

Số: /KH - TTHL&TĐTDTT

Kon Tum, ngày tháng năm

KẾ HOẠCH
Tuyển chọn vận động viên năng khiếu các môn
Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền tỉnh Kon Tum năm 2023

Thực hiện Quyết định số 540/QĐ-UBND, ngày 20 tháng 9 năm 2023 Quyết định của Ủy ban Nhân dân tỉnh về sửa đổi, bổ sung một số điều tại Quyết định số 1523/QĐ-UBND ngày 31/12/2019 của Ủy ban Nhân dân tỉnh phê duyệt Đề án phát triển thể thao thành tích cao tỉnh Kon Tum giai đoạn 2020 - 2025;

Thực hiện Kế hoạch số 113/KH-SVHTTDL, ngày 21 tháng 9 năm 2023, về triển khai thực hiện Quyết định số 540/QĐ-UBND, ngày 20 tháng 9 năm 2023 Quyết định của Ủy ban Nhân dân tỉnh về sửa đổi, bổ sung một số điều tại Quyết định số 1523/QĐ-UBND ngày 31/12/2019 của Ủy ban Nhân dân tỉnh phê duyệt Đề án phát triển thể thao thành tích cao tỉnh Kon Tum giai đoạn 2020 - 2025;

Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh xây dựng kế hoạch tuyển chọn vận động viên năng khiếu các môn: Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền năm 2023 như sau:

I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU

1. Mục đích

- Nhằm phát triển sâu rộng phong trào tập luyện Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền, trong mọi tầng lớp nhân dân trên địa bàn tỉnh Kon Tum.
- Tuyển chọn các vận động viên tài năng thể thao, tập trung huấn luyện tại tỉnh, chuẩn bị lực lượng cho việc tham gia thi đấu các giải khu vực và toàn quốc năm 2024, đạt thứ hạng cao.
- Phát hiện và bồi dưỡng những tài năng để bổ sung cho các đội tuyển của tỉnh.

2. Yêu cầu

- Đẩy mạnh khâu tuyên truyền nhằm thu hút nhiều đối tượng tham gia tuyển chọn, để công tác tuyển chọn đạt hiệu quả và chất lượng.
- Nghiêm túc trong việc phân công và có sự phối hợp, đánh giá, kiểm tra chặt chẽ nhằm đảm bảo đúng đối tượng cần tuyển chọn.

- Xác định và đánh giá đúng thực trạng năng lực của VĐV đảm bảo tính khoa học, công bằng và đáp ứng yêu cầu về chuyên môn trong quá trình tuyển chọn.

II. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM TUYỂN CHỌN

1. Thời gian: Từ ngày 22/9 đến ngày 30/9/2023; (sáng 8h00, chiều 15h00).

2. Địa điểm: Tại TP Kon Tum, huyện Đăk Hà, huyện Đăk Tô, huyện Ngọc Hồi, huyện ĐăkGlei, huyện Sa Thầy, huyện Kon Rẫy, huyện KonPlong.

III. ĐỐI TƯỢNG TUYỂN CHỌN

Là công dân Việt Nam có tuổi đời từ 08 tuổi đến 14 tuổi (sinh năm 2015 đến năm 2009), có năng khiếu thể thao, sức khỏe và đam mê rèn luyện muốn cống hiến cho thể thao tỉnh Kon Tum được tham gia dự tuyển.

+ Môn Bóng đá: Từ 08 tuổi đến 10 tuổi. (sinh năm 2013 đến năm 2015)

+ Môn Điền kinh: Từ 11 tuổi đến 14 tuổi. (sinh năm 2012 đến năm 2009)

+ Môn Võ Cổ truyền: Từ 08 tuổi đến 14 tuổi. (sinh năm 2015 đến năm 2009)

IV. NỘI DUNG TUYỂN CHỌN (có test tuyển chọn của từng môn kèm theo).

* **Lưu ý:** Các vận động viên tham gia tuyển chọn, phải mặc trang phục thể thao và mang giày bata.

V. THÀNH PHẦN THAM GIA KIỂM TRA, TUYỂN CHỌN

- Lãnh đạo Trung tâm HL&TĐTDTT tỉnh.
- Lãnh đạo phòng Đào tạo Huấn luyện.
- Các huấn luyện viên Bóng đá, Điền kinh, võ Cổ truyền và các HLV Phòng Đào tạo Huấn luyện, phòng Tổ chức Thi đấu .
- Y học thể dục thể thao.

VI. KINH PHÍ THỰC HIỆN: Sử dụng nguồn kinh phí được cấp cho Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh năm 2023.

VII. PHÂN CÔNG THỰC HIỆN

1. Phòng Đào tạo và Huấn luyện

- Tham mưu xây dựng kế hoạch tuyển chọn vận động viên năng khiếu: Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền tỉnh Kon Tum năm 2023.

- Tuyển chọn vận động viên có trình độ chuyên môn tốt, có thể hình để tiến hành đào tạo huấn luyện.

- Chuẩn bị sân bãi, dụng cụ chuyên môn cần thiết để tiến hành tuyển chọn.

- Nghiêm túc trong việc phân công và có sự phối hợp, đánh giá, kiểm tra chặt chẽ nhằm đảm bảo đúng năng lực cần tuyển chọn.

- Báo cáo Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch về kết quả tuyển chọn vận động viên năng khiếu: Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền năm 2023

2. Phòng Hành chính - Tổng hợp

- Phối hợp với Phòng Đào tạo huấn luyện chuẩn bị cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ để tiến hành tuyển chọn.

- Chuẩn bị và đảm bảo kinh phí cho công tác tuyển chọn.

Trên đây là Kế hoạch tuyển chọn vận động viên năng khiếu môn: Bóng đá, Điền kinh, Võ Cổ truyền năm 2023 của Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT tỉnh Kon Tum./.

Nơi nhận:

- Sở VH,TT,DL (b/c);
- Đ/c Giám đốc Trung tâm (b/c);
- Trung tâm VH,TT,DL&TT các huyện, tp (p/h);
- Lưu: VT, HCTH, ĐTHL.

**KT.GIÁM ĐỐC
PHÓ GIÁM ĐỐC**

Nguyễn Duy Tuấn

NỘI DUNG
TUYỂN CHỌN VĐV NĂNG KHIẾU BÓNG ĐÁ,
ĐIỀN KINH, VÕ CÔ TRUYỀN NĂM 2023

I. MÔN ĐIỀN KINH

1. Chạy cự ly trung bình, dài

- **Lựa tuổi:** 11 - 12 tuổi và 13 - 14 tuổi ; *Sinh năm (2012 - 2009)*

TT	Nội dung tuyển chọn	Nam	Nữ	Nam	Nữ
		11-12 tuổi	11-12 tuổi	13-14 tuổi	13-14 tuổi
1	Chiều cao (m)	1.38 trở lên	1.37 trở lên	1.48 trở lên	1.47 trở lên
2	Tần số mạch L/P trước vận động	66 - 76	65 - 75	62 - 71	61 - 70
3	Tần số mạch L/P sau vận động	140 - 160	140 - 160	150 - 170	150 - 170
4	Bật xa tại chỗ (cm)	160 - 200	150 - 190	180 - 230	170 - 210
5	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	4.90 - 5.30	5.20 - 5.60	4.60 - 5.00	5.00 - 5.40
6	Chạy 60m xuất phát cao (giây)	9.40 - 10.1	9.90 - 10.6	8.80 - 9.40	9.00 - 10.4
7	Chạy 600m xuất phát cao (phút)		2.20 - 2.40		1.50 - 2.10
8	Chạy 800m xuất phát cao (phút)	2.50 - 3.10		2.30 - 2.50	

2. Chạy ngắn

- **Lựa tuổi:** 11 - 12 tuổi và 13 - 14 tuổi ; *Sinh năm (2012 - 2009)*

TT	Nội dung tuyển chọn	Nam	Nữ	Nam	Nữ
		11-12 tuổi	11-12 tuổi	13-14 tuổi	13-14 tuổi
1	Chiều cao (m)	1.42 trở lên	1.41 trở lên	1.60 trở lên	1.59 trở lên
2	Cổ chân	16.5 trở xuống	16.8 trở xuống	17.6 trở xuống	17.7 trở xuống
3	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	4.70 - 5.10	5.00 - 5.40	4.10 - 4.60	4.80 - 5.10
4	Chạy 60m xuất phát cao (giây)	9.10 - 9.80	9.70 - 10.4	8.40 - 9.00	8.50 - 10.0
5	Chạy 300m xuất phát cao (giây)	55 - 60	62 - 67	51 - 56	58 - 64
6	Bật xa tại chỗ (cm)	170 - 210	165 - 205	205 - 245	185 - 225
7	Gập thân (cm)	13 - 16	12 - 15	15 - 18	14 - 17

3. Nhảy xa

- **Lựa tuổi:** 11 - 12 tuổi và 13 - 14 tuổi; *Sinh năm (2012 - 2009)*

TT	Nội dung tuyển chọn	Nam	Nữ	Nam	Nữ
		11-12 tuổi	11-12 tuổi	13-14 tuổi	13-14 tuổi
1	Chiều cao (m)	1.44 trở lên	1.43 trở lên	1.60 trở lên	1.59 trở lên
2	Chạy 30m tốc độ cao (giây)	4.30 - 4.80	4.40 - 4.90	4.10 - 4.50	4.20 - 4.60
3	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	4.80 - 5.20	5.10 - 5.50	4.20 - 4.70	4.90 - 5.20
4	Bật xa tại chỗ (cm)	180 - 220	175 - 215	210 - 255	205 - 240
5	Bật 3 bước tại chỗ (m)	4.50 - 6.00	4.30 - 5.80	5.50 - 7.00	5.30 - 6.80
6	Bật cao tại chỗ (cm)	34	31	40	36
7	Chạy 60m xuất phát cao (giây)	9.20 - 9.90	9.80 - 10.5	8.50 - 9.00	8.60 - 10.0

II. MÔN VÕ CỔ TRUYỀN

1. Lứa tuổi 8 - 9 tuổi Nam; Sinh năm (2015 – 2014)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Ghi chú
1	139	7	6"45	11	21	
2	141	9	6"36	12	22	
3	144	11	6"21	13	23	
4	147	13	6"00	14	24	
5	150	15	5"90	15	25	
6	153	17	5"78	16	26	
7	156	19	5"69	17	27	
8	159	21	5"56	18	28	
9	162	23	5"49	19	29	
10	165	25	5"33	20	30	

2. Lứa tuổi 8 - 9 tuổi Nữ; Sinh năm (2015 – 2014)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Ghi chú
1	133	5	6"84	9	18	
2	136	7	6"69	10	19	
3	139	9	6"52	11	20	
4	142	11	6"34	12	21	
5	145	13	6"20	13	22	
6	148	15	6"04	14	23	
7	151	17	5"95	15	24	
8	154	19	5"97	16	25	
9	157	21	5"80	17	26	
10	160	23	5"73	18	27	

3. Lứa tuổi 10 - 12 tuổi Nam; Sinh năm (2013 – 2011)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Ghi chú
1	152	12	5"67	14	31	
2	156	14	5"61	15	32	
3	160	16	5"56	16	33	
4	163	18	5"49	17	34	
5	165	20	5"43	18	35	
6	168	22	5"37	19	36	
7	171	24	5"32	20	37	
8	174	26	5"26	21	38	
9	177	28	5"20	22	39	
10	180	30	5"18	23	40	

4. Lứa tuổi 10 - 12 tuổi Nữ; Sinh năm (2013 – 2011)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Ghi chú
1	133	7	6"13	11	26	
2	136	9	6"09	12	27	
3	139	11	6"02	13	28	
4	142	13	5"92	14	29	
5	145	15	5"83	15	30	
6	148	17	5"74	16	31	
7	151	19	5"65	17	32	
8	154	21	5"57	18	33	
9	157	23	5"48	19	34	
10	160	25	5"39	20	35	

5. Lứa tuổi 13 - 14 tuổi Nam; Sinh năm (2010 – 2009)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Thi đấu 1 hiệp 2 phút
1	163	26	5"43	17	41	
2	166	27	5"38	18	42	
3	169	28	5"34	19	43	
4	172	29	5"27	20	44	
5	175	30	5"20	21	45	
6	178	31	5"18	22	46	
7	181	32	5"02	23	47	
8	184	33	4"97	24	48	
9	187	34	4"89	25	49	
10	190	35	4"82	26	50	

6. Lứa tuổi 13 - 14 tuổi Nữ; Sinh năm (2010 – 2009)

Điểm	Bật xa (cm)	Gập bụng 30 giây (cái)	Chạy 30m XPC (giây)	Đá vòng cầu 10 giây (cái)	Đấm thẳng 2 tay 30 giây (cặp)	Thi đấu 1 hiệp 2 phút
1	148	21	6"05	14	36	
2	151	22	5"94	15	37	
3	154	23	5"83	16	38	
4	157	24	5"72	17	39	
5	160	25	5"61	18	40	
6	163	26	5"50	19	41	
7	166	27	5"39	20	42	
8	169	28	5"28	21	43	
9	172	29	5"17	22	44	
10	175	30	5"06	23	45	

III. MÔN BÓNG ĐÁ

- **Lứa tuổi:** 8 tuổi và 9 - 10 tuổi; *Sinh năm (2015 – 2013)*

TT	NỘI DUNG	U8	U9 - U10	ĐIỂM
I. THỂ HÌNH - Y HỌC				
1	Chiều cao	≥ 1,32 (m)	≥ 1,35 (m)	10
2	Cân nặng	≥ 28 (kg)	≥ 32 (kg)	10
3	Mạch đập	60-110	60-100	Đạt
4	Huyết áp	80-120	80-120	Đạt
5	Thị lực	10/10	10/10	Đạt
II. THỂ LỰC				
1	Chạy 30m	≤ 6,00 giây	≤ 5,55 (giây)	10
2	Bật xa tại chỗ	≥ 1,55 m	≥ 1,75 (m)	10
III. CHUYÊN MÔN				
1	Sút bóng vào cầu môn	05 lần	05 lần	10
2	Thi đấu 3 đánh 3	6 phút	8 phút	10
3	Thi đấu 5 đánh 5	6 phút	8 phút	10

*** Ghi chú:**

- Nội dung kiểm tra thi đấu, HLV sẽ chấm điểm tư duy sáng tạo và điểm kỹ, chiến thuật, khéo léo, sức bền của VĐV(*theo quan sát*).

- Nội dung sút bóng cầu môn được thực hiện (*01 lần sút 01 quả*), bóng đặt tại chấm phạt đền 10m, ngoài thành tích sút vào cầu môn, HLV sẽ chấm điểm kỹ thuật (*theo quan sát*).

- Điểm chuyên môn đạt 05 điểm trở lên sẽ đủ điều kiện xét tuyển.

- Căn cứ các chỉ số trên làm tiêu chuẩn:

+ Chiều cao: trên, dưới 01 cm ± 0,5 điểm.

+ Cân nặng: Trên dưới 01 kg ± 0,5 điểm.

(*Số điểm tối đa chiều cao và cân nặng là 15 điểm; Tối thiểu là 05 điểm*)

+ Chạy 30m nhanh, chậm 1/10' ± 0,5 điểm.

+ Bật xa tăng, giảm 5cm ± 1 điểm.

+ Các nội dung về thể lực được thực hiện trong 02 lần lấy thành tích cao nhất.