

12	Nhóm 3 người chuyển bóng linh hoạt	13	67	7	35
13	Chuyển bóng kết hợp với các kỹ thuật khác	18	90	2	10
14	Bài tập chuyển bóng qua lại với nhau	17	85	3	15
15	Tự tung tự chuyển bóng	17	85	3	15
16	Chuyển bóng kết hợp đi chuyển tiền lùi	16	80	4	20
17	Chơi bóng chuyền 6 người	8	40	12	60
18	Bài tập thi đấu	18	90	2	10

Qua kết quả phỏng vấn ở Bảng 1 cho thấy: Các chuyên gia, giảng viên, HLV đã lựa chọn được 11 bài tập đạt tỷ lệ 80% từ lên được chúng tôi xây dựng trong tiến trình thực nghiệm ứng dụng cho đối tượng nghiên cứu trong quá trình thực nghiệm.

### 3. Kết quả thực nghiệm

#### 3.1. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Trước khi tiến hành thực nghiệm, chúng tôi kiểm tra thành tích ban đầu của 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Mỗi nhóm 30 sinh

viên Trường Du lịch - Đại học Huế, các đối tượng này được chúng tôi lựa chọn ngẫu nhiên. Kết quả kiểm tra được trình bày ở Bảng 3.

Qua kết quả thu được ở Bảng 3 Chúng tôi thấy rằng: Cả 2 test chuyển bóng từ số 3 sang số 4 vào ổ quy định (10 quả) và test chạy rẽ quạt (s) với kết quả ban đầu của 2 nhóm đều có  $t_1 < t_2$  ở ngưỡng xác suất thống kê ( $\alpha = 5\%$ ). Điều đó chứng tỏ trình độ của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ở giai đoạn đầu là tương đương nhau.

Bảng 3. Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ( $n_a = n_b = 30$ )

TT	Thống số kiểm tra Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm	Nhóm đối chứng	So sánh		
		$\bar{X}_A$	$\bar{X}_B$	$t_{\text{min}}$	$t_{\text{max}}$	P
1	Chuyển bóng từ số 3 sang số 4 vào ổ quy định (10 quả).	5,17 ± 1,55	5,03 ± 1,14	0,365	2,101	5%
2	Chạy rẽ quạt (s)	24,50 ± 1,75	24,75 ± 1,91	0,243	2,101	5%

#### 3.2. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm

Sau thời gian tập luyện của hai nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng. Nhóm thực nghiệm tập luyện theo tiến trình thực nghiệm được trình

bày ở phần phục lục 2. Nhóm đối chứng tập luyện theo chương trình giảng dạy của Khoa GDTC. Kết quả kiểm tra được trình bày ở Bảng 4 và 5.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra sau thực nghiệm của nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng ( $n_a = n_b = 30$ )

TT	Thống số kiểm tra Nội dung kiểm tra	Nhóm thực nghiệm	Nhóm đối chứng	So sánh		
		$\bar{X}_A$	$\bar{X}_B$	$t_{\text{min}}$	$t_{\text{max}}$	P
1	Chuyển bóng từ số 3 sang số 4 vào ổ quy định (10 quả).	8,07 ± 2,67	6,23 ± 1,51	5,407	2,101	5%
2	Chạy rẽ quạt (s)	23,67 ± 0,91	24,40 ± 1,85	2,499	2,101	5%

Qua kết quả thu được ở Bảng 4 cho thấy: Thành tích của nhóm thực nghiệm tăng hơn so với thành tích của nhóm đối chứng ở cả nội

dung chuyển bóng từ số 3 sang số 4 vào ổ quy định (10 quả) và test chạy rẽ quạt (s). Như vậy