

THỰC TRẠNG CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ MÔN BÓNG CHUYỀN CỦA SINH VIÊN CHUYÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT, TRƯỜNG ĐẠI HỌC HỒNG ĐỨC

Trịnh Việt Dũng¹

TÓM TẮT

Thông qua các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, chúng tôi đã xác định được các yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ trong môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành Giáo dục Thể chất tại Trường Đại học Hồng Đức. Từ đó, tiến hành đánh giá thực trạng của các yếu tố này nhằm làm cơ sở để thực hiện nghiên cứu các bước tiếp theo.

Từ khóa: *Sức mạnh tốc độ, bóng chuyền, sinh viên, giáo dục thể chất.*

DOI: <https://doi.org/10.70117/hdujs.72.5.2025.718>

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Hồng Đức được thành lập theo Quyết định số 797/TTg ngày 24 tháng 9 năm 1997 của Thủ tướng Chính phủ, có nhiệm vụ đào tạo nguồn nhân lực chất lượng cao thực hiện tốt mục tiêu phát triển toàn diện “đức, trí, thể, mỹ, lao động”. Trong đó, Khoa Giáo dục Thể chất (GDTC) được giao nhiệm vụ đào tạo giáo viên chuyên ngành GDTC. Khoa cũng đã đề ra nhiệm vụ chiến lược nhằm phục vụ cho mục tiêu phát triển thể chất, sức khỏe cho nguồn nhân lực tương lai.

Bóng chuyền là một trong những môn học thuộc phần kiến thức chuyên ngành trong chương trình đào tạo cho sinh viên chuyên ngành GDTC với 3 tín chỉ, giảng dạy trong 45 tiết ở học kỳ 5. Nội dung giảng dạy bao gồm: lịch sử hình thành và phát triển; luật thi đấu; nguyên lý, kỹ thuật cơ bản môn Bóng chuyền (tư thế chuẩn bị, kỹ thuật di chuyển, kỹ thuật chuyền bóng thấp tay và cao tay trước mặt, kỹ thuật phát thấp tay và bóng cao tay trước mặt, kỹ thuật chắn bóng đơn, kỹ thuật đập bóng chính diện theo phương lấy đà, phương pháp giảng dạy); phương pháp tổ chức thi đấu, trọng tài; các bài tập thể lực chung và thể lực chuyên môn Bóng chuyền. Nội dung thể lực đã được chú trọng và có giảng dạy cho sinh viên. Tuy nhiên, thời lượng dành cho nội dung này chỉ là lồng ghép sau mỗi buổi tập, thời gian còn hạn chế. Đặc biệt, hệ thống bài tập còn dàn trải, chưa chú trọng vào tố chất thể lực đặc trưng, chính vì vậy, kết quả kiểm tra thể lực của sinh viên còn chưa cao.

Để có thể tìm hiểu kỹ về các yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền và giúp sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức tăng cường thể lực, đáp ứng tốt nhu cầu tập luyện và thi đấu, đồng thời rèn luyện, nâng cao thể lực, đáp ứng tốt nhiệm vụ học tập, chúng tôi tiến hành nghiên cứu thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức.

¹ Trung tâm Giáo dục Quốc phòng - An ninh, Trường Đại học Hồng Đức; Email: lehuytoan@hdu.edu.vn

2. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Phương pháp đọc, tổng hợp và phân tích tài liệu: sử dụng sách và tham khảo tài liệu như: các chỉ thị, văn bản, quyết định của đảng và nhà nước về thể dục thể thao trong giai đoạn mới, định hướng công tác thể dục thể thao... Các sách lý luận, tâm lý, sinh lý học, các sách về tuyển chọn, huấn luyện, về chuyên môn Bóng chuyền... Các đề tài nghiên cứu về môn Bóng chuyền, các tài liệu nghiên cứu khoa học trong huấn luyện thể dục thể thao...

Phương pháp phỏng vấn: đối tượng mà chúng tôi phỏng vấn là các thầy cô giáo có chuyên môn và tham gia công tác giảng dạy môn Bóng chuyền ở Trường Đại học Hồng Đức và một số trường lân cận. Thông qua phỏng vấn chúng tôi thu thập số liệu cần thiết làm cơ sở cho việc lựa chọn các yếu tố ảnh hưởng, đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng và lựa chọn các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho đối tượng nghiên cứu để áp dụng vào quá trình nghiên cứu.

Phương pháp quan sát sự phạm: quan sát trực tiếp các giờ dạy môn Bóng chuyền tại trường, cũng như lựa chọn quan sát một số giờ dạy môn Bóng chuyền của giảng viên các trường đại học xung quanh địa bàn tỉnh nhằm đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền và đánh giá hiệu quả thực nghiệm các bài tập được lựa chọn. Phương pháp này giúp chúng tôi nhận ra những thiếu sót trong nội dung, phương pháp tập luyện để từ đó xây dựng các bài tập có hiệu quả cao nhất.

Phương pháp kiểm tra sự phạm: Phương pháp này được sử dụng để kiểm tra trình độ sức mạnh tốc độ của đối tượng nghiên cứu thông qua 5 test: bật cao tại chỗ; gánh tạ 30 kg ngồi xuống đứng lên 30 giây; đập bóng 20 lần; bật chẵn liên tục 20 lần và chạy 9-3-6-3-9.

Phương pháp toán học thống kê: đây là phương pháp khoa học nhằm tiến hành xử lý các số liệu, dữ liệu, phiếu phỏng vấn... được chúng tôi thu thập trong quá trình nghiên cứu. Các tham số đặc trưng mà chúng tôi quan tâm là: $\bar{x}$, δ^2 , δ , r , t , C_v ... Chúng tôi sử dụng phần mềm Microsoft Excel hoặc phần mềm SPSS để tiến hành phân tích và xử lý số liệu đã thu thập.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ THẢO LUẬN

3.1. Xác định các yếu tố ảnh hưởng và lựa chọn test đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

3.1.1. Xác định các yếu tố ảnh hưởng đến trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Nhằm xác định được những yếu tố ảnh hưởng đến trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 42 giảng viên, huấn luyện viên môn Bóng chuyền và tiến hành xác định mức độ tin cậy của câu hỏi thông qua hệ số Cronbach's Alpha. Kết quả cho thấy, có 5 yếu tố ảnh hưởng đến trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức đó là (các yếu tố này được sắp xếp từ mức độ ảnh hưởng cao đến mức độ ảnh hưởng thấp): bài tập phát triển sức mạnh tốc độ trong giảng dạy Bóng chuyền; chương trình môn học; lực lượng giảng viên và cơ sở vật chất; phương pháp giảng dạy trong môn Bóng chuyền; trình độ sức mạnh tốc độ của đối tượng nghiên cứu.

3.1.2. Lựa chọn test đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Chúng tôi tiến hành tham khảo các tài liệu liên quan đến môn Bóng chuyền, quan sát các buổi đánh giá trình độ tập luyện của các câu lạc bộ ở các trường lân cận và các đội Bóng chuyền của các tỉnh... để tìm ra các test đánh giá sức mạnh tốc độ cho sinh viên, sau đó phỏng vấn các giảng viên, huấn luyện viên để tìm ra những test phù hợp với sinh viên và cơ sở vật chất của Trường Đại học Hồng Đức. Sau khi phỏng vấn lựa chọn được các nội dung đánh giá sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho đối tượng nghiên cứu, chúng tôi tiến hành xác định độ tin cậy và tính thông báo của các test. Kết quả cho thấy: có 05 test đảm bảo độ tin cậy và tính thông báo là: bật cao tại chỗ (cm); gánh tạ 30 kg ngồi xuống đứng lên 30 giây (lần); đập bóng 20 lần (số lần trúng đích); bật chẵn liên tục 20 lần (s); chạy 9-3-6-3-9 (s).

Trên cơ sở 5 test sức mạnh tốc độ đã xác định độ tin cậy và tính thông báo, chúng tôi tiến hành xây dựng bảng điểm và tiêu chuẩn tổng hợp của 05 test đã lựa chọn. Kết quả được trình bày tại bảng 1 và bảng 2.

Bảng 1. Bảng đánh giá sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu theo thang điểm 10

TT	Test	Điểm									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	<i>Sinh viên nam</i>										
1	Bật cao tại chỗ (cm)	245,3	252,4	259,5	266,6	273,7	280,8	287,9	295,0	302,1	309,2
2	Gánh tạ 30 kg ngồi xuống đứng lên 30 giây (lần)	12,66	13,32	13,98	14,64	15,30	15,96	16,62	17,28	17,94	18,60
3	Đập bóng 20 lần (số lần trúng đích)	11,46	12,02	12,58	13,14	13,70	14,26	14,82	15,38	15,94	16,50
4	Bật chẵn liên tục 20 lần (giây)	8,3	7,9	7,6	7,3	7,0	6,7	6,3	6,0	5,7	5,4
5	Chạy 9-3-6-3-9 (giây)	12,61	12,13	11,65	11,17	10,69	10,21	9,73	9,25	8,77	8,29
	<i>Sinh viên nữ</i>										
1	Bật cao tại chỗ (cm)	216,6	225,25	233,9	242,55	251,2	259,85	268,5	277,15	285,8	294,45
2	Gánh tạ 30 kg ngồi xuống đứng lên 30 giây (lần)	9,36	9,90	10,43	10,97	11,50	12,04	12,57	13,11	13,64	14,18
3	Đập bóng 20 lần (số lần trúng đích)	8,38	8,89	9,39	9,90	10,40	10,91	11,41	11,92	12,42	12,93
4	Bật chẵn liên tục 20 lần (giây)	10,5	10,1	9,7	9,3	9,0	8,6	8,2	7,8	7,5	7,1
5	Chạy 9-3-6-3-9 (giây)	16,60	15,94	15,29	14,63	13,98	13,32	12,67	12,01	11,36	10,70

Bảng 2. Tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp sức mạnh tốc độ

TT	Xếp loại	Tổng điểm đạt được
1	Tốt	> 45 điểm
2	Khá	> 35 - 45 điểm
3	Trung bình	> 25 - 35 điểm
4	Yếu	> 15 - 25 điểm
5	Kém	< 15 điểm

Xếp loại đối tượng kiểm tra bằng cách đối chiếu kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ với thang điểm 10 (bảng 1), sau đó cộng tổng điểm ở 5 test của đối tượng kiểm tra và tiếp tục đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá tổng hợp (bảng 2), chúng ta sẽ đánh giá được năng lực sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

3.2. Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

3.2.1. Thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Kết quả quan sát các giáo án cho thấy, số lượng sử dụng bài tập phát triển thể lực cho sinh viên chuyên ngành GDTC ở trong các giáo án là rất ít, chỉ có 20 bài tập phát triển các tổ chất thể lực, các bài tập đó chưa có sự phân biệt là phát triển tổ chất gì, chỉ nói chung là các bài tập phát triển thể lực. Về cường độ, khối lượng vận động và quãng nghỉ cũng chưa được rõ ràng. Các bài tập đó là: Bật với cao không đà liên tục; Gập duỗi cổ tay với tạ tay; Gập duỗi cẳng tay với tạ tay; Giật tạ ngang ngực; Gánh tạ bước bực; Kéo dây chun từ sau ra trước; Nằm ngửa trên ghế băng nâng (mồi) tạ đòn từ trên đầu về trước; Nằm ngửa tập cơ bụng; Nằm sấp tập cơ lưng; Ngồi xuống đứng lên; Gánh tạ gập thân; Bật bực đổi chân; Bật bực hai chân; Nằm sấp chống đẩy; Nằm sấp bật co duỗi; Nằm sấp bật đổi chân; Kéo dây chun từ hai hướng; Kéo dây lò xo ra hai bên phải - trái; Bật cóc; Cù nâng tạ.

3.2.2. Thực trạng chương trình môn học Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Theo chương trình đào tạo trình độ đại học cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức quy định môn học Bóng chuyền chuyên sâu được giảng dạy chính khoá trong 45 tiết. Chúng tôi tiến hành khảo sát chương trình giảng dạy môn học Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC khoá 24, 25 Trường Đại học Hồng Đức cho thấy: tất cả các sinh viên khoá 24, 25 đều có thời gian tập luyện kỹ thuật chiếm 68,9% tổng quỹ thời gian của chương trình. Với việc tập luyện thể lực, các giảng viên đều sử dụng trong quá trình tập luyện kỹ thuật, thi đấu và không tách ra thành mục riêng mà cho rằng thể lực nằm trong quá trình thực hành, chiếm khoảng 15% của quá trình thực hành, thể lực được lồng ghép khi huấn luyện kỹ thuật, chiến thuật.

3.2.3. Thực trạng về lực lượng giảng viên và sân bãi dụng cụ ảnh hưởng đến việc tổ chức giảng dạy môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Về lực lượng giảng viên: đa số giảng viên trong Khoa GDTC đều là giảng viên có thâm niên công tác từ 10 năm trở lên. Trong 15 giảng viên thì có 02 giảng viên nữ, 03 giảng viên

chuyên sâu Bóng chuyền, với 05 giảng viên là tiến sĩ, 10 giảng viên có trình độ thạc sĩ, tuổi đời của các giảng viên đều tập trung ở lứa tuổi 40 - 50 tuổi. Đây là một tiềm năng đóng góp to lớn cho việc thực hiện các nhiệm vụ GDTC trong Nhà trường. Tuy nhiên, khi tính tỷ lệ giảng viên trên sinh viên, cho thấy nếu như năm 2020 tỷ lệ giảng viên phải dạy cho sinh viên là 1/220 thì đến năm 2023, tỷ lệ là 1/310 sinh viên. Đây là vấn đề bất cập, rất cần bổ sung thêm lực lượng giảng viên để đảm bảo nâng cao chất lượng công tác GDTC tại Trường.

Về cơ sở vật chất: Qua khảo sát thực trạng về cơ sở vật chất cho thấy, hệ thống cơ sở vật chất của Nhà trường bao gồm: các sân bóng chuyền, sân cầu lông, sân bóng rổ, bàn bóng bàn, sân điền kinh, hồ nhảy xa, nhảy cao, sân đẩy tạ, sân bóng đá, sân tennis... Hệ thống sân bãi này đều có chất lượng trung bình và các dụng cụ đi kèm như lưới, bóng, vợt... đều đảm bảo đầy đủ. Có thể khẳng định, đây là một trong những điểm mạnh, thuận lợi cho công tác GDTC và phong trào thể dục thể thao trong Nhà trường.

3.2.4. Thực trạng sử dụng các phương pháp tập luyện môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Chúng tôi tiến hành điều tra bằng phiếu hỏi về mức độ sử dụng các phương pháp tập luyện môn Bóng chuyền cho sinh viên. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Kết quả điều tra thực trạng mức độ sử dụng các phương pháp phát triển sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Nội dung \ Kết quả	Mức độ sử dụng (n = 15)					
	Có sử dụng		Ít sử dụng		Không sử dụng	
	m _i	%	m _i	%	m _i	%
1. Phương pháp dạy học trình tự	0	0	0	0	15	100
2. Phương pháp tập hoàn chỉnh	0	0	0	0	15	100
3. Phương pháp phân chia	0	0	0	0	15	100
4. Phương pháp lặp lại	13	86,7	2	13,3	0	0
5. Phương pháp biến đổi	3	20	4	26,6	8	53,4
6. Phương pháp trò chơi	8	53,4	6	40	1	6,6
7. Phương pháp thi đấu	10	66,7	2	13,3	3	20
8. Phương pháp cá nhân hóa	0	0	0	0	15	100
9. Phương pháp vòng tròn	4	26,6	4	26,6	7	46,8
10. Phương pháp giãn cách	4	26,6	7	46,8	4	26,6

Qua bảng 3 cho thấy, các giảng viên đã rất coi trọng sử dụng các phương pháp tập luyện truyền thống như: phương pháp lặp lại, phương pháp thi đấu, phương pháp trò chơi... các phương pháp này được sử dụng từ 53,4% đến 86,7%. Tuy nhiên, các phương pháp dùng để phát triển tố chất sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền như phương pháp tập luyện biến đổi, phương pháp tập luyện cá nhân hóa, phương pháp tập luyện vòng tròn, phương pháp tập luyện giãn cách thì rất ít được sử dụng.

3.4. Đánh giá thực trạng trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức

Chúng tôi tiến hành kiểm tra trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên và đối chiếu với thang điểm 10 và bảng điểm tổng hợp ở phần trên để xác định trình độ sức mạnh tốc độ của đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 4 và bảng 5.

Bảng 4. Kết quả kiểm tra sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu (n = 112)

TT	Test	Kết quả Nam (n = 21)	Kết quả Nữ (n = 91)
		$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$
1	Bật cao tại chỗ (cm)	269,7 $\pm$ 15,7	249,7 $\pm$ 14,4
2	Gánh tạ 30 kg ngồi xuống đứng lên 30 giây (lần)	13,5 $\pm$ 1,23	10,7 $\pm$ 1,02
3	Đạp bóng 20 lần (số lần trúng đích)	11,3 $\pm$ 1,07	9,7 $\pm$ 1,08
4	Bật chẵn liên tục 20 lần (giây)	8,09 $\pm$ 0,74	8,79 $\pm$ 0,82
5	Chạy 9-3-6-3-9 (giây)	12,43 $\pm$ 1,22	13,69 $\pm$ 1,27

Bảng 5. Thực trạng sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC Trường đại học Hồng Đức

TT	Xếp loại	Nam (n = 21)		Nữ (n = 91)		Tổng (n = 112)	
		m _i	Tỷ lệ %	m _i	Tỷ lệ %	m _i	Tỷ lệ %
1	Tốt	3	14,29	9	9,89	12	10,71
2	Khá	6	28,57	21	23,08	27	24,11
3	Trung bình	11	52,38	45	49,45	56	50,00
4	Yếu	1	4,76	10	10,99	11	9,82
5	Kém	0	0,00	6	6,59	6	5,36

Những số liệu ở bảng 5, cho thấy sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên GDTC, Trường Đại học Hồng Đức không cao. Loại tốt chiếm 10,71%, loại khá chiếm 24,11%, còn lại khoảng 65% tập trung vào trung bình, yếu và kém (trong đó loại trung bình chiếm tỷ lệ 50%, loại yếu chiếm tỷ lệ 9,82%, và loại kém chiếm tỷ lệ là 5,36%). Như vậy, có thể nói sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức chưa tốt.

Để khắc phục thực trạng này cần phải xây dựng hệ thống các bài tập đa dạng và phong phú phù hợp với đặc điểm của sinh viên, từ đó nâng cao được sức mạnh tốc độ cho sinh viên trong quá trình tập luyện môn Bóng chuyền.

4. KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã xác định được 05 yếu tố ảnh hưởng đến sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền cho sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức, trong đó yếu tố bài tập phát triển sức mạnh tốc độ là yếu tố có sức ảnh hưởng lớn nhất trong 05 yếu tố. Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng lựa chọn được 05 test đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền và xây dựng các bảng điểm dùng trong đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ cho đối tượng nghiên cứu.

Thông qua việc xây dựng các test đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền chúng tôi đã xác định được trình độ sức mạnh tốc độ môn Bóng chuyền của sinh viên chuyên ngành GDTC, Trường Đại học Hồng Đức chủ yếu tập trung ở mức trung bình và yếu kém, mức độ tốt, khá chiếm tỉ lệ thấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Dương Nghiệp Chí (2012), *Đo lường thể thao*, Nxb. Thể dục Thể thao, Hà Nội.
- [2] Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2015), *Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb. Thể dục Thể thao, Hà Nội.
- [3] Aulic I. V (1982), *Đánh giá trình độ tập luyện thể thao* (Phạm Ngọc Trâm dịch), Nxb. Thể dục Thể thao, Hà Nội.

**CURRENT STATUS OF FACTORS AFFECTING VOLLEYBALL
SPEED AND STRENGTH OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS,
HONG DUC UNIVERSITY**

Trinh Viet Dung

ABSTRACT

Through conventional scientific research methods, the topic has identified factors affecting the speed strength of volleyball of students majoring in physical education at Hong Duc University. After identifying the influencing factors, the topic has assessed the current status of those factors and used that as a basis for conducting research in the next steps.

Keywords: *Speed strength, Volleyball, students, physical education.*

** Ngày nộp bài: 4/12/2024; Ngày gửi phản biện: 10/12/2024; Ngày duyệt đăng: 26/5/2025*