



ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BOXING LỬA TUỔI 15 – 16 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

EVALUATING THE STATUS OF STRENGTH AND SPEED FOR MALE ATHLETES BOXING AGED 15 – 16 OF HO CHI MINH CITY TEAM

TÓM TẮT: Bằng các phương pháp nghiên cứu cơ bản trong lĩnh vực thể dục thể thao, nghiên cứu đã đánh giá được sức mạnh tốc độ chuyên môn của nam vận động viên (VĐV) lứa tuổi 15-16 đội tuyển đội tuyển Boxing Thành phố Hồ Chí Minh. Kết quả nghiên cứu giúp cho các huấn luyện viên biết được trình độ của các VĐV, từ đó xây dựng chương trình huấn luyện để nâng cao sức mạnh tốc độ, góp phần nâng cao trình độ tập luyện cũng như cải thiện thành tích thi đấu cho vận động viên.

TỪ KHÓA: Đánh giá, sức mạnh tốc độ, boxing, vận động viên, Thành phố Hồ Chí Minh.

ABSTRACT: Using basic research methods in the field of physical education and sports, the study has evaluated the strength and speed of expertise of male athletes aged 15-16 on the Ho Chi Minh City Boxing team. Research results help coaches know the level of athletes, thereby building training programs to improve strength and speed, contributing to improving training levels as well as improving performance. competition for athletes.

KEYWORDS: Evaluate, strength and speed, boxing, athletes, Ho Chi Minh City.

VÕ NHỰT THANH

Trung tâm Thể dục Thể thao, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh

ĐỖ VŨ HUY

Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

VO NHUT THANH

Sport center, Vietnam National University Ho Chi Minh City

DO VU HUY

Ho Chi Minh City sport center

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Boxing là môn thể thao mang tính đối kháng cá nhân trực tiếp, thi đấu 3 hiệp trong một trận đấu, vậy nên VĐV muốn chiến thắng thì phải được trang bị tốt nhất về các mặt thể lực, kỹ thuật, chiến thuật, tâm lý... và trong đó sức mạnh tốc độ là

một trong những yếu tố then chốt, rất quan trọng không thể thiếu trong thi đấu. Vì nó có thể quyết định khả năng ghi điểm bằng cách tấn công và phản công đối phương. Một VĐV có sức mạnh tốc độ tốt trong thi đấu thì có khả năng ghi được nhiều điểm trong thi đấu và điều này quan trọng trong Boxing. Cho nên việc nâng cao sức mạnh tốc độ của VĐV Boxing là một phần quan trọng không thể thiếu được trong công tác huấn luyện.

Bài viết này nhằm đánh giá sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing Thành phố Hồ Chí Minh lứa tuổi 15-16. Kết quả của bài viết này sẽ cung cấp cơ sở khoa học khách quan cho

các huấn luyện viên trong công tác đào tạo – huấn luyện VĐV tuyển trẻ Boxing Thành phố Hồ Chí Minh trong thời gian tới.

Phương pháp nghiên cứu:

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp như sau: Phương pháp nghiên cứu tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp thống kê.

Khách thể nghiên cứu

+ Khách thể kiểm tra sư phạm: 06 nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh.

+ Khách thể phỏng vấn: 35 huấn luyện viên, chuyên gia có chuyên môn liên quan đến môn Boxing đang công tác tại các đơn vị, đội tuyển trong toàn quốc.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1 Lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Boxing lứa tuổi 15 – 16 Thành phố Hồ Chí Minh

2.1.1 Hệ thống hóa các test sử dụng để đánh giá sức mạnh tốc độ cho vận động viên môn Boxing

Qua tham khảo những tài liệu có liên quan, nghiên cứu đã tổng hợp được một số test đánh giá về sức mạnh tốc độ của VĐV Boxing như sau:

- Tác giả Vũ Kim Sơn (2016) đã lựa chọn được 12 test dùng để đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV đội tuyển Boxing Thành phố Hồ Chí Minh như sau: Chạy 30m xuất phát cao (s); Bật xa tại chỗ (cm); Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Đấm thẳng lần lượt hai tay vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay trước vào Ramly 30s (lần); Đấm vòng tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm móc tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng 4 đòn trong 20s (lần); Đấm thẳng 2 đòn + đấm vòng 2 đòn 20s (lần); Đấm thẳng 2 đòn + đấm móc 2 đòn 20s (lần).[6]

- Tác giả Lê Bá Cường (2016) qua nghiên cứu đã lựa chọn được 11 test đánh giá sức mạnh cho VĐV đội tuyển Boxing tỉnh Bình Định như sau: Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (s); Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần); Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 20s (lần); Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 20s (lần);

Đấm vòng tay trước vào túi đấm 20s (lần); Đấm vòng tay sau vào túi đấm 20s (lần); Đấm thẳng 4 đòn trong 20s (lần); Đấm thẳng lần lượt hai tay vào Ramly 30s (lần).[1]

- Tác giả Nguyễn Tiến Đạt (2018) đã lựa chọn được 08 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV đội tuyển Boxing, quận 11, Thành phố Hồ Chí Minh như sau: Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần); Đấm móc tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng 2 đòn + đấm móc 2 đòn 20s (lần); Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).[3]

- Tác giả Đinh Thị Phương Thanh (2018) đã lựa chọn được 12 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nữ VĐV Boxing trẻ Quận đội lứa tuổi 15-16 như sau: Bật xa tại chỗ (cm); Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần); Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần); Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào

Ramly 20s (lần).[8]

- Tác giả Nguyễn Anh Dũng (2022) đã lựa chọn được 11 test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Bắc Ninh như sau: Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần); Đấm thẳng 4 đòn trong 20s (lần); Đấm thẳng lần lượt hai tay vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần); Đấm móc tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng 2 đòn + đấm móc 2 đòn 20s (lần); Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).[2]

2.1.2 Kết quả lựa chọn sơ bộ các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Boxing lứa tuổi 15 – 16 Thành phố Hồ Chí Minh

Từ kết quả thu thập các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho VĐV Boxing tại mục 2.1.1 Nghiên cứu tiến hành tổng hợp, lựa chọn các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Boxing lứa tuổi 15 – 16 Thành phố Hồ Chí Minh đảm bảo các nguyên tắc sau:

Nguyên tắc 1: Các test được lựa chọn phải đánh giá đầy đủ, toàn diện về sức mạnh tốc độ của VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh.

Nguyên tắc 2: Các test phải đơn giản, dễ làm, dễ tổ chức thực hiện và phù hợp với trình độ của khách thể nghiên cứu để lựa chọn.

**BẢNG 1: KẾT QUẢ THỐNG KÊ LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ (n=35)**

TT	TEST	LẦN 1 (n=35)		LẦN 2 (n=35)	
		Tổng điểm	Tỷ lệ %	Tổng điểm	Tỷ lệ %
1	Bật xa tại chỗ (cm).	98	93.3	98	93.3
2	Chạy 30m xuất phát cao (s).	81	77.1	78	74.3
3	Nằm sấp chống đẩy 30s (lần).	92	87.6	92	87.6
4	Nằm ngửa gập bụng 30s (lần).	97	92.4	102	97.1
5	Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần).	96	91.4	96	91.4
6	Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	88	83.8	88	83.8
7	Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	87	82.9	89	84.8
8	Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	86	81.9	86	81.9
9	Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	91	86.7	93	88.6
10	Đấm thẳng 4 đòn trong 20s (lần).	79	75.2	79	75.2
11	Đấm thẳng lần lượt hai tay vào Ramly 30s (lần).	82	78.1	82	78.1
12	Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần).	89	84.8	89	84.8
13	Đấm móc tay sau vào Ramly 30s (lần).	74	70.5	76	72.4
14	Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	96	91.4	96	91.4
15	Đấm thẳng 2 đòn + đấm móc 2 đòn 20s (lần).	75	71.4	74	70.5
16	Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	85	81.0	87	82.9
17	Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).	89	84.8	91	86.7

Nguyên tắc 3: Các test phải phù hợp với điều kiện thực tiễn ở địa điểm tập luyện của Boxing Thành phố Hồ Chí Minh (sân bãi, dụng cụ kiểm tra, hình thức tổ chức...).

Nguyên tắc 4: Các test lựa chọn phải đảm bảo đủ độ tin cậy.

Căn cứ vào những nguyên tắc trên, nghiên cứu đã lược bỏ bớt các test trùng lặp và không phù hợp thực tiễn tại đơn vị. Kết quả đã lựa chọn được 17 test như sau: Bật xa tại chỗ (cm); Chạy 30m xuất phát cao (s); Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần); Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s

(lần); Đấm thẳng 4 đòn trong 20s (lần); Đấm thẳng lần lượt hai tay vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần); Đấm móc tay sau vào Ramly 30s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng 2 đòn + đấm móc 2 đòn 20s (lần); Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).

2.1.3 Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên Boxing lứa tuổi 15 – 16 Thành phố Hồ Chí Minh

Dựa trên kết quả lựa chọn sơ bộ được 17 test đánh giá, nghiên cứu tiến hành lập phiếu phỏng vấn và gửi đến 35 người

là các huấn luyện viên, chuyên gia có chuyên môn liên quan đến môn Boxing đang công tác tại các đơn vị, đội tuyển trong toàn quốc.

Phiếu phỏng vấn được gửi đi 2 lần, mỗi lần cách nhau 1 tuần, giá trị sử dụng các test được xác định theo tỷ lệ phần trăm ý kiến tán thành. Tuy nhiên, để đảm bảo tính khách quan và cũng tránh được sai sót của bản thân khi lựa chọn các test, ở mỗi phiếu phỏng vấn ngoài các test đã lựa chọn trên, luận văn còn để trống trong mỗi phiếu để các chuyên gia, HLV có thể bổ sung thêm các test mà theo họ là quan trọng khi đánh giá sức mạnh tốc độ của VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh.

Trình độ chuyên môn của khách thể được phỏng vấn:

BẢNG 2: KẾT QUẢ PHÂN TÍCH HỆ SỐ TƯƠNG QUAN GIỮA 2 LẦN KIỂM TRA SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BOXING LỬA TUỔI 15-16 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH (N=6)

TT	YẾU TỐ	TEST	BAN ĐẦU	SAU 1 TUẦN	r	p
			$\bar{x} \pm \sigma$	$\bar{x} \pm \sigma$		
1	Sức mạnh tốc độ	Bật xa tại chỗ (cm).	227.00 ± 3.52	228.04 ± 3.38	0.882	<0.05
2		Nằm sấp chống đẩy 30s (lần).	27.00 ± 1.79	26.95 ± 1.84	0.869	<0.05
3		Nằm ngửa gập bụng 30s (lần).	25.00 ± 1.79	26.05 ± 1.63	0.834	<0.05
4		Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần).	19.67 ± 1.21	19.85 ± 1.52	0.924	<0.05
5	Sức mạnh tốc độ chuyên môn	Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	23.33 ± 0.82	23.72 ± 0.61	0.877	<0.05
6		Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	22.17 ± 0.98	22.21 ± 0.74	0.974	<0.05
7		Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	20.67 ± 0.82	20.93 ± 0.59	0.891	<0.05
8		Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	20.00 ± 0.89	20.12 ± 0.76	0.981	<0.05
9		Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần).	30.50 ± 1.38	30.51 ± 1.37	0.992	<0.05
10		Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	29.67 ± 1.37	29.94 ± 1.52	0.894	<0.05
11		Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	21.17 ± 0.75	21.22 ± 0.68	0.979	<0.05
12		Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).	19.17 ± 1.17	19.33 ± 1.15	0.901	<0.05

Tiến sĩ là 01 người, chiếm tỷ lệ 2.9%; thạc sĩ là 20 người, chiếm tỷ lệ 57.1% và cử nhân là 14 người, chiếm tỷ lệ 40.0%.

Thâm niên trong công tác của khách thể phỏng vấn: Trên 15 năm: 11 người, chiếm tỷ lệ 31.4%; từ 10-15 năm: 12 người, chiếm tỷ lệ 34.3%; từ 5-10 năm: 08 người, chiếm tỷ lệ 22.9%; dưới 5 năm: 04 người, chiếm tỷ lệ 11.4%.

Để xác định nội dung phỏng vấn, nghiên cứu chia mức độ sử dụng test trong đánh giá sức mạnh tốc độ cho VĐV Boxing thành 3 mức: Thường sử dụng (3 điểm); ít sử dụng (2 điểm) và không sử dụng (1 điểm).

Qua kết quả phỏng vấn, tiến hành tính tỷ lệ phần trăm và tổng điểm để lựa chọn các test đánh giá sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh. Nghiên cứu quy ước chọn các test có kết quả qua 2 lần phỏng

vấn với tổng điểm từ 80% trở lên thì được chọn. Kết quả thống kê tỷ lệ % theo tổng điểm các phiếu phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Trong 17 test đưa ra phỏng vấn chỉ có 12 test là có tổng số điểm chiếm hơn 80% ý kiến đồng ý. Các test còn lại có ý kiến đồng ý thấp hơn do không có thang điểm đánh giá hoặc không phù hợp. Do đó nghiên cứu chỉ chọn 12 test dùng để tiến hành bước tiếp theo là kiểm nghiệm độ tin cậy của test.

2.1.4 Kiểm nghiệm độ tin cậy của test

Theo lý thuyết đo lường một test đảm bảo độ tin cậy dùng để đánh giá khi và chỉ khi $1 \geq R \geq 0.8$ với $P \leq 0.05$. Kết quả ở bảng 2 cho thấy 12 test nghiên cứu đưa ra đều đảm bảo độ tin cậy.

Như vậy, thông qua kết quả hệ thống hoá, lược bỏ trùng lặp, phỏng vấn và kiểm nghiệm độ

tin cậy của test, nghiên cứu đã lựa chọn được 12 test đủ tiêu chuẩn để đánh giá sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh

2.2. Đánh giá thực trạng sức mạnh tốc độ của nam vận động viên Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh

Để đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh, nghiên cứu tiến hành áp dụng 12 test đánh giá sức mạnh tốc độ đã được lựa chọn để kiểm tra thực trạng ban đầu và kết quả được trình bày ở bảng 3.

Thông qua kết quả ở bảng 3, công trình có những nhận xét ở từng test về sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh như sau:

**BẢNG 3: KẾT QUẢ KIỂM TRA SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN BOXING LỬA TUỔI 15-16 THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH (n=6)**

TT	YẾU TỐ	TEST	\bar{x}	σ	MIN	MAX	Cv%	ϵ
1	Sức mạnh tốc độ	Bật xa tại chỗ (cm).	227.00	3.52	223.00	232.00	1.55	0.02
2		Nằm sấp chống đẩy 30s (lần).	27.00	1.79	25.00	30.00	6.63	0.04
3		Nằm ngửa gập bụng 30s (lần).	25.00	1.79	22.00	27.00	7.16	0.05
4		Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần).	19.67	1.21	18.00	21.00	9.01	0.05
5	Sức mạnh tốc độ chuyên môn	Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	23.33	0.82	22.00	24.00	3.50	0.04
6		Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	22.17	0.98	21.00	23.00	4.44	0.05
7		Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần).	20.67	0.82	20.00	22.00	3.95	0.04
8		Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần).	20.00	0.89	19.00	21.00	4.47	0.05
9		Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần).	30.50	1.38	29.00	33.00	4.52	0.05
10		Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	29.67	1.37	28.00	32.00	4.61	0.05
11		Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần).	21.17	0.75	20.00	22.00	3.56	0.04
12		Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).	19.17	1.17	18.00	21.00	6.10	0.05

Sức mạnh tốc độ chung:

Bật xa tại chỗ (cm): Kết quả kiểm tra test Bật xa tại chỗ (cm) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 227.00 ± 3.52 (cm), giá trị min=223.0 (cm), giá trị max=232.0 (cm), hệ số biến thiên Cv% = 1.55% < 10%, $\epsilon = 0.02 < 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Bật xa tại chỗ (cm) của nam VĐV Boxing Thành phố Hồ Chí Minh lứa tuổi 15-16 là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Bật xa tại chỗ (cm) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh gần tương đương so với nam VĐV Boxing

lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 227.00 (cm) \approx 226.94 (cm).

Nằm sấp chống đẩy 30s (lần): Kết quả kiểm tra test Nằm sấp chống đẩy 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 27.00 ± 1.79 (lần), giá trị min=25 (lần), giá trị max=30 (lần), hệ số biến thiên Cv% = 6.63% < 10%, $\epsilon = 0.04 < 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Nằm sấp chống đẩy 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Nằm sấp chống đẩy 30s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích

của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh gần tương đương so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 27.00 (lần) \approx 27.21 (lần).

Nằm ngửa gập bụng 30s (lần): Kết quả kiểm tra test Nằm ngửa gập bụng 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 25.00 ± 1.79 (lần), giá trị min=22 (lần), giá trị max=27 (lần), hệ số biến thiên Cv% = 7.16% < 10%, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Nằm ngửa gập bụng 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Nằm ngửa gập bụng 30s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16

Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh gần tương đương so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 25.00 (lần) \approx 24.89 (lần).

Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần): Kết quả kiểm tra test Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 19.67 ± 1.21 (lần), giá trị min=18 (lần), giá trị max=21 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 9.01\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh gần tương đương so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 19.67 (lần) \approx 19.51 (lần).

Sức mạnh tốc độ chuyên môn:

Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 23.33 ± 0.82 (lần), giá trị min=22 (lần), giá trị max=24 (lần), hệ số biến thiên

$Cv\% = 3.50\% < 10\%$, $\epsilon = 0.04 < 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 23.33 (lần) $<$ 24.02 (lần).

Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 22.17 ± 0.98 (lần), giá trị min=21 (lần), giá trị max=23 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 4.44\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 22.17 (lần)

< 22.31 (lần).

Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 20.67 ± 0.82 (lần), giá trị min=20 (lần), giá trị max=22 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 3.95\% < 10\%$, $\epsilon = 0.04 < 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh cao hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 20.67 (lần) $>$ 20.53 (lần).

Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 20.00 ± 0.89 (lần), giá trị min=19 (lần), giá trị max=21 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 4.47\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chứng tỏ thực trạng test Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi



15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 20.00 (lần) < 21.04 (lần).

Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 30.50 ± 1.38 (lần), giá trị min=29 (lần), giá trị max=33 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 4.52\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chúng tôi thực trạng test Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 30.50 (lần) < 30.71 (lần).

Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 29.67 ± 1.37

(lần), giá trị min=28 (lần), giá trị max=32 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 4.61\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chúng tôi thực trạng test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 29.67 (lần) < 29.69 (lần).

Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 21.17 ± 0.75 (lần), giá trị min=20 (lần), giá trị max=22 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 3.56\% < 10\%$, $\epsilon = 0.04 < 0.05$. Chúng tôi thực trạng test Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi

15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 21.17 (lần) < 21.34 (lần).

Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần): Kết quả kiểm tra test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh có giá trị trung bình là 19.17 ± 1.17 (lần), giá trị min=18 (lần), giá trị max=21 (lần), hệ số biến thiên $Cv\% = 6.10\% < 10\%$, $\epsilon = 0.05 \leq 0.05$. Chúng tôi thực trạng test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần) của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu.

Khi so sánh test Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần) giữa nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh và nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, thì thành tích của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh thấp hơn so với nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, cụ thể là: 19.17 (lần) < 19.55 (lần).

Như vậy, qua phân tích thực trạng sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy tất cả các test thể hiện sự đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu. Tuy nhiên, khi so sánh với khách thể nghiên cứu

khác là nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An thì ở các test đánh giá sức mạnh tốc độ chung gần tương đương với nhau, còn ở các test đánh giá sức mạnh tốc độ chuyên môn thì đều có thành tích thấp hơn. Vì vậy, điều cấp thiết nhất hiện nay là cần phải xây dựng chương trình với những bài tập được xây dựng khoa học, logic để phát triển sức mạnh tốc độ chuyên môn cho nam VĐV Boxing Thành phố Hồ Chí Minh, góp phần phát triển thể lực toàn diện và cải thiện thành tích thi đấu cho VĐV.

3. KẾT LUẬN

Bằng phương pháp tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn và kiểm nghiệm độ tin cậy của test, nghiên cứu đã lựa chọn được 12 test đánh giá sức mạnh tốc độ của nam VĐV Boxing lứa

tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh gồm: Bật xa tại chỗ (cm); Nằm sấp chống đẩy 30s (lần); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Nằm sấp duỗi lưng 30s (lần); Đấm thẳng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm thẳng tay sau vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay trước vào túi đấm 10s (lần); Đấm vòng tay sau vào túi đấm 10s (lần); Đấm thẳng tay trước và tay sau vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay trước, tay sau và đấm vòng tay trước vào Ramly 20s (lần); Đấm thẳng tay sau và đấm vòng tay trước, tay sau vào Ramly 20s (lần).

Thực trạng sức mạnh tốc độ chuyên môn của nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy tất cả test là đồng đều và có tính đại diện cho tập hợp mẫu. Khi

so sánh năng lực sức mạnh tốc độ chuyên môn với khách thể nghiên cứu khác có sự tương đồng về độ tuổi và trình độ thì thành tích lại chưa được tốt. Nguyên nhân việc phát triển sức mạnh tốc độ chuyên môn chưa được các huấn luyện viên quan tâm đúng mức, các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ chuyên môn chưa mang tính hệ thống, các bài tập còn mang tính phát triển chung, chưa có những bài tập đặc trưng phát triển cao sức mạnh tốc độ chuyên môn trong môn Boxing. Do đó cần phải xây dựng chương trình tập luyện nhằm cải thiện sức mạnh tốc độ chuyên môn góp phần nâng cao thành tích tập luyện và thi đấu cho VĐV. ■

*(Ngày tòa soạn nhận bài: 22/11/2023;
ngày phân biện đánh giá: 10/12/2023;
ngày chấp nhận đăng: 20/12/2023)*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Bá Cường (2016), Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập huấn luyện sức mạnh cho VĐV đội tuyển Boxing Bình Định, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
2. Nguyễn Anh Dũng (2022), Nghiên cứu một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Bắc Ninh, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
3. Nguyễn Tiến Đạt (2018), Nghiên cứu hệ thống bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam vận động viên đội tuyển Boxing, quận 11, Thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm tập luyện, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lê Nguyên Long (2003), Huấn luyện Boxing, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.
5. Pat O'keeffe (2006), Quyền Anh Tự Do (người dịch: Nhân Văn), Nhà xuất bản Trẻ, Thành phố Hồ Chí Minh.
6. Vũ Kim Sơn (2016), Nghiên cứu hệ thống bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam VĐV đội tuyển Boxing Thành phố Hồ Chí Minh sau một năm tập luyện, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường Đại học Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
7. Bùi Trọng Toại, Đặng Hà Việt (2015), Giáo trình huấn luyện sức mạnh, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
8. Đinh Thị Phương Thanh (2018), Nghiên cứu xây dựng hệ thống bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nữ VĐV Boxing trẻ Quân đội lứa tuổi 15-16, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường Đại học Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
9. Bùi Duy Tuấn (2017), Nghiên cứu một số bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam VĐV Boxing lứa tuổi 15-16 tỉnh Nghệ An, Luận văn thạc sĩ giáo dục học, trường Đại học Trường Đại học Vinh.