



THỰC TRẠNG CÔNG TÁC HUẤN LUYỆN SỨC NHANH CHUYÊN MÔN TRONG HỌC TẬP VÕ THUẬT CHO SINH VIÊN HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN

Nguyễn Văn Trọng, Nguyễn Xuân Thuyết*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy đánh giá thực trạng công tác huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân (ANND) trên cơ sở các mặt: Chương trình giảng dạy, phân bổ thời gian huấn luyện các tố chất thể lực, đội ngũ giáo viên, thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức nhanh chuyên môn cho sinh viên cũng như thực trạng trình độ sức nhanh chuyên môn võ thuật của sinh viên. Kết quả nghiên cứu là căn cứ để lựa chọn và tác động các bài tập nâng cao hiệu quả phát triển sức nhanh chuyên môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND.

Từ khóa: Sức nhanh chuyên môn, môn võ thuật, công tác huấn luyện, sinh viên, Học viện ANND

Current situation of speed training in martial arts for students of People's Security Academy

Summary:

Using conventional scientific research methods to assess the current state of professional speed training in martial arts for students of the People's Security Academy, based on the following aspects: The curriculum, the allocation of time to train physical strength characteristics, the teaching staff, the current situation of using speed training exercise for students as well as the current state of professional speed level regarding martial arts major of students. The research results are the foundation for selecting and impacting exercises to improve the efficiency of martial arts skills development for students of the People's Security Academy.

Keywords: Professional speed, martial arts, training, students, People's Security Academy

ĐẶT VẤN ĐỀ

Tập luyện võ thuật Công an nhân dân từ lâu đã rất được coi trọng trong công tác đào tạo của lực lượng Công an nói chung và Học viện ANND nói riêng. Tuy nhiên, trong thực tế huấn luyện, vấn đề phát triển sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND luôn là vấn đề trăn trở của giáo viên, huấn luyện viên võ thuật tại Học viện.

Để có căn cứ khoa học thực tiễn làm cơ sở cho việc lựa chọn biện pháp nâng cao chất lượng huấn luyện sức nhanh chuyên môn môn võ thuật cho sinh viên Nhà trường, vấn đề đánh giá chính xác thực trạng công tác huấn luyện sức nhanh chuyên môn môn võ thuật cho sinh viên là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành trên 150 sinh viên D44, Học viện ANND.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng chương trình huấn luyện môn võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân

Đánh giá thực trạng chương trình huấn luyện môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND thông qua phân tích Chương trình môn học Quân sự - võ thuật - TDTT tại Học viện. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

*ThS, Học viện An ninh nhân dân

Bảng 1. Phân phối chương trình môn học võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Nội dung	Thời gian				
		Tổng số	Lý thuyết	Hạ khoa mục	Thực hành	Thi
Học phần 1: Lý luận chung và kỹ thuật		120	6	14	88	12
I	Lý luận chung					
1	Một số nhận thức cơ bản trong tập luyện võ thuật Công an nhân dân	4	4			
2	Những vị trí hiểm yếu trên cơ thể con người	2	2			
II	Kỹ thuật					
1	Thế đứng và di chuyển	6		2	4	02 K.tra
2	Kỹ thuật tấn công	33		4	27	
3	Kỹ thuật phòng ngự	21		4	16	02 K.tra
4	Kỹ thuật ghép (phòng ngự và tấn công)	12		2	9	02 K.tra
5	Kỹ thuật đâm dao và vọt gậy	9		2	6	
6	Đầu tập	15			14	
7	Ôn và thi học phần	18			12	6
Học phần 2: Chiến thuật		120		20	88	12
1	Tình huống bất ngờ đánh bắt đôi phương	12		2	9	02 K.tra
2	Tình huống đánh đôi kháng	9		2	7	
3	Tình huống gỡ khi bị đôi phương khóa	9		2	6	
4	Tình huống đánh giăng co	9		2	7	02 K.tra
5	Tình huống đánh bắt đôi phương đâm dao găm	12		2	9	
6	Tình huống đánh bắt đôi phương vọt gậy ngắn	12		2	9	
7	Tình huống đánh bắt đôi phương sử dụng súng không chế	12		2	9	02 K.tra
8	Tình huống đánh tổng hợp	18		4	13	
9	Tình huống bắt, khám xét + khóa trói	9		2	7	
10	Ôn và thi học phần	18			12	6
Tổng		240	6	34	176	24

Qua bảng 1 cho thấy: Môn học Võ thuật trong chương trình môn học Quân sự - võ thuật - TĐTT của Học viện ANND được tiến hành trong 240 giờ chia làm hai học phần kỹ thuật và chiến thuật, được giảng dạy ở học phần 1 và học phần 2 tương ứng với học kỳ 2 và học kỳ 3.

Môn võ thuật là một môn học thuộc khối kiến thức cơ sở của nhóm ngành và trong chương trình khung giáo dục đại học, nhóm ngành khoa học An ninh có quan hệ chặt chẽ với các môn học giáo dục quốc phòng, giáo dục thể chất và các môn học cơ bản, cơ sở khác. Môn học chiếm phần lớn thời gian tương đương với 8 học trình.

Môn học võ thuật trong chương trình môn

học Quân sự - võ thuật - TĐTT được phân bổ với: Giảng dạy lý thuyết: 06 tiết, Hạ khoa mục: 34 tiết; Thực hành: 176 tiết và thi học phần: 24 tiết. Qua trao đổi trực tiếp với các giáo viên Bộ môn cho thấy phân bổ chương trình là hợp lý, đảm bảo việc giảng dạy đạt hiệu quả tốt.

2. Thực trạng công tác huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân

2.1. Thực trạng đội ngũ giáo viên giảng dạy môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND

Thống kê thực trạng đội ngũ giáo viên giảng dạy môn võ thuật cho SV Học viện ANND thông qua thông qua phân tích hồ sơ cán bộ và phỏng vấn trực tiếp giảng viên GDTC tại Bộ

**Bảng 2. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC tại Học viện ANND năm học 2014-2015**

TT	Giới tính	Tổng số	Tổng số SV	Tỷ lệ SV/GV	Trình độ chuyên môn					
					HLV cao cấp	HLV chính	HLV	Trên ĐH	ĐH	Dưới ĐH
1	Nam	10	2356	214 SV/GV	3	3	4	4	6	0
2	Nữ	1			0	0	1	1	0	0
Tổng:		11			3	3	5	5	6	0

môn. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Số lượng giáo viên làm công tác giảng dạy môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND là 11 người, trong đó có: 03 HLV cao cấp, 03 HLV chính và 05 HLV. (Cán bộ được tuyển vào làm công tác giảng dạy môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND sẽ đảm nhận chức danh huấn luyện viên sau 2 năm duyệt giảng, sau 3 năm được xét duyệt bổ nhiệm chức danh huấn luyện viên chính và sau 5 năm tiếp theo sẽ được xét tham gia thi bổ nhiệm chức danh huấn luyện viên cao cấp).

Trong số 11 cán bộ giảng dạy có 1 giáo viên đang tham gia nghiên cứu sinh, 4 trình độ thạc sĩ, 2 đang học cao học, 4 trình độ cử nhân. Không có cán bộ trình độ dưới đại học. Đây là lực lượng cán bộ có trình độ cao, đảm bảo các yêu cầu của công tác huấn luyện và có khả năng học tập, rèn luyện nâng cao trình độ chuyên môn. Đây là một trong những mặt mạnh trong định hướng phát triển đội ngũ cán bộ giảng dạy của bộ môn.

Tuổi đời các cán bộ từ 28 – 51 tuổi, trong đó chủ yếu là từ 28 – 35 tuổi. Đây là lực lượng cán bộ trẻ, nhiệt huyết, có khả năng học tập, tiếp thu và ứng dụng khoa học công nghệ và cập nhật những thông tin, kết quả nghiên cứu khoa học mới, ứng dụng nâng cao hiệu quả giảng dạy cho sinh viên.

2.2. Thực trạng công tác huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân

Để đánh giá thực trạng công tác huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND, đề tài tiến hành phân tích giáo án tập luyện thực hành (176 giờ, tương đương 88 giáo án) và phỏng vấn trực tiếp các cán bộ làm công tác giảng dạy môn võ thuật cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng huấn luyện sức nhanh chuyên môn võ thuật cho sinh viên Học viện An ninh (n=88)

TT	Nội dung huấn luyện	Tổng số giáo án	Tỷ lệ %	
1	Kỹ thuật	40	45.46	
2	Chiến thuật	48	54.54	
	Tổ chất chuyên môn	30	34.09	
	Trong đó	Sức nhanh	12	40.00
		Sức mạnh	10	33.33
		Sức bền	8	26.67

Qua bảng 3 cho thấy:

Trong tổng số 88 giáo án quan sát có 45.46% tập luyện kỹ thuật, 54.45% số giáo án tập chiến thuật. Có những giáo án vừa tập luyện kỹ thuật và chiến thuật, đồng thời có những giáo án vừa tập luyện kỹ thuật và chiến thuật lại có phần huấn luyện các tổ chất chuyên môn, trong đó thời gian huấn luyện sức nhanh chuyên môn là 40% trong tổng thời gian huấn luyện tổ chất chuyên môn.

Sức nhanh chuyên môn là tổ chất thể lực quan trọng trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND. Theo ý kiến của các chuyên gia huấn luyện võ thuật Công an, thời gian dành cho huấn luyện sức nhanh chuyên môn của võ thuật Công an phù hợp khoảng 65% - 70% tổng thời gian huấn luyện tổ chất chuyên môn. Như vậy, thực trạng thời gian huấn luyện sức nhanh chuyên môn môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND còn thấp.

2.3. Thực trạng sử dụng bài tập huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật Công an nhân dân cho sinh viên Học viện An ninh nhân dân

Qua phân tích 30 giáo án có nội dung huấn luyện tổ chất chuyên môn và đặc biệt là 12 giáo



Sức nhanh chuyên môn môn võ thuật CAND cần thiết trong cả tấn công, phòng thủ, phản công cũng như phản xạ với các tình huống thay đổi trong thực tiễn

án có nội dung huấn luyện sức nhanh chuyên môn, đề tài nhận thấy các bài tập thường được sử dụng huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho đối tượng nghiên cứu gồm:

1. Bật nhảy qua lưng 20 lần.
2. Chạy 100m.
3. Chạy 60m.
4. Chạy 30m.
5. Gánh tạ 15kg kết hợp ngồi xuống đứng lên 15 giây.
6. Chạy nâng cao đùi với tải trọng 3kg.
7. Cõng nhau chạy 10m.
8. Bật cóc tiến 20m.
9. Chạy cầu thang 15m.
10. Cơ lưng liên tiếp 20 giây.
11. Cơ bụng liên tiếp 20 giây.
12. Nằm sấp chống đẩy 15 giây.
13. Nhảy lò cò 30m.
14. Bật bực cao 30cm.
15. Co tay xà đơn 15 giây.
16. Nhảy dây biến tốc 20 giây nhanh, 20 giây chậm.
17. Đá móc (đá vòng cầu) hai chân liên tiếp vào lăm-pơ 20 giây.
18. Đấm thẳng hai tay liên tiếp vào đích vòng 20 giây.
19. Nắm dây cao su đấm thẳng hai tay liên tiếp 15 giây.

20. Bật cóc cầu thang 15m.
 21. Đá thẳng (tổng trước) hai chân liên tiếp vào đích vòng 20 giây.
 22. Đứng lên ngồi xuống đá thẳng hai chân liên tiếp 20 giây.
 23. Tập bán đầu với đích 1 phút.
- Qua quan sát thực trạng cho thấy:

- Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập võ thuật Công an nhân dân cho sinh viên Học viện ANND còn hạn chế về số lượng, thể loại.
- Các bài tập còn chưa có phân bổ cụ thể các thành tố của lượng vận động như: Khối lượng, cường độ, tần suất sập lại, quãng nghỉ... mà tùy từng HLV khác nhau sẽ sử dụng khác nhau.
- Các bài tập được sử dụng theo kinh nghiệm của huấn luyện viên và chưa được nghiên cứu chứng minh hiệu quả.

Trên cơ sở phân tích thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức nhanh chuyên môn môn võ thuật cho đối tượng nghiên cứu, đề tài nhận thấy lựa chọn được những bài tập khoa học, có hiệu quả cao trong huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND là vấn đề rất cần thiết.

3. Thực trạng trình độ sức nhanh chuyên môn môn võ thuật của sinh viên Học viện An ninh nhân dân

Tiến hành lựa chọn các test đánh giá sức



nhanh chuyên môn môn võ thuật cho sinh viên học viện ANND thông qua thăm khảo tài liệu, quan sát sự phạm, phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi, xác định độ tin cậy của các test (bằng phương pháp test lặp lại), xác định tính thông báo của các test (bằng phương pháp tính tương quan thứ bậc Sperman giữa kết quả lặp test và thành tích thi đấu của sinh viên theo luật hiện hành). Nghiên cứu được tiến hành trên 87 sinh viên Học viện ANND, trong đó có 57 sinh viên nam và 30 sinh viên nữ. Kết quả, chúng tôi thu được 05 test đánh giá sức nhanh chuyên môn môn võ thuật cho sinh viên.

Để phục vụ cho quá trình đánh giá sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND, sử dụng tiêu chuẩn đánh giá là biện pháp quan trọng để sinh viên có căn cứ tự đánh giá năng lực của bản thân và giáo viên có cơ sở điều chỉnh quá trình huấn

luyện nhằm đạt được kết quả cao trong công tác giảng dạy. Sau khi xử lý bằng phương pháp toán học thống kê, xác định được độ tin cậy và tính thông báo của các Test lựa chọn và kiểm chứng mẫu bằng hệ số biến sai (Cv) và ϵ , chúng tôi tiến hành nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cho các chỉ tiêu lựa chọn trên kết quả của lần lặp Test thứ nhất.

Cụ thể việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cho đối tượng nghiên cứu được xây dựng trên quy tắc 2 δ . Kết quả tính toán được trình bày cụ thể ở bảng 4 và bảng 5.

Trên cơ sở tiêu chuẩn đã xây dựng, chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật của sinh viên Học viện ANND, đề tài tiến hành kiểm tra sức nhanh chuyên môn 150 sinh viên D44. Kết quả được trình bày ở bảng 6.

Bảng 4. Tiêu chuẩn phân loại chỉ tiêu đánh giá sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Nội dung kiểm tra	Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Đá thẳng hai chân liên tiếp 15s (số lần)	≥ 30.25	[28.15-30.25)	[22.20-28.15)	[20.45-22.20)	<20.45
2	Đấm thẳng hai tay liên tiếp 15s (số lần)	≥ 60.15	[53.35-60.15)	[42.75-53.35)	[37.50-42.75)	<37.50
3	Ngã sấp lộn ngựa 10s (số lần)	≥ 18.05	[14.62-18.05)	[8.72-14.62)	[5.75-8.72)	<5.75
4	Gỡ túm áo ngực 15s (số lần)	≥ 20.42	[17.25-20.42)	[11.26-17.25)	[8.62-11.26)	<8.62
5	Gỡ khóa cổ 20s (số lần)	≥ 21.46	[17.95-21.46)	[12.91-17.95)	[9.26-12.91)	<9.26

Bảng 5. Tiêu chuẩn phân loại chỉ tiêu đánh giá sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho nữ sinh viên Học viện An ninh nhân dân

TT	Nội dung kiểm tra	Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Đá thẳng hai chân liên tiếp 15s (số lần)	≥ 25.86	[21.25-25.86)	[15.05-21.25)	[11.89-15.05)	<11.89
2	Đấm thẳng hai tay liên tiếp 15s (số lần)	≥ 40.35	[35.72-40.35)	[28.65-35.72)	[24.46-28.65)	<24.46
3	Ngã sấp lộn ngựa 10s (số lần)	≥ 12.05	[9.52-12.05)	[5.05-9.52)	[3.45-5.05)	<3.45
4	Gỡ túm áo ngực 15s (số lần)	≥ 16.15	[13.24-16.15)	[9.36-13.24)	[6.15-9.36)	<6.15
5	Gỡ khóa cổ 20s (số lần)	≥ 15.75	[11.05-15.75)	[7.28-11.05)	[5.54-7.28)	<5.54

Bảng 6. Thực trạng sức nhanh chuyên môn võ thuật của sinh viên Học viện An ninh nhân dân (n=150)

TT	Nội dung kiểm tra	Giỏi		Khá		Trung bình		Yếu		Kém	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Đá thẳng hai chân liên tiếp 15s (số lần)	20	13.33	32	21.34	75	50	18	12.00	5	3.33
2	Đấm thẳng hai tay liên tiếp 15s (số lần)	22	14.67	30	20.00	74	49.33	20	13.33	4	2.67
3	Ngã sấp lộn ngựa 10s (số lần)	19	12.67	35	23.33	76	50.67	17	11.33	3	2.00
4	Gỡ túm áo ngực 15s (số lần)	16	10.67	33	22.00	72	48	21	14.00	8	5.33
5	Gỡ khóa cổ 20s (số lần)	16	10.67	34	22.67	78	52	14	9.33	8	5.33

Qua bảng 6 cho thấy: Kết quả kiểm tra trình độ sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật của sinh viên Học viện ANND đạt loại giỏi từ 10.67% đến 14.67%, loại khá từ 20.00% đến 23.33%, loại trung bình từ 48.00% đến 52.00%, loại yếu từ 9.33% đến 14.00%, loại kém từ 2.00% đến 5.33%.

Tổng hợp các số liệu phân loại cho thấy sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật của sinh viên Học viện ANND chủ yếu đạt ở mức trung bình từ 48.00% đến 52.00%, sinh viên đạt khá giỏi từ 10.67% đến 22.67%, sinh viên yếu kém từ 2.00% đến 14.00%.

KẾT LUẬN

- Môn học võ thuật là một môn học thuộc khối kiến thức cơ sở của nhóm ngành và ngành trong chương trình khung giáo dục đại học, nhóm ngành khoa học An ninh. Môn học chiếm phần lớn thời gian, tương đương với 8 đơn vị học trình (240 giờ).

- Các bài tập sức nhanh được sử dụng để huấn luyện sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND còn hạn chế về số lượng, chưa có cấu trúc các thành tố của lượng vận động chặt chẽ và chưa có kế hoạch ứng dụng cụ thể, thống nhất.

- Lựa chọn được 05 test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức nhanh chuyên môn trong học tập môn võ thuật cho sinh viên Học viện ANND. Trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng trình độ sức nhanh chuyên môn môn võ thuật của sinh viên nhà trường. Kết quả cho thấy, sức

nhanh chuyên môn môn võ thuật của sinh viên đạt mức khá giỏi từ 10.67% đến 22.67%, mức trung bình từ 48% đến 52%, mức yếu kém từ 2% đến 14%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. 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.*
2. Cục tham mưu (1967), *Võ thuật*, (tập 1), Nxb Công an vũ trang.
3. Học viện An ninh nhân dân (2009), *Giáo trình võ thuật CAND*, Nxb CAND.
4. 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.*
5. Tập thể các tác giả của Học viện ANND và Học viện CSND (2009), *Giáo trình võ thuật CAND dùng cho các học viện, trường CAND*, Nxb Công An Nhân Dân, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 8/10/2018, Phản biện ngày 12/10/2018, duyệt in ngày 28/11/2018)

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Văn Trọng
Email: nvtrong@gmail.com)