



XÁC ĐỊNH CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC MÔN CẦU LÔNG CỦA NAM HỌC SINH KHỐI 8 TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ HOÀNG HOA THÁM QUẬN TÂN BÌNH, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

DETERMINING TESTS TO ASSESS BADMINTON PHYSICAL FITNESS OF MALE STUDENTS OF GRADE 8 OF HOANG HOA THAM SECONDARY SCHOOL TAN BINH DISTRICT, HO CHI MINH CITY

TÓM TẮT: Qua kết quả nghiên cứu đã xác định được 8 test đánh giá thể lực môn Cầu lông cho nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh gồm 3 test thể lực chung và 5 test thể lực chuyên môn đảm bảo độ tin cậy.

TỪ KHÓA: Kiểm tra, đánh giá, thể lực, cầu lông nam, học sinh khối 8, trung học cơ sở.

ABSTRACT: Through the research results, 8 tests have been identified to evaluate the physical fitness of Badminton for male students of grade 8 at Hoang Hoa Tham secondary School - Tan Binh District, Ho Chi Minh City, including 3 general physical fitness tests and 5 Professional physical test, ensure reliability.

KEYWORDS: Test, evaluate, physical fitness, male badminton, 8th grade students, Secondary School.

HUỖNH HỒNG NGỌC
HUỖNH TRUNG HIỂU
*Trường Đại Học Sư Phạm Thể Dục
Thể Thao Thành phố Hồ Chí Minh*

HUYNH HONG NGOC
HUYNH TRUNG HIEU
*Ho Chi Minh City University of
Physical Educations and Sport*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tổ chức thể lực trong các môn thể thao nói chung và môn cầu lông nói riêng có ý nghĩa quyết định, là tiền đề phát huy tối đa khả năng làm việc của các cơ quan chức phận của cơ thể phù hợp với đặc điểm của từng môn thể thao, tạo điều kiện thuận lợi cho tập luyện và thi đấu, đảm bảo hiệu quả sử dụng kỹ thuật và chiến thuật trong suốt thời

gian thi đấu. Tại trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh hiện tại chưa có công trình nghiên cứu nào nghiên cứu về đánh giá thể lực môn cầu lông của học sinh khối 8, đó là lý do chọn nghiên cứu: “Xác định các test đánh giá thể lực môn cầu lông của nam học sinh khối 8 trường trung học cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh”

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: Tổng hợp và phân tích tài liệu, phỏng vấn bằng phiếu, kiểm tra tư phạm, thực nghiệm tư phạm và toán học thống kê.

Khách thể nghiên cứu:

Khách thể phỏng vấn: 20 chuyên gia huấn luyện viên, nhà quản lý, giáo viên, trọng tài môn Cầu lông.

Khách thể thực nghiệm: 100 nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Tổng hợp các test đánh giá thể lực của các học sinh và vận động viên Cầu lông của các tác giả.

Qua tham khảo các tài liệu có các test đánh giá thể lực của các học sinh và vận động viên Cầu lông của các tác giả, nghiên cứu đã tổng hợp được 25 test đánh

BẢNG 1: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC MÔN CẦU LÔNG CỦA NAM HỌC SINH KHỐI 8 TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ HOÀNG HOA THẨM QUẬN TÂN BÌNH, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TT	TEST	KẾT QUẢ PHÒNG VẤN								χ^2	P
		Lần 1(n=20)				Lần 2(n=20)					
		Đồng ý		Không đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý			
		n	%	n	%	n	%	n	%		
Thể lực chung											
1	Chạy 20m xpc (giây)	13	65	7	35	14	70	6	30	0.11	>0.05
2	Chạy 30m xpc (giây)	18	90	2	10	19	95	1	5	0.36	>0.05
3	Chạy 60m xpc (giây)	13	65	7	35	14	70	6	30	0.11	>0.05
4	Nằm sấp chống đẩy 10 giây (lần)	11	55	9	45	14	70	6	30	0.96	>0.05
5	Nằm sấp chống đẩy 30 giây (lần)	14	70	6	30	12	60	8	40	0.44	>0.05
6	Co tay xà đơn (lần)	11	55	9	45	14	70	6	30	0.96	>0.05
7	Lực bóp tay thuận (kg)	19	95	1	5	18	90	2	10	0.36	>0.05
8	Bật xa tại chỗ (cm)	12	60	8	40	12	60	8	40	0.00	>0.05
9	Bật cao tại chỗ (cm)	11	55	9	45	11	55	9	45	0.00	>0.05
10	Lực đùi (kg)	10	50	10	50	10	50	10	50	0.00	>0.05
11	Chạy 1500m (s)	12	60	8	40	13	65	7	35	0.11	>0.05
12	Chạy tùy sức 5 phút (m)	14	70	6	30	15	75	5	25	0.13	>0.05
13	Chạy 12 phút (m)	11	55	9	45	10	50	10	50	0.10	>0.05
14	Đeo gập thân (cm)	17	85	3	15	19	95	1	5	1.11	>0.05
15	Đeo vai (cm)	13	65	7	35	15	75	5	25	0.48	>0.05
16	Chạy con thoi 4X10m (s)	14	70	6	30	13	65	7	35	0.11	>0.05
17	Nhảy lực giác (s)	12	60	8	40	10	50	10	50	0.40	>0.05
Thể lực chuyên môn											
18	Vợt vợt thuận tay 1 phút (lần)	20	100	0	0	20	100	0	0	0.00	>0.05
19	Vợt vợt trái tay 1 phút (lần)	20	100	0	0	19	95	1	5	1.03	>0.05
20	Nhảy dây đơn 1 phút (lần)	17	85	3	15	19	95	1	5	1.11	>0.05
21	Nhảy dây đơn 30 giây (lần)	16	80	4	20	15	75	5	25	0.14	>0.05
22	Di chuyển nhật cầu 6 góc sân đơn (s)	18	90	2	10	19	95	1	5	0.36	>0.05
23	Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần)	19	95	1	5	20	100	0	0	1.03	>0.05
24	Di chuyển lên nhật cầu 4 lần lùi ném 4 lần (s)	17	85	3	15	15	75	5	25	0.63	>0.05
25	Ném quả cầu đi xa (m)	16	80	4	20	13	65	7	35	1.13	>0.05

giá thể lực của học sinh và vận động viên cầu lông là:

a) Thể lực chung

- (1) Chạy 20m (giây)
- (2) Chạy 30m (giây)
- (3) Chạy 60m (giây)
- (4) Nằm sấp chống đẩy 10 giây (lần)
- (5) Nằm sấp chống đẩy 30 giây (lần)
- (6) Co tay xà đơn (lần)
- (7) Lực bóp tay thuận (kg)
- (8) Bật xa tại chỗ (cm)
- (9) Bật cao tại chỗ (cm)
- (10) Lực đùi (kg)
- (11) Chạy 1500m (s)

- (12) Chạy tùy sức 5 phút (m)
- (13) Chạy 12 phút (m)
- (14) Đeo gập thân (cm)
- (15) Đeo vai (cm)
- (16) Chạy con thoi 4X10m (s)
- (17) Nhảy lực giác (s)

b) Test thể lực chuyên môn

- (18) Vợt vợt thuận tay 1 phút (lần)
- (19) Vợt vợt trái tay 1 phút (lần)
- (20) Nhảy dây đơn 1 phút (lần)
- (21) Nhảy dây đơn 30 giây (lần)
- (22) Di chuyển nhật cầu 6 góc sân đơn (s)
- (23) Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần)

- (24) Di chuyển lên nhật cầu 4 lần lùi ném 4 lần (s)
- (25) Ném quả cầu đi xa (m)

2.2. Phòng vấn và lựa chọn các test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

Để việc lựa chọn các test đánh giá được chính xác, khách quan hơn nghiên cứu tiến hành phỏng vấn 2 lần bằng phiếu phỏng vấn, 02 lần mỗi lần cách nhau 02 tuần.



BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA ĐỘ TIN CẬY CỦA CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN MÔN CẦU LÔNG CỦA NAM HỌC SINH KHỐI 8 TRƯỜNG THCS HOÀNG HOA THÁM - QUẬN TÂN BÌNH, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH THÔNG QUA TEST LẬP LẠI (RETEST)

STT	TEST	BAN ĐẦU (n=100)		RETEST (n=100)		r	P
		$\bar{x}$	σ_x	$\bar{x}$	σ_x		
1	Di chuyển nhật cầu 6 góc sân đơn (s)	13.64	0.35	13.61	0.33	0.90	< 0.05
2	Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần)	27.42	2.3	27.64	2.0	0.93	< 0.05
3	Nhảy dây 1 phút (lần)	115.76	4.97	116.66	4.71	0.81	< 0.05
4	Vợt vợt thuận tay 1 phút (lần)	50.37	2.41	51.29	2.34	0.88	< 0.05
5	Vợt vợt trái tay 1 phút (lần)	44.91	2.31	45.47	2.1	0.85	< 0.05

Lần 1, lần 2: Gửi 20 phiếu đến 20 chuyên gia, giảng viên, giáo viên, trọng tài, nhà quản lý và huấn luyện viên để xin ý kiến lựa chọn test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh và mỗi lần đều nhận lại được 20 phiếu hợp lệ.

Tuy nhiên, để đảm bảo tính khách quan, tránh sai sót khi lựa chọn test, ở mỗi phiếu phỏng vấn vẫn để 1 khoảng bỏ trống cho các HLV, chuyên gia, giảng viên, giáo viên, trọng tài, các nhà quản lý có thể bổ sung thêm mà theo họ là cần thiết. Kết quả chúng tôi cũng thu được vài ý kiến bổ sung về các test nhưng vì thực tế số ý kiến bổ sung quá ít, nên cũng không bổ sung được test nào vào hệ thống test được chọn.

Các test được lựa chọn cần phải đảm bảo các yêu cầu sau:

- Các test được lựa chọn phải đánh giá được đầy đủ và toàn diện về thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

- Các test được lựa chọn phải có ít nhất từ 80% ($\geq 80\%$) số ý kiến mức đồng ý ở cả 2 lần

phỏng vấn.

- Kết quả hai lần phỏng vấn phải đảm bảo độ tính đồng nhất.

Qua bảng 1 cho thấy ở tất cả các kết quả quan sát qua hai lần phỏng vấn của các test đều có χ^2 tính từ 0.0 đến $1.11 < \chi^2$ bảng ($= 3.84$), nên sự khác biệt giữa hai giá trị quan sát của mẫu không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$ (5%). Vậy kết quả phỏng vấn các chuyên gia, huấn luyện viên và giảng viên giữa 2 lần phỏng vấn có sự đồng nhất cao về ý kiến trả lời.

Qua các bước nghiên cứu trên đã xác định được 8 test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh gồm 3 test thể lực chung và 5 test thể lực chuyên môn các test sau:

a) 3 test thể lực chung

- (1) Chạy 30m xuất phát cao (s)
- (2) Lực bóp tay thuận (kg)
- (3) Dẻo gập thân (cm)

b) 5 test thể lực chuyên môn

- (4) Di chuyển nhật cầu 6 góc sân đơn (s)
- (5) Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần)
- (6) Nhảy dây 1 phút (lần)

(7) Vợt vợt thuận tay 1 phút (lần)

(8) Vợt vợt trái tay 1 phút (lần)

2.3. Kiểm tra độ tin cậy các test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

Để xác định độ tin cậy của các test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh. Nghiên cứu tiến hành kiểm tra khách thể nghiên cứu, kiểm tra 2 lần trong vòng 07 ngày, các điều kiện kiểm tra giữa 2 lần là như nhau.

Nếu hệ số tương quan $r \geq 0.8$, $P < 0.05$ thì test có độ tin cậy.

Nếu hệ số tương quan $r < 0.8$, $P > 0.05$ thì test không có độ tin cậy. Kết quả kiểm tra độ tin cậy của các test được giới thiệu ở bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra các test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh có $r_{\text{tính}}$ từ 0.81 đến 0.93 (với $P < 0.05$). Như vậy các test đánh giá thể

lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh có độ tin cậy ở mức trung bình và cao. Điều này cho thấy các test trên điều có đủ độ tin cậy và có tính khả thi để đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh.

Các test chạy 30m xuất phát cao (s), lực bóp tay thuận (kg) và dẻo gập thân (cm) là những test có độ tin cậy và hàm lượng khoa học cao được nhiều nhà khoa học đưa vào quá trình kiểm tra đánh giá thể lực chung. Đồng thời đây cũng là các test nằm trong Quyết định 53 của

Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đánh giá xếp loại thể lực học sinh, sinh viên và nằm trong “Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi (thời điểm 2001)”. Vì vậy 03 test trên đảm bảo độ tin cậy.

Như vậy qua các bước nghiên cứu đã chọn ra được 8 test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh gồm 3 test thể lực chung và 5 test thể lực chuyên môn các test sau:

a) 3 test thể lực chung

- (1) Chạy 30m xuất phát cao (s)
- (2) Lực bóp tay thuận (kg)
- (3) Dẻo gập thân (cm)

b) 5 test thể lực chuyên môn

- (4) Di chuyển nhật cầu 6 góc

sân đơn (s)

(5) Di chuyển ngang sân đơn 1 phút (lần)

(6) Nhảy dây 1 phút (lần)

(7) Vợt vợt thuận tay 1 phút (lần)

(8) Vợt vợt trái tay 1 phút (lần)

3. KẾT LUẬN

Qua các bước nghiên cứu đã xác định được 8 test đánh giá thể lực môn Cầu lông của nam học sinh khối 8 Trường Trung học Cơ sở Hoàng Hoa Thám - quận Tân Bình, Thành phố Hồ Chí Minh gồm 3 test thể lực chung và 5 test thể lực chuyên môn. ■

Ngày tòa soạn nhận bài: 05/03/2025,
ngày phân biện đánh giá: 20/03/2025,
ngày chấp nhận đăng: 12/04/2025.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Hồng Dũng (2015), “Nghiên cứu ảnh hưởng của chương trình tự chọn môn cầu lông đến sự phát triển thể lực cho học sinh lớp 10 trường THPT Trần Hưng Đạo quận Gò Vấp” Thành phố Hồ Chí Minh” Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học Trường Đại học Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
2. Nguyễn Thanh Lộc (2015), “Nghiên cứu xây dựng nội dung và tiêu chuẩn tuyển chọn đội tuyển cầu lông nam lứa tuổi 15 – 16 trường THPT Phạm Thái Bường – Thành phố Trà Vinh – tỉnh Trà Vinh”, Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
3. Huỳnh Lê Trung Hậu (2018), “Đánh giá sự phát triển thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản môn Cầu lông cho đội tuyển học sinh nam trường Trung học Phổ thông chuyên Lê Hồng Phong Thành phố Hồ Chí Minh” Luận văn Thạc sĩ giáo dục học Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lê Minh Hòa – Nguyễn Tuấn Mạnh (2011), “Nghiên cứu sự phát triển thể lực của vận động viên cầu lông nam lứa tuổi 13 - 14 đội năng khiếu quận 10, thành phố Hồ Chí Minh sau 1 năm tập luyện” Khóa luận tốt nghiệp, Trường Đại học Sư Phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh
5. Châu Vĩnh Huy và cộng sự (2021), “Giáo trình chuyên sâu cầu lông” NXB Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
6. Đàm Tuấn Khôi (2012), Xây dựng hệ thống tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của vận động viên cầu lông cấp cao”, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
7. Cao Kiều Phương (2015), Nghiên cứu xây dựng chương trình giảng dạy môn cầu lông giờ học ngoại khóa cho học sinh trường THPT Nguyễn Huệ - Quận 9 Thành Phố Hồ Chí Minh, Luận văn Thạc sĩ Khoa học giáo dục Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
8. Lê Hồng Sơn (2006), Nghiên cứu ứng dụng hệ thống các bài tập nhằm phát triển thể lực chuyên môn cho nam vận động viên cầu lông lứa tuổi 16-18, Luận án Tiến sĩ Khoa học giáo dục, Viện Khoa học Thể dục Thể thao
9. Nguyễn Xuân Thanh (2007), Nghiên cứu đánh giá trình độ tập luyện của vận động viên cầu lông trẻ 10 – 12 tuổi giai đoạn chuyên môn hóa ban đầu tỉnh Đồng Nai, Luận văn thạc sĩ giáo dục học.
10. Đỗ Vinh, Trịnh Hữu Lộc (2010), Giáo trình Đo lường thể thao, NXB TDTT.
11. Đỗ Vinh – Huỳnh Trọng Khải (2010), Thống kê học trong TDTT, NXB TDTT.