

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ KỸ THUẬT TAY MÔN BOXING CHO NAM HỌC VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHÒNG CHÁY CHỮA CHÁY

Trịnh Văn Giáp

Trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản, chúng tôi đã đánh giá thực trạng trình độ sức mạnh tốc độ (SMTĐ) của kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy (ĐH PCCC) qua các giai đoạn huấn luyện là việc làm cần thiết; quá trình nghiên cứu lựa chọn 04 test đánh giá trình độ tập luyện SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy, đồng thời xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ SMTĐ cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Xây dựng; tiêu chuẩn; sức mạnh tốc độ; nam học viên; Môn Boxing; Trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

BUILDING STANDARDS FOR ASSESSING THE LEVEL OF STRENGTH AND SPEED OF BOXING HAND TECHNIQUES FOR MALE STUDENTS OF THE UNIVERSITY OF FIRE FIGHTING AND PREVENTION

Trinh Van Giap

University of Fire Fighting and Prevention

Abstract: Using basic scientific research methods, we have assessed the current status of strength and speed of Boxing hand techniques for male students of the University of Fire Fighting and Prevention through training stages, which is necessary; the research process selected 04 tests to assess the level of strength and speed of Boxing hand techniques for male students of the University of Fire Fighting and Prevention, and at the same time built standards for assessing the level of strength and speed for the research subjects.

Keywords: Building; standards; strength and speed; male students; Boxing; University of Fire Fighting and Prevention

Nhận bài: 20/03/2025

Phản biện: 18/04/2025

Duyệt đăng: 21/04/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thi đấu Boxing là một nội dung quan trọng nằm trong chương trình huấn luyện môn võ thuật Công an nhân dân, giúp rèn luyện và nâng cao bản lĩnh, tâm lý thi đấu cho học viên, đồng thời góp phần hoàn thiện và phát triển các kỹ thuật võ thuật Công an nhân dân.

Thực tiễn giảng dạy cho thấy hiệu quả của các kỹ thuật tấn công có vai trò rất quan trọng trong thi đấu võ thuật nói chung và nội dung Boxing nói riêng. Các kỹ thuật tấn công càng hiệu quả thì khả năng uy hiếp đối phương càng nhiều trong thi đấu, gây khó khăn cho đối phương trong việc sử dụng các kỹ thuật phòng ngự cũng như thi triển các kỹ thuật phản công. Tuy nhiên vẫn còn tồn tại nhiều hạn chế về sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay hay lực đòn đâm của tay học viên Boxing trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy. Trong đó có các bài tập để phát triển sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay của tay chưa được tốt, chưa đa dạng và phong phú. Rõ ràng sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay nếu không tốt sẽ làm giảm thành tích thi đấu thể thao. Muốn thực hiện đòn đâm có lực tốt thì các bài tập và tiêu chuẩn đánh giá sức mạnh tay cũng cần phải đa dạng, phong phú và phù hợp với học viên.

Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, nhằm góp phần nâng cao chất lượng giảng dạy nội dung Boxing cho học viên, từng bước nâng cao hiệu quả công tác giảng dạy trong nhà trường, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Tham khảo tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn test đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Để lựa chọn được test đánh giá sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên Trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy, đề tài tiến hành thu thập thông tin nghiên cứu qua tham khảo các tài liệu trong nước và ngoài nước, đồng thời qua quan sát thực tế các giáo án huấn luyện và tiến hành phỏng vấn đối với các giáo viên, giảng viên đã và đang giảng dạy môn Boxing cho nam học viên Trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy

và các HLV làm công tác huấn luyện Boxing tại các trường Đại học, các câu lạc bộ Boxing tại Hà Nội...số phiếu phát ra là 25, số phiếu thu về là 20.

Đã lựa chọn được 04 test ứng dụng trong đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy (nghiên cứu lựa chọn những test có số phiếu đồng ý lựa chọn ở mức độ rất quan trọng $\geq 80\%$). Đồng thời tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test, đề tài đã lựa chọn được 04 test ở trên để đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy gồm:

Nhóm 1: Các test thể lực

Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)

Co tay xà đơn 30s (lần)

Nhóm 2: Các test kỹ thuật

Đấm tốc độ tay 30s (lần)

Đấm bao 10s (lần)

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Để phân loại trình độ SMTĐ đề tài sử dụng phương pháp 2 δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra đối tượng kiểm tra gồm: (40 nam học viên). Để xác định test theo từng test trình độ SMTĐ của học viên nào đó được xếp loại nào, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

- Bước 1: Xác định giá trị lập test của đối tượng

Bảng 2.4. Điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy

Phân loại điểm tổng hợp	Mức điểm
Tốt	≥ 36
Khá	28 – 35
Trung bình	20 – 27
Yếu	16 – 19
Kém	≤ 15

Qua bảng 2.4 cho phép đánh giá tổng hợp trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy, đồng thời đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện nam học viên được sát thực hơn, từ đó, có

nghiên cứu.

- Bước 2: Căn cứ các bảng phân loại tương ứng để xác định trình độ theo tiêu chuẩn.

2.3. Xây dựng bảng đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Để xây dựng bảng điểm đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy (Tổng số kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy được kiểm tra là 40 nam học viên); thông qua xây dựng tiêu chuẩn phân loại và sử dụng quy tắc 2 δ tiến hành để đánh giá kết quả kiểm tra của từng test riêng biệt mà không phải tiến hành kiểm tra đồng bộ, tổng thể tất cả các test, đồng thời tiến hành quy đổi tất cả các test trên sang đơn vị đo lường trung gian theo thang độ C (thang độ được tính từ điểm 1 đến 10) với công thức $C = 5 + 2Z$, riêng đối với các Test tính thành tích bằng thời gian thì sử dụng công thức $C = 5 - 2Z$. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 3.

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Tác giả tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém, kết quả trình bày tại bảng 2.4

những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

III. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 04 test đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng

cháy Chữa cháy.

Nhóm 1: Các test thể lực

Nằm sấp chống đẩy 30s (lần)

Co tay xà đơn 30s (lần)

Nhóm 2: Các test kỹ thuật

Đấm tốc độ tay 30s (lần)

Đấm bao 10s (lần)

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá trình độ SMTĐ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy.

Nguồn bài báo: *Bài báo trích từ kết quả sáng kiến kinh nghiệm tại trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy: “Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ kỹ thuật tay môn Boxing cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy Chữa cháy” .Năm 2022. Tác giả: ThS. Trịnh Văn Giáp.*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ luyện tập thể thao*, NXB TĐTT, Hà Nội.
2. Lê Bửu, Nguyễn Thế Truyền (1991), *Lý luận và phương pháp thể thao trẻ*, NXB TĐTT, thành phố Hồ Chí Minh.
3. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2004), *Đo lường thể thao*, NXB TĐTT Hà Nội.
4. Lưu Quốc Hưng, Trần Tuấn Hiếu (2014), *Giáo trình Quyền Anh*, NXB TĐTT, Hà Nội.
5. Đỗ Như Quỳnh (2012), “ *Nghiên cứu tiêu chuẩn tuyển chọn nữ vận động viên Boxing giai đoạn chuyên môn hóa sâu thành phố Hà Nội*”, Luận văn thạc sỹ, ĐHTĐTT Bắc Ninh.