

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH CHO 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 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) và sức mạnh bền (4 test). Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ sức mạnh và bảng điểm đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân trong môn Võ thuật Công an nhân dân.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức mạnh, võ thuật Công an nhân dân, Học viện An ninh nhân dân.

Develop criteria for assessing the strength of male students of the People's Security Academy in the People's Police martial arts

Summary:

Using the conventional scientific research methods, we selected 15 tests in 4 groups: maximum power (3 tests), static power (2 tests), power of speed (6 tests) and durable power (4 test). Based on that, develop criteria for classification of power levels and scores of power assessment for male students of the People's Security Academy in the People's Police martial arts.

Keywords: Standards, strength, People's Police martial arts, People's Security Academy.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Một khâu quan trọng trong hoạt động giảng dạy đó là kiểm tra đánh giá. Kết quả kiểm tra sẽ giúp người dạy và người học nắm bắt được chất lượng giảng dạy, học tập một cách sát thực nhất, qua đó có thể nhanh chóng điều chỉnh phương pháp dạy và học, góp phần nâng cao hiệu quả giảng dạy, học tập.

Trong thực tế giảng dạy môn võ thuật CAND tại Học viện ANND còn bộc lộ một số tồn tại, hạn chế nhất định. Việc kiểm tra đánh giá sức mạnh của sinh viên nam Học viện ANND còn hạn chế, số lượng các test còn ít chưa phản ánh đầy đủ các mặt biểu hiện của sức mạnh trong môn Võ thuật Công an nhân dân (CAND). Vì vậy giảng viên khó nắm bắt được chính xác trình độ sức mạnh của sinh viên, điều đó đã hạn chế việc đổi mới phương pháp và phương tiện phát triển sức mạnh cho sinh viên nam Học viện ANND. Thực tế đã đặt ra yêu cầu cần thiết phải lựa chọn được hệ thống test và xây dựng các tiêu

chẩn đánh giá chính xác, khoa học cho sinh viên Học viện ANND trong môn Võ thuật CAND.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: 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 40 nam sinh viên năm thứ 3, Khóa D45, thời điểm kết thúc học kỳ 1 năm học 2015-2016 (kết thúc học phần 2 môn Võ thuật CAND).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên 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,

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

BÀI BÁO KHOA HỌC

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).

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

Để có căn cứ xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh môn Võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu, trước tiên, chúng tôi tiến hành kiểm tra phân phối chuẩn và tính đại diện của mẫu nghiên cứu. Chỉ khi mẫu nghiên cứu đảm bảo phân phối chuẩn và tính đại diện chúng tôi mới sử dụng kết quả kiểm tra làm cơ sở để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên Học viện ANND trong môn Võ thuật CAND. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Ở tất cả các test kết quả

Bảng 1. Kết quả kiểm tra các test đánh giá sức mạnh của sinh viên nam Học viện An ninh nhân dân (n=40)

TT	Loại hình SM	Test đánh giá	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)	Cv (%)	ϵ
1	Sức mạnh tối đa	Lực bóp tay thuận (kG)	44.87 \pm 3.54	7.89	<0.025
2		Lực kéo lưng (kG)	127.40 \pm 8.81	6.92	<0.022
3		Giật tạ trọng lượng tối đa lên ngang vai (kg)	86.52 \pm 6.83	7.89	<0.025
4	Sức mạnh tĩnh	Treo tay xà đơn (cánh tay và cẳng tay vuông góc) (s)	54.97 \pm 4.35	7.91	<0.025
5		Ôm ngang ngực người cùng tập (đồng cân), đứng trung bình tân (s)	53.76 \pm 4.25	7.91	<0.025
6	Sức mạnh tốc độ	Bật xa tại chỗ (cm)	230.93 \pm 15.96	6.91	<0.022
7		Đá vòng cầu vào đích 10s (lần)	18.70 \pm 0.98	5.24	<0.017
8		Đạp ngang vào đích 10s (lần)	21.10 \pm 1.11	5.26	<0.017
9		Đấm thẳng vào đích 10s (lần)	52.05 \pm 3.13	6.01	<0.019
10		Gánh tạ 30 kg gập duỗi thân 20s (lần)	15.90 \pm 1.26	7.92	<0.025
11		Gánh tạ 30kg ngồi xuống đứng lên 20s (lần)	18.50 \pm 1.47	7.95	<0.025
12	Sức mạnh bền	Bê người đồng cân ngồi xuống đứng lên tối đa (lần)	41.15 \pm 3.25	7.9	<0.025
13		Đá vòng cầu vào đích 1 phút (lần)	90.55 \pm 5.36	5.92	<0.019
14		Đấm 2 đích cách nhau 3m trong 1 phút (lần)	50.55 \pm 3.00	5.93	<0.019
15		Nằm chống đẩy số lần tối đa (lần)	42.05 \pm 2.70	6.42	<0.021

kiểm tra đều cho thấy tính đồng đều của tập hợp mẫu thể hiện ở Cv từ 5.24 - 9.95% <10%. Giá trị ϵ thu được ở tất cả các test kiểm tra đều <0.05. Như vậy, mẫu nghiên cứu là khá đồng đều, đảm bảo tính đại diện cho tổng thể và có thể sử dụng làm cơ sở trong xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ sức mạnh môn Võ thuật CAND cho đối tượng nghiên cứu.

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

Tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá sức mạnh cho nam SV Học viện ANND trong môn Võ thuật CAND trên cơ sở quy tắc 2 δ . Kết quả chi tiết được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Tiêu chuẩn phân loại đánh giá sức mạnh cho sinh viên nam Học viện An ninh nhân dân trong môn Võ thuật Công an nhân dân

TT	Test đánh giá	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Giỏi
1	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	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
6	Bật xa tại chỗ (cm)	<199.01	199.01-214.96	214.97-246.89	246.90-262.85	>262.85
7	Đá vòng cầu vào đích 10s (lần)	<16.74	16.74 - 17.72	17.73 - 19.68	19.69-20.66	>20.66
8	Đạp ngang vào đích 10s (lần)	<18.88	18.88 - 19.99	20.00- 22.21	22.22-23.32	>23.32
9	Đấm thẳng vào đích 10s (lần)	<45.79	45.79-48.92	48.93-55.18	55.19-58.31	>58.31
10	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
11	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
12	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
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

Với bảng tiêu chuẩn phân loại sức mạnh ở trên, khi tra cứu ta xác định test cần đánh giá sau đó giống theo hàng ngang sẽ xác định được trình độ của từng yếu tố thành phần sức mạnh môn Võ thuật CAND của sinh viên.

2.2. Xây dựng thang điểm đánh giá sức mạnh cho nam sinh viên Học viện An ninh nhân dân trong môn Võ thuật Công an nhân dân

Bên cạnh tiêu chuẩn phân loại đánh giá sức mạnh đạt được qua từng test, đề tài đồng thời xây dựng thang điểm đánh giá sức mạnh thông

qua thang độ C. Sử dụng thang độ C để quy đổi kết quả kiểm tra của các test ra thang điểm 10, trên cơ sở đó xây dựng tiêu chuẩn đánh giá theo điểm với bảng tiêu chuẩn đánh giá này cho phép đánh giá được chính xác tổng hợp trình độ sức mạnh của sinh viên. Bảng điểm đánh giá sức mạnh tính theo thang độ C được trình bày tại bảng 3.

KẾT LUẬN

1. Lựa chọn được 15 test đánh giá sức mạnh

**Bảng 3. Bảng điểm đánh giá sức mạnh cho sinh viên nam
Học viện An ninh nhân dân trong môn Võ thuật Công an nhân dân**

TT	Test đánh giá	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Lực bóp tay thuận (kG)	54	52	50	48	47	45	43	41	40	38
2	Lực kéo lưng (kG)	149	145	141	136	132	127	123	119	114	110
3	Giật tạ trọng lượng tối đa lên ngang vai (kg)	104	100	97	93	90	87	83	80	76	73
4	Treo tay xà đơn (cánh tay và cẳng tay vuông góc) (s)	65.82	63.65	61.48	59.31	57.14	54.97	52.8	50.63	48.46	46.29
5	Ôm ngang ngực người cùng tập (đồng cân), đứng trung bình tấn (s)	64.39	62.26	60.14	58.01	55.89	53.76	51.64	49.51	47.39	45.26
6	Bật xa tại chỗ (cm)	271	263	255	247	239	231	223	215	207	199
7	Đá vòng cầu vào đích 10s (lần)	21	21	20	20	19	19	18	18	17	17
8	Đạp ngang vào đích 10s (lần)	24	23	23	22	22	21	21	20	19	19
9	Đấm thẳng vào đích 10s (lần)	60	58	57	55	54	52	50	49	47	46
10	Gánh tạ 30 kg gập duỗi thân 20s (lần)	19	18	18	17	17	16	15	15	14	13
11	Gánh tạ 30kg ngồi xuống đứng lên 20s (lần)	22	21	21	20	19	19	18	17	16	16
12	Bê người đồng cân ngồi xuống đứng lên tối đa (lần)	49	48	46	44	43	41	40	38	36	35
13	Đá vòng cầu vào đích 1 phút (lần)	104	101	99	96	93	91	88	85	83	80
14	Đấm 2 đích cách nhau 3m trong 1 phút (lần)	58	57	55	54	52	51	49	48	46	45
15	Nằm chống đẩy số lần tối đa (lần)	49	47	46	45	43	42	41	39	38	37

của sinh viên thuộc 4 nhóm (sức mạnh tối đa: 3 test, sức mạnh tĩnh: 2 test, sức mạnh tốc độ: 6 test và sức mạnh bền: 4 test).

2. Xây dựng được 1 bảng tiêu chuẩn phân loại và 1 bảng điểm đánh giá sức mạnh môn Võ thuật CAND cho nam sinh viên Học viện ANND.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (1983), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Nguyễn Thanh Hải (2010), “Nghiên cứu ứng dụng hệ thống bài tập phát triển sức mạnh

môn võ thuật cho sinh viên học viện An ninh nhân dân”, *Luận văn Thạc sĩ giáo dục học*, Trường đại học TDTT Bắc Ninh.

3. Lê Văn Lãm, Nguyễn Xuân Sinh, Phạm Ngọc Viễn, Lưu Quang Hiệp (1999), *Giáo trình nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 15/8/2018, Phản biện ngày 20/8/2018, duyệt in ngày 28/8/2018)