

LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ SỨC BỀN TỐC ĐỘ CHO NAM HỌC SINH ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THƯỜNG TÍN, HÀ NỘI

SELECTING SPEED ENDURANCE ASSESSMENT TESTS FOR MALE STUDENTS OF THE BADMINTON TEAM AT THUONG TIN HIGH SCHOOL, HANOI

Phạm Tuấn - Học viên Cao học TDDT khoá 9
Trường Đại học Sư phạm TDDT Hà Nội

Tóm tắt: Việc xác định các phương tiện kiểm tra đánh giá sức bền tốc độ của học sinh đội tuyển cầu lông, làm cơ sở để các giáo viên điều chỉnh quá trình giảng dạy - huấn luyện là vấn đề cần được quan tâm nghiên cứu. Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được các test có đủ cơ sở khoa học, đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo để ứng dụng trong kiểm tra - đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh viên đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội.

Từ khóa: Sức bền tốc độ, nam học sinh, đội tuyển cầu lông, trường trung học phổ thông Thường Tín, Hà Nội.

Abstract: Identifying suitable means of assessing the speed endurance of badminton team students is a crucial research focus for teachers aiming to refine their teaching and coaching methods. The research results have successfully chosen tests that are scientifically grounded, ensuring an adequate level of reliability and informativeness for application in assessing the speed endurance of male high school badminton team students at Thuong Tin High School, Hanoi.

Key words: Speed endurance, male students, badminton team, Thuong Tin high school, Hanoi.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức bền tốc độ là khả năng chống lại mệt mỏi khi vận động với tốc độ gần tối đa chủ yếu với sự tạo thành năng lực yếm khí. Một cách cụ thể, sức bền tốc độ trong các môn thể thao không có chu kỳ như cầu lông là khả năng có thể luôn luôn thực hiện được động tác nhanh, mặc dù thời gian thi đấu kéo dài. Đây là tố chất thể lực chuyên môn riêng biệt mang tính chất đặc thù của môn cầu lông.

Hiệu quả quy trình đào tạo - huấn luyện cầu lông nói chung và huấn luyện sức bền tốc độ cho học sinh đội tuyển cầu lông nói riêng luôn được kiểm tra, đánh giá nhằm giám sát chặt chẽ quá trình giảng dạy - huấn luyện. Từ đó giúp từng bước điều chỉnh, hoàn thiện quy trình huấn luyện phù hợp với quy luật phát triển sinh học, hoàn thiện khả năng của học sinh trong môn thể thao chuyên sâu qua từng giai đoạn đào tạo khác nhau. Chính vì vậy, vấn đề xác định các nội dung kiểm tra - đánh giá

sức bền tốc độ là yếu tố quan trọng cần thực hiện trước mỗi giai đoạn giảng dạy - huấn luyện. Nội dung bài viết giới thiệu kết quả xác định cơ sở khoa học các tiêu chí (các test) ứng dụng trong kiểm tra - đánh giá sức bền tốc độ của nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn toạ đàm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Căn cứ ý kiến chuyên gia lựa chọn các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội

Qua tham khảo các tư liệu chuyên môn và tìm hiểu thực trạng công tác kiểm tra, đánh giá sức bền tốc độ của VĐV cầu lông tại các Trung tâm TDDT, học sinh đội tuyển cầu lông

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

các trường THPT, nghiên cứu đã xác định được 12 test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội. Các test xác định đều đáp ứng được các yêu cầu trên về góc độ sự phạm và chuyên môn, cho phép xác định được những yếu tố chuyên môn cần thiết trong môn cầu lông. Trên cơ sở đó, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn 24 HLV, chuyên gia. Kết quả thu

được ở bảng 1 cho thấy, đại đa số các ý kiến phỏng vấn đều lựa chọn 07/12 test, đồng thời đều xếp chúng ở mức độ ưu tiên rất quan trọng trong việc đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội (với tỷ lệ có từ 70.00% ý kiến trở lên lựa chọn, trong đó có trên 70.00% số ý kiến lựa chọn xếp ở mức độ từ quan trọng đến rất quan trọng).

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh
Đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội (n = 24)**

TT	Nội dung phỏng vấn	Số người lựa chọn		Kết quả phỏng vấn theo tỷ lệ % và xếp theo mức độ quan trọng							
				Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Nhảy dây đơn 1 phút (lần)	10	41.60	4	40.00	3	30.00	1	10.00	2	20.00
2	Chạy 400m (s)	6	25.00	-	-	3	50.00	-	-	3	50.00
3	Bật bục cao 40 cm (lần)	10	41.60	4	40.00	3	30.00	1	10.00	2	20.00
4	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	18	75.00	10	55.56	4	22.20	2	11.10	2	11.10
5	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	22	91.60	14	63.30	4	18.10	3	13.60	1	4.50
6	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	23	95.80	14	60.80	5	21.80	3	13.10	1	4.30
7	Di chuyển đẩy cầu 4 góc 5 lần trên sân (s)	13	54.17	3	23.08	5	38.46	2	15.38	3	23.08
8	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s)	22	91.60	13	59.69	9	40.91	-	-	-	-
9	Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s)	20	83.30	2	10.00	6	30.00	10	50.00	2	10.00
10	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	20	83.30	2	10.00	6	30.00	10	50.00	2	10.00
11	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)	24	100.00	20	83.40	2	8.30	2	8.30	-	-
12	Di chuyển đẩy cầu 5 lần vào 4 điểm trên sân (s)	13	54.17	3	23.08	5	38.46	2	15.38	3	23.08

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

Như vậy, căn cứ ý kiến chuyên gia (bảng 1), nghiên cứu đã lựa chọn được 07 test sự phạm đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội. Các test bao gồm:

- 1) Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)
- 2) Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)
- 3) Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)
- 4) Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).
- 5) Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s).
- 6) Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)

Bảng 2. Kết quả xác định tính thông báo của các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT Thường Tín, Hà Nội (n = 18)

TT	Test	Kết quả kiểm tra		
		$\bar{x} \pm \sigma$	r	P
1	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	63.01±2.84	0.766	<0.05
2	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	62.97±2.83	0.749	<0.05
3	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	70.11±4.56	0.753	<0.05
4	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s)	72.59±3.27	0.763	<0.05
5	Di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân (s)	22.16±1.86	0.365	>0.05
6	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	14.33±0.93	0.743	<0.05
7	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)	82.81±5.38	0.784	<0.05

Có 6/7 test đã lựa chọn ở đối tượng nghiên cứu đều thể hiện mối tương quan mạnh, có đầy đủ tính thông báo ($r_{\text{tính}} > r_{\text{bảng}} = 0.4683$ với $P < 0.05$) có thể ứng dụng trong thực tiễn đánh giá khả năng sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội, còn lại 01 test (di chuyển đẩy cầu 5 lần 6 điểm trên sân) thể hiện mối tương quan yếu ($r_{\text{tính}} < r_{\text{bảng}} = 0.4683$ với $P > 0.05$), do đó test này không đạt đủ tính thông báo để ứng dụng trong đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội.

Như vậy, từ những kết quả nghiên cứu nêu trên, nghiên cứu đã lựa chọn được 06 test đủ

7) Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)

2.2. Xác định tính thông báo của các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội

Để xác định tính thông báo của các test đã lựa chọn, nghiên cứu tiến hành xác định mối tương quan thứ bậc giữa các test đã lựa chọn với thành tích thi đấu của đối tượng nghiên cứu. Nghiên cứu đã tiến hành kiểm tra sơ bộ trên đối tượng 18 nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội thông qua 07 test đã lựa chọn. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2 cho thấy:

giá trị thông báo để tiếp tục nghiên cứu về độ tin cậy của chúng, bao gồm 06 test sau:

- 1) Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)
- 2) Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)
- 3) Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)
- 4) Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).
- 5) Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)
- 6) Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)

2.3. Xác định độ tin cậy của các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội

tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội

Nhằm mục đích xác định độ tin cậy của hệ thống các test đã qua khảo nghiệm tính thông báo để đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội, nghiên cứu đã tiến hành kiểm tra 2 lần trong điều kiện quy trình, quy phạm như nhau và trong cùng một thời điểm. Thời điểm kiểm tra ở tuần đầu tiên và tuần thứ ba tháng 12/2022. Kết quả thu được như trình bày ở

bảng 3.3 cho thấy: Cả 06 test đã qua kiểm tra tính thông báo 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 với đối tượng nghiên cứu cũng như điều kiện thực tiễn tại nhà trường trong việc đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông.

Bảng 3. Kết quả xác định độ tin cậy của các test đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường THPT Thường Tín, Hà Nội (n = 18)

TT	Test	Kết quả kiểm tra ($\bar{x} \pm \sigma$)		Hệ số tương quan (r)
		Lần 1	Lần 2	
1	Di chuyển tiến lùi 15 lần (s)	63.01±2.84	63.77±2.87	0.853
2	Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s)	62.97±2.83	63.73±2.87	0.855
3	Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s)	70.11±4.56	69.56±4.61	0.801
4	Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).	72.59±3.27	73.47±3.31	0.841
5	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	14.33±0.93	14.50±0.94	0.862
6	Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s)	82.81±5.38	83.81±5.45	0.806

3. KẾT LUẬN

Qua quá trình nghiên cứu chặt chẽ đã xác lập được 06 test chuyên môn đặc trưng đảm bảo độ tin cậy và giá trị thông báo cao nhằm đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội, các test bao gồm:

- 1) Di chuyển tiến lùi 15 lần (s).
- 2) Di chuyển ngang sân đơn 40 lần (s).
- 3) Di chuyển lùi 3 bước bật nhảy đập cầu 20 lần (s).
- 4) Tại chỗ bật nhảy đập cầu mạnh liên tục 40 quả (s).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Goikhoman P.N (1978), *Các tố chất thể lực của vận động viên*, Dịch: Nguyễn Quang Hưng, NXB TĐTT Hà Nội.
2. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2008), *Đo lường thể dục thể thao*, NXB TĐTT Hà Nội.
3. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2015), *Giáo trình Đo lường và Đánh giá thể dục thể thao*, NXB TĐTT Hà Nội.

5) Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần).

6) Di chuyển 4 góc mô phỏng đập cầu và sủi cầu 10 lần (s).

Bằng việc xác định mối tương quan thứ bậc giữa kết quả kiểm tra với thành tích thi đấu, xác định mối tương quan giữa 2 lần kiểm tra, kết quả nghiên cứu đã chứng minh được cả 06 test lựa chọn đã chọn đều đảm bảo đủ độ tin cậy, tính thông báo, có thể ứng dụng để kiểm tra, đánh giá sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông trường THPT Thường Tín, Hà Nội.

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

4. Nguyễn Hạc Thúy, Nguyễn Quý Bình (2014), *Huấn luyện thể lực vận động viên cầu lông*, NXB TDTT Hà Nội.

5. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, NXB TDTT Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo được trích từ luận văn của tác giả: “*Nghiên cứu bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam học sinh đội tuyển cầu lông Trường trung học phổ thông Thường Tín, Hà Nội*”. Luận văn đã hoàn thành, dự kiến bảo vệ trước Hội đồng đánh giá luận văn Thạc sĩ Giáo dục học vào 2023.

Ngày nhận bài: 26/8/2023; Ngày đánh giá: 10/9/2023; Ngày duyệt đăng: 28/9/2023.