

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHO SINH VIÊN CHUYÊN SÂU VOVINAM, NĂM THỨ NHẤT, NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Trương Quang Anh⁽¹⁾; Phan Đức Thắng⁽²⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản trong lĩnh vực TDTT tác giả đã lựa chọn được 08 test đủ tiêu chuẩn trong đánh giá trình độ thể lực của sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, trên cơ sở đó, xây dựng tiêu chuẩn phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá thể lực cho sinh viên.

Từ khóa: Tiêu chuẩn đánh giá, trình độ thể lực, chuyên sâu Vovinam, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Building standards for assessing physical fitness level for Vovinam major students, first year, Physical Education Department, Bac Ninh Sport University

Summary:

Using basic scientific research methods in the field of physical education and sports, 08 tests were selected that met the standards for assessing physical fitness for Vovinam major students, first year of Physical Education, Bac Ninh Sport University. On that basis, classification standards, scorecards and summary scorecards were developed to assess physical fitness for students.

Keywords: Assessment criteria, physical fitness level, Vovinam specialization, Bac Ninh Sport University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Vovinam là môn thể thao được đưa vào giảng dạy cho sinh viên chuyên ngành Võ – Quyền Anh tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh chính thức tương đối muộn, từ năm 2010. Trong suốt thời gian này, giảng viên Bộ môn đã sử dụng rất nhiều tài liệu giảng dạy chuyên môn từ nhiều nguồn khác nhau để phục vụ giảng dạy, học tập, đồng thời cải thiện chương trình, phương pháp kiểm tra – đánh giá... để đạt được hiệu quả dạy và học tốt nhất. Tuy nhiên, việc đánh giá phần lớn mới chỉ dừng lại ở đánh giá điểm cho sinh viên. Vấn đề xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện cho sinh viên nói chung và đánh giá trình độ thể lực nói riêng chưa được quan tâm thích đáng.

Trên cơ sở phân tích thực trạng và tính bức thiết của vấn đề, việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho sinh viên là cần thiết và cấp thiết.

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 23 sinh viên chuyên sâu Vovinam năm thứ nhất, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (trong đó có 14 sinh viên nam và 9 sinh viên nữ).

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Tiến hành lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh thông qua các bước:

- Căn cứ nội dung chương trình đào tạo chuyên sâu Vovinam thuộc chuyên ngành Võ - Quyền Anh.
- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu, phỏng vấn trực tiếp các HLV
- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi
- Xác định độ tin cậy của các test (sử dụng phương pháp test lặp lại)
- Xác định tính thông báo của các test (sử dụng phương pháp tính tương quan thành tích kiểm tra các test với thành tích thi đấu vòng tròn 1 lượt của VĐV).

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

⁽²⁾TS, Học viên Cảnh sát nhân dân

Kết quả lựa chọn được 8 test đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên thuộc 2 nhóm:

Đánh giá thể lực chung: Giật tạ 15 kg 15s (lần); Chạy 30m (s); Nằm sấp chống đẩy 15s (lần) và Nhảy dây 15s (lần).

Đánh giá thể lực chuyên môn: Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần); Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần); Đá tạt chân sau 15s (lần) và Đấm tay sau + đá tạt chân sau 15s (lần).

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Để có căn cứ xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên, trước tiên chúng tôi tiến hành kiểm tra tính phân bố chuẩn của các kết quả khảo sát ở từng chỉ tiêu. Kết quả cho thấy: ở tất cả các test kiểm tra, trên cả đối tượng nam và nữ đều thu được $C_v < 10\%$, cho thấy kết quả kiểm tra có độ tập trung cao, ít phân tán, là cơ sở bảo đảm tính phân phối chuẩn và có thể

sử dụng các thuật toán trong xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực cho sinh viên.

Tiến hành xây dựng tiêu chuẩn phân loại thể lực cho sinh viên theo quy tắc 2 σ . Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Kết quả phân loại thể lực của sinh viên theo thang độ C được trình bày tại bảng 2.

Trong kết quả bảng 2. với các bảng điểm đánh giá trình độ thể lực của sinh viên, nếu test nào có thành tích điểm ở 2 mức trùng nhau, quy ước lấy điểm cao hơn để đánh giá.

Các bảng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm rất thuận lợi trong đánh giá xếp loại thể lực cho sinh viên nhưng để đánh giá tổng hợp thì còn gặp các khó khăn. Để giải quyết vấn đề này, chúng tôi tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp trình độ thể lực của sinh viên theo 5 mức độ: Tốt, Khá, Trung bình, yếu và kém. Kết quả chi tiết được trình bày tại bảng 3.

Trên thực tế, để đạt được tổng điểm ở một loại nào đó không nhất thiết từng chỉ tiêu, test

Bảng 1. Tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Test	Giới tính	Phân loại				
			Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	Nam	20.57	18.94-20.56	15.68-18.93	14.04-15.67	14.03
		Nữ	13.17	12.14-13.16	10.08-12.13	9.04-10.07	9.03
2	Chạy 30m (s)	Nam	3.87	3.88-4.13	4.13-4.63	4.63-4.88	4.89
		Nữ	4.61	4.62-4.85	4.85-5.31	5.31-5.54	5.55
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	Nam	37.67	34.94-37.66	29.48-34.93	26.74-29.47	26.73
		Nữ	27.97	25.74-27.96	21.28-25.73	19.04-21.27	19.03
4	Nhảy dây 15s (lần)	Nam	94.57	89.39-94.56	79.03-89.38	73.84-79.02	73.83
		Nữ	80.57	75.39-80.56	65.03-75.38	59.84-65.02	59.83
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	Nam	21.64	19.93-21.63	16.51-19.92	14.79-16.50	14.78
		Nữ	16.05	14.83-16.04	12.39-14.82	11.16-12.38	11.15
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	Nam	22.87	21.14-22.86	17.68-21.13	15.94-17.67	15.93
		Nữ	17.21	15.86-17.20	13.16-15.85	11.80-13.15	11.79
7	Đá tạt chân sau 15s (lần)	Nam	30.83	28.42-30.82	23.60-28.41	21.18-23.59	21.17
		Nữ	25.07	23.04-25.06	18.98-23.03	16.94-18.97	16.93
8	Đấm tay sau + đá tạt chân sau 15s (lần)	Nam	17.23	15.87-17.22	13.15-15.86	11.78-13.14	11.77
		Nữ	12.5	11.59-12.49	9.77-11.58	8.85-9.76	8.84

Bảng 2. Bảng điểm đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Test	Giới tính	Điểm									
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Giật tạ 15kg 15s (lần)	Nam	21	21	20	19	18	17	16	16	15	14
		Nữ	14	13	13	12	12	11	11	10	10	9
2	Chạy 30m (s)	Nam	3.76	3.88	4.01	4.13	4.26	4.38	4.51	4.63	4.76	4.88
		Nữ	4.51	4.62	4.74	4.85	4.97	5.08	5.2	5.31	5.43	5.54
3	Nằm sấp chống đẩy 15s (lần)	Nam	39	38	36	35	34	32	31	29	28	27
		Nữ	29	28	27	26	25	24	22	21	20	19
4	Nhảy dây 15s (lần)	Nam	97	95	92	89	87	84	82	79	76	74
		Nữ	83	81	78	75	73	70	68	65	62	60
5	Đấm tay trước vào lăm pơ 15s (lần)	Nam	22	22	21	20	19	18	17	17	16	15
		Nữ	17	16	15	15	14	14	13	12	12	11
6	Đấm tay sau vào lăm pơ 15s (lần)	Nam	24	23	22	21	20	19	19	18	17	16
		Nữ	18	17	17	16	15	15	14	13	12	12
7	Đá tạt chân sau 15s (lần)	Nam	32	31	30	28	27	26	25	24	22	21
		Nữ	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17
8	Đấm tay sau + đá tạt chân sau 15s (lần)	Nam	18	17	17	16	15	15	14	13	12	12
		Nữ	13	13	12	12	11	11	10	10	9	9

Bảng 3. Tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Xếp loại	Điểm đạt
Giỏi	≥72
Khá	56-71
Trung bình	40-55
Yếu	25-39
Kém	<24

phải đạt được ở mức tương ứng với loại xếp hạng tổng thể mà có thể sử dụng qui tắc bù - trừ, sao cho tổng điểm đạt được nằm trong khoảng xác định của bảng phân loại tổng hợp (bảng 3), với điều kiện không có hơn 2 nội dung ở mức độ yếu và kém.

KẾT LUẬN

- Quá trình nghiên cứu lựa chọn được 8 test đủ tiêu chuẩn trong đánh giá trình độ thể lực cho sinh viên chuyên sâu Vovinam, năm thứ nhất, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh,

trong đó có 04 test đánh giá thể lực chung và 04 test đánh giá thể lực chuyên môn.

- Xây dựng được 01 bảng tiêu chuẩn phân loại, 01 bảng điểm và 01 bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Quốc Ân, Nguyễn Văn Chiêu, Nguyễn Văn Sen, Trần Văn Mỹ, Nguyễn Chấn Tú, Võ Danh Hải, Nguyễn Hồng Tâm (2008), *Kỹ thuật Vovinam – Việt Võ Đạo, Tập 1*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lê Quốc Ân, Nguyễn Văn Chiêu, Nguyễn Văn Sen, Trần Văn Mỹ, Nguyễn Chấn Tú, Võ Danh Hải, Nguyễn Hồng Tâm (2010), *Kỹ thuật Vovinam – Việt Võ Đạo, Tập 2*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Hoàng Tấn (2020), *Hướng dẫn tập luyện Vovinam trình độ sơ đẳng nhập môn – Lam Đai, Tập 1*, Nxb Đại học Quốc gia Tp. Hồ Chí Minh.
4. Nguyễn Hoàng Tấn (2020), *Hướng dẫn tập luyện Vovinam trình độ sơ đẳng nhập môn – Lam Đai, Tập 2*, Nxb Đại học Quốc gia Tp. Hồ Chí Minh.