THỰC TRẠNG SỨC MẠNH TRONG ĐÁNH GIẰNG CO (JUDO) CỦA NAM HỌC VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHÒNG CHÁY CHỮA CHÁY

Trịnh Văn Giáp
Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Tóm tắt: *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, chúng tôi đã lựa chọn được 05 test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy, đồng thời xây dựng được 01 bảng điểm, 01 bảng tiêu chuẩn phân loại và 01 bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy. Các bảng điểm, bảng tiêu chuẩn phân loại và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy là cơ sở để đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy trong quá trình giảng dạy, huấn luyện.*

Từ khóa: *Thực trạng, sức mạnh tốc độ, nam học viên, đánh giằng co (Judo), trường Đại học Phòng cháy chữa cháy…*

CURRENT STATUS OF JUDO STRENGTH IN TIE-UP ENGAGEMENT FOR MALE STUDENTS AT THE FIRE FIGHTING UNIVERSITY

Abstract: *Using the following methods: literature review; interviews, seminars; pedagogical and statistical mathematics tests, we selected 05 tests to assess strength in judo engagement among male students at the Fire Fighting University, and simultaneously developed 01 scoring table, 01 classification standard table, and 01 overall scoring table to assess strength in judo engagement among male students at the Fire Fighting University. The score sheets, classification standards, and overall score sheets assessing the strength in judo (sparring) of male trainees at the Firefighting University serve as the basis for evaluating the strength in judo (sparring) of male trainees at the Firefighting University throughout the training stages.*

Keywords*: Current situation, strength and speed, male trainees, judo (sparring), Firefighting University…*

Nhận bài: 20/05/2026 Phản biện: 20/06/2026 Duyệt đăng: 24/06/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Võ thuật Công an nhân dân là môn phái võ tổng hợp, được lực lượng Công an nhân dân (CAND) nghiên cứu và xây dựng trên cơ sở kế thừa có chọn lọc tinh hoa của nhiều môn phái võ khác nhau, kết hợp với tổng kết thực tiễn công tác chiến đấu của lực lượng Công an nhân dân Việt Nam. Tập luyện võ thuật CAND giúp rèn luyện sức khỏe, phát triển toàn diện các tố chất thể lực, rèn luyện tinh thần, ý chí, bản lĩnh chiến đấu và tinh thần đoàn kết cho mỗi cán bộ chiến sĩ CAND góp phần quan trọng trong công tác đấu tranh phòng chống tội phạm, giữ vững an ninh quốc gia, đảm bảo trật tự an toàn xã hội.

Giằng co là tình huống tiếp xúc trực tiếp, có sự túm kéo, giằng giật, kéo đẩy nhằm mục đích kiểm soát tay, thân người hoặc vũ khí để chiếm lợi thế và khống chế đối phương. Chính vì vậy, tình huống đánh giằng co được lực lượng Công an nhân dân nghiên cứu, tổng hợp trên cơ sở ứng dụng các nguyên lý, kỹ thuật của các môn võ Judo, sampo... và đưa vào giảng dạy, huấn luyện trong toàn lực lượng nhằm trang bị cho cán bộ chiến sĩ những kỹ năng cơ bản để nhanh chóng thoát khỏi sự giằng co và quật ngã, khống chế, bắt giữ đối phương.

Thực tế công tác chiến đấu cho thấy, đánh giằng co (Judo) có vị trí, vai trò rất quan trọng trong thực tế chiến đấu của lực lượng Công an nhân dân Việt Nam. Các kỹ thuật này nếu được tập luyện nhuần nhuyễn sẽ là một vũ khí sắc bén trong chiến đấu, để nhanh chóng kiểm soát và quật ngã, tạo sức uy hiếp mạnh mẽ, làm tê liệt ý chí kháng cự và sức chiến đấu của đối phương. Tuy nhiên, hiện nay kỹ thuật đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học PCCC vẫn còn nhiều hạn chế, hiệu quả của các kỹ thuật còn chưa cao mà nguyên nhân chính là sức mạnh trong thực hiên các kỹ thuật đánh giằng co còn chưa tốt.

Xuất phát từ thực tế trên, chúng tôi mạnh dạn nghiên cứu: Thực trạng sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) 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. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Thông qua tìm hiểu các tài liệu có liên quan, qua quan sát các buổi tập và tham khảo tài liệu và tiến hành phỏng vấn 25 HLV, các chuyên gia,

các cán bộ quản lý, các giảng viên đang làm công tác giảng dạy huấn luyện Võ thuật CAND tại các trường Công an nhân dân, chúng tôi đã lựa chọn được 05 test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy. Kết quả được trình bày ở bảng 1:

Bảng 1. Lựa chọn test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy (n=25)

STT	Nội dung Test	Kết quả			Tổng điểm (75 điểm)	Tỷ lệ %
		Ưu tiên 1	Ưu tiên 2	Ưu tiên 3		
1.	Nằm sấp chống đẩy tối đa (số lần)	15	5	5	60	80,0%
2.	Co tay xà đơn 30s (số lần)	10	5	10	45	60,0%
3.	Bật bục cao 50cm trong 1 phút (số lần)	9	8	8	51	68,0%
4.	Gánh tạ 20kg đứng lên ngồi xuống 15s (số lần)	17	5	3	64	85,3%
5.	Quấn quật hình nộm liên tục 30s (số lần)	16	5	4	62	82,6%
6.	Vít gáy đệm mông quật ngã liên tục 30s (số lần)	10	5	10	45	60,0%
7.	Bốc đôi hất hình nộm qua vai liên tục 1 phút (số lần)	9	8	8	51	68,0%
8.	Hót chân quật ngã liên tục 30s (số lần)	16	8	1	65	86,6%
9.	Ôm hông quật ngã liên tục 45s (số lần)	19	5	1	68	90,6%

Qua bảng 1 cho thấy: Có 05 test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy được các chuyên gia, giảng viên có ý kiến tán thành đạt 80% trở lên. Chúng tôi lựa chọn 5 test được in đậm và tiếp tục tiến hành xác định tính thông báo và độ tin cậy của 5 test. Kết quả được trình bày tại bảng 2, bảng 3:

Bảng 2. Xác định độ tin cậy của các Test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học PCCC (n=20)

TT	Nội dung các Test	Kết quả (n=20)		
		Lần 1($\bar{x} \pm \sigma$)	Lần 2($\bar{x} \pm \sigma$)	r
1	Nằm sấp chống đẩy tối đa (số lần)	38,2 ± 2,08	37,12 ± 1,86	0,84
2	Gánh tạ 20kg đứng lên ngồi xuống 15s (số lần)	24,40 ± 1,30	25,67 ± 1,36	0,87
3	Quấn quật hình nộm liên tục 30s (số lần)	12,10 ± 1,33	11,45 ± 1,52	0,85
4	Hót chân quật ngã liên tục 30s (số lần)	14,66 ± 1,23	15,81 ± 1,41	0,82
5	Ôm hông quật ngã liên tục 45s (số lần)	19,40 ± 1,70	20,60 ± 1,96	0.85

Bảng 3. Xác định tính thông báo của các Test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học PCCC (n=20)

TT	Nội dung các Test	Kết quả(n = 20)	
		r	p
1	Nằm sấp chống đẩy tối đa (số lần)	0.74	< 0.05
2	Gánh tạ 20kg đứng lên ngồi xuống 15s (số lần)	0.82	< 0.05

3	Quấn quật hình nộm liên tục 30s (số lần)	0.76	< 0.05
4	Hót chân quật ngã liên tục 30s (số lần)	0.69	< 0.05
5	Ôm hông quật ngã liên tục 45s (số lần)	0.75	< 0.05

Qua bảng 2, bảng 3 ta thấy cả 5 test đều đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo để tiếp tục sử dụng trong các bước tiếp theo, bao gồm:

+ Nằm sấp chống đẩy tối đa (số lần)
+ Gánh tạ 20kg đứng lên ngồi xuống 15s (số lần)
+ Quấn quật hình nộm liên tục 30s (số lần)
+ Hót chân quật ngã liên tục 30s (số lần)
+ Ôm hông quật ngã liên tục 45s (số lần)

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Để phân loại sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy đề tài sử dụng phương pháp 2δ cho phép người tiến hành nghiên cứu đánh giá được kết quả kiểm tra. Theo đó việc đánh giá phân loại được tiến hành như sau:

Xếp loại Giỏi	$\geq \bar{x} + 2\delta$
Xếp loại Khá	$\bar{x} + 1\delta$ _ $\bar{x} + 2\delta$
Xếp loại Trung bình	$\bar{x} - 1\delta$ _ $\bar{x} + 1\delta$
Xếp loại Yếu	$\bar{x} - 2\delta$ _ $\bar{x} - 1\delta$
Xếp loại Kém	$\leq \bar{x} - 2\delta$

Để xác định phân loại trình độ sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy ở từng test, cần tuân thủ theo quy trình gồm 2 bước sau đây:

Bước 1: Xác định chỉ tiêu (test) cần đánh giá.

Bước 2: So sánh kết quả lập test với bảng phân loại để tiến hành phân loại trình độ sức mạnh trong đánh giằng co (Judo).

2.3. Xây dựng bảng điểm đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Để xây dựng bảng điểm đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy (Tổng số nam được kiểm tra là 20 học viên, chúng tôi 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.

Điểm đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy rất thuận tiện cho việc sử dụng để đánh giá điểm từng test. Để sử dụng bảng điểm này, giảng viên sau khi tiến hành lập test trong thực tiễn, muốn xác định điểm đạt được của sinh viên chỉ cần làm theo 2 bước:

Bước 1: Xác định Test đánh giá cần tra cứu

Bước 2: Căn cứ bảng điểm đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa, tiến hành xác định điểm đạt được của từng test theo nguyên tắc tiệm cận (nghĩa là kết quả đạt được gần với mức nào nhất thì điểm đạt được ở mức đó).

2.4. Xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Qua kết quả tìm được tại bảng 2 và bảng 3 chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy theo 5 mức: Tốt, khá, trung bình, yếu và kém. Đánh giá tổng hợp trình độ sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy. Đây cũng là căn cứ quan trọng giúp các HLV, giáo viên trong công tác đánh giá trình độ tập luyện sinh viên được sát thực hơn, từ đó, có những điều chỉnh về nội dung và lượng vận động huấn luyện cho phù hợp.

2.5. Thực trạng sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Sau khi có kết quả kiểm tra, đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp (bảng 4) đề tài xác định được thực trạng sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) của nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy.

Tỷ lệ xếp loại sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy ở mức khá và tốt là không cao: Loại tốt chiếm 5.00 %; loại khá chiếm 35.00%; loại trung bình chiếm 35.00%; loại yếu chiếm 15.00 %; loại kém chiếm 10.00%.

III. KẾT LUẬN

- Thông qua nghiên cứu đã lựa chọn được 05 test đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy.

- Thông qua nghiên cứu đã xây dựng được bảng phân loại, bảng điểm và bảng điểm tổng hợp đánh giá sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

- Thực trạng sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy cho thấy: Tỷ lệ xếp loại sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy ở mức khá và tốt là không cao: Loại tốt chiếm 5.00 %; loại khá chiếm 35.00%; loại trung bình chiếm 35.00%; loại yếu chiếm 15.00 %; loại kém chiếm 10.00%.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả chuyên đề khoa học tại trường Đại học Phòng cháy chữa cháy. Tên chuyên đề: "Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh trong đánh giằng co (Judo) cho nam học viên trường Đại học Phòng cháy chữa cháy", tại trường Đại học Phòng cháy chữa cháy, tác giả ThS. Nguyễn Duy Hùng; ThS. Trịnh Văn Giáp, Năm 2026.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Aulic. I.V, (1982), Đánh giá trình độ tập luyện thể thao, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội.

Lê Văn Bắc, Trịnh Văn Giáp (2018). Giáo trình võ thuật Công an nhân dân, NXB Giao thông vận tải.

Điền Mạnh Cửu, (2002), Lí luận nhóm và môn thể thao, NXB Thể dục Thể thao Bắc Kinh.

Tô Trung Kiên, Nguyễn Tất Dũng (đồng chủ biên) và các cộng sự (2023) Các bài tập bổ trợ kỹ thuật cơ bản trong Judo, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội.

Ngô Ích Quân, Lê Duy Hải, (2015), Giáo trình Judo, NXB Thể dục Thể thao, Hà Nội.

Nguyễn Đức Văn, (2002), Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao, NXB Thể dục Thể thao Hà Nội.