

THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH BÓNG CHUYỀN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Nguyễn Tất Tuấn*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 03 test đánh giá sức mạnh tốc độ 03 nhóm cơ chi trên, cơ chi dưới và cơ lưng bụng sinh viên chuyên ngành Bóng chuyền ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh. Trên cơ sở đó, đánh giá thực trạng trình độ sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Thực trạng, sức mạnh tốc độ, sinh viên, chuyên ngành Bóng chuyền, ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Reality of speed power of male volleyball major students in Physical Education Department, Bac Ninh Sports University

Summary:

By using the common scientific research methods, the study has selected 3 tests of evaluating the strength of speed of 3 groups of muscles including upper limb, lower limb and abdominal back for the Volleyball majored students of Department of Physical Education at Bac Ninh Sports University. On such basis, the study has evaluated the real situation of the speed strength level for the students.

Keyword: Real situation, strength of speed, students, Volleyball major, Department of Physical Education, Bac Ninh Sports University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong Bóng chuyền sức mạnh tốc độ đóng vai trò quan trọng và chủ yếu, hơn 80% động tác kỹ thuật có liên quan tới sức mạnh tốc độ như: Kỹ thuật phát bóng, chuyền bóng, đập bóng, chắn bóng và lăn ngã cứu bóng. Với việc phát triển tới trình độ cao trong thi đấu, việc thay đổi luật, xuất hiện xu thế mới đòi hỏi VĐV Bóng chuyền phải có trình độ tương xứng. Có thể nói vai trò của sức mạnh tốc độ trong thi đấu Bóng chuyền rất quan trọng, nó ảnh hưởng tới sự thắng thua của từng pha đấu, từng hiệp đấu và từng trận đấu. Vì vậy việc đánh giá thực trạng sức mạnh tốc độ của nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyền ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là rất cần thiết, để làm cơ sở thực tiễn cho việc lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên trong quá trình đào tạo.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu đề tài 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 su phạm.

*ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyền, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Dựa vào việc tổng hợp, phân tích các tài liệu chuyên môn và phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, huấn luyện viên, giảng viên bộ môn bóng chuyền, phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi và xác định độ tin cậy, tính thông báo của test, chúng tôi lựa chọn được 03 test kiểm tra về sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu gồm:

- Test 1: Ném bóng nhồi 2kg bằng tay thuận (m) -Đánh giá SMTĐ nhóm cơ chi trên.
- Test 2: Bật cao với bảng có đà (cm) -Đánh giá SMTĐ nhóm cơ chi dưới.
- Test 3: Nằm ngửa gập bụng trong 20 giây (lần) - Đánh giá SMTĐ nhóm cơ lưng bụng.

Trên cơ sở các test đã lựa chọn, chúng tôi tiến hành xây dựng barem đánh giá SMTĐ cho sinh viên theo 4 mức. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Barem đánh giá sức mạnh tốc độ kiểm tra kết thúc các học phần đối với nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Học phần	Test 1: Ném bóng nhồi 2kg bằng tay thuận (m)				Test 2: Bật cao với bảng có đà (cm)				Test 3: Nằm ngửa gập bụng trong 20 giây (lần)			
		Giỏi	Khá	TB	Không đạt	Giỏi	Khá	TB	Không đạt	Giỏi	Khá	TB	Không đạt
1	I	13,5	13	12,5	12	290	287	284	280	17	16	15	14
2	II	14	13,5	13	12,5	297	290	287	284	18	17	16	15
3	III	14,5	14	13,5	13	300	297	290	287	19	18	17	16
4	IV	15	14,5	14	13,5	303	300	297	290	20	19	18	17
5	V	15,5	15	14,5	14	305	303	300	297	21	20	19	18
6	VI	16	15,5	15	14,5	307	305	303	300	22	21	20	19
7	VII	16,5	16	15,5	15	309	307	305	303	23	22	21	20

2. Đánh giá thực trạng sức mạnh tốc độ của nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Sau khi đã xác định được các test đánh giá sức mạnh tốc độ và barem đánh giá, đề tài tiến

hành tìm hiểu thực trạng sức mạnh tốc độ của nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh ở 3 khóa: Khóa 48, học phần 7; khóa 49, học phần 5; khóa 50, học phần 3. Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Thực trạng sức mạnh tốc độ của nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC khóa 48; 49 và 50 Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Khóa	n	Test 1: Ném bóng nhồi (2kg) bằng tay thuận (m)								Test 2: Bật cao với bảng có đà (cm)								Test 3: Nằm ngửa gập bụng trong 20 giây (lần)							
		Giỏi	%	Khá	%	TB	%	Yếu	%	Giỏi	%	Khá	%	TB	%	Yếu	%	Giỏi	%	Khá	%	TB	%	Yếu	%
48	22	3	13	4	24.5	2	9	13	59	8	36	5	22	2	9	7	31	3	13	3	13	6	27	10	45
49	32	5	15	8	25	7	21	12	37	7	21	3	9	10	31	12	37	5	15	8	25	11	34	8	25
50A	22	1	4	6	27	4	18	11	50	12	54	2	9	1	4	7	31	0	0	7	31	12	54	3	13
50B	22	0	0	2	9	5	23	15	68	11	50	3	13	2	9	6	27	0	0	6	27	11	50	5	22

Qua bảng 2 cho thấy: Kết quả kiểm tra đánh giá theo các test và các tiêu chuẩn đã xây dựng theo từng học phần cho thấy, sức mạnh tốc độ đạt loại giỏi và khá còn ít, chủ yếu là trung bình và yếu. Điều đó cho thấy việc trang bị thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC là rất cần thiết, nhất là sức mạnh tốc độ.

KẾT LUẬN

1. Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 3 test đánh giá SMTĐ cho nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên, ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Trên cơ sở đó, xây dựng barem điểm đánh giá SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu.

2. Đánh giá thực trạng SMTĐ của nam sinh viên chuyên ngành Bóng chuyên ngành GDTC Trường Đại học TDTT Bắc Ninh cho thấy, sức

mạnh tốc độ còn thấp so với tiêu chuẩn đánh giá của chương trình môn học theo từng học phần.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Arianx A.G, Klesep (1997), *Bóng chuyên*, (Dịch: Hữu Hùng, Nghiêm Thúc, Đình Lắm), Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Hữu Hùng (2001), *Huấn luyện thể lực cho VĐV Bóng chuyên*, Nxb TDTT.
5. Phomin E.V (1989), “Cấu trúc trình độ chuẩn bị thể lực chuyên môn của các VĐV Bóng chuyên”, *Bản tin KHK TDTT*, Viện KH TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 17/12/2015, Phản biện ngày 2/2/2016, duyệt in ngày 10/8/2016)