

## XÂY DỰNG NỘI DUNG MÔN HỌC CHUYÊN NGÀNH TAEKWONDO TRƯỜNG ĐẠI HỌC TĐTT ĐÀ NẴNG PHÙ HỢP VỚI XU THẾ PHÁT TRIỂN TAEKWONDO TRONG GIAI ĐOẠN HIỆN NAY

TS. Phan Nguyên Cầu  
*Trường Đại học TĐTT Đà Nẵng*

**Tóm tắt:** Thông qua phương pháp phân tích tài liệu và quan sát sư phạm chúng tôi nghiên cứu những điểm chưa phù hợp trong thực trạng nội dung giảng dạy môn học chuyên ngành Taekwondo trường Đại học TĐTT Đà Nẵng so với yêu cầu xã hội. Kết quả của quá trình nghiên cứu đã nhận được sự đồng tình rất cao, đều từ 90% trở lên ý kiến đánh giá của các chuyên gia về nội dung môn học mới được chúng tôi đề xuất giảng dạy cho sinh viên chuyên ngành Taekwondo, nhằm đáp ứng yêu cầu xã hội trong thời đại hiện nay.

**Từ khóa:** Nội dung môn học, yêu cầu xã hội, Taekwondo.

**Abstract:** Through the method of document analysis and pedagogical observations, we study the inappropriate points in the reality of teaching content of Taekwondo specialized subjects at Danang Sport University compared with social requirements. The results of the research process have received a very high consensus, with 90% or more of the opinions of experts on new subject content we propose to teach students specializing in Taekwondo to meet social requirements in the present age.

**Keywords:** Course content, social requirement, Taekwondo.

### ĐẶT VẤN ĐỀ

Để đáp ứng chiến lược phát triển trường Đại học TĐTT Đà Nẵng đến năm 2020, tầm nhìn năm 2030, Nhà trường đã không ngừng đổi mới về mọi mặt như: tăng cường cơ sở vật chất, đổi mới kế hoạch đào tạo, đổi mới phương pháp giảng dạy nâng cao chất lượng giáo dục... trong đó nội dung môn học là một trong những thành tố quan trọng đảm bảo chất lượng đầu ra đáp ứng yêu cầu xã hội, phù hợp với yêu cầu của luật giáo dục số 43/2019/QH14, năm 2019 do Quốc Hội ban hành ngày 14/06/2019, quy định “Nội dung giáo dục phải đảm bảo tính cơ bản, toàn diện, thiết thực, hiện đại, có hệ thống và được cập nhật thường xuyên...”. Vì thế, nội dung môn học chuyên ngành Taekwondo của trường Đại học TĐTT Đà Nẵng cần đánh giá thực trạng và có sự điều chỉnh, bổ sung cho phù hợp với xu thế phát triển của thời đại, nhằm đáp ứng yêu cầu công việc của sinh viên khi ra trường theo đúng nhu cầu xã hội, do đó việc:

“*Nghiên cứu xây dựng nội dung môn học chuyên ngành Taekwondo trường Đại học TĐTT Đà Nẵng phù hợp với xu thế phát triển Taekwondo trong giai đoạn hiện nay*” là vấn đề cấp thiết.

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 và phương pháp toán học thống kê.

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

**1. So sánh sự phù hợp của nội dung môn học của sinh viên chuyên ngành Taekwondo, ngành Giáo dục thể chất khóa ĐH 10 và nội dung thi đấu môn võ Taekwondo được tổ chức trong nước**

Chúng tôi tiến hành thống kê nội dung thi quyền tại các giải cấp tỉnh và cấp quốc gia như giải vô địch tỉnh, giải các câu lạc bộ, giải trẻ quốc gia, giải vô địch quốc gia... trong đó giải

vô địch Taekwondo học sinh toàn quốc là giải đấu thu hút số lượng vận động viên tham gia nhiều nhất và đặc biệt là độ tuổi của các em đa phần ở nhóm tuổi tuyển phong trào để so sánh với nội dung học quyền của sinh viên chuyên ngành Taekwondo trường Đại học TDTT Đà Nẵng. Từ đó, đánh giá nội dung chuyên môn trang bị cho sinh viên chuyên ngành Taekwondo có đảm bảo cho việc giảng dạy các đối tượng Vận động viên là các em học sinh có độ tuổi từ học sinh tiểu học đến trung học phổ thông tham gia giải toàn quốc hay không. Quyền và đối kháng là hai nội dung thi đấu chính thức của

môn võ Taekwondo. Trong đó nội dung quyền được đặc biệt chú trọng với lợi thế về bộ huy chương nhiều hơn, thành tích ổn định hơn so với nội dung đối kháng. Do đó các đơn vị đặc biệt quan tâm đầu tư ở nội dung này và đây cũng là tiêu chí lợi thế cho các em sinh viên ngành giáo dục thể chất khi xin việc. Sinh viên khoa giáo dục thể chất là lực lượng nòng cốt của công tác phát triển Taekwondo phong trào trong tương lai. Vì thế chúng tôi lấy nội dung học quyền của đối tượng sinh viên khoa giáo dục thể chất để tiến hành so sánh. Kết quả được trình bày ở Bảng 1:

*Bảng 1. So sánh nội dung học quyền Taekwondo trường Đại học TDTT Đà Nẵng với nội dung thi quyền giải học sinh toàn quốc*

TT	Bài quyền	Đối tượng			Đại học TDTT Đà Nẵng
		Tiểu học	THCS	THPT	
1	Thái cực 1				X
2	Thái cực 2				X
3	Thái cực 3				X
4	Thái cực 4				X
5	Thái cực 5				X
6	Thái cực 6	X	X		X
7	Thái cực 7	X	X		X
8	Thái cực 8	X	X		X
9	Koryo	X	X	X	X
10	Keumgang	X	X	X	X
11	Taeback	X	X	X	X
12	Pyongwon	X	X	X	X
13	Shijin	X	X	X	
14	Jitae			X	
15	Chonkwon			X	
16	Hansu			X	
17	WT Bigak 1	X			
18	WT Bigak 2		X		
19	WT Bigak 3			X	
Vòng loại, tứ kết và bán kết		Bắt thăm 2 trong 8 bài trên	Bắt thăm 2 trong 8 bài trên	Bắt thăm 2 trong 8 bài trên	
Chung kết		Bắt thăm 1 trong 6 bài còn lại + WT Bigak 1	Bắt thăm 1 trong 6 bài còn lại + WT Bigak 2	Bắt thăm 1 trong 6 bài còn lại + WT Bigak 3	

Bảng 1 cho thấy, nội dung học quyền trong toàn khóa học của sinh viên trường Đại học TDTT (ĐH TDTT) Đà Nẵng gồm 12 bài, tương ứng với 4 học kỳ, mỗi học kỳ với thời lượng 81 tiết nhưng chỉ học 3 bài quyền. Trong đó gồm 8 bài thái cực tương ứng với 8 cấp đai của Taekwondo (Từ đai trắng đến đai đen nhất đẳng) và 4 bài quyền cao đẳng. Trong khi đó, nội dung thi quyền cấp quốc gia sẽ phân theo nhóm tuổi từ tiểu học đến trung học phổ thông, tổng cộng có 15 bài quyền, gồm 3 loại sau:

- *Thứ nhất:* Hệ thống quyền thái cực có 8 bài, chỉ lấy 3 bài (6, 7, 8) để thi. Các bài quyền còn lại 1, 2, 3, 4, 5 không thi mà chỉ để VĐV tập lấy căn bản cho việc tập luyện nâng cao.

- *Thứ hai:* Hệ thống quyền cao đẳng có 9 bài.

- *Thứ ba:* 3 bài quyền quy định mới WT Bigak 1, 2, 3.

Luật Thi đấu Taekwondo Việt Nam [3] quy định, tương ứng mỗi nhóm tuổi sẽ bốc thăm thi 2 trong 8 bài được chèo ở bảng trên để thi từ vòng loại đến bán kết. Vòng chung kết sẽ bắt thăm 1 trong 6 bài còn lại + 1 bài quyền mới WT Bigak. Như vậy, sự khác biệt ở đây chính là nội dung học quyền của sinh viên trường Đại học TDTT Đà Nẵng sẽ học cả 5 bài quyền thái cực sơ đẳng (1, 2, 3, 4, 5), và chỉ học 4 trong 9 bài quyền cao đẳng, chưa học 3 bài quyền mới

WT Bigak của liên đoàn Taekwondo thế giới đã áp dụng thi từ Asiad 2018.

Bước tiếp theo chúng tôi đánh giá nội dung môn học Taekwondo của trường ĐH TDTT Đà Nẵng có đáp ứng yêu cầu kiến thức chuyên môn đối với chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại hay không? Từ đó có cơ sở đề xuất xây dựng nội dung môn học mới cho sinh viên chuyên ngành Taekwondo ĐH TDTT Đà Nẵng.

## **2. Đánh giá mức độ phù hợp giữa nội dung môn học chuyên ngành Taekwondo của trường Đại học TDTT Đà Nẵng với yêu cầu kiến thức chuyên môn của chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại**

Chúng tôi căn cứ theo quy định 10 nội dung kiến thức chuyên môn thi chức danh chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo phong trào, do liên đoàn Taekwondo Việt Nam ban hành làm tiêu chuẩn, sau đó thông qua 2 lần phỏng vấn chuyên gia đều cho kết quả tán thành với số điểm đều từ 80% tổng số điểm trở lên. Chúng tôi đã xác định lấy 10 kiến thức chuyên môn này là tiêu chuẩn đối với các chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại nhằm đáp ứng yêu cầu xã hội hiện nay. Sau đó tiến hành thống kê và so sánh nội dung môn học của sinh viên chuyên ngành Taekwondo [1] với các yêu cầu về năng lực chuyên môn của một chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại, kết quả được trình bày ở Bảng 2:

*Bảng 2. So sánh nội dung môn học của sinh viên chuyên ngành Taekwondo với yêu cầu kiến thức chuyên môn của một chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại*

TT	Yêu cầu đối với HLV Taekwondo hiện đại	Chuyên ngành Taekwondo Đại học TDTT Đà Nẵng	Kết quả so sánh
1	Kỹ thuật căn bản	Kỹ thuật căn bản	Đã có
2	Thuật ngữ chuyên môn	Lý thuyết & thảo luận	Đã có
3	Hệ thống quyền Thái cực (8 bài)	Quyền (8 bài thái cực)	Đã có
4	Hệ thống quyền cao đẳng (9 bài)	4 bài quyền cao đẳng	Thiếu 5 bài
5	3 bài quyền mới WT Bigak		Chưa có
6	Kỹ năng thi đấu đối kháng	Thi đấu và trọng tài	Đã có
7	Đổi luyện	Đổi luyện	Đã có
8	Tự vệ		Chưa có
9	Công phá	Công phá	Đã có
10	Tuyệt kỹ		Chưa có

Qua kết quả Bảng 2 cho thấy, trong 10 năng lực chuyên môn cần có đối với yêu cầu của Huấn luyện viên Taekwondo thì nội dung môn học chuyên ngành Taekwondo của trường Đại học TDTT Đà Nẵng còn thiếu 4 nội dung. Trong đó có 3 nội dung hoàn toàn chưa trang bị gồm: 3 bài quyền Bigak, tự vệ và tuyệt kỹ. Đối với nội dung quyền cao đẳng còn thiếu 5 bài chưa được học. Như vậy, để đáp ứng yêu cầu đối với một chủ nhiệm câu lạc bộ Taekwondo hiện đại thì cần hội đủ 10 năng lực thực hiện các kỹ năng chuyên môn trên. Tuy nhiên công tác đào tạo chuyên ngành Taekwondo của trường Đại học TDTT Đà Nẵng có đặc thù riêng về mặt thời lượng, giáo cụ và trang thiết bị tập luyện nên việc đề xuất xây dựng nội dung giảng dạy cần phải tham khảo ý kiến các chuyên gia, giảng viên chuyên ngành Taekwondo. Vì thế bước tiếp theo, chúng tôi tiến hành phỏng vấn lấy ý kiến đề xuất bổ sung, xây dựng nội dung môn học mới phù hợp xu thế phát triển Taekwondo hiện đại.

### 3. Đề xuất nội dung giảng dạy mới đáp ứng yêu cầu xu thế phát triển Taekwondo hiện đại

Thông qua nghiên cứu thực trạng đề cương chi tiết môn học chuyên ngành Taekwondo và những điều kiện xung quanh đảm bảo cho công tác đào tạo của nhà trường. Chúng tôi tiến hành phỏng vấn những chuyên gia, giảng viên, Huấn luyện viên Taekwondo ở trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Đại học Tôn Đức Thắng và ở các trung tâm đào tạo vận động viên... đã có kinh nghiệm công tác trong lĩnh vực giảng dạy, huấn luyện Taekwondo lâu năm. Để đảm bảo tính khách quan trong việc xây dựng nội dung môn học mới cho sinh viên chuyên ngành Taekwondo, đồng thời đảm bảo hợp lý và tính khả thi trong việc phân bổ thời lượng cho từng nội dung giảng dạy trong từng học phần, chúng tôi tiến hành lập bảng phỏng vấn được chia theo tỷ lệ phần trăm cụ thể cho các nội dung giảng dạy, kết quả được trình bày ở Bảng 3:

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn nội dung môn học chuyên ngành Taekwondo

TT	Nội dung	Số tiết và tỷ lệ %								Kết quả phỏng vấn (n = 20)		
		HP1		HP2		HP3		HP4		Đồng ý	%	
		ST	%	St	%	St	%	St	%			
1	Lý thuyết và thảo luận	06	7,4	06	7,4	06	7,4	06	7,4	18	90	
2	Căn bản	14	17,3	20	24,6	10	12,3	10	12,3	19	95	
3	Quyền	Thái cực (8 bài)	21	25,8	17	21					20	100
		Cao đẳng (5 bài)			6	7,4	23	28,4	10	12,3	20	100
		Bigak					10	12,3	23	28,4	20	100
4	Tuyệt kỹ	10	12,3	10	12,3	10	12,3	10	12,3	19	95	
5	Thi đấu và trọng tài	14	17,3	06	7,4	06	7,4	06	7,4	18	90	
6	Công phá	02	2,5	02	2,5	02	2,5	02	2,5	18	90	

7	Tự vệ	4	5	4	5	4	5	4	5	20	100
8	Đổi luyện	4	5	4	5	4	5	4	5	20	100
9	Thi	06	7,4	06	7,4	06	7,4	06	7,4	19	95
<b>Tổng</b>		<b>81</b>	<b>100</b>	<b>81</b>	<b>100</b>	<b>81</b>	<b>100</b>	<b>81</b>	<b>100</b>		

Bảng 3 cho thấy, kết quả phỏng vấn được các chuyên gia đồng ý với tỷ lệ nhất trí cao từ 90% trở lên trong tất cả các nội dung. Điều đó khẳng định việc phân chia thời lượng của các nội dung thành phần trong từng học phần là hợp lý. Nhìn bảng trên chúng ta dễ dàng nhận thấy việc phân chia thời lượng các nội dung trong mỗi học phần khá khoa học, với cả 4 học phần gồm các nội dung như:

- Lý thuyết và thảo luận, mỗi học phần bố trí 6 tiết học, chiếm 7,4% tổng thời lượng: Để đề trang bị thuật ngữ chuyên môn, những vấn đề liên quan lý luận dạy học và khoa học huấn luyện Taekwondo. Ngoài ra, trong chương trình còn có học phần thay thế để trang bị thêm những nội dung này và những kỹ năng sư phạm chuyên môn cho sinh viên.

- Công phá, mỗi học phần bố trí 2 tiết học, chiếm 2,5% tổng thời lượng: Dùng để giới thiệu, hướng dẫn những kỹ năng phá vỡ những vật cứng bằng chân hoặc tay không. Hướng dẫn cánh tự tập luyện tại nhà cho sinh viên.

- Tự vệ, mỗi học phần bố trí 4 tiết học, chiếm 5% tổng thời lượng: Giới thiệu, trang bị những kỹ năng tự vệ trong các tình huống thường gặp trong cuộc sống.

- Đổi luyện, mỗi học phần bố trí 4 tiết học, chiếm 5% tổng thời lượng: Giảng dạy những bài luyện để củng cố và nâng cao kỹ thuật căn bản.

- Thi đấu và trọng tài, mỗi học phần bố trí 6 tiết học, chiếm 7,4% tổng thời lượng. Riêng học phần 1 được bố trí 14 tiết học, chiếm 17,3% bởi vì đây là học phần đầu tiên, cần trang bị kiến thức ban đầu và tạo cho các em thói quen thi đấu đúng luật. Đồng thời trang bị kỹ năng thi đấu cơ bản và hướng dẫn để các em tự tập luyện nâng cao tại nhà. Từ những học phần sau

thời lượng trên lớp ở nội dung này có thể rút ngắn lại để điều chỉnh sai sót, thực hành nâng cao với công tác trọng tài cũng như kỹ năng thi đấu.

- Thi và kiểm tra, bố trí 6 tiết học, chiếm 7,4% tổng thời lượng mỗi học phần: 2 tiết học cho kiểm tra giữa kỳ và 4 tiết học dành cho thi cuối kỳ.

Còn lại 3 nội dung gồm căn bản, quyền và tuyệt kỹ là những nội dung có thể bổ sung, kết hợp cùng tập luyện trong 01 giáo án rất thuận lợi và luôn được bố trí thời lượng cao nhất với 53% trở lên trong mỗi học phần gồm:

- Nội dung căn bản chiếm từ 12,3% đến 24,7% thời lượng mỗi học phần.

- Nội dung quyền học phần 1 bố trí 21 tiết học chiếm 25,8% thời lượng cả học phần, dùng để giảng dạy, chỉnh sửa và hoàn thiện 5 bài quyền Thái cực. Học phần 2 bố trí 23 tiết học chiếm 28,4% thời lượng cả học phần, dùng để giảng dạy, chỉnh sửa và hoàn thiện 3 bài quyền thái cực cộng 01 bài quyền cao đẳng. Hệ thống quyền Thái cực với thuận lợi là số động tác rất ít với bài dài nhất chỉ có 25 động tác, vì thế với thời lượng từ 25,8% đến 28,4% cho mỗi học phần có thể đảm bảo cho sinh viên nắm chắc nội dung. Ở hai học phần 3 và học phần 4, thời lượng của nội dung quyền được tăng lên cho phù hợp với độ khó của nội dung cụ thể như: Học phần 3 bố trí 33 tiết học chiếm 47% thời lượng cả học phần, dùng để giảng dạy, hoàn thiện 3 bài quyền cao đẳng và 01 bài quyền Bigak. Học phần 4 bố trí 33 tiết học chiếm 47% thời lượng cả học phần, dùng để giảng dạy, hoàn thiện 01 bài quyền cao đẳng và 02 bài quyền Bigak. Hệ thống quyền quy định mới Bigak là những bài quyền yêu cầu cao về năng lực đi quyền cũng như độ khó về kỹ thuật tuyệt kỹ và chuỗi động tác liên hoàn, vì thế sinh viên

cần được trang bị tại trường thì mới có khả năng truyền đạt sau khi ra trường làm công tác giảng dạy từ tuyến phong trào.

- Nội dung tuyệt kỹ được bố trí 10 tiết học, chiếm 12,3% thời lượng mỗi học phần. Tạo cho sinh viên sự hứng thú, làm quen với kỹ thuật có độ khó cao và đẹp mắt ngay từ học phần đầu tiên. Đồng thời trang bị cho các em năng lực khai thác bản thân từ những động tác khó, đòi hỏi sự phối hợp của nhiều tố chất thể lực trong một kỹ thuật. Qua đó giáo viên hướng dẫn tập thêm tại nhà để sinh viên có sự phấn đấu hàng ngày, không ngừng vươn lên đạt những thành tích cao hơn trong quá trình nâng cao năng lực bản thân. Đây là nội dung rất quan trọng, cần được trang bị cho các em sinh viên khi ra trường giảng dạy nội dung quyền sáng tạo. Nội dung quyền sáng tạo hiện là mỏ vàng của

Taekwondo Việt Nam, vì thế phong trào tập luyện và thi đấu ở nội dung này luôn là ưu tiên phát triển hàng đầu cho Taekwondo phong trào cũng như Taekwondo thành tích cao.

### KẾT LUẬN

Yêu cầu xã hội đối với năng lực chuyên môn của huấn luyện viên Taekwondo hiện đại cần trang bị toàn diện những kỹ năng như kỹ thuật căn bản; Thuật ngữ chuyên môn; 8 bài quyền Thái cực; 9 bài quyền cao đẳng; 3 bài quyền mới WT Bigak; Kỹ năng thi đấu đối kháng; Đối luyện; Tự vệ; Công phá và tuyệt kỹ.

Thông qua phỏng vấn đã đạt được sự đồng tình rất cao đều từ 90% trở lên ý kiến đánh giá của các chuyên gia Taekwondo về nội dung môn học đã được xây dựng mới.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. *Chương trình đào tạo môn Võ Taekwondo*, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng.
- [2]. Ivanốp. V.X (1996), *Những cơ sở của toán học thông kê*, (dịch: Trần Đức Dũng), Nxb. TDTT, Hà Nội.
- [3]. Liên đoàn Taekwondo Việt Nam (2017), *Luật Taekwondo*.

## LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN VOVINAM LỬA TUỔI 16-17 TỈNH ĐỒNG NAI

ThS. Trương Thị Trà My<sup>1</sup>, ThS. Phan Văn Khởi<sup>2</sup>, ThS. Trần Kiên<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Đại học Quốc gia TP. Hồ Chí Minh

<sup>2</sup>Trường Đại học An ninh nhân dân

**Tóm tắt:** Trên cơ sở tổng hợp và phân tích các ý kiến, kiến thức của các nhà chuyên môn, lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn nhằm nâng cao hiệu quả huấn luyện và thành tích thi đấu cho nam vận động viên Vovinam lứa tuổi 16-17 tỉnh Đồng Nai. Qua nghiên cứu đã xác định được 10 test đánh giá thể lực chuyên môn dùng kiểm tra cho các nam vận động viên Vovinam lứa tuổi 16-17 đủ độ tin cậy và có tính thông báo cao.

**Từ khóa:** thể lực chuyên môn, vận động viên, Vovinam, tỉnh Đồng Nai.

**Abstract:** On the basis of synthesizing and analyzing the opinions and knowledge of experts, selecting professional strength assessment tests to improve training efficiency and performance for male athletes Vovinam aged 16-17 in Dong Nai province. Through the study, 10 professional strength assessment tests were used to test for male Vovinam athletes aged 16-17 with sufficient reliability and high notification.

**Keywords:** professional strength, athlete, Vovinam, Dong Nai province.

### ĐẶT VẤN ĐỀ

Vovinam - Việt Võ Đạo do cố võ sư Nguyễn Lộc sáng tạo tại Hà Nội vào năm 1938 trên cơ sở lấy võ và vật dân tộc làm nòng cốt. Tại tỉnh Đồng Nai Vovinam là một bộ môn đem lại nhiều huy chương trong năm nên Vovinam rất phát triển về mặt phong trào lẫn thành tích cao với những VĐV tiêu biểu từ đầu thập niên 90 đến nay như: Dương Hồng Thanh, Nguyễn Văn Tuấn, Lê Uyên Phương,... với những tấm huy chương tại các giải Vô địch Quốc gia và Quốc tế [3]. Với mong muốn góp phần vào công tác huấn luyện và đào tạo vận động viên Vovinam trẻ để bổ sung lực lượng vào đội tuyển và nâng cao thành tích của tỉnh nhà. Đó là lý do chọn nghiên cứu: *“Lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn cho nam vận động viên Vovinam lứa tuổi 16-17 tỉnh Đồng Nai”*.

**Phương pháp nghiên cứu:** Trong quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp tổng

hợp và phân tích tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp toán thống kê. [4]

### KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Để xác định lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn của các nam VĐV Vovinam lứa tuổi 16-17 nghiên cứu tiến hành theo các bước sau:

- *Bước 1:* Tổng hợp các test đánh giá thể lực chuyên môn cho các nam VĐV Vovinam.

- *Bước 2:* Lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn của các VĐV nam Vovinam qua phỏng vấn.

- *Bước 3:* Kiểm tra độ tin cậy và tính thông báo của các test.

#### 1. Tổng hợp các test đánh giá thể lực chuyên môn cho các nam VĐV Vovinam

Qua tổng hợp nhiều nguồn tài liệu nghiên cứu về lĩnh vực Vovinam trong nước [3, 5], đồng thời tham khảo ý kiến của các chuyên gia, nghiên cứu đã tổng hợp được 19 test được sử dụng trong kiểm tra thể lực chuyên môn cho nam VĐV Vovinam, cụ thể trình bày ở Bảng 1.