

THỰC TRẠNG KỸ THUẬT ĐẬP BÓNG LAO NGẮN CỦA ĐỘI TUYỂN BÓNG CHUYÊN NAM TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Nguyễn Ngọc Ánh⁽¹⁾

Tóm tắt:

Trên cơ sở đánh giá thực trạng về kỹ thuật đập bóng lao ngắn của VĐV đội tuyển Bóng chuyên nam Trường Đại học Thể Dục Thể Thao Bắc Ninh các tác giả tiến hành lựa chọn bài tập phù hợp ứng dụng trong huấn luyện nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng lao ngắn, góp phần nâng cao hiệu quả huấn luyện VĐV Bóng chuyên nam Trường Đại học Thể Dục Thể Thao Bắc Ninh.

Từ khóa: Kỹ thuật; đập bóng lao ngắn; bóng chuyên...

Actual situation of short-distance ball-hitting technique of Men Volleyball Team at the Bac Ninh Sports University

Summary:

On the basis of assessing the actual situation of short-distance ball-hitting technique of the Men Volleyball Team at the Bac Ninh Sports University, the topic has selected appropriate exercises applied in training short-distance volleyball-hitting technique. As a result, it contributes to improving the training effectiveness for male volleyball players at Bac Ninh Sports University.

Keywords: Technique; short-distance ball-hitting; volleyball...

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thực tế thi đấu Bóng chuyên, đập bóng mạnh có thể không mang lại hiệu quả cao vì đối phương tổ chức bám chắn rất kín và đường bóng thường đi không hiểm hóc khó tạo nên những tình huống bất ngờ trong phòng thủ của đối phương, vì vậy vấn đề đặt ra là thay đổi chiến thuật trong các tình huống tấn công cũng như phản công là hết sức quan trọng. Chính vì vậy các tình huống tấn công nhanh, chớp nhoáng gây bất ngờ cho đối phương để giành những điểm số quan trọng là vấn đề đặt ra hàng đầu cho các đội Bóng chuyên hiện đại. Nhất là ngày nay, chiều cao, sức bật, trình độ của VĐV phát triển, thì xu thế tấn công nhanh càng thể hiện rõ tầm quan trọng của nó.

Đập bóng lao thường được sử dụng ở vị trí số 3 và 4; vị trí này rất thuận lợi trong các đợt tấn công cũng như phản công vì ở gần số 2, là trung tâm tổ chức tấn công và phối hợp chiến thuật nhanh, biến hóa, góc độ đập bóng rộng có thể đập bóng theo nhiều hướng khác nhau.

Vì vậy, nghiên cứu thực hiện kỹ thuật đập bóng lao ngắn của Đội tuyển nam sinh viên Bóng chuyên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh là một việc làm thiết thực.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng đập bóng của Đội tuyển Bóng chuyên nam Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Để tìm hiểu thực trạng hiệu quả đập lao dài ngắn so với các kỹ thuật đập bóng khác của Đội tuyển Bóng chuyên nam sinh viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, chúng tôi tiến hành quan sát 6 trận đấu ở Giải Bóng chuyên sinh viên Hà Nội mở rộng năm 2019 tại Đại học Bách khoa. Kết quả thu được như trình bày tại bảng 1.

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: anhgabc@gmail.com



Đập bóng là kỹ thuật tấn công hiệu quả nhất trong môn Bóng chuyền

Bảng 1. Kết quả thống kê mức độ sử dụng và hiệu quả của kỹ thuật tấn công của nam Đội tuyển Bóng chuyền Trường ĐH TDTT Bắc Ninh tại giải sinh viên toàn quốc năm 2019

Số trận	Kỹ thuật đập bóng	Số lần thực hiện	Tỷ lệ %	Số điểm ghi được	Tỷ lệ %
6	Giãn biên số 4	169	22.62	90	53.25
	Giãn biên số 2	146	19.54	65	44.52
	Đập bóng nhanh số 3	95	12.72	55	57.89
	Đập lao dài số 4	56	7.50	20	35.71
	Đập lao ngắn	141	18.88	48	34.04
	Đập bóng trung bình	75	10.04	50	66.67
	Các dạng đập bóng khác	65	8.70	10	15.38
Tổng		747		338	

Kết quả ở bảng 1, cho thấy, trong 6 trận đấu của các nam VĐV Bóng chuyền chuyên sâu Trường ĐH TDTT Bắc Ninh thì kỹ thuật đập lao ngắn được sử dụng 141 lần, có hiệu suất ghi điểm là 48 điểm, đạt tỷ lệ (34.04%). So với kỹ thuật đập bóng khác thì đập bóng lao ngắn được sử dụng nhiều, nhưng hiệu quả không cao, đây cũng là kỹ thuật mà các VĐV cấp cao sử dụng nhiều trong tập luyện và thi đấu.

2. Thực trạng kỹ thuật đập bóng lao ngắn của Đội tuyển Bóng chuyền nam Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Để đảm bảo cho việc lựa chọn hệ thống bài tập chúng tôi tiến hành đánh giá thực trạng hiệu quả kỹ thuật đập bóng lao ngắn của nam Đội tuyển sinh viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, nhằm xác định được nguyên nhân ảnh hưởng tới hiệu quả đánh bóng của các nam sinh

**Bảng 2. Hiệu quả kỹ thuật đập bóng lao ngắn của nam sinh viên
Đội tuyển Bóng chuyên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Số trận	Hiệp đấu	Tổng số lần đập	Chất lượng thực hiện					
			Ăn điểm trực tiếp		Đập hỏng		Các mức độ khác	
			Lần	%	Lần	%	Lần	%
6	I	55	23	41.80	18	32.70	14	25.50
	II	45	14	31.10	19	42.20	12	26.70
	III	23	7	30.40	10	43.50	6	26.10
	IV	12	3	25.00	6	50.00	3	25.00
	V	6	1	16.70	3	50.00	1	16.70

viên. Trong thực tế thi đấu Bóng chuyên các nam sinh viên có thể sử dụng nhiều kỹ thuật tấn công khác nhau, mục đích cuối cùng là giành được điểm. Vấn đề đặt ra là sinh viên muốn sử dụng kỹ thuật nào cũng cần phải có kỹ thuật hoàn hảo, thể lực xung mãn, khả năng khéo léo và tâm lý thi đấu vững vàng để duy trì tính ổn định và hiệu quả trong thi đấu. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Qua bảng 2 ta thấy hiệu quả đập bóng lao ngắn của nam đội tuyển sinh viên trường ĐH TDTT Bắc Ninh qua từng hiệp đấu giảm đi rõ. Hiệu suất đập bóng ở hiệp đấu thứ nhất là 41,8 % thì hiệp thi đấu thứ tư là 25 % và giảm xuống còn 16,7% ở hiệp đấu thứ năm. Trong khi đó số lần đập hỏng cũng tăng tới 32,7% ở hiệp đấu thứ nhất đến 50% ở hiệp đấu thứ năm.

Ngoài ra, qua việc trực tiếp quan sát đội tập luyện, phỏng vấn giảng viên, tham khảo giáo án giảng dạy của giáo viên. Chúng tôi nhận thấy mức độ ưu tiên thời gian cho mỗi buổi tập là 15-20 phút. Một kỹ thuật được sử dụng nhiều nhưng lại có thời gian tập luyện không nhiều. Đây chính là nguyên nhân hạn chế mức độ sử dụng kỹ thuật đập bóng một chân sau đầu của nam Đội tuyển sinh viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

KẾT LUẬN

Từ kết quả trên chúng tôi đi đến một số kết luận sau:

Qua nghiên cứu thực trạng công tác huấn luyện đập lao ngắn của VĐV Đội tuyển Bóng chuyên nam Trường Đại học TDTT Bắc Ninh cho thấy:

- Mức độ vận dụng kỹ thuật đập bóng lao ngắn còn ít, nhất là vào các hiệp cuối, nguyên nhân là các nam sinh viên chưa mạnh dạn ứng dụng kỹ thuật này vào thi đấu.

- Lực đập bóng chưa mạnh và hiệu quả chưa cao. Nguyên nhân do thể lực bị giảm sút khi thi đấu kéo dài, tâm lý không ổn định, mức độ khéo léo còn hạn chế và khả năng phối hợp chưa tốt.

- Số lượng bài tập nâng cao hiệu quả đập lao ngắn còn hạn chế, các bài tập kỹ thuật và thể lực chưa đáp ứng được những yêu cầu trong quá trình huấn luyện theo xu thế phát triển của bóng chuyên hiện đại trong huấn luyện đập bóng lao ngắn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đinh Văn Lãm, Phạm Thế Vượng (2006), *Giáo trình bóng chuyên*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Đinh Văn Lãm (1997), *Huấn Luyện Bóng chuyên*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2000), *Lý luận phương pháp giáo dục thể chất*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 21/3/2022, phản biện ngày 14/4/2022, duyệt in ngày 6/5/2022)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**4. Trương Quốc Uyên**

Chủ tịch Hồ Chí Minh với những sự kiện lịch sử quan trọng của Ngày thể thao Việt Nam

BÀI BÁO KHOA HỌC**7. Nguyễn Thị Hồng Liên**

Đánh giá hiệu quả tác động của chính sách phát triển thể dục thể thao cho mọi người đến kinh tế và xã hội

12. Đặng Văn Dũng

Thực trạng phân biệt đối xử với người khuyết tật trong tập luyện thể dục thể thao ở các Trung tâm văn hóa đô thị

15. Vũ Quỳnh Như; Trần Ngọc Dũng; Chu Vương Thìn

Thực trạng và định hướng đào tạo cử nhân thể dục thể thao chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đáp ứng nhu cầu xã hội đến năm 2025 và tầm nhìn 2030

21. Đặng Hoài An; Nguyễn Như Quỳnh

Thực trạng công tác quản lý học tập của vận động viên tại Trung tâm Đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

26. Nguyễn Văn Phúc; Phan Hoàng Lan

Thực trạng hiệu quả quảng bá, tư vấn tuyển sinh đại học chính quy của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

31. Đinh Khánh Thu; Vũ Bá Mỹ; Lưu Thị Như Quỳnh

Giải pháp xây dựng môi trường văn hóa tại Trung tâm Đào tạo vận động viên, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

36. Phạm Đức Viễn; Nguyễn Xuân Thuyết

Thực trạng các yếu tố bảo đảm thực hiện chương trình đào tạo cử nhân ngành giáo dục thể chất, Trường Đại học Tây Bắc

41. Nguyễn Văn Long

Giải pháp tập luyện ngoại khóa các môn học thực hành Điền kinh cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng

44. Ngô Mạnh Cường

Thực trạng hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên

49. Lê Đức Long

Xây dựng chương trình dạy bơi ban đầu, phòng chống đuối nước cho học sinh tiểu học trên địa bàn tỉnh Bắc Ninh

54. Nguyễn Mạnh Toàn

Thực trạng dạy học môn học Quần vợt đối với sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội

60. Phùng Xuân Dũng; Hà Hoài Phong

Ứng dụng trò chơi vận động nhằm phát triển thể lực cho học sinh khối 10 Trường Trung học phổ thông Lộc Thành, huyện Bảo Lâm, tỉnh Lâm Đồng

64. Lương Thị Ánh Ngọc; Lê Ngọc Nguyên

Thực trạng thể lực chuyên môn của nam vận động viên Muay cầu lạc bộ Tây Thạnh

68. Nguyễn Ngọc Ánh

Thực trạng kỹ thuật đập bóng lao ngắn của Đội tuyển Bóng chuyền nam Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**71. Lê Thị Tuyết Thương**

Phó Thủ tướng Vũ Đức Đam thăm và kiểm tra công tác chuẩn bị SEA Games 31 tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

74. Trần Văn Khôi

Kế hoạch hướng dẫn toàn dân tập luyện thể dục thể thao nâng cao sức khỏe, phát triển tầm vóc, thể lực, phòng, chống bệnh tật giai đoạn 2021-2025

77. Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Văn Hiếu

Bài tập tạ tay tại nhà

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

President Ho Chi Minh and important historical events of Vietnam Sports Day

ARTICLES

34. Nguyen Thi Hong Lien

Evaluating the effectiveness of sports for human development policies on the economy and society

12. Dang Van Dung

Discrimination against people with disabilities (PWDs) at sports centers in urban cultural centers

15. Vu Quynh Nhu; Tran Ngoc Dung; Chu Vuong Thin

Current status and educational orientation of Sports Bachelor in Athletics at Bac Ninh Sports University social in order to satisfy society's demand by 2025 with a vision to 2030

21. Dang Hoai An; Nguyen Nhu Quynh

Actual situation of athletes' learning management at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University

26. Nguyen Van Phuc; Phan Hoang Lan

Actual effectiveness in advertising, promoting and consulting works for regular college admissions of Bac Ninh Sports University

31. Đinh Khanh Thu; Vu Ba My; Luu Thi Nhu Quynh

Solutions to create a cultural environment at the Athlete Training Center, Bac Ninh Sports University

36. Pham Duc Vien; Nguyen Xuan Thuyet

The current situation of factors ensuring the content implementation of the PE Bachelor's training program at Tay Bac University

41. Nguyen Van Long

Choosing solutions to practice Athletics extracurricular activities for students at Danang Sports University

44. Ngo Manh Cuong

Actual situation of student's extracurricular sports activities at Information and Communication Technology University - Thai Nguyen University

49. Le Duc Long

Developing an initial swimming teaching program in order to prevent drown accident for primary students in Bac Ninh province

54. Nguyen Manh Toan

Evaluate the current situation of tennis teaching methodology for students at Hanoi University of Physical Education and Sports

60. Phung Xuan Dung; Ha Hoai Phong

Research on some physical games to develop general fitness for grade-10 students at Loc Thanh High School, Bao Lam District, Lam Dong Province

64. Luong Thi Anh Ngoc; Le Ngoc Nguyen

Current status of professional fitness of male Muay athletes of Tay Thanh club

68. Nguyen Ngoc Anh

Actual situation of short-distance ball-hitting technique of Men Volleyball Team at the Bac Ninh Sports University

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

71. Le Thi Tuyet Thuong

Deputy Prime Minister Vu Duc Dam visited and examined the preparation progress for the 31st SEA Games at Bac Ninh Sports University

74. Tran Van Khoi

The plan to instruct residents to practice sports and improve health, develop stature, physical strength, prevent and fight diseases in the 2021-2025 period

77. Pham Tuan Dung; Nguyen Van Hieu

Arm dumbbell exercises at home

80. Rules of writing and posting.



Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859-4417

Số 2-2022
(69)

