

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUYÊN MÔN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ NAM TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM KỸ THUẬT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Trần Mạnh Hùng⁽¹⁾

Tóm tắt:

Bài viết đã chọn được 10 chỉ tiêu đánh giá thể lực chuyên môn làm cơ sở tiến hành kiểm tra đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của nam VĐV bóng đá Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM. Kết quả cho thấy ở thời điểm ban đầu trình độ thể lực chuyên môn của các VĐV tương đối đồng đều.

Từ khoá: Thể lực chuyên môn, Bóng đá, đội tuyển nam sinh viên.

Assessment of the physical fitness of the Men's Football Team of Ho Chi Minh City University of Technology and Education

Summary:

Article 10 criteria for assessing professional physical fitness were selected as the basis for testing and evaluating the current status of professional physical fitness of male football athletes at Ho Chi Minh City University of Technology and Education. The results showed that at the beginning, the athletes' physical fitness level was relatively equal.

Keywords: Professional physical fitness, Football, male student team.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong Bóng đá, thể lực luôn là yếu tố quyết định đến khả năng thi đấu của vận động viên (VĐV), giúp họ duy trì và nâng cao hiệu suất thi đấu, giảm nguy cơ chấn thương. Vì vậy trong huấn luyện, nhiệm vụ nâng cao trình độ thể lực, đặc biệt là thể lực chuyên môn luôn được đặt lên hàng đầu. Để thực hiện được mục tiêu đó, bên cạnh việc sử dụng các phương pháp và phương tiện chuyên môn, việc đánh giá đúng trình độ thể lực chuyên môn đóng một vai trò vô cùng quan trọng, không chỉ trong việc phản ánh hiệu quả của công tác huấn luyện mà còn là căn cứ để huấn luyện viên điều chỉnh, điều khiển kế hoạch, đồng thời với mỗi VĐV kết quả đánh giá còn giúp họ hình thành động lực tích cực, tự xây dựng cho mình mục tiêu bền vững để phấn đấu trong quá trình tham gia tập luyện và thi đấu.

Bóng đá là một trong những môn thể thao được yêu thích và phát triển mạnh mẽ tại Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM. Tập luyện Bóng đá không chỉ giúp sinh viên rèn

luyện thể chất, giải tỏa stress mà còn tạo sân chơi lành mạnh, gắn kết cộng đồng sinh viên và thúc đẩy tinh thần đoàn kết trong trường. Đội tuyển Bóng đá nam của Trường luôn được đánh giá là một trong những đội bóng mạnh trên địa bàn TP. HCM, tuy nhiên thành tích không đạt được thứ hạng cao trong các giải bóng đá sinh viên toàn quốc được tổ chức gần đây. Từ thực tiễn việc huấn luyện thấy, thực trạng thể lực chuyên môn của các VĐV đội tuyển nam Bóng đá của trường còn hạn chế. Để nâng cao năng lực thể chất và thành tích cho đội tuyển, đánh giá đúng thực trạng thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM là vấn đề cần thiết được đặt ra trong công tác huấn luyện.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

⁽¹⁾TS, Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP. Hồ Chí Minh; Email: hungtm@hcmute.edu.vn

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM

1.1. Yêu cầu khi lựa chọn hệ thống test đánh giá

Các yêu cầu đặt ra trong tiến trình lựa chọn hệ thống test đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM gồm:

- Test được lựa chọn phải đảm bảo được các phẩm chất trong đo lường thể thao, cụ thể: đảm bảo độ tin cậy thống kê và tính thông báo; có hệ thống đo lường chặt chẽ, khách quan;

- Hệ thống test phải đảm bảo đánh giá được toàn diện các tố chất thể lực chuyên môn đặc trưng trong Bóng đá: sức nhanh, mạnh, bền, khéo léo hay khả năng phối hợp vận động;

- Các test được lựa chọn là các test thuộc các test kiểm tra sư phạm, phù hợp với đặc điểm trình độ tập luyện của nam VĐV đội tuyển Bóng đá sinh viên;

- Các test được lựa chọn phải đảm bảo tính khả thi với đặc điểm, điều kiện huấn luyện, trang thiết bị hiện có và trình độ của các giảng viên tại Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM.

1.2. Kết quả lựa chọn hệ thống test đánh giá

Trên cơ sở các yêu cầu khi lựa chọn hệ thống test đánh giá được đặt ra, bằng phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu chuyên môn Bóng đá và phỏng vấn trực tiếp các giảng viên, chuyên gia giàu kinh nghiệm, bước đầu chúng tôi đã hệ thống được 28 test để đánh giá thể lực chuyên môn cho nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM (xem bảng 1).

Tất cả các test đánh giá thể lực chuyên môn được lựa chọn bước đầu này đều là các test được công bố trên các tài liệu khoa học và được sử dụng rộng rãi trong cả tuyển chọn và đánh giá trình độ tập luyện của VĐV Bóng đá và đều đã được kiểm chứng trong thực tiễn đào tạo, huấn luyện đảm bảo đủ độ tin cậy và tính thông báo thống kê cần thiết. Vì vậy đề tài nhận thấy không cần thiết phải tiến hành kiểm nghiệm lại

độ tin cậy, tính thông báo của các test. Hệ thống 28 test được thống kê đều đã có tiêu chuẩn đo lường chặt chẽ, khoa học và khách quan.

Để làm tăng tính khoa học và khách quan cũng như đảm bảo tính khả thi của kết quả lựa chọn, từ kết quả bước đầu thu được, đề tài tiến hành phỏng vấn 2 lần bằng phiếu hỏi tới 28 giảng viên, huấn luyện viên Bóng đá của Trường và của TP. HCM để lựa chọn. Kết quả phỏng vấn lựa chọn được trình bày tại bảng 1.

Kết quả thu được qua 2 lần phỏng vấn, đề tài tiến hành kiểm định theo phương pháp Wilcoxon để đánh giá sự đồng nhất ý kiến giữa 2 lần phỏng vấn và độ tin cậy của kết quả phỏng vấn. Kết quả kiểm định được trình bày ở bảng 2.

Đặt giả thuyết H_0 có hai giá trị trung bình của tổng thể là như nhau. Từ kết quả tính toán bảng 2 cho thấy kiểm định giữa 2 lần phỏng vấn có $P = 0.249 > 0.05$. Vì vậy, giả thuyết H_0 đưa ra là đúng với việc kiểm định, kết quả phỏng vấn 2 lần không có sự khác biệt, hai giá trị trung bình của tổng thể là như nhau.

Từ kết quả thu được ở bảng 1, chúng tôi quy ước chọn các test đạt tổng số điểm tối đa trên 80% ở cả 2 lần phỏng vấn để hình thành hệ thống các test đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM. Theo quy ước này, đề tài chọn được 10 chỉ tiêu đánh giá thể lực chuyên môn để đưa vào sử dụng trong nghiên cứu tiếp theo.

2. Đánh giá thực trạng thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM

Trên cơ sở các test đánh giá thể lực đã được lựa chọn, đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 3.

Qua kết quả kiểm tra ở bảng 3, cho thấy:

- Ở 9/10 test, kết quả kiểm tra đều có hệ số biến thiên $Cv\%$ dao động trong khoảng từ 2.54 đến $9.38 < 10\%$, cho thấy các tố chất thể lực của các VĐV trong đội tương đối đồng đều, không có sự phân tán cao.

- Ngoại trừ test Bật nhảy 20s (lần) đánh giá năng lực sức mạnh tốc độ, thành tích trung bình

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM (n=28)

TT+A1: F24	Các test đánh giá thể lực chuyên môn	Lần 1		Lần 2	
		Tổng điểm	Tỷ lệ (%)	Tổng điểm	Tỷ lệ (%)
1	Bật xa tại chỗ	53	63.10	55	65.48
2	Bật cao tại chỗ	55	65.48	58	69.05
3	Lực chân	58	69.05	57	67.86
4	Bật nhảy 20 s	75	89.29	76	90.48
5	Ngồi vởi	61	72.62	63	75.00
6	Nhảy lực giắc	79	94.05	77	91.67
7	Nhả chữ thập 30s	51	60.71	52	61.90
8	Chạy 3m xoay trở	54	64.29	51	60.71
9	Chạy 15m xuất phát cao	73	86.90	74	88.10
10	Chạy 30m xuất phát cao	76	90.48	76	90.48
11	Chạy luồn cọc 30m	63	75.00	60	71.43
12	Chạy 5 lần x 30m	69	82.14	71	84.52
13	Chạy T. test	71	84.52	70	83.33
14	Chạy 100m	74	88.10	76	90.48
15	Chạy test 505	73	86.90	76	90.48
16	Chạy con thoi 7 x 50m,	52	61.90	54	64.29
17	Chạy 12 phút (cooper)	68	80.95	71	84.52
18	Chạy Shuttle run test	48	57.14	47	55.95
19	Dẫn bóng luồn cọc sút cầu môn	70	83.33	72	85.71
20	Dẫn bóng luồn cọc (s)	45	53.57	48	57.14
21	Tâng bóng	65	77.38	67	79.76
22	Tâng bóng 12 bộ phận	63	75.00	68	80.95
23	Chuyền bóng xa trong hành lang 8m	62	73.81	54	64.29
24	Sút bóng chuẩn từ chấm 11m	59	70.24	52	61.90
25	Sút bóng chuẩn từ vạch 16m50	53	63.10	55	65.48
26	Chuyền bóng vào cầu môn 2x2m	64	76.19	57	67.86
27	Ném biên có đà	65	77.38	67	79.76
28	Bật cao đánh đầu	63	75.00	65	77.38

Bảng 2. Kết quả kiểm định Wilcoxon giữa 2 lần phỏng vấn

Test Statistics ^b	Phỏng vấn lựa chọn test lần 1 - 2
Z	-1.153
Asymp. Sig. (2-tailed) = P	0.249

Bảng 3. Thực trạng thể lực chuyên môn của nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP. HCM

TT	Test đánh giá		TB	ĐLC	Cv%	Max	Min
1	Chạy 15m xuất phát cao (s)		2.40	0.18	7.36	2.78	2.15
2	Chạy 30m x xuất phát cao (s)		3.89	0.19	4.96	4.21	3.49
3	Chạy 100m (s)		12.67	0.78	6.12	13.89	11.56
4	Bật nhảy 20s (lần)		34.50	4.37	12.66	46	28
5	Chạy T – Test (s)		12.11	1.07	8.80	14.36	10.50
6	Chạy 505 Test (s)		2.60	0.18	7.02	2.98	2.21
7	Nhảy lục giác (s)	Phải	12.71	1.19	9.38	14.98	10.86
		Trái	13.04	0.85	6.52	14.65	11.45
8	Chạy Cooper 12 phút (m)		2948.64	75.01	2.54	3132	2793
9	Chạy 5 lần x 30m (s)		23.07	1.04	4.50	24.87	21.53
10	Dẫn bóng luân cộc sút cầu môn (s)		7.93	0.66	8.26	9.43	6.89

của toàn đội là 34.5 ± 4.37 lần, hệ số biến thiên Cv% là $12.66\% > 10\%$ cho thấy thành tích của các VĐV trong đội chưa đồng đều, sự chênh lệch giữa VĐV có thành tích thấp nhất và cao nhất có sự khác biệt khá cao.

Kết quả cho thấy đây là điều kiện thuận lợi cho việc tổ chức huấn luyện, phân nhóm và đánh giá hiệu quả trong tổ chức thực nghiệm.

KẾT LUẬN

1. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 10 test sư phạm đảm bảo đủ phẩm chất, phù hợp với điều kiện thực tiễn để đánh giá thể lực chuyên môn cho nam VĐV đội tuyển Bóng đá Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM.

2. Thực trạng thể lực chuyên môn của nam VĐV Bóng đá Trường ĐH Sư phạm Kỹ thuật TP.HCM tương đối đồng đều (9/10 test có Cv < 10%), ngoại trừ chỉ tiêu bật nhảy 20s có sự chênh lệch giữa VĐV khá cao. Kết quả cho thấy đây là điều kiện thuận lợi cho việc tổ chức huấn luyện, phân nhóm và đánh giá hiệu quả trong tổ chức thực nghiệm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Richard Alagich (1998), *Huấn luyện bóng đá hiện đại*, (Biên dịch: Nguyễn Huy Bích, Phạm Anh Thiệu), Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Aulic I.V (1999), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, (Dịch: Phạm Ngọc Trâm), Nxb TĐTT, Hà Nội.

3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường Thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

4. Tuyết Điền (2003), *Bóng đá kỹ chiến thuật và phương pháp tập luyện*, (Biên dịch: Đặng Bình), Nxb TĐTT, Hà Nội.

5. D.Harre (1996), *Học thuyết huấn luyện*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 22/12/2024, phản biện ngày 13/1/2025, duyệt in ngày 25/1/2025)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Anh Tuấn

Thể dục thể thao Việt Nam trong năm đầu thành lập nước

7. Nguyễn Ngọc Quý

Sự kiện thể thao xanh – khai thác giá trị thương mại dưới góc nhìn kinh tế

11. Nguyễn Thị Xuân Phương

Thực trạng và giải pháp định hướng nghề nghiệp cho sinh viên ngành Quản lý Thể dục thể thao, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

15. Nguyễn Văn Đông

Giải pháp đổi mới hoạt động theo mô hình thể dục thể thao khu dân cư cho người cao tuổi

BÀI BÁO KHOA HỌC

21. Mai Thị Bích Ngọc; Nguyễn Tiến Quân

Đề xuất giải pháp truyền thông trong phát triển sự kiện thể thao tại vùng Trung du và miền núi Bắc Bộ

26. Phạm Tuấn Hùng; Huỳnh Việt Nam

Xây dựng thang đo định tính và đánh giá tiềm năng phát triển thể thao biển tại khu vực duyên hải miền Trung Việt Nam

32. Phạm Văn Thắng

Thực trạng kỹ năng nghề nghiệp của sinh viên chuyên ngành Bóng rổ, Khoa Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

39. Nguyễn Thị Phương Oanh

Thực trạng tự học của sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đối với các môn học lý thuyết

45. Nguyễn Thùy Linh

Nghiên cứu lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho học sinh khối 11 trường Trung học phổ thông Nguyễn Khuyến, thành phố Nam Định, tỉnh Nam Định

49. Đặng Ngọc Long

Ứng dụng bài tập nâng cao hiệu quả đập bóng tấn công vị trí số 4 và số 2 cho nam sinh viên đội tuyển Bóng chuyền Trường Đại học Luật Hà Nội

55. Cao Tiến Long; Đỗ Thị Liên Phương

Lựa chọn bài tập phát triển sức nhanh chuyên môn cho nam sinh viên Đội tuyển Cầu lông Trường Đại học Kiến Trúc – Hà Nội

59. Trần Mạnh Hùng

Đánh giá thực trạng thể lực chuyên môn Đội tuyển Bóng đá nam Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

63. Đỗ Quốc Hùng; Lê Quốc Huy

Thực trạng hiệu quả hoạt động các đội tuyển thể thao Trường Đại học Kinh tế - Đại học Đà Nẵng

69. Lưu Quốc Hưng; Hồ Mạnh Trường

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tốc độ của nam vận động viên Kiếm Liều Đội tuyển trẻ Quốc gia

73. Nguyễn Thị Thu Quyết; Nguyễn Thị Việt Nga; Phạm Thị Thu Hà

Thực trạng sức khỏe tâm thần của sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

76. Ngô Thị Thanh Xuân

Thực trạng rối loạn lo âu của học sinh Trường Phổ thông năng khiếu Thể dục thể thao Olympic Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

81. Phạm Tuấn Dũng, Nguyễn Xuân Thuyết

Bài tập giãn cơ tứ đầu đùi

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Anh Tuan

Vietnam Sports in the first year of the country's establishment

7. Nguyen Ngoc Quy

Green sports events – exploiting commercial value from an economic perspective

11. Nguyen Thi Xuan Phuong

Current situation and career orientation solutions for students majoring in Sports Management at Bac Ninh Sports University

15. Nguyen Van Dong

Innovative solutions for residential gymnasium activities for the elderly

ARTICLES

21. Mai Thi Bich Ngoc; Nguyen Tien Quan

Proposing communication solutions in developing sports events in the Northern Midlands and Mountains

26. Pham Tuan Hung; Huynh Viet Nam

Building a qualitative scale and evaluating the potential for marine sports development in the central coastal region of Vietnam

32. Pham Van Thang

Current status of vocational skills of students majoring in Basketball, Faculty of Physical Education, Bac Ninh Sports University

39. Nguyen Thi Phuong Oanh

The current situation of self-study of students at Bac Ninh Sports University for theoretical subjects

45. Nguyen Thuy Linh

Research on selecting exercises to improve physical fitness for grade 11 students at Nguyen Khuyen High School, Nam Dinh city, Nam Dinh province

49. Dang Ngoc Long

Applying exercises to improve the effectiveness of attacking smashes at positions 4 and 2 for male students of the Volleyball Team of Hanoi Law University

55. Cao Tien Long; Do Thi Lien Phuong

Selecting exercises to develop professional agility for male students of the Badminton Team of Hanoi University of Architecture

59. Tran Manh Hung

Assessment of the physical fitness of the Men's Football Team of Ho Chi Minh City University of Technology and Education

63. Do Quoc Hung; Le Quoc Huy

Current status of performance of sports teams of University of Economics - University of Danang

69. Luu Quoc Hung; Ho Manh Truong

Building standards for evaluating the speed strength of male athletes of the National Youth Team

73. Nguyen Thi Thu Quyet; Nguyen Thi Viet Nga; Pham Thi Thu Ha

Mental health status of students at Bac Ninh Sports University

76. Ngo Thi Thanh Xuan

The reality of anxiety disorders of students at the Olympic Sports Gifted High School, Bac Ninh Sports University

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

81. Pham Tuan Dung, Nguyen Xuan Thuyet

Quadriceps Stretch



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

p-ISSN 1859-4417
e-ISSN 3030-4822

Số 1 -2025
(05)

