

THỰC TRẠNG SỨC MẠNH CỦA NAM SINH VIÊN HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN TRONG MÔN VÕ THUẬT CÔNG AN NHÂN DÂN

Bùi Trọng Phương*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy đánh giá thực trạng kết quả huấn luyện sức mạnh cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân (ANND) trong môn võ thuật Công an nhân dân (CAND) thông qua các nội dung: Thực trạng công tác huấn luyện, thực trạng trình độ sức mạnh trong môn võ thuật CAND của đối tượng nghiên cứu. Kết quả nghiên cứu cho thấy trình độ sức mạnh của nam sinh viên Học viện ANND trong môn võ thuật CAND còn thấp.

Từ khóa: Thực trạng, công tác giảng dạy, võ thuật Công an, nam sinh viên, Học viện An ninh nhân dân.

The reality of strength in martial art of male students at People's Security Academy

Summary:

Using scientific research methods, the reality of strength in martial art of male students at People's Security Academy is assessed regarding: the reality of training, the reality of strength in martial art of male students. The result indicates that the strength in martial art of male students at People's Security Academy is still low.

Keywords: Reality, training, martial art, male students, People's Security Academy

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong chương trình đào tạo của Học viện ANND, võ thuật CAND vừa góp phần thực hiện mục tiêu đào tạo người cán bộ công an có trình độ đại học vừa là một nội dung phục vụ trực tiếp công tác chiến đấu. Tuy nhiên, thực tế công tác huấn luyện, giảng dạy môn võ thuật CAND tại Học viện còn bộ lộ một số tồn tại, hạn chế nhất định như hệ thống bài tập, phương pháp huấn luyện còn thiếu khoa học và trình độ sức mạnh của nam sinh viên Học viện ANND chưa cao.

Để có căn cứ khoa học tác động các biện pháp nâng cao hiệu quả huấn luyện võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu, yêu cầu đặt ra là cần đánh giá được thực trạng công tác giảng dạy môn võ thuật CAND cho sinh viên nam Học viện ANND. Điều này có ý nghĩa thiết thực trong việc phát triển sức mạnh, nâng cao thể lực, kỹ năng, hiệu quả chiến đấu, kết quả học tập cho nam sinh viên Học viện ANND; góp phần nâng cao hiệu quả giảng dạy môn CAND ở Học viện ANND; đóng góp một phần vào thành tích giáo dục - đào tạo chung của Học viện

ANND; đáp ứng yêu cầu đặt ra đối với lực lượng CAND trong giai đoạn hiện nay.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp nghiên cứu lý luận; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành trên 150 nam sinh viên D46, Học viện ANND, thời điểm năm học 2016-2017.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Đánh giá thực trạng công tác huấn luyện sức mạnh cho nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân

1.1. Thực trạng chương trình giảng dạy môn Võ thuật Công an nhân dân

Đánh giá thực trạng chương trình giảng dạy môn Võ thuật CAND thông qua phân tích chương trình môn học và phỏng vấn trực tiếp các giảng viên Bộ môn Quân sự - Võ thuật -TDTT. Kết quả chi tiết được trình bày tại bảng 1.

*ThS, Học viện An ninh nhân dân; Email: buitrongphuong1979@gmail.com

Bảng 1. Thực trạng chương trình giảng dạy môn võ thuật CAND

Học phần	TT	Bài giảng	Thời gian
I (Kỹ thuật)	1	Bài những vị trí hiểm yếu trên cơ thể con người	3 tiết
	2	Bài tư thế di chuyển và quay đổi hướng	9 tiết
	3	Bài kỹ thuật tấn công bằng nắm tay	9 tiết
	4	Bài kỹ thuật tấn công bằng cạnh bàn tay	9 tiết
	5	Bài kỹ thuật tấn công bằng khuỷu tay	9 tiết
	6	Bài kỹ thuật tấn công bằng chân	9 tiết
	7	Bài kỹ thuật tránh né	3 tiết
	8	Bài kỹ thuật gạt đỡ	9 tiết
	9	Bài kỹ thuật ngã	9 tiết
	10	Bài kỹ thuật đâm dao	3 tiết
	11	Bài kỹ thuật vọt gậy	3 tiết
	12	Đấu tập	6 tiết
	13	Bài võ tổng hợp 38 động tác	10 tiết
	Tổng		91 tiết
II (Chiến thuật)	1	Bài một số kiến thức cơ bản trong môn võ thuật CAND	3 tiết
	2	Bài tình huống giăng co	9 tiết
	3	Bài tình huống bất ngờ đánh bắt đối phương	12 tiết
	4	Bài tình huống gỡ khóa	12 tiết
	5	Bài tình huống đánh bắt khi đối phương đâm dao găm	15 tiết
	6	Bài tình huống đánh bắt đối khi phương vọt gậy ngắn	12 tiết
	7	Bài tình huống đánh bắt khi đối phương dùng súng ngắn không chế	12 tiết
	8	Đấu tập	6 tiết
	9	Bài võ tổng hợp 44 động tác	10 tiết
		Tổng	

Qua bảng 1 cho thấy: Nội dung mỗi bài học có thời lượng chương trình không nhiều, đan xen cả lý thuyết và thực hành. Nội dung rèn luyện thể lực là một nội dung cơ bản và rất quan trọng nhưng được lồng ghép, đan xen trong các buổi học. Việc sử dụng hợp lý các bài tập và phương pháp giảng dạy giúp hiệu quả, chất lượng học tập, giảng dạy trong môn võ thuật CAND được nâng lên đáng kể. Do đó, cần phải có nghiên cứu chuyên sâu về các bài tập thể lực và phương pháp giảng dạy môn võ thuật CAND.

Từ nghiên cứu về chương trình môn học võ thuật CAND ở Học viện ANND cho thấy một số điểm sau:

+ Mục tiêu, yêu cầu đào tạo của chương trình môn học được xây dựng là toàn diện và cụ thể, phù hợp với mục tiêu yêu cầu đào tạo của Học viện và đặc thù của Ngành.

+ Nội dung chương trình được phân chia trong 2 năm tương ứng với 2 học phần là kỹ thuật và chiến thuật, nội dung năm sau khó hơn năm trước và mang tính kế thừa, tạo điều kiện cho sinh viên có thời gian để học tập, rèn luyện tích lũy vốn kỹ năng. Việc phân phối như vậy phù hợp với nguyên tắc tăng dần và nguyên tắc kế thừa trong học tập. Tuy nhiên, hiện nay môn học được học theo hình thức cuốn chiếu, cụ thể học liên tục trong một thời gian cả sáng và chiều, sau đó kết thúc luôn. Việc học như vậy làm cho người học bị áp lực cao cả về thể chất và tinh thần, thiếu thời gian hồi phục. Nếu có thể sắp xếp lịch học giãn cách ra sẽ tạo điều kiện cho người học có thời gian rèn luyện và hồi phục.

+ Thời lượng môn học là 182 tiết. Nếu so sánh với số giờ của môn học khi đào tạo theo niên chế trong thời gian trước đây, thì toàn bộ



Sức mạnh là tố chất thể lực rất được chú ý trong huấn luyện môn võ thuật nói chung và võ thuật CAND nói riêng

thời lượng môn học đã bị giảm đi 24%. Vì vậy, vấn đề đặt ra là cần phải nghiên cứu, đổi mới, ứng dụng những nội dung mới, phương pháp mới vào quá trình giảng dạy, học tập môn võ thuật CAND để đảm bảo mục tiêu, yêu cầu đào tạo đặt ra, góp phần nâng cao chất lượng đào tạo của Bộ môn QSVT - TDTT ở Học viện ANND.

1.2. Thực trạng sử dụng bài tập huấn luyện sức mạnh cho nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân rong môn võ thuật Công an nhân dân

Để có cơ sở thực tế cho việc nghiên cứu lựa chọn nội dung trong phương pháp huấn luyện sức mạnh theo trạm cho sinh viên Học viện ANND ở môn võ thuật CAND, đề tài tiến hành khảo sát việc sử dụng bài tập phát triển sức mạnh trong thực tế giảng dạy môn võ thuật CAND ở Học viện ANND.

Qua quan sát 40 giáo án (20 giáo án học phần kỹ thuật, 20 giáo án học phần chiến thuật) môn võ thuật CAND của Học viện ANND cho thấy:

+ Tổng thời gian một giáo án là 150 phút, chia thành 3 tiết.

+ Trong 20 giáo án học phần kỹ thuật có: 5 giáo án (25%) có bài tập phát triển sức mạnh; 10 giáo án (50%) ít có bài tập phát triển sức mạnh, chủ yếu các bài tập để phát triển kỹ thuật cơ bản; 5 giáo án (25%) không có bài tập phát triển sức mạnh.

+ Trong 20 giáo án học phần chiến thuật có: 3 giáo án (15%) có bài tập phát triển sức mạnh;

14 giáo án (60%) ít có bài tập phát triển sức mạnh, chủ yếu các bài tập để phát triển kỹ thuật cơ bản; 3 giáo án (15%) không có bài tập phát triển sức mạnh.

+ Việc sử dụng bài tập phát triển sức mạnh phân bố không đều, chưa hệ thống. Các bài tập đã dùng chưa được định lượng vận động cụ thể theo hướng phát triển sức mạnh. Phần lớn các bài tập tập trung vào kỹ thuật cơ bản, dùng kỹ thuật cơ bản để phát triển sức mạnh, thiếu các bài tập chuyên biệt.

Để thấy rõ hơn thực trạng việc sử dụng nội dung (bài tập) trong phương pháp huấn luyện sức mạnh cho sinh viên học viện ANND trong môn võ thuật CAND, chúng tôi tiến hành điều tra qua kế hoạch giảng dạy môn võ thuật CAND ở Học viện ANND. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển sức mạnh cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân

Loại bài tập	Số lượng	m _i	Tỷ lệ %
Bài tập sức mạnh chung		30	42.86
Bài tập sức mạnh chuyên môn		35	50.00
Bài tập thi đấu		5	7.14
Tổng		70	100

Qua bảng 2 cho thấy: Số lượng bài tập phát triển sức mạnh sử dụng trong giảng dạy môn võ thuật CAND ở học viện ANND còn rất hạn chế, số lượng ít, chưa đa dạng phong phú, chưa đảm bảo để phát triển đầy đủ các loại sức mạnh cho sinh viên học viện ANND. Tóm lại, trong công tác huấn luyện, giảng dạy môn võ thuật CAND ở học viện ANND đã có quan tâm tới huấn luyện sức mạnh, nhưng thời gian dành để phát triển sức mạnh còn chưa nhiều, chủ yếu tập trung vào huấn luyện kỹ thuật cơ bản. Thiếu các bài tập chuyên môn đặc thù để phát triển sức mạnh, số lượng bài tập phân bố không đều.

2. Đánh giá thực trạng sức mạnh của sinh viên nam Học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân

2.1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh cho sinh viên nam Học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân

Tiến hành lựa chọn test đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên Học viện ANND trong môn Võ thuật CAND thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn các chuyên gia, đồng thời xác định độ tin cậy của các test bằng phương pháp test lặp lại và xác định tính thông

báo của các test bằng cách tính hệ số tương quan thứ bậc Spermen giữa kết quả kiểm tra các test và thành tích thi đấu của sinh viên. Kết quả lựa chọn được 15 test thuộc 4 nhóm: Sức mạnh tối đa (3 test); Sức mạnh tĩnh (2 test); Sức mạnh tốc độ (6 test); Sức mạnh bền (4 test). Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh chuyên môn trong môn võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu theo quy tắc 2 σ trên cơ sở kết quả kiểm tra 40 nam sinh viên D45, học viện ANND thời điểm năm học 2015-2016. Kết quả kiểm tra đã được xử lý đảm bảo tính phân phối chuẩn của mẫu nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

2.2. Đánh giá thực trạng sức mạnh của sinh viên nam học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân

Để đánh giá được thực trạng sức mạnh của sinh viên nam học viện ANND trong môn võ thuật CAND, đề tài đối chiếu kết quả kiểm tra các test với tiêu chuẩn đánh giá tổ chức sức mạnh để xếp loại trình độ sức mạnh của 150 nam sinh viên D46, học viện ANND thời điểm năm học 2016-2017 trong môn võ thuật CAND, sau đó xác định tỷ lệ % của từng loại. Kết quả đánh giá

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên Học viện ANND trong môn võ thuật Công an nhân dân

TT	Nhóm	Nội dung	Phân loại				
			Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Giỏi
1	Sức mạnh chung	Lực bóp tay thuận (kG)	<37.79	37.79-41.32	41.33-48.41	48.42-51.95	>51.95
2		Lực kéo lưng (kG)	<109.78	109.78-118.58	118.59-136.21	136.22-145.02	>145.02
3		Giật tạ trọng lượng tối đa lên ngang vai (kg)	<72.86	72.86-79.68	79.69-93.35	93.36-100.18	>100.18
4		Treo tay xà đơn (cánh tay và cẳng tay vuông góc) (s)	<46.29	46.29-50.62	50.63-59.31	59.32-63.65	>63.65
5		Bật xa tại chỗ (cm)	<199.01	199.01-214.96	214.97-246.89	246.90-262.85	>262.85
6		Gánh tạ 30 kg gập duỗi thân 20s (lần)	<13.38	13.38-14.64	14.65-17.16	17.17-18.42	>18.42
7		Gánh tạ 30kg ngồi xuống đứng lên 20s (lần)	<15.56	15.56-17.03	17.04-19.97	19.98-21.44	>21.44
8		Bê người đồng cân ngồi xuống đứng lên tối đa (lần)	<34.65	34.65-37.90	37.91-44.40	44.41-47.65	>47.65
9	Sức mạnh chuyên môn	Ôm ngang ngực người cùng tập (đồng cân), đứng trung bình tấn (s)	<45.26	45.26-49.50	49.51-58.01	58.02-62.26	>62.26
10		Đá vòng cầu vào đích 10s (lần)	<16.74	16.74 - 17.72	17.73 - 19.68	19.69-20.66	>20.66
11		Đạp ngang vào đích 10s (lần)	<18.88	18.88 - 19.99	20.00- 22.21	22.22-23.32	>23.32
12		Đấm thẳng vào đích 10s (lần)	<45.79	45.79-48.92	48.93-55.18	55.19-58.31	>58.31
13		Đá vòng cầu vào đích 1 phút (lần)	<79.83	79.83-85.19	85.20-95.91	95.92-101.27	>101.27
14		Đấm 2 đích cách nhau 3m trong 1 phút (lần)	<44.55	44.55-47.55	47.56-53.55	53.56-56.55	>56.55
15		Nằm chống đẩy số lần tối đa (lần)	<36.65	36.65-39.35	39.36-44.75	44.76-47.45	>47.45

Bảng 4. Kết quả xếp loại trình độ sức mạnh của nam sinh viên D46 Học viện An ninh nhân dân trong môn võ thuật Công an nhân dân (n=150)

TT	Nhóm	Test sức mạnh	Phân loại									
			Kém		yếu		Trung bình		Khá		Tốt	
			m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Sức mạnh chung	Lực bóp tay thuận (kG)	0	0	29	19.33	42	28.00	79	52.67	0	0
2		Lực kéo lưng (kG)	0	0	30	20.00	45	30.00	75	50.00	0	0
2		Giật tạ trọng lượng tối đa lên ngang vai (kg)	0	0	38	25.33	36	24.00	76	50.67	0	0
4		Treo tay xà đơn (cánh tay và cẳng tay vuông góc) (s)	0	0	34	22.67	56	37.33	60	40.00	0	0
5		Bật xa tại chỗ (cm)	0	0	37	24.67	53	35.33	60	40.00	0	0
6		Gánh tạ 30 kg gập duỗi thân 20s (lần)	0	0	30	20.00	41	27.33	79	52.67	0	0
7		Gánh tạ 30kg ngồi xuống đứng lên 20s (lần)	0	0	34	22.67	38	25.33	78	52.00	0	0
8		Bê người đồng cân ngồi xuống đứng lên tối đa (lần)	0	0	28	18.67	44	29.33	78	52.00	0	0
9	Sức mạnh chuyên môn	Ôm ngang ngực người cùng tập (đồng cân), đứng trung bình tấn (s)	0	0	26	17.33	34	22.67	90	60.00	0	0
10		Đá vòng cầu vào đích 10s (lần)	0	0	38	25.33	40	26.67	72	48.00	0	0
11		Đạp ngang vào đích 10s (lần)	0	0	49	32.67	48	32.00	53	35.33	0	0
12		Đấm thẳng vào đích 10s (lần)	0	0	30	20.00	50	33.33	70	46.67	0	0
13		Đá vòng cầu vào đích 1 phút (lần)	0	0	34	22.67	42	28.00	74	49.33	0	0
14		Đấm 2 đích cách nhau 3m trong 1 phút (lần)	0	0	38	25.33	55	36.37	57	38.00	0	0
15		Nằm chống đẩy số lần tối đa (lần)	0	0	30	20.00	45	30.00	75	50.00	0	0

hiện trạng sức mạnh của nam sinh viên Học viện ANND trong môn võ thuật CAND được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Trình độ sức mạnh trong môn võ thuật của sinh viên nam khóa D46 không có loại giỏi, loại khá chiếm từ 35.33% đến 60%; loại trung bình từ 22.67% đến 37.33%; vẫn còn loại yếu chiếm từ 17.33% đến 32.67%. Như vậy có thể thấy: Trình độ sức mạnh của sinh viên nam học viên ANND trong môn võ thuật CAND về cơ bản phát triển tương đối đồng đều. Tuy nhiên, đa phần nam sinh viên Học viện ANND trong môn võ thuật CAND có sức mạnh chỉ ở mức trung bình và mức khá, vẫn còn nhiều sinh viên chỉ đạt trình độ sức mạnh ở mức yếu. Như vậy, mặt bằng chung sức mạnh của nam sinh viên Học viện ANND trong môn võ thuật CAND phát triển chưa cao.

KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã xác định được thực trạng công tác giảng dạy môn võ thuật CAND cho nam sinh viên Học viện ANND. Trình độ sức mạnh trong môn võ thuật CAND của nam sinh viên Học viện ANND còn thấp.

Việc sử dụng các bài tập sức mạnh còn ít, hiệu quả chưa cao.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Thanh Hải, Bùi Trọng Phương, Nguyễn Văn Trọng, Chử Hồng Sơn (2017), *Tập bài giảng môn võ thuật Công an nhân dân*, Học viện An ninh nhân dân, Hà Nội.
2. Bùi Trọng Phương (2017), “Thực trạng sức mạnh tốc độ của học viên Học viện An ninh nhân dân trong học tập môn võ thuật Công an nhân dân”, *Tạp chí Khoa học Đào tạo và huấn luyện thể thao số 6/2017*, tr. 31 -32.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Tổng cục Chính trị Công an nhân dân (2015), Hướng dẫn số 11792/X11-X14 ngày 30 tháng 9 năm 2015 về thực hiện quy chế đào tạo đại học và cao đẳng hệ chính quy theo hệ thống tín chỉ, Tổng cục Chính trị Công an nhân dân, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 9/10/2018, Phản biện ngày 12/10/2018, duyệt in ngày 25/10/2018)