

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN LỬA TUỔI 14-15 ĐỘI TUYỂN BÓNG BÀN THỦ ĐÔ VIENG CHĂN CỘNG HÒA DÂN CHỦ NHÂN DÂN LÀO

**Hương Xuân Nguyên⁽¹⁾
Sengdavanh Duangpanya⁽²⁾**

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: **25/06/2025**

Ngày phản biện: **18/07/2025**

Ngày đăng: **29/09/2025**

Tác giả liên hệ:

Hương Xuân Nguyên

Email: Nguyentdt@gmail.com

Tập 2, số 5 (2025), trang 40-44

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13861>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:

Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng của sức mạnh tốc độ (SMTĐ) trong tập luyện và thi đấu môn Bóng bàn, nghiên cứu tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam vận động viên (VĐV) lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, Cộng hòa dân chủ nhân dân Lào (CHDCND Lào). Kết quả nghiên cứu rất hữu ích trong việc kiểm tra, đánh giá chính xác trình độ SMTĐ của VĐV, góp phần nâng cao hiệu quả huấn luyện VĐV Bóng bàn trẻ tại CHDCND Lào.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, sức mạnh tốc độ, Bóng bàn, nam vận động viên, lứa tuổi 14-15, Cộng hòa Dân chủ Nhân dân Lào.

Building standards for assessing speed strength of male athletes aged 14-15 Table Tennis Team of Vientiane Capital, Lao People's Democratic Republic

**Huong Xuan Nguyen⁽¹⁾
Sengdavanh Duangpanya⁽²⁾**

Article Information:

Received: **25-06/2025**

Review date: **18/07/2025**

Published: **29/09/2025**

Corresponding Author:

Huong Xuan Nguyen

Email: Nguyentdt@gmail.com

Vol.2, Issue 5 (2025), pp 40-44

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes13861>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Summary:

Based on the analysis of the significance and importance of speed strength in training and competition of table tennis, the study conducted to build standards for assessing speed strength of male athletes aged 14-15 of the Vientiane capital table tennis team, Lao People's Democratic Republic. The research results are very useful in testing and accurately assessing the speed strength level of athletes. Thereby, contributing to improving the effectiveness of training young table tennis athletes in Lao People's Democratic Republic.

Keywords: Standard; speed strength; table tennis; male athlete, age 14-15; Lao People's Democratic Republic.

⁽¹⁾TS, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội

⁽²⁾ThS, Trung tâm Huấn luyện Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong tập luyện và thi đấu Bóng bàn, SMTĐ có vai trò đặc biệt quan trọng, giúp VĐV thực hiện đánh bóng với tốc độ cao, lực tác động lớn, tạo sự đột biến, thực hiện tốt các ý đồ chiến thuật của huấn luyện viên đặt ra...

Qua khảo sát thực tiễn huấn luyện cho thấy, mặc dù việc phát triển SMTĐ cho nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn là vô cùng quan trọng, song việc đánh giá tố chất này vẫn chủ yếu dựa trên kinh nghiệm của huấn luyện viên, các test đánh giá chưa thực sự đảm bảo tính khoa học, cũng như phù hợp với lứa tuổi và giai đoạn huấn luyện...

Hiện nay, ở CHDCND Lào chưa có tiêu chuẩn thống nhất về việc đánh giá các tố chất thể lực cho VĐV Bóng bàn, đồng thời, các nghiên cứu về Bóng bàn ở CHDCND Lào chủ yếu quan tâm tới vấn đề phát triển kỹ, chiến thuật cho các VĐV cấp cao. Đây là những công trình nghiên cứu có ý nghĩa trong việc phát triển môn Bóng bàn CHDCND Lào, tuy nhiên, việc xây dựng hệ thống tiêu chí, tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho VĐV Bóng bàn thì vẫn chưa có công trình nghiên cứu nào đề cập tới.

Xuất phát từ những lý do nêu trên cho thấy, việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào là vấn đề mang tính cấp thiết và có giá trị thực tiễn.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào

1.1. Phỏng vấn lựa chọn test

Để tìm được các test phù hợp trong đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào được chính xác, khách quan, chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 2 lần bằng phiếu phỏng vấn, 2 lần cách nhau 2 tuần. Các test được lựa chọn cần phải đảm bảo các yêu cầu có ít nhất từ 80% số ý kiến mức đồng ý ở cả 2 lần phỏng vấn trở lên, kết quả hai lần phỏng vấn phải đảm bảo độ đồng nhất. Kết quả phỏng vấn được trình ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào

TT	Test	Kết quả phỏng vấn								χ^2	P
		Lần 1 (n=20)				Lần 2 (n=20)					
		Đồng ý		Không đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý			
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
1.	Ném bóng đặc bằng hai tay lên cao ra trước (m)	16	80	4	20	15	75	5	25	0.14	>0.05
2.	Nhảy dây đơn 30s (lần)	17	85	3	15	18	90	2	10	0.23	>0.05
3.	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	19	95	1	5	20	100	0	0	1.03	>0.05
4.	Bật xa tại chỗ (cm)	15	75	5	25	12	60	8	40	1.03	>0.05
5.	Bật cao tại chỗ với bảng bằng một tay (cm)	17	85	3	15	15	75	5	25	0.63	>0.05
6.	Cầm vợt sắt 1.5kg mô phỏng động tác vụt bóng 30s (lần)	14	70	6	30	16	80	4	20	0.53	>0.05
7.	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	20	100	0	0	20	100	0	0	0.00	>0.05
8.	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	20	100	0	0	20	100	0	0	0.00	>0.05
9.	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	19	95	1	5	18	90	2	10	0.36	>0.05

Kết quả phỏng vấn đã cho phép chúng tôi đã xác định được 5 test đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn, CHDCND Lào gồm: Nhảy dây đơn 30s (lần); Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần); Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần); Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần); Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần).

1.2. Xác định độ tin cậy của các test

Để xác định độ tin cậy của các test đánh giá SMTĐ của đối tượng nghiên cứu, chúng tôi sử dụng phương pháp retest, tiến hành kiểm tra ngẫu nhiên 10 nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào 2 lần cách nhau 2 tuần. Kết quả so sánh được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn, CHDCND Lào

TT	Test	Kết quả kiểm tra		r
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	
1.	Nhảy dây đơn 30s (lần)	60.05 $\pm$ 4.12	61.03 $\pm$ 3.77	0.85
2.	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	14.14 $\pm$ 2.06	14.07 $\pm$ 2.04	0.83
3.	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	20.11 $\pm$ 2.04	21.09 $\pm$ 2.23	0.91
4.	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	19.09 $\pm$ 2.01	18.92 $\pm$ 1.89	0.82
5.	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	17.15 $\pm$ 1.95	16.97 $\pm$ 1.85	0.84

Qua bảng 2 cho thấy, hệ số tương quan giữa hai lần kiểm tra các test đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào có $0.82 \leq r_{\text{tính}} \leq 0.91$. Như vậy, cả 5 test trên đều có đủ độ tin cậy để ứng dụng vào thực tiễn nhằm đánh giá SMTĐ cho khách thể nghiên cứu.

1.3. Xác định tính thông báo của các test

Nhằm xác định một cách chính xác tính thông báo của các test đã lựa chọn, đề tài đã tiến hành xác định tương quan giữa kết quả lập test với thành tích thi đấu của 10 nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào.

Chăn CHDCND Lào. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy, cả 5 test đã lựa chọn có đủ tính thông báo cần thiết ($r > 0.8$), có nghĩa là mối tương quan giữa kết quả lập test với thành tích thi đấu của các nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào là tương quan chặt.

Tóm lại, qua các bước nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test có đủ độ tin cậy và tính thông báo cần thiết, cho phép sử dụng để kiểm tra, đánh giá SMTĐ cho nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào.

Bảng 3. Mối tương quan giữa các test với thành tích thi đấu của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn, CHDCND Lào

TT	Test	Hệ số tương quan (r)
1	Nhảy dây đơn 30s (lần)	0.82
2	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	0.81
3	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	0.89
4	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	0.85
5	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	0.83



Sức mạnh tốc độ có tầm quan trọng cao trong tập luyện và thi đấu Bóng bàn nói chung và với VĐV Bóng bàn trẻ nói riêng

Bảng 4. Kết quả kiểm tra SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào (n = 10)

TT	Test	Kết quả kiểm tra		
		$(\bar{x} \pm \delta)$	Cv	ε
1.	Nhảy dây đơn 30s (lần)	60.4±4.15	6.86	0.043
2.	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	14.1±1.40	9.93	0.042
3.	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	20.6±1.97	9.54	0.036
4.	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	19.1±1.88	9.84	0.032
5.	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	17.6±1.69	9.57	0.034

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào

Để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam VĐV Bóng bàn lứa tuổi 14-15, Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào, chúng tôi tiến hành kiểm tra hiện trạng trên 10 nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào và kiểm tra tính phân phối chuẩn trong kết quả kiểm tra các test kết quả được trình bày ở bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy, tất cả các test kiểm tra đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15

Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn CHDCND Lào đều có kết quả tương đối đồng đều, với $C_v < 10\%$, với ε dao động trong khoảng từ 0.032-0.043. Như vậy, kết quả kiểm tra các test lựa chọn đều đảm bảo tính phân phối chuẩn.

2.1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viêng Chăn, CHDCND Lào

Chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm theo thang độ C (thang điểm 10) cho từng test đã lựa chọn và tiêu chuẩn phân loại theo qui tắc 2 δ . Kết quả được trình bày ở bảng 5 và 6.

**Bảng 5. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam VĐV lứa tuổi 14-15
Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào**

TT	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1.	Nhảy dây đơn 30s (lần)	> 67	63 – 67	59 – 62	55 – 58	< 55
2.	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	> 17	16 – 17	14 – 15	12 – 13	< 12
3.	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	> 23	22 – 23	20 – 21	18 – 19	< 18
4.	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	> 22	21 – 22	19 – 20	17 – 18	< 17
5.	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	> 20	19 – 20	17 – 18	15 – 16	< 15

**Bảng 6. Bảng điểm đánh giá SMTĐ cho nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn
Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào**

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1.	Nhảy dây đơn 30s (lần)	> 68	68	66	64	62	60	58	56	54	< 54
2.	Nằm sấp chống đẩy tối đa sức 30s (lần)	> 18	18	17	16	15	14	13	12	11	< 11
3.	Giật bóng thuận tay theo đường chéo phải 30s (lần)	> 24	24	23	22	21	20	19	18	17	< 17
4.	Giật bóng trái tay theo đường chéo trái 30s (lần)	> 23	23	22	21	20	19	18	17	16	< 16
5.	Di chuyển giật bóng thuận tay 2 điểm 30s (lần)	> 21	21	20	19	18	17	16	15	14	< 14

Sau khi đã quy chuẩn tất cả kết quả của các test ra điểm, chúng tôi xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ của đối tượng nghiên cứu được trình bày ở bảng 7.

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá SMTĐ. Kết quả

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn, CHDCND Lào

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 50)
1.	Tốt	≥ 45
2.	Khá	35 – 44
3.	Trung bình	25 – 34
4.	Yếu	15 – 24
5.	Kém	< 15

nghiên cứu giúp cho HLV có thể kiểm tra, đánh giá chính xác trình độ SMTĐ của VĐV.

KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn được 5 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cao để ứng dụng vào thực tiễn nhằm kiểm tra, đánh giá trình độ SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn, CHDCND Lào. Đồng thời, đã xây dựng được tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ của nam VĐV lứa tuổi 14-15 Đội tuyển Bóng bàn Thủ đô Viên Chăn CHDCND Lào.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Thể thao Lào, *Chiến lược và kế hoạch phát triển giáo dục và thể thao giai đoạn 2016-2020 và tầm nhìn đến 2030*.
2. Nguyễn Duy Quyết (2020), *Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT Hà Nội.
3. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.