

TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ TẬP LUYỆN NỘI DUNG SÚNG TRƯỜNG THỂ THAO CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BẮN SÚNG ĐỘI TUYỂN TRẺ QUỐC GIA TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC TDTT BẮC NINH

Đỗ Hữu Trường*

Tóm tắt

Thông qua các phương pháp nghiên cứu cơ bản có đủ độ tin cậy và tính khả thi đề tài đã lựa chọn được 04 nội dung kiểm tra với 15 chỉ tiêu đánh giá và xây dựng được các tiêu chuẩn phân loại theo 5 mức (Tốt, khá, trung bình, yếu, kém) và thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, trình độ tập luyện, súng trường thể thao, thang điểm, Bắn súng, thang phân loại.

Criteria for evaluating the content of rifle practice sport for male athletes for shooting young national team at Bac Ninh Sports University

Summary:

Through basic research methods have sufficient reliability and feasibility topic has selected 04 tests content with 15 evaluative criteria and constructing standards are classified according to level 5 (Good, rather, moderate, weak, poor) and scale assessment of rifle practice of sports content for male athletes for shooting young national team at Bac Ninh sports University.

Keywords: Standards, proficiency training, sport rifle, scale, Shooting, taxonomy .

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trình độ tập luyện của VĐV Bắn súng thể thao được cấu thành bởi nhiều yếu tố. Tuy nhiên, để đánh giá chính xác từng yếu tố thành phần là vấn đề phức tạp và được các nhà chuyên môn hết sức quan tâm, tuy vậy đến nay ở Việt Nam vẫn chưa tìm được giải pháp hữu hiệu. Việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là một trong những bước đi cần thiết nhằm trong việc đánh giá một cách đầy đủ, chính xác trình độ tập luyện của VĐV Bắn súng, góp phần nâng cao hiệu quả công tác đào tạo VĐV.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu;

Phương pháp phỏng vấn, tọa đàm; Phương pháp kiểm tra sự phạm và Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn nội dung và các chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung Súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, chúng tôi tiến hành các bước nghiên cứu sau để lựa chọn các chỉ tiêu đánh giá.

- Tham khảo các tài liệu chuyên môn để lựa chọn nội dung kiểm tra đánh giá.

- Phỏng vấn các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên để lựa chọn nội dung kiểm tra và chỉ tiêu đánh giá.

*TS, Trường Bộ môn Bắn súng, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh



Đánh giá chính xác trình độ tập luyện là khâu quan trọng nhằm nâng cao hiệu quả huấn luyện nội dung súng trường thể thao (Ảnh minh họa)

- Xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test.

Kết quả đã lựa chọn được 04 nội dung kiểm tra với 15 chỉ tiêu bao gồm: 3 chỉ tiêu đánh giá thể lực chung và chuyên môn; 6 chỉ tiêu kiểm tra kỹ thuật; 4 chỉ tiêu kiểm tra chức năng sinh lý; 2 chỉ tiêu kiểm tra tâm lý để đánh giá độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại trường đại học TDTT Bắc Ninh.

2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Từ kết quả lập test trên các nam VĐV đang tập luyện tại Trung tâm đào tạo VĐV của Trường đại học TDTT Bắc Ninh, sau khi đã kiểm tra tính đại diện của giá trị $\bar{x}$ và sự phân bố chuẩn đề tài sử dụng quy tắc 2 σ để tiến hành phân loại cho từng chỉ tiêu theo 5 mức. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Với 04 nhóm chỉ tiêu và 15 test được đánh giá ở 5 mức giỏi, khá, trung bình, yếu, kém, tương ứng với mỗi mức độ đạt được ở từng test là một khoảng giá trị xác định rất thuận tiện cho việc đánh giá riêng theo từng test. Việc áp dụng cho phép đánh giá được từng yếu tố độc lập cấu thành trình độ tập luyện nội dung súng trường cho nam

VĐV Bắn súng Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả nghiên cứu cho phép HLV đánh giá được thực trạng TĐTL của VĐV một cách tổng thể, đồng thời cũng nắm bắt được từng mặt mạnh yếu để có cơ sở điều chỉnh và điều khiển nội dung và kế hoạch huấn luyện một cách kịp thời và khoa học. Huấn luyện viên khi tiến hành đánh giá cần lập test theo từng chỉ tiêu và so sánh kết quả đạt được của VĐV đó với tiêu chuẩn trong bảng theo quy trình sau:

- Xác định chỉ tiêu cần tra cứu, đánh giá
- Tiến hành lập test và căn cứ vào bảng phân loại tương ứng theo đối tượng để tiến hành phân loại trình độ theo từng chỉ tiêu

3. Xây dựng thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Chúng tôi tiến hành xây dựng thang điểm đánh giá trình tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia theo thang độ C. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Bảng 1. Bảng phân loại trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các nội dung kiểm tra	Chỉ tiêu	Xếp loại				
			Giỏi	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Thẻ lực chung và thẻ lực chuyên môn	1. Chạy 3000m (phút)	<14.25	14.25- 14.56	14.57- 15.02	15.03- 15.25	>15.25
		2. Nằm ngửa co gối gấp thân thành ngò (số lần/phút)	>35	35 - 33	32- 30	29 - 26	< 26
		3. Giữ súng trên tay 1 phút có thêm trọng lượng 1kg (giây)	>18.03	18.02-16.54	16.53- 15.79	15.78- 15.03	<15.03
2	Kỹ thuật	4. Bắn tĩnh điểm 30 viên tư thế nằm (điểm)	> 291	291-289	288- 285	284- 280	< 280
		5. Bắn tĩnh điểm 30 viên tư thế quỳ (điểm)	> 279	279- 277	276-274	273- 270	< 270
		6. Bắn tĩnh điểm 30 viên tư thế đứng (điểm)	> 273	273- 270	269- 266	265- 261	< 261
		7. Bắn chụm 30 viên tư thế nằm(cm)	<1.3	1.3- 1.5	1.56 -1.70	1.71 - 2.0	> 2.0
		8. Bắn chụm 30 viên tư thế quỳ (cm)	<2.0	2.0- 2.5	2.56 – 2.70	2.71 – 3.0	> 3.0
		9. Bắn chụm 30 viên tư thế đứng (cm)	< 3.0	3.0 – 3.5	3.56 – 3.70	3.71- 4.0	> 4.0
3	Chức năng sinh lý	10. Dung tích sống (ml)	3262.92	3236.46	3210	3183.54	3157.08
		11. Tần số mạch yên tĩnh (lần/phút)	< 69	69 -70	71- 72	73 - 74	>74
		12. Cảm giác lực cơ (kg)	<2.25	2.25 – 2.40	2.41- 2.50	2.51- 2.59	> 2.59
		13. Khả năng thăng bằng tĩnh (giây)	> 15	15 – 14.5	14.4 - 14	13.9 -13.5	<13.5
4	Tâm Lý	14. Năng lực xử lý thông tin (bit/giây)	>1.55	1.55- 1.53	1.52- 150	1.49- 147	<1.47
		15. Khả năng tập trung chú ý	> 1.85	1.85- 1.83	1.82- 180	1.79- 1.76	<1.76

**Bảng 2. Thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV bắn súng
đội tuyển trẻ quốc gia tại trường đại học TDTT Bắc Ninh**

TT	Các nội dung kiểm tra	Chỉ tiêu	Thang điểm										
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
1	Thể lực chung	1. Chạy 3000m nam (phút)	<14.22	14.35	14.48	14.61	14.74	14.87	14.95	15.13	15.26	15.4	>16.5
		2. Nằm ngửa co gối gập thân thành ngòi (số lần/phút)	>37.21	36	34.9	33.74	32.59	31.43	30.28	29.12	27.97	26.81	<25.0
		3. Giữ súng trên tay có thêm trọng lượng phụ 1kg đánh giá độ ổn định (giây)	<18.51	18.13	17.76	17.38	17	16.63	16.26	15.88	15.51	15.13	>14.12
2	Kỹ thuật	4. Bắn tính điểm 30 viên tư thế nằm (điểm)	>295	292	291	289	288	285	284	280	279	279	<278
		5. Bắn tính điểm 30 viên tư thế quỳ (điểm)	>282	279	279	277	276	274	273	270	269	269	<268
		6. Bắn tính điểm 30 viên tư thế đứng (điểm)	>275	273	272	270	269	266	265	261	261	261	<260
		7. Bắn chụm 30 viên tư thế nằm(cm)	>1.1	1.3	1.4	1.5	1.56	1.7	1.8	2	2.1	2.2	<2.3
		8. Bắn chụm 30 viên tư thế quỳ (cm)	>1.8	2	2	2.5	2.6	2.7	2.8	3	3.1	3.2	<3.3
		9. Bắn chụm 30 viên tư thế đứng (cm)	<2.7	3	3.1	3.5	3.6	3.7	3.8	4	4.1	4.2	>4.3
3	Chức năng sinh lý	10. Dung tích sống (ml)	>3262.9	3262.9	3249.6	3236.4	3223.2	3210	3196.7	3183.5	3170.3	3157.0	<3100.8
		11. Tần số mạch trong yên tĩnh (lần/phút)	<69.60	70.1	70.6	71.1	71.6	72.1	72.6	73.1	73.6	74.1	>75.00
		12. Cảm giác lực cơ (kg)	<2.25	2.25	2.3	2.4	2.41	2.5	2.54	2.59	2.6	2.63	>2.63
		13. Khả năng thăng bằng tĩnh (giây)	>15.5	15.5	14.9	14.6	14.4	14	13.9	13.7	13.5	13.3	<13.3
4	Tâm lý	14. Khả năng xử lý thông tin (bit/giây)	>1.55	1.55	1.53	1.5	1.48	1.46	1.44	1.42	1.4	1.38	<1.38
		15. Khả năng tập trung chú ý	>1.85	1.85	1.83	1.81	1.79	1.76	1.74	1.72	1.7	1.68	<1.8

Qua bảng 2 cho thấy: Với 15 test đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Trường Đại học TDTT Bắc Ninh đều có một thang điểm đánh giá cụ thể. Thông qua bảng điểm này huấn luyện viên nhanh chóng đánh giá được trình độ của VĐV ở từng nội dung,

từng test. Để đánh giá được khách quan, chính xác trình độ tập luyện của VĐV đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Phân loại	Mức điểm
1	Giỏi	≥ 135
2	Khá	134 – 105
3	Trung Bình	104 – 75
4	Yếu	74 – 60
5	Kém	< 45

Qua bảng 3 cho thấy: Ở mỗi mức phân loại đều có mức điểm tương ứng để xác định trình độ tập luyện của VĐV. Thông qua bảng điểm tổng hợp này rất thuận tiện cho huấn luyện viên khi tiến hành đánh giá trình độ cho VĐV. Muốn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho VĐV bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, cần tuân thủ các bước sau:

- Bước 1: Tiến hành lập test .
- Bước 2: Xác định giá trị điểm của từng test.
- Bước 3: Tính tổng điểm đạt được, sau đó đối chiếu với kết quả thu được ở bảng 3 để biết được trình độ tập luyện của VĐV.

4. Kiểm chứng các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển bắn súng quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Để đánh giá hiệu quả ứng dụng các chỉ tiêu, tiêu chuẩn đã xây dựng trong thực tiễn, chúng tôi tiến hành kiểm chứng thực tiễn các nam VĐV bắn súng nội dung súng trường thể thao đội tuyển trẻ Quốc gia tại trường đại học TDTT Bắc Ninh theo hai hướng: Hướng thuận và hướng nghịch. Kết quả kiểm tra theo hướng thuận được trình bày ở bảng 4.

Bảng 4. Kết quả kiểm chứng theo chiều thuận các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Họ và tên	Tổng điểm	Xếp loại	Kết quả kiểm tra	Huy chương
1	Bạch Thái Thông	128	Khá	1098	Đồng
2	Nguyễn Văn Thế	131	Khá	1100	Đồng
3	Lê Tiến Tùng	103	Trung bình	1076	
4	Nguyễn Văn Dũng	139	Tốt	1120	Vàng
5	Nguyễn Công Thành	100	Trung bình	1064	
6	Bùi Minh Đức	137	Tốt	1118	Vàng
7	Nguyễn Hồng Quân	135	Tốt	1117	Vàng
8	Nguyễn Ngân Lâm	98	Trung bình	1057	

Từ kết quả bảng 4 cho thấy: Các VĐV có tổng điểm đánh giá trình độ tập luyện cao theo tiêu chuẩn đã xây dựng thì cũng có kết quả tốt trong thực tế thi đấu và ngược lại các VĐV có tổng điểm thấp thì kết quả thi đấu thấp hơn.

Sau khi kết thúc giải thi đấu 1 tháng, chúng tôi tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT theo hướng nghịch. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Bảng 5. Kết quả kiểm chứng theo chiều nghịch các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Họ và tên	Huy chương	Kết quả kiểm tra	Tổng điểm	Xếp loại
1	Bạch Thái Thông	Đồng	1100	130	Khá
2	Nguyễn Văn Thế	Đồng	1114	132	Khá
3	Lê Tiến Tùng		1080	105	Trung bình
4	Nguyễn Văn Dũng	Vàng	1121	139	Tốt
5	Nguyễn Công Thành		1070	102	Trung bình
6	Bui Minh Đức	Vàng	1120	139	Tốt
7	Nguyễn Hồng Quân	Vàng	1119	138	Tốt
8	Nguyễn Ngân Lâm		1060	100	Trung bình

Kết quả ở bảng 5 cũng cho thấy: Có sự tương đồng như bảng 4, là những VĐV có thành tích thi đấu tốt thì sẽ đạt tổng điểm kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện cao.

Tóm lại: Các nam VĐV môn bắn súng nội dung súng trường thể thao đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh có tổng điểm kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện càng cao thì thành tích thi đấu càng tốt, ngược lại những VĐV đạt tổng điểm kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện thấp sẽ có thành tích thi đấu thấp.

KẾT LUẬN

1. Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 04 nội dung kiểm tra với 15 chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh bao gồm: Kiểm tra thể lực chung có 02 test; Kiểm tra thể lực chuyên môn 01 test; Kiểm tra kỹ thuật có 06 test; Kiểm tra chức năng sinh lý có 4 test; Kiểm tra tâm lý có 02 test.

2. Đã xây dựng được các tiêu chuẩn phân loại theo 5 mức và thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng trường thể thao

cho nam VĐV Bắn súng đội tuyển Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các tiêu chuẩn được đánh giá theo 2 hình thức: Đánh giá theo từng chỉ tiêu độc lập và đánh giá tổng hợp điểm. Kết quả kiểm chứng cho thấy, các chỉ tiêu được lựa chọn và các tiêu chuẩn đã xây dựng phản ánh chính xác trình độ tập luyện của VĐV phù hợp với thực tiễn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic. I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, Nxb TDTT Hà Nội.
2. Lê Bửu - Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.
3. Nguyễn Duy Phát (1999), *Bắn súng thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Thế Truyền và cộng sự (2003), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Ủy ban TDTT, Viện KH TDTT Hà Nội.
6. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NxbTDTT, Hà Nội.