

## NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH BÓNG ĐÁ NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Nguyễn Tuấn Anh\*

### Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp khoa học, tác giả đã lựa chọn 12 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh. Các test lựa chọn đạt từ 3.81 - 4.35 điểm; tính thông báo của các test với hiệu suất thi đấu nằm trong khoảng từ 0.616 - 0.990 và độ tin cậy nằm trong khoảng từ 0.81 - 0.98.

**Từ khóa:** Test, thể lực, sinh viên, chuyên ngành, bóng đá.

**Researching and selecting physicality tests for male students specialized in Football in Physical Education Department at Bac Ninh University of Physical Training and Sport**

### Abstract:

Using scientific methods, the project selects 12 physicality assessments for male students specialized in Football in Physical Education Department at Bac Ninh University of Physical Training and Sport. The selected tests are from 3.81 to 4.35 points; the test notification with competition performance is in the range of 0.616 - 0.990 and the reliability is in the range of 0.81 - 0.98.

**Keywords:** Test, fitness, students, major, football.

### ĐẶT VẤN ĐỀ

Những năm gần đây, kết quả học tập và trình độ thể lực của nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh còn nhiều bất cập. Đặc biệt là trình độ thể lực của nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC. Do vậy, vấn đề đặt ra là cần có những biện pháp phát triển thể lực phù hợp nhằm không ngừng nâng cao chất lượng đào tạo, đáp ứng yêu cầu xã hội. Vì vậy, việc nghiên cứu lựa chọn các test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh một cách khoa học sẽ góp phần phát triển thể lực chung và chuyên môn. Từ đó góp phần hoàn thiện: Kỹ thuật, chiến thuật, ý chí, tâm lý và đặc biệt là có một nền tảng thể lực vững chắc cho sinh viên chuyên ngành Bóng đá, góp phần nâng cao chất lượng và hiệu quả đào tạo trong nhà trường.

### PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn, tọa đàm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Trên cơ sở các nguồn tư liệu trong và ngoài nước cùng với kinh nghiệm thực tiễn trong công tác giảng dạy môn thể thao chuyên ngành Bóng đá cho nam sinh viên ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, chúng tôi đã tổng hợp được 12 test đánh giá thể lực sử dụng trong 4 học phần (theo chương trình đào tạo ngành GDTC ban hành theo quyết định số 497/QĐ-ĐHBN-ĐT ngày 21/7/2008). Bao gồm:

**Các test sử dụng trong học kỳ 3 và học kỳ 5:**

1. Tăng bóng (số lần) - Đánh giá khả năng khéo léo (Ký hiệu test: TB).
2. Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn

\*ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: tuananhdhtdt@gmail.com

2x2m 10 quả (quả) - Đánh giá sức mạnh (Ký hiệu test: DB).

3. Ném biên (m) - Đánh giá kỹ thuật và sức mạnh thân người (Ký hiệu test: NB).

4. Chạy 1500m (phút, giây) - Đánh giá sức bền (Ký hiệu test: C1500).

5. CoDa test (s) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: CoDa).

6. Chạy biển tốc 40'75m (lần) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: CBTO).

#### Các test sử dụng trong học kỳ 4 và học kỳ 6:

1. Đá bóng xa (m) - Đánh giá sức mạnh chuyên môn (Ký hiệu test: DBX).

2. Dẫn bóng tốc độ 30m (s) - Đánh giá sức nhanh, khéo léo (Ký hiệu test: DBTD).

3. Dẫn bóng luân cộc sút cầu môn (s) - Đánh giá tốc độ, khéo léo chuyên môn (Ký hiệu test: DBLC).

4. Chạy 5x30m (s) - Đánh giá sức nhanh chuyên môn (Ký hiệu test: C5x30).

5. Chạy 6x40m (lần) - Đánh giá sức nhanh chuyên môn (Ký hiệu test: C6x40).

6. Chạy 20x100m (lần) - Đánh giá sức bền chuyên môn (Ký hiệu test: C20x100).

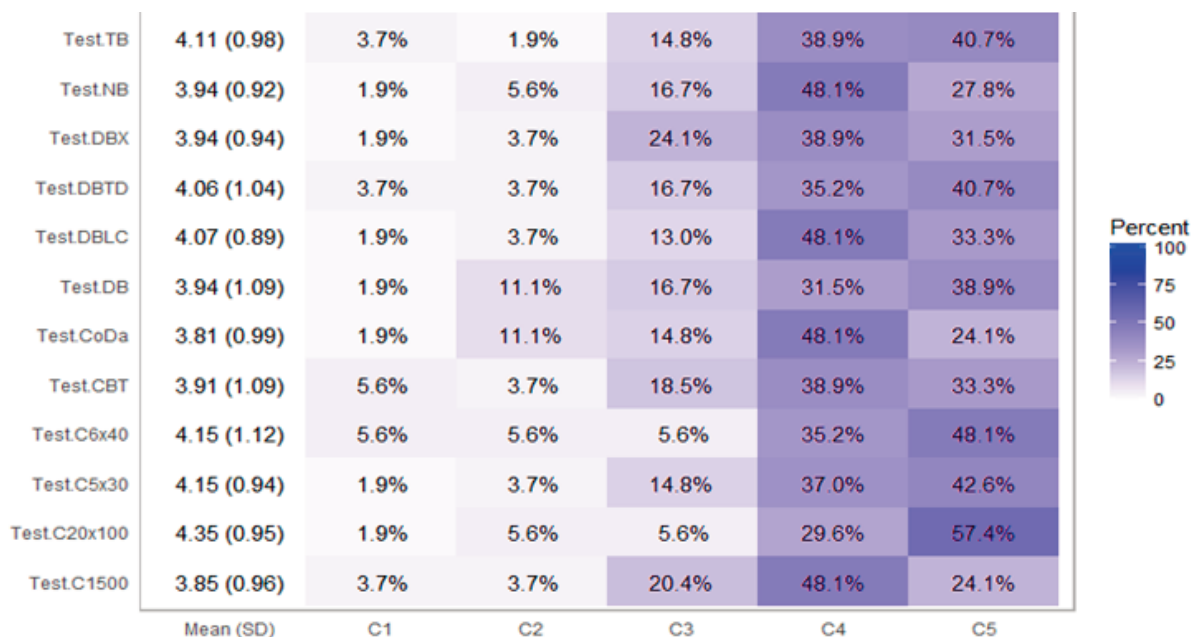
Bóng đá là một môn thể thao mang tính tập thể, có hoạt động rất đa dạng. Đặc điểm thi đấu trong Bóng đá là sự phối hợp giữa các cá nhân thuộc các vị trí thi đấu khác nhau, do đó thành tích thi đấu trong Bóng đá không chỉ là thành

tích của cá nhân 1 VĐV nào, mà chính là thành tích của cả đội bóng. Vì vậy, việc xác định thành tích thi đấu là vấn đề phức tạp. Cho nên, để giải quyết vấn đề này, chúng tôi tiến hành xác định mối tương quan giữa các test với năng lực thi đấu của VĐV. Năng lực này chính là hiệu suất thi đấu của các sinh viên trong một trận đấu (Ký hiệu test: Hieu.Xuat.TD).

Hiệu suất thi đấu của nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh được xác định thông qua sử dụng phương pháp quan sát sự phạm, qua đó xác định tổng thời gian các VĐV có bóng, kiểm soát, chuyền bóng và khống chế được bóng, cũng như thời gian di chuyển hợp lý trên sân.

Hiệu suất này được tính bằng % hiệu quả thi đấu của sinh viên trong trận đấu, từ đó quy đổi theo thang điểm 100. Ví dụ: Sau khi quan sát một sinh viên thi đấu, xác định được hiệu suất thi đấu của sinh viên đó là 65%, thì quy đổi thành điểm của sinh viên đó là 65 điểm.

Để đảm bảo các test lựa chọn đều đánh giá được thể lực cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi đã phỏng vấn 31 HLV, chuyên gia và kiểm nghiệm thông qua xác định hệ số tin cậy Cronbach's Alpha bằng phần mềm SPSS. Cả 12 test phỏng vấn đều đảm bảo độ tin cậy ở mức cao với Hệ số tin cậy Cronbach's Alpha là 0.931. Các test phải loại bỏ nếu có giá trị lớn hơn hệ



Biểu đồ 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n=54)





**Giờ học phổ tu bóng đá tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

số tin cậy đều lớn hơn 0.931 song đều có giá trị trong khoảng từ 0.922 – 0.929 và tương quan giữa 12 test đó so có giá trị từ 0.606 – 0.803 > 0.4. Do vậy, bước đầu xác định cả 12 test đánh giá thể lực đảm bảo độ tin cậy khi được dùng để phỏng vấn.

Để lựa chọn một cách khoa học, khách quan và chính xác các test đánh giá thể lực, chúng tôi tiếp tục tiến hành phỏng vấn HLV, chuyên gia,

giảng viên bằng phiếu phỏng vấn. Thành phần đối tượng phỏng vấn bao gồm 54 người, trong đó có: 11 chuyên gia chiếm tỷ lệ 20.4%; 24 HLV chiếm tỷ lệ 44.4%; 19 giảng viên chiếm tỷ lệ 35.2%. Ở mỗi test phỏng vấn được trả lời theo 5 mức độ của thang đo Likert (C1. Rất không đồng ý; C2. Không đồng ý; C3. Không ý kiến; C4. Đồng ý; C5. Rất đồng ý). Xử lý kết quả phỏng vấn thu được như trình bày ở biểu đồ 1.

Kết quả thu được ở biểu đồ 1 cho thấy, các test phỏng vấn có giá trị trung bình (Mean) từ 3.81 đến 4.35 với độ lệch chuẩn (SD) từ 0.89 đến 1.12. Đối chiếu với thang đo Likert thì 11 test thuộc mức đánh giá đồng ý (3.41 - 4.20) và 1 test rất đồng ý (4.21 - 5.00). Như vậy, đề tài bước đầu đã lựa chọn được 12 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học

**Bảng 1. Mối tương quan giữa các test đánh giá thể lực với hiệu xuất thi đấu cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n = 38)**

| TT                                                                    | Test                                                     | t      | P            | r     |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------|--------------|-------|
| 1                                                                     | Tâng bóng (số lần)                                       | 7.608  | 5.32e-09***  | 0.785 |
| 2                                                                     | Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2×2m 10 quả (quả) | 8.347  | 6.128e-10*** | 0.812 |
| 3                                                                     | Ném biên (m)                                             | 7.135  | 2.187e-08*** | 0.765 |
| 4                                                                     | Chạy 1500m (phút, giây)                                  | 4.694  | 3.809e***    | 0.616 |
| 5                                                                     | Đá bóng xa (m)                                           | 9.270  | 4.517e-11*** | 0.84  |
| 6                                                                     | Dẫn bóng tốc độ 30m (s)                                  | 7.696  | 4.101e-09*** | 0.789 |
| 7                                                                     | Dẫn bóng luồn cọc sút cầu môn (s)                        | 6.963  | 3.666e-08*** | 0.758 |
| 8                                                                     | Chạy 5×30m (s)                                           | 8.071  | 1.366e-09*** | 0.803 |
| 9                                                                     | CoDa test (s)                                            | 10.252 | 3.179e-12*** | 0.863 |
| 10                                                                    | Chạy biến tốc 40×75m (lần)                               | 4.903  | 2.02e-05***  | 0.633 |
| 11                                                                    | Chạy 6×40m (lần)                                         | 4.912  | 1.965e-05*** | 0.633 |
| 12                                                                    | Chạy 20×100m (lần)                                       | 41.153 | 2.2e-16***   | 0.99  |
| Dấu hiệu ngưỡng: ‘***’ 0.001 ; ‘**’ 0.01 ; ‘*’ 0.05 ; ‘.’ 0.1 ; ‘ ’ 1 |                                                          |        |              |       |

**Bảng 2. Kết quả xác định độ tin cậy các test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n = 38)**

| TT | Test                                                     | Lần 1     |             | Lần 2     |             | r    | p     |
|----|----------------------------------------------------------|-----------|-------------|-----------|-------------|------|-------|
|    |                                                          | $\bar{x}$ | $\pm\delta$ | $\bar{x}$ | $\pm\delta$ |      |       |
| 1  | Tâng bóng (số lần)                                       | 45.08     | 7.78        | 45.79     | 7.83        | 0.98 | <0.05 |
| 2  | Đá bóng bằng lòng bàn chân vào cầu môn 2×2m 10 quả (quả) | 6.45      | 1.25        | 6.92      | 1.22        | 0.84 | <0.05 |
| 3  | Ném biên (m)                                             | 12.63     | 2.6         | 13.16     | 2.58        | 0.95 | <0.05 |
| 4  | Chạy 1500m (phút, giây)                                  | 5.18      | 0.22        | 5.17      | 0.24        | 0.85 | <0.05 |
| 5  | Đá bóng xa (m)                                           | 89.58     | 18.51       | 90.76     | 17.88       | 0.96 | <0.05 |
| 6  | Dẫn bóng tốc độ 30m (s)                                  | 4.43      | 0.23        | 4.46      | 0.24        | 0.81 | <0.05 |
| 7  | Dẫn bóng luồn cọc sút cầu môn (s)                        | 7.76      | 0.39        | 7.82      | 0.57        | 0.81 | <0.05 |
| 8  | Chạy 5×30m (s)                                           | 21.83     | 2.19        | 21.74     | 2.18        | 0.93 | <0.05 |
| 9  | CoDa test (s)                                            | 9.68      | 0.16        | 9.63      | 0.19        | 0.92 | <0.05 |
| 10 | Chạy biến tốc 40×75m (lần)                               | 33.11     | 2.65        | 32.16     | 2.66        | 0.81 | <0.05 |
| 11 | Chạy 6×40m (lần)                                         | 4.32      | 1.09        | 4.43      | 1.05        | 0.82 | <0.05 |
| 12 | Chạy 20×100m (lần)                                       | 17.45     | 2.16        | 17.34     | 2.18        | 0.83 | <0.05 |

TDTT Bắc Ninh.

Nhằm xác định tính thông báo của các test đã lựa chọn, ứng dụng trong đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, chúng tôi tiến hành xác định mối tương quan giữa kết quả lập test với hiệu suất thi đấu của 38 sinh viên chuyên ngành bóng đá thuộc các khóa đại học 47, đại học 48, đại học 49 ngành GDTC. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 1.

Kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Sự khác biệt giữa 12 test đánh giá thể lực với hiệu suất thi đấu với  $t_{\text{tính}}$  trong khoảng từ 4.694 - 41.153 ở ngưỡng  $P < 0.001$ . Đồng thời mối tương quan giữa hiệu suất thi đấu với 12 test đánh giá thể lực với  $r$ , có 3 test có mối tương quan từ 0.616 đến 0.633, còn lại trong khoảng từ 0.758 - 0.990. Đối chiếu với yêu cầu đánh giá về mức độ tương quan thì 12 test đều có mối tương quan với hiệu suất thi đấu và bước đầu được lựa chọn để đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Độ tin cậy của test được xác định bằng phương pháp test lặp lại (điều kiện lập test như nhau ở cả 2 lần lập test, đảm bảo ở lần lập test

thứ hai người tập được hồi phục hoàn toàn). Kết quả thu được trình bày ở bảng 2.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 thấy, mối tương quan giữa kết quả 2 lần lập test đạt từ 0,81 đến 0,98, với  $p < 0.05$ . Như vậy, cả 12 test được xác định là đủ độ tin cậy cần thiết để đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng đá Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

### KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 12 test đánh giá thể lực cho nam sinh viên chuyên ngành bóng đá ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các test được lựa chọn đảm bảo tính thông báo và độ tin cậy thống kê cần thiết.

### 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 thuật và phương pháp tập luyện*, (Dịch: Đặng Bình), Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Liên đoàn Bóng đá châu Á (1999), *Đào tạo huấn luyện viên bóng đá trình độ A, B, C*, (Dịch: Nguyễn Quý Bình), Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 21/10/2019, Phản biện ngày 1/11/2019, duyệt in ngày 15/11/2019)