



NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC NHANH MÔN BÓNG ĐÁ CHO SINH VIÊN KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT - ĐẠI HỌC HUẾ

ThS. Trịnh Xuân Hồng, TS. Lê Cát Nguyên
Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế

TÓM TẮT

Đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao thường quy như Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, Phương pháp quan sát sự phạm, Phương pháp kiểm tra sự phạm, Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp thực nghiệm sự phạm, Phương pháp toán học thống kê để đánh giá thực trạng, từ đó tiến hành nghiên cứu và lựa chọn được 15 bài tập nhằm phát triển sức nhanh môn bóng đá cho sinh viên Khoa Giáo dục thể chất - Đại học Huế.

Từ khóa: Bóng đá; Bài tập; Sức nhanh; Giáo dục thể chất; Sinh viên.

ABSTRACT

By using regular methods of scientific research in physical education and sports, such as Literature method, Observation method, Pedagogical examination method, Interview method, Pedagogical experiments method, Statistical method... to assess the situation, from that conducting research and selected 15 exercises to developing speed in football for students of School of Physical Education - Hue University.

Keywords: Exercises; Speed; Physical education; Student; Improve.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong quá trình giảng dạy và huấn luyện môn bóng đá cho sinh viên (SV) chuyên ngành Khoa Giáo dục thể chất (GDTC), chúng tôi nhận thấy thể lực chuyên môn của sinh viên chưa đáp ứng yêu cầu trong quá trình tập luyện và thi đấu, nhất là tố chất sức nhanh. Vì vậy, để giúp SV đạt thành tích cao trong quá trình học tập cũng như tham gia các giải bóng đá phong trào, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài: "Nghiên cứu lựa chọn bài tập phát triển sức nhanh môn bóng đá cho sinh viên Khoa Giáo dục Thể chất - Đại học Huế".

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu, đề tài đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sự phạm; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp thực nghiệm sự phạm và Phương pháp toán học thống kê.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1 Đánh giá thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức nhanh môn bóng đá tại Khoa Giáo dục thể chất – Đại học Huế

3.1.1 Lựa chọn test đánh giá sức nhanh môn bóng đá cho sinh viên Khoa Giáo dục Thể chất – Đại học Huế

Nguyên tắc lựa chọn test đánh giá

Các test được lựa chọn phải đảm bảo các yêu cầu sau:

- Các test phải có tính khả thi, đảm bảo độ tin cậy và có tính thông báo trên đối tượng nghiên cứu;

- Các test phải đơn giản dễ thực hiện, thời gian thực hiện các test phải phù hợp với thời gian kiểm tra;

- Các test phải đảm bảo đánh giá được sức nhanh của SV Khoa GDTC.

Phòng vấn lựa chọn test đánh giá sức nhanh của SV Khoa GDTC

Để lựa chọn các test đánh giá sức nhanh cho đối tượng nghiên cứu, đề tài đã tiến hành phỏng vấn 25 giáo viên, huấn luyện viên bóng đá và các test có ý kiến xếp ở mức độ quan trọng trên 70% ý kiến lựa chọn sẽ được chúng tôi sử dụng. Kết quả thu được như trình bày tại bảng 1.

Bảng 1: Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá sức nhanh (n=25)

TT	Test	Kết quả			
		Đồng ý	Tỷ lệ %	Không đồng ý	Tỷ lệ %
1	Test chạy 30m XPC	24	96	1	4
2	Test dẫn bóng luôn 7 cọc tốc độ cao	16	64	9	36
3	Test dẫn bóng luôn cọc 25m	23	92	2	8
4	Test dẫn bóng tốc độ 30m	12	48	13	52
5	Test dẫn bóng tốc độ tối đa 15m	22	88	3	12

Từ kết quả ở bảng 1 cho thấy: Có 3 test là Test chạy 30m XPC, Test dẫn bóng với tốc độ tối đa 15m, Test dẫn bóng luôn cọc 25m đạt tỷ lệ lớn hơn 70% số phiếu tán thành nên đề tài sử dụng để đánh giá sức nhanh cho VĐV. Hai test còn lại do không đảm bảo về tỷ lệ tán thành nên đề tài loại bỏ.

Xác định tính thông báo và độ tin cậy của các test đánh giá

Để đánh giá tính thông báo và độ tin cậy của các test, đề tài sử dụng phương pháp test lặp lại trên đối tượng là 20 sinh viên năm thứ hai lớp TC11A và TC11B, Khoa GDTC. Tuần tự lặp test của các đối tượng và điều kiện lặp test được đảm bảo như nhau.

Các test thỏa mãn các yêu cầu sau:

- Tiến hành trên cùng một đối tượng.

- Tiến hành trong cùng một thời gian tập luyện.

4. KẾT LUẬN

Từ kết quả nghiên cứu, chúng tôi có những kết luận sau:

1. Đề tài đã lựa chọn được 3 test để kiểm tra đánh giá sức nhanh của SV Khoa GDTC – Đại học Huế, đó là: Test chạy 30m XPC, test dẫn bóng với tốc độ tối đa 15m, test dẫn bóng luôn cọc 25m. Các test trên có độ tin cậy và tính thông báo.

2. Thực trạng việc sử dụng các bài tập phát triển sức nhanh trong dạy học và huấn luyện môn bóng đá cho sinh viên Khoa GDTC còn nhiều hạn chế, các bài tập còn đơn điệu và được sử dụng chưa hợp lý.

3. Thông qua phương pháp phỏng vấn, chúng tôi đã lựa chọn được 3 nhóm gồm 15 bài tập để phát triển sức nhanh cho SV Khoa GDTC - Đại học Huế như sau:

- Nhóm 1: Nhóm bài tập cá nhân gồm 8 bài tập.

- Nhóm 2: Nhóm bài tập phối hợp nhóm gồm 3 bài tập.

- Nhóm 3: Nhóm bài tập trò chơi và thi đấu gồm 4 bài tập.

Các bài tập trên đã đảm bảo độ tin cậy ở ngưỡng xác suất $P < 0,05$ và đã có tác dụng phát triển sức nhanh cho SV Khoa GDTC - Đại học Huế sau thời gian thực nghiệm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Alagich.R. (1998), *Huấn luyện bóng đá hiện đại*, Dịch: Nguyễn Huy Bích, Phạm Anh Thiệu, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Dương Nghiệp Chí (2004), *Nghiên cứu ứng dụng khoa học công nghệ nâng cao trình độ tập luyện thi đấu của bóng đá trẻ (tuổi mẫu giáo tới 18 tuổi)*, Đề tài khoa học độc lập cấp nhà nước, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đạo luật thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Harre.D (1996), *Học thuyết huấn luyện*, Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiến, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. Nguyễn Long Hải (2012), *Nghiên cứu lựa chọn và ứng dụng các bài tập phát triển thể lực cho sinh viên trường Đại học Nông lâm – Đại học Huế*
7. Nguyễn Lê Minh Huy (2014), “Nghiên cứu sự phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Sư phạm - Đại học Huế sau một năm học tập”.
8. Thanh Huyền (2001), *Các bài tập cho VĐV bóng đá*, Thông tin khoa học TDTT.
9. Nguyễn Toàn, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, NXB TDTT, HN.
10. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Quang, Trần Quốc Tuấn, Nguyễn Minh Ngọc (2004), *Chương trình huấn luyện bóng đá trẻ 11 – 18 tuổi*, Nxb TDTT, Hà Nội.

KỶ YẾU
HỘI NGHỊ NGHIÊN CỨU KHOA HỌC
VỀ CÔNG TÁC GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO
CÁC TRƯỜNG CAO ĐẲNG, ĐẠI HỌC TOÀN QUỐC NĂM 2021
(TẬP 1)

TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ
TS. NGUYỄN VĂN HÒA - TS. LÊ BÁ TƯỜNG

Đối tác liên kết xuất bản
TRƯỜNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

Chịu trách nhiệm xuất bản
Giám đốc TRẦN THANH ĐIỆN

Chịu trách nhiệm nội dung
Tổng biên tập NGUYỄN THANH PHƯƠNG

Biên tập TRẦN LÊ HANH NGUYỄN
Trình bày bìa ĐỖ VĂN THO
Biên tập kỹ thuật ĐẶNG THANH LIÊM
Đọc và sửa bản in NGUYỄN VĂN HÒA
LÊ BÁ TƯỜNG

NHÀ XUẤT BẢN ĐẠI HỌC CẦN THƠ

In ___ bản, khổ 17 x 25,5 cm, tại Xưởng in - Nhà xuất bản Đại học Cần Thơ.
Địa chỉ: Khu II, Đại học Cần Thơ, Đường 3/2, P. Xuân Khánh, Q. Ninh Kiều, TP. Cần Thơ.
Số xác nhận đăng ký xuất bản: 1551-2021/CXBIPH/4-60/DHCT.
ISBN: 978-604-965-535-7.
Quyết định xuất bản số: ___/QĐ-NXB DHCT, cấp ngày ___/___/2021.
In xong và nộp lưu chiểu quý 3 năm 2021.

31. XÁC ĐỊNH CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN MUAY LỬA TUỔI 15-16 QUẬN 2, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH..... 211
TS. Trần Thị Kim Hương, CN. Nguyễn Ngô Triều Nhật
32. NGHIÊN CỨU BÀI TẬP NÂNG CAO HIỆU QUẢ KỸ THUẬT PHÁT CẦU CHO SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH CẦU LÔNG NĂM THỨ 3 TRƯỜNG ĐẠI HỌC TĐTT ĐÀ NẴNG 216
ThS. Dương Quang Trường, TS. Lê Tiến Hùng
33. LỰA CHON GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG CLB CỜ CÁC TRƯỜNG THÀNH VIÊN, KHOA TRỰC THUỘC ĐẠI HỌC HUẾ 223
TS. Hoàng Hải, ThS. Nguyễn Thế Lợi, CN. Nguyễn Thanh Sơn, ThS. Trần Vương Phương Loan
34. MỘT SỐ CHẨN THƯƠNG THƯỜNG GẶP TRONG HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO..... 230
ThS. Lê Hữu Toàn, ThS. Võ Minh Vương
35. LỰA CHON CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHO NỮ VẬN ĐỘNG VIÊN VOVINAM LỬA TUỔI 16-17 TỈNH ĐỒNG NAI 237
TS. Trần Thị Kim Hương, CN. Nguyễn Hoàng Ngân
36. NGHIÊN CỨU LỰA CHON BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC NHANH MÓN BÓNG ĐÁ CHO SINH VIÊN KHOA GIÁO DỤC THỂ CHẤT - ĐẠI HỌC HUẾ 243
ThS. Trịnh Xuân Hồng, TS. Lê Cát Nguyễn
37. XÂY DỰNG NỘI DUNG ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC TRONG MÔN CẦU LÔNG CHO CÁC SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH..... 252
TS. Phạm Thái Vinh, ThS. Lý Gia Hân, ThS. Nguyễn Quốc Hùng
38. ĐỀ XUẤT GIẢI PHÁP NÂNG CAO HỨNG THỦ TRONG GIỜ HỌC GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHÍNH KHÓA CHO SINH VIÊN ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG..... 259
TS. Trần Lê Nhật Quang, TS. Nguyễn Thị Thuý
39. THỰC TRẠNG THỂ LỰC NỮ SINH VIÊN 18 TUỔI TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÀ VINH..... 267
CN. Kiên Hậu, ThS. Trần Thị Thanh Huyền, PGS. TS. Nguyễn Quang Vinh
40. NGHIÊN CỨU NHU CẦU THAM GIA CÁC HOẠT ĐỘNG THỂ THAO GIẢI TRÍ CỦA NGƯỜI DÂN QUẬN HÀ ĐÔNG, THÀNH PHỐ HÀ NỘI 272
ThS. Đinh Thị Uyên