



XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BÓNG ĐÁ U19 CÂU LẠC BỘ BÓNG ĐÁ THANH HÓA

Nguyễn Văn Phúc*
Bùi Văn Tuấn**

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, chúng tôi đã lựa chọn được 04 test đủ tiêu chuẩn trong đánh giá sức mạnh tốc độ (SMTĐ) cho nam vận động viên (VĐV) Bóng đá U19 câu lạc bộ (CLB) Bóng đá Thanh Hóa. Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức mạnh tốc độ, nam VĐV Bóng đá, U19, CLB Bóng đá Thanh Hóa...

Building criteria for speed strength assessment of U19 male soccer players from Thanh Hoa Football Club

Summary:

Using the usual scientific research methods, we have selected four tests that qualify for the speed strength assessment of U19 male soccer players at Thanh Hoa Football Club. On this basis, developing a categorical classification table, synthetic score sheets, and general criteria regarding the PPS assessment for the research's subjects.

Keywords: Criteria, speed strength, male soccer, U19, Thanh Hoa Football Club...

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong hệ thống đào tạo VĐV Bóng đá nói riêng, cũng như VĐV các môn thể thao khác, việc nâng cao thành tích thể thao phụ thuộc rất nhiều vào các yếu tố tác động như lối sống, điều kiện, môi trường, đào tạo... Ngoài việc hoàn thiện trình độ kỹ, chiến thuật và rèn luyện ý chí, VĐV Bóng đá còn cần phải chuẩn bị đầy đủ về mặt thể lực, đặc biệt là tố chất SMTĐ. Nhưng hiện nay, việc đánh SMTĐ của VĐV CLB Bóng đá Thanh Hóa chủ yếu thông qua kết quả các giải thi đấu, chứ chưa có các phương tiện đánh giá đủ cơ sở khoa học.

Qua quan sát thực tế cho thấy, VĐV CLB Bóng đá Thanh Hóa có nhiều biểu hiện giảm sút SMTĐ ở cuối các trận đấu, làm giảm khả năng tranh cướp bóng, tỳ đè, phòng thủ và phản công nhanh, dẫn đến ảnh hưởng không tốt tới hiệu quả thi đấu. Để đánh giá chính xác trình độ SMTĐ của VĐV, làm căn cứ điều chỉnh quá trình huấn luyện đi đúng hướng, chúng tôi tiến hành: Xây

dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành trên 25 nam VĐV U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa

Tiến hành lựa chọn test đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa theo các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và tham khảo ý kiến các HLV.
- Lựa chọn qua phỏng vấn 45 HLV, chuyên

*PGS.TS, Phó Hiệu trưởng, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

**ThS, Câu lạc bộ Bóng đá FLC Thanh Hóa

BÀI BÁO KHOA HỌC

gia Bóng đá bằng phiếu hỏi.

- Lựa chọn qua xác định tính thông báo của các test: Tính tương quan kết quả lập test với hiệu suất thi đấu của VĐV theo các vị trí: Hậu vệ, Tiền vệ và Tiền đạo.

- Lựa chọn qua xác định độ tin cậy của các test: Sử dụng phương pháp test lặp lại với VĐV từng vị trí.

Kết quả, chúng tôi đã lựa chọn được 4 test đánh giá SMTĐ cho VĐV gồm: Chạy 30 m xuất

phát cao (s), Bật cao tại chỗ (cm), Dẫn bóng 30 m luôn cọc sút cầu môn (s) và Ném biên có đà (m).

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa

Để có căn cứ xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa, chúng tôi tiến hành so sánh kết quả lập test của VĐV theo từng vị trí thi đấu. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. So sánh kết quả kiểm tra SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa (n=25)

TT	Các test kiểm tra	Hậu vệ (1)		Tiền vệ (2)		Tiền đạo (3)		So sánh		
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	4.33±0.22	5.08	4.25±0.21	4.94	4.17±0.23	5.52	2.32*	2.21*	2.29*
2	Bật cao đánh đầu (cm)	55.14±4.47	8.11	58.36±4.56	7.81	61.57±1.42	2.29	2.28*	2.19*	2.27*
3	Dẫn bóng 30 m luôn cọc sút cầu môn (s)	7.49±0.42	5.61	7.34±0.43	5.86	7.18±0.41	5.71	2.41*	2.33*	2.18*
4	Ném biên có đà (m)	19.09±0.49	2.57	19.48±0.46	2.36	19.87±0.46	2.32	2.37*	2.26*	2.24*

Ghi chú: * tương đương $P < 0.05$

Qua bảng 1 cho thấy:

Kết quả kiểm tra SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa cho thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa các nhóm vị trí Hậu vệ, tiền vệ và tiền đạo ở ($P < 0.05$). Chứng tỏ, khi xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cần xây dựng tiêu chuẩn riêng cho mỗi nhóm vị trí.

Kiểm tra tính phân phối chuẩn của mẫu nghiên cứu cho thấy: Các mẫu nghiên cứu đều đảm bảo phân phối chuẩn với $Cv < 10\%$. Đây là điều kiện cần thiết để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho VĐV theo quy tắc 2 δ .

Trên cơ sở kiểm tra tính phân phối chuẩn của các test, chúng tôi tiến hành xây dựng tiêu chuẩn

đánh giá SMTĐ cho VĐV theo quy tắc 2 δ . Kết quả được trình bày từ bảng 2 tới bảng 4.

Song song với việc xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá SMTĐ cho VĐV, chúng tôi tiến hành quy điểm đánh giá SMTĐ cho VĐV theo thang độ C. Kết quả được trình bày tại bảng 5 tới bảng 7.

Các bảng tiêu chuẩn phân loại từ 2-4 và các bản điểm từ 5-7 rất thuận tiện cho việc đánh giá SMTĐ của VĐV theo từng nội dung, nhưng để xếp loại tổng hợp trình độ SMTĐ của VĐV thì chưa làm được. Chính vì vậy, cần thiết phải tiến hành xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá trình độ VĐV theo từng vị trí.

Bảng 2. Tiêu chuẩn xếp loại SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng hậu vệ

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	<3.89	3.89-4.11	4.12-4.55	4.56-4.77	>4.77
2	Bật cao đánh đầu (cm)	>64.08	59.61-64.08	50.67-59.60	46.2-50.66	<46.2
3	Dẫn bóng 30 m luôn cọc sút cầu môn (s)	<6.65	6.65-7.07	7.08-7.91	7.92-8.33	>8.33
4	Ném biên có đà (m)	>20.07	19.58-20.07	18.6-19.57	18.11-18.59	<18.11

**Bảng 3. Tiêu chuẩn xếp loại SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng tiền vệ**

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	<3.83	3.83-4.04	4.05-4.46	4.47-4.67	>4.67
2	Bật cao đánh đầu (cm)	>67.48	62.92-67.48	53.8-62.91	49.24-53.79	<49.24
3	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	<6.48	6.48-6.91	6.92-7.77	7.78-8.2	>8.2
4	Ném biên có đà (m)	>20.4	19.94-20.4	19.02-19.93	18.56-19.01	<18.56

Bảng 4. Tiêu chuẩn xếp loại SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng tiền đạo

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	<3.71	3.71-3.94	3.95-4.40	4.41-4.63	>4.63
2	Bật cao đánh đầu (cm)	>64.41	62.99-64.41	60.15-62.98	58.73-60.14	<58.73
3	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	<6.36	6.36-6.77	6.78-7.59	7.60-8.00	>8.00
4	Ném biên có đà (m)	>20.79	20.33-20.79	19.41-20.32	18.95-19.40	<18.95

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng hậu vệ

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	3.78	3.89	4	4.11	4.22	4.33	4.44	4.55	4.66	4.77
2	Bật cao đánh đầu (cm)	66	64	62	60	57	55	53	51	48	46
3	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	6.44	6.65	6.86	7.07	7.28	7.49	7.7	7.91	8.12	8.33
4	Ném biên có đà (m)	20.32	20.07	19.83	19.58	19.34	19.09	18.85	18.60	18.36	18.11

Bảng 6. Bảng điểm đánh giá SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng tiền vệ

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	3.73	3.83	3.94	4.04	4.15	4.25	4.36	4.46	4.57	4.67
2	Bật cao đánh đầu (cm)	70	67	65	63	61	58	56	54	52	49
3	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	6.27	6.48	6.70	6.91	7.13	7.34	7.56	7.77	7.99	8.20
4	Ném biên có đà (m)	20.63	20.40	20.17	19.94	19.71	19.48	19.25	19.02	18.79	18.56

Bảng 7. Bảng điểm đánh giá SMTĐ của nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa – Hàng tiền đạo

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	3.60	3.71	3.83	3.94	4.06	4.17	4.29	4.40	4.52	4.63
2	Bật cao đánh đầu (cm)	65	64	64	63	62	62	61	60	59	59
3	Dẫn bóng 30 m luân cộc sút cầu môn (s)	8.21	8.00	7.80	7.59	7.39	7.18	6.98	6.77	6.57	6.36
4	Ném biên có đà (m)	6.16	6.36	6.57	6.77	6.98	7.18	7.39	7.59	7.80	8.00



Đánh giá đúng trình độ SMTĐ là điều kiện quan trọng để tác động các biện pháp phù hợp nâng cao SMTĐ cho VĐV (Ảnh minh họa)

Từ kết quả nghiên cứu trên, các test đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa bao gồm 4 test. Mỗi test được quy theo thang điểm 10, nghĩa là tổng điểm đạt được tối đa của mỗi test là 10 điểm. Do vậy, tổng điểm tối đa đạt được của mỗi nhóm vị trí thi đấu sẽ là 40 điểm.

Bước tiếp theo, chúng tôi tiến hành quy đổi và xây dựng bảng tiêu chuẩn xếp loại đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Bóng đá U19 CLB Bóng đá Thanh Hóa theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 8.

Bảng 8. Bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ của VĐV Bóng đá U19, Thanh Hóa

Xếp loại	Điểm tổng hợp theo các nhóm		
	Hậu vệ	Tiền vệ	Tiền đạo
Tốt	≥ 36	≥ 36	≥ 36
Khá	32 → <35	32 → <35	32 → <35
Trung bình	28 → <31	28 → <31	28 → <31
Yếu	24 → <27	24 → <27	24 → <27
Kém	≤ 23	≤ 23	≤ 23

Từ kết quả bảng 8, khi đánh giá SMTĐ của VĐV Cần tiến hành theo các bước:

- Tiến hành kiểm tra VĐV bằng 4 test quy định theo đúng quy chuẩn
- Tính điểm đạt được của từng test kiểm tra theo từng vị trí thi đấu của VĐV
- Xác định tổng điểm và đối chiếu với bảng 8 để phân loại SMTĐ của VĐV.

Việc xếp loại SMTĐ của VĐV được tiến hành theo nguyên tắc có bù, có nghĩa là có thể lấy thành tích tốt của test này bù cho các test

khác, miễn tổng điểm đạt được trong khoảng quy định của từng loại.

KẾT LUẬN

1. Quá trình nghiên cứu lựa chọn được 4 test đủ tiêu chuẩn trong đánh giá SMTĐ cho nam VĐV Bóng đá U19 Thanh Hóa, đó là: Chạy 30m xuất phát cao (s); Bật cao đánh đầu (cm); Dẫn bóng 30m luôn cọc sút cầu môn (s) và Ném biên có đà (m).

2. So sánh kết quả kiểm tra SMTĐ của VĐV theo từng nhóm vị trí thi đấu đã có thấy có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê. Vì vậy, khi xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho VĐV cần xây dựng tiêu chuẩn đánh giá riêng cho từng vị trí. Từ căn cứ đó, chúng tôi đã xây dựng được 3 bảng tiêu chuẩn phân loại, 3 bảng điểm và 1 bảng điểm tổng hợp đánh giá SMTĐ cho VĐV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Alagich.R (1998), *Huấn luyện Bóng đá hiện đại*, (Dịch: Nguyễn Huy Bích, Phạm Anh Thiệu), Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Aulic.I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TĐTT, thành phố Hồ Chí Minh
4. Daxioroxki V. M (1978), *Các tổ chất thể lực của VĐV*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 6/11/2018, Phản biện ngày 12/11/2018, duyệt in ngày 28/11/2018

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Văn Phúc
Email: nguyenvanphuchn@gmail.com)