

Bảng 5. So sánh nhịp độ tăng trưởng nội dung kiểm tra của hai nhóm

Nhóm	Chuyên bóng từ số 3 sang số 4 vào ô quy định		Chạy rẽ quạt	
	Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm	Trước thực nghiệm	Sau thực nghiệm
Thực nghiệm	5,17	8,07	24,50	23,67
Đối chứng	5,03	6,23	24,75	24,40
Độ chênh lệch	0,14	1,84	- 0,25	- 0,73

Từ kết quả thống kê ở bảng trên cho thấy: Các bài tập mà chúng tôi đã lựa chọn có tác dụng tốt nhằm 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.

KẾT LUẬN

- Qua quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 02 test và 11 bài tập để 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. Các test lựa chọn đều có mối tương quan chặt chẽ, có thể phản ánh đúng mức độ phát triển thể lực cũng như kỹ thuật của sinh viên.

- Các bài tập mà chúng tôi đã lựa chọn ứng dụng trong giảng dạy cho đối tượng nghiên cứu đã mang lại hiệu quả rõ rệt. Sau thời gian thực nghiệm chúng tôi nhận thấy rằng kỹ năng chuyên bóng của nhóm thực nghiệm tốt hơn hẳn nhóm đối chứng ở ngưỡng xác suất $P < 5\%$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1]. Lê Văn Lãm, *Giáo trình đo lường thể dục thể thao* (2012), Nxb. TDTT, Hà Nội.
- [2]. Nguyễn Văn Sơn, Nguyễn Thị Hùng, Giao Thị Kim Đông, *Giáo trình Toán học thống kê trong TDTT* (2013), Nxb. Thông tin và Truyền thông, Hà Nội.
- [3]. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2015), Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ GD&ĐT quy định về “Chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học”.
- [4]. Nguyễn Ngọc Long, Nguyễn Xuân Hùng, Lê Hoàng Dũng, Trần Xuân Tầm (2015), *Giáo trình Bóng chuyền*, Nxb. Thông tin và Truyền thông, Hà Nội.
- [5]. Nguyễn Xuân Sinh, Lê Văn Lãm, Lưu Quang Hiệp, Phạm Ngọc Viễn (2006), *Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb. TDTT, Hà Nội.