

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ NỮ U16 QUỐC GIA

TS. Nguyễn Lê Huy¹; Ngô Thị Phương Thảo²

Tóm tắt: Đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ cho vận động viên đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn chỉ tiêu đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ của vận động viên đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các chỉ tiêu đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.
Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức mạnh tốc độ, vận động viên, đội tuyển Bóng đá nữ, U16 Quốc gia...

Abstract: It is necessary to assess the speed strength level for athletes of the national U16 women's football team through the training stages; research process to select criteria to assess the speed power level of athletes of the national U16 women's football team, and at the same time develop evaluation criteria of the selected criteria for research subjects.

Keywords: Develop evaluation, speed power, Athletes, women's soccer team, U16 National...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Kiểm tra, đánh giá thường xuyên kết quả tập luyện của vận động viên (VĐV) bóng đá là một trong những khâu quan trọng của quá trình huấn luyện. Những thông tin thu được qua kiểm tra sẽ có ý nghĩa thiết thực giúp cho các giáo viên, HLV nắm được tình trạng tập luyện của các VĐV và từ đó xây dựng các giáo án hợp lý, đạt hiệu quả cao nhất. Tuy nhiên, việc nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn cho VĐV bóng đá trẻ chưa được tiến hành một cách khoa học và toàn diện. Ở nước ta, trong những năm gần đây cũng có rất nhiều công trình khoa học nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ huấn luyện kỹ - chiến thuật và thể lực cho VĐV bóng đá của các tác giả: Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2000); Phạm Cẩm Hùng (2002); Nguyễn Hiền Lương 2012; Nguyễn Minh Ngọc (2017)...

Vì vậy, việc nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ (SMTĐ) cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia là cần thiết cho công tác huấn luyện môn bóng đá.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tổng hợp tài liệu tham khảo; phỏng vấn tọa đàm; kiểm tra sự phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ

cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo chúng tôi đã lựa chọn được 04 Test đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia và tiến hành phỏng vấn 45 HLV, chuyên gia, trọng tài... môn Bóng đá. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Đã lựa chọn được 4 test chuyên môn ứng dụng trong đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia (đa số ý kiến lựa chọn các test có số điểm đạt 70% tổng điểm trở lên). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, đề tài đã lựa chọn được 04 test ở trên để đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia.

2.2. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia.

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia. Trong quá trình nghiên cứu, việc tiến hành kiểm tra sự phạm được tiến hành định kỳ trên đối tượng nghiên cứu theo 3 nhóm vị trí thi đấu: hậu vệ, tiền vệ và tiền đạo. Đồng thời tiến hành kiểm tra và so sánh kết quả kiểm tra giữa các nhóm để làm căn cứ xây dựng các tiêu chuẩn đánh giá với các nội dung đã lựa chọn. Kết quả

Bảng 1. Lựa chọn các test đánh giá SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia (n = 45)

TT	Test	Số người lựa chọn	
		n	%
1	Chạy 60m xuất phát cao (s)	18	40.00
2	Chạy 30m xuất phát cao (s)	44	97.78
3	Bật cao tại chỗ (cm)	21	46.67
4	Bật xa tại chỗ (cm)	15	33.33
5	Ném biên có đà (m)	44	97.78
6	Bật cao đánh đầu (cm)	40	88.89
7	Dẫn bóng tốc độ 30m sút cầu môn (s)	43	95.56
8	Ném biên tại chỗ (m)	21	46.67
9	Bật cóc 15m (s)	18	40.00
10	Bật xa 3 bước (cm)	15	33.33
11	Gánh tạ đứng lên ngồi xuống 1 phút (lần)	18	40.00
12	Nằm sấp chống đẩy 30s (số lần)	18	40.00
13	Bật nhảy nâng cao đùi tại chỗ (s)	21	46.67
14	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s).	21	46.67

Bảng 2. So sánh kết quả kiểm tra các test đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển bóng đá nữ U16 Quốc gia (n = 20)

TT	Test	Kết quả kiểm tra theo nhóm			$t_{1,2}$	$t_{2,3}$	$t_{3,4}$	P
		Hậu vệ (n = 8) (1)	Tiền vệ (n = 7) (2)	Tiền đạo (n=5) (3)				
1	Bật cao đánh đầu (cm)	55.51±2.22	57.34±2.28	59.18±2.34	2.414	2.416	4.970	<0.05
2	Chạy 30 m XPC (s)	4.59±0.18	4.46±0.17	4.33±0.16	2.179	2.363	4.647	<0.05
3	Ném biên có đà (m)	19.91±0.88	20.58±0.94	21.25±1.00	2.172	2.091	4.384	<0.05
4	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	7.56±0.31	7.35±0.28	7.14±0.26	2.061	2.294	4.439	<0.05

kiểm tra và so sánh được trình bày ở bảng 2.

Kết quả thu được tại bảng 2 cho thấy: Tất cả các test kiểm tra đánh giá thể lực của đối tượng nghiên cứu ở cả 3 nhóm vị trí thi đấu có khác biệt rõ ($t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$). Vì vậy chúng tôi tiến hành phân loại các test đánh giá SMTĐ cho 3 nhóm thành 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu, kém (theo quy tắc 2δ) tại các bảng 3, 4, và 5.

Căn cứ vào kết quả các bảng trên, nghiên cứu tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C cho từng test đã lựa chọn. Kết quả được trình bày ở các bảng 6, 7, 8 và bảng tiêu chuẩn xếp loại tổng hợp để đánh giá SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia (bảng 9).

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 04

Bảng 3. Tiêu chuẩn xếp loại đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí hậu vệ

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Bật cao đánh đầu (cm)	<51.07	51.08-53.29	53.30-57.73	57.74-59.95	>59.95
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	>4.95	4.94-4.77	4.76-4.41	4.40-4.23	<4.23
3	Ném biên có đà (m)	<18.16	18.17-19.04	19.05-20.79	20.80-21.67	>21.67
4	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	>8.18	8.17-7.87	7.86-7.25	7.24-6.94	<6.94

Bảng 4. Tiêu chuẩn xếp loại đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí tiền vệ

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Bật cao đánh đầu (cm)	<52.79	52.80-55.07	55.08-59.62	59.63-61.90	>61.90
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	>4.81	4.80-4.63	4.62-4.29	4.28-4.12	<4.12
3	Ném biên có đà (m)	<18.70	18.71-19.64	19.65-21.52	21.53-22.46	>22.46
4	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	>7.92	7.91-7.63	7.62-7.06	7.05-6.78	<6.78

Bảng 5. Tiêu chuẩn xếp loại đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí tiền đạo

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Bật cao đánh đầu (cm)	<54.51	54.52-56.84	56.85-61.52	61.53-63.85	>63.85
2	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	>4.65	4.64-4.49	4.48-4.17	4.16-4.01	<4.01
3	Ném biên có đà (m)	<19.25	19.26-20.25	20.26-22.25	22.26-23.25	>23.25
4	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	>7.66	7.65-7.40	7.39-6.88	6.87-6.62	<6.62

Bảng 6. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí hậu vệ

Test	Điểm									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Bật cao đánh đầu (cm)	61.06	59.95	58.84	57.73	56.62	55.51	54.40	53.29	52.18	51.07
Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.14	4.23	4.32	4.41	4.50	4.59	4.68	4.77	4.86	4.95
Ném biên có đà (m)	22.10	21.67	21.23	20.79	20.35	19.91	19.48	19.04	18.60	18.16
Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	6.78	6.94	7.09	7.25	7.40	7.56	7.71	7.87	8.02	8.18

Bảng 7. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí tiền vệ

Test	Điểm									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Bật cao đánh đầu (cm)	63.04	61.90	60.76	59.62	58.48	57.34	56.20	55.07	53.93	52.79
Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.04	4.12	4.21	4.29	4.38	4.46	4.55	4.63	4.71	4.80
Ném biên có đà (m)	22.93	22.46	21.99	21.52	21.05	20.58	20.11	19.64	19.17	18.70
Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	6.64	6.78	6.92	7.06	7.21	7.35	7.49	7.63	7.78	7.92

Bảng 8. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia vị trí tiền đạo

Test	Điểm									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Bật cao đánh đầu (cm)	65.02	63.85	62.69	61.52	60.35	59.18	58.01	56.84	55.68	54.51
Chạy 30 m xuất phát cao (s)	3.94	4.01	4.09	4.17	4.25	4.33	4.41	4.49	4.57	4.65
Ném biên có đà (m)	23.75	23.25	22.75	22.25	21.75	21.25	20.75	20.25	19.75	19.25
Dẫn bóng 30 m luân cọc sút cầu môn (s)	6.49	6.62	6.75	6.88	7.01	7.14	7.27	7.40	7.53	7.66

Bảng 9. Tiêu chuẩn xếp loại tổng hợp trong đánh giá SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 quốc gia

Xếp loại	Điểm tổng hợp theo các nhóm		
	Hậu vệ	Tiền vệ	Tiền đạo
Tốt	≥ 36	≥ 36	≥ 36
Khá	$32 \rightarrow <35$	$32 \rightarrow <35$	$32 \rightarrow <35$
Trung bình	$28 \rightarrow <31$	$28 \rightarrow <31$	$28 \rightarrow <31$
Yếu	$24 \rightarrow <27$	$24 \rightarrow <27$	$24 \rightarrow <27$
Kém	≤ 23	≤ 23	≤ 23

test đánh giá SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia. Đồng thời nghiên cứu đã xây dựng được 03 bảng phân loại, 03 bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Daxurxki V.M (1978), *Các tổ chất thể lực VĐV*, NXB TĐTT Hà Nội, Dịch : Bùi Từ Liêm, Phạm Xuân Tâm.

3. Ma Tuyết Điền (1999), *Bóng đá - Kỹ chiến thuật và phương pháp tập luyện*, Dịch: Đặng Bình, Nxb TĐTT, Hà Nội.

4. 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 TĐTT, Hà Nội.

5. Trần Quốc Tuấn, Nguyễn Minh Ngọc (2000), *Kiểm tra trình độ tập luyện đối với cầu thủ Bóng đá Việt Nam*, Viện khoa học TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả Luận

văn Thạc sĩ Giáo dục học, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh: “Nghiên cứu bài tập phát triển SMTĐ cho VĐV đội tuyển Bóng đá nữ U16 Quốc gia”, Ngô Thị Phương Thảo, giáo viên chỉ đạo TS. Nguyễn Lê Huy, 2019.

Ngày nhận bài: 10/2/2022; Ngày duyệt đăng: 17/3/2022



Ảnh minh họa