

LỰA CHỌN TEST VÀ XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC BỀN BẬT NHẢY CHO ĐỘI TUYỂN BÓNG CHUYỀN NAM TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐÔNG Á THÀNH PHỐ ĐÀ NẴNG

TS. Nguyễn Ngọc Long¹, CN. Phạm Trường Nhân²

¹Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, ²Trường Đại học Đông Á Đà Nẵng

Tóm tắt: Thông qua sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy, đề tài đã lựa chọn được 4 test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á Thành phố Đà Nẵng. Trên cơ sở đó xây dựng được tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá được khách quan và chính xác sức bền bật nhảy của đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Sức bền bật nhảy, đội tuyển Bóng chuyền, Đại học Đông Á, thành phố Đà Nẵng.

Abstract: Using the regular research method, we have selected 4 test to evaluate jumping endurance for the men's volleyball team Dong A University in Da Nang city. On that basis, a classification standard and a summary scoreboard have been developed to objectively and accurately evaluate the jumping endurance of the research subjects.

Keywords: jumping endurance, volleyball team, Dong A University, Da Nang city.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển tố chất thể lực chuyên môn đặc biệt là sức bền bật nhảy là rất quan trọng trong thi đấu với thời gian dài. Sức bền bật nhảy là tố chất đặc trưng trong bóng chuyền và trong thi đấu thì sức bền bật nhảy rất có ý nghĩa ở các tình huống đối kháng trên không với đầu thủ. Nó rất cần thiết khi thực hiện các kỹ thuật như chuyền bóng, chắn bóng, phát bóng và đặc biệt là đập bóng. Sức bền bật nhảy tốt sẽ mở rộng được tầm quan sát khi cơ thể trên không, tăng khả năng phòng thủ và tấn công trên lưới bền bỉ. Huấn luyện sức bền bật nhảy còn đảm bảo phát triển mối quan hệ chặt chẽ giữa nâng cao năng lực khác của cơ thể với việc nâng cao ý chí, tâm lý ổn định, có tác dụng tích cực đến việc giáo dục các phẩm chất, nhân cách, đặc biệt là giáo dục tính kiên trì, bền bỉ cho các em. Việc lựa chọn test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á Thành phố Đà Nẵng là vấn đề

cấp thiết và có ý nghĩa thực tiễn.

Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn, tọa đàm; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp thực nghiệm sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Cơ sở lý luận và thực tiễn việc lựa chọn test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng.

Để lựa chọn các test ứng dụng trong công tác kiểm tra, đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng, qua tham khảo các tài liệu có liên quan cho thấy, quá trình lựa chọn các chỉ tiêu, các test đánh giá phải tuân thủ theo 3 nguyên tắc sau:

- **Nguyên tắc 1:** Các bài test lựa chọn phải đánh giá được sức bền bật nhảy

- **Nguyên tắc 2:** Việc lựa chọn các test phải đảm bảo độ tin cậy và mang tính thông tin cần thiết của đối tượng nghiên cứu.

- **Nguyên tắc 3:** Các test lựa chọn phải có các đơn vị đo lường cụ thể, có hình thức tổ chức đơn giản phù hợp với điều kiện thực tiễn của nhà trường.

Qua quá trình nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn và đưa ra được 10 test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng. Để đảm bảo tính khách và độ tin cậy của các test được lựa chọn, đề tài tiến hành phỏng vấn 24 chuyên gia, giảng viên, HLV chuyên Bóng chuyền. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn về việc sử dụng các test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường ĐHĐA-TPĐN (n = 24)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn lần 1				Kết quả phỏng vấn lần 2			
		Sử dụng		Không sử dụng		Sử dụng		Không sử dụng	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chạy cây thông (s)	10	41.67	14	58.33	12	50	12	50
2	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	22	91.67	2	8.33	23	95.83	1	4.17
3	Nhảy dây 2 phút (lần)	11	45.83	13	54.16	12	50	12	50
4	Ngồi xuống đứng lên bật nhảy tại chỗ 1 phút (lần)	15	62.5	9	37.5	16	66.67	8	33.33
5	Bật liên tục qua rào 1 phút (lần)	17	70.83	7	29.17	18	75	6	25
6	Bật cao có đà (cm)	11	45.83	13	54.17	10	41.67	14	58.33
7	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	23	95.83	1	4.17	24	100	0	0.0
8	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	22	91.67	2	8.33	22	91.67	2	8.33
9	Bật nhảy đập bóng liên tục ở vị trí số 4 trong 1 phút (lần)	18	75	6	25	17	70.83	7	29.17
10	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	24	100	0	0.0	24	100	0	0.0

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 1 đề tài đã lựa chọn được 04 test mà các chuyên gia, giảng viên, HLV sử dụng đạt tỷ lệ từ 91,67% trở lên để làm nội dung kiểm tra đánh giá cho đối tượng nghiên cứu trong quá trình thực nghiệm.

2. Xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test đã lựa chọn

2.1. Xác định tính thông báo các test

đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng.

Để xác định tính thông báo của các chỉ tiêu đã lựa chọn, đề tài tiến hành xác định mối tương quan giữa các test đã lựa chọn thông qua kết quả kiểm tra định kỳ và kết quả thi đấu của đối tượng nghiên cứu thông qua 04 test đã lựa chọn. Kết quả như ở bảng 2 và 3

Bảng 2. Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu, test đánh giá sức bền bật nhảy của VĐV đội tuyển Bóng chuyền nam trường ĐHĐA-TPĐN. (n=14)

TT	Chỉ tiêu đánh giá	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)
1	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	34.71±3.31
2	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	7.43±1.65
3	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	19.93±4.05
4	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	21.42±4.04

Bảng 3. Môi tương quan giữa các chỉ tiêu, test đánh giá sức bền bật nhảy cho VĐV đội tuyển Bóng chuyền nam trường ĐHĐA-TPĐN. (n=14)

TT	Chỉ tiêu đánh giá	Hệ số tương quan (r)
1	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	0.80
2	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	0.83
3	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	0.88
4	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	0.85

Từ kết quả thu được ở bảng 2 và 3 cho thấy: Tất cả các test đã lựa chọn ở đối tượng nghiên cứu đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính thông báo bởi $|r| > r_{\text{bảng}}$ với $P < 0.05$

2.2. Xác định độ tin cậy của các chỉ tiêu, test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng.

Nhằm mục đích xác định độ tin cậy của hệ thống các test đã qua khảo nghiệm tính thông báo để đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường ĐHĐA-TPĐN, đề tài tiến hành kiểm tra 2 lần trong điều kiện, phạm vi như nhau và trong cùng một thời điểm. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Kết quả xác định độ tin cậy của các chỉ tiêu, test đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường ĐHĐA-TPĐN. (n=14)

TT	Các chỉ tiêu kiểm tra	Lần 1 $\bar{x} \pm \delta$	Lần 2 $\bar{x} \pm \delta$	P
1	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	34.71±3.31	35.35±4.72	< 0.05
2	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	7.43±1.65	7.21±1.09	< 0.05
3	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	19.93±4.05	19.21±3.30	< 0.05
4	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	21.42±4.04	21.21±3.31	< 0.05

Từ kết quả thu được ở bảng 4 cho thấy: Cả 04 chỉ tiêu đã qua kiểm tra đều thể hiện hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức độ rất cao ($P < 0.05$).

3. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam

trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng.

Để đánh giá sự phát triển của từng test bằng sự phân loại theo quy tắc 2 xích ma và xây dựng thang điểm đánh giá theo thang độ C (thang điểm 10). Kết quả thu được trình bày ở bảng 5 và 6.

Bảng 5. Tiêu chuẩn xếp loại trình độ sức bền bật nhảy theo từng chỉ tiêu cho nam VĐV đội tuyển Bóng chuyền trường ĐHĐA-TPĐN

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	<29	29-33	34-36	37-41	>41
2	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	<4	4-6	7-8	9-10	>11
3	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	<12	12-17	18-21	22-28	>28
4	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	<14	14-19	20-23	24-29	>29

Bảng 6. Thang điểm đánh giá sức bền bật nhảy cho nam VĐV đội tuyển bóng chuyền trường ĐHĐA-TPĐN

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Tại chỗ bật cao với tay (lần)	45	43	41	39	37	35	33	31	29	27
2	Đập bóng theo phương lấy đà ở vị trí số 4 trong 2 phút (lần)	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3
3	Lộn xuôi kết hợp chạy đà bật nhảy ném bóng nhồi qua lưới 2 phút (lần)	29	27	25	23	21	19	17	15	13	11
4	Di chuyển chắn bóng treo 2 phút (lần)	31	29	27	25	23	21	19	17	15	13

Từ kết quả thu được ở các bảng 5 và 6, thông qua việc tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân, đề tài tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp trong đánh giá trình độ tập luyện sức bền bật nhảy cho đội tuyển

Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 7.

Bảng 7. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp tập luyện sức bền bật nhảy của đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng

Xếp loại	Điểm
Tốt	>36
Khá	28-36
Trung bình	20-27
Yếu	8-19
Kém	<8

KẾT LUẬN

- Lựa chọn được 04 test sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng

- Xây dựng được 01 bảng phân loại, 01

bảng điểm theo từng test và 01 bảng điểm tổng hợp đánh giá sức bền bật nhảy cho đội tuyển Bóng chuyền nam trường Đại học Đông Á thành phố Đà Nẵng. Các tiêu chuẩn đã xây dựng cho phép đánh giá thuận tiện, chính xác và khách quan sức bền bật nhảy của đối tượng nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
- [2]. Daxioroxki V.M (1978), *Các tổ chất thể lực của VĐV*, Nxb TĐTT, Hà Nội
- [3]. Harre D. (1996), *Học thuyết huấn luyện*, Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển, NXB TĐTT, Hà Nội.
- [4]. Nguyễn Ngọc Long và cộng sự (2016), *Giáo trình Bóng chuyền*, Nxb thông tin và truyền thông.
- [5]. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 15/7/2021, phản biện ngày 21/11/2021, duyệt in ngày 10/12/2021