

THỰC TRẠNG HIỆU QUẢ ĐẬP BÓNG NHANH TRƯỚC MẶT Ở VỊ TRÍ SỐ 3 CỦA ĐỘI TUYỂN BÓNG CHUYỀN NỮ TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

ThS Lê Thị Thu Hương

Trường ĐHSP TDTT Hà Nội

Tóm tắt: Thông qua các phương pháp nghiên cứu cơ bản đề tài đã lựa chọn được 05 test và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả kỹ thuật đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đội tuyển bóng chuyền nữ Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội. Qua đó đánh giá thực trạng hiệu quả kỹ thuật đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng khách thể nghiên cứu bằng các tiêu chuẩn đã xây dựng.

Từ khóa: Hiệu quả, đập bóng nhanh trước mặt, Bóng chuyền

Đặt vấn đề

Qua khảo sát chúng tôi nhận thấy, hiệu quả kỹ thuật đập bóng nhanh vị trí số 3 của đội tuyển bóng chuyền nữ trường ĐHSP TDTT Hà Nội còn nhiều hạn chế như: Chạy bước đà chưa đúng, tầm tiếp xúc bóng chưa chuẩn xác, sự phối hợp chuyền 2 và người đập chưa có sự ăn ý... Do vậy, để nâng cao hiệu quả huấn luyện và bổ sung lực lượng kế cận cho tuyển trên, thì việc lựa chọn những phương tiện chuyên môn nhằm nâng cao hiệu quả huấn luyện là vấn đề vô cùng cấp thiết.

Ở Việt Nam, vấn đề huấn luyện kỹ - chiến thuật cho VĐV bóng chuyền đã thu hút sự chú ý quan tâm nghiên cứu của nhiều nhà khoa học TDTT, các nhà nghiên cứu, các nhà giáo dục chuyên môn ở nhiều lĩnh vực khác nhau. Tuy nhiên, vấn đề lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đội tuyển bóng chuyền nữ trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội lại chưa được các tác giả quan tâm nghiên cứu.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: **“Nghiên cứu**

lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đội tuyển bóng chuyền nữ Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội”.

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Kết quả nghiên cứu

1. Lựa chọn test đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu

1.1. Cơ sở lý luận để lựa chọn test

Thông qua phân tích và tổng hợp các tài liệu có liên quan đề tài đã xác định được 8 test đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 trong bóng chuyền cho đối tượng nghiên cứu

Để đảm bảo tính khách quan, trên cơ sở những test thu thập được qua quan sát, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi để lựa chọn các

test đánh giá. Đối tượng phỏng vấn là 30 HLV, các chuyên gia, các cán bộ quản lý, các giảng viên đang làm công tác giảng dạy huấn luyện Bóng chuyền tại một số trường Đại học TDTT,

và trung tâm huấn luyện VDV bóng chuyền mạnh trên toàn quốc.

Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu (n=30)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn theo tỷ lệ %							
		Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	19	70.37	6	22.22	1	3.70	1	3.70
2	Bật cao có đà (cm)	20	83.33	2	8.33	1	4.17	1	4.17
3	Bật cao rút gối (lần)	5	41.67	3	25.00	3	25.00	1	8.33
4	Chạy dễ quạt (s)	6	42.86	4	28.57	3	21.43	1	7.14
5	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	19	73.08	5	19.23	2	7.69	0	0.00
6	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	20	83.33	2	8.33	1	4.17	1	4.17
7	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	20	83.33	2	8.33	1	4.17	1	4.17
8	Đập bóng liên tục 30 quả (s)	3	27.27	6	54.55	2	18.18	0	0.00

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy: Để đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 của đội tuyển bóng chuyền nữ Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, đa số các đối tượng được phỏng vấn đều lựa chọn các chỉ tiêu và các test sau đây:

Test 1. Nhảy dây đôi 30 giây (lần)

Test 2. Bật cao có đà (cm)

Test 3. Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)

Test 4. Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)

Test 5. Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)

Đa số các ý kiến lựa chọn các bài thử trên đều xếp chúng ở mức độ rất quan trọng trong việc kiểm tra, đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh

trước mặt ở vị trí số 3 của đội tuyển bóng chuyền nữ Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, các test trên đều có tỷ lệ số người tán thành cao từ 70% trở lên ở mức rất quan trọng

1.2. Xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu

a. Xác định tính thông báo của các test

Nhằm xác định 1 cách chính xác độ tin cậy và tính thông báo của các test đã lựa chọn cho đội tuyển bóng chuyền nữ Trường Đại học Sư phạm TDTT Hà Nội, đề tài tiến hành xác định mối tương quan các test với khả năng thi đấu của đối tượng nghiên cứu.

Kết quả thu được trình bày ở bảng 2.

Bảng 2. Hệ số tương quan giữa các test đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 với thành tích thi đấu của đối tượng nghiên cứu (n = 18).

TT	Test	Hệ số tương quan (r)	P
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	0.865	< 0.05
2	Bật cao có đà (cm)	0.845	< 0.05
3	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	0.836	< 0.05
4	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	0.875	< 0.05
5	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	0.845	< 0.05

Qua bảng 2 nhận thấy hệ số tương quan giữa các chỉ số do chúng tôi lựa chọn với thành tích thi đấu của đối tượng nghiên cứu là mối tương quan chặt ($0.760 < r < 0.875$ với $P < 0.05$).

b. Xác định độ tin cậy của các test

Để xác định độ tin cậy của 5 Test đã qua phỏng vấn và xác định tính thông báo, chúng tôi tiến hành kiểm nghiệm bằng phương pháp Test

lặp lại cách nhau 7 ngày ở 18 nữ sinh viên đội tuyển bóng chuyền Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội. Tuần tự lập Test của các đối tượng và quãng nghỉ giữa 2 lần tập Test cùng điều kiện kiểm tra đều được đảm bảo như nhau giữa 2 lần tập Test.

Kết quả lập Test giữa hai lần và hệ số tương quan nhau giữa 2 lần lập Test được trình bày ở bảng 3

Bảng 3. Giá trị trung bình và độ tin cậy của các Test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 của đối tượng nghiên cứu (n = 18).

TT	Các Test	Kết quả kiểm tra		
		Lần 1 ($\bar{X} + \delta$)	Lần 2 ($\bar{X} + \delta$)	r
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	25.24±1.66	25.65±1.88	0.862
2	Bật cao có đà (cm)	234.25±7.45	234.36±7.55	0.875
3	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	5.34±1.66	5.36±1.88	0.866
4	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	5.43±1.45	5.61±1.55	0.878
5	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	4.35±1.24	4.42±1.18	0.879

Qua bảng 3 cho thấy: ở cả 5 chỉ tiêu kiểm trên đều có mối tương quan mạnh với $r_{\text{tính}} = 0.862$ đến $0.879 > 0.80$ với $P < 0.05$. Vậy chúng đảm bảo độ tin cậy và cho phép sử dụng được.

Trên cơ sở 3 bước nghiên cứu, đặc biệt là

2 bước xác định tính thông báo và độ tin cậy, đề tài đã chọn ra được 5 test đủ tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho nữ sinh viên đội tuyển bóng chuyền Trường Đại học Sư phạm TĐTT Hà Nội, bao gồm:

Test 1. Nhảy dây đôi 30 giây (lần)

Test 2. Bật cao có đà (cm)

Test 3. Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)

Test 4. Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)

Test 5. Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)

1.3. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu.

Phân loại tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3

Thông qua kết quả kiểm tra sự phạm, đề tài tiến hành phân loại từng chỉ tiêu đánh giá hiệu

quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 thành năm mức theo quy tắc 2 xích ma: tốt, khá, trung bình, yếu, kém. Kết quả được thể hiện ở bảng 4.

Xác định chuẩn điểm đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu

Phân loại các chỉ tiêu đánh giá cho phép đánh giá từng chỉ tiêu cụ thể, tuy nhiên mỗi chỉ tiêu lại có đơn vị đo lường khác nhau do đó để đánh giá tổng hợp hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 thì chưa đảm bảo chính xác. Vì vậy đề tài sử dụng công thức tính điểm theo thang độ C nhằm quy tất cả các đơn vị đo lường khác nhau ra điểm. Kết quả tính toán được trình bày ở bảng 4 và 5

Bảng 4. Phân loại tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu

TT	Test	Phân loại				
		Kém	Yếu	Trung bình	Khá	Tốt
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	<22	22-25	25-27	27-29	>29
2	Bật cao có đà (cm)	< 207	207-225	225-252	252-270	>270
3	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	<3	3-5	5-7	7-9	>9
4	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	<4	4-6	6-8	8-10	>10
5	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	<2	2-4	4-6	6-8	>8

Bảng 5. Bảng điểm đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho đối tượng nghiên cứu

TT	Test	Điểm									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
2	Bật cao có đà (cm)	279	270	261	252	243	234	225	216	207	198
3	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
4	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2
5	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

Sau khi đã quy được tất cả kết quả của các chỉ tiêu ra điểm cần xây dựng tiêu chuẩn tổng hợp đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3. Đề tài sử dụng 5 test sự phạm theo

thang điểm 10 đánh giá đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 thì tương ứng với số điểm tối đa quy đổi là 50 điểm, tuy nhiên để đạt được số điểm tuyệt đối này là rất khó. Vì

vậy, đối chiếu với kết quả thu được ở bảng 4 và 5, đề tài rút ra kết quả phân loại điểm tổng hợp đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở

vị trí số 3 cho nữ sinh viên đội tuyển chuyên trường ĐHSP TDTT Hà Nội như bảng 6

Bảng 6. Tiêu chuẩn đánh giá xếp loại tổng hợp hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 của đối tượng nghiên cứu

TT	Xếp loại	Tổng điểm (Tổng số điểm tối đa = 50)
1	Tốt	> 45
2	Khá	35 - 45
3	Trung bình	25 - 34
4	Yếu	24 - 15
5	Kém	< 15

Xây dựng bảng điểm đánh giá tổng hợp hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 rất thuận lợi khi sử dụng đánh giá theo điểm cho từng chỉ tiêu. Kết quả nghiên cứu giúp cho HLV và sinh viên có thể kiểm tra, đánh giá chính xác khả năng của sinh viên.

2. Thực trạng hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 của đối tượng nghiên cứu

2.1. Thực trạng hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 so với kỹ thuật đập bóng khác

Để tìm hiểu thực trạng hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 so với kỹ thuật đập bóng khác của nữ sinh viên đội tuyển Bóng chuyền trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể

thao Hà Nội, chúng tôi tiến hành quan sát trong 5 trận đấu ở giải bóng chuyền sinh viên các trường Đại học, Học viện khu vực Hà Nội năm 2018. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 7.

Kết quả ở bảng 7 cho thấy, trong 5 trận đấu, kỹ thuật đập bóng nhanh số 3 được sử dụng 75 lần, xếp vị trí thứ 3 trong số các kỹ thuật đập bóng – chiếm tỷ lệ 15,5%, đồng thời hiệu quả sử dụng kỹ thuật này cũng chỉ ghi được 45 điểm – chiếm tỷ lệ 16,4%. Điều này cho thấy, hiệu quả sử dụng kỹ thuật này còn thấp và cần nhanh chóng có biện pháp nâng cao hiệu quả, tăng cường uy lực tấn công cho đội.

Bảng 7. Kết quả thống kê mức độ sử dụng và hiệu quả của kỹ thuật tấn công của đối tượng nghiên cứu.

Số trận	Kỹ thuật đập bóng	Số lần thực hiện	Tỷ lệ %	Số điểm ghi được	Tỷ lệ %
5	Giãn biên số 4	117	23.9	73	26.5
	Giãn biên số 2	94	19.2	57	20.7
	Đập bóng nhanh số 3	75	15.3	45	16.4
	Đập lao tên bắn	63	12.9	32	11.6
	Đập bóng trung bình	71	14.5	33	12.0
	Các dạng đập bóng khác	69	14.1	35	12.8
	Tổng	489	100	275	100

2.2. *Thực trạng hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 qua kết quả kiểm tra 5 test đã lựa chọn*

Bằng phương pháp kiểm tra các nội

dung đánh giá hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 mà đề tài đã lựa chọn qua các bảng 4 đến 6 và tính điểm tổng hợp cho từng cá nhân. Kết quả được trình bày ở bảng 8.

Bảng 8. Thực trạng hiệu quả đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 của đối tượng nghiên cứu (n = 18) .

TT	Test	Mức tốt (9-10 điểm)		Mức khá (7- 8 điểm)		Mức TB (5- 6 điểm)		Mức yếu (<5 điểm)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Nhảy dây đôi 30 giây (lần)	3	16.67	8	44.44	7	38.89	0	0
2	Bật cao có đà (cm)	4	22.22	7	28.89	7	38.89	0	0
3	Chạy 3 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	3	16.67	6	33.33	9	50.00	0	0
4	Chạy 1 bước đập bóng số 3 vào ô 10 quả (lần)	4	22.22	8	44.44	6	33.33	0	0
5	Nhảy phát Bóng cao tay 10 quả (lần)	1	5.56	6	33.33	11	61.11	0	0

Thông qua kết quả kiểm tra tại bảng 8 chúng tôi có những nhận xét sau:

- Số sinh viên có trình độ đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 mức tốt (điểm 9 – 10) chỉ chiếm 5.56% - 22.22%.

- Số sinh viên có trình độ đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 mức khá (điểm 7-8) chiếm 28.89% - 44.44%

- Số sinh viên có trình độ đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 mức TB (5-6) chiếm tỷ lệ cao nhất, 33.33% - 50.00%

- Không có sinh viên nào có trình độ đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 xếp loại yếu kém.

Kết luận:

Qua trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 5 test đánh giá và xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kỹ thuật đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho nữ sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường ĐHSP TDTT Hà Nội. Căn cứ vào kết quả kiểm tra các tiêu chí đã lựa chọn, cho thấy, đa số đối tượng nghiên cứu chỉ đạt mức Trung bình ở tất cả các nội dung kiểm tra.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Dr - Harre (1996) - Học thuyết huấn luyện (sách dịch) - NXB TDTT - Hà Nội, tr. 168-554.
- [2]. Lưu Quang Hiệp - Phạm Thị Uyên (1996) - “*Sinh lý học TDTT*” - NXB TDTT - Hà Nội, tr.361-465.
- [3]. Nguyễn Xuân Sinh (1999) - “*Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*” - NXB TDTT - Hà Nội, tr.5-371.

- [4]. Nguyễn Toán - Phạm Danh Tồn (1993) - *Lý luận và phương pháp thể thao* NXB TDTT - Hà Nội.
- [5]. Valich. B (1981), *Huấn luyện VĐV trẻ*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- [6]. Klesep. Iu.N - Airianx A.G (1997), *Bóng chuyền*, Dịch: Đinh Lãm - Xuân Ngà - Hữu Hùng - Nghiêm Thúc, NXB TDTT, Hà Nội.
- [7]. Hyrosi Toyoda (1980), “Lý thuyết huấn luyện Bóng chuyền của Nhật”, *Bản tin KHKT TDTT, chuyên đề Bóng chuyền*, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
- [8]. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Xuân Thành (2004), “Giáo trình Tâm lý học TDTT”, NXB TDTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 26/10/2021, phản biện ngày 24/11/2021, duyệt in ngày 10/12/2021