

ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG TRÌNH ĐỘ KỸ THUẬT ĐÒN ĐÁ NGANG TRONG MÔN TAEKWONDO CỦA NAM HỌC SINH KHỐI 10 TRƯỜNG THPT TÔNG VĂN TRÂN, HUYỆN Ý YÊN, TỈNH NAM ĐỊNH

ASSESSING THE REALITY OF HORIZONTAL KICK TECHNIQUE LEVEL IN TAEKWONDO FOR 10TH- GRADE MALE STUDENTS AT TONG VAN TRAN HIGH SCHOOL, Y YEN DISTRICT, NAM DINH PROVINCE

CN. Hà Thị Linh¹, CN. Nguyễn Mạnh Tiến²

Trường Đại học Sư phạm Hà Nội¹, Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân²

Tóm tắt: Nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng trình độ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo (đòn đá tống ngang - Yeop Chagi) của nam học sinh khối 10 trường THPT Tông Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định. Kết quả nghiên cứu này sẽ làm cơ sở để lựa chọn và ứng dụng bài tập bổ trợ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh, góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy.

Từ khóa: Trình độ kỹ thuật, đòn đá ngang trong môn Taekwondo, học sinh khối 10 trường THPT Tông Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định

Abstract: The study has evaluated the reality of horizontal kick technique in Taekwondo (Yeop Chagi) of 10th grade male students at Tong Van Tran high school, Y Yen district, Nam Dinh province. The results of this study will serve as a basis for selecting and applying complementary exercises in Taekwondo technique for male students, contributing to improving the quality of teaching.

Keyword: Technical level, Yeop-chagi, 10th grade students of Tong Van Tran high school, Y Yen district, Nam Dinh province

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua tìm hiểu thực tiễn công tác giảng dạy môn Taekwondo của các giáo viên trường trường THPT Tông Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định hiện nay cho thấy: Công tác giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật đòn đá ngang cho học sinh chủ yếu theo kinh nghiệm của các giáo viên. Các bài tập bổ trợ chuyên môn được sử dụng chưa có tính hệ thống, chưa đáp ứng đủ cơ sở khoa học cần thiết để phát triển các năng lực chuyên môn, cũng như hoàn thiện kỹ thuật cho học sinh. Số lượng các nhóm bài tập bổ trợ phát triển thể lực, hoàn thiện kỹ thuật... còn hạn chế. Trong khi yêu cầu hoàn thiện kỹ thuật đòn đá ngang trong chương trình giảng dạy - huấn luyện cho học sinh khối 10 là một nhiệm vụ quan trọng. Vì vậy, để có cơ sở lựa chọn và ứng dụng bài tập bổ trợ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho

nam học sinh, góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy, nghiên cứu đã đánh giá được thực trạng trình độ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo (đòn đá tống ngang - Yeop Chagi) của nam học sinh khối 10 trường THPT Tông Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định, góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy của môn học trong chương trình GDTC hiện nay.

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng gồm: 1) Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; 2) Phương pháp phỏng vấn tọa đàm; 3) Phương pháp quan sát sư phạm; 4) Phương pháp kiểm tra sư phạm; 5) Phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Xác định các test đánh giá trình độ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Căn cứ ý kiến chuyên gia lựa chọn test: Qua tham khảo các tài liệu chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước, đồng thời, qua tham khảo và tìm hiểu thực trạng công tác giảng dạy - huấn luyện sinh viên, VĐV Taekwondo tại các trường Đại học TDTT, các Trung tâm TDTT có đào tạo VĐV Taekwondo, đề tài đã xác định được 05 test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho đối tượng nghiên cứu, bao gồm các test thể lực chuyên

môn và kỹ thuật sau: 1) Các test thể lực (02 test, gồm: Chạy 30m tốc độ cao (s); Bật cao tại chỗ (cm); 2) Các test kỹ thuật (03 test, gồm: Kỹ thuật đá tổng ngang (điểm); Tại chỗ đá ngang vào đích cố định 10s (lần); Đá tổng ngang 2 đích đối diện cách 2.5m tốc độ cao 10s (lần).

Trên cơ sở đó tiến hành phỏng vấn 30 HLV, chuyên gia, giáo viên môn Taekwondo bằng phiếu phỏng vấn. Kết quả thu được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn hệ thống test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (n = 30)

| TT | Test | Số người lựa chọn | |
|----|---|-------------------|---------|
| | | n | Tỷ lệ % |
| 1. | Chạy 30m tốc độ cao (s) | 28 | 93.33 |
| 2. | Bật cao tại chỗ (cm) | 29 | 96.67 |
| 3. | Kỹ thuật đá tổng ngang (điểm) | 30 | 100 |
| 4. | Tại chỗ đá ngang vào đích cố định 10s (lần) | 30 | 100 |
| 5. | Đá tổng ngang 2 đích đối diện cách 2.5 m tốc độ cao 10s (lần) | 30 | 100 |

Từ kết quả thu được tại bảng 1 cho thấy: Cả 5/5 test đều được các ý kiến lựa chọn với tỷ lệ rất cao (đều có từ 80% ý kiến lựa chọn trở lên). Vì vậy, đề tài lựa chọn 5 test này để tiếp tục các bước nghiên cứu tiếp theo (xác định độ tin cậy, tính thông báo của các test).

Xác định tính thông báo của các test:

Bảng 2. Kết quả xác định tính thông báo của các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (n = 20)

| TT | Test | Kết quả kiểm tra | |
|----|--|------------------|--------------|
| | | $\bar{x} \pm s$ | r |
| 1. | Chạy 30m tốc độ cao (s) | 4.89±0.27 | 0.776 |
| 2. | Bật cao tại chỗ (cm) | 207.15±9.32 | 0.715 |
| 3. | Kỹ thuật đá tổng ngang (điểm) | 7.75±0.40 | 0.780 |
| 4. | Tại chỗ đá ngang vào đích cố định 10s (lần) | 11.15±0.54 | 0.706 |
| 5. | Đá tổng ngang 2 đích đối diện cách 2.5m tốc độ cao 10s (lần) | 9.15±0.46 | 0.729 |

Tất cả các test đã lựa chọn ở đối tượng nghiên cứu đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính thông báo ($r_{\text{tính}} > r_{\text{bảng}} = 0.4438$, với $P < 0.05$) có thể ứng dụng trong thực tiễn đánh giá năng lực tư duy cho nam

Đề tài đã tiến hành kiểm tra sơ bộ trên đối tượng 20 nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định thông qua 5 test đã lựa chọn, trên cơ sở đó xác định hệ số tương quan thứ bậc giữa 5 test với thành tích thi đấu. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2 cho thấy:

học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định.

Xác định độ tin cậy của các test: Kết quả được trình bày tại bảng 3

Bảng 3. Kết quả xác định độ tin cậy của các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (n = 20)

| TT | Test | Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm s$) | | Hệ số tin cậy (r) |
|----|--|--------------------------------------|-------------|-------------------|
| | | Lần 1 | Lần 2 | |
| 1. | Chạy 30m tốc độ cao (s) | 4.89±0.27 | 4.90±0.27 | 0.838 |
| 2. | Bật cao tại chỗ (cm) | 207.15±9.32 | 209.66±9.43 | 0.858 |
| 3. | Kỹ thuật đá tổng ngang (điểm) | 7.75±0.40 | 7.69±0.40 | 0.801 |
| 4. | Tại chỗ đá ngang vào đích cố định 10s (lần) | 11.15±0.54 | 11.13±0.55 | 0.806 |
| 5. | Đá tổng ngang 2 đích đối diện cách 2.5m tốc độ cao 10s (lần) | 9.15±0.46 | 9.11±0.47 | 0.887 |

Đề tài đã sử dụng phương pháp test lặp lại (phương pháp retest). Kết quả được trình bày tại bảng 3 cho thấy: Cả 5 test đều thể hiện hệ số tin cậy giữa 2 lần kiểm tra ở mức độ rất cao ($r > 0.800$ với $P < 0.05$). Điều đó cho thấy các test trên đây đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính thông báo, đủ độ tin cậy, mang tính khả thi và phù hợp trong kiểm tra, đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định.

Như vậy, từ kết quả nghiên cứu nêu trên, đề tài đã lựa chọn được 5 test đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, có thể sử dụng để kiểm tra, đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định.

Bảng 4. Kết quả khảo sát những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (n = 50)

| TT | Nội dung sai lầm | Kết quả | |
|----|---|---------|-----------|
| | | n | Tỷ lệ % |
| 1. | Không xoay được hông khi thực hiện kỹ thuật | 40 | 80 |
| 2. | Tư thế tấn và tư thế thân người sai | 33 | 66 |
| 3. | Kết thúc động tác sai | 19 | 38 |
| 4. | Không xoay được cạnh bàn chân khi kết thúc động tác | 48 | 96 |
| 5. | Phối hợp động tác sai | 27 | 54 |
| 6. | Lực của đòn đá yếu | 43 | 86 |
| 7. | Không đá được ở các mục tiêu trên cao đối phương | 26 | 52 |
| 8. | Chân trụ không duỗi thẳng khi thực hiện kỹ thuật | 33 | 66 |
| 9. | Không giữ được thăng bằng khi thực hiện kỹ thuật | 19 | 38 |

3.2. Thực trạng về hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh

3.2.1. Thực trạng những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh

Thông qua sử dụng phương pháp quan sát sự phạm các buổi tập luyện và các trận thi đấu tập của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (quan sát 50 lượt học sinh tập luyện - thi đấu); đồng thời kết hợp với quá trình trao đổi tọa đàm trực tiếp với một số giáo viên, HLV trực tiếp tham gia giảng dạy - huấn luyện học sinh, đề tài xác định được một số sai lầm thường mắc của nam học sinh khối 10 khi thực hiện kỹ thuật đòn đá ngang (Yop Chagi) trong quá trình tập luyện và thi đấu. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4 cho thấy:

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

Số nam học sinh khối 10 mắc những sai lầm khi thực hiện kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo còn khá cao (từ 38% đến 96%), trong đó: Không xoay được cạnh bàn chân khi kết thúc động tác; không xoay được hông khi thực hiện kỹ thuật; lực của đòn đá yếu; chân trụ không duỗi thẳng khi thực hiện kỹ thuật; tư thế tấn và tư thế thân người sai; phối hợp động tác sai thì đa số các học sinh đều mắc sai lầm này (chiếm tỷ lệ từ 54% đến 96%).

3.2.2. Thực trạng về hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh

Đề tài tiến hành khảo sát kết quả kiểm tra - đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo thông qua các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang đã lựa chọn. Đối tượng khảo sát là 50 nam học sinh khối 10 của nhà trường. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 5 cho thấy:

Bảng 5. Thực trạng hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định (n = 50)

| TT | Test | Kết quả kiểm tra | |
|----|--|------------------|-------|
| | | $\bar{x} \pm s$ | Cv |
| 1. | Chạy 30m tốc độ cao (s) | 5.13±0.57 | 11.12 |
| 2. | Bật cao tại chỗ (cm) | 176.08±24.26 | 13.78 |
| 3. | Kỹ thuật đá tổng ngang (điểm) | 6.20±1.07 | 17.22 |
| 4. | Tại chỗ đá ngang vào đích cố định 10s (lần) | 8.36±1.28 | 15.33 |
| 5. | Đá tổng ngang 2 đích đối diện cách 2.5m tốc độ cao 10s (lần) | 6.41±1.15 | 17.89 |

Kết quả kiểm tra các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định là khá phân tán (các test đều có Cv > 10%). Điều đó chứng tỏ rằng, trình độ kỹ thuật và hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo của nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định tương đối không đồng đều nhau.

4. KẾT LUẬN

- Nghiên cứu đã xác định được 05 test chuyên môn ứng dụng trong kiểm tra, đánh giá hiệu quả kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường

THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định, bao gồm 2 nhóm test sau: 1) Các test thể lực: 02 test; 2) Các test kỹ thuật: 03 test.

- Qua đánh giá thực trạng trình độ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường THPT Tổng Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định cho thấy, trình độ kỹ thuật của các nam học sinh khối 10 còn tồn tại những hạn chế nhất định, học sinh còn gặp phải những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật động tác, đồng thời trình độ kỹ thuật (thể hiện qua các test thể lực và hiệu quả kỹ thuật) không đồng đều giữa các nam học sinh trong quá trình tập luyện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Danh Thái, Nguyễn Văn Chung, Vũ Xuân Long, Vũ Xuân Thành, Nguyễn Anh Tú (1999), *Giáo trình Taekwondo*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2015), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Kết quả nghiên cứu về Giáo dục thể chất và Thể thao trường học

4. Nguyễn Anh Tú (2000), *Nghiên cứu một số bài tập thể lực chuyên môn nhằm nâng cao hiệu quả các đòn đá cho nam sinh viên chuyên sâu Taekwondo Trường Đại học TDTT I*, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

5. Vũ Xuân Thành (2012), *Nghiên cứu hệ thống bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Taekwondo trẻ tại Việt Nam*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ đề tài nghiên cứu khoa học: “*Nghiên cứu bài tập bổ trợ kỹ thuật đòn đá ngang trong môn Taekwondo cho nam học sinh khối 10 trường trung học phổ thông Tống Văn Trân, huyện Ý Yên, tỉnh Nam Định*”. Khóa luận tốt nghiệp Đại học, Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Đề tài đã bảo vệ thành công trước Hội đồng khoa học tháng 05/2023.

Ngày nhận bài: 15/6/2023

Ngày đánh giá: 17/6/2023

Ngày duyệt đăng: