

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG BÀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỀU DƯỠNG NAM ĐỊNH

ThS. Trần Thùy Linh¹; TS. Tô Tiến Thành²

Tóm tắt: Trên cơ sở lý luận và thực tiễn, cùng với các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản trong lĩnh vực Thể dục thể thao, chúng tôi đã lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường Đại học Điều dưỡng Nam Định, trên cơ sở đó tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường Đại học Điều dưỡng Nam Định.

Từ khóa: Sức mạnh tốc độ; Bóng bàn; Nam sinh viên; Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định.

Abstract: By conventional scientific research methods, the topic has selected a system of speed strength assessment tests for male table tennis players to ensure the necessary reliability and informability, thereby building developed a standard for assessing strength and speed for male students of the table tennis team of Nam Dinh University of Nursing.

Keywords: Speed power; Table Tennis; Male students; Nam Dinh University of Nursing.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong quá trình đào tạo việc xác định các chỉ tiêu huấn luyện là cơ sở để đánh giá trình độ năng lực của Vận động viên (VĐV). Thực tiễn trong công tác huấn luyện cho nam sinh viên (SV) đội tuyển Bóng bàn trường Đại học Điều dưỡng (ĐHDD) Nam Định, việc kiểm tra đánh giá sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của các VĐV chủ yếu dựa theo kinh nghiệm của các huấn luyện viên (HLV), chưa có một hệ thống chỉ tiêu, tiêu chuẩn có đầy đủ cơ sở khoa học nhằm đánh giá SMTĐ cho VĐV. Vì vậy để nâng cao chất lượng đào tạo VĐV Bóng

bàn, cũng như giúp cho các HLV điều chỉnh nội dung, phương pháp huấn luyện, góp phần nâng cao thành tích thi đấu cho các VĐV, thì việc xây dựng các chỉ tiêu đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định là vấn đề cấp thiết trong giai đoạn hiện nay.

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

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định.

2.1.1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu.

Đề tài tiến hành phân tích các tài liệu có liên quan, đồng thời quan sát các buổi kiểm tra đánh giá trình độ VĐV Bóng bàn ở một số cơ sở đào tạo VĐV Bóng bàn như: Quân Đội, Hải Dương, Nam Định, trường ĐH TDTT Bắc Ninh... Để tìm ra 08 test thường được sử dụng để kiểm tra SMTĐ cho VĐV và SV rồi căn cứ vào điều kiện thực tế của trường ĐHDD Nam Định, sau đó lập phiếu phỏng vấn, đưa ra phỏng vấn các HLV, các nhà chuyên môn, các nhà quản lý... nhằm tìm ra những test đặc trưng và phù hợp nhất để kiểm tra SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được



Ảnh minh họa - Nguồn Internet

1. Trường Đại học Điều dưỡng Nam Định

2. Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Bảng.1. Kết quả phỏng vấn các test đánh giá SMTĐ cho nam sinh viên đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định.

TT	Test	Rất quan trọng 3 điểm	Quan trọng 2 điểm	Ít quan trọng 1 điểm	Tổng điểm
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	27	3	2	89
2	Nhảy dây tốc độ 30s (lần)	15	9	8	71
3	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	26	4	2	88
4	Bật xa tại chỗ (cm)	12	7	11	61
5	Bật nhảy một chân 10 bước (m)	8	12	12	60
6	Cầm vợt sắt 0,5kg mô phỏng động tác giặt bóng thuận tay 30s (lần)	25	4	3	86
7	Giặt bóng thuận tay với bóng xoáy lên theo đường chéo thuận 30s (quả)	26	3	3	87
8	Giặt bóng thuận tay với bóng xoáy xuống theo đường chéo trái 30s (quả)	26	3	3	87

trình bày ở bảng 1.

Theo nguyên tắc lựa chọn đã đề ra và từ kết quả phỏng vấn đề tài lựa chọn 05 test có sự đồng ý cao của các HLV, các nhà chuyên môn, các nhà quản lý (các test đạt từ điểm 80 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 05 test đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định gồm:

1. Nằm ngửa gập bụng 30s (lần).
2. Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần).
3. Cầm vợt sắt 0,5kg mô phỏng động tác giặt bóng thuận tay 30s (lần).
4. Giặt bóng thuận tay với bóng xoáy lên theo đường chéo thuận 30s (quả).
5. Giặt bóng thuận tay với bóng xoáy xuống theo đường chéo trái 30s (quả).

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định.

Chúng tôi tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại của các test đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định 5 mức: tốt, khá, trung bình, yếu, kém theo quy tắc 2 xích

ma như sau:

- Tốt: $> \bar{x} + 2\delta$
- Khá: Từ $\bar{x} + 1\delta$ đến $\bar{x} + 2\delta$
- Trung bình: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} + 1\delta$
- Yếu: Từ $\bar{x} - 1\delta$ đến $\bar{x} - 2\delta$
- Kém: $< \bar{x} - 2\delta$

Đối với các chỉ số tính bằng thời gian thì phân loại theo cách ngược lại, trong đó $< \bar{x} - 2\delta$ là tốt và $> \bar{x} + 2\delta$ là kém.

Kết quả thu được qua các bảng này để sử dụng trong việc đánh giá, phân loại trình độ của từng nội dung kiểm tra năng lực SMTĐ đồng thời nhằm phục vụ cho công tác đối chiếu, tham khảo trong thực tiễn huấn luyện và đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Đồng thời cũng căn cứ vào các kết quả xây dựng tiêu chuẩn phân loại tại bảng 2, chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Sau khi đã quy được tất cả kết quả của các chỉ tiêu ra điểm cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Đề tài sử dụng 5 test theo thang điểm 10 đánh giá SMTĐ thì tương ứng với số điểm tối đa quy

Bảng 2. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	< 16.0	16.0 – 17.0	18.0 – 19.0	20.0 – 21.0	> 21.0
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	< 11.0	11.0 – 12.0	13.0 – 14.0	15.0 – 16.0	> 16.0
3	Cầm vợt sắt 0,5kg mô phỏng động tác giạt bóng thuận tay 30s (lần)	< 19.0	19.0 – 20.0	21.0 – 22.0	23 – 24.0	> 24.0
4	Giạt bóng thuận tay với bóng xoáy lên theo đường chéo thuận 30s (quả).	<17.0	17.0 – 18.0	19.0 – 20.0	21.0 – 22.0	> 22.0
5	Giạt bóng thuận tay với bóng xoáy xuống theo đường chéo trái 30s (quả).	< 15.0	15.0 – 16.0	17.0 – 18.0	19.0 – 20.0	> 20.0

Bảng 3. Bảng điểm đánh giá SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định

TT	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần)	<15.0	15.0	16.0	17.0	18.0	19.0	20.0	21.0	22.0	>22.0
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	<10.0	10.0	11.0	12.0	13.0	14.0	15.0	16.0	17.0	>17.0
3	Cầm vợt sắt 0,5kg mô phỏng động tác giạt bóng thuận tay 30s (lần)	<18.0	18.0	19.0	20.0	21.0	22.0	23.0	24.0	25.0	>25.0
4	Giạt bóng thuận tay với bóng xoáy lên theo đường chéo thuận 50 quả (s)	<16.0	16.0	17.0	18.0	19.0	20.0	21.0	22.0	23.0	>23.0
5	Giạt bóng thuận tay với bóng xoáy xuống theo đường chéo thuận 50 quả (s)	<14.0	14.0	15.0	16.0	17.0	18.0	19.0	20.0	21.0	>21.0

đổi là 50 điểm, đối chiếu với kết quả thu được ở từ bảng 2 đến 3 chúng tôi xác định tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại tổng hợp SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày bảng 4.

Bảng 4. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 50)
1	Tốt	≥ 45
2	Khá	35 – 45
3	Trung bình	25 – 34
4	Yếu	15 – 24
5	Kém	≤ 15

Kết quả bảng 4 đã giúp nghiên cứu xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp SMTĐ cho nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định, rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu, kết quả nghiên cứu giúp cho HLV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác SMTĐ của VĐV.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu, đề tài đã xác định được 05 test đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu đảm bảo độ tin cậy, tính thông báo ở ngưỡng thống kê cần thiết. Đã xây dựng tiêu chuẩn đánh giá, bảng điểm phân loại tổng hợp của từng chỉ tiêu và bảng điểm tổng hợp đánh giá chung, cho phép đánh giá thuận tiện - chính xác và khách quan các chỉ tiêu đánh giá SMTĐ của nam SV đội tuyển Bóng bàn trường ĐHDD Nam Định.



TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng(2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT
 2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
 3. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, NXB TĐTT Hà Nội
 4. 孙民治 (2004) - 现代篮球教学与训练 - 北京: 人民教育出版社.
 5. 刘玉林 (2006) - 现代篮球运动研究 - 北京: 人民教育出版社.
 6. 乔纪龙, 李廷奎 (2017) - 篮球运动教程 - 北京体育大学出版社.
- Nguồn bài báo: bổ sung