

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH BƠI HỌC KỲ THỨ 5 VÀ THỨ 6, TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO ĐÀ NẴNG

Phan Thanh Hải*

Tóm tắt:

Quá trình nghiên cứu đã xác định được 6 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn, đồng thời xây dựng được bảng phân loại và bảng điểm đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6 Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, Đánh giá, Thể lực chuyên môn, nam sinh viên, chuyên sâu bơi, học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

Establish set of criteria to evaluate professional physical strength level of male Swimming students at 5th and 6th semesters, Da Nang University of Sports

Summary:

The study has established 6 tests to evaluate the professional physical strength level as well as the classification table and transcript to evaluate the professional physical strength level of male Swimming students at the 5th and 6th semesters, Da Nang University of Sports.

Keywords: Criteria, evaluate, professional physical strength, male students, indepth swimming, 5th and 6th semesters, Da Nang University of Sports.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực của sinh viên để giúp bộ môn và giảng viên có cơ sở trong việc đánh giá thể lực của sinh viên một cách khoa học, bảo đảm tính khách quan trong đánh giá là một trong những nhiệm vụ cần thiết của quá trình đào tạo. Bởi vì đánh giá đúng trình độ thể lực của sinh viên là cơ sở giảng viên điều khiển, điều chỉnh quá trình giảng dạy cũng như là căn cứ để sinh viên tự đánh giá trình độ thể lực của mình. Tuy nhiên, trên thực tế các giảng viên chưa quan tâm đúng mức vấn đề này. Chính vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu “Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng”.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn; phương pháp quan sát sư

phạm; phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Việc lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng được tiến theo các bước sau:

- Tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm, phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giảng viên, huấn luyện viên bơi.
- Kiểm định độ tin cậy của các test.
- Xác định tính thông báo của các test.

Kết quả thực hiện các bước trên đã lựa chọn được 6 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của sinh viên chuyên ngành Bơi Trường Đại học TDTT Đà Nẵng gồm:

1. Bơi Trườn sấp: 50m (giây)

*TS, Phó hiệu trưởng Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

2. Bơi ngựa: 50m (giây)
3. Bơi ếch: 50m (giây)
4. Bơi bướm 50m (giây)
5. Bơi 200m hỗn hợp (giây)
6. Bơi 800m trườn sấp (giây)

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng được tiến hành theo lộ trình sau:

Trước hết, tổ chức tiến hành khảo sát mẫu lớn theo các chỉ tiêu được lựa chọn trên chính

Bảng 1. Kết quả kiểm tra thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi kỳ thứ 5 (n = 29)

TT	Nội dung	$\bar{x}$	$\pm\delta$	C, %	ϵ
1	Bơi 50m Trườn sấp (s)	30.01	0.99	3.3	0.07
2	Bơi 50 Ngựa (s)	35.65	1.08	3.03	0.06
3	Bơi 50m Éch (s)	40.14	1.12	2.79	0.06
4	Bơi 50m Bướm (s)	33.7	0.91	2.7	0.06
5	Bơi 200m Hỗn hợp (s)	152.39	3.49	2.29	0.05
6	Bơi 800m Trườn sấp (s)	698.97	4.6	0.66	0.01

Qua kết quả thu được ở bảng 1 và bảng 2 cho thấy: Số liệu ở các chỉ tiêu phân bố khá đồng đều ($C_v < 10\%$) và giá trị trung bình tìm được ở mẫu khảo sát có tính đại diện cho số trung bình tổng thể ($\epsilon < 0,05$). Đây là điều kiện quan trọng cho phép sử dụng giá trị trung bình để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn của VĐV.

Để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá, trước hết cần phải kiểm định tính phân bố chuẩn của các số liệu. Kết quả kiểm định dựa trên quy tắc $\pm 2\delta$ cho thấy, các số liệu đều thuộc dạng phân bố chuẩn hoặc gần chuẩn. Điều này cho phép xây dựng tiêu chuẩn đánh giá tiếp theo.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Có nhiều cách xây dựng tiêu chuẩn đánh giá phân loại, nhưng chúng tôi phân loại theo phương thức hai độ lệch chuẩn (2δ) để đánh giá. Ưu điểm của cách này là loại trung bình khá nhiều

đối tượng nghiên cứu và xử lý kết quả thu được theo các tham số: $\bar{x}$, δ , C_v , kiểm tra tính đại diện và dạng phân bố chuẩn;

Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ thể lực chuyên môn;

Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ thể lực chuyên môn.

2.1. Khảo sát trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Đề tài khảo sát với mẫu lớn (kiểm tra hiện trạng) 29 nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học ở kỳ thứ 5 và 32 nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học ở kỳ thứ 6. Kết quả trình bày ở bảng 1 và bảng 2.

Bảng 2. Kết quả kiểm tra thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi kỳ thứ 6 (n = 32)

TT	Nội dung	$\bar{x}$	$\pm\delta$	C, %	ϵ
1	Bơi 50m Trườn sấp (s)	29.96	0.85	2.84	0.06
2	Bơi 50 Ngựa (s)	34.78	0.87	2.5	0.05
3	Bơi 50m Éch (s)	39.13	0.84	2.15	0.04
4	Bơi 50m Bướm (s)	32.78	1.44	4.39	0.09
5	Bơi 200m Hỗn hợp (s)	145.24	1.32	0.91	0.02
6	Bơi 800m Trườn sấp (s)	695.22	1.15	0.17	0.00

(68,3%), còn loại tốt và kém thì rất ít (mỗi loại 2,3%). Cách phân loại cụ thể được tiến hành theo 5 mức và được biểu hiện theo khung chuẩn sau:

Tiêu chuẩn phân loại	Đánh giá	Tỷ lệ %
Dưới $\bar{x} - 2\delta$	Tốt	2.30
$\bar{x} - 2\delta \rightarrow \bar{x} - \delta - \Delta$	Khá	13.55
$\bar{x} - \delta \rightarrow \bar{x} + \delta$	Trung bình	68.30
$\bar{x} + \delta + \Delta \rightarrow \bar{x} + 2\delta$	Yếu	13.55
Trên $\bar{x} + 2\delta$	Kém	2.30

(* Ghi chú: $-\Delta$: là đơn vị nhỏ nhất để phân biệt với các mức liền kề)

Bằng cách đó, chúng tôi phân loại thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi ở 2 học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng. Kết quả được trình bày ở bảng 3 và bảng 4.

2.3. Xây dựng tiêu chuẩn điểm đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng



Đánh giá đúng trình độ thể lực của sinh viên là căn cứ quan trọng giúp điều chỉnh quá trình giảng dạy, huấn luyện nhằm đạt hiệu quả chuyên môn cao nhất.

Bảng 3. Tiêu chuẩn phân loại thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học kỳ thứ 5, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng (n=29)

TT	Tiêu chuẩn Nội dung	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Bơi 50m Trườn sấp (s)	<28.0	28.0 - 28.9	29 - 31	31.1 - 32	>32
2	Bơi 50m Ngửa (s)	<33.5	33.5 - 34.5	34.6 - 36.7	36.8 - 37.8	>37.8
3	Bơi 50 Éch (s)	<37.9	37.9 - 38.9	39 - 41.3	41.4 - 42.4	>42.4
4	Bơi 50m Bướm (s)	<31.9	32.0 - 32.7	32.8 - 34.6	34.7 - 35.5	>35.5
5	Bơi 200m HH (s)	<145	145 - 148	149 - 156	157 - 159	>159
6	Bơi 800m TS (s)	<690	690 - 693	694 - 704	705 - 708	>708

Bảng 4. Tiêu chuẩn phân loại thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học kỳ thứ 6, Trường ĐH TDTT Đà Nẵng (n=32)

TT	Tiêu chuẩn Nội dung	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Bơi 50m Trườn sấp (s)	<28.3	28.3 - 29.0	29.1 - 30.8	30.9 - 31.7	>31.7
2	Bơi 50m Ngửa (s)	<33.0	33.0 - 33.8	33.9 - 35.7	35.8 - 36.5	>36.5
3	Bơi 50 Éch (s)	<37.5	37.5 - 38.2	38.3 - 40	40.1 - 40.8	>40.8
4	Bơi 50m Bướm (s)	<29.9	29.9 - 31.2	31.3 - 34.2	34.3 - 35.7	>35.7
5	Bơi 200m HH (s)	<142	142 - 143	144 - 147	148 - 149	>149
6	Bơi 800m TS (s)	<693	693 - 694	695 - 697	698 - 699	>699

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học ở học kỳ thứ 5, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Nội dung Điểm	50m TS (s)	50m N (s)	50m E (s)	50m B (s)	200m H (s)	800m TS (s)
10	27.5	33	37.3	31.4	144	687
9	28	33.5	37.9	31.9	145	690
8	28.5	34	38.5	32.3	147	692
7	29.1	34.6	39	32.8	149	694
6	29.5	35.1	39.6	33.2	151	697
5	30	35.7	40.1	33.7	152	699
4	30.5	36.2	40.7	34.2	154	701
3	31	36.7	41.3	34.6	156	704
2	31.5	37.3	41.8	35.1	158	706
1	32	37.8	42.4	35.6	159	708
0	32.5	38.4	42.9	36	161	710

Bảng 6. Bảng điểm đánh giá thể lực chuyên môn của nam sinh viên Chuyên ngành Bơi học ở học kỳ thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng

Nội dung Điểm	50m TS (s)	50m N (s)	50m E (s)	50m B (s)	200m HH (s)	800m TS (s)
10	27.8	32.6	37	29.2	141.9	692.3
9	28.3	33	37.5	29.9	142.6	692.9
8	28.7	33.5	37.9	30.6	143.3	693.5
7	29.1	33.9	38.3	31.3	143.9	694.1
6	29.5	34.4	38.7	32.1	144.6	694.6
5	30	34.8	39.1	32.8	145.2	695.2
4	30.4	35.2	39.6	33.5	145.9	695.8
3	30.8	35.7	40	34.2	146.6	696.4
2	31.2	36.1	40.4	34.9	147.2	697.5
1	31.7	36.5	40.8	35.7	147.9	697.5
0	32.1	37	41.2	36.4	148.5	698.1

* Ghi chú: TS: Bơi Trườn sấp; N: Bơi Ngửa; E: Bơi Éch; B: Bơi Bướm; HH: Bơi Hỗn hợp

Chúng tôi đã sử dụng thang chuẩn C là thang chuẩn 10 điểm được dùng khá phổ biến ở nước ta (còn gọi là thang chuẩn Binet), được tính theo công thức: $C = 5 + 2Z$.

Bảng chuẩn điểm đánh giá theo từng nội dung thể lực không những cho phép tính điểm của bất kỳ nội dung nào, mà còn cho biết tổng điểm các nội dung, nhằm phục vụ cho giảng viên trong công tác đối chiếu, kiểm tra, đánh giá thể lực chuyên môn trong thực tiễn giảng dạy. Dựa trên kết quả kiểm tra của 29 nam sinh viên chuyên ngành Bơi học ở học kỳ thứ 5 và 32 nam sinh viên chuyên ngành bơi học ở học kỳ thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, chúng tôi xác định bảng điểm đánh giá thể lực theo thang độ C ở từng nội dung. Kết quả được trình bày trong bảng 5 và bảng 6.

KẾT LUẬN

1. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 6 test đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của nam sinh viên chuyên ngành Bơi học ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, đó là:

1. Bơi trườn sấp: 50m (giây)
2. Bơi Ngửa: 50m (giây)
3. Bơi Éch: 50m (giây)
4. Bơi Bướm 50m (giây)
5. Bơi 200m Hỗn hợp (giây)
6. Bơi 800m Trườn sấp (giây)

2. Kết quả nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại thể lực chuyên môn (bảng 3,4) và bảng điểm đánh giá thể lực chuyên môn (bảng 5,6) cho nam sinh viên Chuyên ngành Bơi ở học kỳ thứ 5 và thứ 6, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hội đồng biên soạn sách giáo khoa nước CHND Trung Hoa (1999), *Bơi lội*, (Dịch: Nguyễn Văn Trạch), Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lê Văn Lâm, Phạm Xuân Thành (2007), *Đo lường thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Văn Trạch, Vũ Chung Thủy, Nguyễn Đức Thuận (2004), *Huấn luyện thể lực cho vận động viên bơi*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 4/1/2016, Phản biện ngày 2/3/2016, duyệt in ngày 25/10/2016)