

# THỰC TRẠNG GIẢNG DẠY PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ MÔN BÓNG RỔ CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ GIAO THÔNG VẬN TẢI

ThS. Phạm Tuấn Linh<sup>1</sup>; ThS. Nguyễn Trần Quý<sup>2</sup>; ThS. Ngô Thu Ngọc<sup>3</sup>; ThS. Lê Quang Việt<sup>4</sup>

**Tóm tắt:** Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã đánh giá được thực trạng công tác giảng dạy phát triển sức mạnh tốc độ môn Bóng rổ cho sinh viên trường Đại học Công nghệ Giao thông vận tải còn nhiều hạn chế về cơ sở vật chất, đội ngũ giảng viên và đặc biệt là việc sử dụng các bài tập chuyên môn chưa hợp lý, dẫn tới sức mạnh tốc độ của sinh viên chưa tốt.

**Từ khóa:** Sức mạnh tốc độ, bóng rổ, sinh viên, đại học.

**Abstract:** Using conventional research methods in Physical Education and Sports, the article has evaluated the current situation of teaching speed strength development in Basketball for students at the University of Transport Technology, which still has many limitations in terms of facilities, teaching staff and especially the unreasonable use of specialized exercises, leading to poor speed strength of students.

**Keywords:** strength of speed; basketball; students; exercises; university

## 1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Qua quan sát một số trận thi đấu giao hữu, cũng như trong quá trình giảng dạy học phần Bóng rổ cho sinh viên (SV) học môn Giáo dục thể chất Trường Đại học Công nghệ Giao thông vận tải (ĐH CNGTVT) chúng tôi nhận thấy tuy đã đạt được một số thành tích đáng khích lệ nhưng nếu xét từ kinh nghiệm thực tế của tác giả qua nhiều năm tập luyện, thi đấu và dựa trên những phân tích đánh giá chung của các giáo viên và các chuyên gia, chúng tôi nhận thấy trình độ chuyên môn, thể lực của các SV còn hạn chế, đặc biệt là tố chất sức mạnh tốc độ (SMTĐ). Điều này được thể hiện qua những động tác chạy (tốc độ, nước rút) dẫn bóng, tranh cướp bóng, lên rổ, bật nhảy ném rổ của các em. Vì vậy, có thể nói SMTĐ có vai trò cực kì quan trọng để SV có thể thực hiện các kỹ - chiến thuật trong thi đấu Bóng rổ, điều này tạo cho SV có đủ uy lực khi thực hiện tập luyện và thi đấu, tạo ra sự bất ngờ cho đối phương nhằm nâng cao thành tích thi đấu.

Dựa trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng và sự mới lạ của vấn đề, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Thực trạng giảng dạy phát triển SMTĐ môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT”**.

Trong quá trình nghiên cứu, bài báo đã sử dụng các phương pháp thường quy trong nghiên cứu khoa học thể dục thể thao, bao gồm: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn và tọa đàm; quan sát sự phạm; kiểm tra sự phạm; toán thống kê.

## 2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 2.1. Thực trạng điều kiện cơ sở vật chất phục vụ dạy và học môn Bóng rổ cho SV trường ĐH CNGTVT

Điều kiện cơ sở vật chất phục vụ cho việc dạy và

học môn Bóng rổ cũng còn nhiều hạn chế cần được đầu tư và quan tâm hơn nữa. Kết quả về vấn đề này được trình bày ở bảng 1.

Qua bảng 1 ta thấy được sân bãi dụng cụ phục vụ cho việc tập luyện môn bóng rổ chỉ đạt ở mức trung bình, mới chỉ đáp ứng được điều kiện cơ bản của môn học.

Sau nhiều năm sử dụng mặt sân và bảng rổ cũng đã xuống cấp. Điều đó ảnh hưởng rất lớn đến hiệu quả tập luyện nói chung và hiệu quả phát triển SMTĐ nói riêng.

### 2.2. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC-Trường ĐH CNGTVT

Đội ngũ cán bộ giảng viên là yếu tố tác động trực tiếp tới quá trình dạy và học. Do đó việc tìm hiểu đánh giá về số lượng và trình độ giảng viên là vấn đề hết sức cần thiết, giúp cho quá trình dạy và học đạt hiệu quả cao được trình bày tại bảng 2.

Qua kết quả bảng 2 cho ta thấy thực trạng cán bộ giảng viên được Nhà trường rất quan tâm, việc đào tạo, bồi dưỡng nâng cao nghiệp vụ cho các giảng viên được GDTC khuyến khích và tạo mọi điều kiện cho các giảng viên học tập và nâng cao trình độ. Do vậy, trình độ của các giảng viên cũng được nâng lên theo yêu cầu mới. Đây là nhân tố quyết định tới sự phát triển của công tác GDTC của trường trong những năm tiếp theo.

Vậy nhưng môn Bóng rổ chỉ có 01 giảng viên chuyên sâu cũng khiến cho việc giảng dạy chưa được đa dạng, SV không có cơ hội trải nghiệm các phương pháp giảng dạy khác nhau.

### 2.3. Thực trạng nội dung, chương trình học phần Bóng rổ

#### 2.3.1. Chương trình học phần

1, 2: Trường Đại học Y dược Hải Phòng

3, 4: Trường Đại học Công nghệ giao thông vận tải

Qua phương pháp quan sát sự phạm, chúng tôi đã thấy được thực trạng chương trình học phần Bóng rổ cho SV trường ĐH CNGTVT :

Học phần Bóng rổ được giảng dạy với số tín chỉ là 01, bao gồm 4 tiết lí thuyết và 26 tiết thực hành, thời lượng là 10 tuần.

Nội dung của đề cương bài giảng phù hợp với chương trình giảng dạy, việc phân chia các nhiệm vụ đúng trình tự giảng dạy, tuân thủ các nguyên tắc tuần tự, hệ thống, tính kế thừa giữa các bài tập. Song, cũng còn một số hạn chế sau:

Các loại bài tập sử dụng trong giảng dạy các giai đoạn nhìn chung còn hạn chế về số lượng và chất lượng, số lượng bài tập hỗ trợ ít đã làm hạn chế việc thực hiện tốt yêu cầu cũng như việc chuyển tiếp các kỹ năng hạn chế làm ảnh hưởng tới sự phát triển SMTĐ của SV.

Qua thực tế cho thấy là những nội dung chính mà giảng viên quan tâm và áp dụng các bài tập cho phát triển SMTĐ là quá ít, chủ yếu là kĩ thuật ném tại chỗ và di động hai bước ném rổ.

### 2.3.2. Sách, giáo trình, tài liệu tham khảo

**Bảng 1. Thực trạng điều kiện cơ sở vật chất phục vụ dạy và học môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT**

TT	Loại hình sân bãi dụng cụ	Số lượng	Chất lượng
1	Sân bóng rổ	2	Trung bình (01 sân bê tông + 01 sân gạch)
2	Bảng rổ	5	Trung bình
3	Bóng	10 – 15 quả	50% là bóng cũ của khoá trước
4	Lưới	0	Không có
5	Nhà thi đấu	0	Chưa có

**Bảng 2. Thực trạng đội ngũ cán bộ giảng viên giáo dục thể chất – Trường ĐH CNGTVT**

Chức danh	Chuyên môn (tốt nghiệp ĐH)	Trình độ đào tạo (cao nhất)		
		TS	NCS	ThS
Giảng viên	Điền kinh	0	0	1
	Bóng chuyên	0	1	1
	Cầu lông	0	0	3
	Võ	0	0	1
	Bóng rổ	0	0	1
	Bóng đá	0	0	1
	Thể dục	0	0	1
	Quản lý TĐTT	0	0	0

**Bảng 3. Thực trạng SMTĐ môn Bóng rổ của SV Trường ĐH CNGTVT**

TT	Nội dung	K73 (n = 10)	K74 (n = 27)	K75 (n = 13)
1	Dẫn bóng tốc độ từ đầu sân đến gần cuối sân lên rổ 3 lần (s)	16.55	17.81	17.92
2	Chạy 30m XPC (s).	4.67	5.044	5.12
3	Bật nhảy ném rổ 06 vị trí trong 20s (SL)	7.3	6.2	5.8

**Bảng 4. Phân bố lượng vận động (LVD) các bài tập được sử dụng để phát triển SMTĐ trong giảng dạy môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT**

TT	Bài tập	Khối lượng	
		LVD	Quãng nghỉ
1	Bật cao với bảng.	3 lần	1 phút
2	Chạy 30m tốc độ cao.	2 lần	2 phút
3	Di động 2 người chuyền bóng ném rổ (s).	3 lần	2 phút
4	Dẫn bóng tốc độ 20m.	5 lần	2 phút
5	Dẫn bóng tốc độ và dừng đột ngột.	3 lần	2 phút

- Giáo trình chính: Hiện tại các giảng viên sử dụng 04 tài liệu là giáo trình và luật môn Cầu lông hiện hành.

Giáo trình và tài liệu tham khảo chỉ đưa ra những kiến thức chung, tổng quát chứ cũng không có những bài tập riêng biệt để nâng cao hiệu quả phát triển SMTĐ.

#### 2.4. Lựa chọn Test đánh giá SMTĐ môn Bóng rổ cho SV chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường ĐH CNGTVT

Để lựa chọn test đánh giá SMTĐ môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT. Trước tiên đề tài tiến hành phân tích các tài liệu tham khảo có liên quan, quan sát thực tế công tác đánh giá SMTĐ tại các Câu lạc bộ Bóng rổ mạnh, qua phỏng vấn và xác định tính thông báo, độ tin cậy của các test, để tìm hiểu các test, chúng tôi đã lựa chọn được 3 test đánh giá SMTĐ gồm:

Test 1: Dẫn bóng tốc độ từ đầu sân đến gần cuối sân lên rổ 3 lần (s)

Test 2: Chạy 30m XPC (s).

Test 3: Bật nhảy ném rổ 06 vị trí trong 20s (sl).

#### 2.5. Thực trạng SMTĐ môn Bóng rổ của SV Trường ĐH CNGTVT

Kết quả kiểm tra SMTĐ môn Bóng rổ của SV được trình bày tại ở bảng 3.

Từ bảng 3 cho thấy các chỉ số cho ta thấy thực trạng SMTĐ của nam SV K73 (khách thể nghiên cứu của đề tài) thấp hơn so với K74 và gần như ngang bằng với K75. Chính vì vậy mà việc thực hiện các động tác kỹ thuật còn ít hiệu quả dẫn đến thành tích thi đấu còn thấp.

#### 2.6. Thực trạng sử dụng các bài tập SMTĐ môn Bóng rổ của SV Trường ĐH CNGTVT.

Để hiểu sâu hơn chúng tôi tiến hành quan sát các buổi tập của SV và thu được kết quả: Các bài tập được sử dụng để phát triển SMTĐ môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT được trình bày ở bảng 4.

Qua bảng 4 chúng ta có thể nhận xét như sau:

- Về lượng vận động chưa đảm bảo.
- Số lần lặp lại các bài tập quá ít.
- Hình thức tập luyện còn tẻ nhạt, chưa phong phú, không kích thích được tinh thần tự giác tập luyện cho SV.
- Cường độ bài tập chỉ với 60 – 70% sức.
- Các bài tập phát triển SMTĐ chưa tận dụng hết điều kiện sẵn sẵn có, khối lượng các bài tập được sử dụng để phát triển SMTĐ trong mỗi buổi tập quá ít.
- Về đối tượng tập luyện sau khi thực hiện xong các bài tập thể trạng các SV vẫn bình thường, mồ hôi ra ít, nét mặt thoải mái.

Qua quá trình quan sát hoạt động tập luyện và thi đấu của SV Trường ĐH CNGTVT, đề tài nhận thấy SMTĐ của SV còn rất hạn chế. Chính vì vậy mà các SV chưa thể hoàn thiện được ý đồ chiến thuật, hiệu

quả tấn công chưa cao... Ngoài ra, do điều kiện thời gian tập luyện của SV còn ít nên việc huấn luyện kỹ, chiến thuật và chuẩn bị thể lực cho SV chưa thật kỹ càng dẫn đến trình độ tập luyện chưa đạt được như mong muốn. Cụ thể các trận đấu cũng như các buổi tập diễn ra tẻ nhạt. Điều này cũng làm giảm hứng thú đối với SV. Nguyên nhân chủ yếu là nội dung, hình thức tập luyện thể lực nhất là SMTĐ còn kém nên không thể thực hiện các kỹ thuật một cách hoàn chỉnh, hiệu quả kỹ thuật chưa cao.

Từ đó chúng tôi đánh giá thực trạng việc sử dụng các bài tập phát triển SMTĐ còn các vấn đề bất cập như: Số bài tập phát triển SMTĐ cho SV còn hạn chế, mật độ vận động của SV trong một buổi tập thấp, dẫn đến ít có tác dụng trong việc hoàn thiện kỹ năng kỹ xảo vận động và phát triển thể lực cho SV.

### 3. KẾT LUẬN

Thực trạng công tác huấn luyện SMTĐ môn Bóng rổ cho SV Trường ĐH CNGTVT còn 1 số vấn đề bất cập như: Số bài tập phát triển SMTĐ cho SV còn hạn chế, mật độ vận động của SV trong một buổi tập thấp, dẫn đến ít có tác dụng trong việc hoàn thiện kỹ năng kỹ xảo vận động và phát triển thể lực cho SV. Vì vậy đòi hỏi cần nghiên cứu lựa chọn những bài tập tối ưu để phát triển tố chất SMTĐ môn Bóng rổ cho SV.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. T. V. An và Đ. Q. Hùng, “Lựa chọn bài tập phát triển SMTĐ cho vận động viên đội tuyển Bóng rổ nam Đại học Đà Nẵng”, Tạp chí Khoa học Thể thao, số đặc biệt, 2023.
2. H. T. T. Trang, “Ứng dụng bài tập phát triển SMTĐ của nam SV câu lạc bộ Bóng rổ Trường Đại học Điện lực”, Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao, số đặc biệt, 2023.
3. N. T. Tùng và T. C. Vỹ, “Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá SMTĐ cho nam SV Bóng rổ Đại học Đà Nẵng”, Tạp chí Khoa học và Đào tạo thể thao, số 26/12, 2021.
4. N. X. Sinh (1999), *Giáo trình phương pháp NCKH TDTT*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
5. N. T. và P. D. Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.
6. N. V. Trung, P. V. Thảo và N. Q. Quân (2003), *Giáo trình bóng rổ*, Nxb Thể dục Thể thao, Hà Nội.

**Nguồn bài báo:** bài báo trích từ đề tài cấp cơ sở do nhóm ThS Phạm Tuấn Linh, Nguyễn Trần Quý, Ngô Thu Ngọc, Lê Quang Việt đồng chủ nhiệm. Dự kiến nghiệm thu Tháng 11/2025. Tên đề tài: “Thực trạng giảng dạy phát triển SMTĐ môn Bóng rổ cho sinh viên Trường ĐH CNGTVT”.

**Ngày nhận bài:** 10/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.