

ĐÁNH GIÁ SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CỦA NỮ SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC TIỀN GIANG SAU KHI HỌC HỌC PHẦN THỂ THAO TỰ CHỌN CẦU LÔNG

Nguyễn Võ Hữu Trí
Khoa LLCT-GDQP&TC, Trường Đại học Tiền Giang

Tóm tắt: Đánh giá hiệu quả công tác giảng dạy cho nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang sau khi học học phần thể thao tự chọn cầu lông thông qua sự phát triển thể lực chuyên môn.

Từ khóa: Hiệu quả, phát triển, thể lực chuyên môn, môn cầu lông

ASSESSING THE PROFESSIONAL PHYSICAL STRENGTH DEVELOPMENT FOR FEMALE STUDENTS AT TIEN GIANG UNIVERSITY AFTER STUDUING THE ELECTIVE SPORT BADMINTON

Nguyen Vo Huu Tri
Faculty of Political Theory, National Defense and Scurity Education, and Physical Training, Tien Giang University

Abstract: Assessing the effectiveness of teaching for female students of Tien Giang University after studying the elective sport badminton through the development of professional physical strength.

Key words: effectiveness, development, professional physical strength, badminton

Nhận bài: 11/04/2025

Phản biện: 15/05/2025

Duyệt đăng: 20/05/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu lông là môn thể thao nhận được rất nhiều sự quan tâm và được lựa chọn để luyện tập. Trong thi đấu, để có được thành tích cao cần dựa vào nhiều yếu tố: kỹ thuật, chiến thuật, tâm lý, thể lực... và trình độ của đối phương. Việc tiếp thu và vận dụng có hiệu quả kỹ thuật, chiến thuật khi thi đấu môn cầu lông chỉ có thể thực hiện tốt trên nền tảng thể lực chung và thể lực chuyên môn tốt. Do đó, phát triển thể lực chuyên môn chính là chìa khóa giúp người chơi giải quyết được các yêu cầu trong tập luyện và thi đấu có hiệu quả.

Hiện nay, nhiều trường Đại học, Cao đẳng, Trung học chuyên nghiệp đã đưa môn cầu lông vào chương trình tự chọn của môn Giáo dục thể chất. Ở trường Đại học Tiền Giang, môn cầu lông là môn học tự chọn cho sinh viên các lớp không chuyên và là môn thể thao được sinh viên tập luyện và tham gia thi đấu nhiều nhất.

Xuất phát từ những lý do trên, với mong muốn đóng góp một phần vào sự thành công trong

công tác giảng dạy và chuẩn bị sẵn sàng cho việc tuyển chọn các bạn sinh viên thi đấu tốt tham gia giải, đề tài tiến hành: “Nghiên cứu sự phát triển thể lực chuyên môn của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang sau khi học học phần thể thao tự chọn cầu lông”.

Khách thể nghiên cứu: 60 nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang.

Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 8 năm 2023 đến tháng 11 năm 2024.

Phương pháp nghiên cứu của đề tài là: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp toán thống kê, phương pháp thực nghiệm sự phạm (so sánh trình tự).

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Lựa chọn và xác định các test đánh giá thể lực chuyên môn nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang

2.1.2. Kết quả phỏng vấn (bảng 1)

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá thể lực chuyên môn cho nữ sinh viên trường đại học Tiền Giang

TT	TEST	Kết quả lần 1 (n=50)				Kết quả lần 2 (n=42)			
		Đồng ý		Không đồng ý		Đồng ý		Không đồng ý	
		SL	%	SL	%	SL	%	SL	%
1	Chạy 30m xuất phát cao (s)	47	94.00	3	6.00	40	95.24	2	4.76
2	Chạy 50m xuất phát cao (s)	32	64.00	18	36.00	28	66.67	14	33.33
3	Chạy 1.500m xuất phát cao đối với lứa tuổi 12 trở lên (phút)	12	24.00	38	76.00	9	21.43	33	78.57

4	Bật xa tại chỗ (cm)	43	86.00	7	14.00	34	80.95	8	19.05
5	Nhảy dây đơn hoặc kép 1 phút (lần)	34	68.00	16	32.00	27	64.29	15	35.71
6	Nhảy dây đơn 2 phút (lần)	33	66.00	17	34.00	26	61.90	16	38.10
7	Di chuyển nhật cầu 40 quả x 4m (s)	22	44.00	28	56.00	21	50.00	21	50.00
8	Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (s)	35	70.00	15	30.00	33	78.57	9	21.43
9	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sỏi cầu 1 phút (lần).	48	96.00	2	4.00	39	92.86	3	7.14
10	Thời gian 5 lần di chuyển ngang sân Cầu lông (s).	46	92.00	4	8.00	41	97.62	1	2.38
11	Thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân Cầu lông (s).	47	94.00	3	6.00	37	88.10	5	11.90
12	Thời gian 10 lần di chuyển về 4 góc sân Cầu lông (s).	31	62.00	19	38.00	27	64.29	15	35.71
13	Lăng tạ ante 1.5kg (30'') thuận (lần)	23	46.00	27	54.00	23	54.76	19	45.24
14	Ném quả cầu lông đi xa (cm)	46	92.00	4	8.00	37	88.10	15	11.90

Như vậy qua kết quả phỏng vấn ở bảng 1, đề tài đã lựa chọn được 7 test có tỷ lệ người đồng ý cao từ 70% trở lên để làm test đánh giá thể lực chuyên môn cho nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang; gồm các test:

- Test 1: Chạy 30m xuất phát cao (s).
- Test 2: Bật xa tại chỗ (cm).
- Test 3: Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (s).
- Test 4: Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sỏi cầu 1 phút (lần).

- Test 5: Thời gian 5 lần di chuyển ngang sân Cầu lông (s).

- Test 6: Thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân Cầu lông (s).

- Test 7: Ném quả cầu lông đi xa (cm).

2.1.2. So sánh hai tỷ lệ quan sát bằng test X²

Chúng tôi tiến hành so sánh tỉ lệ phần trăm của hai lần phỏng vấn bằng test X². Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. So sánh tỉ lệ phần trăm của 2 lần phỏng vấn các test thể lực chuyên môn của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang

TT	TEST	Kết quả lần 1 (n=50)		Kết quả lần 2 (n=42)		X ²
		Tỉ lệ % đồng ý	Tỉ lệ % không đồng ý	Tỉ lệ % đồng ý	Tỉ lệ % không đồng ý	
1	Chạy 30m xuất phát cao (s)	94.00	6.00	95.24	4.76	0.07
2	Bật xa tại chỗ (cm)	86.00	14.00	80.95	19.05	0.42
3	Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (s)	70.00	30.00	78.57	21.43	0.88
4	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sỏi cầu 1 phút (lần)	96.00	4.00	92.86	7.14	0.43
5	Thời gian 5 lần di chuyển ngang sân Cầu lông (s)	92.00	8.00	97.62	2.38	1.48

6	Thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân Cầu lông (s)	94.00	6.00	88.10	11.90	0.98
7	Ném quả cầu lông đi xa (cm)	92.00	8.00	88.10	11.90	0.39

Nhận xét: Kết quả so sánh tỉ lệ phần trăm (X_2) của 2 lần phỏng vấn của các chuyên gia, giảng viên, HLV về lựa chọn các test thể lực chuyên môn cho nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang có giá trị từ 0,07 đến 1,48 nhỏ hơn 3,84 ($X_2 = 0.07 - 1.48 < 3.84$), nên sự khác biệt của 2 lần phỏng

vấn không có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Như vậy kết quả của 2 lần phỏng vấn không có sự khác biệt.

2.2. Đánh giá sự phát triển thể lực chuyên môn của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang sau khi học học phần thể thao tự chọn cầu lông

Bảng 3. So sánh sự phát triển thể lực chuyên môn sau khi học học phần thể thao tự chọn cầu lông của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang (n=60)

TT	TEST	$\bar{X}_1$	$\bar{X}_2$	d	S_d	$t_{tính}$	P	W
1	Chạy 30m xuất phát cao (s)	5.17	4.99	-0.18	0.13	8.64	< 0.05	3.52
2	Bật xa tại chỗ (cm)	139.75	171.69	31.94	11.40	17.72	< 0.05	20.84
3	Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (s)	21.51	16.07	-5.43	1.33	25.91	< 0.05	28.81
4	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần)	20.75	23.19	2.44	3.95	3.90	< 0.05	10.33
5	Thời gian 5 lần di chuyển ngang sân Cầu lông (s)	9.26	8.14	-1.12	0.40	17.83	< 0.05	12.81
6	Thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân Cầu lông (s)	10.34	9.23	-1.11	0.42	16.81	< 0.05	11.25
7	Ném quả cầu lông đi xa (cm)	551.50	630.31	78.81	35.50	14.04	< 0.05	13.41

Sau khi học xong học phần thể thao tự chọn cầu lông, tất cả các test thể lực chuyên môn của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang đều có sự tăng trưởng và có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$ (test chạy 30m xuất phát cao tốt hơn 0.18s; bật xa tại chỗ tăng 31.94 cm; di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân tốt hơn 5.37s; di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút tốt hơn 2.44 lần; thời gian 5 lần di chuyển ngang sân cầu lông tốt hơn 1.12s; thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân cầu lông tốt hơn 1.11s; ném quả cầu lông đi xa tốt hơn 78.81cm). Nhịp độ tăng trưởng cao nhất là test di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân với $W = 20.84\%$ và thấp nhất là test chạy 30m xuất phát cao với $W = 3.52\%$.

III. KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu cho phép rút ra một số kết luận sau:

1. Đề tài đã chọn được hệ thống các test có đủ độ tin cậy để đánh giá thể lực chuyên môn cho nữ sinh

viên trường Đại học Tiền Giang, bao gồm 07 test:

- Test 1: Chạy 30m xuất phát cao (s).
- Test 2: Bật xa tại chỗ (cm).
- Test 3: Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (s).
- Test 4: Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác đập sủi cầu 1 phút (lần).
- Test 5: Thời gian 5 lần di chuyển ngang sân Cầu lông (s).
- Test 6: Thời gian 5 lần di chuyển trước sau sân Cầu lông (s).
- Test 7: Ném quả cầu lông đi xa (cm).

2. Sau khi học xong học phần thể thao tự chọn cầu lông, tất cả các test thể lực chuyên môn của nữ sinh viên trường Đại học Tiền Giang đều có sự tăng trưởng và có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$. Các test thể lực phát triển trội nhất là test di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân với $W = 20.84\%$ và thấp nhất là test chạy 30m xuất phát cao với $W = 3.52\%$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Đình Bẩm (2000), “Phương pháp lập kế hoạch huấn luyện”, tuyển tập nghiên cứu khoa học TĐTT, Trường Đại học TĐTT 1, NXB TĐTT, Hà Nội.
2. Lê Bửu – Dương Nghiệp Chí – Nguyễn Hiệp (1983), “Lý luận và phương pháp huấn luyện thể thao”, NXB TĐTT, Hà Nội.
3. Trịnh Trung Hiếu (2001), “Lý luận và phương pháp giáo dục TĐTT trong nhà trường”, NXB TĐTT, Hà Nội.
4. Trịnh Trung Hiếu – Nguyễn Sĩ Hà, 1994, “Huấn luyện thể thao”, NXB TĐTT, Hà Nội.
5. Bành Mỹ Lệ – Hậu Chính Khánh (1997), “Cầu Lông”, Dịch: Lê Đức Chương, NXB TĐTT, Hà Nội 2000.
6. Đỗ Vĩnh – Huỳnh Trọng Khải (2008), “Thống kê học trong thể dục thể thao”, NXB TĐTT, Hà Nội.
7. Đỗ Vĩnh – Nguyễn Anh Tuấn (2007), “Giáo trình Lý thuyết và phương pháp nghiên cứu khoa học Thể dục thể thao”, NXB TĐTT, Hà Nội.
8. Đỗ Vĩnh – Trịnh Hữu Lộc (2010), “Giáo trình Đo lường Thể thao”, NXB TĐTT, Hà Nội.