THỰC TRẠNG HIỆU QUẢ KỸ THUẬT ĐẬP BÓNG TẤN CÔNG HÀNG SAU CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG CHUYỀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HÀNG HẢI VIỆT NAM

Tô Xuân Thục*, Nguyễn Thái Bình**
***Trường ĐH TDTT Bắc Ninh, **Trường Đại học Hàng hải Việt Nam**

Tóm tắt: *Đề tài trên cơ sở đánh giá thực trạng hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau của nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường đại học Hàng Hải Việt Nam, từ đó phân tích các nguyên nhân ảnh hưởng, làm cơ sở để lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên trường Đại học Hàng Hải Việt Nam, góp phần nâng cao hơn chất lượng và hiệu quả tập luyện, thi đấu môn Bóng chuyền cũng như nâng cao hiệu quả quá trình đào tạo của nhà trường.*

Từ khoá: *kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau, bóng chuyền, đội tuyển bóng chuyền, trường đại học Hàng Hải Việt Nam,*

CURRENT STATUS OF THE EFFECTIVENESS OF THE BACK-ROW SPIKE TECHNIQUE AMONG MALE PLAYERS OF THE VIETNAM MARITIME UNIVERSITY VOLLEYBALL TEAM

Abstract: *This study assesses the current effectiveness of back-row attacking spikes by male student volleyball players at Vietnam Maritime University. It analyzes the influencing factors and provides a basis for selecting exercises to improve the back-row attacking spike technique for these male students, contributing to improved training and competition quality in volleyball, as well as enhancing the overall effectiveness of the university's training program.*

Keywords*: back-row attack spike technique, volleyball, men's volleyball team; Vietnam Maritime University.*

Nhận bài: 05/06/2026 *Phản biện: 05/07/2026* *Duyệt đăng: 08/07/2026*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

GDTC trong các trường Đại học, Cao đẳng là một mặt không thể thiếu trong sự nghiệp giáo dục và đào tạo. Với truyền thống hơn 70 năm xây dựng và phát triển của trường Đại học Hàng Hải Việt Nam, được Chính phủ chọn làm trường Đại học trọng điểm Quốc gia, khẳng định vị trí đầu ngành trong công tác đào tạo cán bộ, với những đóng góp to lớn cho các ngành trọng điểm của nước nhà trên mọi lĩnh vực, đặc biệt là các ngành Hàng hải, Kinh tế biển, Logistic..., bổ xung nguồn nhân lực cán bộ quản lý các cấp từ trung ương đến địa phương. Được sự quan tâm chỉ đạo của các cấp bộ ngành, cùng với sự nỗ lực vượt qua khó khăn phấn đấu liên tục của toàn thể đội ngũ lãnh đạo, cán bộ giảng viên, sinh viên các thế hệ trường Đại học Hàng Hải Việt Nam đã từng bước trưởng thành, đã có những đổi mới cơ bản toàn diện xây dựng được đội ngũ cán bộ nghiên cứu khoa học dồi dào chất lượng, cơ sở vật chất ngày càng khang trang hiện đại.

Để đảm bảo có hiệu quả về chất lượng GDTC thì một điều quan trọng là phải có chương trình, nội dung, hình thức tập luyện phù hợp với năng lực và trình độ thể lực của sinh viên. Việc phổ cập và đề cao hoạt động bóng chuyền ở Việt Nam đã có những bước phát triển nhất định, hàng năm đều tổ chức rất nhiều các giải bóng chuyền khác nhau trên phạm vi toàn quốc. Đập bóng tấn công hàng sau là một trong những kỹ thuật tấn công mang lại hiệu quả cao trong phối hợp chiến thuật tấn công. Vì đập bóng tấn công hàng sau có đường bóng biến hóa do sự thay đổi vị trí tấn công gây bất ngờ làm hạn chế khả năng chắn bóng của đối phương mang lại hiệu quả cao.

Qua quá trình quan sát tập luyện và thi đấu của sinh viên tôi nhận thấy rằng các sinh viên thực hiện kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau rất nhiều nhưng hiệu quả không cao, do đó việc đánh giá thực trạng hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam là cần thiết.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Sử dụng các phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán học thống kê.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

3.1. Thực trạng đập bóng tấn công hàng sau trong tập luyện và thi đấu của nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền

Để đánh giá một cách khách quan và chính xác hơn đề tài tiến hành quan sát hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau trong 5 trận đấu của đội bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

Bảng 1. Kết quả thống kê hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau trong các hiệp đấu tại giải Bóng chuyền SV khu vực phía Bắc

Số trận	Hiệp đấu	Tổng số lần đập bóng tấn công hàng sau	Đạt	
			Số lần	Tỷ lệ %
5	I	52	37	71.15
	II	61	48	78.69
	III	58	40	69.97
	IV	23	15	65.22
	V	11	7	63.64

Qua bảng 1. Ta thấy hầu hết các hiệp đấu căng thẳng thì hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau giảm sút rõ rệt. Nguyên nhân do thể lực bị giảm sút, thời gian thi đấu kéo dài, tâm lý thi đấu không ổn định, mức độ khéo léo còn hạn chế. Đối với VĐV có trình độ cao, trạng thái tâm lý thi đấu ổn định vững vàng, tự tin hiệu quả phối hợp động tác tốt hơn, đặc biệt là đập bóng tấn công hàng sau hiệu suất thi đấu cũng cao hơn.

Bảng 2. Các yếu tố chi phối hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau với nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền.

Yếu tố chi phối	Thể lực		Kỹ thuật		Tâm lý	
Hiệu quả	Tốt	Không tốt	Tốt	Không tốt	Tốt	Không tốt
24	14	10	12	12	10	14
Tỷ lệ (%)	58,3	41,7	50	50	41,7	58,3

3.2. Thực trạng sử dụng các bài tập trong giảng dạy đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền

Để có cơ sở đánh giá thực trạng sử dụng các bài tập nhằm nâng cao hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau trong giảng dạy cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền. Chúng tôi đã tiến hành tìm hiểu thống kê được một số bài tập mà bộ môn Bóng chuyền trường đại học Hàng Hải Việt Nam đang sử dụng đó là các bài tập:

*** Nhóm bài tập thể lực**

- Gánh tạ đứng lên ngồi xuống
- Gánh tạ bật nhảy
- Nằm ngửa gập bụng
- Nhảy dây
- Chạy biến tốc

*** Nhóm bài tập kỹ thuật:**

- Đập bóng tấn công hàng sau kết hợp với kỹ thuật khác
- Đập bóng nhiều lần có chuyền hai
- Bài tập thi đấu.

Các bài tập mà giáo viên đưa vào giảng dạy kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cũng tương đối đa dạng.

3.3. Lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

Để giải quyết vấn đề này đề tài tiến hành phỏng vấn các nhà chuyên môn gồm các giảng viên, HLV có thâm niên công tác và nhiều kinh nghiệm. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Kết quả phỏng vấn bài tập nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam (n=30)

TT	Kết quả phỏng vấn	Tán thành						Tỷ lệ (%)
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng		
		Số phiếu	Tỷ lệ (%)	Số phiếu	Tỷ lệ (%)	Số phiếu	Tỷ lệ (%)	
1	Gánh tạ đứng lên ngồi xuống	10	52.63	6	31.58	3	1579	63.33

2	Gánh tạ bật nhảy	16	66.67	6	25	2	8.33	80
3	Nhảy cóc	1	10	3	30	6	60	33.33
4	Ném bóng nhồi qua lưới	0	0	4	50	4	50	26.67
5	Kéo căng dây cao su xoay bả vai	12	60	3	15	5	25	66.67
6	Đứng thẳng 2 tay cầm tạ đĩa 5kg đẩy chếch trước liên tục	2	1818	5	45.45	4	36.36	36.67
7	Nằm ngửa gập bụng	15	78.95	2	10.53	2	10.53	63.33
8	Đập bóng qua lưới có người chắn	22	78.57	3	10.71	3	10.71	93.33
9	Đập bóng treo	8	57.14	1	7.14	5	35.71	46.67
10	Gõ đệm và phòng thủ	2	25	5	62.5	1	12.5	26.67
11	Phát bóng cao tay	4	44.44	2	22.22	3	33.33	30
12	Tự tung bóng đập qua lưới	15	65.22	3	13.04	5	21.74	76.67
13	Đập bóng liên tục ở vị trí số 4 với chuyền 2 là bóng tung	19	76	4	16	2	8	83.33
14	Đập bóng nhanh kết hợp với kỹ thuật khác	21	80.77	1	3.85	4	15.38	86.67
15	Đập bóng nhiều lần có chuyền hai	19	76	4	16	2	8	83.33
16	Đập bóng tung	5	41.67	3	25	4	33.33	40
17	Đập bóng xa lưới	13	61.90	7	33.33	1	4.76	70
18	Đập mô phỏng với tạ ante	5	38.46	2	15.38	6	46.15	43.33
19	Các trò chơi đối kháng tập thể	2	20	6	60	2	20	33.33
20	Bật hố cát	8	66.67	4	33.33	0	0	40
21	Nhảy dây	9	81.82	1	9.09	1	9.09	36.67
22	Co tay xà đơn	5	38.46	2	15.38	6	46.15	43.33
23	Cầm tạ 3kg gập duỗi cổ tay	17	68	5	20	3	12	83.33
24	Nằm sấp chống đẩy	11	57.89	3	15.79	5	26.32	63.33
25	Bài tập thi đấu	24	85.71	1	3.57	3	10.71	93.33

Qua bảng 3 ta thấy: Trong số 25 bài tập chúng tôi đưa ra đã có 13 bài tập được các nhà chuyên môn đánh giá cao, chiếm từ 60% trở lên ý kiến tán thành. Vì vậy đề tài sử dụng 13 bài tập này để đưa vào thực nghiệm ở giai đoạn tiếp theo.

Các bài tập được chia làm hai nhóm:

*** Nhóm bài tập thể lực.**

1. Gánh tạ bật nhảy.
2. Kéo căng dây cao su xoay bả vai.
3. Cầm tạ đôi 3kg gập duỗi cổ tay liên tục.
4. Gánh tạ trên vai đứng lên ngồi xuống.
5. Nằm sấp chống đẩy.
6. Nằm ngửa gập bụng.

* Nhóm bài tập kỹ thuật.

1. Đập bóng xa lưới.

2. Tự tung bóng đập qua lưới.

3. Đập bóng liên tục ở vị trí số 4 với chuyền 2 là bóng tung.

4. Đập bóng qua lưới có người chắn.

5. Đập bóng nhiều lần có chuyền hai.

6. Đập bóng tấn công hàng sau kết hợp với một số kỹ thuật khác.

7. Bài tập thi đấu.

3.4. Lựa chọn test đánh giá hiệu quả kỹ thật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

Bằng phương pháp đọc, phân tích tài liệu và tham khảo các chuyên gia HLV lâu năm nhiều kinh nghiệm, đề tài lựa chọn được 05 test kiểm ta đánh giá hiệu quả kỹ thật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

- Gõ bóng vào tường liên tục (đúng kỹ thuật/20giây)

- Test đập bóng tấn công hàng sau vào ô quy định

- Di chuyển đập bóng liên tục ở các vị trí số 1- 6- 5 hai phút (lần)

- Bật với có đà (bật với bảng)

- Ném bóng nhồi 2kg bằng một tay qua vai đi xa (m)

Để đảm bảo tính khách quan trong quá trình lựa chọn, đề tài tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia, giảng viên, HLV bóng chuyền lâu năm nhiều kinh nghiệm. Từ kết quả thu được, đề tài lựa chọn được 2 test đánh giá hiệu quả kỹ thật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam, đây là các test được đa số các ý kiến lựa chọn và đều xếp chúng ở mức độ quan trọng trở lên đó là:

- Test 1: Bật với có đà (bật với bảng)

- Test 2: Đập bóng tấn công hàng sau vào ô.

IV. TỔ CHỨC THỰC NGHIỆM

Dựa vào kết quả nghiên cứu trên đề tài xác định 13 bài tập nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam. Trước khi đưa 13 bài tập vào thực nghiệm, đề tài đã tiến hành tìm hiểu và đánh giá hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau trong 5 trận đấu trước thực nghiệm của nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

Tốt: Giành điểm là 120 lần chiếm tỷ lệ 57.97%

Đạt: Gây khó khăn cho đối phương là 57 lần chiếm tỷ lệ: 27.53%

Hỏng: Mất điểm là 30 lần chiếm tỷ lệ 14.49%

Từ kết quả trên có thể kết luận: Trước thực nghiệm khả năng thực hiện kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau của nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam vẫn còn hạn chế.

Để đảm bảo tính khách quan trước khi ứng dụng các bài tập đã lựa chọn vào quá trình thực nghiệm đề tài tiến hành chia nhóm một cách ngẫu nhiên: Nhóm thực nghiệm (gồm 8 VĐV), nhóm đối chứng (gồm 8 VĐV). Sau đó đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá đối tượng trước thực nghiệm. * Test 1: Bật với có đà (cm) |t|tính = 0.1320<tbảng = 2.069

* Test 2: Đập bóng tấn công hàng sau vào ô (điểm) |t|tính = 0.6216<tbảng= 2.069

Từ kết quả trên có thể kết luận: Trước thực nghiệm khả năng thực hiện kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau và thể lực của hai nhóm là tương đương nhau.

Sau 3 tháng thực nghiệm đề tài tiến hành kiểm tra đánh giá về thể lực và hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau vào ô quy định của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng kết quả như sau:

Sau thực nghiệm:

* Test 1: Bật với có đà (cm) |t|tính = 4.025> tbảng = 2.069

* Test 2: Đập bóng tấn công hàng sau vào ô (điểm) |t|tính = 6.897> tbảng = 2.069

Từ kết quả tính toán thu được có thể nhận xét:

Sau 3 tháng thực nghiệm thành tích của nhóm thực nghiệm phát triển hơn nhóm đối chứng. Hay nói cách khác sự khác biệt của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có ý nghĩa về mặt toán học thống kê. Từ đó chúng ta có thể khẳng định rằng những bài tập đã lựa chọn và ứng dụng trong huấn luyện đã có tác dụng nâng cao hiệu quả kỹ thuật đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

V. KẾT LUẬN

Qua quan sát thành thích thi đấu của nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam đề tài đánh giá được trình độ đập bóng tấn công hàng sau còn thấp, hiệu quả chưa cao. Thực trạng sử dụng các bài tập trong huấn luyện cũng đa dạng, nhưng chưa hiệu quả. Dựa trên cơ sở lý luận đề tài đã lựa chọn được hai test đặc trưng đánh giá hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau cho đối tượng nghiên cứu:

- Test 1: Bật với có đà (bật với bảng).
- Test 2: Đập bóng tấn công hàng sau vào ô.

Quá trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn được 2 nhóm gồm 13 bài tập nâng cao hiệu quả đập bóng tấn công hàng sau cho nam sinh viên đội tuyển bóng chuyền trường Đại học Hàng Hải Việt Nam.

Sau 3 tháng tập luyện với chương trình mà đề tài xây dựng phù hợp với đối tượng nghiên cứu đã có hiệu quả ở 2 test kiểm tra, đảm bảo độ tin cậy ở ngưỡng xác suất $P \leq 5\%$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Đào Hữu Hồ (1981), Xác suất thống kê, NXB Giáo dục Hà Nội.

Hyrosi Toyoda (1980), Kế hoạch huấn luyện chiến thuật Bóng chuyền, Bản tin KHKT TDTT, Chuyên đề Bóng chuyền, Viện KH TDTT Hà Nội.

Hyrosi Toyoda (1980), Lý thuyết huấn luyện Bóng chuyền của Nhật, Bản tin KHKT TDTT, Chuyên đề Bóng chuyền, Viện KH TDTT Hà Nội.

Đào Hữu Uyển (1986), Mô hình đặc tr¬ưng về thể chất của VĐV Bóng chuyền cấp cao Việt Nam, Bản tin KHKT TDTT, Chuyên đề Bóng chuyền, Viện KH TDTT Hà Nội.

Ivanôp. V.X, Dịch: Trần Đức Dũng (1996), Những cơ sở của toán học thống kê, NXB TDTT Hà Nội.

Ngô Trung L¬ượng, Phan Hồng Minh (1965), Kế hoạch huấn luyện cho VĐV Bóng chuyền, Hội Bóng chuyền Việt Nam.

Nguyễn Toán (1998), Cơ sở lý luận và ph¬ương pháp đào tạo VĐV, NXB TDTT Hà Nội,

Nguyễn Xuân Sinh -Chủ biên (1999), Ph¬ương pháp NCKH TDTT, Giáo trình dành cho sinh viên Đại học TDTT, NXB TDTT Hà Nội.

Trần Đức Phấn, Phan Hồng Minh, Nguyễn Danh Thái (2001), Về năng lực thi đấu của VĐV Bóng chuyền, Thông tin khoa học TDTT – Chuyên đề Bóng chuyền, số 4/2001.

Trần Đức Phấn, Phan Hồng Minh, Nguyễn Danh Thái (2001), Giành ¬ưu thế không gian – thời gian trong thi đấu Bóng chuyền, Thông tin khoa học TDTT – Chuyên đề Bóng chuyền, số 4/2001.

Trịnh Hùng Thanh, Lê Nguyệt Nga (1995), Sinh cơ và huấn luyện thể thao, NXB TDTT Hà Nội.