

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM HỌC VIÊN ĐỘI TUYỂN TEAKWON-DO HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

ThS. Đinh Văn Hạnh

Học viện An ninh nhân dân

Tóm tắt: Kiểm tra đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ (SMTĐ) cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - Học viện An ninh nhân dân (HVANND) qua các giai đoạn học tập và huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn chỉ tiêu, test đánh giá trình độ tập luyện SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá của các chỉ tiêu đã lựa chọn cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; SMTĐ; nam học viên; Võ thuật Công an nhân dân; Học viện An ninh nhân dân

Abstract: It is necessary to test the speed level of male students of the Teakwon-do team - People's Security Academy through stages of learning and training; the research has successfully selected criteria, tests to assess the speed training for male athletes in the Teakwon-do team - People's Security Academy, and at the same time, it has developed evaluation standard for the selected criteria for the research subjects.

Keywords: Develop; standard; speed; male students; Martial Arts; People's Security Academy

ĐẶT VẤN ĐỀ

Để thực hiện việc nâng cao trình độ võ thuật trong lực lượng CAND, lãnh đạo Bộ Công an yêu cầu các trường Công an nhân dân tích cực nghiên cứu, đổi mới phương pháp dạy học. Đặc biệt, với môn Teakwon-do là một trong các môn được tổ chức thường xuyên tại các kỳ tổ chức thi đấu của Ngành. Quá trình huấn luyện đội tuyển Teakwon-do phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố như tác động của lối sống, điều kiện môi trường đào tạo ... Ngoài việc chuẩn bị kỹ thuật, chiến thuật, ý chí VĐV còn phải chuẩn bị đầy đủ về mặt thể lực, mà một trong những yếu tố thể lực quan trọng đó là SMTĐ. Việc nghiên cứu ứng dụng các test SMTĐ để đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do -

HVANND sao cho đạt hiệu quả cao là điều cấp thiết. Ở nước ta, trong những năm gần đây đã có các tác giả nghiên cứu về môn Võ thuật Công an nhân dân như: Nguyễn Thanh Hải (2011); Ngô Hải Hà (2018); Bùi Trọng Phương (2019)... Để đánh giá quá trình học tập, giảng dạy và huấn luyện phát triển đội tuyển Teakwon-do cũng như đánh giá trình độ SMTĐ cho đối tượng này, chúng tôi tiến hành nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND.

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

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn chỉ tiêu đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

Tiến hành lựa chọn chỉ tiêu đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND thông qua các bước: Lựa chọn qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm; Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên; Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi; Xác định tính thông báo và độ tin cậy của test.

Chúng tôi tiến hành phỏng vấn các giáo viên, HLV và một số cán bộ có chuyên môn

trong công tác giảng dạy môn võ Taekwondo bằng phiếu hỏi. Số phiếu phát ra 35, thu về đủ 31 phiếu. Chúng tôi sẽ lựa chọn những test đạt từ 70% tổng điểm tối trở lên để đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND gồm:

- 1- Đá thẳng trước (Ap chagi) chân sau vào đích 15s (lần)
- 2- Đá vòng cầu (Dollyo chagi) 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)
- 3- Nằm sấp chống đẩy tốc độ 30s (lần)
- 4- Nhảy dây 30s tốc độ 15s (lần)
- 5 - Đấm đích tốc độ 30s (lần)

Bảng 1. Kết quả phỏng lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND (n=31)

TT	Nội dung test kiểm tra	Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng		Tổng điểm	%
		m _i	Điểm	m _i	Điểm	m _i	Điểm		
1	Đá thẳng trước (Ap chagi) chân sau vào đích 15s (lần)	16	48	11	22	4	4	74	79.57
2	Đá vòng cầu (Dollyo chagi) 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	15	45	15	30	1	1	76	81.72
3	Đá vòng cầu chân trước 1 mục tiêu 15s (lần)	12	36	4	8	15	15	59	63.44
4	Đeo bao chì 1kg đá vòng cầu 1 mục tiêu 15s (lần)	12	36	3	6	16	16	58	62.37
5	Nằm sấp chống đẩy tốc độ 30s (lần)	15	45	12	24	4	4	73	78.49
6	Nhảy dây 30s tốc độ 15s (lần)	16	48	13	26	2	2	76	81.72
7	Đấm đích tốc độ 30s (lần)	13	39	14	28	4	4	71	76.34
8	Chạy 30m tốc độ cao (s)	12	36	4	8	15	15	59	63.44
9	Bật bực tốc độ 15s (lần)	12	36	3	6	16	16	58	62.37

2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

Để phân loại trình độ SMTĐ chúng tôi sử dụng qui tắc 2 δ cho phép đánh giá được kết quả kiểm tra. Kết quả được trình bày tại bảng 1. Kết quả phân loại được tiến hành như sau:

- ✓ Giỏi $> \bar{x} + 2\delta$
- ✓ Khá $\bar{x} + 1\delta _ \bar{x} + 2\delta$
- ✓ Trung bình $\bar{x} - 1\delta _ \bar{x} + 1\delta$
- ✓ Yếu $\bar{x} - 2\delta _ \bar{x} - 1\delta$
- ✓ Kém $< \bar{x} - 2\delta$

Qua bảng 1 để xác định test theo từng trình độ trình độ SMTĐ của học viên nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối

tượng nghiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng của các test để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

Bảng 1. Tiêu chuẩn phân loại trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND (n = 20)

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Đá thẳng trước (Ap chagi) chân sau vào đích 15s (lần)	≥ 24.72	24.71-23.66	23.65-21.54	21.53-20.48	≤ 20.47
2	Đá vòng cầu (Dollyo chagi) 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	≥ 35.34	35.33-34.02	34.01-31.38	31.37-30.06	≤ 30.05
3	Nằm sấp chống đẩy tốc độ 30s (lần)	≥ 37.96	37.95-36.78	36.77-34.42	34.41-33.24	≤ 33.23
4	Nhảy dây 30s tốc độ 15s (lần)	≥ 95.08	95.07-91.59	91.58-84.61	84.60-81.12	≤ 81.11
5	Đấm đích tốc độ 30s (lần)	≥ 63.84	63.83-62.22	62.21-58.98	58.97-57.36	≤ 57.35

Bảng 2. Bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

TT	Test	Thang điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Đá thẳng trước (Ap chagi) chân sau vào đích 15s (lần)	26	25	24	23	23	22	22	21	21	20
2	Đá vòng cầu (Dollyo chagi) 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	37	36	35	34	33	32	31	30	29	28
3	Nằm sấp chống đẩy tốc độ 30s (lần)	40	39	37	36	35	34	33	32	31	30
4	Nhảy dây 30s tốc độ 15s (lần)	97	95	93	92	90	88	86	85	83	81
5	Đấm đích tốc độ 30s (lần)	65	64	63	62	61	60	59	58	57	58

3. Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND (Tổng số nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND được kiểm tra là 20 học viên); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và Chúng tôi sử dụng quy tắc 2đ tiến hành để đánh giá kết

quả kiểm tra của từng chỉ tiêu riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các chỉ tiêu, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các chỉ tiêu 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 bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Các bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ của nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND. Rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá theo điểm từng chỉ tiêu đánh giá SMTĐ theo từng nội dung của nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND.

4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh

Bảng 3. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện của nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 45
Khá	35 – 44
Trung bình	25 – 34
Yếu	≤ 24
Kém	≥ 23

Qua bảng 3 cho phép đánh giá tổng hợp trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các giáo viên và 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.

KẾT LUẬN

giá SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND

Từ kết quả tìm được tại bảng 1 và 2 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ cho nam học viên đội tuyển Teakwon-do – HVANND theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 3

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ trình độ SMTĐ của nam học viên đội tuyển Teakwon-do - HVANND.

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam học viên đội tuyển Teakwon-do – HVANND.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. Bộ Công An (2006). Đề án 1252/2006/ĐA-BCA ngày 17/7/2006 về “Tăng cường, đổi mới giáo dục và đào tạo trong CAND giai đoạn 2006-2020”.
- [3]. Học viện An Ninh Nhân Dân. Quyết định số 1546/QĐ - T31 ngày 25/07/2008 của Giám đốc Học viện ANND về việc ban hành chương trình môn học hệ chính quy.
- [4]. Ngô Hải Hà (2018), “Xây dựng bài tập phát triển SMTĐ trong giảng dạy môn võ thuật Công an nhân dân tại HVANND”, Luận văn thạc sĩ giáo dục học.
- [5]. Bùi Trọng Phương (2019), “Nghiên cứu nội dung trong phương pháp tập luyện theo trạm nhằm phát triển sức mạnh cho sinh viên nam HVANND trong môn võ thuật Công an nhân dân”. Luận án tiến sĩ giáo dục học.

Bài nộp ngày 20/8/2022, phản biện ngày 15/9/2022, duyệt đăng ngày 30/10/2022