

LỰA CHỌN BÀI TẬP NÂNG CAO HIỆU QUẢ KỸ THUẬT CHUYÊN BÓNG CAO TAY BẰNG HAI TAY TRƯỚC MẶT CHO NỮ SINH VIÊN TRƯỜNG DU LỊCH - ĐẠI HỌC HUẾ

TS. Lê Trần Quang, ThS. Nguyễn Long Hải, ThS. Trần Trung Kiên
Khoa GDTC - Đại học Huế

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy, chúng tôi lựa chọn bài tập nhằm nâng cao hiệu quả chuyên bóng cao tay bằng hai tay trước mặt cho nữ sinh viên Trường Du lịch - Đại học Huế, làm căn cứ để giảng viên điều chỉnh trong quá trình giảng dạy. Đó là vấn đề được quan tâm. Qua quá trình nghiên cứu chúng tôi đã lựa chọn được 02 test và 11 bài tập đảm bảo tính khoa học để ứng dụng cho đối tượng nghiên cứu trong quá trình thực nghiệm.

Từ khóa: Bài tập; nâng cao hiệu quả; chuyên bóng cao tay; sinh viên Trường Du lịch - Đại học Huế.

Abstract: By regular research methods, we select exercises to improve the efficiency of frontal high pass technique with two hands of volleyball for female students of School of Hospitality and Tourism - Hue University, as a basis for teachers to adjust in the teaching process. That is the issue that needs attention. The results of our study have selected 11 exercises to ensure the science and application of subjects in the experimental process.

Keywords: exercises; improve the efficiency; frontal high pass technique; students of School of Hospitality and Tourism - Hue University.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất (GDTC) ở các trường Đại học, Cao đẳng là một nhân tố hết sức quan trọng trong việc giáo dục toàn diện cho học sinh, sinh viên (HS, SV), nhằm tăng cường sức khỏe, phát triển thể lực và tạo cơ hội cho mọi người có khả năng phát triển cao về trí tuệ, phong phú về tinh thần, trong sáng về đạo đức, góp phần tạo nguồn nhân lực mới, con người mới phục vụ sự nghiệp, công nghiệp hoá, hiện đại hoá (CNH, HĐH) đất nước.

Qua thực tế giảng dạy tại Khoa, cũng như quan sát các buổi tập luyện của sinh viên, đặc biệt là các lớp đã học tập qua môn Bóng chuyên chúng tôi nhận thấy rằng hầu hết sinh viên đều nắm bắt kiến thức cơ bản của môn học, cũng như các kỹ thuật môn Bóng chuyên. Biết cách tổ chức tập luyện cho những người khác. Song trong quá trình tập luyện các CLB của sinh viên đã bộc lộ những điểm cần quan tâm đó là nội dung kỹ thuật chuyên bóng cao tay bằng hai tay trước mặt. Nên việc nghiên cứu lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật chuyên bóng cao tay

bằng hai tay trước mặt cho nữ sinh viên Trường Du lịch - Đại học Huế là rất cần thiết để thực hiện nhiệm vụ giáo dục của nhà trường.

Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp đọc, phân tích tổng hợp tài liệu; phương pháp phỏng vấn, tọa đàm; phương pháp quan sát sự phạm; phương pháp kiểm tra sự phạm; phương pháp thực nghiệm sự phạm; phương pháp toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Lựa chọn tests đánh giá hiệu quả kỹ thuật chuyên bóng cao tay bằng hai tay trước mặt cho nữ sinh viên Trường Du lịch - Đại học Huế

Qua tổng hợp và phân tích cơ sở lý luận và thực tiễn, thông qua các tài liệu nghiên cứu có liên quan, bài viết đã đưa ra 04 test để đánh giá hiệu quả kỹ thuật chuyên bóng cao tay bằng hai tay trước mặt cho đối tượng nghiên cứu. Để các test lựa chọn được đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 20 chuyên gia, giảng viên, HLV chuyên về bóng chuyên. Kết quả được trình bày ở Bảng 1.