

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**4. Trương Quốc Uyên**

Sinh thời Bác Hồ đến động viên các đại hội thể thao của nước ta

7. Đỗ Hữu Trường

Công tác đào tạo trọng tài, huấn luyện viên, vận động viên Bản súng Việt Nam đáp ứng tình hình mới

BÀI BÁO KHOA HỌC**10. Nguyễn Văn Phúc; Mai Thị Bích Ngọc**

Giải pháp nâng cao hiệu quả quảng bá, tư vấn tuyển sinh đại học chính quy của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

16. Nguyen Gang; Nguyen The Tinh; Le Tran Quang; Duong Anh Tuan; Phan Thanh Hung

Evaluating effectiveness of male student's physical development at Hue University after one year of studying the club-based physical education program model and the basic physical education program model

22. Nguyễn Tôn Hoài

Nghiên cứu yếu tố hình thành động cơ của người tham gia tập luyện Yoga ở thành phố Tuy Hòa tỉnh Phú Yên

27. Lê Anh Dũng

Thực trạng thừa cân, béo phì và chất lượng cuộc sống của sinh viên Đại học Huế

32. Hoàng Thị Thùy Trang

Lựa chọn bài tập nâng cao thành tích nhảy xa kiểu ngồi cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Điện lực Hà Nội

38. Nguyễn Lê Huy; Nguyễn Xuân Hoàng; Nguyễn Thùy Dung

Giải pháp đáp ứng nhu cầu xã hội trong đào tạo cử nhân Thể dục thể thao Chuyên ngành Golf, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

44. Đinh Khánh Thu; Đinh Quang Ngọc

Định hướng công tác đào tạo cử nhân thể dục thể thao của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đáp ứng nhu cầu xã hội đến năm 2025 và tầm nhìn 2030

49. Nguyễn Huy Hoàng

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Đội tuyển Bóng bàn Học viện An ninh nhân dân

53. Đặng Văn Dũng; Nguyễn Xuân Trãi; Nguyễn Văn Hòa

Thực trạng cấu trúc giai đoạn huấn luyện ban đầu vận động viên Cờ vua ở các câu lạc bộ Cờ vua chuyên nghiệp miền Bắc Việt Nam

58. Đỗ Hữu Trường; Nguyễn Xuân Thuý

Thực trạng chức năng cơ thể trước vận động của vận động viên Bản súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

62. Trần Thị Kim Hương; Lê Minh Phương

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam vận động viên Bóng đá U11 Văn Tâm Đồng Nai

65. Võ Tường Kha

Chỉ dấu Protein trong chẩn đoán sớm các bệnh lý tim mạch vận động viên

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**75. Gia Linh**

Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh với Sea Games 31

78. Phạm Tuấn Dũng

Bài tập nhóm cơ bụng

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

During his life, Uncle Ho came to encourage our country's sports festivals

7. Do Huu Truong

The training of referees, coaches and athletes in Vietnam's gun-shooting team in order to satisfy the new situation

ARTICLES

10. Nguyen Van Phuc; Mai Thi Bich Ngoc

Solutions to improve the effectiveness of regular college admission advertisement and consultation of Bac Ninh Sports University

16. Nguyen Gang; Nguyen The Tinh; Le Tran Quang; Duong Anh Tuan; Phan Thanh Hung

Evaluating effectiveness of male student's physical development at Hue University after one year of studying the club-based physical education program model and the basic physical education program model

22. Nguyen Ton Hoai

Research on participants' motivation in practicing yoga in Tuy Hoa city, Phu Yen province

27. Le Anh Dung

Assessment of overweight, obesity and students' life quality at Hue University

32. Hoang Thi Thuy Trang

Selecting exercises to improve the performance of sitting-style long jump for first-year female students at Hanoi Electric Power University

38. Nguyen Le Huy; Nguyen Xuan Huong; Nguyen Thuy Dung

Solutions to satisfy social demand in training bachelor's degree in Golf major in the field of Physical Education and Sports at Bac Ninh Sports University

44. Dinh Khanh Thu; Dinh Quang Ngoc

Orientation in training bachelors in Physical Education and Sports at Bac Ninh Sports University in order to satisfy social demands to 2025 and vision to 2030

49. Nguyen Huy Hoang

Selecting and applying exercises to develop professional physical strength for male students in Table tennis team at the People's Security Academy

53. Dang Van Dung; Nguyen Xuan Trai; Nguyen Van Hoa

Actual situation of the initial training structure for chess players in professional chess clubs in the North of Vietnam

58. Do Huu Truong; Nguyen Xuan Thuyet

Actual status of body function of gun-shooting athletes in the National Youth Team at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University, before physical activity

62. Tran Thi Kim Huong; Le Minh Phuong

Developing standards for assessing the physical and technical level of male athletes in U11 Van Tam Dong Nai football team

65. Vo Tuong Kha

Protein markers in early diagnosis of athlete's cardiovascular diseases

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

75. Gia Linh

Bac Ninh Sports University and Sea Games 31

78. Pham Tuan Dung

Abdominal muscle group exercises

80. Rules of writing and posting.

THỰC TRẠNG CHỨC NĂNG CƠ THỂ TRƯỚC VẬN ĐỘNG CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN BẮN SÚNG ĐỘI TUYỂN TRẺ QUỐC GIA TẠI TRUNG TÂM ĐÀO TẠO VẬN ĐỘNG VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Đỗ Hữu Trường⁽¹⁾
Nguyễn Xuân Thuyết⁽²⁾

Tóm tắt:

Quá trình nghiên cứu lựa chọn được 07 chỉ số đánh giá trạng thái chức năng cơ thể trước vận động của vận động viên (VĐV) Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, gồm 02 chỉ số đánh giá chức năng hô hấp, 03 chỉ số đánh giá chức năng tim mạch và 02 chỉ số đánh giá chức năng thần kinh. Trên cơ sở đó, tiến hành đánh giá thực trạng chức năng cơ thể của VĐV thông qua kết quả kiểm tra trên 10 VĐV nam và 5 VĐV nữ. Kết quả cho thấy: Ở thời điểm trước vận động, các chỉ số chức năng cơ thể của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia đều nằm trong giới hạn bình thường và thuộc mức tốt.

Từ khóa: Chức năng cơ thể, hô hấp, tim mạch, thần kinh, VĐV Bắn súng trẻ quốc gia...

Actual status of body function of gun-shooting athletes in the National Youth Team at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University, before physical activity

Summary:

The research has selected 07 indicators in order to evaluate the body function of body function of gun-shooting athletes in the National Youth Team at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University, before the physical activity. The indicators include 02. respiratory function evaluative indicators, 03 cardiovascular function evaluative indicators and 02 neuropsychological function evaluative indicators. On that basis, the author has assessed the current state of athletes' body function by testing on 10 male and 5 female athletes at the Athlete Training Center at Bac Ninh Sports University. The results showed that, before physical activity, the body function indexes in the National Youth Team were in normal limits and in good range.

Keywords: Body function, respiratory, cardiovascular, neuropsychological, National Youth Team.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bắn súng thể thao mang nhiều đặc điểm khác biệt so với các môn thể thao khác, do chịu sự chi phối của yếu tố chuyên môn trong thi đấu, tập luyện: Tâm lý phản ánh mức độ căng thẳng của hệ thần kinh; Khả năng chức phận biểu hiện rõ nhất ở hệ tuần hoàn, hệ hô hấp và năng lực vận động: thực hiện kỹ thuật, chiến thuật động tác trong thời gian dài ở trạng thái tĩnh.

Trong huấn luyện Bắn súng thể thao hiện đại, việc đánh giá trình độ tập luyện của VĐV có một vị trí vô cùng quan trọng trong quy trình huấn luyện nhiều năm. Đặc biệt trong giai đoạn VĐV bước vào tập luyện chuyên môn hóa. Đối với

VĐV trẻ, việc đánh giá trình độ tập luyện trong giai đoạn này mang ý nghĩa dự báo khả năng tiềm tàng của họ, để từ đó xác định nội dung thi đấu chuyên môn hóa của từng VĐV cũng như hỗ trợ cho công tác huấn luyện và tuyển chọn VĐV được chính xác, khoa học. Trong những năm gần đây, công tác đào tạo VĐV Bắn súng trẻ ở Trường Đại học TDTT Bắc Ninh đã đạt được những thành tựu đáng khích lệ. Nhiều VĐV trẻ đã trưởng thành và đạt thành tích cao trong các giải thi đấu trong nước và quốc tế. Tuy nhiên, quá trình đào tạo, huấn luyện cho VĐV vẫn đang còn tồn tại một số hạn chế, đặc biệt là đánh giá tác động của lượng vận động dưới góc độ y sinh học

⁽¹⁾PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

⁽²⁾ThS, Học viện An ninh nhân dân

để tạo cơ sở chính xác cho quá trình đào tạo đạt hiệu quả cao nhất. Việc đánh giá trạng thái chức năng cơ thể VĐV ở từng thời điểm trước, trong và sau vận động để có các phương pháp tác động, điều chỉnh phù hợp lại chưa được quan tâm nghiên cứu thường xuyên.

Để có căn cứ khoa học tác động các biện pháp phù hợp điều chỉnh trạng thái cơ thể trước vận động của VĐV, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Thực trạng chức năng cơ thể trước vận động của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

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 phỏng vấn; Phương pháp kiểm tra y học và Phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng khảo sát: 15 chuyên gia Bắn súng thể thao và 15 VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, trong đó có 10 nam VĐV và 05 nữ VĐV.

Kiểm tra được tiến hành vào tháng 6 năm 2021.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn chỉ số đánh giá thực năng cơ thể trước vận động của vận động viên Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Để lựa chọn các chỉ số đánh giá chức năng cơ thể cho VĐV, trước tiên chúng tôi xác định các yêu cầu lựa chọn các chỉ số sinh lý đặc trưng thông qua tổng hợp tài liệu và phỏng vấn 15 chuyên gia bằng thang đo Likert 5 mức. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn xác định yêu cầu lựa chọn các chỉ số sinh lý đặc trưng của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các yêu cầu	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
1	Các chỉ số phải phản ánh được đặc điểm năng lực chức phận của các hệ cơ quan có mối quan hệ chặt chẽ tới năng lực vận động của VĐV	12	3	0	0	0	72	4.8
2	Các chỉ số phải phản ánh được toàn diện, chính xác những biến đổi lâu dài và biến đổi tức thời	11	3	1	0	0	70	4.66
3	Các chỉ số phải đảm bảo tính khoa học, độ tin cậy và tính thông báo	10	3	2	0	0	68	4.53
4	Các chỉ số và phương pháp thu nhận kết quả phải đảm bảo tính khả thi và tính ứng dụng cao	12	2	1	0	0	71	4.73

Qua bảng 1 cho thấy: Cả 04 yêu cầu mà chúng tôi đưa ra phỏng vấn đều có ý kiến phản hồi tích cực, đạt số điểm từ 4.53 đến 4.80. Như vậy, chúng tôi xác định cả 4 yêu cầu trên là những yêu cầu cần thiết trong việc lựa chọn các chỉ số lý đặc trưng của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Để lựa chọn được các chỉ số sinh lý đặc trưng

thời điểm trước vận động của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia chính xác, khoa học, chúng tôi đã tiến hành tổng hợp các nguồn tài liệu, xác định được các chỉ số sinh lý phản ánh năng lực chức phận của 3 hệ chức năng có liên hệ mật thiết với năng lực vận động của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ Quốc gia đó là: Hệ tim mạch; Hệ hô hấp; và hệ thần kinh, đồng thời tiến hành phỏng vấn 15 chuyên gia bằng thang đo Likert 5 mức. Kết quả

BÀI BÁO KHOA HỌC

lựa chọn được 07 chỉ số đánh giá chức năng cơ thể VĐV thời điểm trước vận động gồm:

Chỉ số đánh giá chức năng hô hấp: Dung tích sống (lít), dung tích sống đột ngột (%).

Chỉ số đánh giá chức năng tim mạch: Tần số tim (lần/phút), Huyết áp tối đa (mmHg), Huyết áp tối thiểu (mmHg).

Chỉ số đánh giá chức năng thần kinh: Phản xạ đơn (ms) và phản xạ phức (ms).

2. Thực trạng chức năng cơ thể trước vận động của vận động viên Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Kết quả khảo sát thực trạng chức năng hô hấp, chức năng tim mạch và chức năng thần kinh của 15 VĐV (10 nam và 5 nữ) Bắn súng Đội tuyển trẻ Quốc gia được trình bày tại các bảng 2,3,4.

Bảng 2. Thực trạng các chỉ số chức năng tim mạch trước vận động của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (Nam n=10; Nữ n=5)

TT	Chỉ số	Giới tính	\bar{x}	δ
1	Tần số tim (lần/phút)	Nam	69.16	3.42
		Nữ	72.03	3.32
2	Huyết áp tối đa (mmHg)	Nam	117.62	6.11
		Nữ	104.09	6.09
3	Huyết áp tối thiểu (mmHg)	Nam	68.66	4.22
		Nữ	66.12	4.68

Qua bảng 2 cho thấy: Ở thời điểm trước vận động, chỉ số chức năng tim mạch của các VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh đều có kết quả nằm trong khoảng giới hạn sinh học bình thường của người Việt Nam khỏe mạnh và có xu hướng gần với các chuẩn sinh lý

tốt ưu. Kết quả thu được cũng cho thấy các chỉ số tim mạch của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia có biến đổi thích ứng tốt hơn so với người bình thường do tác động của quá trình tập luyện, thi đấu nhiều năm mang lại.

Kết quả khảo sát chức năng hô hấp trước vận động của VĐV được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Thực trạng chỉ số chức năng hô hấp trước vận động của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (Nam n=10; Nữ n=5)

TT	Chỉ số	Giới tính	\bar{x}	δ
1	Dung tích sống (lít)	Nam	3.03	0.1
		Nữ	2.65	0.89
2	Dung tích sống đột ngột (%)	Nam	87.22	6.72
		Nữ	86.15	6.33

Qua bảng 3 cho thấy: Ở thời điểm trước vận động, các chỉ số sinh lý chức năng hô hấp của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ Quốc gia khi so sánh với tiêu chuẩn của người Việt Nam phát triển bình thường, cùng lứa tuổi và giới tính thì các VĐV có chức năng hô hấp ở mức tốt hơn nhiều. Điều này cho thấy sự khác biệt theo xu hướng tốt hơn của VĐV là do tác động tích cực của quá trình tập luyện môn Bắn súng. Như vậy, thông qua tập luyện đã giúp cho VĐV có được

các chỉ số chức năng hô hấp phát triển, đáp ứng yêu cầu chuyên môn trong tập luyện và thi đấu môn Bắn súng thể thao.

Kết quả kiểm tra chức năng thần kinh của VĐV được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Ở thời điểm trước vận động, các chỉ số chức năng thần kinh của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia khi so sánh với tiêu chuẩn của người Việt Nam phát triển bình thường, cùng lứa tuổi và giới tính thì các VĐV có



Trong huấn luyện thể thao hiện đại, việc nghiên cứu chức năng cơ thể VĐV là vấn đề cần thiết

Bảng 4. Thực trạng chỉ số sinh lý chức năng thần kinh tâm lý của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ Quốc gia tại trung tâm đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh trước vận động (Nam n=10; Nữ n=5)

TT	Chỉ số	Giới tính	\bar{x}	δ
1	Phản xạ đơn (ms)	Nam	183.96	16.09
		Nữ	208.5	17.65
2	Phản xạ đơn (ms)	Nam	284.5	21.08
		Nữ	292.3	23.19

chức năng thần kinh ở mức tốt hơn nhiều. Điều này cho thấy sự khác biệt theo xu hướng tốt hơn của VĐV là do tác động tích cực của quá trình tập luyện mang lại. Như vậy, thông qua quá trình tập luyện đã giúp cho VĐV có được các chỉ số chức năng thần kinh đáp ứng yêu cầu chuyên môn trong tập luyện môn Bắn súng thể thao.

KẾT LUẬN

- Nghiên cứu đã lựa chọn được 07 chỉ số đánh giá trạng thái chức năng cơ thể của VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trung tâm Đào tạo VĐV Trường Đại học TDTT Bắc Ninh gồm 02 chỉ số đánh giá chức năng hô hấp, 03 chỉ số đánh giá chức năng tim mạch và 02 chỉ số đánh giá chức năng thần kinh.

- Ở thời điểm trước thực nghiệm, chức năng cơ thể VĐV Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia khi so sánh với tiêu chuẩn của người Việt Nam phát triển bình thường, cùng lứa tuổi và giới tính thì các VĐV có chức năng cơ thể ở mức tốt hơn

nhiều. Điều này cho thấy tác động tích cực của quá trình tập luyện môn Bắn súng mang lại.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Duy Phát (1999), *Bắn súng thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Philin V.P (1996), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, (Dịch: Nguyễn Quang Hưng), Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Thế Truyền và cộng sự (2003) *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Ủy ban TDTT, Viện KH TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 22/6/2022, phản biện ngày 24/6/2022, duyệt in ngày 29/6/2022)
 Chịu trách nhiệm chính: Đỗ Hữu Trường
 Email: truongbs71@gmail.com)



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 3-2022
(70)**

