LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên
Văn hóa thể chất trong các lễ hội mùa thu ở Việt Nam

6. Trương Anh Tuấn
Nghị quyết 08-NQ/TW của Bộ Chính trị về Tăng cường sự lãnh đạo của Đảng, tạo bước phát triển mạnh mẽ về thể dục, thể thao đến năm 2020 – Hạn chế và tồn tại của Thể dục thể thao Việt Nam sau 10 năm thực hiện

BÀI BÁO KHOA HỌC

9. Nguyễn Văn Phúc
Thực trạng rủi ro tài chính trong hoạt động thể dục thể thao ở Việt Nam

14. Lê Trí Trường; Đinh Khánh Thu
Đặc điểm phát sinh chất thải rắn sinh hoạt trong các sự kiện thể thao quần chúng tại Việt Nam

18. Phan Quốc Chiến
Đề xuất giải pháp phát triển Thể dục thể thao người cao tuổi trong bối cảnh hiện tại

23. Lê Hoài Nam, Lê Xuân Hùng
Giải pháp phát triển kỹ năng mềm cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

30. Bùi Việt Hà
Đề xuất giải pháp cốt lõi giúp nâng cao hiệu quả tạo nguồn tài chính cho các câu lạc bộ Bóng đá chuyên nghiệp Việt Nam

36. Nguyễn Thị Thu Quyết; Nguyễn Thị Xuân Phương; Phạm Văn Thắng; Nguyễn Tất Dũng
Giải pháp phát triển văn hóa đọc cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

41. Lê Thị Thanh Thủy; Trần Trung Nguyễn Trọng Bốn; Lưu Xuân Thái
Định hướng và giải pháp trong đào tạo cử nhân Thể dục thể thao chuyên ngành Bóng ném Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đáp ứng nhu cầu phát triển và hội nhập xã hội

48. Phan Thanh Mỹ; Nguyễn Thị Lệ Hằng
Đánh giá tính tích cực của sinh viên Trường Đại học Tài Chính – Marketing trong giờ học Giáo dục thể chất

55. Nguyễn Văn Phúc; Đinh Thị Mai Anh; Trần Thị Hồng Việt
Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam vận động viên Bóng bàn lứa tuổi 14-15

59. Đỗ Xuân Đoàn
Thực trạng công tác phát triển thể lực cho học viên quân sự Lào tại Trường sĩ quan lục quân 1

64. Đào Văn Thăng
Thực trạng các yếu tố căn bản đảm bảo chất lượng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn nội dung Súng trường cho nam vận động viên Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia

71. Nguyễn Thị Hiền
Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hình thái, chức năng tim mạch, hô hấp và thần kinh cơ cho vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 16-17 Đội tuyển trẻ quốc gia

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

77. Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Phương Thảo
Bài tập leo cầu thang đốt mỡ

80. Thể lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen
Physical culture in autumn festivals in Vietnam

6. Truong Anh Tuan
Resolution No.08 of the Politburo on strengthening the leadership of the Party, creating a strong development step in Physical Education and Sports until 2020 – limitations and existence of physical training and sports after 10 years of implementation presently

ARTICLES

9. Nguyen Van Phuc
Current status of financial risks in sports activities in Vietnam

14. Le Tri Truong; Dinh Khanh Thu
Characteristics of domestic solid waste generation in mass sports events in Vietnam

18. Phan Quoc Chien
Proposing solutions to develop sports for the elderly in the current context

23. Le Hoai Nam, Le Xuan Hung
Solutions for developing soft skills for students of Bac Ninh Sports University

30. Bui Viet Ha
Proposing core solutions to improve the efficiency of creating financial resources for Vietnamese professional football clubs

36. Nguyen Thi Thu Quyet; Nguyen Thi Xuan Phuong; Pham Van Thang; Nguyen Tat Dung
Solutions to develop reading culture for students of Bac Ninh Sports University

41. Le Thi Thanh Thuy; Tran Trung Nguyen Trong Bon; Luu Xuan Thai
Orientation and solutions in Bachelor of Sports majoring in Handball Bac Ninh Sports University to meet the needs of development and social integration

48. Phan Thanh My; Nguyen Thi Le Hang
Assessing the positivity of University of Finance - Marketing students in Physical Education class

55. Nguyen Van Phuc; Dinh Thi Mai Anh; Tran Thi Hong Viet
Developing standards for assessing professional fitness levels for male Table tennis players aged 14-15

59. Do Xuan Doan
Actual situation of physical development for Lao military cadets at Army Officer School 1

64. Dao Van Thang
Actual situation of basic factors to ensure the quality of professional physical training in rifle content for male National Youth Team Shooting athletes

71. Nguyen Thi Hien
Development of criteria for assessing morphology, cardiovascular, respiratory and neuromuscular function for athletes Pencak Silat aged 16-17 National youth team

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

77. Pham Tuan Dung; Nguyen Phuong Thao
Stair climbing exercise to burn fat

80. Rules of writing and posting.

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BÓNG BÀN LỨA TUỔI 14 -15

Nguyễn Văn Phúc[1]
Đinh Thị Mai Anh[2]; Trần Thị Hồng Việt[3]

Tóm tắt:
Bằng các phương pháp nghiên cứu cần thiết chúng tôi đã lựa chọn được 09 test làm cơ sở để xây dựng bộ tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn cho nam vận động viên bóng bàn lứa tuổi 14 -15 gồm: bảng tiêu chuẩn phân loại; bảng tiêu chuẩn điểm cho từng test và bảng điểm tổng hợp đảm bảo tính khoa học và tính khả thi. Đây là cơ sở khoa học quan trọng giúp huấn luyện viên xây dựng kế hoạch và điều chỉnh kế hoạch huấn luyện phù hợp, góp phần nâng cao hiệu quả công tác huấn luyện.
Từ khóa: thể lực chuyên môn, tiêu chuẩn đánh giá, vận động viên Bóng bàn trẻ.

Developing standards for assessing professional fitness levels for male Table tennis players aged 14-15

Summary:
By the necessary research methods, we had selected 09 tests as the basis to build a set of standards to assess the professional fitness level for male Table tennis players aged 14 -15, including: classify; The standard score table for each test and the summary scoreboard ensures the scientificity and feasibility. This is an important scientific basis to help coaches develop plans and adjust training plans accordingly, contributing to improving training efficiency.
Keywords: Professional fitness, assessment standards, young Table tennis players.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Xu hướng huấn luyện vận động viên (VĐV) Bóng bàn trẻ là tập trung phát triển kỹ, chiến thuật và thể lực, trong đó nhiệm vụ nâng cao trình độ thể lực chuyên môn (TLCM) chiếm vị trí vô cùng quan trọng. VĐV Bóng bàn trẻ cần phải được phát triển toàn diện các tố chất TLCM ở trình độ tương ứng, nhằm tạo tiền đề để đáp ứng được yêu cầu huấn luyện hiện đại với lượng vận động lớn, đó là cơ sở để đạt thành tích thể thao cao. Kiểm tra năng lực vận động, trình độ tập luyện, trong đó có đáng giá trình độ TLCM là một trong những nhiệm vụ, và là yếu tố cấu thành của qui trình huấn luyện. Tuy nhiên, trong thực tiễn huấn luyện, vấn đề này chưa được quan tâm thích đáng, các tiêu chuẩn được sử dụng chưa có đủ cơ sở khoa học, thiếu kiểm chứng, đặc biệt là đối với VĐV Bóng bàn trẻ. Chính vì vậy, việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15 là vấn đề rất cần thiết.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phỏng vấn tọa đàm, quan sát sư phạm, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15

Để có cơ sở lựa chọn test, bằng phương pháp tham khảo, tổng hợp các tài liệu liên quan và phỏng vấn bằng phiếu hỏi đã xác định được 03 nhóm tố chất TLCM đặc trưng của VĐV Bóng bàn là: nhóm tố chất tốc độ và tính linh hoạt; nhóm tố chất sức mạnh tốc độ và nhóm tố chất sức bền tốc độ.

Trên cơ sở kết quả đạt được, việc lựa chọn test đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15 được tiến hành theo các bước tiếp theo:

- Tham khảo, phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan;

[1]PGS.TS, [2] TS, [3] ThS,Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

- Quan sát sư phạm, phỏng vấn trực tiếp và gián tiếp bằng phiếu hỏi các HLV, chuyên gia đang trực tiếp huấn luyện Bóng bàn tại một số trung tâm TDTT khu vực phía Bắc;
- Xác định độ tin cậy của test;
- Xác định tính thông báo của test.

Kết quả đã lựa chọn được 09 test thuộc 3 nhóm tố chất TLCM đặc thù trong huấn luyện nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 -15, đó là:

- Nhóm Test đánh giá tốc độ và tính linh hoạt (3 test): Di chuyển ngang nhặt bóng 4.5m x 21 quả (giây); Phối hợp vụt nhanh thuận và trái tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần); Di chuyển ½ bàn giật bóng thuận tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)
- Nhóm Test đánh giá sức mạnh tốc độ (3 test): Mô phỏng di chuyển giật bóng thuận và trái tay với tạ tay 1kg trong 30 giây (lần); Bạt bóng thuận tay với bóng xoáy lên từ 1 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần); Di chuyển nhảy bước phối hợp đẩy trái và bạt phải từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)
- Nhóm Test đánh giá sức bền tốc độ (3 test): Nhảy dây đơn trong 2 phút (lần); Giật bóng thuận tay với bóng xoáy xuống từ 1 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần); Phối hợp di chuyển giật bóng thuận và trái tay xoáy lên từ 2 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần)

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15

Để có căn cứ cho việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá phù hợp, chúng tôi tiến hành lựa chọn mẫu đại diện cho VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15, đó là 16 nam VĐV trong độ tuổi đã đạt thành tích thi đấu tốt tại giải Vô địch các lứa tuổi toàn quốc (xếp hạng 1-16 đơn nam). Kiểm chứng kết quả thu được từ tập hợp mẫu cho thấy đã đảm bảo được các yêu cầu: đại diện cho tổng thể và tính phân bố chuẩn để tiến hành nghiên cứu bước tiếp theo

Trước tiên, chúng tôi tiến hành phân tích so sánh trình độ TLCM của đối tượng nghiên cứu theo hai lứa tuổi 14 và 15 nhằm xác định phương án xây dựng thang điểm phù hợp. Kết quả thu được cho thấy, sự khác biệt ở tất cả các test giữa hai độ tuổi 14 và 15 là không có ý

Bảng 1. Thang tiêu chuẩn phân loại trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15

TT	Test	Phân loại				
		Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
I. Tốc độ và tính linh hoạt						
1	Di chuyển ngang nhặt bóng 4.5m x 21 quả (giây)	<51.97	51.97-55.43	55.44-62.37	62.38-65.82	>65.82
2	Phối hợp vụt nhanh thuận- trái tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	>79.73	73.94-79.73	62.33-73.93	56.54-62.32	<56.54
3	Di chuyển ½ bàn giật bóng thuận tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	>74.89	69.96-74.89	60.06-69.95	55.13-60.05	<55.13
II. Sức mạnh tốc độ						
4	Mô phỏng di chuyển giật bóng thuận-trái tay với tạ tay 1kg trong 30 giây (lần)	>61.08	55.99-61.08	45.79-55.98	40.68-45.78	<40.68
5	Bạt bóng thuận tay với bóng xoáy lên từ 1 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	>76.57	72.17-76.57	63.35-72.16	58.94-63.34	<58.94
6	Di chuyển nhảy bước phối hợp đẩy trái-bạt phải từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	>80.79	76.12-80.79	66.76-76.11	62.09-66.75	<62.09
III. Sức bền tốc độ						
7	Nhảy dây đơn trong 2 phút (lần)	>307.12	283.89-307.12	237.38-283.88	214.14-237.37	<214.14
8	Giật bóng thuận tay với bóng xoáy xuống từ 1 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần)	>106.02	98.90-106.02	84.62-98.89	77.49-84.61	<77.49
9	Phối hợp di chuyển giật bóng thuận-trái tay xoáy lên từ 2 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần)	>128.30	119.51-128.30	101.89-119.50	93.09-101.88	<93.09

nghĩa thống kê ở ngưỡng P>0.05. Vì vậy, chúng tôi tiến hành xây dựng bộ tiêu chuẩn chung đánh giá trình độ TLCM cho đối tượng nghiên cứu.

*** Xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá trình độ TLCM của nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 – 15**

Từ kết quả kiểm tra sư phạm, chúng tôi sử dụng quy tắc 2δ để tiến hành xác định thang tiêu chuẩn phân loại theo từng chỉ tiêu đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 -15. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng tiêu chuẩn phân loại rất thuận tiện trong việc đánh giá, phân loại trình độ TLCM của VĐV theo từng nội dung, test kiểm tra.

Để sử dụng bảng tiêu chuẩn phân loại cần tuân theo quy trình như sau

- Tiến hành kiểm tra VĐV theo đúng tiêu chuẩn lập test, ghi lại thành tích;
- Đối chiếu kết quả lập test với tiêu chuẩn để xác định loại (mức) đạt được.

Kết quả đánh giá thu được sẽ là cơ sở để tuyển chọn hoặc phản ánh hiệu quả công tác huấn luyện, đồng thời cũng là luận cứ quan trọng trong việc đánh giá từng mặt mạnh, yếu về trình độ TLCM của VĐV để điều chỉnh kế hoạch, phương pháp và phương tiện huấn luyện.

*** Xây dựng bảng tiêu chuẩn điểm đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15**

Tiến hành xây dựng bảng tiêu chuẩn điểm đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15 trên cơ sở thang độ C. Kết quả cụ thể được trình bày ở bảng 2.

*** Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15**

Trên cơ sở bảng tiêu chuẩn điểm, để thuận lợi cho việc đánh giá tổng hợp trình độ TLCM, chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá phân loại trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 2. Bảng tiêu chuẩn điểm đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
I. Tốc độ và tính linh hoạt											
1	Di chuyển ngang nhặt bóng 4.5m x 21 quả (giây)	50.23	51.96	53.69	55.43	57.16	58.9	60.63	62.37	64.1	65.83
2	Phối hợp vụt nhanh thuận- trái tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	83	80	77	74	71	68	65	62	59	57
3	Di chuyển ½ bàn giật bóng thuận tay từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	77	75	72	70	67	65	63	60	58	55
II. Tốc độ sức mạnh tốc độ											
4	Mô phỏng di chuyển giật bóng thuận-trái tay với tạ tay 1kg trong 30 giây (lần)	64	61	59	56	53	50	48	46	43	41
5	Bạt bóng thuận tay với bóng xoáy lên từ 1 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	79	77	74	72	70	68	66	63	61	59
6	Di chuyển nhảy bước phối hợp đẩy trái-bạt phải từ 2 điểm sang 1 điểm trong 1 phút (lần)	83	81	78	76	74	71	69	67	64	62
III. Tốc độ sức bền tốc độ											
7	Nhảy dây đơn trong 2 phút (lần)	319	307	295	284	272	261	249	237	226	214
8	Giật bóng thuận tay với bóng xoáy xuống từ 1 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần)	110	106	102	99	95	92	88	85	81	77
9	Phối hợp di chuyển giật bóng thuận-trái tay xoáy lên từ 2 điểm sang 1 điểm trong 2 phút (lần)	133	128	124	119	115	111	106	102	97	93

Bảng 3. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 - 15

Xếp loại	Tổng điểm
Giỏi	≥74
Khá	58 -73
Trung bình	42 - 57
Yếu	26 - 41
Kém	≤25

*** Quy trình kiểm tra đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV bóng bàn lứa tuổi 14-15**

Quy trình kiểm tra đánh giá được tiến hành theo 3 bước:

Bước 1: Tiến hành kiểm tra 02 lần, lần lượt 09 test (từ test thứ 1 đến test thứ 9) để đánh giá thành tích. 02 lần kiểm tra cách nhau 03 ngày, lấy lần có thành tích tốt nhất. Sau đó đối chiếu thành tích với bảng tiêu chuẩn điểm để xác định điểm đạt được.

Bước 2: Cộng dồn điểm của từng test và tính tổng điểm đạt được.

Bước 3: Đối chiếu với bảng điểm tổng hợp để đánh giá xếp loại trình độ TLCM đạt được của VĐV.

3. Kiểm chứng ngẫu nhiên tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV bóng bàn lứa tuổi 14-15 được xây dựng

Để khẳng định giá trị ứng dụng trong thực tiễn của tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15 được xây dựng, chúng tôi áp dụng phương pháp kiểm chứng ngẫu nhiên (kiểm chứng mù). Thông qua lựa chọn ngẫu nhiên 06 VĐV, trong đó: 02 VĐV đạt huy chương vàng và bạc đơn nam U14-15; 02 VĐV xếp thứ hạng từ 9-16 đơn nam U14-15; 02 VĐV xếp thứ hạng từ 17-32 đơn nam U14-15.

Kết quả kiểm chứng cho thấy: 02 VĐV đạt thành tích tốt thì trình độ TLCM cũng đạt loại Giỏi, VĐV đạt thành tích trung bình thì kết quả kiểm tra TLCM ở mức trung bình và VĐV có thành tích yếu đạt kết quả yếu. Điều đó đã khẳng định, tiêu chuẩn đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn được đề tài xây dựng đảm bảo giá trị ứng dụng trong thực tiễn.

KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 09 test thuộc 3 nhóm tố chất TLCM đặc thù trong huấn luyện nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 -15.

Xây dựng được bộ tiêu chuẩn phân loại và tiêu chuẩn điểm đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 -15 đảm bảo tính khoa học, cho phép đánh giá tổng hợp và đánh giá riêng lẻ theo từng tố chất vận động.

Bộ tiêu chuẩn bước đầu kiểm chứng cho thấy tính chính xác, độ tin cậy trong việc đánh giá trình độ TLCM cho nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14 -15.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Amelin A.N (1985), *Bóng bàn hiện đại*, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT Hà Nội.

3. Lê Thiết Can (1997), "Nghiên cứu và ứng dụng một số bài tập nhằm phát triển các tố chất thể lực trong quá trình huấn luyện vận động viên Bóng bàn nam 13-14 tuổi", *Luận án tiến sỹ Giáo dục học*, Viện KHTDTT, Hà Nội.

4. Khâu Trung Huệ (1997), *Bóng bàn hiện đại*, Nxb TDTT.

5. Vũ Thành Sơn, (2006), *Huấn luyện thể lực cho vận động viên Bóng bàn*, Nxb TDTT, Hà Nội.

6. Nguyễn Danh Thái, Vũ Thành Sơn (1999), *Bóng bàn*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 23/3/2023, phản biện ngày 20/6/2023, duyệt in ngày 25/8/2023
Chịu trách nhiệm chính: Trần Thị Hồng Việt; Email: Viettranthihong@gmail.com)

Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859-4417

Số 4 -2023
(77)