)	29	96.67	0	0	2	6.90	5	17.24	22	75.86
7	Ôm ngang ngực người cùng tập ở hạng cân trên (liền kề) đứng trung bình tần (s)	26	86.67	0	0	2	7.69	5	19.23	19	73.08
8	Bật công vòng qua lại liên tục 20s (lần)	26	86.67	0	0	3	11.54	4	15.38	19	73.08
9	Bé (ôm) bạn đồng cân đứng lên ngồi xuống tối đa (lần)	27	90.00	1	3.70	1	3.70	6	22.22	19	70.37
10	Gánh tạ 25kg gập duỗi thân liên tục 20s (lần)	11	36.67	0	0	4	36.36	3	27.27	4	36.36
11	Treo co tay xà đơn (tạo thành góc vuông giữa cẳng và cánh tay (s))	26	38.67	0	0	3	11.54	3	11.54	5	40.15
12	Lực bóp tay thuận (kg)	10	33.33	2	20.00	1	10.00	3	30.00	4	40.00
13	Lực kéo cơ lưng lớn (kg)	11	36.67	1	9.09	3	27.27	3	27.27	4	36.36

tục 20s (lần) lựa chọn rất quan trọng - 100 %;

Test 2: Thoát bỏ tại chỗ tối đa (lần) lựa chọn rất quan trọng - 100 %;

Test 3: Gập duỗi thân tối đa (ôm bạn tập đồng cân và thực hiện trên hai ghế băng) (lần) lựa chọn rất quan trọng - 100 %;

Test 4: Gồng vọt với bạn tập đồng cân 20s (lần) lựa chọn rất quan trọng - 89.29 %;

Test 5: Bốc đôi với bạn tập đồng cân liên tục 20s (lần) lựa chọn rất quan trọng - 81.48 %;

Test 6: Giật tạ (tối đa trọng lượng) (kg) lựa

chọn rất quan trọng - 75.86 %;

Test 7: Ôm ngang ngực người cùng tập ở hạng cân trên(liền kề) đứng trung bình tấn (s) lựa chọn rất quan trọng - 73.08 %;

Test 8: Bật công vòng qua lại liên tục 20s (lần) lựa chọn rất quan trọng - 73.08 %;

Test 9: Bế (ôm) bạn đồng cân đứng lên ngồi xuống tối đa (lần) lựa chọn rất quan trọng - 70.37 %.

2.2. Xác định tính thông báo của các test

Để xác định tính thông báo của các test đã

Bảng 2. Hệ số tương quan thứ bậc của các test đánh giá thể lực chuyên môn với thành tích học tập của nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n = 14)

TT	Test	$\bar{x} \pm \delta$	r
1	Gánh tạ 30kg đứng lên ngồi xuống liên tục 20s (lần)	16.78 $\pm$ 1.46	0.789
2	Thoát bỏ tại chỗ tối đa (lần)	53.51 $\pm$ 4.49	0.826
3	Gập duỗi thân tối đa (ôm bạn tập đồng cân và thực hiện trên hai ghế băng) (lần)	24.92 $\pm$ 2.08	0.723
4	Gồng vọt với bạn tập đồng cân 20s (lần)	10.52 $\pm$ 0.94	0.810
5	Bốc đôi với bạn tập đồng cân liên tục 20s (lần)	14.61 $\pm$ 1.27	0.763
6	Giật tạ (tối đa trọng lượng) (kg)	76.74 $\pm$ 6.50	0.824
7	Ôm ngang ngực người cùng tập ở hạng cân trên(liền kề) đứng trung bình tấn (s)	50.12 $\pm$ 4.22	0.824
8	Bật công vòng qua lại liên tục 20s (lần)	11.32 $\pm$ 0.93	0.792
9	Bế (ôm) bạn đồng cân đứng lên ngồi xuống tối đa (lần)	36.83 $\pm$ 3.12	0.795
r_{05}			0.4218

Bảng 3. Đánh giá độ tin cậy của các test đánh giá thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n = 14)

TT	Test	Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
1	Gánh tạ 30kg đứng lên ngồi xuống liên tục 20s (lần)	18.46 $\pm$ 1.49	17.45 $\pm$ 1.42	0.801
2	Thoát bỏ tại chỗ tối đa (lần)	60.09 $\pm$ 4.81	60.83 $\pm$ 4.95	0.864
3	Gập duỗi thân tối đa (ôm bạn tập đồng cân và thực hiện trên hai ghế băng) (lần)	29.03 $\pm$ 2.36	28.14 $\pm$ 2.26	0.803
4	Gồng vọt với bạn tập đồng cân 20s (lần)	12.03 $\pm$ 0.99	11.12 $\pm$ 0.91	0.824
5	Bốc đôi với bạn tập đồng cân liên tục 20s (lần)	16.67 $\pm$ 1.34	17.62 $\pm$ 1.44	0.811
6	Giật tạ (tối đa trọng lượng) (kg)	86.53 $\pm$ 6.91	85.63 $\pm$ 6.95	0.863
7	Ôm ngang ngực người cùng tập ở hạng cân trên(liền kề) đứng trung bình tấn (s)	54.12 $\pm$ 4.34	53.18 $\pm$ 4.30	0.822
8	Bật công vòng qua lại liên tục 20s (lần)	12.83 $\pm$ 1.04	12.28 $\pm$ 1.09	0.842
9	Bế (ôm) bạn đồng cân đứng lên ngồi xuống tối đa (lần)	41.15 $\pm$ 3.28	41.93 $\pm$ 3.41	0.813

lựa chọn thông qua phỏng vấn, nghiên cứu sử dụng hệ số tương quan thứ bậc theo kết quả điểm chuyên ngành của nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả được trình bày tại bảng 2:

Kết quả bảng 2 cho thấy: tất cả các 9 test đã lựa chọn đều có mối tương quan mạnh ($r > 0.6$ tại $p < 0.05$) đảm bảo tính thông báo.

2.3. Kiểm tra độ tin cậy của các test

Để kiểm tra tính tin cậy của các test, nhóm nghiên cứu đã tiến hành kiểm tra lặp lại các test trên các nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Quy trình kiểm tra thống nhất cho cả 2 lần với thời gian kiểm tra cách nhau 30 ngày. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 3:

Kết quả bảng 3 cho thấy: sau 2 lần kiểm tra, tất cả các test đã lựa chọn có hệ số tin cậy giữa 2 $r > 0.8$ tại $p < 0.05$, có nghĩa là tất cả các test đều có mối tương quan mạnh.

Tóm lại: Các test nghiên cứu đã lựa chọn phù hợp với đối tượng nghiên cứu và đạt tỉ lệ lựa chọn ở mức $> 70\%$ ý kiến của các chuyên gia, huấn luyện viên, nhà quản lý, giảng viên, vận động viên cao cấp đều đảm bảo tính thông báo và độ tin cậy và giá trị thực tiễn trong việc đánh giá thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu chuyên môn, nghiên cứu đã lựa chọn được 9 test phù hợp, có sự đồng thuận cao của các nhà chuyên môn, đảm bảo tính thông báo và độ tin cậy trong việc kiểm tra đánh giá thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả nghiên cứu phù hợp với nhu cầu và thực tiễn đào tạo vì vậy nghiên cứu đề xuất kết quả vào chương trình đào tạo chuyên ngành Vật - JuDo trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), Đo lường thể thao, nhà xuất bản TDTT, Hà Nội.

2. Phạm Đông Đức (1998), *Lựa chọn một số bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho vận động viên vật tự do*, luận văn Thạc sĩ khoa học

giáo dục, trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

3. Nguyễn Thành Lưu (2004), *Nghiên cứu xây dựng một số bài tập sức mạnh tốc độ hỗ trợ cho nhóm kỹ thuật gồng của vận động viên Vật tự do thành phố Hồ Chí Minh*, Luận văn Thạc sĩ khoa học giáo dục, trường Đại học TDTT TP Hồ Chí Minh.

4. Ngô Ích Quân (1997), *Nghiên cứu xây dựng một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ hỗ trợ nhóm kỹ thuật bốc của vận động viên vật tự do cấp cao của Việt nam*, Luận văn Thạc sĩ khoa học giáo dục, trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong Thể dục Thể thao*, nhà xuất bản TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: bài báo được trích từ một phần của của đề tài cấp cơ sở “Ứng dụng phương pháp tập luyện vòng tròn phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật - JuDo Trường Đại học TDTT Bắc Ninh”.
Chủ nhiệm đề tài: Tiến sĩ Tô Trung Kiên, bộ môn Vật - JuDo Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Ngày nhận bài: 14/7/2021; **Ngày duyệt đăng:** 18/11/2021



Ảnh minh họa