

LỰA CHỌN TEST ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ ĐÒN CHÂN CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN MUAY LỬA TUỔI 17-18, TRUNG TÂM HUẤN LUYỆN VÀ THI ĐẤU THỂ THAO CÔNG AN NHÂN DÂN

TS. Lý Đức Trường

Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Tóm tắt: Thông qua sử dụng phương pháp quan sát, phỏng vấn tọa đàm, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê; chúng tôi tiến hành lựa chọn được 07 Test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay lữa tuổi 17-18. Góp phần đánh giá quá trình huấn luyện sức mạnh tốc độ đòn chân và điều chỉnh quá trình huấn luyện cho nam VĐV Muay lữa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân.

Từ khóa: Lựa chọn; đánh giá; sức mạnh tốc độ đòn chân; nam vận động viên lữa tuổi 17-18; Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân.

Abstract: Through the use of observation methods, interview interviews, pedagogical testing methods and statistical mathematical methods, we have selected 07 leg strength speed assessment tests for men Muay athletes aged 17-18. Contribute to assess the training process of leg-speed speed and adjust the training process for male athletes Muay ages 17-18, People's Police of training and competition sport center.

Keywords: Selection; test; foot kick power; male athletes aged 17 - 18; People's Police of training and competition sport center.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân (CAND) là đơn vị có phong trào tập luyện môn võ Muay phát triển mạnh mẽ và đã xây dựng đội tuyển tham gia thi đấu các giải phong trào, các giải thi đấu mở rộng của thành phố Hà Nội và các tỉnh lân cận và đã đạt được một số thành tích đáng chú ý. Qua quan sát ở một số giải thi đấu trong nước như giải Trẻ toàn quốc... cho thấy, các nam VĐV ở lữa tuổi 17-18 sử dụng đòn chân đạt hiệu quả chưa cao, điều này thể hiện ở việc các em tấn công bằng đòn chân nhiều lần nhưng lại không ghi được điểm, đó là do đòn tấn công đó chưa đủ SMTĐ.

Vấn đề nghiên cứu môn võ thuật nói chung, làm nền tảng vững chắc cho môn Muay trên thực tế như: Tác giả Trần Tuấn Hiếu (1999) [21]; Cao Hoàng Anh (2000) [2]; Nguyễn

Đương Bắc (2000) [6]; Đặng Thị Hồng Nhung (2007) [31]; Nguyễn Đức Ninh (2008)[30]; Trần Dũng (2011) [15]; Mai Thị Bích Ngọc (2011) [30]; Nguyễn Văn Công (2018) [12]... Các tác giả trên đã quan tâm tới rất nhiều vấn đề về phát triển thành tích cho VĐV Muay thuộc cả đối tượng VĐV thành tích cao. Đây là những công trình nghiên cứu có ý nghĩa trong việc phát triển môn võ Muay tại nhiều tỉnh, thành phố trên cả nước. Tuy nhiên, đối tượng tập luyện Muay cấp độ đội tuyển của các quận, huyện, tỉnh thì chưa được quan tâm chú trọng, trong đó có đối tượng nam VĐV Muay lữa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân.

Xuất phát tầm quan trọng và tính bức thiết của vấn đề, chúng tôi nghiên cứu lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam vận động viên Muay lữa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân.

Trong quá trình nghiên cứu bài viết đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu như: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Nghiên cứu lựa chọn các Test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay Lúa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân

Thông qua tiến hành điều tra thực trạng các Test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay Lúa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân, trước hết chúng tôi phân tích các tài liệu liên quan, quan sát các bài tập, các buổi đánh giá trình độ tập luyện, kiểm tra VĐV năng khiếu tại Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân, Trung tâm Huấn luyện Thể thao Quân đội, thành phố Hà Nội, các tỉnh, thành, ngành trên cả nước, đồng thời thông qua phỏng vấn các chuyên gia, HLV, giáo viên, VĐV môn Muay đã lựa chọn được 07 Test gồm:

Test 1. Rút gối tốc độ 1 chân 15s (lần);

Test 2. Đá thẳng vào 2 đích đối diện cách nhau 2,5m trong 15s (lần);

Test 3. Ôm vít đánh gối 15s (lần);

Test 4. Thủ thế đá thẳng chân sau vào đích 15s (lần);

Test 5. Đá vòng cầu 1 chân liên tục vào đích 15s (lần);

Test 6. Đạp thẳng trước 2 chân liên tục vào đích 15s (lần);

Test 7. Tại chỗ sử dụng đòn đá 1 chân thấp cao liên tục vào bao 15s (lần).

2. Xác định tính thông báo của các Test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay Lúa tuổi 17-18, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân

Chúng tôi tiến hành tìm mối tương quan giữa kết quả kiểm tra của 07 test với thành tích thi đấu, nghĩa là phải tìm hệ số thông báo của các test lựa chọn nhằm xác định tính thông báo của các test lựa chọn, bài viết đi tìm hệ số tương quan thứ bậc giữa kết quả kiểm tra của 07 test trên với thành tích thi đấu của nam VĐV Muay Lúa tuổi 17-18 (trong đó lứa tuổi 17 có 8 VĐV và lứa tuổi 18 có 8 VĐV; tiến hành thi đấu vòng tròn 1 lượt tính điểm và xếp hạng). Kết quả thu được ở bảng 1.

Bảng 1. Xác định tính thông báo của các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam vận động viên Muay Lúa tuổi 17-18

TT	Nội dung kiểm tra	Hệ số tương quan theo lứa tuổi		
		Tuổi 17 (n = 08)	Tuổi 18 (n = 08)	P
1	Rút gối tốc độ 1 chân 15s (lần)	0,79	0,79	<0,05
2	Đá thẳng vào 2 đích đối diện cách nhau 2,5m trong 15s (lần)	0,84	0,84	<0,05
3	Ôm vít đánh gối 15s (lần)	0,84	0,85	<0,05
4	Thủ thế đá thẳng chân sau vào đích 15s (lần)	0,83	0,84	<0,05
5	Đá vòng cầu 1 chân liên tục vào đích 15s (lần)	0,82	0,82	<0,05
6	Đạp thẳng trước 2 chân liên tục vào đích 15s (lần)	0,79	0,79	<0,05
7	Tại chỗ sử dụng đòn đá 1 chân thấp cao liên tục vào bao 15s (lần)	0,83	0,84	<0,05

Qua bảng 1 cho thấy: Nam VĐV đạt thành tích tốt trong các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân đồng thời cũng là những VĐV có thành tích tốt, những VĐV có thành tích thi đấu không khả quan cũng là những người có thành tích kém trong các thử nghiệm. Qua đó thu được 07 test có kết quả kiểm tra tỷ lệ thuận với thành tích thi đấu của nam VĐV Muay. Thông qua phân tích cho thấy: Cả 07 test đều có tính thông báo cao, đạt hệ số tương quan r từ 0,79 - 0,85 ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$ thỏa mãn yêu cầu tính thông báo có $r \geq 0,60$ với $P < 0,05$.

3. Xác định độ tin cậy của các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay lứa tuổi 17-18

Khi xác định được 07 test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay lứa tuổi 17-18 đảm bảo tính thông báo, bài viết tiếp tục xác định độ tin cậy của chúng bằng phương pháp test lặp lại cho cả 2 độ tuổi 17 và 18. Phương pháp và điều kiện lập test như nhau ở cả 2 lần lập test. Thời gian thực hiện test lặp lại được tiến hành trong cùng một buổi và đảm bảo sao cho ở lần lập test thứ hai người tập được hồi phục hoàn toàn. Độ tin cậy được xác định bằng phương pháp tính hệ số tương quan cặp giữa 2 lần lập test của 07 test ở cả 2 độ tuổi được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. *Mối tương quan của các test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nữ VĐV đội tuyển Võ Muay Thái lứa tuổi 17 - 18*

TT	Nội dung kiểm tra	Lứa tuổi 17 (n = 08)			Lứa tuổi 18 (n = 08)		
		Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r	Lần 1 ($\bar{x} \pm \delta$)	Lần 2 ($\bar{x} \pm \delta$)	r
1	Rút gối tốc độ 1 chân 15s (lần).	24,88 ± 1,25	24,45 ± 1,7	0,88	25,88 ± 1,25	25,45 ± 1,7	0,90
2	Đá thẳng vào 2 đích đối diện cách nhau 2,5m trong 15s (lần).	22,5 ± 1,96	22,8 ± 1,86	0,84	23,5 ± 1,96	23,8 ± 1,86	0,85
3	Ôm vít đánh gối 15s (lần).	20,24 ± 1,04	20,38 ± 1,74	0,91	21,13 ± 1,29	21,25 ± 1,23	0,85
4	Thủ thế đá thẳng chân sau vào đích 15s (lần).	28,4 ± 1,21	28,25 ± 1,18	0,87	30,63 ± 1,31	30,75 ± 1,38	0,84
5	Đá vòng cầu 1 chân liên tục vào đích 15s (lần).	24,24 ± 1,04	24,38 ± 1,74	0,86	25,13 ± 1,31	25,25 ± 1,33	0,87
6	Đạp thẳng trước 2 chân liên tục vào đích 15s (lần).	29,7 ± 1,51	29,5 ± 1,41	0,87	31,38 ± 1,51	31,13 ± 1,36	0,87
7	Tại chỗ sử dụng đòn đá 1 chân thấp cao liên tục vào bao 15s (lần).	33,4 ± 1,43	33,25 ± 1,28	0,84	35,63 ± 1,41	35,75 ± 1,58	0,85

Qua bảng 2 cho thấy trong 07 test đánh giá sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay lứa tuổi 17 - 18 đều có mối tương quan mạnh đạt độ tin cậy $r > 0,80$ (ngưỡng $P < 0,05$ điểm $P < 0,01$) có nghĩa là đảm bảo độ tin cậy sử dụng.

KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã chọn được 07 test đánh giá bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn chân cho nam VĐV Muay lứa tuổi 17-18 gồm:

Test 1. Rút gối tốc độ 1 chân 15s (lần);

Test 2. Đá thẳng vào 2 đích đối diện cách nhau 2,5m trong 15s (lần);

Test 3. Ôm vít đánh gối 15s (lần);

Test 4. Thủ thế đá thẳng chân sau vào đích 15s (lần);

Test 5. Đá vòng cầu 1 chân liên tục vào đích 15s (lần).

Test 6. Đạp thẳng trước 2 chân liên tục vào đích 15s (lần);

Test 7. Tại chỗ sử dụng đòn đá 1 chân thấp cao liên tục vào bao 15s (lần).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Aulic I. V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Dịch: Phạm Ngọc Trâm, NXB TĐTT, Hà Nội.
- [2]. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, NXB TĐTT, TP. Hồ Chí Minh.
- [3]. Nguyễn Đăng Công (2018), *Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam vận động viên Muay Lúa tuổi 15-16*, Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu Thể thao CAND, Luận văn Thạc sĩ, trường Đại học TĐTT Bắc Ninh.
- [4]. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, NXB TĐTT, Hà Nội.