

# **XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC NHANH CHO VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ TRƯỜNG CAO ĐẲNG THỂ DỤC THỂ THAO, THỦ ĐÔ PHNOM PENH, CAM PUCHIA**

**Im Sophea<sup>(1)</sup>**

## **Tóm tắt:**

Từ kết quả nghiên cứu lý luận và thực tiễn lựa chọn được 4 test đủ phẩm chất trong đánh giá sức nhanh cho VĐV Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia. Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức nhanh cho VĐV, góp phần nâng cao chất lượng đánh giá hiệu quả huấn luyện

**Từ khóa:** Vận động viên, đội tuyển sinh viên, Bóng đá, tiêu chuẩn, Cao đẳng TDTT...

## **Developing standards for assessing athletes' speed strength for the Football team at Phnom Penh Capital College of Physical Education and Sports, Cambodia**

## **Summary:**

Based on the results of theoretical and practical research, 4 qualified tests were selected in order to evaluate athletes' speed strength for the Football team at Phnom Penh Capital College of Physical Education and Sports, Cambodia. The author has developed classification standards, scoreboards and summary scorecards to assess athletes' speed strength, which contributes to the evaluation of training effectiveness.

**Keywords:** Athletes, student team, Football, standards, College of Sports...

## **ĐẶT VẤN ĐỀ**

Bóng đá ngày nay được biết đến với những phong cách và lối chơi đặc thù mà các huấn luyện viên xây dựng cho từng đội. Một trong những lối chơi mang tính phổ biến nhất đó là lối đá tổng lực, đòi hỏi tốc độ nhanh, gọn và chính xác trong những động tác chạy, dẫn bóng, sút bóng, tranh cướp bóng. Vì vậy, sức nhanh là một thước đo đánh giá trình độ huấn luyện thể lực của VĐV Bóng đá.

Qua quan sát thực tiễn công tác huấn luyện Đội tuyển Bóng đá nam Trường cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia, chúng tôi nhận thấy thể lực chuyên môn của các VĐV còn hạn chế, đặc biệt là tố chất sức nhanh. Các HLV đã tiến hành sử dụng các phương pháp và các bài tập nhằm phát triển sức nhanh cho các nam VĐV, song các bài tập được tiến hành chưa đồng bộ, khoa học và chưa được kiểm nghiệm đánh giá cho nên tính hiệu quả đạt còn chưa cao.

Để có căn cứ đánh giá chính xác trình độ sức

nhanh của VĐV Đội tuyển Bóng đá nam Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia, xây dựng tiêu chuẩn đánh giá là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

## **PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU**

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: 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 trên 25 chuyên gia, HLV và 24 VĐV Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Cam puchia.

## **KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN**

**1. Xác định test đánh giá sức nhanh cho VĐV Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Cam puchia**

### **1.1. Lựa chọn test**

Việc lựa chọn test đánh giá sức nhanh cho VĐV Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Cam puchia được tiến hành thông qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm và

<sup>(1)</sup>CN, Học viện Giáo dục thể chất và thể thao Campuchia; Email: maochanranich@gmail.com

phòng ván 25 HLV, chuyên gia, trọng tài môn Bóng đá bằng phiếu hỏi. Chúng tôi sẽ lựa chọn các test nhận được từ 80% ý kiến phỏng vấn trả

lời ở mức tán thành để đánh giá sức nhanh cho đối tượng nghiên cứu.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia (n = 25)**

| TT | Các test đánh giá                    | Kết quả trả lời phỏng vấn |         |
|----|--------------------------------------|---------------------------|---------|
|    |                                      | Số người tán thành        | Tỷ lệ % |
| 1  | Chạy 30m xuất phát cao (s)           | 22                        | 88.00   |
| 2  | Dẫn bóng tốc độ 30m sút cầu môn (s)  | 15                        | 60.00   |
| 3  | Chạy zíc zắc 30m (s)                 | 23                        | 92.00   |
| 4  | Dẫn bóng tốc độ 20m (s)              | 24                        | 96.00   |
| 5  | Chạy xuất phát theo tín hiệu 20m (s) | 17                        | 68.00   |
| 6  | Dẫn bóng luân cọc 25m (s)            | 23                        | 92.00   |

Qua bảng 1 cho thấy: có 4/6 test đưa ra phỏng vấn có tỷ lệ tán thành cao từ 80% trở lên được chúng tôi tiếp tục đưa vào nghiên cứu. Các test bao gồm: Chạy 30m xuất phát cao (s); Chạy zíc zắc 30m (s); Dẫn bóng tốc độ 20m (s); Dẫn bóng luân cọc 25m (s).

### 1.2. Xác định tính thông báo của test

Tính thông báo của các test được chúng tôi tiến hành thông qua tính hệ số tương quan thứ bậc Spermen giữa hiệu suất thi đấu của VĐV và kết quả kiểm tra các test. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 2.

**Bảng 2. Mối tương quan thứ bậc giữa hiệu suất thi đấu của Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia và kết quả kiểm tra các test đánh giá sức nhanh đã lựa chọn qua phỏng vấn (n=24)**

| TT | Nội dung Test              | r    | p     |
|----|----------------------------|------|-------|
| 1  | Chạy 30m xuất phát cao (s) | 0.78 | <0.05 |
| 2  | Chạy zíc zắc 30m (s)       | 0.81 | <0.05 |
| 3  | Dẫn bóng tốc độ 20m (s)    | 0.83 | <0.05 |
| 4  | Dẫn bóng luân cọc 25m (s)  | 0.79 | <0.05 |

Qua bảng 2 cho thấy: Ở cả 4 test kiểm tra trình độ sức nhanh cho VĐV đã lựa chọn qua phỏng vấn đều có mối tương quan mạnh với hiệu suất thi đấu của VĐV thể hiện ở r từ 0.78 tới 0.83 >0.6 và P<0.05, như vậy các test bảo đảm tính thông báo sử dụng trên đối tượng nghiên cứu.

### 1.3. Xác định độ tin cậy của test

Để xác định độ tin cậy của test, chúng tôi sử dụng phương pháp test lặp lại trên đối tượng nghiên cứu (lặp lại 2 lần kết quả kiểm tra các test cách nhau 7 ngày và tính tương quan cặp của kết quả 2 lần lặp test). Kết quả được trình bày tại bảng 3.

**Bảng 3. Kết quả xác định độ tin cậy của các test đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia (n=24)**

| TT | Nội dung Test              | Lần 1       | Lần 2       | r    | p     |
|----|----------------------------|-------------|-------------|------|-------|
| 1  | Chạy 30m xuất phát cao (s) | 4.76 ± 0.21 | 4.76 ± 0.26 | 0.85 | <0.05 |
| 2  | Chạy zíc zắc 30m (s)       | 6.05 ± 0.32 | 6.04 ± 0.35 | 0.83 | <0.05 |
| 3  | Dẫn bóng tốc độ 20m (s)    | 8.30 ± 0.43 | 8.31 ± 0.47 | 0.82 | <0.05 |
| 4  | Dẫn bóng luân cọc 25m (s)  | 4.85 ± 0.22 | 4,86 ± 0.32 | 0.85 | <0.05 |

Từ kết quả bảng 2 cho thấy: Cả 4 test tiến hành kiểm tra đều có mối tương quan chặt chẽ với nhau  $r_{\text{tinh}} = 0,82$  đến  $0,85$  và lớn hơn  $0,8$  với  $p < 0,05$ . Vậy đã đảm bảo độ tin cậy cho phép sử dụng được trong việc đánh giá sức nhanh cho VĐV.

## **2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức nhanh cho đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia**

**Bảng 4. Tiêu chuẩn xếp loại sức nhanh theo từng chỉ tiêu cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia**

| TT | Nội dung kiểm tra          | Tốt   | Khá       | Trung bình | Yếu       | Kém   |
|----|----------------------------|-------|-----------|------------|-----------|-------|
| 1  | Chạy 30m xuất phát cao (s) | < 3.8 | 3.8 – 4.1 | 4.2 – 4.8  | 4.9 – 5.2 | >5.2  |
| 2  | Chạy zíc zắc 30m (s)       | <5.2  | 5.2 – 5.6 | 5.7 – 6.4  | 6.5 – 6.8 | >6.8  |
| 3  | Dẫn bóng luôn cọc 25m (s)  | < 6.8 | 6.8 – 7.3 | 7.4 - 8.3  | 8.4 – 8.8 | > 8.8 |
| 4  | Dẫn bóng tốc độ 20m (s)    | < 4.0 | 4.0 – 4.3 | 4.4 – 4.9  | 5.0 – 5.3 | > 5.3 |

đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia được xây dựng rất khách quan, đảm bảo cho việc sử dụng để đánh giá xếp loại. Từ đó, làm căn cứ để đánh giá xếp loại VĐV.

### **2.2. Xây dựng thang điểm đánh giá**

Sau khi xây dựng được bảng tiêu chuẩn phân loại trình độ sức nhanh cho đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia cho phép đánh giá từng chỉ tiêu cụ

### **2.1. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá**

Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia được tiến hành dựa trên kết quả lần lập test thứ nhất và sử dụng quy tắc quy tắc 28 để phân loại trình độ. Kết quả được trình bày ở bảng 4.

Từ kết quả bảng 4 chúng tôi nhận thấy: các chỉ tiêu đánh giá sức nhanh cho đội tuyển Bóng

thể. Chúng tôi nhận thấy, khi đánh giá tổng hợp thì bảng xếp hạng loại đó còn bị hạn chế bởi nếu chỉ đánh giá sinh viên qua một chỉ tiêu thì không thể kết luận được khả năng giữa các sinh viên với nhau mà cần thông qua một hệ thống kiểm tra đánh giá. Để giải quyết được vấn đề này, chúng tôi cũng đã quy đổi theo đơn vị đo lường theo thang điểm C. Kết quả được trình bày cụ thể ở bảng 5.

**Bảng 5. Thang điểm đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT Thủ đô Phnom Penh, Campuchia**

| Test                       | Điểm |      |      |      |      |      |      |      |      |      |
|----------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
|                            | 10   | 9    | 8    | 7    | 6    | 5    | 4    | 3    | 2    | 1    |
| Chạy 30m xuất phát cao (s) | <3.7 | 3.85 | 4    | 4.15 | 4.3  | 4.45 | 4.6  | 4.75 | 4.9  | ≥5.1 |
| Chạy zíc zắc 30m (s)       | <5.1 | 5.3  | 5.5  | 5.7  | 5.9  | 6.1  | 6.3  | 6.5  | 6.7  | ≥6.9 |
| Dẫn bóng luôn cọc 25m (s)  | <6.7 | 6.9  | 7.1  | 7.3  | 7.5  | 7.7  | 8.1  | 8.3  | 8.5  | ≥8.7 |
| Dẫn bóng tốc độ 20m (s)    | <3.9 | 4.1  | 4.25 | 4.4  | 4.55 | 4.7  | 4.85 | 5    | 5.15 | ≥5.3 |

Qua bảng 5 cho thấy: Chúng tôi đã xây dựng được thang điểm đánh giá sức nhanh cho đội tuyển bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia. Tạo điều kiện thuận lợi cho công tác kiểm tra, đánh giá và theo dõi các sinh viên đội tuyển bóng đá sau thời gian huấn luyện.

### **2.3. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia**

Bảng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đã xây dựng rất thuận tiện cho việc đánh giá trình độ sức nhanh của VĐV theo từng test kiểm tra, tuy nhiên, để đánh giá tổng hợp thì còn nhiều



**Bóng đá là môn thể thao yêu cầu phát triển toàn diện các tố chất thể lực**

**Bảng 6. Bảng điểm tổng hợp đánh giá sức nhanh cho đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia**

| Phân loại | Tốt       | Khá   | Trung bình | Yếu   | Kém    |
|-----------|-----------|-------|------------|-------|--------|
| Điểm      | $\geq 36$ | 28-35 | 25-27      | 12-24 | $< 12$ |

hạn chế. Để giải quyết vấn đề, chúng tôi tiến hành phân loại tổng hợp trình độ sức nhanh cho VĐV. Kết quả cụ thể được trình bày tại bảng 6.

Kết quả bảng 6 rất thuận tiện để phân loại trình độ sức nhanh cho VĐV. Quá trình phân loại thực hiện theo nguyên tắc có bù, nghĩa là có thể lấy thành tích của test này bù cho test khác, miễn là tổng điểm đạt được trong ngưỡng quy định. Khi sử dụng tiêu chuẩn đánh giá sức nhanh cho đối tượng nghiên cứu cần thực hiện theo các bước:

Bước 1: Tiến hành kiểm tra 4 test đối với đối tượng nghiên cứu.

Bước 2: Đối chiếu kết quả đã kiểm tra với từng bảng điểm (thang điểm 10, theo tiêu chuẩn phân loại);

Bước 3: Xác định mốc chuẩn để quy đổi điểm hoặc phân loại đối với đối tượng theo thang độ nhằm đánh giá kết quả đạt được.

## KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 4 test đánh giá sức nhanh cho Đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng TDTT thủ đô Phnom Penh, Campuchia gồm: Chạy 30m xuất phát cao (s), Chạy zíc zắc 30m (s), Dẫn bóng tốc độ 20m (s), Dẫn bóng luân cộc 25m (s). Trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức nhanh cho VĐV.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Trần Đức Dũng (2007), *Giáo trình Bóng đá*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Ma Tuyết Điền (2001), *Bóng đá kỹ chiến thuật và phương pháp tập luyện*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Đức Nhâm (2005), “Nghiên cứu một số đặc điểm hình thái, chức năng, tố chất thể lực của các VĐV Bóng đá nam tuyển trẻ quốc gia Việt Nam”, *Luận văn Cao học TDTT*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.



## **LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**

### **4. Trương Quốc Uyên**

Bác Hồ yêu cầu cán bộ thể dục thể thao tích cực học tập và công tác

### **6. Trương Anh Tuấn**

Nhận thức đúng để tiếp tục đẩy mạnh xã hội hoá thể dục thể thao

## **BÀI BÁO KHOA HỌC**

### **11. Nguyễn Văn Phúc**

Lựa chọn tiêu chí đánh giá rủi ro trong hoạt động thể dục thể thao ở Việt Nam

### **17. Nguyễn Đại Dương; Bùi Trọng Duy**

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến việc tập luyện ngoại khóa môn Võ cổ truyền Bình Định của học sinh trung học phổ thông các huyện miền núi tỉnh Bình Định

### **22. Nguyễn Văn Phúc; Bùi Sơn Long**

Nghiên cứu giải pháp nâng cao thể lực chung cho học viên văn bằng 2 năm thứ nhất Trường Sĩ quan Lục quân 1

### **27. Tạ Hữu Hiếu; Hun Marady**

Thực trạng tính tự giác, tích cực trong giờ học Giáo dục thể chất cho học sinh Trường Trung học cơ sở Sisowath, Thủ đô Phnompenh Campuchia

### **32. Ek Chansopheak**

Thực trạng phong trào thể dục thể thao quần chúng trên địa bàn tỉnh Pursat, Campuchia

### **36. Lê Minh Uyên**

Thực trạng công tác giảng dạy Bơi ếch cho học viên văn bằng 2, Trường Sĩ quan Lục quân I

### **41. Lý Đức Trường; Phạm Anh Tuấn**

Kết quả tìm kiếm việc làm của cử nhân thể dục thể thao chuyên ngành Võ – Quyền Anh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh giai đoạn 2015-2019

### **47. Nguyễn Thị Thu Quyết; Nguyễn Tấn Dũng; Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Thị Thùy Dương**

Thực trạng văn hóa đọc của sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

### **53. Kith Odom**

Thực trạng và nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Cao đẳng Thể dục thể thao Campuchia

### **56. Đặng Văn Dũng**

Xác lập nội dung và phân phối chương trình huấn luyện năm thứ nhất – giai đoạn huấn luyện ban đầu cho các cầu lạc bộ Cờ vua chuyên nghiệp miền Bắc

### **60. Im Sophea**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức nhanh cho vận động viên đội tuyển Bóng đá Trường Cao đẳng Thể dục Thể thao Thủ đô Phnom Penh, Campuchia

### **64. Sun Thea**

Nghiên cứu lựa chọn bài tập thúc đẩy quá trình hồi phục tích cực sau tập luyện cho nam vận động viên Bóng đá U13, Trung tâm đào tạo Bóng đá Quốc gia Tonle Bati, Campuchia

### **69. Vũ Anh Tuấn**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ nhóm đòn đá trước cho nữ vận động viên Taekwondo lứa tuổi 12-14 tại Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu Thể dục thể thao Hà Nội

### **73. Bùi Thị Sáng**

Ứng dụng và đánh giá hiệu quả bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nữ vận động viên đua thuyền Kayak cự ly 500m lứa tuổi 15-17 Câu lạc bộ đua thuyền Hà Nội

## **TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**

### **78. Đỗ Xuân Đặng**

Sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh giành “giải đặc biệt” tại Hội nghị Sinh viên Nghiên cứu khoa học toàn quốc các cơ sở đào tạo về thể dục thể thao lần thứ XIII năm 2022

### **80. Thể lệ viết và gửi bài.**

## **THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

### **4. Truong Quoc Uyen**

Uncle Ho asked the sports staff to actively study and work

### **6. Truong Anh Tuan**

Promote true perception in order to continue the process of sports socialization

## **ARTICLES**

### **11. Nguyen Van Phuc**

Selection of risk-assessing criteria in Sports activities in Vietnam

### **17. Nguyen Dai Duong; Bui Trong Duy**

Current situation of factors affecting the extracurricular practice of Binh Dinh traditional martial arts of high school students in the mountainous districts in Binh Dinh province

### **22. Nguyen Van Phuc; Bui Son Long**

Research on solutions to improve general fitness for Degree-2 freshmen at the Army Officer School I

### **27. Ta Huu Hieu; Hun Marady**

Situation of self-discipline and activeness in the Physical education lesson of students at Sisowath Secondary School, Phnom Penh Capital, Cambodia

### **32. Ek Chansopheak**

Current status of mass sports movement in Pursat province – Cambodia

### **36. Le Minh Uyen**

The situation of teaching breaststroke for students learning Degree-2 program, Army Officer School I

### **41. Ly Duc Truong; Pham Anh Tuan**

Job-searching results of Sports Bachelor majoring in Martial Arts and Boxing at Bac Ninh Sports University in the period 2015-2019

### **47. Nguyen Thi Thu Quyet; Nguyen Tat Dung; Pham Tuan Dung; Nguyen Thi Thuy Duong**

The current situation of students' reading culture at Bac Ninh Sports University

### **53. Kith Odom**

Situation and demands for extracurricular physical training and sports of students at Cambodia College of Physical Education and Sports

### **56. Dang Van Dung**

Establishing course content and distribution of the first-year training program – the initial training phase for the Northern Professional Chess Club

### **60. Im Sophea**

Developing standards for assessing athletes' speed strength for the Football team at Phnom Penh Capital College of Physical Education and Sports, Cambodia

### **64. Sun Thea**

Study on exercises selection used to promote active recovery after training for male U13 football athletes, Tonle Bati National Football Training Center, Cambodia

### **69. Vu Anh Tuan**

Developing standards for assessing strength and speed of the front kick group for female Taekwondo athletes aged 12-14 at Hanoi Sports Training and Competition Center

### **73. Bui Thi Sang**

Applying and evaluating the effectiveness of exercises used in speed endurance training for female 500m Kayak athletes aged 15-17 in the Hanoi Sailing Club

## **NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

### **78. Do Xuan Dang**

Student of Bac Ninh Sports University won a special prize at the XIII National Conference of Scientific Students Research of Physical Education and Sports Training Institutions in 2022

### **80. Rules of writing and posting.**



**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 5-2022**  
**(72)**

