

## ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG SỨC BỀN CHUYÊN MÔN CỦA NAM SINH VIÊN CHUYÊN SÂU BÓNG ĐÁ TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO TP HỒ CHÍ MINH

Lê Việt Anh<sup>1</sup>, Nguyễn Minh Cường<sup>2,\*</sup>, Nguyễn Thanh Dũng<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Trường Đại học Thể dục Thể thao Tp.HCM

<sup>2</sup>Trường Đại học Phú Yên

<sup>3</sup>Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

\*Email: [nguyenminhcuong@pyu.edu.vn](mailto:nguyenminhcuong@pyu.edu.vn)

Ngày nhận bài: 01/06/2023; Ngày nhận đăng: 16/06/2023

### Tóm tắt

Trên cơ sở tổng hợp và phân tích các tài liệu, cùng với việc lấy ý kiến của các chuyên gia, nhóm tác giả đã xác định được 06 bài kiểm tra (test) đáng tin cậy và phù hợp ngữ cảnh Việt Nam dùng để đánh giá sức bền chuyên môn cho các nam sinh viên chuyên sâu bóng đá trường Đại học Thể dục Thể thao TP.HCM. Kết quả kiểm tra ban đầu cho thấy sức bền chuyên môn của các nam sinh viên là tăng dần đều từ năm thứ nhất đến năm thứ tư.

Nghiên cứu này góp phần trong việc đổi mới công tác dạy và học cũng như đánh giá về sức bền chuyên môn của sinh viên chuyên sâu bóng đá trường Đại học Thể dục Thể thao TP.HCM;

**Từ khóa:** Đánh giá, thực trạng, sức bền chuyên môn, sinh viên bóng đá, Trường Đại học Thể dục Thể thao Tp.HCM

### Evaluation of the current state of professional endurance of male football intensive students at University of Sports Ho Chi Minh City

Le Viet Anh, Nguyen Minh Cuong, Nguyen Thanh Dung

<sup>1</sup>University of Sport Ho Chi Minh City

<sup>2</sup>Phu Yen University

<sup>3</sup>People's Police College II

Received: June 01, 2023; Accepted: June 16, 2023

### Abstract

Based on summarizing and analyzing documents, together with experts' opinions referencing, the authors identified 06 reliable and appropriate tests for evaluating professional endurance for male students in football at the University of Sport Ho Chi Minh City, Vietnam. The initial test results show that the professional endurance of male students is steadily increasing from the first to the fourth year.

This study expects to contribute to the innovation of teaching and learning as well as the assessment of professional endurance of football-intensive students at the University of Sports Ho Chi Minh City;

**Keywords:** Evaluation, status, professional endurance, football students, University of Sports Ho Chi Minh City

## 1. Đặt vấn đề

Tại Trường Đại học Thể dục Thể thao thành phố Hồ Chí Minh (ĐH TDTT Tp. HCM) bóng đá là môn thể thao có từ ngày đầu thành lập trường. Qua thực tiễn công tác giảng dạy và huấn luyện bóng đá nhận thấy thể lực chuyên môn của sinh viên còn yếu nhất là tố chất sức bền chuyên môn được thể hiện qua những động tác chạy tốc độ, nước rút, dẫn bóng, đá bóng, tranh cướp bóng và các động tác phối hợp, đặc biệt dễ nhận thấy nhất là trong thời gian cuối của trận đấu,... Đó là lý do chúng tôi chọn nghiên cứu: “*Đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu bóng đá Trường ĐH TDTT Tp.HCM*”.

**Phương pháp nghiên cứu:** Trong quá trình nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp toán thống kê.

## 2. Kết quả nghiên cứu

### 2.1. Xác định các test đánh giá sức bền chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu Bóng đá trường ĐH TDTT Tp.HCM.

Để xác định lựa chọn các test đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu Bóng đá trường ĐH TDTT Tp.HCM. Nghiên cứu tiến hành theo các bước sau:

-Bước 1: Tổng hợp phỏng vấn và lựa chọn các test đánh giá sức bền chuyên môn.

-Bước 2: Kiểm tra tính thông báo của các test.

#### 2.1.1. Tổng hợp các test đánh giá sức bền chuyên môn.

Qua tổng hợp một số nguồn tài liệu nghiên cứu về sức bền chuyên môn trong và ngoài nước, đồng thời tham khảo ý kiến của các chuyên gia, nghiên cứu đã lựa chọn được 06 test được sử dụng trong kiểm tra đánh giá sức bền chuyên môn, cụ thể trình bày ở bảng 1

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các test đánh giá sức bền chuyên môn**

TT	Test	Số người lựa chọn		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Chạy 10 lần 150m nhanh, 50m đi bộ (s)	27	90	10	33.33	3	10.00	14	46.67
2	Chạy gấp khúc 25m.	27	90	21	71.67	5	16.67	1	3.33
3	Chạy 12 phút (m)	28	93.3	23	76.6	5	16.7	-	-
4	Chạy tốc độ 5 lần x 30m (s).	27	90	22	73.33	3	10.0	2	6.67
5	Dẫn bóng tốc độ 50m x 3 lần (s).	30	100	25	83.13	4	14.67	1	3.33
6	Dẫn bóng 30m luân cọc sút cầu môn (s)	30	100	26	86.67	4	13.33	-	-
7	Chạy sút cầu môn 10 quả liên tục (s).	30	100	27	90.0	3	10.0	-	-

Từ kết quả thu được ở bảng 1. cho thấy, hầu hết các ý kiến của các chuyên gia bóng đá đều lựa chọn các test:

Chạy gấp khúc 25m (s).

Chạy 12 phút (m).

Chạy tốc độ 5lần x 30m (s).

Dẫn bóng tốc độ 50m x 3 lần.

Dẫn bóng 30m luôn cộc sút cầu môn (s).

Chạy sút cầu môn 10 quả liên tục (s).

Trong đó 3 test dẫn bóng tốc độ 60m x 3 lần (s), dẫn bóng 30m luôn cộc sút cầu môn (s) và chạy sút cầu môn 10 quả liên tục (s) có số ý kiến lựa chọn trên 80% và cho rằng những test này là những test thường xuyên được các đơn vị sử dụng trong quá trình đánh giá sức bền chuyên môn.

Test có số ý kiến lựa chọn dưới mức độ quan trọng (dưới 70%) là test chạy 10 lần 150m nhanh, 50m đi bộ (s). Các chuyên gia cho rằng không nên sử dụng test này trong quá trình đánh giá sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu nên chúng tôi đã loại bỏ trong quá trình nghiên cứu.

### 2.1.2. Xác định tính thông báo của các test được lựa chọn

Nhằm xác định một cách chính xác tính thông báo của hệ thống các test đã lựa chọn, ứng dụng trong công tác đánh giá trình độ tập luyện của đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành xác định mối tương quan của hệ thống test lựa chọn với khả năng thi đấu của đối tượng nghiên cứu.

Hiệu suất thi đấu của các vận động viên (VĐV) được xác định thông qua sử dụng phương pháp quan sát sự phạm, qua đó xác định tổng thời gian các VĐV có bóng, kiểm soát, chuyền bóng và không chế được bóng, cũng như thời gian di chuyển hợp lý trên sân... Hiệu suất này được tính bằng % hiệu quả thi đấu của VĐV trong trận đấu, từ đó quy đổi theo thang điểm 100. Ví dụ: Sau khi quan sát một VĐV thi đấu, xác định được hiệu suất thi đấu của VĐV đó là 65%, thì quy đổi thành điểm của VĐV đó là 65 điểm.

Kết quả thu được như trình bày tại bảng 2.

**Bảng 2.** Kết quả xác định tính thông báo của các test

Test	Hệ số tương quan R			
	Năm thứ 1	Năm thứ 2	Năm thứ 3	Năm thứ 4
1. Chạy gấp khúc 25m.	0.78	0.73	0.69	0.70
2. Chạy 12 phút	0.81	0.77	0.74	0.68
3. Chạy tốc độ 5lầnx30m (s).	0.83	0.76	0.71	0.72
4. Dẫn bóng tốc độ 50mx3lần (s).	0.86	0.88	0.84	0.87
5. Dẫn bóng 30m luôn cộc sút cầu môn (s)	0.85	0.83	0.79	0.87
6. Chạy sút cầu môn 10 quả liên tục (s).	0.82	0.81	0.83	0.75

Qua kết quả thu được tại bảng 2 cho thấy: Cả 6 test đều thể hiện tính thông báo với kết quả thi đấu của sinh viên chuyên sâu bóng đá. r tính  $\geq 0.6$  nên được sử dụng trong quá trình đánh giá sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu.

## 2.2. Thực trạng sức bền chuyên môn của các nam sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường ĐH TDTT Tp.HCM.

Nghiên cứu sử dụng 06 test đánh giá sức bền chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường ĐH TDTT Tp.HCM nhằm đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của nam sinh viên bóng đá được trình bày qua bảng 3 và 4.

Để đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của đối tượng nghiên cứu đề tài đã tiến hành đánh giá theo 2 phương pháp sau:

- Phương pháp kiểm tra test: Đề tài đã tiến hành kiểm tra sự phạm đối tượng nghiên cứu thông qua các test chuyên môn đã lựa chọn được.

- Phương pháp quan sát sự phạm: Đề tài tiến hành quan sát đối tượng nghiên cứu tại giải chuyên sâu bóng đá về các biểu hiện bên ngoài (mắt mờ hơi, màu da, khả năng tập trung chú ý, khả năng phối hợp vận động, mức độ thực hiện kỹ chiến thuật).

**Bảng 3.** Thực trạng sức bền chuyên môn của nam sinh viên chuyên sâu bóng đá Trường ĐH TDTT thành phố Hồ Chí Minh

TT	Test	Năm thứ 1 (n=24)	Năm thứ 2 (n=25)	Năm thứ 3 (n=23)	Năm thứ 4 (n=21)
1	Chạy gấp khúc 25m (s).	37.92±2.87	37.34±2.22	37.06±1.43	35.61±0.48
2	Chạy 12 phút (s)	2722.25±25.19	2750.52±10.48	2772.87±22.72	2803.29±23.35
3	Chạy tốc độ 5 lần x 30m (s).	4.84±0.19	4.72±0.22	4.78±0.36	4.77±0.37
4	Dẫn bóng tốc độ 50m x 3 lần (s).	8.90±0.31	±8.76±0.34	8.51±0.21	8.46±0.26
5	Dẫn bóng 30m luân cọc sút cầu môn (s)	9.72±0.13	9.63±0.18	9.55±0.22	9.52±0.15
6	Chạy sút cầu môn 10 quả liên tục (s).	47.38±2.19	46.98±1.69	46.72±1.66	46.16±1.26

Qua kết quả bảng 3 cho thấy sức bền của sinh viên chuyên sâu được tăng dần từ năm thứ nhất đến năm thứ tư. Kết quả thực hiện các test ở năm thứ nhất và năm thứ hai kém hơn so với năm thứ ba và năm thứ tư. Do nội dung học phần ở 2 năm đầu chủ yếu sinh viên được tập luyện các kỹ thuật cơ bản, và phát triển tố chất sức mạnh, sức nhanh và tố chất khéo léo. Còn sức bền chuyên môn được phát triển ở năm thứ ba và năm thứ tư. Tuy nhiên qua kết quả trên cũng cho thấy sức bền chuyên môn của sinh viên ở năm thứ ba và năm thứ tư cũng chưa thực sự tốt.

Để đánh giá chính xác hơn về thực trạng tố chất sức bền chuyên môn của đối tượng nghiên cứu, đề tài đã tiến hành quan sát sinh viên qua giải chuyên sâu Bóng đá Trường ĐH TDTT Tp.HCM... và cho thấy thể lực suy giảm nhanh khi cuối trận đấu, đặc biệt càng vào sâu vào giải càng kém. Các biểu hiện bên ngoài của VĐV được trình bày tại bảng 4.

**Bảng 4.** Thực trạng biểu hiện sức bền chuyên môn của sinh viên chuyên sâu tại giải Bóng đá sinh viên Trường ĐH TDTT Tp.HCM

TT	Test	Năm thứ 1 (n=24)		Năm thứ 2 (n=25)		Năm thứ 3 (n=26)		Năm thứ 4 (n=24)	
		Số lượng	Tỉ lệ %	Số lượng	Tỉ lệ %	Số lượng	Tỉ lệ %	Số lượng	Tỉ lệ %
1	Mắt mờ hơi nhiều	17	70.83	16	64	15	65.22	12	57.14
2	Da tái	13	54.17	12	48	11	47.83	9	42.86

3	Khả năng tập trung chú ý giảm	16	66.67	15	60	12	52.17	8	38.10
4	Khả năng phối hợp vận động giảm	15	62.50	14	56	13	56.52	9	42.86
5	Kỹ - chiến thuật bị phá vỡ	14	58.33	13	52	12	52.17	11	52.38

Từ kết quả bảng 4 cho phép có những nhận xét sau:

- *Mất mỡ hồi nhiều*: Thông thường nếu sinh viên có trình độ thể lực tốt thì sau những trận đấu căng thẳng lượng mỡ hồi mất đi không nhiều, trọng lượng cơ thể giảm đi khoảng 0.5-1.0 kg. Nhưng do sức bền chuyên môn kém nên trọng lượng của sinh viên giảm rõ rệt khoảng (1-2kg), đó chính là do lượng mỡ hồi đã mất đi.

- *Da tái*: Bình thường ở giữa trận đấu, các vòng đầu loại sắc mặt của các sinh viên hơi đỏ, nhưng vào cuối trận hoặc khi lọt vào cuối giải thì sắc mặt dần chuyển sang tái. Đó là biểu hiện của sự suy giảm sức bền chung cũng như sức bền chuyên môn.

- *Khả năng tập trung chú ý giảm*: Các em thường bị phân tán tư tưởng trong cuối những trận đấu căng thẳng, đôi khi tỏ chức tấn công cũng như khi bị đối phương tấn công không chủ động được bản thân và luôn ở tình trạng bị động, không bám sát được các tình huống...

- *Khả năng phối hợp vận động giảm*: sinh viên chuyên sâu bóng đá khi đi sâu vào giải đấu biểu hiện sự chuẩn xác về phán đoán bóng, kiểm soát bóng giảm; khả năng giải quyết nhanh những tình huống phản công hoặc tấn công của đối phương rất chậm và kém hiệu quả.

- *Kỹ, chiến thuật bị phá vỡ*: Biểu hiện ở chỗ trước khi vào trận sinh viên thường bám sát các tình huống, xử lý bóng tốt, thực hiện đầu pháp và chiến thuật một cách hợp lý. Nhưng khi vào cuối trận thì hoàn toàn trái ngược với đầu pháp và chiến thuật đề ra và thường bị thất bại.

### 3. Kết luận

Qua nghiên cứu đã xác định được 06 test được lựa chọn dùng kiểm tra sức bền chuyên môn cho các nam sinh viên chuyên sâu Bóng đá Trường ĐH TDTT Tp.HCM có đủ tính thông báo với  $r \geq 0.6$  (từ 0.68 đến 0.87). Đã đánh giá được thực trạng sức bền chuyên môn của các sinh viên Bóng đá là tăng dần đều từ năm thứ nhất đến năm thứ tư; và cho thấy thể lực suy giảm nhanh khi cuối trận đấu, đặc biệt càng vào sâu vào giải càng kém. Từ đó cần tiến hành ứng dụng các bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho sinh viên nhằm cải thiện thành tích kiểm tra và thi đấu □

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Lê Việt Anh (2018), *Nghiên cứu ứng dụng các bài tập nhằm phát triển sức bền chuyên môn cho nam sinh viên chuyên sâu bóng đá trường Đại học TDTT thành phố Hồ Chí Minh*, Luận văn thạc sĩ Giáo dục học, trường ĐH TDTT TPHCM.
- Nguyễn Thành Lâm (2019), *Đo lường thể thao*, tài liệu giảng dạy cho học viên cao học Trường ĐH TDTT TPHCM.
- Nguyễn Xuân Sinh và cộng sự (2000) *Giáo trình Phương pháp Nghiên cứu khoa học trong TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội..
- VN.Ivanốp (1996), *Những cơ sở của toán thống kê*, NXB TDTT Hà Nội.
- Nguyễn Đức Văn (2000), *“Phương pháp thống kê trong TDTT”*, NXB TDTT Hà Nội.