

Nghiên cứu bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Ngô Đăng Vinh*

*ThS. Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Received: 15/05/2024; Accepted: 28/05/2024; Published: 03/06/2024

Abstract: The shuttlecock is the most important technique in badminton, it starts from a shuttlecock, a round in badminton. However, the effectiveness of implementing the ball-throwing technique of students at Nghe An University of Economics still has many limitations. Based on the application of methods and scientific knowledge of training, a number of exercises have been selected to improve the effectiveness of ball-throwing techniques, contributing to improving the academic and competitive achievements of the University's students. Nghe An University of Economics.

Keywords: Broadcasting technique, non-specialized students

1. Đặt vấn đề

Trong cầu lông để có được thành tích tốt thì đòi hỏi vận động viên phải toàn diện về các mặt như kỹ, chiến thuật, thể lực, ... đặc biệt là kỹ thuật phải hoàn thiện trở thành kỹ xảo để điều khiển tốt các đường cầu giành thắng lợi trong trận đấu. Một trong những kỹ thuật đầu tiên cần phải sử dụng tốt có hiệu quả đó chính là kỹ thuật phát cầu. Bởi vì kỹ thuật phát cầu tốt sẽ có lợi thế ở đường cầu sau hoặc có thể ăn điểm trực tiếp. Qua quan sát nhiều trận đấu, nhiều buổi tập của SV Trường Đại học kinh tế Nghệ An tôi nhận thấy hầu hết SV đều chưa phát huy được tốt các kỹ chiến thuật, thể lực. Đặc biệt khả năng phát cầu còn yếu kém không ổn định trong thi đấu, còn mắc nhiều lỗi trong phát cầu dẫn đến mất lợi thế và thua cuộc. Vì vậy mà việc nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu là một vấn đề không thể thiếu được trong giảng dạy và huấn luyện cầu lông.

2. Nội dung nghiên cứu

2.1. Thực trạng sử dụng kỹ thuật phát cầu của SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Để đánh giá thực trạng việc thực hiện kỹ thuật phát cầu trong tập luyện và thi đấu cho SV tôi đã quan sát quá trình học tập cũng như những giải thi đấu tổ chức trong trường, và một số giải phong trào bên ngoài có SV tham gia. Kết quả nhận thấy kỹ thuật phát cầu được SV sử dụng nhiều nhưng không hiệu quả, đa số SV chỉ thể hiện ở mức trung bình. Điều này cho thấy khả năng phát cầu của SV còn hạn chế. Ngoài ra, tổ bộ môn giáo dục thể chất cũng đã Lựa chọn test đánh giá hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An. Từ kết quả nghiên cứu thu được, chúng tôi đã lựa chọn được 6 test và tiến hành phỏng vấn. Đối tượng phỏng vấn là 20 huấn luyện viên (HLV), chuyên gia, chuyên viên, giáo viên,

vận động viên (VĐV) của các trung tâm Huấn luyện Thể dục thể thao (TĐTT) và giảng viên Trường Đại học Kinh tế Nghệ An. Kết quả phỏng vấn cho thấy để đánh giá hiệu quả kỹ thuật phát cầu trong giảng dạy cho SV, đa số các đối tượng được phỏng vấn đều lựa chọn các test sau đây: + Test 1: Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 6 (1m x 1m) 10 quả. + Test 2: Phát cầu trái tay thấp xa vào ô 7 (1m x 1m) 10 quả. + Test 3: Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 8 (1m x 1m) 10 quả. + Test 4: Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 9 (1m x 1m) 10 quả. Các ý kiến lựa chọn các test trên đều xếp chúng ở mức độ rất quan trọng và quan trọng trong việc kiểm tra, đánh giá kỹ thuật phát cầu cho SV cầu lông (đều có từ 75% ý kiến trở lên lựa chọn, trong đó trên 50% ý kiến lựa chọn xếp ở mức độ rất quan trọng). Thực trạng kỹ thuật phát cầu của SV là tương đối đồng đều. Tuy nhiên hiệu quả kỹ thuật phát cầu là chưa cao, chưa đáp ứng được yêu cầu chuyên môn.

2.2. Thực trạng lựa chọn các bài tập nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Quá trình lựa chọn các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho SV phải qua các bước sau: Xác định cơ sở lựa chọn bài tập. Thông qua tham khảo tài liệu chuyên môn, qua quan sát và phỏng vấn các giảng viên, HLV, để tổng hợp các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu. Phỏng vấn các giảng viên, huấn luyện viên, chuyên gia về mức độ hiệu quả của các bài tập đó. Với 23 phiếu phỏng vấn đưa ra đã thu được 20 phiếu trả lời kết quả của các thành viên được phỏng vấn. Kết quả đã lựa chọn và xác định được 16 bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho SV. Đó là các bài tập sau đây: Bài tập 1: Tại chỗ mô phỏng kỹ thuật phát cầu trái tay. Bài tập 2: Đứng cách xa 2m phát cầu

trái tay vào tường. Bài tập 3: Đứng ở vị trí phát cầu trái tay phát cầu vào ô phát cầu. Bài tập 4: Đứng phát cầu trái tay vào trong dây cao từ 1m55 đến 1m75 từ lưới trở lên. Bài tập 5: Phát cầu trái tay có người đỡ phát. Bài tập 6: Phát cầu trái tay vào ô 6 (1m x 1m). Bài tập 7: Phát cầu trái tay vào ô 7 (1m x 1m). Bài tập 8: Phát cầu trái tay vào các điểm khác nhau trên sân. Bài tập 9: Phát cầu trái tay theo các đường khác nhau trên sân. Bài tập 10: Tại chỗ mô phỏng kỹ thuật phát cầu thuận tay.

2.3. Đánh giá hiệu quả các bài tập đã lựa chọn nhằm nâng cao hiệu quả phát cầu cho SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Tổ chức thực nghiệm sư phạm. Đối tượng thực nghiệm gồm 10 SV năm thứ 3 được chia thành 2 nhóm, nhóm thực nghiệm (B) và nhóm đối chứng (A), mỗi nhóm 5 người (nA= nB= 5). Tiến trình thực nghiệm: Việc tổ chức thực nghiệm được tiến hành trong 12 tuần với 03 buổi mỗi tuần. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm: Kết quả kiểm tra được trình bày ở bảng 2.1.

Bảng 2.1: Kết quả kiểm tra các Test đánh giá hiệu quả kỹ thuật phát cầu của nhóm đối chứng (A) và thực nghiệm (B) trước thực nghiệm (n=10).

TT	Test kiểm tra	Kết quả kiểm tra x ± d		So sánh	
		Nhóm đối chứng	Nhóm thực nghiệm	T tính	P
1	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 6 (1m x 1m) 10 quả	5.8 ± 0.83	6 ± 0.70	1.41	>0.05
2	Phát cầu trái tay thấp xa vào ô 7 (1m x 1m) 10 quả	5.6 ± 0.54	5.8 ± 0.44	1.63	>0.05
3	Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 8 (1m x 1m) 10 quả	5.2 ± 0.44	5.6 ± 0.54	1.26	>0.05
4	Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 9 (1m x 1m) 10 quả	6.2 ± 0.83	6.4 ± 0.54	1.44	>0.05

t_{bảng} = 2.101, Nguồn: Khảo sát thực nghiệm tại Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Qua kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm với các test được trình bày ở bảng 2.1 nhận thấy kết quả cả 4 test t tính < t_{bảng} = 2.101. Sự khác biệt giữa 2 nhóm không có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất p > 0.05. Điều đó chứng tỏ trình độ của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng trước thực nghiệm là tương đương nhau.

Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm. Sau thời gian thực nghiệm đã tiến hành kiểm tra và kết quả ở bảng 2.2.

Bảng 2.2: Kết quả kiểm tra các Test đánh giá hiệu quả kỹ thuật phát cầu của nhóm đối chứng (ĐC) và thực nghiệm (TN) sau thực nghiệm (n=10)

TT	Test kiểm tra	Kết quả kiểm tra x ± d		So sánh	
		Nhóm đối chứng	Nhóm thực nghiệm	T tính	P
1	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 6 (1m x 1m) 10 quả	7.4 ± 0.54	8.6 ± 1.14	2.13	<0.05
2	Phát cầu trái tay thấp xa vào ô 7 (1m x 1m) 10 quả	7 ± 0.70	8.4 ± 0.89	2.74	<0.05
3	Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 8 (1m x 1m) 10 quả	6.4 ± 0.54	8.4 ± 0.89	2.26	<0.05
4	Phát cầu thuận tay cao xa vào ô 9 (1m x 1m) 10 quả	7.6 ± 0.54	8.4 ± 0.83	2.39	<0.05

t_{bảng} = 2.101, Nguồn: Khảo sát thực nghiệm tại Trường Đại học Kinh tế Nghệ An

Như vậy: Thành tích nhóm thực nghiệm của 4 test sau thực nghiệm đều tăng hơn so với nhóm đối chứng. Sau khi áp dụng các bài tập mà chúng tôi đã lựa chọn, sự khác biệt giữa 2 nhóm có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất p < 0.05. Từ kết quả thu được cho thấy: tất cả nội dung kiểm tra đánh giá hiệu quả kỹ thuật phát cầu của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt rõ rệt, t(tính) > t(bảng = 2.101) ở ngưỡng xác suất p < 0.05. Hay nói cách khác việc ứng dụng các phương tiện huấn luyện cũng như các bài tập đề tài lựa chọn đã tỏ ra có tính hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho các SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An. Từ đó cho thấy các bài tập tôi áp dụng vào có hiệu quả cao, tỷ lệ SV giỏi chiếm cao hơn (80%), tỷ lệ SV khá chỉ còn (20%). Qua quá trình thực nghiệm với kết quả nêu trên, hiệu quả kỹ thuật phát cầu của SV đã khắc phục được các hạn chế, các bài tập áp dụng có trình tự, kỹ thuật phát cầu được nâng cao và sử dụng tốt trong thi đấu và tập luyện.

3. Kết luận

Vấn đề nâng cao hiệu quả kỹ thuật phát cầu cho SV Trường Đại học Kinh tế Nghệ An hiện nay cần phải được các nhà sư phạm quan tâm một cách đúng mức. Việc phân bổ thời gian và sử dụng các bài tập để nâng cao hiệu quả của kỹ thuật phát cầu cho SV chuyên ngành cầu lông còn ít, SV còn chưa tích cực tập dẫn đến kết quả học tập, thành tích thi đấu cầu lông của SV chưa cao. Vì vậy việc lựa chọn các bài tập phù hợp nâng cao kỹ thuật phát cầu là quan trọng, góp phần tạo kết quả học tập cũng như rèn luyện tốt cho SV hiện nay.

Tài liệu tham khảo

- [1]. Trần Duy Hòa, Phan Thanh Hải (2017), *Giáo trình lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao*, NXB Thông Tin và Truyền thông, Hà Nội.
- [2]. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), *Sinh lý học TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.
- [3]. Ivanôv V.X (1996), *Những cơ sở của toán học thống kê*, Dịch: Trần Đức Dũng, NXB TDTT, Hà Nội.
- [4]. Novicop - Matveep (1990), *Lý luận và phương pháp GDTC*, Dịch: Phạm Trọng Thanh, Lê Văn Lãm, NXB TDTT, Hà Nội.