

THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN NỘI DUNG SÚNG TRƯỜNG THỂ THAO CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH BẮN SÚNG NĂM THỨ 3 NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Đào Văn Thăng*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 09 test và ứng dụng đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 ngành giáo dục thể chất Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả cho thấy thể lực chuyên môn còn nhiều hạn chế, chưa đáp ứng được chuẩn quy định.

Từ khóa: Thể lực chuyên môn, súng trường thể thao, sinh viên, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Situation of professional physical strength level in sporting rifle by male 3rd year shooting major students of Physical Education Department at Bac Ninh Sports University

Summary:

By the common scientific research methods, the study has selected 09 tests and application them in assessing the professional physical strength level in sporting rifle by male 3rd year shooting major students of Physical Education Department at Bac Ninh Sports University. The results show that the professional physical strength still has many shortcomings and do not meet the standards.

Keywords: Professional physical strength, sporting rifle, students, Bac Ninh Sports University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Huấn luyện thể lực là tiền đề để nâng cao thành tích thể thao. Huấn luyện thể lực chung là quá trình giáo dục toàn diện những tố chất vận động của sinh viên, bao gồm sức nhanh, sức mạnh, sức bền, độ dẻo, sự khéo léo, là nền tảng để phát triển tố chất thể lực chuyên môn. Thể lực chuyên môn có vai trò quan trọng trong việc nâng cao kỹ thuật, chiến thuật và năng lực tâm lý, tạo nền móng vững chắc cho việc giành được thành tích cao trong thi đấu và trong tập luyện của sinh viên.

Qua quan sát và kiểm tra một số buổi tập của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng nội dung súng trường thể thao năm thứ 3 ngành GDTC cho thấy: Dấu hiệu mệt mỏi đến tương đối sớm, thành tích giảm dần ở các tư thế bắn khác nhau, độ tần mát lớn. Điều đó chứng tỏ thể lực chuyên môn của sinh viên còn nhiều hạn chế.

Chính vì vậy, việc nghiên cứu thực trạng trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao cho nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là cần thiết, là cơ sở thực tiễn để điều chỉnh nội dung chương trình đào tạo, đáp ứng yêu cầu nâng cao chất lượng đào tạo của Nhà trường.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp đọc và phân tích tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

Đề tài sử dụng bộ tiêu chuẩn do Bộ môn Bắn súng xây dựng để tiến hành đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3.

*ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Email: thangs43@gmail.com



Phát triển thể lực chuyên môn là khâu quan trọng trong nâng cao hiệu quả giảng dạy môn Bắn súng cho sinh viên (Ảnh minh họa)

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Căn cứ nội dung giảng dạy súng trường thể thao trong chương trình môn học chuyên ngành Bắn súng cho thấy có 3 tư thế tập luyện: Nằm bắn, quỳ bắn và đứng bắn. Vì vậy, ở mỗi một tư thế đòi hỏi người tập phải có sự chuẩn bị phù hợp, do đó khi kiểm tra cần phải đánh giá thể lực chuyên môn ở cả 3 thể thế.

Bằng phương pháp đọc phân tích tài liệu chuyên môn, thông qua kết quả phỏng vấn chuyên gia, bước đầu chúng tôi đã xác định được 5 test đánh giá thể lực chuyên môn ở tư thế nằm bắn, 5 test ở tư thế quỳ bắn và 5 test ở tư thế đứng bắn. Để đảm bảo tính khoa học, đáp ứng yêu cầu về phẩm chất của test chúng tôi tiến hành xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test. Bằng phương pháp test lặp lại, từ 15 test đánh giá thể lực chuyên môn được đề xuất có 9 test đạt yêu cầu với $r > 0.81 - 0.92$.

Từ kết quả thu được, để xác định tính thông

báo chúng tôi sử dụng phương pháp tính tương quan thứ bậc giữa kết quả lặp test với thành tích thi đấu của sinh viên. Kết quả cho thấy $r_{\text{tính}}$ ở cả 9 test đều > 0.6 , đảm bảo tính thông báo.

Từ kết quả nghiên cứu trên cho phép đề tài sử dụng 9 test chia đều ở 3 tư thế nằm bắn, quỳ bắn, đứng bắn để kiểm tra đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên.

2. Thực trạng trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Bằng 9 test đánh giá thể lực chuyên môn đã được lựa chọn chúng tôi đã tiến hành kiểm tra thể lực chuyên môn của 14 sinh viên chuyên ngành Bắn súng Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh vào thời điểm kết thúc môn học chuyên ngành ở năm thứ 3.

Kết quả kiểm tra được xử lý theo tham số $\bar{x} \pm \delta$, đối với các test bắn tính điểm giá trị $\bar{x} \pm \delta$ được xác định theo từng chục 1, 2, 3 và 4 (10 viên), căn cứ vào chuẩn đánh giá của Bộ môn đã xây dựng để tiến hành đánh giá. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả kiểm tra trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n=14)

TT	Tư thế	Các test	Kết quả					Chuẩn đánh giá
			Chục1	Chục2	Chục3	Chục4	Giá trị TB và tổng điểm	
			$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$		
1	Tư thế nằm bắn	Test giữ súng lâu trên tay 5 phút tính thời gian giữ súng ổn định (s)	195,01±16,21					>225,01
		Test bắn tính độ chụm 40 viên, 10 viên/1 bia (cm)	2,25±0,11	2,40±0,08	3,85±0,14	4,28±0,18	3,27	<2,03
		Test bắn tính điểm 40 viên, 10 viên/1 bia (đ)	87,85±4,20	86,71±4,18	85,83±5,02	84,14±6,39	344,53	>370
2	Tư thế quỳ bắn	Test giữ súng lâu trên tay 2 phút tính thời gian giữ súng ổn định (s)	30,22 ± 1,51					>45,05
		Test bắn tính độ chụm 40 viên, 10 viên/1 bia (cm)	3,69±0,18	4,18±0,21	4,57±0,22	5,20±0,24	4,36	>3,05
		Test bắn tính điểm 40 viên, 10 viên/1 bia (đ)	83,85±4,51	82,14±5,16	82,07±5,38	81,42±5,14	329,48	> 360
3	Tư thế đứng bắn	Test giữ súng lâu trên tay 1 phút tính thời gian giữ súng ổn định (s)	16,92±0,81					>25,50
		Test bắn tính độ chụm 40 viên, 10 viên/1 bia (cm)	3,99±0,82	4,18±0,99	5,57±1,74	6,60±2,04	5,085	< 4,01
		Test bắn tính điểm 40 viên, 10 viên/1 bia (đ)	79,32±4,61	78,71±5,31	77,43±5,48	76,14±5,32	311,60	> 340

Kết quả bảng 1 cho thấy, kết quả bắn tính độ chụm và điểm đều chưa đạt chuẩn và có sự giảm sút dần về độ chụm và điểm chạ trên bia của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 Ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả giảm sút biểu hiện rõ nét ở các chục cuối, điều này cho thấy có nguyên nhân từ sự giảm sút về thể lực chuyên môn của sinh viên. Kết quả kiểm tra test giữ súng lâu trên tay cũng cho thấy thời gian giữ ổn định ở các tư thế bắn đều không đạt được chuẩn đánh giá.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 09 test đủ phẩm chất để đánh giá trình độ thể lực chuyên môn nội dung súng trường thể thao.

Trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bắn súng năm thứ 3 Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học TDTT Bắc Ninh còn hạn chế, chưa đạt yêu cầu so với chuẩn quy định.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Banda Reveski I.A. (1970), *Độ tin cậy của các test thực nghiệm trong thể thao*, Nxb TDTT Matxcova.
 2. Daxioroxki V.M (1987), *Các tổ chất thể lực của VĐV*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 3. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo Lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 4. Nguyễn Duy Phát (1999), *Bắn Súng Thể Thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 5. Đỗ Hữu Trường (2006), “Những yếu tố cơ bản ảnh hưởng đến hiệu quả dạy học môn Bắn súng thể thao”, *Bản tin khoa học TDTT số 6/2006*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- (Bài nộp ngày 19/9/2017, Phản biện ngày 12/10/2017, duyệt in ngày 25/10/2017)