

# TIÊU CHUẨN TUYỂN CHỌN BAN ĐẦU NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CHẠY CỰ LY TRUNG BÌNH LỬA TUỔI 13-14 TỈNH CAO BẰNG

Đặng Văn Dũng\*  
Đình Quang Ngọc\*\*

## Tóm tắt:

Bằng các phương pháp thường quy, đề tài tiến hành lựa chọn các tiêu chí, xây dựng bảng điểm, phân loại và tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu của nam VĐV chạy cự ly trung bình lửa tuổi 13-14 tỉnh Cao Bằng, góp phần nâng cao chất lượng tuyển chọn VĐV.

**Từ khóa:** Tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu, vận động viên, lứa tuổi 13 - 14, chạy cự ly trung bình, tỉnh Cao Bằng...

**Initial selection Criteria for male runners under ages 13-14 in terms of average distance, Cao Bang Province**

## Summary:

Based on conventional method, the thesis selects criteria, builds transcripts, classification and criteria in initial selection of male athletes under ages 13-14 in the average distance in Cao Bang province, contributing to the improvement in the quality of selected athletes.

**Keywords:** Initial Selection Criteria, athletes, ages 13-14, the average distance run, Cao Bang...

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Tuyển chọn VĐV là quá trình tìm kiếm và sàng lọc để chọn ra những VĐV có khả năng đạt thành tích thể thao cao. Quá trình này được tiến hành thường xuyên từ khâu tuyển chọn ban đầu và trong suốt quá trình đào tạo. Do vậy, nếu tuyển chọn không tốt sẽ dẫn đến tuyển sai và đào tạo sai đối tượng, gây tổn kém trong đào tạo; tuyển chọn không tốt cũng sẽ dẫn đến việc đào thải không chính xác, làm mất đi cơ hội phát triển nhân tài. Như vậy dẫn đến hiệu quả đào tạo thấp... Vì vậy việc tiến hành nghiên cứu tuyển chọn và đào tạo VĐV ngay trong khâu tuyển chọn ban đầu là việc làm hết sức cần thiết.

Xuất phát từ nhu cầu thực tiễn, đề tài tiến hành xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu nam VĐV chạy cự ly trung bình, góp phần nâng cao hiệu quả công tác đào tạo VĐV thể thao thành tích cao của tỉnh Cao Bằng trong những năm tới.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn,

phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp kiểm tra y học và phương pháp toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Tiêu chuẩn tuyển chọn VĐV là một phức hợp đa nhân tố trong đó các tiêu chí tuyển chọn phải phản ánh được năng lực hoạt động vận động và dự báo được thành tích thể thao của VĐV. Các tiêu chí tuyển chọn VĐV hiện nay được tiến hành chọn lựa một cách đồng bộ thông qua các mặt như: Hình thái; chức năng tâm lý; chức năng sinh lý; tổ chất thể lực; kỹ thuật; chiến thuật. Việc tiến hành tuyển chọn mà ở đó các tiêu chí tuyển chọn đánh giá được tất cả các yếu tố cấu thành trình độ tập luyện thể thao sẽ cho phép nâng cao được hiệu quả tuyển chọn đồng thời cho phép dự báo được thành tích VĐV.

Công tác tuyển chọn nam VĐV chạy cự ly trung bình và dài của tỉnh Cao Bằng được tiến hành qua các bước: Thu thập thông tin nghiên cứu; Lựa chọn test đánh giá; Kiểm tra và xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn; Tuyển chọn theo các tiêu chí. Thông qua các phương pháp nghiên cứu,

\*PGS.TS, Viện trưởng Viện Khoa học và Công nghệ TDTT, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

\*\*TS, Phó Viện trưởng Viện Khoa học và Công nghệ TDTT, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh



**Tuyển chọn tốt là điều kiện tiên quyết để nâng cao hiệu quả huấn luyện VĐV chạy cự ly trung bình (Ảnh minh họa)**

để tài lựa chọn được 15 tiêu chí đủ độ tin cậy và tính thông báo để đưa vào tuyển chọn nam VĐV chạy cự ly trung bình. Sau khi lựa chọn được các

tiêu chí, để tài tiến hành kiểm tra so sánh sự khác biệt các tiêu chí theo từng lứa tuổi. Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả kiểm tra VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13 - 14 tỉnh Cao Bằng theo các tiêu chí tuyển chọn ban đầu**

TT	Các tiêu chí	Lứa tuổi				t	P
		lứa tuổi 13 (n = 13)		lứa tuổi 14 (n = 12)			
		$\bar{x}$	$\pm\sigma$	$\bar{x}$	$\pm\sigma$		
1	Chỉ số Quetelette (g/cm)	226.02	22.63	226.84	22.66	0.07	>0,05
2	Chỉ số dài chân A (%)	51.15	4.43	51.58	4.61	0.19	>0,05
3	Chỉ số dài chân H (%)	59.92	5.2	60.65	5.42	0.27	>0,05
4	Chỉ số dài chân C (%)	46.17	4.00	46.83	4.18	0.31	>0,05
5	Chỉ số dài cẳng chân A (%)	28.71	2.49	29.07	2.6	0.27	>0,05
6	Chỉ số dài gân Asin (%)	17.34	1.51	17.57	1.57	0.29	>0,05
7	Vòng cổ chân (cm)	19.13	1.66	19.34	1.73	0.24	>0,05
8	Dự báo chiều cao (cm)	175.89	15.25	177.23	15.83	0.17	>0,05
9	Tần số tim (lần/phút)	89	7.72	86	7.68	0.75	>0,05
10	Dung tích sống (lít)	1.87	0.16	1.89	0.16	0.24	>0,05
11	Thông khí phổi gắng sức (lít/phút)	74.6	6.47	78.3	6.99	1.06	>0,05
12	Bật xa tại chỗ (cm)	211.4	18.33	216.5	19.33	0.52	>0,05
13	Chạy 60m (s)	9.37	0.81	9.11	0.81	0.62	>0,05
14	Bật xa tại chỗ 7 bước (m)	12.55	1.09	12.81	1.14	0.45	>0,05
15	Chạy 800m (giây)	198.6	17.22	196.45	17.54	0.24	>0,05

**Bảng 2. Bảng điểm tuyển chọn ban đầu nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13 – 14 tỉnh Cao Bằng**

TT	Tiêu chí	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Chỉ số dài chân A (%)	62.67	60.41	58.15	55.89	53.63	51.37	49.11	46.85	44.59	42.33
2	Chỉ số dài chân H (%)	73.56	70.91	68.25	65.6	62.94	60.29	57.63	54.98	52.32	49.67
3	Chỉ số dài chân C (%)	56.73	54.68	52.64	50.59	48.55	46.5	44.46	42.41	40.37	38.32
4	Chỉ số dài cẳng chân A (%)	35.25	33.98	32.71	31.44	30.16	28.89	27.62	26.35	25.07	23.8
5	Chỉ số dài gân A sin (%)	21.31	20.54	19.77	19	18.23	17.46	16.69	15.92	15.15	14.38
6	Vòng cổ chân (cm)	15	15.85	16.69	17.54	18.39	19.24	20.08	20.93	21.78	22.63
7	Tần số tim (lần/phút)	68.25	72.1	75.95	79.8	83.65	87.5	91.35	95.2	99.05	102.9
8	Dung tích sống (lit)	2.28	2.2	2.12	2.04	1.96	1.88	1.8	1.72	1.64	1.56
9	Thông khí phổi gắng sức (lit/phút)	93.28	89.91	86.55	83.18	79.82	76.45	73.09	69.72	66.36	62.99
10	Bật xa tại chỗ (cm)	261.03	251.61	242.2	232.78	223.37	213.95	204.54	195.12	185.71	176.29
11	Chạy 60m (s)	7.22	7.62	8.03	8.43	8.84	9.24	9.65	10.05	10.46	10.86
12	Bật xa tại chỗ 7 bước (m)	15.47	14.91	14.35	13.8	13.24	12.68	12.12	11.57	11.01	10.45
13	Chạy 800m (s)	154.08	162.77	171.46	180.15	188.84	197.53	206.22	214.91	223.6	232.29

**Bảng 3. Bảng phân loại tuyển chọn ban đầu nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13 – 14 tỉnh Cao Bằng**

TT	Tiêu chí	Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
1	Chỉ số dài chân A (%)	>60.41	55.89-60.41	46.85-55.88	42.33-46.84	<42.33
2	Chỉ số dài chân H (%)	>70.91	65.6-70.91	54.98-65.59	49.67-54.97	<49.67
3	Chỉ số dài chân C (%)	>54.68	50.59-54.68	42.41-50.58	38.32-42.4	<38.32
4	Chỉ số dài cẳng chân A (%)	>33.98	31.44-33.98	26.35-31.43	23.8-26.34	<23.8
5	Chỉ số dài gân A sin (%)	>20.54	19-20.54	15.92-18.99	14.38-15.91	<14.38
6	Vòng cổ chân (cm)	<15.85	17.54-15.85	20.93-17.55	22.63-20.94	>22.63
7	Tần số tim (lần/phút)	<72.1	79.8-72.1	95.2-79.81	102.9-95.21	>102.9
8	Dung tích sống (lit)	>2.2	2.04-2.2	1.72-2.03	1.56-1.71	<1.56
9	Thông khí phổi gắng sức (lit/phút)	>89.91	83.18-89.91	69.72-83.17	62.99-69.71	<62.99
10	Bật xa tại chỗ (cm)	>251.61	232.78-251.61	195.12-232.77	176.29-195.11	<176.29
11	Chạy 60m (s)	<7.62	8.43-7.62	10.05-8.44	10.86-10.06	>10.86
12	Bật xa tại chỗ 7 bước (m)	>14.91	13.8-14.91	11.57-13.79	10.45-11.56	<10.45
13	Chạy 800m (giây)	<162.77	180.15-162.77	214.91-180.16	232.29-214.92	>232.29

Kết quả ở bảng 1 cho thấy, năng lực thể chất của VĐV chạy cự ly trung bình về cơ bản phát triển theo lứa tuổi. Kết quả test của nam VĐV lứa tuổi 14 tốt hơn lứa tuổi 13, nhưng kết quả kiểm tra đạt được ở hai lứa tuổi đều không có sự khác biệt thống kê. Vì vậy, đề tài tiến hành xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn theo thang điểm chung cho cả hai lứa tuổi được quy chuẩn theo thang độ C. Tuy nhiên các chỉ số Quetelette và dự báo chiều cao ở VĐV chạy cự ly trung bình là 2 chỉ số trong thực tế đã có tiêu chuẩn đánh giá riêng theo tổ chức y tế thế giới dành cho người Châu Á và tiêu chuẩn hình mẫu chiều cao lý tưởng cho VĐV chạy cự ly trung bình. Chính vì vậy, trong quá trình nghiên cứu, đề tài không xây dựng bảng phân loại và bảng điểm tuyển chọn cho 2 tiêu chí này. Kết quả xây dựng bảng điểm của 13 tiêu chí còn lại được trình bày tại bảng 2.

Trên cơ sở số liệu kiểm tra ở bảng 1 và 2, chúng tôi sử dụng phương pháp 2σ để tính toán bảng phân loại tuyển chọn cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả thu được trình bày ở bảng 3.

Tiếp theo, chúng tôi xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn cho đối tượng nghiên cứu. Theo thang điểm tuyển chọn ở bảng 2 cho thấy, giá trị của mỗi tiêu chí tối đa là 10 điểm, do vậy tổng điểm đạt được của 13 tiêu chí này tối đa đối với VĐV chạy cự ly trung bình là 130 điểm và được phân thành 4 loại: Tốt; khá; trung bình; yếu, kém. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4.

**Bảng 4. Bảng tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13 – 14 tỉnh Cao Bằng**

TT	Loại	Điểm
1	Tốt	≥117
2	Khá	91 – 116
3	Trung bình	65 – 90
4	Yếu, kém	≤ 64

Như vậy, tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13 – 14 tỉnh Cao Bằng được xác định theo nguyên tắc bù trừ giữa các tiêu chí. Nghĩa là trong số 13 tiêu chí, VĐV có thể yếu ở tiêu chí này, song có thể bù lại ở tiêu chí khác miễn là tổng điểm phải đạt tiêu chuẩn ở mức quy định.

## KẾT LUẬN

1. Đề tài đã lựa chọn được 15 tiêu chí đủ độ tin cậy để tuyển chọn nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13-14 giai đoạn chuyên môn hóa ban đầu tỉnh Cao Bằng. Các tiêu chí lựa chọn gồm: Quetelette (g/cm); Dài chân A %; Dài chân H %; Dài chân C %; Dài cẳng chân A %; Dài gân Asin %; Vòng cổ chân (cm); Dự báo chiều cao (cm); Tần số tim (lần/phút); Dung tích sống (lit); Thông khí phổi gắng sức (lit/phút); Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 60m (s); Bật xa tại chỗ 7 bước (m); Chạy 800m (giây).

2. Đề tài đã xây dựng được bảng điểm, bảng phân loại và tiêu chuẩn tuyển chọn ban đầu của nam VĐV chạy cự ly trung bình lứa tuổi 13-14 tỉnh Cao Bằng.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aulic I.V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
  2. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội
  3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
  4. Nguyễn Hoàng An và cộng sự (1990), "Tuyển chọn ban đầu VĐV Điền kinh trẻ", *Báo cáo kết quả nghiên cứu khoa học*, Hà Nội.
  5. Nguyễn Đại Dương (1997), "Tuyển chọn và định hướng thể thao đôi với VĐV trẻ trong chạy cự ly trung bình và cự ly dài", *Tuyển tập nghiên cứu khoa học TDTT*, Trường Đại học TDTT I, Nxb TDTT, Hà Nội.
- (Bài nộp ngày 10/11/2014, phản biện ngày 23/12/2014, duyệt in ngày 26/1/2015)