

# THỰC TRẠNG VÀ NGUYÊN NHÂN CỦA CÁC LỖI SAI THƯỜNG MẮC TRONG THỰC HIỆN KỸ THUẬT TẤN CÔNG KHU VỰC TRÊN LƯỚI CỦA NAM SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ CẦU LÔNG TRƯỜNG ĐẠI HỌC CÔNG NGHỆ THÔNG TIN VÀ TRUYỀN THÔNG – ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN

Chu Xuân Tiến<sup>(1)</sup>

## Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu thường dùng trong lĩnh vực TĐTT, chúng tôi đã đánh giá được thực trạng và nguyên nhân dẫn đến các lỗi sai thường mắc trong quá trình thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới cho nam sinh viên C âu lạc bộ (CLB) Cầu lông Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên (ĐHCNTT&TT - ĐHTN).

**Từ khóa:** Kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới, Cầu lông, Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên.

**Current situation and causes of common mistakes in performing attacking techniques at the net by male students of the Badminton Club of the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University**

## Summary:

Information via the direction France research rescue: Total fit and stool product talent whether, direction France interview, direction France mandarin close monk violation and maths learn system list, they I Satisfied fight price Okay real Status and causes of common errors in the implementation of area attack techniques above net give male student of Badminton Club, University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University.

**Keywords:** Net area attack technique, badminton club, University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu lông là môn thể thao có rất nhiều kỹ thuật, trong đó đa dạng và phong phú nhất là nhóm kỹ thuật tấn công. Các kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới là khó và phức tạp, chất lượng và hiệu quả của các kỹ thuật được biểu hiện thông qua sự phối hợp nhịp nhàng, ổn định, hợp lý về không gian và thời gian. Vì vậy, ngay từ khi mới học kỹ thuật động tác người tập không tạo cho mình khái niệm đúng về kỹ thuật thì dần dần trong quá trình tập luyện sẽ có những khái niệm sai lệch về kỹ thuật động tác và sẽ trở thành thói quen khó sửa, từ đó sẽ ảnh hưởng tới hiệu quả tập luyện và thi đấu. Muốn vậy người tập phải nắm vững nguyên lý cơ bản, phải có thời gian tập luyện và sửa sai những động tác kỹ thuật. Việc mắc phải những

lỗi sai khi học kỹ thuật động tác môn Cầu lông nói chung và nhóm kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của môn Cầu lông nói riêng đang là một vấn đề lớn với những người tham gia học và tập luyện. Do vậy, trong quá trình giảng dạy và huấn luyện cần tìm ra những lỗi sai cơ bản khi tập luyện các kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới cho sinh viên để làm căn cứ xác định các biện pháp khắc phục tốt nhất những lỗi sai thường mắc nhằm mang lại hiệu quả cho quá trình học tập nhóm kỹ thuật này.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Phỏng vấn, tọa đàm; Quan sát sư phạm; Toán học thống kê.

<sup>(1)</sup>ThS, Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên  
Email: cxtien@ictu.edu.vn

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Thực trạng kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên Cầu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên

Để đánh giá thực trạng thành tích và chất lượng kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên CLB Cầu lông Trường ĐHCNTT&TT - ĐHTN chúng tôi đã tổng hợp

kết quả các học phần có kiểm tra các nội dung kỹ thuật gồm: Chặn cầu sát lưới, móc cầu, bỏ nhỏ và đánh cầu trên lưới của 21 nam sinh viên CLB Cầu lông Trường ĐHCNTT&TT - ĐHTN được giáo viên Bộ môn đánh giá theo bảng tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập thực hành của Bộ môn đã được nhà trường thẩm định và phê duyệt. Kết quả được trình bày ở bảng 1.

Qua số liệu ở bảng 1 cho thấy: Kết quả học

**Bảng 1. Thực trạng thành tích và chất lượng kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên CLB Cầu lông Trường ĐHCNTT&TT - ĐHTN (n=21)**

TT	Kỹ thuật	Thành tích (lần)	Chất lượng kỹ thuật (loại)									
			A		B		C		D		E	
			m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
1	Móc cầu	5.40	3	14.30	8	38.10	5	23.80	5	23.80	0	0.00
2	Chặn cầu trên lưới	6.70	3	14.30	9	42.90	5	23.80	4	19.00	0	0.00
3	Bỏ nhỏ	6.20	4	19.00	10	47.60	4	19.00	3	14.30	0	0.00
4	Đánh cầu trên lưới	6.50	4	19.00	9	42.90	5	23.80	3	14.30	0	0.00

tập của sinh viên đạt mức trung bình, thể hiện ở thành tích thực hiện các kỹ thuật chỉ đạt từ 5.4 đến 6.7 lần. Điều này cũng được phản ánh ở chất lượng thực hiện các kỹ thuật ở loại tốt (loại A) đạt ở mức rất thấp, chỉ từ 14.3% đến 19.0%; Kỹ thuật thực hiện ở mức loại khá (loại B) cũng chỉ đạt từ 38.1% đến 47.6%; Còn lại đa phần là ở mức trung bình và yếu (chiếm tỷ lệ từ 33.3% đến 47.6%).

Từ vấn đề nêu trên cho thấy, việc lựa chọn ra các bài tập phù hợp để sửa chữa những lỗi sai thường mắc hiện tại cho nam sinh viên CLB Cầu lông nhà Trường là rất quan trọng vì nó ảnh hưởng rất lớn tới việc hoàn thiện và nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh cầu của sinh viên. Đây là vấn đề bức xúc mà chúng ta cần quan tâm nghiên cứu.

### 2. Thực trạng những lỗi sai thường mắc trong quá trình thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên CLB Cầu lông Trường ĐHCNTT&TT - ĐHTN

Để giải quyết vấn đề này, chúng tôi đã tiến hành các bước:

- Xác định lỗi sai thường mắc bằng phương pháp quan sát sự phạm.

- Xác định những lỗi sai thường mắc bằng phương pháp phỏng vấn.

Kết quả đánh giá bằng phương pháp quan sát sự phạm và phỏng vấn được thể hiện ở bảng 2.

Kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, sự thống nhất ý kiến đánh giá của các giảng viên, chuyên gia và các HLV (qua phỏng vấn) so với kết quả mà đề tài theo dõi và quan sát được (qua quan sát). Vậy có thể khẳng định rằng các lỗi sai số 1, 2, 6, 9, 11 là những lỗi sai ít mắc phải. Đây là những lỗi sai này thường xảy ra do các em quá tập trung chú ý vào việc đánh cầu mà không để ý cách cầm vợt, tư thế đứng chuẩn bị không hợp lý và ít chú ý tới tư thế kết thúc động tác. Còn các lỗi sai 3, 4, 5, 7, 8, 10 là những lỗi sai mà sinh viên hay mắc phải nhất. Đây là những lỗi sai khó tránh khỏi trong tập luyện Cầu lông và cũng là do những thói quen của cá nhân sinh viên đã hình thành từ trước khi vào trường. Do vậy đề tài chỉ đi sâu nghiên cứu 6 lỗi này, các lỗi sai được sắp xếp theo trình tự thực hiện kỹ thuật, cụ thể: Chưa xác định được thời điểm tiếp xúc cầu; Góc độ mặt vợt không đúng; Góc độ tiếp xúc giữa cầu và mặt vợt không hợp lý; Căng

**Bảng 2. Kết quả khảo sát xác định những lỗi sai thường mắc trong thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên câu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên**

TT	Những lỗi sai thường mắc	Kết quả khảo sát	
		Phương pháp quan sát (%)	Phương pháp phỏng vấn (%)
1	Tính lặp lại động tác không ổn định	42.90	40.00
2	Động tác không có tính nhịp điệu	33.30	33.30
3	Phối hợp toàn thân chưa tốt	76.20	66.70
4	Góc độ tiếp xúc giữa cầu và mặt vợt không hợp lý	81.00	73.30
5	Căng thẳng cơ bắp quá mức ảnh hưởng đến tính nhịp điệu động tác	71.40	60.00
6	Tư thế chuẩn bị sai	23.80	40.00
7	Góc độ mặt vợt không đúng	85.70	86.70
8	Hình thành thói quen xấu khi hiểu sai động tác dẫn đến thực hiện động tác bị sai lệch	71.40	66.70
9	Kết thúc động tác chưa đúng	38.10	26.70
10	Chưa xác định được thời điểm tiếp xúc cầu	90.50	73.30
11	Cầm vợt không đúng kỹ thuật	33.30	20.00

thăng cơ bắp quá mức ảnh hưởng đến tính nhịp điệu động tác; Phối hợp toàn thân chưa tốt và hình thành thói quen xấu khi hiểu sai động tác dẫn đến thực hiện động tác bị sai lệch.

### **3. Những nguyên nhân dẫn đến các lỗi sai thường mắc trong quá trình thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên CLB Cầu lông Trường ĐHCNTT&TT - ĐHTN**

Để khắc phục được các lỗi sai trên chúng tôi tìm hiểu rõ nguyên nhân dẫn đến các lỗi sai để từ đó đưa ra những biện pháp khắc phục và bài tập sửa chữa thích hợp.

Quá trình tập luyện kỹ thuật tấn công mắc phải lỗi sai khi thực hiện động tác kỹ thuật là điều không thể tránh khỏi đối với người tập. Mức độ lỗi sai nhiều hay ít, lỗi sai nghiêm trọng hay không phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố khác nhau. Đề tài đã quan sát 20 buổi tập của nam sinh viên CLB Cầu lông trong thời gian 90 phút mỗi buổi tập. Đồng thời, thông qua phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, đề tài đã bước đầu đã xác định được những nguyên nhân

chung dẫn đến các lỗi sai thường mắc của nam sinh viên CLB trong khi thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới, bao gồm:

- Sự chuẩn bị về mặt tâm lý, thể lực chưa thật đầy đủ.
- Hiểu sai về kỹ thuật động tác dẫn đến những lỗi sai khi thực hiện.
- Hiểu nhiệm vụ vận động chưa đúng.
- Chưa tự kiểm tra được động tác.
- Những sai sót khi thực hiện các phần động tác trước đó.
- Mệt mỏi.
- Do chuyển xấu các kỹ năng kỹ xảo động tác.
- Do ý thức tập luyện chưa tốt
- Do khả năng phối hợp vận động kém
- Do các điều kiện không thuận lợi đối với việc thực hiện động tác.

Từ những cơ sở lý luận ở trên và thông qua phương pháp quan sát sự phạm, phỏng vấn 15 giảng viên, HLV môn Cầu lông, chúng tôi đã tìm được nguyên nhân của các lỗi sai cơ bản như trình bày tại bảng 3.

**Bảng 3. Kết quả phân tích, xác định các lỗi sai thường mắc và nguyên nhân gây lỗi**

TT	Lỗi	Nguyên nhân
1	Chưa xác định được thời điểm tiếp xúc cầu	+ Do ý thức tập luyện chưa tốt
		+ Tự kiểm tra động tác chưa đúng mức.
		+ Hiểu sai về kỹ thuật động tác.
2	Góc độ mặt vợt không đúng	+ Do ý thức tập luyện chưa tốt
		+ Tự kiểm tra động tác chưa đúng mức.
		+ Hiểu sai về kỹ thuật động tác.
		+ Do thói quen cá nhân.
3	Góc độ tiếp xúc giữa cầu và mặt vợt không hợp lý	+ Do ý thức tập luyện chưa tốt
		+ Chưa xác định được thời điểm đánh cầu.
		+ Góc độ mặt vợt không hợp lý.
4	Căng thẳng cơ bắp quá mức ảnh hưởng đến tính nhịp điệu động tác - Nhịp điệu động tác cơ trở thành yếu tố quyết định để đạt được hiệu quả độ chuẩn xác khi thực hiện động tác kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới, bởi vì nó liên quan đến độ luân phiên đúng lúc, đúng cách giữa căng cơ và thả lỏng cơ trong các giai đoạn của động tác	+ Ở giai đoạn ban đầu do quá trình lan tỏa trên vỏ não chiếm ưu thế dẫn đến nhiều nhóm cơ căng thẳng thừa tiêu hao nhiều năng lượng dẫn đến mệt mỏi.
		+ Sự chuẩn bị về mặt tâm lý, thể lực chưa thật đầy đủ.
5	Phối hợp toàn thân chưa tốt	+ Do ý thức tập luyện chưa tốt
		+ Do khả năng phối hợp vận động kém
		+ Do chưa phối hợp để phát huy được lực của toàn thân khi đánh cầu.
		+ Chưa hiểu được hết nguyên lý động tác
6	Hình thành thói quen xấu khi hiểu sai động tác dẫn đến thực hiện động tác bị sai lệch	+ Do ý thức tập luyện chưa tốt
		+ Chưa tự kiểm tra được động tác.
		+ Do thói quen cá nhân.
		+ Nắm không vững về kỹ thuật

**KẾT LUẬN**

Kết quả nghiên cứu đã xác định 06 lỗi sai cơ bản thường mắc và 10 nguyên nhân dẫn đến những lỗi sai đó khi thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của nam sinh viên CLB Cầu lông Trường Đại học CNTT&TT - ĐHTN.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Nguyễn Văn Đức, Trần Văn Vinh, Nguyễn Văn Thạch, Trương Văn Minh, Nguyễn Thị Huyền (2015), *Giáo trình Cầu lông*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

2. Nguyễn Văn Đức và cộng sự (2018), *Giáo trình Cầu lông*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

4. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp toán thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 19/8/2024, Phân biện ngày 20/9/2024, duyệt in ngày 28/11/2024)