

THỰC TRẠNG CHẤN THƯƠNG TRONG TẬP LUYỆN VÀ THI ĐẤU CỦA SINH VIÊN CHUYÊN SÂU BÓNG ĐÁ TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO ĐÀ NẴNG

Nguyễn Thanh Tùng*

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy đánh giá thực trạng chấn thương cũng như các nguyên nhân dẫn tới chấn thương trong tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, làm cơ sở để đề xuất các biện pháp phòng ngừa và điều trị sơ bộ các chấn thương thường gặp.

Từ khóa: Thực trạng, chấn thương, bóng đá, sinh viên, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

Real situation of traumas during training and competition by Football specialization students at Da Nang University of Sports

Summary:

By the common research methods, the study has evaluated the real situation and cause of traumas during training and competition by Football specialization students at Da Nang University of Sports then suggested solutions to prevent and preliminarily treat the common traumas.

Keywords: Real situation, traumas, common, Football, students, Da Nang University of Sports.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng đá là một môn thể thao tổng hợp, mang tính đối kháng trực tiếp được thể hiện trong hoạt động tập luyện và thi đấu qua các pha tranh chấp bóng, những va chạm trực tiếp giữa các cầu thủ, những pha xử lý bóng, sự thực hiện chiến thuật và liên tục thay đổi nhịp điệu trong thời gian thi đấu... Điều đó đòi hỏi các cầu thủ phải có một nền tảng thể lực dồi dào. Trong hoạt động tập luyện và thi đấu những rủi ro nghề nghiệp như chấn thương của cầu thủ thường nằm ngoài tầm kiểm soát của họ, sự căng thẳng và áp lực luôn là những tác nhân gây ra những chấn thương cho VĐV.

Trường Đại học TDTT Đà Nẵng là một trường chuyên ngành về thể thao, có nhiệm vụ đào tạo giáo viên Thể dục, các cán bộ TDTT. Do đặc thù của ngành học thực hành, đặc biệt Bóng đá là một môn thể thao có tính đối kháng mạnh mẽ nên chấn thương xảy ra trong quá trình tập luyện và thi đấu là không thể tránh khỏi. Đánh giá thực trạng và xác định những nguyên nhân dẫn đến chấn thương, làm cơ sở đề xuất các giải pháp phòng ngừa hiệu quả là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp hồi cứu,

phương pháp phỏng vấn và phương pháp toán học thống kê.

Đối tượng khảo sát là 404 sinh viên chuyên sâu Bóng đá các khóa Đại học 4,5,6 và 7 Trường Đại học TDTT Đà Nẵng năm học 2013-2014. Thời điểm khảo sát là đầu năm học 2014-2015.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng chấn thương trong hoạt động tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường Đại học TDTT Đà Nẵng (năm học 2013 - 2014)

Để đánh giá thực trạng chấn thương trong hoạt động tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá, chúng tôi tiến hành khảo sát theo 3 tiêu chí: Thực trạng tỷ lệ chấn thương gặp phải trong các hoạt động tập luyện và thi đấu; Tỷ lệ phân bố chấn thương của sinh viên chuyên sâu Bóng đá các khóa và Mức độ chấn thương trên các vị trí cơ thể.

Bằng phương pháp hồi cứu số liệu từ Phòng Y tế của Trường và phỏng vấn trực tiếp các sinh viên chuyên sâu Bóng đá bị chấn thương trong năm học 2013-2014 chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng tỷ lệ chấn thương gặp phải trong các hoạt động tập luyện và thi đấu ở các môn học khác nhau. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Số sinh viên bị chấn

*TS, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng; Email: thanhtungnguyen1975@yahoo.com.vn

Bảng 1. Thực trạng tỷ lệ chấn thương trong các hoạt động tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá tại Trường Đại học TDTT Đà Nẵng (n= 67)

TT	Nguyên nhân chấn thương	m _i	Tỷ lệ %
1	Chấn thương trong tập luyện môn Bóng đá	49	73.13
2	Chấn thương trong tập luyện các môn thể thao khác	11	16.42
3	Chấn thương cũ tái phát trong tập luyện môn Bóng đá	7	10.45

Bảng 2. Tỷ lệ phân bổ chấn thương của sinh viên chuyên sâu Bóng đá các khóa Trường Đại học TDTT Đà Nẵng (năm học 2013 - 2014)

TT	Năm học 2013 - 2014					
	Tổng số SV		Tổng số SV bị chấn thương			Tỷ lệ %
	Khóa	Tổng số SV	Nam	Nữ	Tổng cộng	
1	ĐH 4	46	6	0	6	13.04
2	ĐH 5	88	13	1	14	15.91
3	ĐH 6	90	15	0	15	16.67
4	ĐH 7	180	30	2	32	17.78
Tổng cộng		404	64	3	67	

thương do tập luyện môn Bóng đá trong năm học 2013 – 2014 chiếm tỷ lệ cao (73.13%), chấn thương do tập luyện các môn khác chiếm tỷ lệ 16.42%, chấn thương cũ tái phát trong quá trình tập luyện Bóng đá chiếm 10.45%. Như vậy, chấn thương của sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường Đại học TDTT Đà Nẵng gặp phải chủ yếu là trong tập luyện môn Bóng đá.

Bằng phương pháp hồi cứu số liệu từ phòng y tế của nhà trường và phỏng vấn trực tiếp khảo sát trực tiếp 404 sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường Đại học TDTT Đà Nẵng năm học 2013-2014 để đánh giá tỷ lệ phân bổ chấn thương gặp phải của sinh viên các khóa. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Tỷ lệ bị chấn thương của các SV chuyên sâu Bóng đá các khóa dao

động từ 13.04% tới 17.78%, trong đó tỷ lệ sinh viên khóa mới gặp chấn thương cao hơn các khóa cũ, tỷ lệ ở sinh viên nam cao hơn so với sinh viên nữ.

Song song với việc thống kê tỷ lệ sinh viên bị chấn thương, chúng tôi tiến hành đánh giá tỷ lệ mức độ chấn thương và các vị trí chấn thương trên cơ thể của sinh viên.

Mức độ chấn thương được đánh giá theo 3 mức:

Chấn thương nhẹ: Là chấn thương không làm ảnh hưởng đến khả năng vận động.

Chấn thương trung bình: Là chấn thương không thể tham gia tập luyện từ 2 giờ học trở lên và cần phải điều trị.

Chấn thương nặng: Là chấn thương cần phải điều trị thời gian dài mới có thể hồi phục.

Kết quả thống kê được trình bày ở bảng 3.

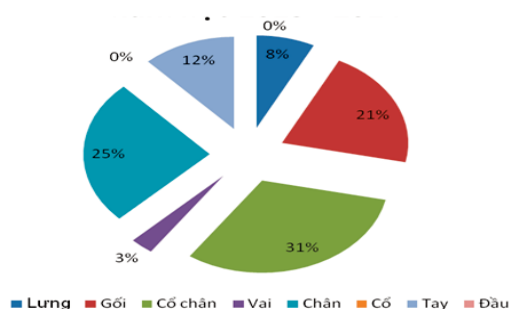
Bảng 3. Thống kê tỷ lệ và mức độ chấn thương trên các vị trí cơ thể của sinh viên chuyên sâu Bóng đá (năm học 2013- 2014)

TT	Vị trí chấn thương	Tần suất		Mức độ chấn thương					
		Số ca	Tỷ lệ %	Nhẹ		Trung bình		Nặng	
				Số ca	Tỷ lệ %	Số ca	Tỷ lệ %	Số ca	Tỷ lệ %
1	Lưng	5	7.46	5	7.46	0	0	0	0.00
2	Gối	14	20.90	5	7.46	8	11.94	1	1.49
3	Cổ chân	21	31.34	10	14.93	7	10.45	4	5.97
4	Vai	2	2.99	0	0.00	2	2.99	0	0.00
5	Chân	17	25.37	9	13.43	5	7.46	3	4.48
6	Cổ	0	0.00	0	0.00	0	0	0	0.00
7	Tay	8	11.94	3	4.48	3	4.48	2	2.99
8	Đầu	0	0.00	0	0.00	0	0	0	0.00
Tổng		67	1.00	32	47.76	25	37.31	10	14.93

Qua bảng 3 cho thấy:

Gần 50% số ca chấn thương thường gặp của sinh viên là chấn thương nhẹ, không ảnh hưởng đến khả năng vận động, nhưng nếu mắc phải nhiều lần, các lần chấn thương sau sẽ nặng hơn các lần chấn thương trước. Tỷ lệ các ca chấn thương nặng chiếm tới 14,93% tổng số ca, điều này ảnh hưởng lớn tới kết quả học tập của sinh viên.

Các vị trí chấn thương phổ biến thường gặp là cổ chân, gối, chân, tay... các vị trí khác ít gặp hơn. Đặc biệt, trong năm học 2013-2014, không có sinh viên nào mắc chấn thương ở đầu và cổ. Các ca chấn thương nặng thường diễn ra ở chân (cổ chân, gối và chân), tay. Có thể thấy rõ tỷ lệ chấn thương các bộ phận cơ thể của sinh viên qua biểu đồ 1.



Biểu đồ 1. Tỷ lệ chấn thương các bộ phận cơ thể của sinh viên Bóng đá năm học 2013-2014

Bảng 4. Thực trạng nguyên nhân gây chấn thương trong tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá năm học 2013-2014

TT	Nguyên nhân gây chấn thương	Số ca chấn thương	Tỷ lệ %
1	Do phương pháp huấn luyện, giảng dạy không đúng	0	0.00
2	Do thể lực không đầy đủ	14	20.90
3	Do cơ sở vật chất không đáp ứng	4	6.00
4	Thực hiện sai kỹ thuật động tác	5	7.50
5	Khởi động không kỹ	17	25.40
6	Do va chạm trong tập luyện và thi đấu	21	31.30
7	Do các điều kiện khác (thời tiết, khí hậu, ...)	6	9.00
Tổng cộng		67	100.00

cổ chân và khớp gối (77.61%); Mức độ chấn thương nhẹ chiếm tỷ lệ cao (47.76%), chấn thương nặng chiếm 14.93%.

2. Nguyên nhân chấn thương chủ yếu do va chạm trong tập luyện và thi đấu (31.3%), khởi động không kỹ (25.4%) và thể lực không đầy đủ (20.9%).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái (2002), *Công nghệ đào tạo VĐV trình độ cao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Qua biểu đồ 1 cho thấy, các chấn thương sinh viên Bóng đá gặp phải chiếm tỷ lệ cao nhất ở khớp cổ chân 31.34%, chân 25.37%, khớp gối 20.9%, các chấn thương ở lưng, tay, cổ, đầu chiếm tỷ lệ thấp hơn hẳn so với các chấn thương chi dưới.

2. Thực trạng nguyên nhân gây chấn thương trong tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Để thu thập dữ liệu nghiên cứu, chúng tôi tiến hành phỏng vấn trực tiếp các sinh viên đã và đang bị chấn thương trong quá trình tập luyện môn Bóng đá trong năm học 2013-2014. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Các nguyên nhân chính gây chấn thương trong tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá là do va chạm trong tập luyện và thi đấu, do khởi động không kỹ và do thể lực không đầy đủ. Các nguyên nhân khác chiếm tỷ lệ ít hơn.

KẾT LUẬN

1. Kết quả đánh giá thực trạng chấn thương trong tập luyện và thi đấu của sinh viên chuyên sâu Bóng đá cho thấy, sinh viên khóa mới có tỷ lệ chấn thương cao hơn các khóa cũ; các chấn thương chủ yếu gặp phải ở chi dưới, đặc biệt là

2. Lưu Quang Hiệp, Lê Quý Phụng (2000), *Y sinh học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

3. Nguyễn Thiệt Tình (1997), *Huấn luyện và giảng dạy bóng đá*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Quang, Trần Quốc Tuấn, Nguyễn Minh Ngọc (2004), *Chương trình huấn luyện bóng đá trẻ 11 – 18 tuổi*, Liên đoàn bóng đá Việt Nam – Viện khoa học TDTT, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 2/10/2017, Phản biện ngày 12/10/2017, duyệt in ngày 25/10/2017)