



LỰA CHỌN TEST ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CHO SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG ĐẠI HỌC CẦN THƠ

SELECTION OF PHYSICAL FITNESS AND TECHNICAL SKILL ASSESSMENT TESTS FOR BADMINTON TEAM STUDENTS AT CAN THO UNIVERSITY

TÓM TẮT: Thông qua sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy, với 3 bước tổng hợp tài liệu, phỏng vấn và kiểm nghiệm độ tin cậy, nghiên cứu đã lựa chọn 04 test thể lực và 04 test kỹ thuật cho sinh viên đội tuyển cầu lông Đại học Cần Thơ.

TỪ KHÓA: Test, thể lực, kỹ thuật, sinh viên đội tuyển, cầu lông, Đại học Cần Thơ.

ABSTRACT: Through the use of conventional research methods, with 3 steps of document synthesis, interviews and reliability testing, the study selected 05 physical tests and 04 technical tests for badminton team student of Can Tho University.

KEYWORDS: Test, physical fitness, technique, student team, badminton, Can Tho University.

CHÂU HOÀNG CẦU

Đại học Cần Thơ

TRINH THỊ THẢO

Trường Đại học Thể dục thể thao

Thành phố Hồ Chí Minh

TRẦN QUỐC HUY

Trường Trung cấp Kinh tế-Kỹ thuật

Nguyễn Hữu Cánh

CHAU HOANG CAU

Can Tho University

TRINH THI THAO

University of Sport Ho Chi Minh City

TRAN QUOC HUY

Nguyen Huu Canh College of

Economics and Technology

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu lông là một trong những môn thể thao phổ biến và được nhiều sinh viên lựa chọn tập luyện, không chỉ nhằm rèn luyện sức khỏe mà còn góp phần phát triển năng khiếu thể thao và tham gia thi đấu trong các giải phong trào ở cấp trường, cấp tỉnh và toàn quốc. Đại học Cần Thơ (ĐHCT) là một trong những trường trọng điểm khu vực Đồng bằng Sông Cửu Long, trường có nhiều đội tuyển trong đó có đội tuyển cầu lông, sinh viên được tuyển chọn, huấn luyện với mục tiêu nâng cao thành tích và đại diện cho trường tham gia các giải đấu cấp khu vực và quốc gia.

Trong quá trình thi đấu ở các giải cấp trường, cấp tỉnh và toàn quốc, thì sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT vẫn còn nhiều

hạn chế về thể lực và kỹ thuật nên thứ hạng chưa cao. Nguyên nhân có thể đến từ thiếu đồng bộ trong công tác huấn luyện, điều kiện cơ sở vật chất, đội ngũ huấn luyện viên còn hạn chế về chuyên môn, hoặc sinh viên chưa được tập luyện thường xuyên, bài bản.

Trong bối cảnh hiện nay các giải thể thao sinh viên ngày càng chuyên nghiệp và mang tính cạnh tranh cao, việc nâng cao trình độ thể lực và kỹ thuật cho sinh viên đội tuyển cầu lông Đại học Cần Thơ là yêu cầu cấp thiết. Do đó, nhóm nghiên cứu tiến hành nghiên cứu: “Lựa chọn test đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật cho sinh viên đội tuyển cầu lông Đại học Cần Thơ”.

Phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích và tổng

hợp tài liệu, phỏng vấn, quan sát
sư phạm, kiểm tra sư phạm và
phương pháp toán học thống kê.

Khách thể nghiên cứu:

Khách thể phỏng vấn: 40
chuyên gia huấn luyện viên, nhà
quản lý, giáo viên, trọng tài môn
Cầu lông.

Khách thể kiểm tra sư phạm:
15 nam sinh viên đội tuyển cầu
lông trường Đại học Cần Thơ.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Để xác định và lựa chọn các
test đánh giá thể lực và kỹ thuật
của nam sinh viên đội tuyển cầu

lông Đại học Cần Thơ tiến hành
nghiên cứu theo các bước sau:

- Bước 1: Thu thập và tổng
hợp các test đánh giá trình độ
thể lực và kỹ thuật của nam sinh
viên đội tuyển cầu lông ĐHCT.
- Bước 2: Lập phiếu phỏng
vấn lựa chọn các chỉ tiêu đánh

BẢNG 1: TỔNG HỢP CÁC TEST ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT

TT	Nội dung các test
	Thể lực
1	Bật xa tại chỗ (cm).
2	Bật cao tại chỗ (cm).
3	Bật nhảy tam giác (30 giây/ lần).
4	Chạy 30m xuất phát cao (giây).
5	Ném quả cầu lông đi xa (m).
6	Lăng vợt mô phỏng đánh cầu trên đỉnh đầu (1 phút/ lần).
7	Lăng vợt mô phỏng động tác đập cầu thuận tay (1 phút/ lần).
8	Nhảy dây đơn (1 phút/ lần).
9	Di chuyển tiến lùi/ phút (lần).
10	Di chuyển ngang sân đơn (20 lần/ giây).
11	Di chuyển 4 góc sân (10 lần/ giây).
12	Di chuyển nhật cầu 6 điểm trên sân (giây).
13	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác chặn, đập cầu (1 phút/ lần).
14	Di chuyển bật lùi về bên trái, phải, mô phỏng động tác đánh cầu (1 phút/ lần).
15	Bật nhảy đập cầu mạnh (40 quả/ giây).
	Kỹ thuật
16	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 1m x 1m (10 quả).
17	Phát cầu thuận tay cao sâu vào ô cuối sân 2.59m x 0.76m (10 quả).
18	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường thẳng vào ô 2.53 x 1m (10 quả).
19	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường chéo vào ô 2.53 x 1m (10 quả).
20	Đánh góc nhỏ vào ô 0.80m x 1.98m (10 quả).
21	Chặt cầu thẳng vào ô 1m x 1.98m (10 quả).
22	Chặt cầu chéo vào ô 1m x 1.98m (10 quả).
23	Chặn cầu bên trái vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần).
24	Chặn cầu bên phải vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần).
25	Đánh cầu kéo lưới vào ô 0.80m x 1.98m (10 quả).
26	Đập cầu dọc biên vào ô 1m x 6.70m (10 quả).
27	Đập cầu chéo vào ô 1m x 6.70m (10 quả).



BẢNG 2: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN LỰA CHỌN CÁC TEST THỂ LỰC, KỸ THUẬT CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG ĐHCT (n=40)

TT	Nội dung	KQ phỏng vấn lần 1 (n=40)						KQ phỏng vấn lần 2 (n=40)						So sánh		
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng				
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	X ²	P	
I	Test đánh giá thể lực															
1	Bật xa tại chỗ (cm).	32	80.0	3	7.5	5	12.5	33	82.5	2	5	5	12.5	0.08	> 0.05	
2	Bật cao tại chỗ (cm).	28	70.0	2	5	10	25	27	67.5	4	10	9	22.5	0.06	> 0.05	
3	Bật nhảy tam giác (30 giây/ lần).	29	72.5	0	0	11	27.5	28	70.0	2	5	10	25	0.06	> 0.05	
4	Chạy 30m xuất phát cao (giây).	31	77.5	1	2.5	8	20	32	80.0	1	2.5	7	17.5	0.07	> 0.05	
5	Ném quả cầu lông đi xa (m).	33	82.5	2	5	5	12.5	32	80.0	0	0	8	20	0.08	> 0.05	
6	Lăng vợt mô phỏng đánh cầu trên đỉnh đầu (1 phút/ lần).	34	85.0	0	0	6	15	35	87.5	1	2.5	4	10	0.11	> 0.05	
7	Lăng vợt mô phỏng động tác đập cầu thuận tay (1 phút/ lần).	27	67.5	2	5	11	27.5	26	65.0	2	5	12	30	0.06	> 0.05	
8	Nhảy dây đơn (1 phút/ lần).	34	85.0	2	5	4	10	33	82.5	3	7.5	4	10	0.09	> 0.05	
9	Di chuyển tiền lùi/ phút (lần).	26	65.0	4	10	10	25	27	67.5	4	10	9	22.5	0.06	> 0.05	
10	Di chuyển ngang sân đơn (20 lần/ giây).	35	87.5	1	2.5	4	10	36	90.0	0	0	4	10	0.13	> 0.05	
11	Di chuyển 4 góc sân (10 lần/ giây).	27	67.5	4	10	9	22.5	26	65.0	3	7.5	11	27.5	0.06	> 0.05	
12	Di chuyển nhặt cầu 6 điểm trên sân (giây).	26	65.0	4	10	10	25	27	67.5	3	7.5	10	25	0.06	> 0.05	
13	Di chuyển tiền lùi mô phỏng động tác chặn, đập cầu (1 phút/ lần).	32	80.0	1	2.5	7	17.5	33	82.5	2	5	5	12.5	0.08	> 0.05	
14	Di chuyển bật lùi về bên trái, phải, mô phỏng động tác đánh cầu (1 phút/ lần).	25	62.5	5	12.5	10	25	26	65.0	4	10	10	25	0.05	> 0.05	
15	Bật nhảy đập cầu mạnh (40 quả/ giây).	36	90.0	1	2.5	3	7.5	37	92.5	2	5	1	2.5	0.16	> 0.05	
II	Test đánh giá về kỹ thuật															
16	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 1m x 1m (10 quả).	34	85.0	2	5	4	10	33	82.5	1	2.5	6	15	0.09	> 0.05	
17	Phát cầu thuận tay cao sâu vào ô cuối sân 2.59m x 0.76m (10 quả).	32	80.0	1	2.5	7	17.5	33	82.5	2	5	5	12.5	0.08	> 0.05	

18	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường thẳng vào ô 2.53 x 1m (10 quả).	31	77.5	1	2.5	8	20	32	80.0	1	2.5	7	17.5	0.07	> 0.05
19	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường chéo vào ô 2.53 x 1m (10 quả).	33	82.5	3	7.5	4	10	34	85.0	2	5	4	10	0.09	> 0.05
20	Đánh góc nhỏ vào ô 0.80m x 1.98m (10 quả).	29	72.5	2	5	9	22.5	28	70.0	3	7.5	9	22.5	0.06	> 0.05
21	Chặt cầu thẳng vào ô 1m x 1.98m (10 quả).	28	70.0	1	2.5	11	27.5	29	72.5	1	2.5	10	25	0.06	> 0.05
22	Chặt cầu chéo vào ô 1m x 1.98m (10 quả).	27	67.5	3	7.5	10	25	28	70.0	2	5	10	25	0.06	> 0.05
23	Chặn cầu bên trái vào ô 1m x 1m (10 quả/lần).	30	75.0	2	5	8	20	31	77.5	3	7.5	6	15	0.07	> 0.05
24	Chặn cầu bên phải vào ô 1m x 1m (10 quả/lần).	31	77.5	2	5	7	17.5	32	80.0	1	2.5	7	17.5	0.07	> 0.05
25	Đánh cầu kéo lưới vào ô 0.80m x 1.98m (10 quả).	28	70.0	1	2.5	11	27.5	29	72.5	0	0	11	27.5	0.06	> 0.05
26	Đập cầu dọc biên vào ô 1m x 6.70m (10 quả).	38	95.0	0	0	2	5	39	97.5	0	0	1	2.5	0.35	> 0.05
27	Đập cầu chéo vào ô 1m x 6.70m (10 q).	26	65.0	3	7.5	11	27.5	27	67.5	2	5	11	27.5	0.06	> 0.05

giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT để lấy ý kiến của các HLV, các chuyên gia.

- Bước 3: Kiểm nghiệm độ tin cậy của các test đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT.

2.1. Tổng hợp các chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT.

Qua tổng hợp nhiều nguồn tài liệu nghiên cứu về lĩnh vực cầu lông trong và ngoài nước, đồng thời tham khảo ý kiến của các chuyên gia, huấn luyện viên, giảng viên, tổng hợp được 27 chỉ tiêu (trong đó có 15 chỉ tiêu về thể lực và 12 chỉ tiêu về

kỹ thuật) để đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT, cụ thể được trình bày ở Bảng 1:

2.2. Lựa chọn các test đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT

Để đảm bảo các test được tổng hợp có tính khoa học, khách quan và chính xác, nghiên cứu thực hiện phỏng vấn 2 lần trên cùng một đối tượng, lần phỏng vấn thứ nhất cách lần phỏng vấn thứ hai là một tháng.

Dựa vào kết quả phỏng vấn, nghiên cứu lựa chọn các test có sự tương đồng ở 2 lần phỏng vấn với mức đồng ý từ 75% trở lên để kiểm tra đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam

sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT, được trình bày ở bảng 2.

Qua kết quả phỏng vấn ở bảng 2, bước đầu xác định và lựa chọn được 08 test đánh giá thể lực và 07 test đánh giá về kỹ thuật để ứng dụng trong công tác kiểm tra đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT. Các chỉ tiêu được chọn đều có ý kiến tán đồng ở mức rất quan trọng từ 75% trở lên được trình bày ở bảng 3.

2.3. Kiểm nghiệm độ tin cậy của các chỉ tiêu đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT.

Để xác định độ tin cậy của

**BẢNG 3: KẾT QUẢ LỰA CHỌN CÁC CHỈ TIÊU ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CỦA NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG ĐHCT**

TT	Nội dung	Chỉ tiêu
1	Thể lực	Bật xa tại chỗ (cm)
2		Chạy 30m xuất phát cao (giây)
3		Ném quả cầu lông đi xa (m)
4		Lăng vợt mô phỏng đánh cầu trên đỉnh đầu (1 phút/ lần)
5		Nhảy dây đơn (1 phút/ lần)
6		Di chuyển ngang sân đơn (20 lần/ giây)
7		Di chuyển tiền lùi mô phỏng động tác chặn, đập cầu (1 phút/ lần)
8		Bật nhảy đập cầu mạnh (40 quả/ giây)
9	Kỹ thuật	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 1m x 1m (10 quả)
10		Phát cầu thuận tay cao sâu vào ô cuối sân 2.59m x 0.76m (10 quả)
11		Đánh cầu cao sâu theo 1 đường thẳng vào ô 2.53 x 1m (10 quả)
12		Đánh cầu cao sâu theo 1 đường chéo vào ô 2.53 x 1m (10 quả)
13		Chặn cầu bên trái vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần)
14		Chặn cầu bên phải vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần)
15		Đập cầu dọc biên vào ô 1m x 6.70m (10 quả)

các test đã được chọn qua 2 lần phỏng vấn trên, tiến hành kiểm tra các test qua 2 lần (mỗi lần kiểm tra cách nhau 7 ngày, trong điều kiện thời gian, trình tự kiểm tra test, quy trình thực hiện, địa điểm, sân bãi, dụng cụ kiểm tra ... trên cùng khách thể sinh viên đội tuyển cầu lông).

Để kiểm tra độ tin cậy của các test, tiến hành tính hệ số tương quan cặp của từng test giữa 2 lần kiểm tra. Nếu test có hệ số tương quan $r \geq 0.8$ thì test có đủ độ tin cậy cho phép sử dụng trên đối tượng kiểm tra. Kết quả tính độ tin cậy của test được trình bày ở bảng 4.

Từ kết quả kiểm định hệ số tương quan r ở bảng 4, có thể thấy:

- Thể lực có 08 chỉ tiêu được kiểm nghiệm có 04 chỉ tiêu có $r \geq 0.8$ nên có đủ độ tin cậy và được chọn đánh giá trình độ thể lực của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT gồm:

Bật xa tại chỗ (cm); Ném quả cầu lông đi xa (m); Lăng vợt mô phỏng đánh cầu trên đỉnh đầu (1 phút/ lần); Nhảy dây đơn (1 phút/ lần).

- Kỹ thuật có 07 chỉ tiêu được kiểm nghiệm có 04 chỉ tiêu có $r \geq 0.8$ nên có đủ độ tin cậy và được chọn đánh giá trình độ kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT gồm: Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 1m x 1m (10 quả); Phát cầu thuận tay cao sâu vào ô cuối sân 2.59m x 0.76m (10 quả); Đánh cầu cao sâu theo 1 đường chéo vào ô 2.53 x 1m (10 quả); Đập cầu dọc biên vào ô 1m x 6.70m (10 quả).

Tóm lại, qua 3 bước tổng hợp tài liệu hệ thống hóa các test, phỏng vấn các chuyên gia và kiểm nghiệm độ tin cậy của các test lựa chọn, nghiên cứu đã lựa chọn được 08 test đánh giá thể lực và kỹ thuật, các test này có tính khoa học, tính khách quan,

đảm bảo độ tin cậy để đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT.

3. KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu đã xác định 08 test lựa chọn trong đó có 04 test đánh giá thể lực và 04 test đánh giá kỹ thuật dùng kiểm tra cho nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT, có đủ độ tin cậy với $r \geq 0.80$ (từ 0.83 đến 0.98). Kết quả nghiên cứu này là tài liệu tham khảo rất có giá trị phục vụ cho việc đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT sau 1 chu kỳ huấn luyện nhằm nâng cao trình độ thể lực và kỹ thuật của nam sinh viên đội tuyển cầu lông ĐHCT. ■

Ngày tòa soạn nhận bài: 20/09/2025,
ngày phản biện đánh giá: 04/10/2025,
ngày chấp nhận đăng: 19/10/2025.

BẢNG 4: HỆ SỐ TƯƠNG QUAN CẤP CÁC CHỈ TIÊU ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ THỂ LỰC VÀ KỸ THUẬT CỦA NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN CẦU LÔNG ĐHCT

TT	Chỉ tiêu	Lần 1 ($\bar{X} \pm S$)		Lần 2 ($\bar{X} \pm S$)		Hệ số tương quan (r)
I	Thể lực					
1	Bật xa tại chỗ (cm)	2.45	± 0.13	2.47	± 0.11	0.83
2	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	4.50	± 0.24	4.45	± 0.16	0.68
3	Ném quả cầu lông đi xa (m)	7.00	± 0.51	7.04	± 0.50	0.98
4	Lăng vọt mô phỏng đánh cầu trên đỉnh đầu (1 phút/ lần)	44.27	± 2.69	44.40	± 2.50	0.98
5	Nhảy dây đơn (1 phút/ lần)	104.80	± 6.48	105.93	± 8.10	0.94
6	Di chuyển ngang sân đơn (20 lần/ giây)	37.40	± 0.63	36.87	± 0.74	0.49
7	Di chuyển tiến lùi mô phỏng động tác chặn, đập cầu (1 phút/ lần)	11.53	± 0.83	11.73	± 0.70	0.75
8	Bật nhảy đập cầu mạnh (40 quả/ giây)	82.53	± 1.19	82.27	± 1.28	0.75
II	Kỹ thuật					
1	Phát cầu trái tay thấp gần vào ô 1m x 1m (10 quả)	5.67	± 0.49	5.73	± 0.46	0.85
2	Phát cầu thuận tay cao sâu vào ô cuối sân 2.59m x 0.76m (10 quả)	5.80	± 0.56	5.73	± 0.46	0.89
3	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường thẳng vào ô 2.53 x 1m (10 quả)	6.07	± 0.26	6.47	± 0.52	0.25
4	Đánh cầu cao sâu theo 1 đường chéo vào ô 2.53 x 1m (10 quả)	5.67	± 0.62	5.80	± 0.56	0.83
5	Chặn cầu bên trái vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần)	5.20	± 0.41	5.13	± 0.35	0.78
6	Chặn cầu bên phải vào ô 1m x 1m (10 quả/ lần)	5.20	± 0.41	5.27	± 0.46	0.45
7	Đập cầu dọc biên vào ô 1m x 6.70m (10 quả)	5.73	± 0.59	5.80	± 0.56	0.90

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), Quyết định số 53/2008/QĐ- BGDDT ngày 18/09/2008 về việc Ban hành quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.
2. Đàm Tuấn Khôi (2012), "Xây dựng hệ thống tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện của vận động viên cầu lông cấp cao", Luận án tiến sĩ giáo dục học, Viện khoa học TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Thanh Lộc (2015), "Nghiên cứu xây dựng nội dung và tiêu chuẩn tuyển chọn đội tuyển cầu lông nam lứa tuổi 15 – 16 trường THPT Phạm Thái Bường – Thành phố Trà Vinh – tỉnh Trà Vinh", Luận văn Thạc sĩ Giáo dục học Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Lương Thành Tài (2021), "Nghiên cứu xây dựng mô hình nữ vận động viên Cầu lông cấp cao Việt Nam" Luận án tiến sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT TP Hồ Chí Minh.
5. Nguyễn Tiên Tiến và cộng sự (2016), Giáo trình Phương pháp nghiên cứu khoa học trong Thể dục Thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh
6. Nguyễn Hoàng Minh Thuận và cộng sự (2017), Giáo trình Thống kê trong Thể dục Thể thao, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.