

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC BỀN CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN VÕ THUẬT ỨNG DỤNG CỦA HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

Trịnh Minh Hiền⁽¹⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường được sử dụng trong lĩnh vực TĐTT, tác giả đã chọn được 8 test chuyên môn đặc trưng (3 test đánh giá sức bền chung và 5 test đánh giá sức bền chuyên môn), đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo và xây dựng bộ tiêu chuẩn (bảng phân loại, thang điểm, đánh giá tổng hợp) để đánh giá sức bền cho vận động viên Đội tuyển Võ thuật ứng dụng của Học viện An ninh nhân dân.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức bền, Võ thuật ứng dụng, sinh viên, Học viện An ninh nhân dân.

Establish endurance assessment standards for athletes in the Applied Martial Arts Team, People's Security Academy

Summary:

Using scientific research methods, the author selected 8 specific professional tests (3 tests to assess general endurance and 5 tests to assess professional endurance). The selected tests can ensure sufficient reliability. The author also developed standards (classification table, scoring scale, overall assessment) in order to evaluate endurance strength for athletes in the Applied Martial Arts Team, People's Security Academy.

Keywords: Standards, endurance, Applied Martial Arts, students, People's Security Academy.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Võ thuật ứng dụng Công an nhân dân (CAND) là môn võ tổng hợp, chất lọc được những tinh hoa của nhiều môn phái võ khác hiện nay ở Việt Nam và trên thế giới, có tính ứng dụng trong thực tế chiến đấu cao. Chương trình môn học Võ thuật ứng dụng CAND hiện nay của Học viện An ninh nhân dân (ANND) được thiết kế với 165 tiết thực hành và 80 tiết tự tập và được chia thành 2 học phần. Nội dung chương trình đòi hỏi sinh viên phải có thể lực tốt mới đáp ứng được chuẩn đầu ra, đồng thời Học viện ANND luôn duy trì tập luyện thường xuyên đối với Đội tuyển Võ thuật ứng dụng CAND. Tuy nhiên, công tác huấn luyện VĐV Đội tuyển Võ thuật ứng dụng Học viện ANND còn nhiều bất cập, chưa đa dạng, chưa đảm bảo khoa học, đồng thời thiếu sự đánh giá thường xuyên và giai đoạn trong huấn luyện sức bền thông qua việc sử dụng các chỉ tiêu, tiêu chuẩn được xây dựng khoa học, đảm bảo tin cậy và tính thông báo. Đặc điểm hoạt động của môn Võ thuật ứng dụng của Học viện ANND là giao đấu đối kháng cá nhân trực tiếp nên chủ yếu sử dụng phương pháp đánh giá gián tiếp bằng các test sự phạm chuyên môn. Dựa trên việc tổng hợp cơ sở lý luận và thực tiễn, chúng tôi đề xuất các test

và tiêu chuẩn đánh giá sức bền của VĐV Đội tuyển Võ thuật ứng dụng CAND của Học viện ANND.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test và đánh giá phân phối chuẩn của số liệu khảo sát

Sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, bước đầu lựa chọn được 8 test đánh giá sức bền của VĐV. Thông qua kết quả 2 lần phỏng các HLV, các chuyên gia với tỷ lệ đồng ý từ 80% trở lên với kiểm định Wilcoxon = 41, $P = 0.2815 > 0.05$ đã khẳng định không có sự khác biệt giữa 2 lần phỏng vấn. Đồng thời giá trị kiểm định tương quan thứ bậc r (Spearman's Rank correlation) thu được từ 306.43 – 325.49 với 7/8 test ở ngưỡng $P < 0.001$ và 1/8 test ở ngưỡng $P < 0.01$, Hệ số tương quan mạnh đến rất mạnh giữa hai lần kiểm tra với r từ 0.88 – 0.99, có giá trị là các biến liên tục với giá trị ICC và khoảng tin cậy (CI) từ 0.70 – 1 là thuộc mức cao đến rất cao. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 8 test

⁽¹⁾TS, Học viện An ninh nhân dân; Email: Minhkhong273@gmail. Com

đánh giá sức bền cho VĐV Võ thuật ứng dụng CAND. Tuy nhiên, để đảm bảo kết quả xây dựng thang đo được chính xác cần tiến hành kiểm tra tính phân phối chuẩn của các số liệu khảo sát ở từng test thông qua đánh giá các tham số đặc trưng: hệ số biến thiên (CV: Coefficient of Variation) và kiểm tra phân phối chuẩn (skewness). Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

Từ kết quả ở các bảng 1 cho thấy các test đánh giá đều có kết quả tương đối tập trung (Có 1/8 test với $C_v < 5\%$, 1/8 test với $C_v < 3\%$), còn lại 6/8 test đều ở mức rất tập trung với $C_v < 1\%$. Về phân phối chuẩn thông qua giá trị Skew thu được cho thấy: có 5/8 test có giá trị âm từ -0.14 đến -1.16 phản ánh sự dịch chuyển sang phải so với phân phối chuẩn; và 3/8 test có giá trị dương từ 0.11 đến 0.82 biểu thị sự phân bố dịch chuyển sang trái so với phân phối chuẩn. Kiểm định phân phối chuẩn nhờ giá trị z thu được của các test từ 0.14 đến 1.50 đều nhỏ hơn 1.96. Như vậy, cả 8 test có mức ý nghĩa 5% nên nằm ở trong phạm vi cho phép, dữ liệu các test lựa chọn thu được đảm bảo tính phân phối chuẩn ở từng test đánh giá sức bền của VĐV Võ thuật ứng dụng của Học viện ANND.

2. Tiêu chuẩn đánh giá sức bền cho VĐV Đội tuyển Võ thuật ứng dụng CAND

Bảng 1. Kiểm định phân phối chuẩn kết quả kiểm tra các test đánh giá sức bền của VĐV Võ thuật ứng dụng CAND (n = 10)

TT	Test	\bar{x}	δ	C_v	Skew* ¹	z^{*2}
I	Sức bền chung					
1	Test Cooper (m)	3000.5	70	2.33	-0.89	-1.15
2	Co tay trên xà đơn (số lần tối đa)	12.9	1.2	0.09	0.17	0.22
3	Giữ thăng bằng trên một chân trong tư thế ngồi (s)	122.1	5.5	4.5	-0.97	-1.25
II	Sức bền chuyên môn					
4	Bắt chân đánh ngã bằng tạ trụ 3 phút (lần)	55.5	2	0.04	-0.14	-0.18
5	Bắt chân đánh ngã bằng xoay ly tâm 3 phút (lần)	86.6	2	0.02	0.11	0.14
6	Bóc vật bằng vai trước 3 phút (lần)	63.9	2.3	0.04	0.82	1.06
7	Vật vít cổ xoay ly tâm 3 phút (lần)	76.7	3.6	0.05	-0.76	-0.98
8	Vật khoá tay xoay ly tâm 3 phút (lần)	75.9	3.3	0.04	-1.16	-1.5
*1 Skew (skewness): Kiểm tra phân phối chuẩn						
*2 z: Kiểm định phân phối chuẩn (mức ý nghĩa: ± 2.58 là 10%; ± 1.96 là 5%)						

Từ giá trị trung bình và độ lệch chuẩn của kết quả kiểm tra, các test đánh giá sức bền, đề tài tiến hành xây dựng bộ tiêu chuẩn phân loại theo quy tắc 2 δ và bảng điểm từng test theo thang độ C và bảng điểm tổng hợp (theo thang đo Likert 5 bậc). Cụ thể:

- Tiêu chuẩn phân loại đánh giá theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu, kém (bảng 2).

- Thang điểm đánh giá cho từng test theo thang điểm 10 (bảng 3). Trong thực tiễn đánh giá, do có những kết quả không nằm ở mức phân định, nên khi đánh giá sử dụng phương pháp tiệm cận, nghĩa là thành tích một test gần với mức điểm nào hơn thì lấy điểm đó (trong cùng một mức giới hạn xếp loại ở bảng 2). Mặt khác, căn cứ vào bảng phân loại từng test, các mức phân loại ở đây cũng sẽ là căn cứ để áp dụng trong quá trình tra cứu, xếp loại cho từng test, qua đó sẽ khắc phục được thực tế một test của VĐV đạt ở mức xếp loại dưới không thể xếp ở mức trên, mặc dù mức chênh lệch thành tích ở mức tối thiểu.

- Điểm tổng hợp từ 8 test được xếp theo 5 mức của thang đo Likert: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém (bảng 4).

Bảng 2. Tiêu chuẩn xếp loại các test đánh giá sức bền của VĐV Võ thuật ứng dụng CAND

TT	Test	Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
I	Sức bền chung					
1	Test Cooper (m)	<2861	2861-2930	2931-3071	3072-3141	>3141
2	Co tay trên xà đơn (số lần tối đa)	<11	11-12	13	14-15	>15
3	Giữ thăng bằng trên một chân trong tư thế ngồi (s)	<111.1	111.1-116.7	116.6-127.6	127.7-133.1	>133.1
II	Sức bền chuyên môn					
4	Bắt chân đánh ngã bằng tạt trụ 3 phút (lần)	<52	52-53	54-58	59-60	>60
5	Bắt chân đánh ngã bằng xoay ly tâm 3 phút (lần)	<83	83-84	85-89	90-91	>91
6	Bốc vật bằng vai trước 3 phút (lần)	<59	59-61	62-66	67-69	>69
7	Vật vít cổ xoay ly tâm 3 phút (lần)	<70	70-72	73-80	81-84	>84
8	Vật khoá tay xoay ly tâm 3 phút (lần)	<69	69-72	73-79	80-83	>83

Bảng 3. Bảng tiêu chuẩn điểm các test đánh giá sức bền của VĐV Võ thuật ứng dụng CAND

TT	Test	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	Sức bền chung										
1	Test Cooper (m)	2861	2896	2931	2966	3001	3036	3071	3106	3141	3176
2	Co tay trên xà đơn (số lần tối đa)	11	11	12	12	13	14	14	15	15	16
3	Giữ thăng bằng trên một chân trong tư thế ngồi (s)	111.1	113.9	116.6	119.4	122.1	124.9	127.6	130.4	133.1	135.9
II	Sức bền chuyên môn										
4	Bắt chân đánh ngã bằng tạt trụ 3 phút (lần)	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61
5	Bắt chân đánh ngã bằng xoay ly tâm 3 phút (lần)	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92
6	Bốc vật bằng vai trước 3 phút (lần)	59	60	62	63	64	65	66	67	69	70
7	Vật vít cổ xoay ly tâm 3 phút (lần)	70	71	73	75	77	79	80	82	84	86
8	Vật khoá tay xoay ly tâm 3 phút (lần)	69	71	73	74	76	78	79	81	83	84



Võ thuật là một trong những nội dung bắt buộc tại học viện An ninh nhân dân

Bảng 4. Tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá sức bền của VĐV Võ thuật ứng dụng CAND

TT	Tổng điểm	Xếp loại
1	8.0-22.4	Kém
2	22.4-36.8	Yếu
3	36.8-51.2	Trung bình
4	51.2-65.6	Khá
5	65.6-80.0	Tốt

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã chọn được 8 test đánh giá đặc trưng, đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo và dữ liệu thu được đảm bảo theo phân phối chuẩn để làm căn cứ xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá sức bền của VĐV Đội tuyển Võ thuật ứng dụng CAND của Học viện ANND, bao gồm: Sức bền chung (3 test): Test Cooper (m), Co tay trên xà đơn (số lần tối đa), Giữ thăng bằng trên một chân trong tư thế ngồi (s); Sức bền chuyên môn (5 test): Bắt chân đánh ngã bằng tạt trụ 3 phút (lần), Bắt chân đánh ngã bằng xoay ly tâm 3 phút (lần), Bóc vật bằng vai trước 3 phút (lần), Vật vít cổ xoay ly tâm 3 phút (lần), Vật khoá tay xoay ly tâm 3 phút (lần). Xây dựng được tiêu chuẩn đánh giá sức bền cho VĐV Đội tuyển Võ thuật ứng dụng CAND của Học viện ANND, bao gồm: 1 bảng phân loại, 1 bảng điểm cho từng test và 1 bảng tiêu chuẩn điểm tổng hợp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Công an (2013), *Thông tư 24/2013/TT-BCA ngày 11/4/2013 của Bộ Công an về Quy định tiêu chuẩn rèn luyện thể lực trong lực lượng Công an nhân dân.*
 2. Bộ Công an (2022), *Tài liệu hướng dẫn huấn luyện, thi đấu thể thao ứng dụng nghiệp vụ trong Công an nhân dân*, (Lưu hành nội bộ), Nxb Công an nhân dân, Hà Nội.
 3. Harre D (1996), *Học thuyết huấn luyện*, (Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiền), Nxb TDTT, Hà Nội.
 4. Nguyễn Văn Tuấn (2020), *Phân tích dữ liệu với R*, Nxb Tổng hợp, TP. Hồ Chí Minh.
 5. Mã Khởi Vỹ (2001), *Tâm lý học TDTT*, Nxb Nhân dân Trung Quốc.
- (Bài nộp ngày 8/11/2023, Phản biện ngày 19/11/2023, duyệt in ngày 30/11/2023)**