

NGHIÊN CỨU XÂY DỰNG HỆ THỐNG CHỈ TIÊU ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ TẬP LUYỆN CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN KARATEDO TRẺ 15-16 TUỔI

• PGS.TS Nguyễn Tiên Tiến (*), Th.S Dương Văn Hiến (**)
Th.S Nguyễn Hữu Minh Trí (***)

Tóm tắt

Với mục đích nhằm chuẩn hóa hệ thống chỉ tiêu trong đánh giá trình độ tập luyện cho vận động viên (VĐV) karatedo trẻ 15 - 16 tuổi, nghiên cứu đã sử dụng ba phương pháp là đọc tài liệu, phỏng vấn và toán thống kê, để xây dựng được hệ thống 41 chỉ tiêu, gồm có: 17 chỉ số hình thái, 4 chỉ số chức năng, 4 chỉ tiêu tâm lý, 9 test thể lực và 7 test kỹ thuật dùng để đánh giá trình độ tập luyện cho VĐV karatedo trẻ 15 - 16 tuổi.

1. Đặt vấn đề

Những năm gần đây, tuy karatedo là môn thể thao mới phát triển ở nước ta nhưng là môn thể thao sớm đem lại thành tích cao cho đoàn thể thao Việt Nam. Có thể điểm qua một số thành tích của môn karatedo trong những năm qua: Đạt được 3 huy chương vàng (HCV) tại Asias 14 và 15; 1 HCV duy nhất cho đoàn thể thao Việt Nam tại Asias 16; 12 HCV trên tổng số 19 bộ huy chương ở Seagame 22 tại Việt Nam và giành vị trí nhất toàn đoàn. Với thành tích trên, môn karatedo được ngành thể dục thể thao (TDTT) xem là môn thể thao mũi nhọn trên đấu trường quốc tế. Để tiếp tục nâng cao hơn những thành tích đạt được, đòi hỏi ngành TDTT nói chung và từng bộ môn thể thao phải có các chiến lược hoạch định, đào tạo một lớp VĐV trẻ tài năng, xứng đáng thay thế các lớp đàn anh đi trước. Để thực hiện được việc đó, đòi hỏi trong quy trình đào tạo VĐV trẻ các môn thể thao ở nước ta phải ngày càng được chuẩn hóa một cách bài bản và có cơ sở khoa học, góp phần thuận tiện cho việc kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện của VĐV các môn thể thao, làm cơ sở giúp cho các HLV tham khảo và điều chỉnh kịp thời trong quá trình huấn luyện, giúp cho việc khai thác tối ưu tiềm năng của VĐV nhằm đạt thành tích cao nhất. Cũng như nhiều môn thể thao khác, hiện nay bộ môn karatedo chưa xây dựng được hệ thống chỉ tiêu, tiêu chuẩn để đánh giá trình độ tập luyện cho VĐV karatedo ở các độ tuổi. Vì vậy, chúng tôi chọn nghiên cứu đề tài: “Nghiên cứu xây dựng hệ thống chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện của nam vận động viên Karatedo trẻ 15 - 16 tuổi”.

(*) Trung tâm NCKH & Y học TDTT, Trường Đại học Thể dục Thể thao TP.HCM.

(**) Bộ môn Giáo dục thể chất, Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn TP.HCM.

(***) Bộ môn thể dục, Trường Tiểu học Kim Đồng, Quận Gò Vấp, TP.HCM.

Mục đích nghiên cứu: Nhằm xác định các chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện cho VĐV Karatedo trẻ 15 - 16 tuổi.

Phương pháp nghiên cứu: Để đạt được mục đích trên, trong quá trình nghiên cứu, đề tài đã sử dụng các phương pháp đọc và phân tích tài liệu, phỏng vấn và phương pháp toán thống kê để thu thập và xử lý thông tin nghiên cứu.

Khách thể nghiên cứu: gồm 18 VĐV karatedo trẻ từ 15 - 16 tuổi ở tỉnh Tây Ninh.

2. Kết quả nghiên cứu

Để có được một hệ thống các chỉ số, chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện của VĐV karatedo trẻ 15 - 16 tuổi, đề tài tiến hành theo các bước sau:

2.1. Hệ thống hóa các chỉ số, chỉ tiêu được sử dụng trong đánh giá trình độ tập luyện của VĐV karatedo

Chúng tôi giải quyết vấn đề này thông qua tham khảo các tài liệu sách, báo chuyên môn, kết quả các công trình nghiên cứu, kết hợp mạn đàm trao đổi với các HLV đang huấn luyện VĐV karatedo trẻ của các tỉnh Bình Dương, Đồng Nai, Thành phố Hồ Chí Minh, Vĩnh Long, Cần Thơ, Tiền Giang, Đồng Tháp... Đồng thời, thông qua quan sát thực tiễn tại các câu lạc bộ (CLB), các trung tâm đào tạo VĐV karatedo trẻ, để tổng hợp các chỉ số, chỉ tiêu dùng đánh giá trình độ tập luyện) TĐTL (*cả về hình thái, chức năng, tâm lý, thể lực và kỹ chiến thuật*) cho VĐV karatedo trẻ, kết quả đã hệ thống hóa và tổng hợp được 113 chỉ số, chỉ tiêu, gồm 35 chỉ số hình thái, 8 chỉ số chức năng, 8 chỉ tiêu tâm lý, 38 test thể lực và 24 test kỹ thuật dùng để đánh giá TĐTL cho VĐV karatedo.

2.2. Sơ lược lựa chọn hệ thống chỉ số, chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện cho VĐV karatedo trẻ.

Căn cứ vào đặc điểm khách thể nghiên cứu, đặc thù tính chất hoạt động của môn karatedo, tình hình thực tiễn của tỉnh Tây Ninh và cũng là để tránh có sự trùng lặp về tính thông báo của test, bằng kinh nghiệm của bản thân, từ 113 chỉ số, chỉ tiêu, đề tài đã lược bớt 49 chỉ số, chỉ tiêu (*Hình thái 16 chỉ số; Chức năng 02 chỉ số; Tâm lý 02 chỉ tiêu; Thể lực 21 test; Kỹ thuật 08 test*).

Sau bước này còn lại 64 chỉ số, chỉ tiêu gồm: *19 chỉ số hình thái, 06 chỉ số chức năng, 06 chỉ tiêu tâm lý, 17 test thể lực và 16 test kỹ thuật*.

2.3. Phỏng vấn (phiếu An kết)

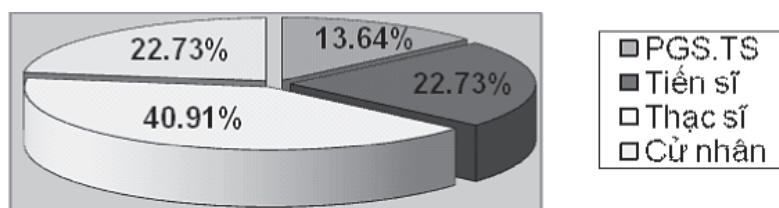
Thông qua xây dựng phiếu phỏng vấn, chúng tôi tiến hành phỏng vấn các chuyên gia, các huấn luyện viên của các trung tâm đào tạo VĐV karatedo tại Trường Đại học TĐTT TP.HCM, Đồng Nai, Bình Dương, Tiền Giang, TP. Hồ Chí Minh... là những người đã có kinh nghiệm trong huấn luyện cho VĐV karatedo trẻ, để lựa chọn hệ thống chỉ số, chỉ tiêu đánh

giá TĐTL cho VĐV karatedo. Từ 25 phiếu phát ra, chúng tôi thu về 22 phiếu. Đối tượng trả lời phỏng vấn là 22 người có trình độ như sau:

- Phó Giáo sư - Tiến sĩ: 03 người, chiếm tỷ lệ 13.64%.
- Tiến sĩ: 05 người, chiếm tỷ lệ 22.73%.
- Thạc sĩ: 09 người, chiếm tỷ lệ 40.91%.
- Cử nhân: 05 người, chiếm tỷ lệ 22.73%.

Tỷ lệ % trình độ của đối tượng được phỏng vấn được biểu thị qua Biểu đồ 1.

Biểu đồ 1. Tỷ lệ % trình độ của đối tượng phỏng vấn.



Kết quả tính toán về tỷ lệ % mức độ sử dụng các chỉ số, chỉ tiêu, đề tài quy ước chọn các chỉ số, chỉ tiêu được các chuyên gia, HLV chọn ở mức độ sử dụng thường xuyên và ít thường xuyên đạt trên 75% số phiếu thì được chọn để đánh giá trình độ tập luyện cho VĐV karatedo trẻ. Theo quy ước này, chúng tôi tiếp tục loại bớt được 17 chỉ số, chỉ tiêu (*Hình thái 2 chỉ số; chức năng 2 chỉ số; tâm lý 2 chỉ tiêu; thể lực 5 test; kỹ - chiến thuật 6 test*). Các chỉ số, chỉ tiêu và test bị loại do không đạt tỷ lệ % số phiếu. **Sau bước này còn lại, tổng cộng 47 chỉ số, chỉ tiêu và test. Trong đó có 17 chỉ số hình thái, 4 chỉ số chức năng, 4 chỉ tiêu tâm lý, 12 test thể lực và 10 test kỹ thuật.**

2.4. Kiểm nghiệm độ tin cậy của test

Trong nghiên cứu này, các chỉ số, chỉ tiêu đánh giá về hình thái, chức năng, tâm lý, được kiểm tra bằng các trang thiết bị hiện đại và các test có độ tin cậy cao nên các số liệu thu được chính xác cao, nên không phải kiểm nghiệm. Việc kiểm nghiệm chỉ tiến hành trên các test thể lực và kỹ thuật ở 10 VĐV. Đề tài tiến hành kiểm tra 2 lần, thời gian giữa 2 đợt cách nhau 7 ngày, các điều kiện và thứ tự quy trình kiểm tra là như nhau. Để kiểm tra độ tin cậy của test, tiến hành tính hệ số tương quan cặp ở từng test, giữa kết quả kiểm tra lần 1 và lần 2. Nếu hệ số tương quan $r \geq 0,8$ trở lên thì test có đủ độ tin cậy để sử dụng. Kết quả tính toán trình bày qua Bảng 1.

Bảng 1. Hệ số tương quan cặp giữa 2 lần kiểm tra.

TT	Tên test	r	p
A.	Thể lực:		
1	Chạy 30m (s)	0,91	< 0,05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	0,84	< 0,05

3	Nằm sấp chống tay 10" (lần)	0,92	< 0,05
4	Gập thân về trước (cm)	0,87	< 0,05
5	Chạy 1500m (s)	0,80	< 0,05
6	Chạy T test (s)	0,83	< 0,05
7	Xoạc ngang (cm)	0,82	< 0,05
8	Xoạc dọc (cm)	0,86	< 0,05
9	Lực bóp tay thuận (kg)	0,78	> 0,05
10	Nhảy dây 1'30" (lần)	0,72	> 0,05
11	Gập bụng 1'	0,75	> 0,05
12	Chạy 12'	0,84	< 0,05
B.	Kỹ thuật:		
13	Đá Maegeri 10s (lần)	0,91	< 0,05
14	Đá Mawashigeri 10s (lần)	0,93	< 0,05
15	Đấm Gyakuzuki 10s (lần)	0,89	< 0,05
16	Đấm Kizami 10s (lần)	0,82	< 0,05
17	Di chuyển đấm 10s (lần)	0,84	< 0,05
18	Đấm tay sau + Đá Maegeri 20s (lần)	0,81	< 0,05
19	Đấm tay sau 2 đích đối diện trong 10s (lần)	0,85	< 0,05
20	Đá thẳng trước 30s (lần)	0,78	> 0,05
21	Đá 2 đích đối diện 2.5m trong 30s (lần)	0,77	> 0,05
22	Đấm 3 mục tiêu hình nan quạt 30s (lần)	0,71	> 0,05

- Từ Bảng 1 ta thấy, có 9/12 test thể lực đều có kết quả giữa 2 lần kiểm tra, có hệ số tương quan đạt $r = 0.81 - 0.91 > 0.8$, với $P < 0.05$ nên đủ độ tin cậy để sử dụng. Riêng 3 test (*Gập bụng 1 phút; Nhảy dây 1 phút 30"*; *Lực bóp tay thuận*) đều có $r = 0.71 - 0.78 < 0.8$ nên chưa đủ độ tin cậy để sử dụng và bị loại.

- Có 7/10 test kỹ thuật đều có hệ số tương quan $r = 0,81 - 0,93 > 0,8$ nên đủ độ tin cậy để sử dụng với $p < 0,05$. Riêng 3 test (*Đá 2 đích đối diện cách 2.5m trong 30"*; *Đá thẳng trước 30s*; *Đấm 3 đích hình nan quạt 30s*), đều có $r = 0.71 - 0.78 < 0.8$ nên chưa đủ độ tin cậy để sử dụng và bị loại. Như vậy, các chỉ số, chỉ tiêu được chọn được thể hiện ở Bảng 2. dưới đây:

Bảng 2. Hệ thống các chỉ số, chỉ tiêu và test về hình thái, chức năng, tâm lý, thể lực và kỹ - chiến thuật được chọn đánh giá TBTL của nam VĐV Karatedo trẻ 15 - 16 tuổi.

Hình thái	Đánh giá đặc điểm cấu trúc cơ thể theo Miliserova	Chức năng	Tâm lý	Thể lực	Kỹ thuật
1. Chiều cao (cm)	1. Chiều cao đứng (cm)	1. Huyết áp (mmHg)	1. Phản xạ đơn (M-T)	1. Chạy 30m (s)	1. Đá Maegeri 10" (lần)
2. Cân nặng (kg)	2. Vòng cẳng tay (cm)	2. Dung tích sống (ml)	2. Phản xạ đơn (M-C)	2. Bật xa tại chỗ (cm)	2. Đá Mawashigeri 10" (lần)
3. Quetelet (g/cm)	3. Vòng cẳng chân (cm)	3. Công năng tim	3. Phản xạ phức (ms)	3. Nằm sấp chống tay 10" (lần)	3. Đấm Gyakuzuki 10" (lần)
4. Dài chân A/CC	4. Chiều dài tay (cm)	4. VO ₂ max (ml/ph/kg)	4. Năng lực xử lý thông tin (bit/s)	4. Gập thân về trước (cm)	4. Đấm Kizami 10" (lần)
5. Dài chân A/H	5. Rộng vai (cm)			5. Chạy 1500m (s)	5. Di chuyển đấm 10" (lần)
6. Dài chân B/H	6. Rộng hông (cm)			6. Chạy T test (s)	6. Đấm tay sau + Đá Maegeri 20" (lần)
7. Dài chân C/H	7. Rộng khuỷu tay (cm)			7. Xoạc ngang (cm)	7. Đấm tay sau 2 đích đối diện cách 2.5m trong 20" (lần)
	8. Rộng gối (cm)			8. Xoạc dọc (cm)	
	9. Nếp mỡ ở bụng (mm)			9. Chạy 12' (m)	
	10. NM DD cánh tay (mm)				
	11. NMDX bả vai (mm)				

3. Kết luận

Qua 4 bước lựa chọn, đảm bảo tính logic, tính khách quan, tính khoa học, đề tài đã xây dựng được hệ thống 41 chỉ số, chỉ tiêu, gồm 17 chỉ số hình thái trong đó có 11 chỉ số đánh giá đặc điểm cấu trúc cơ thể theo phương pháp của Milliserova, 6 chỉ số hình thái, 04 chỉ số chức năng, 04 chỉ tiêu tâm lý, 09 test thể lực và 07 test kỹ thuật dùng để đánh giá TĐTL cho VĐV karatedo trẻ 15 - 16 tuổi./.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Aulic.I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
- [2]. Đỗ Hùng Anh (1991), “Tình hình dùng test tâm lý ở Việt Nam”, *Tạp chí Nghiên cứu Giáo dục*.
- [3]. Dương Nghiệp Chí (1987), “Phương pháp lập test đánh giá khả năng tập luyện trong thể thao”, *Bản tin Khoa học kỹ thuật TĐTT*, số 06.
- [4]. Trần Tuấn Hiếu (2003), *Nghiên cứu sự phát triển sức mạnh tốc độ của VĐV karatedo từ 12 - 15 tuổi*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện khoa học TĐTT Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Tiên Tiến (2001), *Nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của VĐV bóng bàn nam 12 - 15 tuổi*, Luận án tiến sĩ Giáo dục học, Viện khoa học TĐTT Hà Nội.

Summary

In order to standardize a norm-based system in assessing young player's training ability of karatedo, aged between 15 and 16, the present study collected data from those of related materials and interviews. The target system is based on 41 criteria of 17 indexes in shape, 4 in function, 4 in psychology, 9 tests in fitness and 7 tests in technique.

Ngày nhận bài: 29/7/2013; ngày nhận đăng: 20/8/2013.