



ĐÁNH GIÁ CÁC YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG VÀ THỰC TRẠNG SỬ DỤNG BÀI TẬP NÂNG CAO KỸ THUẬT GIẬT BÓNG TRÁI TAY MÔN BÓNG BÀN CỦA NAM SINH VIÊN HỌC VIỆN TÀI CHÍNH

ASSESSMENT OF FACTORS AFFECTING AND CURRENT SITUATION OF USING EXERCISES TO IMPROVE LEFT-HANDED BALL PULLING TECHNIQUES IN TABLE TENNIS BY MALE STUDENTS AT THE ACADEMY OF FINANCE

TÓM TẮT: Thông qua sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy, nhóm nghiên cứu tiến hành đánh giá các yếu tố ảnh hưởng, thực trạng sử dụng các bài tập giạt bóng trái tay trong giảng dạy môn bóng bàn. Dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn của các yếu tố ảnh hưởng, dựa vào các nguyên tắc đã được xác định tổng hợp các tài liệu về quản lý thể dục thể thao các công trình nghiên cứu nhằm nâng cao chất lượng đào tạo của các tác giả trong và ngoài nước. Bước đầu đã xác định được 04 yếu tố ảnh hưởng chi phối tới hiệu quả của giạt bóng trái tay, đánh giá được thực trạng sử dụng các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật giạt bóng trái tay, lựa chọn được 03 test đánh giá trình độ kỹ thuật giạt bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính.

TỪ KHÓA: Thực trạng, Bài tập, Sinh viên, Học viện Tài chính.

ABSTRACT: Through the use of conventional scientific research methods, the research team assessed the influencing factors and the current status of using backhand loop exercises in teaching table tennis. Based on the theoretical and practical basis of the influencing factors, based on the established principles, the documents on sports management and research projects aimed at improving the quality of training of domestic and foreign authors were synthesized. Initially, the project identified 04 influencing factors that influence the effectiveness of backhand loop, assessed the current status of using exercises to improve the effectiveness of backhand loop techniques, and selected 03 tests to assess the level of backhand loop techniques for male students of the Academy of Finance.

KEYWORDS: Current situation, Exercises, Students, Academy of Finance.

TRẦN HUY THẢO
Học viện Tài chính

TRAN HUY THAO
Academy of Finance

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

- Bóng bàn là môn thể thao đối kháng gián tiếp đòi hỏi phải nhanh, mạnh, biến hóa, điểm rơi và có độ xoáy cao trên nền tảng kỹ thuật toàn diện, chiến thuật đa dạng, tâm lý ổn định, ý chí cao độ và một nền thể lực sung mãn.

- Xu hướng huấn luyện Bóng bàn hiện đại là: “Tấn công, tấn công và tấn công” hoặc “Lấy

tấn công làm phòng thủ” với lối đánh thiên về sức mạnh, tốc độ, độ xoáy và biến hóa điểm rơi cùng với tư tưởng chỉ đạo chiến thuật là “Tấn công toàn diện và nhanh chóng dứt điểm” khiến cho kỹ thuật giạt bóng trái tay ngày càng có tầm quan trọng cao trong huấn luyện vận động viên Bóng bàn.

Để có thể xác định được những yếu tố nào chi phối tới

BẢNG 1. KẾT QUẢ PHÒNG VẤN NHỮNG YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG ĐẾN HIỆU QUẢ GIẬT BÓNG TRÁI TAY (n = 20)

STT	NỘI DUNG	SỐ PHIẾU				SO SÁNH	
		Đồng ý	Tỷ lệ %	Không đồng ý	Tỷ lệ %	χ^2	P
1	Mức độ thành thạo về kỹ thuật	20	100	0	0	5.48	<0,05
2	Trình độ thể lực	19	95	1	5		
3	Sự kết hợp các yếu tố kỹ thuật với chiến thuật	16	80	4	20		
4	Trạng thái tâm lý	18	90	2	10		

hiệu quả kỹ thuật giạt bóng trái tay. Qua tìm hiểu nghiên cứu các tài liệu Bóng bàn và các tài liệu liên quan, kết hợp với thực tiễn giảng dạy, cho thấy hầu hết các tài liệu nói lên 4 yếu tố chính chi phối tới bất kỳ một kỹ thuật nào đó là:

- +) Sự thành thạo về kỹ thuật.
- +) Trình độ thể lực duy trì, đảm bảo tính ổn định của kỹ thuật.
- +) Sự kết hợp hợp lý các yếu tố kỹ thuật với chiến thuật.
- +) Tạo được trạng thái tâm lý tối ưu.

Hiện nay, kỹ thuật giạt bóng đã được các vận động viên sử dụng rất điều luyện và đa dạng, không chỉ giạt bóng bên thuận tay mà các vận động viên đã tiến đến giạt bóng cả hai bên thuận và trái. Với những ưu điểm nổi bật của kỹ thuật giạt bóng, có lẽ trong những năm tới giạt bóng vẫn tiếp tục phát triển ở mức cao hơn.

Nhiều năm trở lại đây, lối đánh giạt bóng ở các nước có sự phát triển tương đối lớn, vận dụng lối giạt hai bên trái và trái tay, cố gắng dành chủ động, lao nhanh và đột phá, nâng cao tác dụng của giạt bóng trong thi đấu. Sự xuất hiện và phát triển của kỹ thuật giạt bóng thúc đẩy cách đánh tấn công nhanh, cách đánh cắt bóng và cách đánh khác thay đổi và phát triển.

Đặc điểm nổi bật của kỹ thuật giạt bóng là xoáy lên mạnh, tính ổn định và uy lực tấn công lớn. Phương hướng dùng sức của giạt bóng là lên trên và ra trước còn bạt là ra trước và xuống dưới.

Muốn phát huy được kỹ thuật sở trường là giạt bóng trái tay, vận động viên cần chú ý không ngừng nâng cao trình độ tấn công trái tay, trong di chuyển, phối kết hợp giữa các năng lực giạt bóng liên tục. Nâng cao hiệu xuất của lối bóng, chất

lượng giao bóng tấn công, đỡ giao bóng, nâng cao năng lực điều khiển tốc độ của bóng. Nếu rơi vào tính giằng co hoặc bị động trong thi đấu cần phải nắm vững kỹ thuật đánh bóng quá độ để nhanh chóng thoát khỏi thế bị động, giành thế chủ động trong thi đấu.

Xuất phát từ những vấn đề trên, cho thấy được ý nghĩa quan trọng của kỹ thuật giạt bóng trong thi đấu bóng bàn. Vì vậy, tác giả mạnh dạn đi đến nghiên cứu vấn đề “Đánh giá các yếu tố ảnh hưởng và thực trạng sử dụng bài tập nâng cao kỹ thuật giạt bóng trái tay của nam sinh viên Học viện Tài chính”.

- Các phương pháp nghiên cứu được sử dụng như sau: Phương pháp tổng hợp và phân tích tài liệu, Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp quan sát sư phạm, Phương pháp kiểm tra sư phạm, Phương pháp toán

**BẢNG 2: TỈ LỆ % MỨC ĐỘ ƯU TIÊN THEO BỐN YẾU TỐ ẢNH HƯỞNG (n=10)**

STT	YẾU TỐ	MỨC ĐỘ							
		Rất quan trọng		Quan trọng		Bình thường		Không cần	
		N	Tỷ lệ %	N	Tỷ lệ %	N	Tỷ lệ %	N	Tỷ lệ %
1	Mức độ thành thạo về kỹ thuật	7	70	2	20	1	10	0	0
2	Trình độ thể lực	6	60	3	30	1	10	0	0
3	Sự kết hợp các yếu tố kỹ thuật với chiến thuật	1	10	1	10	2	20	6	60
4	Trạng thái tâm lý	1	10	2	20	2	20	5	50

thống kê.

- Khách thể nghiên cứu:

+ Khách thể phỏng vấn gồm: 20 người là các chuyên gia, nhà quản lý, giảng viên có liên quan đến vấn đề nghiên cứu.

+ Khách thể thực nghiệm gồm: 80 sinh viên, trong đó có 40 sinh viên nam thực nghiệm và 40 sinh viên nam đối chứng.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá các yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả của kỹ thuật giật bóng trái tay của nam sinh viên Học viện Tài chính

Xác định những yếu tố ảnh hưởng đến hiệu quả giật bóng trái tay.

Tác giả đã tiến hành phỏng vấn trực tiếp và gián tiếp các phiếu hỏi đối với 20 giáo viên, huấn luyện viên ở các Trường Đại học, Học viện khu vực Hà Nội và các huấn luyện viên Bóng bàn ở các câu lạc bộ tại Hà

Nội. Các đối tượng phỏng vấn đều có trình độ từ đại học và thâm niên công tác trên 10 năm.

- 4 giáo viên, huấn luyện viên có trình độ tiến sỹ chiếm 30%.

- 6 giáo viên, huấn luyện viên có trình độ thạc sỹ chiếm 20%.

- 10 giáo viên, huấn luyện viên có trình độ Đại học chiếm 50%.

Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1

Từ kết quả bảng 1, có thể khẳng định rằng những yếu tố chi phối tới hiệu quả của bất kỳ kỹ thuật thể thao nào nói chung và kỹ thuật giật bóng trái tay nói riêng là:

+) Mức độ thành thạo về kỹ thuật.

+) Trình độ thể lực duy trì, đảm bảo tính ổn định của kỹ thuật.

+) Sự kết hợp hợp lý các yếu tố kỹ thuật với chiến thuật.

+) Tạo được trạng thái tâm lý tối ưu.

Để đánh giá hiệu quả kỹ thuật

giật bóng trái tay của nam sinh viên Học viện Tài chính, tác giả tiến hành nhiều buổi quan sát quá trình tập luyện và huấn luyện của giảng viên, huấn luyện viên và vận động viên từ đó đánh giá chính xác hơn. Tác giả đã tiến hành phỏng vấn 10 giáo viên, huấn luyện viên về mức độ ưu tiên theo 4 yếu tố ảnh hưởng được trình bày tại bảng 2.

Kết quả bảng 2 cho thấy các bài tập được sử dụng, quan tâm là các bài tập thể lực (chiếm 60%), các bài tập kỹ thuật (chiếm 70%). Các nhóm bài tập phối hợp và rèn luyện tâm lý không có hoặc rất ít (chiếm 10%).

2.2. Thực trạng sử dụng các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật giật bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính

Qua nghiên cứu các giáo án giảng dạy tại Học viện Tài chính

BẢNG 3. THỰC TRẠNG SỬ DỤNG CÁC BÀI TẬP TRONG GIÁO ÁN GIẢNG DẠY TẠI HỌC VIỆN TÀI CHÍNH

TT	NỘI DUNG BÀI TẬP	KHỐI LƯỢNG	NGHỈ GIỮA	SỐ GIÁO ÁN SỬ DỤNG
1	Chạy xuất phát cao 30m, 360m (s)	5 - 7 lần x 30"	1'	2/24
2	Chạy 400m, 800m (s)	1 - 2 lần	5'	3/24
3	Nằm sấp chống đẩy (lần)	3 - 5 tổ x 20 lần	1'	5/24
4	Co tay xà đơn (lần)	3 tổ x 10 lần	1'	6/24
5	Bài tập đứng lên ngồi xuống (lần)	3 - 5 tổ x 30 lần	1'	6/24
6	Chơi đá bóng (phút)	20'	5'	2/24
7	Bài tập mô phỏng động tác giật bóng trái tay (lần)	2 - 3 tổ x 30 lần	1'	18/24
8	Bài tập giật bóng với vợt sắt 1,5 kg (lần)	2 - 3 tổ x 25 lần	1'	12/24
9	Giật bóng trái tay từ 1 điểm sang 1 điểm (lần)	5'	1'	12/24
10	Giật bóng trái tay từ 1 điểm sang 2 điểm (lần)	5'	1'	12/24
11	Kéo dây cao su	3 - 5 lần x 30"	1'	3/24
12	Bật xa tại chỗ	2 - 3 tổ x 3 lần	1'	6/24
13	Bật cóc	4 - 5 lần	2'	5/24
14	Lăng tạ 1,5kg trái tay	3 - 5 tổ x 3 lần	2'	7/24
15	Giật bóng xoáy lên trái tay liên tục	3 - 5 tổ x 5 lần	2'	11/24
16	Vợt bóng trái tay liên tục	3 - 5 tổ x 5 lần	2'	11/24
17	Giật bóng xoáy xuống trái tay liên tục	2 - 3 tổ x 5 lần	2'	11/24
18	Phối hợp giật bóng trái tay và tấn công thuận tay	1 - 2 tổ x 5 lần	1'	18/24
19	Đẩy trái né giật trái tay	1'	2'	20/24
20	Gò bóng kết hợp giật bóng trái tay	1'	2'	13/24
21	Cầm vợt sắt nặng 0,5kg mô tả kỹ thuật giật bóng trái tay	1 - 2 tổ x 5 lần	1'	12/24
22	Thi đấu bóng đá	20'	5'	2/24
23	Các trò chơi vận động	20'	5'	5/24
24	Thi đấu 10 điểm	3 - 5 ván	1'	7/24
25	Treo ke bụng thành gióng	3 - 5 lần	2'	3/24

**BẢNG 4. KẾT QUẢ PHÒNG VẤN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ KỸ THUẬT GIẬT BÓNG TRÁI TAY CHO NAM SINH VIÊN HỌC VIỆN TÀI CHÍNH (n=20)**

TT	TÊN TEST	CÓ SỬ DỤNG		KHÔNG SỬ DỤNG	
		n	Tỷ lệ %	n	Tỷ lệ %
1	Di chuyển ngang nhặt bóng 4m x 4l quả (s)	11	55	9	45
2	Giật bóng trái tay từ 1 điểm sang 1 điểm với bóng xoáy xuống trong 1'(Tính số quả)	19	95	1	5
3	Giật bóng trái tay từ 1 điểm sang 3 điểm với bóng xoáy lên trong 1'(Tính số quả)	18	90	2	10
4	Di chuyển giật bóng trái tay từ 2 điểm sang 2 điểm trong 1'(Tính số quả).	19	95	1	5
5	Giật bóng trái tay 2 điểm sang 1 điểm với bóng xoáy lên 1 phút quả)	10	50	10	50
6	Giật bóng trái tay từ 1 điểm sang 1 điểm với bóng xoáy lên 1 phút (quả)	9	45	11	55

BẢNG 5. KẾT QUẢ SO SÁNH TRÌNH ĐỘ GIẬT BÓNG TRÁI TAY CỦA NAM SINH VIÊN 2 NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG TRƯỚC THỰC NGHIỆM

STT	NỘI DUNG TEST	ĐỐI CHỨNG (n=40)		THỰC NGHIỆM (n=40)		t QUAN SÁT	P
1	Test 1	20.67	2.05	20.45	1.96	0.69	>0,05
2	Test 2	31.65	2.02	31.33	1.85	1.03	>0,05
3	Test 3	32.52	1.91	32.74	1.79	0.72	>0,05

nhận thấy thời gian dành cho kỹ thuật giặt bóng khoảng 25 phút chiếm 20% thời gian của mỗi buổi tập. Điều này chứng tỏ thời gian dành cho giặt bóng quá ít, chưa phù hợp với trình độ tập luyện và tầm quan trọng của kỹ thuật giặt bóng dẫn đến hiệu quả giặt bóng của sinh viên chưa cao. Tác giả thống kê qua 24 giáo án, kết quả được trình bày ở bảng 3.

Qua bảng 3, có thể thấy nhìn chung các giáo viên đã sử dụng các hình thức cơ bản để nâng cao trình độ kỹ thuật giặt bóng và thể lực cho sinh viên. Tuy nhiên việc áp dụng các bài tập để nâng cao hiệu quả kỹ thuật giặt bóng trái tay của các sinh viên còn nhiều hạn chế, thể hiện: Với 7/25 bài tập có tỷ lệ sử dụng từ 50% trở lên.

- Tỷ lệ thời gian dành cho các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật giặt bóng trái tay từ 20 - 25' chiếm 20% thời gian buổi tập.

- Các bài tập lựa chọn còn chưa thật toàn diện

- Hình thức tập luyện chưa thật đa dạng và phong phú, việc tập luyện còn khó khăn, chưa tạo được hứng thú cao trong tập luyện nhất là các cách thức tập luyện với bóng, các bài tập có bóng, huấn luyện viên thường sử dụng các bài tập với bóng xoáy lên mà ít sử dụng các đường bóng xoáy xuống.

- Lượng vận động nhỏ thể hiện số lần lặp lại ít

2.3. Lựa chọn test đánh giá trình độ kỹ thuật giặt bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính.

Để lựa chọn các test ứng dụng trong đánh giá thực trạng thành tích đánh giá trình độ giặt bóng trái tay cho nam sinh viên, dựa trên quá trình thu thập tổng hợp tài liệu tham khảo cho thấy các test kỹ thuật đánh giá phải tuân thủ theo 2 nguyên tắc sau:

- Nguyên tắc 1: Các test lựa chọn phải đánh giá toàn diện về mặt tố chất, kỹ thuật, phù hợp với tâm lý VĐV.

- Nguyên tắc 2: Việc lựa chọn các test phải đảm bảo độ tin cậy và mang tính thông báo cần thiết của đối tượng nghiên cứu.

Thông qua kết quả phỏng vấn, tác giả lựa chọn 3 test đánh giá với số phiếu đồng ý cao (90% trở lên) đó là các test sau:

- +) Test 1: Giặt bóng trái tay từ 1 điểm sang 1 điểm với bóng xoáy xuống trong 1' (Tính số quả)

- +) Test 2: Giặt bóng trái tay từ 1 điểm sang 3 điểm với bóng xoáy lên trong 1' (Tính số quả)

- +) Test 3: Di chuyển giặt bóng trái tay từ 2 điểm sang 2 điểm trong 1' (Tính số quả).

2.4. Thực trạng hiệu quả kỹ thuật giặt bóng trái tay của nam sinh viên Học viện Tài chính

Để đánh giá thực trạng một cách khách quan, tiến hành so sánh giữa 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng.

- +) Test 1: Giặt bóng trái tay từ 1 điểm sang 1 điểm với bóng xoáy xuống trong 1' (Tính số quả)

- +) Test 2: Giặt bóng trái tay từ 1 điểm sang 3 điểm với bóng xoáy lên trong 1' (Tính số quả)

- +) Test 3: Di chuyển giặt

bóng trái tay từ 2 điểm sang 2 điểm trong 1' (Tính số quả).

(Cả 3 nội dung thực hiện trong 3 lần, lấy số lần cao nhất)

Như vậy, có thể kết luận rằng kỹ thuật giặt bóng trái tay giữa 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng không có sự khác biệt ở ngưỡng xác suất $P > 0,05$, nghĩa là trình độ giặt bóng trái tay của 2 nhóm là tương đồng nhau.

3. KẾT LUẬN

Qua thực trạng những vấn đề nghiên cứu ở trên đi đến kết luận như sau:

- Xác định được 04 yếu tố ảnh hưởng đến kỹ thuật giặt bóng trái tay cho nam sinh viên, lựa chọn được 03 test đánh giá hiệu quả giặt bóng trái tay.

- Đánh giá thực trạng công tác huấn luyện kỹ thuật giặt bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính trên các mặt: Thực trạng về đội ngũ giảng viên; Thực trạng sử dụng bài tập nâng cao kỹ thuật giặt bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính. Kết quả:

- Về thực trạng đội ngũ giảng viên môn Bóng bàn là cơ bản đáp ứng nhu cầu tập luyện tuy nhiên vẫn còn hạn chế về số lượng giảng viên đào tạo chuyên sâu bóng bàn và số lượng dụng cụ.

- Về thực trạng phân phối thời gian tập luyện các nội dung kỹ thuật, chiến thuật, thể lực và thi đấu trong phân phối thời gian tập luyện chung của năm còn chưa hợp lý, phân phối quỹ thời gian tập luyện các bài tập nâng cao kỹ thuật giặt bóng trái tay trong tổng thời gian tập luyện còn hạn chế.



- Thực trạng sử dụng bài tập nâng cao kỹ thuật giạt bóng trái tay cho nam sinh viên Học viện Tài chính còn ít về số lượng, chưa đa dạng về loại hình và mới chỉ được sử dụng theo kinh

nghiệm của cá nhân, chưa được nghiên cứu xác định bài tập phù hợp trên đối tượng nghiên cứu. Vì vậy, lựa chọn bài tập nâng cao kỹ thuật giạt bóng trái tay cho đối tượng nghiên cứu là vấn

đề cần thiết và cấp thiết.

*Ngày tòa soạn nhận bài: 23/05/2025,
ngày phản biện đánh giá: 06/06/2025,
ngày chấp nhận đăng: 20/06/2025*

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Vũ Thành Sơn (2006), *Huấn luyện thể lực cho vận động viên bóng bàn*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
2. Nguyễn Văn Trạch (2001), *Huấn luyện kỹ thuật bóng bàn hiện đại*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong TDTT*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
5. Nguyễn Danh Hoàng Việt, Vũ Thành Sơn, Trần Thị Hồng Việt (2009), *Những kiến thức cơ bản về Bóng bàn*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.