

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

Đỗ Hữu Trường*

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu cơ bản trong TDTT, chúng tôi đã lựa chọn được 05 nội dung kiểm tra với 11 chỉ tiêu đánh giá và xây dựng được các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bắn súng đội tuyển Quốc gia tại trường đại học TDTT Bắc Ninh.

Từ khóa: Tiêu chuẩn, trình độ tập luyện, súng ngắn hơi, vận động viên, VĐV Bắn súng, đội tuyển trẻ quốc gia, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh...

Developing standard of assessing training level specified at Pistol Shooting for Athlete's national youth team at the University of Bắc Ninh sport

Summary:

Using the basic researching methods in sport, we selected 05 testing contents with 11 assessment criteria and setting standards training content for Rifle Shooting National team at Bắc Ninh sport university.

Keywords: Standard, training level, Rifle, athlete, athletes Shooting, the national youth teams, Bắc Ninh Sport University ...

ĐẶT VẤN ĐỀ

Nội dung thi đấu súng ngắn hơi là một nội dung thi đấu chính thức tại các cuộc thi đấu Quốc tế. Đây là một nội dung tương đối khó so với các nội dung súng ngắn khác. Kết quả thi đấu nội dung súng ngắn hơi của VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh trong những năm gần đây đã có nhiều tiến bộ, song vẫn còn bộc lộ nhiều nhược điểm nhất định. Một trong những nguyên nhân cơ bản là do hệ thống kiểm tra, đánh giá trình độ tập luyện của VĐV chưa đồng bộ, khoa học nên quá trình kiểm tra, đánh giá, tuyển chọn chưa thực sự chính xác dẫn đến quá trình huấn luyện chưa mang lại hiệu quả cao nhất. Do vậy, việc tiến hành nghiên cứu tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là vấn đề hết sức quan trọng, góp phần nâng cao hiệu quả công tác đào tạo VĐV trẻ Quốc gia.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá 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 sự phạm; Phương pháp kiểm tra y học; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn tiêu chí đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Tiến hành lựa chọn tiêu chí đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh theo các bước:

- Tham khảo các tài liệu chuyên môn để lựa chọn các 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, Trưởng Bộ môn Bắn súng, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

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

Kết quả đã lựa chọn được 5 nội dung với 11 chỉ tiêu bao gồm: 4 chỉ tiêu đánh giá thể lực chung và thể lực chuyên môn, 2 chỉ tiêu kiểm tra kỹ thuật, 3 chỉ tiêu chức năng sinh lý, 2 chỉ tiêu chức năng tâm lý để đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Cụ thể gồm:

1. Chạy 1500m (phút)
2. Nằm ngửa co gối gập thân thành ngòi (số lần/phút)
3. Đánh giá độ ổn định trên máy bắn laser (giây)
4. Khả năng thăng bằng tĩnh (giây)
5. Bắn tĩnh điểm 30 viên (điểm)
6. Bắn tĩnh độ chụm 15 viên (cm)
7. Dung tích sống (ml)
8. Tần số mạch trong yên tĩnh (lần/phút)
9. Cảm giác lực cơ (KG)
10. Khả năng sử lý thông tin (bit giây)
11. Khả năng tập trung chú ý (s)

2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Tiến hành xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh trên cơ sở quy tắc 26 để tiến hành phân loại cho từng chỉ tiêu theo 5 mức kết quả được trình bày ở bảng 1 và bảng 2.

Qua bảng 1 và bảng 2 cho thấy: Với 5 nhóm chỉ tiêu và 11 test được đánh giá ở 5 mức giới, khá, trung bình, yếu, kém, tương ứng với mức độ đạt được ở từng test là một khoảng giá trị xác định rất thuận tiện cho việc đánh giá riêng ở từng tiêu chí. Việc áp dụng cho phép đánh giá từng yếu tố độc lập cấu thành trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả nghiên cứu giúp cho huấn luyện viên đánh giá chính xác trình độ tập luyện của VĐV một cách tổng thể, đồng thời hiểu rõ từng mặt tích cực và hạn chế của VĐV từ đó có những điều chỉnh phù hợp trong quá trình huấn luyện. 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.
- 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 ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Chúng tôi tiến hành xây dựng thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh theo thang độ C. Kết quả được trình bày ở bảng 3 và bảng 4.

Qua bảng 3 và bảng 4 cho thấy: Với 11 test đánh giá đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại 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 để tải tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá đánh giá độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Ở mỗi mức phân loại đều có mức điểm tương ứng để xác định trình độ tập luyện của VĐV. Muốn đánh giá giá độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản 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 5 để biết được trình độ tập luyện của VĐV.

4. Kiểm chứng các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ 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, đề tài tiến hành kiểm chứng thực tiễn trên các VĐV

Bảng 1. Phân loại trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi của nam VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các chỉ tiêu	Test	Xếp loại			
			Giỏi	Khá	Trung bình	Kém
1	Thể lực chung	Chạy 1500m (phút)	≤ 6.27	6.28 - 6.71	6.70 - 13.59	7.60 - 8.03
		Nằm ngửa co gối giúp thân thành gối (số lần/phút)	≥ 45.70	45.69 - 43.95	43.94 - 38.46	38.45 - 36.70
2	Thể lực chuyên môn	Đánh giá độ ổn định trên máy bắn laser (giây)	≥ 18.55	18.54 - 18.49	18.48 - 18.43	18.42 - 18.36
		Khả năng thăng bằng tĩnh (giây)	≤ 2.9.33	2.9 - 32.28.48	28.47 - 27.61	27.60 - 27.75
3	Kỹ thuật chuyên môn	Bắn tĩnh điểm 30 viên (điểm)	≥ 261.83	261.82 - 259.75	259.74 - 257.67	257.66 - 255.59
		Bắn tĩnh độ chụm 15 viên (cm)	≤ 3.09	3.10 - 3.15	3.16 - 3.26	3.27 - 3.33
		Dung tích sống (ml)	≥ 3183	3882 - 3168	3167 - 3153	3152 - 3138
4	Chức năng	Tần số mạch trong yên tĩnh (lần/phút)	≤ 66.50	66.51 - 67.10	67.11 - 67.56	67.57 - 68.22
		Cảm giác lực cơ (KG)	≤ 1.47	1.48 - 1.53	1.54 - 1.58	1.59 - 1.63
		Khả năng sự lý thông tin (bit/giây)	≤ 1.62	1.63 - 1.68	1.69 - 1.73	1.74 - 1.79
5	Tâm Lý	Khả năng tập trung chú ý (s)	≥ 1.95	1.94 - 1.91	1.89 - 1.84	1.83 - 1.79
						≤ 1.78

Bảng 2. Phân loại trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi của nữ VĐV Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các chỉ tiêu	Test	Xếp loại			
			Giỏi	Khá	Trung bình	Kém
	Thể lực chung	1500m nữ (phút)	≤ 6.40	6.41 - 6.47	6.48 - 6.54	6.53 - 6.62
		Nằm ngửa co gối giúp thân thành gối (số lần/phút)	≥ 36.29	36.28 - 34.98	34.97 - 31.67	31.66 - 29.36
2	Thể lực chuyên môn	Đánh giá độ ổn định trên máy bắn laser (giây)	≥ 21.65	21.64 - 20.74	20.73 - 19.83	19.82 - 18.93
		Khả năng thăng bằng tĩnh (giây)	≥ 29.27	29.26 - 28.29	28.28 - 27.34	27.33 - 26.39
3	Kỹ thuật chuyên môn	Bắn tĩnh điểm 20 viên (điểm)	≥ 172.70	172.69 - 170.18	170.17 - 167.67	167.66 - 165.15
		Bắn tĩnh độ chụm 10 viên (cm)	≤ 2.51	2.52 - 2.85	2.86 - 3.15	3.16 - 3.45
		Dung tích sống (ml)	≥ 2680	2681 - 2660	2661 - 2640	2639 - 2620
4	Chức năng	Tần số mạch trong yên tĩnh (lần/phút)	≤ 67.12	67.13 - 67.32	67.33 - 68.21	68.22 - 68.54
		Cảm giác lực cơ (KG)	≤ 1.46	1.47 - 1.52	1.53 - 1.58	1.59 - 1.63
		Khả năng sự lý thông tin (bit/giây)	≤ 1.70	1.71 - 1.73	1.74 - 1.76	1.77 - 1.80
5	Tâm Lý	Khả năng tập trung chú ý (s)	≥ 1.88	1.87 - 1.85	1.84 - 1.80	1.79 - 1.74
						≤ 1.73

Bảng 3. Thang điểm đánh giá trình độ tập luyện của nam VĐV nội dung súng ngắn hơi đối tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các chỉ tiêu	Text	Thang điểm									
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Thế lực chung	1500in (phút) Năm ngón co gối gấp thân thành góc (số lần phút)	≤6.16 ≥53.01	6.39 51.21	6.62 49.41	6.85 45.61	7.09 43.8	7.32 41	7.55 39.2	7.78 38.39	8.01 36.59	8.24 33.79
2	Thế lực chuyên môn	Đánh giá độ ổn định trên máy bắn laser (giây)	≥19.58 ≥30.55	19.4 30.79	19.2 29.9	19.1 29.45	19.01 29.16	18.88 28.61	18.4 28.2	18.21 27.79	18.09 27.33	17.91 26.95
3	Kỹ thuật chuyên môn	Khả năng thăng bằng tĩnh (giây) Bắn tĩnh điểm 20 viên (điểm) Bắn tĩnh đủ chạm 30 viên (cm)	≥179.77 ≤0.68	177.75 0.74	175.73 0.79	173.71 0.85	171.69 0.91	169.67 0.97	167.65 1.02	165.63 1.08	163.6 1.14	161.58 1.20
4	Chức năng	Đung tích sóng (ml) Tần số mạch trong yên tĩnh (lần phút)	≥3291.42 ≤66.88	3283.56 67.12	3276.1 67.48	3268.31 67.77	3260.46 68.05	3253.29 68.34	3245.53 68.66	3238 68.81	3230.39 69.12	3222.67 69.89
5	Làm lỵ	Cảm giác lực cơ (Kg) Khả năng xử lý thông tin (bù giây) Khả năng tập trung chú ý (s)	≥1.45 ≤1.68 ≥1.96	1.48 1.7 1.93	1.52 1.73 1.9	1.56 1.76 1.88	1.58 1.79 1.85	1.61 1.81 1.80	1.63 1.83 1.78	1.66 1.86 1.76	1.67 1.89 1.74	≥1.70 ≥1.91 ≤172

Bảng 4. Thang điểm đánh giá trình độ tập luyện của nữ VĐV nội dung súng ngắn hơi đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Các chỉ tiêu	Test	Thang điểm									
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
2	Thế lực chung	(Chạy 1500m (phút))	≤ 6.36	6.4	6.43	6.46	6.5	6.54	6.58	6.61	6.65	16.68
	Thế lực chuyên môn	Nắm ngực cơ gò gấp thân thành ngón (số lần/phút)	≤ 38.45	37.3	36.19	34.99	33.83	32.68	31.52	30.39	29.25	28.00
		Đánh gục đầu ổn định trên máy bắn laser (giây)	≤ 21.11	20.66	20.16	19.72	19.26	18.84	18.35	17.91	17.46	≤ 17.01
3	Kỹ thuật chuyên môn	Khu năng thẳng bằng lĩnh (giây)	≤ 29.70	29.25	28.79	28.3	27.88	27.35	26.89	26.38	25.9	≤ 25.40
		Bắn tĩnh điểm 20 viên (điểm)	≥ 181.49	178.72	178.96	178.19	177.43	176.67	175.9	175.14	174.38	≤ 173.61
		Bắn tĩnh độ chụm 15 viên (cm)	≤ 0.67	0.75	0.83	0.9	0.99	1.06	1.15	1.25	1.3	≤ 1.38
4	Chức năng	Dung tích sống (ml)	≥ 2790	2781	2773	2762	2752	2750	2739	2720.3	2710	≤ 2709
		Tần số mạch trong yên tĩnh (lần/phút)	≤ 66.46	67.5	68.54	69.59	70.63	71.67	72.71	73.75	74.79	≤ 75.83
		Cảm giác lực cơ (Kg)	≤ 1.43	1.46	1.49	1.54	1.58	1.6	1.63	1.66	1.7	≤ 1.72
5	Tâm Lý	Khu năng sự lý thông tin (thứ giây)	≤ 1.87	1.85	1.82	1.8	1.78	1.76	1.73	1.7	1.68	≤ 1.65
		Khu năng tập trung chú ý (%)	≥ 1.90	1.89	1.87	1.86	1.85	1.84	1.8	1.77	1.75	≤ 1.73



Đánh giá đúng trình độ tập luyện là yếu tố cơ bản giúp công tác huấn luyện VDV có hiệu quả cao
(Ảnh minh họa)

Bảng 5. Bảng phân loại tổng hợp đánh giá độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VDV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Phân loại	Mức điểm
1	Giỏi	≥ 99
2	Khá	98 - 77
3	Trung bình	76 - 55
4	Yếu	54 - 27
5	Kém	≤ 26

bắn súng tập luyện nội dung súng ngắn hơi đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh theo hai hướng thuận và nghịch. Kết quả kiểm tra theo hướng thuận được trình bày ở bảng 6.

Qua bảng 6 cho thấy: Các VDV có tổng điểm đánh giá trình độ tập luyện cao theo tiêu chuẩn đã xây dựng thì cũng có kết quả tốt trong thi đấu và ngược lại VDV có tổng điểm thấp thì kết quả thi đấu thấp hơn. Sau khi kết thúc giải bắn súng trẻ 4 tuần, đề tài tiến hành kiểm tra trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VDV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh theo hướng nghịch. Kết quả được trình bày ở bảng 7.

Kết quả bảng 7 cho thấy: Có sự tương đồng như bảng 6, là những VDV nào có thành tích thi đấu tốt thì sẽ đạt được tổng điểm đánh giá trình độ tập luyện cao.

Tóm lại: Các VDV môn bắn súng nội dung súng ngắn hơi đội tuyển Bản súng trẻ Quốc gia

Bảng 6. Kết quả kiểm chứng theo chiều thuận các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VDV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

STT	Họ và tên	Tổng điểm	Giới tính	Xếp loại	Kết quả kiểm tra	Huy chương
1	Trần Công Hiếu	97	Nam	Khá	547	Đồng
2	Nguyễn Minh Hòa	101	Nam	Giỏi	550	Vàng
3	Nguyễn Thị Hiền	95	Nữ	Khá	363	Bạc
4	Nguyễn Thị Phương	54	Nữ	TB	342	
5	Phạm Nho Huy	96	Nam	Khá	553	Bạc
6	Giáp Sông Thao	103	Nam	Giỏi	556	Vàng
7	Nguyễn Việt Cường	52	Nam	TB	492	

Bảng 7. Kết quả kiểm chứng theo chiều nghịch các tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

TT	Họ và tên	Huy chương	Giới tính	Kết quả kiểm tra	Tổng điểm	Xếp loại
1	Trần Công Hiếu	Đồng	Nam	549	84	Khá
2	Nguyễn Minh Hòa	Vàng	Nam	552	104	Giỏi
3	Nguyễn thị Hiền	Bạc	Nữ	368	87	Khá
4	Nguyễn Thị Phương		Nữ	341	53	TB
5	Phạm Nho Huy	Bạc	Nam	554	86	Khá
6	Giáp Sông Thao	Vàng	Nam	556	102	Giỏi
7	Nguyễn Việt Cường		Nam	422	51	TB

tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh có tổng điểm kiểm tra đánh giá trình độ tập luyện càng cao thì thi đấu càng tốt, ngược lại những VĐV có tổng điểm kiểm tra thấp thì có thành tích thi đấu thấp.

KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 nội dung kiểm tra với 11 chỉ tiêu đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh bao gồm: 4 chỉ tiêu đánh giá thể lực chung và thể lực chuyên môn. 2 chỉ tiêu kiểm tra đánh giá kỹ thuật. 3 chỉ tiêu kiểm tra đánh giá chức năng sinh lý. 2 chỉ tiêu kiểm tra đánh giá chức năng tâm lý.

- Đã xây dựng được các tiêu chuẩn phân loại theo 5 mức và thang điểm đánh giá trình độ tập luyện nội dung súng ngắn hơi cho VĐV Bản súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Các tiêu chuẩn được đánh giá theo hai 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. BandaReveski I.A. (1970), *Độ tin cậy của các test thực nghiệm trong thể thao*, Nxb TDTT Mat-xcơ-va
3. Lê Bửu, Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Hiệp (1983), *Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, Sở TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1986), *Kiểm tra năng lực thể chất và thể thao*, Nxb TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.
5. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1991), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, Nxb TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.

(Bài nộp ngày 24/10/2014, phản biện ngày 29/10/2014, duyệt in ngày 25/11/2014)