

THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CHẠY CỰ LY 100M ĐỘI TUYỂN ĐIỀN KINH TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ - KỸ THUẬT CÔNG NGHIỆP

THE REALITY OF THE SPEED AND STRENGTH LEVEL OF 100M MALE RUNNERS IN THE ATHLETICS TEAM AT THE UNIVERSITY OF ECONOMICS AND TECHNOLOGY

TS. Phạm Quang Đức

Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong thể dục thể thao, nghiên cứu đã lựa chọn được 4 test đánh giá, xây dựng tiêu chuẩn phân loại bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp. Kết quả cho thấy, sức mạnh tốc độ của nam vận động viên chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp là không đồng đều, số lượng sinh viên có kết quả xếp loại yếu và kém còn chiếm tỷ lệ cao.

Từ khóa: Sức mạnh tốc độ, nam VĐV chạy 100m, đội tuyển Điền kinh, Trường Đại học Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp.

Abstract: Using conventional scientific research methods in physical education and sports, the study selected 4 assessment tests, built a standard for classifying the scoreboard and a summary scoreboard to assess the speed strength of the male 100m runners of the Athletics team of the University of Economics and Technology. The results showed that the speed strength of the male 100m runners of the Athletics team of the University of Economics and Technology was uneven, the number of students with poor and poor classification results still accounted for a high proportion.

Keywords: Speed strength, 100m male runners, athletics team, University of Economics and Technology.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Kinh tế – Kỹ thuật Công nghiệp được thành lập theo Quyết định số 1206/QĐ-TTg ngày 11 tháng 9 năm 2007 của Thủ tướng Chính phủ, trên cơ sở nâng cấp Trường Cao đẳng Kinh tế Kỹ thuật Công nghiệp I, tiền thân là Trường Trung cấp Kỹ thuật III, được thành lập năm 1956. Trải qua hơn nửa thế kỷ, tập thể lãnh đạo, cán bộ, giáo viên, công nhân, viên chức và học sinh, sinh viên của Nhà trường đã bền bỉ phấn đấu, tập trung trí tuệ và sáng tạo, vượt qua mọi khó khăn thử thách để đưa nhà trường liên tục phát triển bền vững với những thành tích vẻ vang trong sự nghiệp đào tạo, phát triển nguồn nhân lực cho đất nước.

Phong trào tập luyện và thi đấu thể thao trong nhà trường được phát triển mạnh mẽ, nhất là các đội tuyển các môn thể thao

như: Cầu lông, Điền kinh, Bóng chuyền... trong đó, Điền Kinh là một trong các môn thể thao trọng điểm được nhà trường chú trọng đầu tư để tham gia thi đấu tại các giải các trường Đại học khu vực phía Bắc và các giải của Bộ giáo dục và Đào tạo...

Qua quan sát và thực tế giảng dạy và huấn luyện nam vận động viên (VĐV) chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại trường ĐH KTKTCN cho thấy, sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của các nam sinh viên trong đội tuyển còn nhiều hạn chế, chưa đáp ứng được yêu cầu của ban huấn luyện đặt ra.

Liên quan đến vấn đề nghiên cứu về Điền kinh trong những năm gần đây đã có các tác giả như: A.I Piandin, G.L.Đrandrôp (2000) [1], Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2000) [2], Đàm Quốc Chính (2001) [3], Nguyễn Đại

Dương (2002) [5], Đàm Trung Kiên (2003) [5], Vladimia Popôp (2002) [6]...

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, nhằm góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy và huấn luyện nam VĐV đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đánh giá: Thực trạng SMTĐ của nam VĐV chạy cự ly 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp gồm: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn, tọa đàm; Kiểm tra sư phạm; Toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN (n =20)

TT	Các test kiểm tra	Kết quả phỏng vấn				
		<i>ƯT 1 (3 đ)</i>	<i>ƯT 2 (2 đ)</i>	<i>ƯT 3 (1 đ)</i>	<i>Tổng điểm</i>	<i>%</i>
1	Chạy 20m TĐC (s)	5	3	12	33	55.00
2	Chạy 30m TĐC (s)	16	3	1	55	91.66
3	Chạy 30m XPC(s)	2	3	15	27	45.00
4	Chạy 60m XPC (s)	20	0	0	60	100
5	Bật xa tại chỗ (cm)	16	3	1	55	91.66
6	Chạy 100m XPT (s)	18	2	0	60	96.66
7	Chạy 150m XPC(s)	5	3	12	33	55.00
8	Xác định tần số bước chạy (bước/s)	6	3	11	35	58.33

Qua bảng 1 cho thấy: Có 4 test được đa số các ý kiến lựa chọn đều xếp chúng ở mức độ rất quan trọng việc kiểm tra, đánh giá SMTĐ đều có từ 75.00% ý kiến trở lên lựa chọn, trong đó trên 50.00% ý kiến lựa chọn xếp ở mức rất quan trọng, các test trên được tiếp tục tiến hành kiểm tra tính thông báo và độ tin cậy trên đối tượng nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại ĐH KTKTCN.

2.1.2. Xác định độ tin cậy của các test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy

2.1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN

2.1.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN

Thông qua tham khảo các tài liệu có liên quan và quan sát sư phạm, chúng tôi đã lựa chọn được 9 test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại ĐH KTKTCN. Trên cơ sở đó, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 20 chuyên gia, huấn luyện viên, giảng viên và giáo viên đang trực tiếp giảng dạy môn Điền kinh ở các trường, các trung tâm TDTT. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN

Sau khi xác định được các test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN nghiên cứu tiếp tục xác định độ tin cậy của chúng bằng phương pháp test lặp lại cho các VĐV. Mỗi test kiểm tra 2 lần trong cùng một buổi, lần 2 được tiến hành khi VĐV đã được hồi phục hoàn toàn, các điều kiện kiểm tra giữa hai lần là như nhau sau đó tính tương quan giữa kết quả hai lần lặp test. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Hệ số giữa kết quả 2 lần lập test của nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN (n=20)

TT	Các test kiểm tra	r	P
1	Chạy 30m TĐC (s)	0.81	< 0.05
2	Chạy 60m XPC (s)	0.85	< 0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	0.83	< 0.05
4	Chạy 100m XPT (s)	0.85	< 0.05

Qua bảng 2 cho thấy: Cả 4 test kiểm tra có mối tương quan mạnh giữa kết quả của 2 lần kiểm tra với $r_{\text{tính}} > r_{\text{bảng}}$ $P < 0.05$. Như vậy, cả 4 test trên đều đảm bảo độ tin cậy ở ngưỡng xác suất thống kê cần thiết.

2.1.3. Xác định tính thông báo của test đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy

100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN

Để đảm bảo tính khoa học khi đưa các test vào ứng dụng đề tài tiến hành xác định mối tương quan thứ bậc giữa 4 test với thành tích thi đấu của 20 nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại ĐH KTKTCN. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Hệ số tương quan giữa các test với thành tích thi đấu của nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN (n=20)

TT	Các test kiểm tra	r	P
1	Chạy 30m TĐC (s)	0.65	< 0.05
2	Chạy 60m XPC (s)	0.68	< 0.05
3	Bật xa tại chỗ (cm)	0.64	< 0.05
4	Chạy 100m XPT (s)	0.77	< 0.05

Qua bảng 3 cho thấy: Cả 4 test kiểm tra có mối tương quan mạnh với thành tích thi đấu của các nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN, các test này đều có $r_{\text{tính}} > r_{\text{bảng}}$ với $P < 0.05$. Như vậy, qua 2 bước nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 04 test đảm bảo độ tin cậy và có tính thông báo cao, cho phép sử dụng trong thực tiễn để kiểm tra, đánh giá trình độ SMTĐ của đối tượng nghiên cứu gồm:

- + Chạy 30m TĐC (s)
- + Chạy 60m XPC (s)
- + Bật xa tại chỗ (cm)
- + Chạy 100m XPT (s)

2.1.4. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN

Để xây dựng tiêu chuẩn phân loại SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi tiến hành lập test và phân loại SMTĐ trên 20 Nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN theo quy tắc 2σ . Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Trên cơ sở kết quả ở bảng 4, có thể phân loại được SMTĐ của sinh viên theo các mức theo quy trình gồm 2 bước sau:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối tượng nghiên cứu.
- Bước 2: Căn cứ các test tại bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

* Xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại ĐH KTKTCN

Chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh tại ĐH KTKTCN theo thang độ C. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Bảng điểm quy đổi rất thuận tiện cho việc đánh giá SMTĐ của đối tượng nghiên cứu ở từng test theo thang điểm 10.

Bảng 4. Tiêu chuẩn phân loại SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN

TT	Các test kiểm tra	Phân loại				
		Kém	Yếu	TB	Khá	Tốt
1	Chạy 30m TĐC (s)	>3.9	3.89-3.74	3.73-3.42	3.41-3.26	<3.25
2	Chạy 60m XPC (s)	>7.95	7.94-7.75	7.74-7.35	7.34-7.15	<7.14
3	Bật xa tại chỗ (cm)	<242.54	242.55-247.77	247.78-258.23	258.24-263.46	>263.47
4	Chạy 100m XPT (s)	>13.28	13.28-12.89	12.88-12.47	12.46-12.06	<12.05

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN

TT	Các test kiểm tra	Điểm đánh giá									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Chạy 30m TĐC (s)	>3.82	3.82	3.74	3.66	3.58	3.50	3.42	3.34	3.26	<3.26
2	Chạy 60m XPC (s)	>7.85	7.85	7.75	7.65	7.55	7.45	7.35	7.25	7.15	<7.15
3	Bật xa tại chỗ (cm)	<245.16	245.16	247.77	250.39	253.00	255.62	258.23	260.85	263.46	>263.46
4	Chạy 100m XPT (s)	>13.38	13.38	13.18	12.98	12.78	12.58	12.38	12.18	11.98	<11.98

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

* *Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN*

Qua bảng 4 và 5, đề tài tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình

độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Kết quả được trình bày tại bảng 6.

Bảng 6. Bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN

TT	Phân loại	Mức điểm
1	Tốt	≥ 36
2	Khá	28 – 35
3	Trung bình	20 – 27
4	Yếu	16– 19
5	Kém	≤ 15

Qua bảng 6 cho thấy, có thể căn cứ vào tổng điểm đạt được ở các test đánh giá SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN để đối chiếu với các mức phân loại SMTĐ.

2.2. Đánh giá thực trạng trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN

Đánh giá thực trạng trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN. Kết quả được trình bày ở bảng 7.

Bảng 7. Thực trạng trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN (n=20)

TT	Phân loại	n	%
1	Tốt	2	10%
2	Khá	5	25%
3	Trung bình	9	45%
4	Yếu	4	20%
5	Kém	0	0%
Tổng		20	100

Qua bảng 7 cho thấy: Trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN. Cụ thể: Có 2 nam VĐV đạt tổng điểm xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 10%; Có 5 VĐV đạt tổng điểm xếp loại khá chiếm tỷ lệ 25%; Có 9 VĐV đạt tổng điểm xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 45.00%. Tỷ lệ nam sinh viên xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 20.0%. Điều này cho thấy tiêu chuẩn SMTĐ được xây dựng đã đánh giá trình độ SMTĐ cho nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN.

3. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 4 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo cao,

đồng thời xây dựng được bảng phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ của nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh trường ĐH KTKTCN.

- Kết quả kiểm tra, đánh giá cho thấy, trình độ SMTĐ của nam VĐV chạy 100m đội tuyển Điền kinh Trường ĐH KTKTCN còn nhiều hạn chế và không đồng đều chưa đáp ứng được yêu cầu của tập luyện và thi đấu chạy 100m trong giai đoạn hiện nay. Trong đó, xếp loại tốt chiếm tỷ lệ 10%, xếp loại khá chiếm tỷ lệ 25%, xếp loại trung bình chiếm tỷ lệ 45.00%, xếp loại yếu và kém chiếm tỷ lệ 20.0%.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. A.I Piandin, G.L.Đrandrôp (2000), “*Mối liên quan của các thành phần lượng vận động khác nhau với những biến đổi trạng thái VĐV điền kinh cấp cao*” thông tin KHKT TDTT bản dịch số 8.
2. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2000), *Điền kinh*, NXB TDTT, Hà Nội.
3. Đàm Quốc Chính (2000), *Nghiên cứu khả năng phù hợp tập luyện (dưới góc độ sự phạm) nhằm góp phần nâng cao hiệu quả tuyển chọn và dự báo thành tích của VĐV trẻ chạy 100m ở Việt Nam*, Luận án tiến sĩ, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đại Dương (2002), *Chạy cự ly ngắn*, NXB TDTT, Hà Nội.
5. Vladimia Popôp (2002) “*Làm thế nào để tăng tốc các động tác phối hợp trong khi chạy*” thông tin KHTDTT bản dịch số 8.
6. Nguyễn Đức Văn (2002), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Phạm Quang Đức (2018), Bài báo trích từ kết quả đề tài cấp cơ sở: “*Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển SMTĐ cho nam VĐV chạy cự ly 100m đội tuyển Điền kinh Trường đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp*”. Đề tài đã bảo vệ và được thông qua trước Hội đồng khoa học tại trường Đại học KTKTCN.

Ngày nhận bài: 30/12/2024; Ngày đánh giá: 10/02/2025; Ngày duyệt đăng: 06/03/2025.