

NGHIÊN CỨU HOÀN THIỆN KỸ THUẬT CHO ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ FUTSAL NAM SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM TP. HỒ CHÍ MINH

TS. Hàng Quang Thái⁽¹⁾, TS. Đoàn Tiên Trung⁽²⁾

⁽¹⁾Trường Đại học An Giang,

⁽²⁾Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

Tóm tắt: Trên cơ sở phân tích, tổng hợp tài liệu, đặc biệt là kết quả nghiên cứu đánh giá thực trạng sử dụng hệ thống các bài tập của nam VĐV bóng đá futsal trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh, thực trạng cơ sở lý luận và cơ sở khoa học và phương pháp thực tiễn để tiến hành lựa chọn các bài tập hoàn thiện kỹ thuật cơ bản môn bóng đá futsal cho đội tuyển Nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh, phân tích các cách triển khai cụ thể.

Từ khóa: Bóng đá Futsal; giáo dục thể chất; Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh.

Abstract: According to the analysis basis, varied sources of materials and research results regarding evaluating practical outcomes of futsal male football athletics from the Ho Chi Minh City Pedagogical University who apply systematic exercises, hypothesis basis, scientific evidence and hands-on approach are factors to be considered to design the training program which make fundamental techniques in futsal football of players from pedagogical university become perfect, analyzing specific execution approaches.

Keyword: Futsal; physical education; the Ho Chi Minh City Pedagogical University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Hiện nay bóng đá 5 người là loại hình mới của bóng đá hiện đại. FIFA (Liên đoàn Bóng đá Thế giới) đã tổ chức giải vô địch bóng đá 5 người tại Hà Lan năm 1989. Gần đây nhất là năm 2008 giải vô địch bóng đá 5 người thế giới được tổ chức tại Braxin.

Hiện nay, tại TP. Hồ Chí Minh hằng năm tổ chức rất nhiều giải bóng đá 5 người thuộc Tổ chức Liên đoàn Bóng đá TP. Hồ Chí Minh và các giải bóng đá truyền thống 5 người của học sinh, sinh viên và giáo viên.

Bóng đá đã mang đến cho chúng ta một tinh thần lành mạnh, sức khỏe để học tập và lao động. Bóng đá 5 người dễ tổ chức, thực hiện, thu hút đông đảo đối tượng tham gia nhất là học sinh, sinh viên.

Hiện nay bóng đá 5 người đã trở thành một phong trào rộng lớn, nhưng chưa được đưa vào chương trình giảng dạy của các trường có chuyên ngành Giáo dục thể chất. Nhằm đáp ứng

nhu cầu học tập và rèn luyện thân thể của sinh viên, cũng như đáp ứng điều kiện giảng dạy cho sinh viên chuyên ngành Giáo dục thể chất. Thông qua đó đáp ứng nhu cầu rèn luyện phát triển phong trào bóng đá của trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh. Xuất phát từ những lý do nêu trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu bài viết: “Nghiên cứu hoàn thiện kỹ thuật cho đội tuyển bóng đá futsal nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh”.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp gồm: Phương pháp đọc và phân tích tài liệu tham khảo; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU**1. Thực trạng kỹ thuật môn bóng đá Futsal của đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh****1.1. Thực trạng sử dụng các kỹ thuật trong tập luyện môn bóng đá futsal**

Để có thể xác định được thực trạng sử dụng các kỹ thuật trong môn bóng đá futsal bài viết

tiến hành quan sát 10 buổi tập luyện và thi đấu của VĐV bóng đá futsal các đội tuyển Quốc gia, TP. Hồ Chí Minh và Đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh. Kết quả quan sát được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả quan sát thực trạng sử dụng các kỹ thuật trong tập luyện, thi đấu môn bóng đá futsal

TT	Kỹ thuật	Đội tuyển quốc gia		TP. HCM		ĐH Sư phạm TP. HCM	
		Số giáo án sử dụng	Tỷ lệ %	Số giáo án sử dụng	Tỷ lệ %	Số giáo án sử dụng	Tỷ lệ %
A. Nhóm kỹ thuật không bóng							
1	Nhóm kỹ thuật chạy	10	100	10	100	10	100
2	Nhóm kỹ thuật nhảy	10	100	10	100	10	100
3	Nhóm kỹ thuật đổi hướng	10	100	10	100	10	100
4	Kỹ thuật đi bộ	0	0	6	80	8	100
B. Nhóm kỹ thuật có bóng							
1	Kỹ thuật thủ môn (kỹ thuật phòng thủ, tấn công).	10	100	5	50	4	40
2	Kỹ thuật đá bóng: Kỹ thuật đá lòng, mu giữa, mu trong, mu ngoài, mũi chân.	10	100	10	100	10	100
3	Kỹ thuật đánh đầu: Đánh đầu trán giữa, trán bên.	3	30	0	0	0	0
4	Kỹ thuật tranh cướp: Trước mặt, bên cạnh, sau lưng.	10	100	8	80	7	70
5	Kỹ thuật động tác giả: Có bóng, không bóng.	8	80	6	60	6	60
6	Kỹ thuật dẫn bóng: Lòng, mu trong, mu giữa, mu ngoài.	10	100	10	100	10	100
7	Kỹ thuật dừng bóng: Lòng, mu giữa, mu ngoài, đùi, ngực.	10	100	10	100	8	80
8	Kỹ thuật qua người.	10	100	10	100	8	80

Kết quả quan sát cho thấy, ở kỹ thuật không bóng, ở cả 4 kỹ thuật đều được các huấn luyện viên của 3 đội sử dụng trong huấn luyện. Tuy nhiên, mức độ sử dụng cũng khác nhau. Ở các kỹ thuật có bóng cũng tương tự các kỹ thuật không bóng. Trình độ tập luyện càng cao thì số giáo án sử dụng huấn luyện kỹ thuật càng

hiều. Ở các kỹ thuật đá bóng và dẫn bóng, đây là 2 kỹ thuật cơ bản nhất trong bóng đá vì vậy mà huấn luyện viên của cả 3 đội đều sử dụng 100% (10 giáo án) trong huấn luyện và giảng dạy. Các kỹ thuật còn lại thay đổi theo tỷ lệ từ cao xuống thấp giữa các đội tuyển Quốc gia.

1.2. Lựa chọn các nhóm kỹ thuật cơ bản trong tập luyện bóng đá futsal

Để có thể lựa chọn được các nhóm kỹ thuật cơ bản nhất được sử dụng trong tập luyện và thi đấu môn bóng đá futsal, bài viết tiến hành tổng hợp các tài liệu tham khảo, qua các giáo án giảng dạy và huấn luyện của các đội tuyển bóng đá futsal Quốc gia, TP. Hồ Chí Minh, Hà Nội bài viết tổng hợp được 12 nhóm kỹ thuật. Sau

khi tổng hợp được các kỹ thuật, bài viết tiến hành phỏng vấn 15 huấn luyện viên huấn luyện và giảng dạy bóng đá futsal của các đội tuyển Quốc gia, TP. Hồ Chí Minh, Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh... Nội dung phỏng vấn được đánh giá ở 3 mức: Rất quan trọng: 3 điểm; quan trọng: 2 điểm; ít quan trọng: 1 điểm.

Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn các kỹ thuật cơ bản sử dụng các kỹ thuật trong tập luyện, thi đấu môn bóng đá futsal

TT	Kỹ thuật	Rất quan trọng		Quan trọng		Ít quan trọng	
		Số người đồng ý	Tỷ lệ%	Số người đồng ý	Tỷ lệ%	Số người đồng ý	Tỷ lệ%
A. Nhóm kỹ thuật không bóng							
1	Nhóm kỹ thuật chạy (Chạy ngang, giạt lùi, chữ chi)	12,00	80,00	3,00	20,00	0,00	0,00
2	Nhóm kỹ thuật nhảy (nhảy có đà, không có đà)	6,00	40,00	8,00	53,33	1,00	6,67
3	Nhóm kỹ thuật đổi hướng	5,00	33,33	8,00	53,33	2,00	13,33
4	Đi bộ	5,00	33,33	7,00	46,67	3,00	20,00
B. Nhóm kỹ thuật có bóng							
1	Kỹ thuật thủ môn (Kỹ thuật phòng thủ, tấn công)	12,00	80,00	2,00	13,33	1,00	6,67
2	Kỹ thuật đá bóng: Kỹ thuật đá lòng, mu giữa, mu trong, mu ngoài, mũi chân	15,00	100,00	0,00	0,00	0,00	0,00
3	Kỹ thuật đánh đầu: Đánh đầu trán giữa, trán bên	10,00	66,67	3,00	20,00	2,00	13,33
4	Kỹ thuật tranh cướp: Trước mặt, bên cạnh, sau lưng	12,00	80,00	2,00	13,33	1,00	6,67
5	Kỹ thuật động tác giả: Có bóng, không bóng	8,00	53,33	3,00	20,00	4,00	26,67
6	Kỹ thuật dẫn bóng: Lòng, mu trong, mu giữa, mu ngoài	14,00	93,33	1,00	6,67	0,00	0,00
7	Kỹ thuật dừng bóng: Lòng, mu giữa, mu ngoài, đùi, ngực	12,00	80,00	2,00	13,33	1,00	6,67
8	Kỹ thuật qua người	13,00	86,67	2,00	13,33	0,00	0,00

Kết quả bảng 2 cho thấy, tất cả các huấn luyện viên được hỏi đều cho rằng các kỹ thuật mà bài viết đưa ra phỏng vấn ở mức rất quan trọng trong tập luyện và thi đấu môn bóng đá futsal. Tuy nhiên, mức độ tán đồng không đồng nhất giữa các kỹ thuật đạt tỷ lệ ở mức rất quan trọng từ 33,33%-100%. Để đảm bảo khách quan trong lựa chọn các kỹ thuật cơ bản dùng trong giảng dạy và huấn luyện, bài viết chỉ lựa chọn các kỹ thuật có số phiếu đồng ý tán thành đạt từ 80% trở lên ở mức rất quan trọng để huấn luyện và giảng dạy. Theo đó, các kỹ thuật được bài viết lựa chọn dùng trong huấn luyện kỹ thuật cho VĐV nam bóng đá futsal đội tuyển trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh gồm:

A. Nhóm kỹ thuật không bóng

1. Nhóm kỹ thuật chạy (chạy ngang, chạy giật lùi, chạy chữ chi).

B. Nhóm kỹ thuật có bóng

1. Kỹ thuật đá (đá lòng, đá mu giữa, đá mu trong, đá mu ngoài).

2. Kỹ thuật dẫn bóng (dẫn bóng bằng lòng bàn chân, bằng mu trong bàn chân, mu giữa bàn chân).

3. Kỹ thuật dừng bóng (dừng bóng bằng lòng bàn chân, mu giữa bàn chân).

4. Kỹ thuật tranh cướp bóng.

5. Kỹ thuật qua người.

6. Kỹ thuật thủ môn.

Trên đây là các nhóm kỹ thuật cơ bản thường được sử dụng trong thi đấu và tập luyện bóng đá futsal. Tuy nhiên, trong phạm vi nghiên cứu của bài viết, kỹ thuật thủ là một kỹ

thuật đặc thù vì vậy mà chưa nghiên cứu trong bài viết này. Theo đó bài viết sử dụng 5 nhóm kỹ thuật trong việc hoàn thiện kỹ thuật bóng đá cho nam VĐV bóng đá đội tuyển sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh. Các nhóm kỹ thuật gồm: Nhóm kỹ thuật chạy (chạy ngang, chạy giật lùi, chạy chữ chi); Kỹ thuật đá (đá lòng, đá mu giữa, đá mu trong, đá mu ngoài); Kỹ thuật dẫn bóng (dẫn bóng bằng lòng bàn chân, bằng mu trong bàn chân, mu giữa bàn chân); Kỹ thuật dừng bóng (dừng bóng bằng lòng bàn chân, mu giữa bàn chân); Kỹ thuật tranh cướp bóng; Kỹ thuật qua người.

1.3. Đánh giá thực trạng kỹ thuật futsal cơ bản của đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

1.3.1. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kỹ thuật cơ bản của futsal

Trong thi đấu bóng đá, việc đánh giá kỹ thuật của các vận động viên thật sự không hề dễ dàng với bất cứ HLV nào. Kỹ thuật của VĐV thay đổi theo từng tình huống thi đấu trên sân, vì vậy mà việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá cũng như quan sát kỹ thuật đánh giá chỉ mang tính định hướng (đánh giá bằng cảm tính thông qua quan sát) mà không thể định lượng được. Mặt khác, trong kỹ thuật bóng đá và trong phạm vi nghiên cứu của bài viết, chỉ tập trung đánh giá các kỹ thuật của VĐV với bóng. Theo đó bài viết xây dựng bảng hướng dẫn kỹ thuật bóng đá futsal cho VĐV theo 3 mức:

Kỹ thuật A: Kỹ thuật tốt; B: Kỹ thuật trung bình; C: Kỹ thuật yếu.

Bảng 3. Hướng dẫn đánh giá kỹ thuật bóng đá futsal

Kỹ thuật	Hướng dẫn đánh giá		
	Kỹ thuật A	Kỹ thuật B	Kỹ thuật C
Kỹ thuật đá (đá lòng, đá mu giữa, đá mu trong, đá mu ngoài).	Thực hiện tốt 5 giai đoạn trên kỹ thuật.	Thực hiện tốt 4 trong 5 giai đoạn trên.	Thực hiện tốt 3 trong 5 giai đoạn trên.
Kỹ thuật dẫn bóng (dẫn bóng bằng lòng bàn chân, bằng mu trong bàn chân, mu giữa bàn chân).	Thực hiện tốt trong 3 giai đoạn.	Thực hiện tốt 2 trong 3 giai đoạn.	Thực hiện tốt ít nhất một giai đoạn.
Kỹ thuật dừng bóng (dừng bóng bằng lòng bàn chân, mu giữa bàn chân).	Thực hiện tốt trong 3 giai đoạn.	Thực hiện tốt 2 trong 3 giai đoạn.	Thực hiện tốt ít nhất một giai đoạn.

Kỹ thuật tranh cướp bóng.	Thực hiện tốt trong 3 yêu cầu.	Thực hiện tốt 2 trong 3 yêu cầu.	Thực hiện tốt ít nhất yêu cầu.
Kỹ thuật qua người	<ul style="list-style-type: none"> - Dùng tốc độ vượt nhanh qua người. - Dùng động tác giả qua người. - Thay đổi hướng bóng để dẫn qua người. - Thay đổi đột ngột tốc độ để dẫn qua người. - Đẩy bóng qua háng để qua người. - Người, bóng chia hai hướng để qua người. 	Thực hiện tốt ít nhất 4 kỹ thuật.	Thực hiện tốt ít nhất 2 kỹ thuật.

1.3.2. *Thực trạng kỹ thuật cơ bản của đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh*

Để có thể đánh giá được kỹ thuật bóng đá của đội tuyển nam sinh viên trường Đại học

Sư phạm TP. Hồ Chí Minh, bài viết tiến hành quan sát 10 buổi tập luyện và thi đấu, đồng thời đối chiếu với kết quả trên bảng hướng dẫn đánh giá kỹ thuật. Kết quả quan sát phân loại kỹ thuật được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Thực trạng kỹ thuật bóng đá futsal đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

Kỹ thuật A		Kỹ thuật B		Kỹ thuật C	
n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ
4	16	7	28	14	56

Kết quả bảng 4 cho thấy, kỹ thuật của đội tuyển nam bóng đá futsal của trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh chưa được tốt, số sinh viên xếp kỹ thuật C (kỹ thuật kém) có 14 sinh viên chiếm tỷ lệ 56%. Đây thực sự là

khó khăn trong huấn luyện và thi đấu bóng đá futsal. Đặc biệt cần phải điều chỉnh, bổ sung các bài tập phù hợp, góp phần nâng cao và hoàn thiện kỹ thuật bóng đá.

Bảng 5. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập hoàn thiện kỹ thuật bóng đá futsal cho đội tuyển nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh

STT	Tên bài tập	Ưu tiên 1			Ưu tiên 2			Ưu tiên 3		
		Số phiếu	Điểm	%	Số phiếu	Điểm	%	Số phiếu	Điểm	%
I	Nhóm bài tập không bóng									
1	Di chuyển ngang sân	12	36	80	2	4	8,89	1	1	2,22
2	Chạy luân cộc	13	39	86,67	1	2	4,44	1	1	2,22
3	Chạy luân cộc theo chiều trước sau	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
4	Chạy đảo chân quanh cộc	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0

5	Chạy đảo chân luân cọc	15	45	100	0	0	0	0	0	0
6	Bật xa tại chỗ	10	30	66,67	3	6	13,33	2	2	4,44
7	Bật nhảy bước bục	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
8	Nằm sấp chống đẩy	7	21	46,67	5	10	22,22	3	3	6,67
9	Ke bụng	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
II	Nhóm bài tập có bóng									
1	Mô phỏng đá bóng chết	12	36	80	2	4	8,89	1	1	2,22
2	Đá bóng nằm tại chỗ	13	39	86,67	1	2	4,44	1	1	2,22
3	Đá bóng lăn sệt	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
4	Đá bóng nửa nảy	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
5	Đá chuyền cho nhau	15	45	100	0	0	0	0	0	0
6	Chạy song song chuyền bóng	13	39	86,67	2	4	8,89	0	0	0
7	Phối hợp đồng đội tập sút cầu môn	12	36	80	2	4	8,89	1	1	2,22
8	Bài tập dẫn bóng chậm theo đường thẳng	13	39	86,67	1	2	4,44	1	1	2,22
9	Bài tập dẫn bóng tự do trong khu vực nhất định	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
10	Bài tập dẫn bóng luân cọc	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
11	Dẫn bóng hình tam giác	15	45	100	0	0	0	0	0	0
12	Bài tập kéo bóng	13	39	86,67	2	4	8,89	0	0	0
13	Bài tập thay đổi chân kéo bóng	12	36	80	2	4	8,89	1	1	2,22
14	Tập đẩy bóng	13	39	86,67	1	2	4,44	1	1	2,22
15	Tập luyện kết hợp chặt đẩy	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
16	Tập kết hợp kéo đẩy	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
17	Cướp bóng chính diện	15	45	100	0	0	0	0	0	0
18	Va chạm hợp lý cướp bóng từ hai bên	13	39	86,67	2	4	8,89	0	0	0
19	Chuyền bóng 2 người có 1 người truy cản	12	36	80	2	4	8,89	1	1	2,22
20	Chuyền bóng 3 người có 1 người truy cản	13	39	86,67	1	2	4,44	1	1	2,22
21	Chuyền bóng 4 người có 2 người truy cản	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
22	Chuyền bóng hình ziczac	14	42	93,33	1	2	4,44	0	0	0
23	Chuyền bóng hình ziczac có người truy cản	15	45	100	0	0	0	0	0	0
24	Bài tập thi đấu	13	39	86,67	2	4	8,89	0	0	0
25	Tâng bóng	10	30	66,67	3	6	13,33	2	2	4,44
26	Chuyền bóng chéo sân	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67

27	Chuyền bóng xa	7	21	46,67	5	10	22,22	3	3	6,67
28	Hai người di chuyển chuyền bóng	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
29	Bài tập theo nhóm 3 người	10	30	66,67	3	6	13,33	2	2	4,44
30	Chuyền bóng qua lại tại chỗ	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
31	Dẫn bóng luân cọc, chuyền bóng sau đó sút cầu môn	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
32	Chuyền bóng vòng tròn	10	30	66,67	3	6	13,33	2	2	4,44
33	Nhảy tiến lùi qua bóng	8	24	53,33	4	8	17,78	3	3	6,67
34	Ba cầu thủ chuyền bóng cho nhau bằng 2 bóng	7	21	46,67	5	10	22,22	3	3	6,67

Kết quả bảng 5 cho thấy, đa số các huấn luyện viên ít nhiều đều có sử dụng các bài tập mà bài viết đưa ra để hoàn thiện kỹ thuật cho nam đội tuyển bóng đá futsal. Tuy nhiên, để đảm bảo tính nhất trí cao của số liệu phỏng vấn bài viết thu được 29 bài tập có số phiếu tán thành từ 75-100% làm bài tập sử dụng để hoàn thiện kỹ thuật cho nam đội tuyển bóng đá futsal. Các bài tập được lựa chọn gồm:

** Nhóm bài tập không bóng*

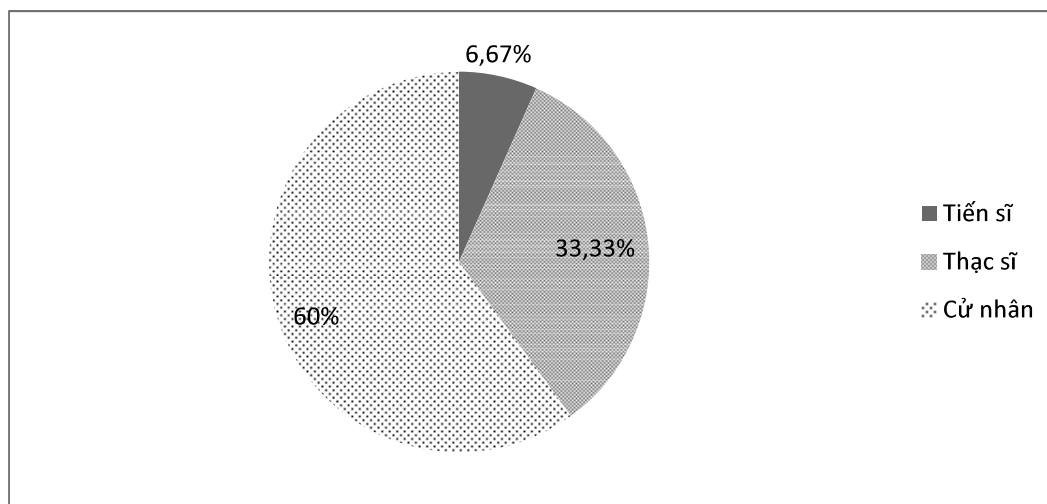
1. Di chuyển ngang sân;
2. Chạy luân cọc;
3. Chạy luân cọc theo chiều trước sau;
4. Chạy đảo chân quanh cọc;
5. Chạy đảo chân luân cọc.

** Nhóm bài tập có bóng*

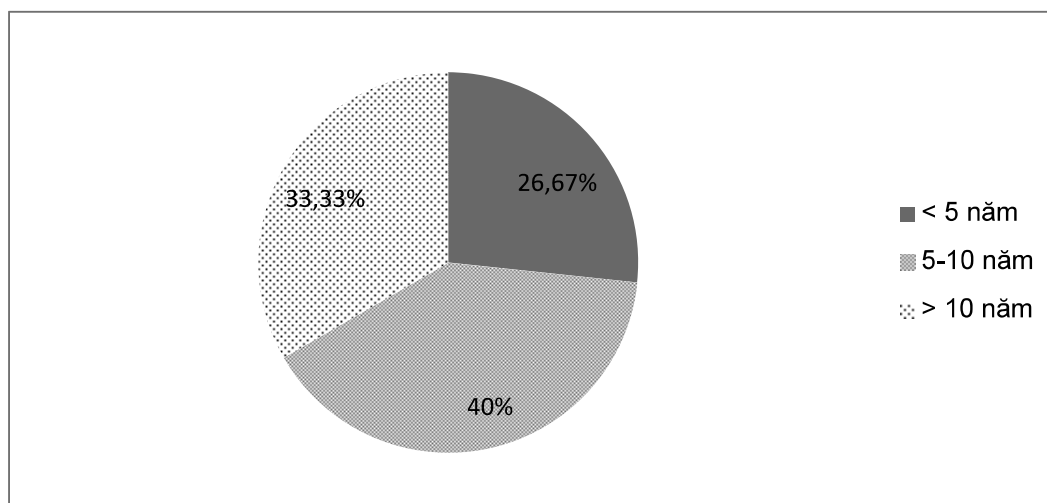
1. Mô phỏng đá bóng chết;
2. Đá bóng nằm tại chỗ;
3. Đá bóng lăn sệt;
4. Đá bóng nửa nảy;
5. Đá chuyền cho nhau;
6. Chạy song song chuyền bóng;
7. Phối hợp đồng đội tập sút cầu môn;
8. Bài tập dẫn bóng chậm theo đường thẳng;
9. Bài tập dẫn bóng tự do trong khu vực nhất định;
10. Bài tập dẫn bóng luân cọc;
11. Dẫn bóng hình tam giác;
12. Bài tập kéo bóng;

13. Bài tập thay đổi chân kéo bóng;
14. Tập đẩy bóng;
15. Tập luyện kết hợp chặt đẩy;
16. Tập kết hợp kéo đẩy;
17. Cướp bóng chính diện;
18. Va chạm hợp lý cướp bóng từ hai bên;
19. Chuyền bóng 2 người có 1 người truy cản;
20. Chuyền bóng 3 người có 1 người truy cản;
21. Chuyền bóng 4 người có 2 người truy cản;
22. Chuyền bóng hình ziczac;
23. Chuyền bóng hình ziczac có người truy cản;
24. Bài tập thi đấu.

Sau khi lựa chọn được 29 bài tập kể trên, nhằm đảm bảo tính khách quan và nâng cao độ tin cậy của kết quả nghiên cứu bài viết tiến hành khảo sát đối tượng phỏng vấn dưới góc độ trình độ học vấn, thâm niên công tác. Trong tổng số 15 người phỏng vấn: Về học vị, có 1 tiến sĩ (chiếm 6,67%), 5 thạc sĩ (chiếm 33,33%) và 9 cử nhân (chiếm 60%); Về thâm niên công tác có 4 người <5 năm (chiếm 26,7%), 6 người từ 5-10 năm (chiếm 40%) và 5 người >10 năm (chiếm 33,33%). Kết quả khảo sát được trình bày tại biểu đồ 1 và biểu đồ 2.



Biểu đồ 1. Trình độ học vấn của đối tượng tham gia phỏng vấn



Biểu đồ 2. Thâm niên công tác của đối tượng tham gia phỏng vấn

Với thành phần phỏng vấn trên đã cho thấy, đối tượng tham gia phỏng vấn có trình độ học vấn sau đại học chiếm tỷ lệ 40% và có thâm niên công tác từ 5 năm trở lên chiếm tỷ lệ 73,33%. Kết quả phỏng vấn khẳng định được độ tin cậy của các số liệu bài viết lựa chọn. Các yêu cầu về lượng vận động của 29 bài tập được trình bày dưới đây.

A. Nhóm kỹ thuật không bóng: (Số lần: 5 lần \times 2 tổ, nghỉ giữa các tổ: 2 - 3 phút).

Bài tập 1: Di chuyển ngang sân.

Bài tập 2: Chạy luồn cọc.

Bài tập 3: Chạy luồn cọc theo chiều trước sau.

Bài tập 4: Chạy đảo chân quanh cọc.

Bài tập 5: Chạy đảo chân luồn cọc.

B. Nhóm kỹ thuật có bóng: (Số lần thực hiện: Mỗi kỹ thuật thực hiện 15 lần \times 2 tổ, nghỉ giữa các tổ: 2-3 phút).

Bài tập 1: Mô phỏng đá bóng chết.

Bài tập 2: Đá bóng nằm tại chỗ.

Bài tập 3: Đá bóng lăn sệt.

Bài tập 4: Đá bóng nửa nảy.

Bài tập 5: Đá chuyền cho nhau.

Bài tập 6: Chạy song song chuyền bóng.

Bài tập 7: Phối hợp đồng đội tập sút cầu môn.

Bài tập 8: Bài tập dẫn bóng chậm theo đường thẳng.

Bài tập 9: Bài tập dẫn bóng tự do trong khu vực nhất định.

Bài tập 10: Bài tập dẫn bóng luân cọc.

Bài tập 11: Dẫn bóng hình tam giác.

Bài tập 12. Bài tập kéo bóng.

Bài tập 13. Bài tập thay đổi chân kéo bóng.

Bài tập 14: Tập đẩy bóng.

Bài tập 15: Tập luyện kết hợp chặt đẩy.

Bài tập 16: Tập kết hợp kéo đẩy.

Bài tập 17: Cướp bóng chính diện.

Bài tập 18: Va chạm hợp lý cướp bóng từ hai bên.

Bài tập 19: Chuyển bóng 2 người có 1 người truy cản.

Bài tập 20: Chuyển bóng 3 người có 1 người truy cản.

Bài tập 21: Chuyển bóng 4 người có 2 người truy cản.

Bài tập 22: Chuyển bóng hình ziczac.

Bài tập 23: Chuyển bóng hình ziczac có người truy cản.

Bài tập 24: Bài tập thi đấu. *Cách thực hiện:* Chia VĐV thành các đội đấu tập nhau trong khoảng thời gian 20 phút mỗi trận, mỗi hiệp 10 phút đổi sân. Thực hiện vào cuối mỗi buổi tập.

Bảng 6. So sánh kỹ thuật bóng đá giữa 2 nhóm trước thực nghiệm

Nhóm	Kỹ thuật					
	Kỹ thuật A		Kỹ thuật B		Kỹ thuật C	
	n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ
Nhóm thực nghiệm (n = 12)	2	16,67	3	25,00	7	58,33
Nhóm đối chứng (n = 13)	2	15,38	4	33,33	7	53,85

Bảng 7. Thành tích thi đấu của 2 nhóm trước thực nghiệm (n = 10)

Nhóm	Số trận thắng	Số trận hoà	Số trận thua	Tổng số bàn thắng	Tỷ lệ bàn thắng/trận
Thực nghiệm	3	4	3	14	1,4
Đối chứng	3	4	3	15	1,5

Kết quả bảng 6 cho thấy, số VĐV xếp loại kỹ thuật A, B, C là tương đương nhau giữa 2 nhóm. Điều này khẳng định cách phân chia nhóm đảm bảo ngẫu nhiên khách quan trong nghiên cứu. Khi so sánh giữa tỷ lệ VĐV xếp loại kỹ thuật giữa 2 nhóm cao nhất là tỷ lệ VĐV xếp loại kỹ thuật C, tiếp đến là kỹ thuật B và thấp nhất là nhóm kỹ thuật A. Điều này đặt ra cho các huấn luyện viên trong công tác huấn luyện cần nâng cao mức độ hoàn thiện kỹ thuật cho các VĐV.

Kết quả bảng 7 cho thấy, trong thi đấu tỷ lệ thắng bại giữa 2 nhóm là tương đương nhau. Số bàn thắng giữa 2 đội đạt được là không nhiều 14 và 15 giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng. Tỷ lệ bàn thắng/trận đấu lần lượt là 1,4 và 1,5. Điều này khẳng định một lần nữa là kết quả phân chia nhóm mang tính ngẫu nhiên đảm bảo khách quan trong nghiên cứu. Hay nói cách khác, trình độ tập luyện giữa 2 nhóm trước thực nghiệm là tương đương nhau.

1.3.3. Đánh giá sau thực nghiệm

Để có thể đánh giá được hiệu quả tác động của các bài tập tới việc hoàn thiện kỹ thuật nói riêng của các VĐV cũng như nâng cao trình độ tập luyện nói chung, bài viết tiến hành tổ chức thực nghiệm. Sau thời gian thực nghiệm tiến hành kiểm tra đánh giá kỹ thuật của 2 nhóm. Kết quả kiểm tra đánh giá được trình bày tại bảng 8.

Kết quả bảng 8 cho thấy, sau thực nghiệm kỹ thuật của VĐV 2 nhóm đã được cải thiện theo chiều hướng tích cực hoàn thiện. Tuy nhiên, mức độ hoàn thiện cũng như tỷ lệ VĐV xếp loại thành tích giữa 2 nhóm khác nhau. Số vận động viên xếp loại kỹ thuật A (mức hoàn thiện kỹ thuật cao nhất) của nhóm thực nghiệm (5) cao hơn hẳn nhóm đối chứng (3) tương ứng với tỷ lệ 41,67% và 23,08%. Tỷ lệ VĐV xếp loại kỹ thuật C (đang hoàn thiện kỹ thuật)

của nhóm thực nghiệm (3) tốt hơn nhóm đối chứng (4) tương ứng với tỷ lệ 25% và 30,77%. Kết quả phân loại kỹ thuật của 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm đã khẳng định hiệu quả của các bài tập bài viết lựa chọn.

Để khẳng định hơn nữa về hiệu quả của các bài tập bài viết tiến hành kiểm tra trình độ tập luyện của VĐV 2 nhóm thông qua thành tích thi đấu. Kết quả kiểm tra đánh giá được trình bày tại bảng 9.

Bảng 8. So sánh kỹ thuật bóng đá giữa 2 nhóm sau thực nghiệm

Nhóm	Kỹ thuật					
	Kỹ thuật A		Kỹ thuật B		Kỹ thuật C	
	n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ	n	Tỷ lệ
Nhóm thực nghiệm (n = 12)	5	41,67	4	33,33	3	25,00
Nhóm đối chứng (n = 13)	3	23,08	6	50,00	4	30,77

Bảng 9. Thành tích thi đấu của 2 nhóm sau thực nghiệm (n = 10)

Nhóm	Số trận thắng	Số trận hoà	Số trận thua	Tổng số bàn thắng	Tỷ lệ bàn thắng/trận
Thực nghiệm	6	1	3	30	3
Đối chứng	3	1	6	13	1,3

Kết quả bảng 9 cho thấy, sau 10 trận đấu tập kết quả thắng thua của 2 đội đã có sự thay đổi đáng kể giữa 2 nhóm. Nhóm thực nghiệm thắng 6 thua 3 tỷ lệ bàn thắng 3 bàn/trận. Nhóm đối chứng thắng 3 và thua 6 tỷ lệ bàn thắng 1,3 bàn/trận. Trong 10 trận đấu chỉ có một trận đấu hoà giữa 2 đội. Kết quả này một lần nữa khẳng định ưu thế của các bài tập bài viết lựa chọn và ứng dụng trong việc hoàn thiện kỹ thuật nói riêng và nâng cao trình độ tập luyện nói chung cho VĐV.

KẾT LUẬN

1. Thực trạng trình độ kỹ thuật của đội tuyển bóng đá futsal nam sinh viên trường Đại học Sư phạm TP. Hồ Chí Minh còn thấp.
2. Thực trạng sử dụng các bài tập nhằm hoàn thiện kỹ thuật bóng đá futsal còn hạn chế.
3. Bài viết đã lựa chọn được 29 bài tập nhằm hoàn thiện kỹ thuật bóng đá futsal cho VĐV. Trong đó có 5 bài tập không bóng và 24 bài tập có bóng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Văn An, Hoài Sơn (1978), “*Tìm hiểu Bóng đá thế giới*”, NXB TDTT, Hà Nội.
- [2]. B.A. Asmarin (1978), “*Lý luận và phương pháp giáo dục thực nghiệm sư phạm trong TDTT*”, NXB TDTT Matxcova, Dịch: Đoàn Thế Hiến.
- [3]. R. Alagich (1988), “*Huấn luyện bóng đá hiện đại*”, NXB TDTT, Hà Nội - Dịch: Nguyễn Huy Bích, Phạm thanh Hiệu.
- [4]. Aulic I.V (1982), “*Đánh giá trình độ tập luyện thể thao*”, NXB TDTT, Hà Nội.
- [5]. Bansevich (1980), “*Các nguyên tắc về phương pháp trong thử nghiệm sư phạm nhằm tuyển chọn và dự báo trong TDTT*”, NXB TDTT Matxcova.
- [6]. Davuoroski (1978), “*Các tổ chất thể lực VĐV*”, NXB TDTT, Dịch: Bùi Từ Liêm, Phạm Xuân Tâm.
- [7]. P.Ditohare (1996), “*Đào tạo VĐV Bóng đá, quá trình nhiều năm liên tục*”, NXB TDTT Lepxich Đức.
- [8]. Daxuoxki V.M, “*Các tổ chất thể lực của VĐV*”, NXB TDTT, Hà Nội, 1978 - Dịch: Bùi Từ Liêm, Phạm Xuân Lâm.
- [9]. *Đề cương về đổi mới công tác đào tạo tài năng thể thao tại Hội nghị toàn ngành TDTT lần 2 - 1993.*

Bài nộp ngày 27/12/2019, phản biện ngày 04/3/2020, duyệt in ngày 10/3/2020