

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC MẠNH CHUYÊN MÔN VẬN ĐỘNG VIÊN JIJITSU ĐỘI TUYỂN QUỐC GIA VIỆT NAM

ThS. Bùi Đình Tiến¹; ThS. Trương Ngọc Tú²

Tóm tắt: Đánh giá trình độ sức mạnh chuyên môn của vận động viên Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn test đánh giá trình độ tập luyện sức mạnh chuyên môn của vận động viên Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các test đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; sức mạnh chuyên môn; vận động viên; Jujitsu; Đội tuyển quốc gia Việt Nam

Abstract: It is necessary to assess the professional strength of the Vietnamese national team Jujitsu athletes through the training stages; the research process of selecting a test to evaluate the professional strength training level of the Vietnamese national team Jujitsu athlete, and at the same time building the evaluation criteria of the selected tests for the research subjects.

Keywords: Construction; standard; professional strength; athletes; Jujitsu; Vietnam national team

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Jujitsu được du nhập vào Việt Nam từ trước năm 1945 nhưng cho tới gần đây mới được phát triển. Đến nay cả nước đã có 20 tỉnh, thành phố tập luyện và phát triển môn Jujitsu. Xu hướng phát triển của Jujitsu ngày nay đòi hỏi vận động viên (VĐV) đa phần thường sử dụng lối đánh tấn công toàn diện, nhanh chóng giành điểm. Vì vậy, VĐV phải có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về thể lực, kỹ thuật, chiến thuật tâm lý và ý chí. Do đó, việc phát triển thể lực và hoàn thiện kỹ thuật, nâng cao khả năng, chức năng thực hiện tốt đòn đánh sẽ giúp cho VĐV đạt thành tích cao nhất trong tập luyện cũng như thi đấu. Do đó, việc huấn luyện sức mạnh chuyên môn (SMCM) cho VĐV Jujitsu có ý nghĩa rất quan trọng và là khâu không thể thiếu trong quá trình đào tạo.

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 thể lực của VĐV các môn thể thao khác nhau trong đó tiêu biểu là các công trình của các tác giả: Chung Tấn Phong 2000; Nguyễn Kim Xuân 2001; ngoài ra đánh đã có một số tác giả nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của VĐV võ thuật như: Trần Tuấn Hiếu (2004); Nguyễn Đức Hoàng (2008); Hoàng Phương Thúy (2009), Mai Thị Bích Ngọc (2015)...

Xuất phát từ thực tiễn huấn luyện trong những năm vừa qua cũng như định hướng sắp tới. Để phát triển môn Jujitsu ở Việt Nam và tiến hành xây dựng

một đội ngũ VĐV để thi đấu tốt hơn nên chúng tôi tiến hành nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMCM cho VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu; 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 SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu chúng tôi đã lựa chọn được 05 Test để đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam và tiến hành phỏng vấn 35 huấn luyện viên, chuyên gia, trọng tài môn Jujitsu, theo 5 mức độ của thang đo Likert (1. Rất không đồng ý; 2. Không đồng ý; 3. Không ý kiến; 4. Đồng ý; 5. Rất đồng ý) và xác định hệ số tin cậy Cronbach's Alpha. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 nghiên cứu đã lựa chọn được 04 test ứng dụng trong đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam (có hệ số tương quan biến - tổng (nhỏ hơn 0.3); và hệ số thang đo có độ tin cậy Alpha lớn hơn 0.7). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test ở trên để đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam, bao gồm:

- Take down double leg 30s (lần)

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMCM của VĐV đội tuyển Jujitsu quốc gia Việt Nam (n=35)

TT	Test	Giá trị thang đo					Tổng điểm	Giá trị trung bình	Cronbach's alpha
		1	2	3	4	5			
1	Take down double leg 30s (lần)	0	0	15	28	115	158	3,657	.792
2	Vào thế bẻ tay (armbar) 30s (lần)	0	0	6	52	100	158	2,886	.752
3	Vào thế siết cổ (choke gulitine) 30s (lần)	10	12	9	36	35	102	4,514	.335
4	Vào thế bẻ chân (leg look) 30s (lần)	0	0	15	36	105	156	4,514	.747
5	Pass guard (thoát quặp người) 30s (lần)	0	0	15	32	110	157	2,914	.741

- Vào thế bẻ tay (armbar) 30s (lần)
- Vào thế bẻ chân (leg look) 30s (lần)
- Pass guard (thoát quặp người) 30s (lần)

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam

Để phân loại trình độ SMCM đề tài sử dụng phương pháp 2δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả tính toán được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 để xác định test theo từng test trình độ SMCM của VĐV nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 3 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định độ tuổi của đối tượng nghiên cứu.
- Bước 2: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.

- Bước 3: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng theo lứa tuổi để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ tập luyện thể lực của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam (Tổng số VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam được kiểm tra là 16 VĐV); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và sử dụng quy tắc 2δ tiến hành để đánh giá kết quả kiểm tra của từng test riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các test, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các test trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (Thang độ được tính từ điểm 1 đến 10) với công thức $C = 5 + 2Z$, riêng đối với các Test tính thành tích bằng thời gian thì sử dụng công thức $C = 5 - 2Z$. Kết quả tính toán được trình

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại trình độ SMCM của VĐV đội tuyển Jujitsu quốc gia Việt Nam

TT	Các test kiểm tra	Nam					Nữ				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Take down double leg 30s (lần)	>19	17-19	14-16	12-13	<12	>13	11-13	9-10	7-8	<7
2	Vào thế bẻ tay (armbar) 30s (lần)	>32	30-32	27-29	25-26	<25	>29	27-29	24-26	22-23	<22
3	Vào thế bẻ chân (leg look) 30s (lần)	>37	35-37	30-34	27-29	<27	>34	31-34	26-30	24-25	<24
4	Pass guard (thoát quặp người) 30s (lần)	>21	19-21	16-18	14-15	<14	>19	17-19	13-16	11-12	<11



bày ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá thể lực của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng test đánh giá sức mạnh tốc độ theo từng nội dung của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam.

3.3. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá thể lực của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam

Từ kết quả tìm được tại bảng 2,3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả kiểm tra cho thấy ở mỗi test điểm tối đa là 10 và tối thiểu là 1. Có nghĩa là điểm tổng tối đa là 50 điểm ($X_{\max} = 50$) và tổng điểm tối thiểu là 5 điểm ($X_{\min} = 5$). Vậy khi muốn đánh giá SM chuyên môn cho VĐV Jujitsus đội tuyển quốc gia Việt Nam theo phân loại tốt, khá, trung bình, yếu và kém thì khoảng cách điểm đánh giá giữa các mức độ được tính như sau:

$$\frac{(X_{\max} - X_{\min})}{4} = \frac{36}{4} = 9,0$$

Kết quả xây dựng bảng xếp loại tổng hợp đánh giá sức mạnh chuyên môn cho VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam được trình bày tại bảng 4.

Bảng 3. Bảng đánh giá trình độ SMCM của nam VĐV đội tuyển Jujitsu quốc gia Việt Nam

TT	Các test kiểm tra	Nam										Nữ									
		Điểm										Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Take down double leg 30s (lần)	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
2	Vào thế bẻ tay (armbar) 30s (lần)	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44
3	Vào thế bẻ chân (leg lock) 30s (lần)	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43
4	Pass guard (thoát quặp người) 30s (lần)	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33

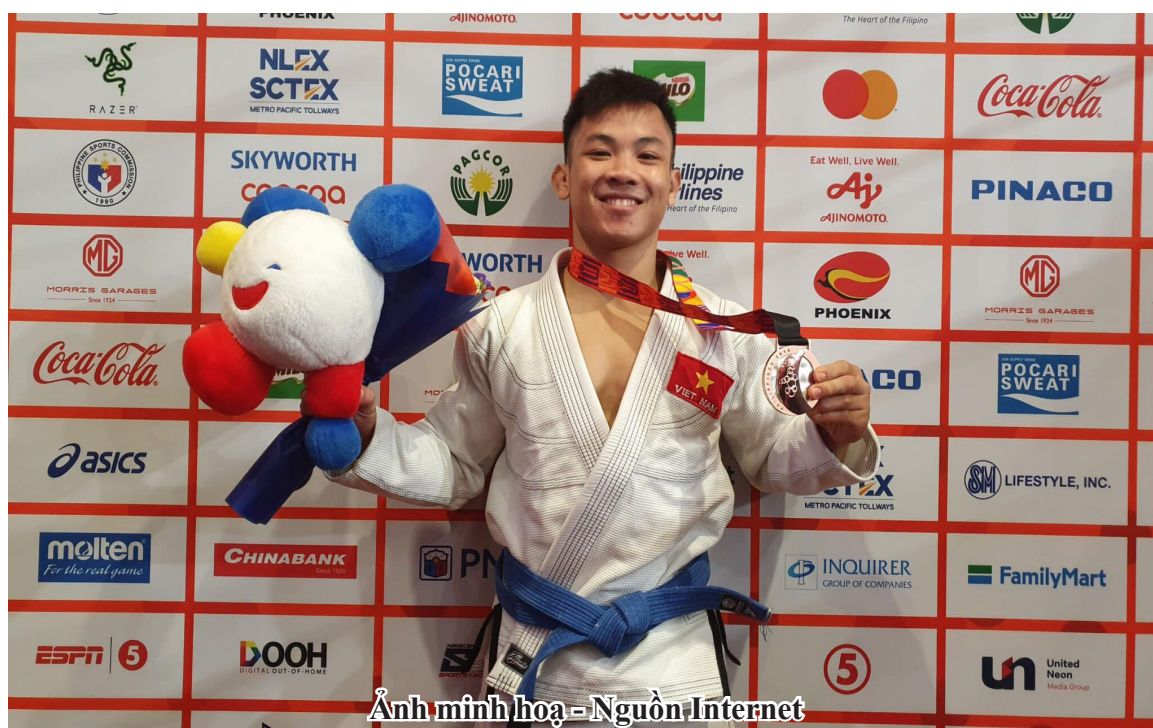
Qua bảng 4 cho phép đánh giá tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện thể lực của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV trong công tác đánh giá trình độ tập luyện VĐV được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 04 Test đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam, từ đó xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMCM của VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam.

Bảng 4. Bảng xếp loại tổng hợp đánh giá SM chuyên môn cho VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam

Xếp loại	Tổng điểm
Giỏi	>41
Khá	26 - 40
Trung bình	16 - 25
Yếu	11 - 15
Kém	<10



TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội..
2. Aleco B (1996), “Huấn luyện sức mạnh của KevinYan” (Huy Tường dịch), *Thông tin khoa học kỹ thuật TDTT*, (3), tr. 24 - 30.
3. Nguyễn Thành Lưu (2004), *Nghiên cứu xây dựng một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ hỗ trợ cho nhóm kỹ thuật gồng của VĐV vật tự do TP HCM*, Luận văn thạc sĩ khoa học giáo dục, Trường Đại học TDTT II, TP HCM, tr. 55, 76.
4. Lâm Quang Thành, Bùi Trọng Toại (2002), *Tính chu kỳ trong huấn luyện sức mạnh thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội, tr. 251 - 276.
5. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ kết quả KCKH: Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển SMCM cho VĐV Jujitsu đội tuyển quốc gia Việt Nam, Bùi Đình Tiến, ĐH Sư phạm Hà Nội.

Ngày nhận bài: 19/9/2022; **Ngày duyệt đăng:** 21/11/2022