

THỰC TRẠNG KỸ THUẬT ĐẬP CẦU LAO NGẮN MÔN HỌC TỰ CHỌN CẦU LÔNG TRONG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÁI BÌNH

CURRENT STATUS OF THE BADMINTON SHORT SERVE TECHNIQUE AMONG STUDENTS ENROLLED IN THE ELECTIVE BADMINTON COURSE IN THE PHYSICAL EDUCATION PROGRAM AT THAI BINH UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY

ThS. Đào Minh Trí¹, PGS.TS. Đàm Trung Kiên², TS. Nguyễn Xuân Tuấn²
Trường Đại học Y dược Thái Bình¹, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh²

Tóm tắt: Trên cơ sở đánh giá thực trạng về kỹ thuật đập cầu lao ngắn môn học tự chọn cầu lông trong chương trình giáo dục thể chất của sinh viên Trường Đại học Y dược Thái Bình, với 3 test đánh giá và tìm hiểu thực trạng các bài tập đang được sử dụng trong tập luyện thấy khả năng đáp ứng chưa cao, còn nhiều tồn tại. Đây sẽ là tiền đề cho nghiên cứu đổi mới nội dung để nâng cao chất lượng đào tạo cho sinh viên Trường Đại học Y dược Thái Bình.

Từ khóa: Kỹ thuật; đập cầu lao ngắn; cầu lông; Đại học Y dược Thái Bình.

Abstract: Based on the assessment of the current status of the short-drive smash technique in the elective badminton course within the physical education curriculum for students at Thai Binh University of Medicine and Pharmacy, using 3 assessment tests and investigating the current exercises used in training, the results show that the students' responsiveness is not yet high and several shortcomings remain. This will serve as a premise for researching and innovating content to improve the training quality for students at Thai Binh University of Medicine and Pharmacy.

Keywords: Technique; short-drive smash; badminton; Thai Binh University of Medicine and Pharmacy.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong thi đấu cầu lông, đập cầu mạnh có thể không mang lại hiệu quả cao vì đối phương tổ chức phòng thủ tốt, chỉ khi đường cầu đánh sang sân đối phương hiểm hóc, khó mới tạo nên những tình huống bất ngờ phá vỡ phòng thủ của đối phương, vì vậy vấn đề đặt ra là phải thay đổi cách đập cầu trong các tình huống tấn công cũng như phản công là hết sức quan trọng. Các tình huống tấn công cần nhanh, chớp nhoáng gây bất ngờ cho đối phương để giành những điểm số quan trọng là vấn đề đặt ra hàng đầu cho cách đánh hiện đại. Nhất là ngày nay, lợi dụng chiều cao, sức bật, trình độ của vận động viên (VĐV) phát triển,

thì xu thế tấn công nhanh, đập cầu lao ngắn càng thể hiện rõ tầm quan trọng của nó.

Trong cầu lông, kỹ thuật đập cầu lao ngắn (hay còn gọi là đập gõ, đập mỏ - attacking clear hoặc half-smash) là một chiến thuật đánh lợi hại. Khác với những cú đập toàn lực (full smash) dùng để dứt điểm, đập lao ngắn thiên về sự hiểm hóc, tốc độ và điểm rơi.

Đặc điểm của cú đập cầu lao ngắn không yêu cầu quá nhiều lực từ vai hay toàn bộ cơ thể. Thay vào đó, thường tập trung vào: góc đánh cầu đi cấm nhưng quỹ đạo ngắn, thường rơi ở khu vực giữa sân hoặc ngay sau vạch giao cầu ngắn. Tốc độ đột ngột: chạm cầu nhanh và kết thúc động tác gọn, khiến đối phương không kịp phản xạ. Tiết kiệm thể lực:

không cần phải nhảy quá cao hay dùng 100% sức mạnh, giúp duy trì thể lực cho cả trận đấu.

Để phát triển thành tích thi đấu, hiệu quả khi học môn tự chọn cầu lông trong chương trình giáo dục thể chất cho sinh viên trường Đại học Y dược Thái Bình, thì nghiên cứu các bài tập, đánh giá thực trạng đập cầu lao ngắn cho đối tượng nghiên cứu là việc làm thiết thực, phù hợp gắn liền với trình độ tập luyện và thi đấu của sinh viên Nhà trường. Trong nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp toán học thống kê. Đã tiến hành phỏng vấn 20 huấn luyện viên (HLV), giảng viên dạy cầu lông,

120 sinh viên trong đánh giá thực trạng kỹ thuật đập cầu lao ngắn.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thực trạng đập cầu lao ngắn trong môn học tự chọn Cầu lông của sinh viên trường Đại Học Y dược Thái Bình

Để tìm hiểu thực trạng về hiệu quả đập cầu lao ngắn so với các kỹ thuật đập cầu khác của sinh viên trường Đại học Y dược Thái Bình, chúng tôi tiến hành quan sát kỹ thuật trong 5 trận đấu ở giải Cầu lông mở rộng của Trường năm 2024 tại trường Đại học Y dược Thái Bình. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Kết quả thống kê mức độ sử dụng và hiệu quả của kỹ thuật tấn công tại giải cầu lông mở rộng năm 2024

Số trận	Kỹ thuật tấn công	Số lần thực hiện	Tỷ lệ %	Số điểm ghi được	Tỷ lệ %
5	Đập cầu thuận tay	169	22.8	90	53.2
	Nhảy đập cầu	146	18.6	65	44.5
	Đập cầu trái tay	95	19.7	55	57.8
	Chặt cầu nhanh	56	7.5	20	35.7
	Đập cầu lao ngắn	135	18.2	48	35.5
	Bỏ nhỏ	75	10.1	50	66.6
	Chặt cầu chéo sân	65	8.7	10	15.3
Tổng		741		338	

Kết quả ở bảng 1 cho thấy: trong 5 trận đấu của các sinh viên tại giải cầu lông mở rộng Trường Đại học Y dược Thái Bình thì kỹ thuật đập lao ngắn được sử dụng 135 lần, có hiệu suất ghi điểm là 48 điểm, đạt tỷ lệ (35.5 %). So với các kỹ thuật tấn công khác thì đập cầu lao ngắn được sử dụng nhiều, nhưng hiệu quả không cao, đây cũng là kĩ thuật mà các VĐV cấp cao sử dụng nhiều trong tập luyện và thi đấu.

Trong thực tế thi đấu các 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 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. Để có cơ sở thực tiễn đánh giá hệ thống bài tập chúng tôi tiến hành quan sát thực tế 5 trận đấu, mỗi trận đều thi đấu 3 hiệp của sinh viên thi đấu cầu lông về hiệu quả kỹ thuật đập cầu lao ngắn tại giải Cầu lông mở rộng năm 2024, tổ chức tại Y dược Thái Bình. Kết quả được trình bày ở bảng 2 như sau:

Bảng 2. Hiệu quả kỹ thuật đập cầu lao ngắn của sinh viên tại giải Cầu lông mở rộng trường Đại học Y dược Thái Bình

Số trận	Hiệp đấu	Tổng số lần đập	Hiệu quả thực hiện					
			Ăn điểm trực tiếp		Đập hỏng		Các mức độ khác	
			Lần	%	Lần	%	Lần	%
5	I	55	23	41,8	18	32,7	14	25,5
	II	45	14	31,1	19	42,2	12	26,7
	III	23	7	30,4	10	43,5	6	26,1

Qua bảng 2 ta thấy hiệu quả đập cầu lao ngắn của sinh viên trường Đại học Y dược Thái Bình qua từng hiệp đấu giảm đi rõ. Hiệu suất đập cầu lao ngắn ở hiệp đấu thứ nhất là 41,8% thì hiệp đấu thứ hai là 31,1% và giảm xuống còn 30,4% ở hiệp đấu thứ ba. Trong khi đó số lần đập hỏng cũng tăng tới

32,7% ở hiệp đấu thứ nhất đến 42,2% và 43,5% ở hiệp đấu thứ hai, thứ ba.

Xác định các yếu tố chi phối đến hiệu quả đập cầu lao ngắn. Chúng tôi quan sát và trao đổi cùng các HLV và chuyên gia, giảng viên về nguyên nhân dẫn đến sự chi phối đến các quả đập lao ngắn. Kết quả được trình bày ở bảng 3.

Bảng 3. Các yếu tố chi phối hiệu quả đập cầu lao ngắn

Yếu tố chi phối	Thể lực		Kỹ thuật		Tâm lý	
	Tốt	Không tốt	Tốt	Không tốt	Tốt	Không tốt
Hiệu quả						
120 sinh viên	78	42	75	45	68	52
Tỷ lệ %	65	35	62.5	37.5	56.7	43.3

Qua bảng 3 cho thấy, 78 sinh viên thực hiện đập cầu lao ngắn đạt hiệu quả cao là do yếu tố thể lực tốt chiếm tới 65%, các sinh viên này có kỹ thuật tốt chiếm 62.5%, còn 68 sinh viên có trạng thái thi đấu tốt chiếm 56.7%. Còn lại số sinh viên khác có thể lực, kỹ thuật, tâm lý không tốt.

Trong tập luyện và thi đấu cầu lông, yếu tố tâm lý cũng có vai trò quan trọng không kém yếu tố kỹ thuật và thể lực. Khi thi đấu thường xuất hiện những trạng thái tâm lý khác nhau vào những thời điểm khác nhau của trận đấu, một số cá nhân có khả năng điều chỉnh được trạng thái tâm lý của mình trong một thời điểm nhất định. Song có đa số không có khả năng đó dẫn đến tình trạng tâm lý thi đấu không được ổn định trong khoảng thời gian dài. Điều này thường xuất hiện ở những người trẻ ít được thi đấu hoặc những người có trình độ thấp, chủ yếu hay xuất hiện trạng thái tâm lý như: Hồi hộp, hấp tấp, vội vàng, thiếu tự tin... dẫn đến hiệu quả khi thực hiện kỹ, chiến

thuật thiếu chuẩn xác, không đạt kết quả cao nhất là những tình huống vào thời điểm cuối mỗi hiệp đấu cũng như trận đấu.

2.2. Thực trạng hiệu quả đập cầu lao ngắn của sinh viên học tự chọn Cầu lông trong chương trình giáo dục thể chất Trường Đại học Y dược Thái Bình

Trước tiên, chúng tôi tiến hành phỏng vấn lựa chọn test, quy định là chỉ chọn những test có kết quả phỏng vấn đạt từ 70% ý kiến trả lời ở mức tán thành để đánh giá hiệu quả đập cầu lao ngắn cho sinh viên Trường Đại học Y dược Thái Bình. Đã tiến hành phỏng vấn 20 người (gồm các HLV, chuyên gia, giảng viên) thuộc các trung tâm, câu lạc bộ và các trường Đại học thuộc khu vực. Sau đó đánh giá tính thông báo và độ tin cậy các test, thu được 3 test để đánh giá hiệu quả đập cầu lao ngắn của sinh viên học tự chọn cầu lông Trường Đại học Y dược Thái Bình. Từ đó, chúng tôi đánh giá hiệu quả kỹ thuật đập cầu lao ngắn qua 3 test và kết quả học tập thông qua bảng 4.

Bảng 4. So sánh hiệu quả đập cầu lao ngắn của đối tượng nghiên cứu sau 1 học kỳ tập luyện

TT	Test	Ban đầu (n = 120)		Sau 1 học kỳ (n = 120)		So sánh	
		$\bar{x}$	$\pm\sigma$	$\bar{x}$	$\pm\sigma$	$t_{\text{tính}}$	p
1	Bật nhảy đập cầu vào ô quy định 10 lần (quả)	8,32	0,9	8,85	1,03	1,33	$>0,05$
2	Đập cầu lao ngắn vào ô quy định 10 lần (quả)	8,0	0,62	8,4	0,45	1,61	$>0,05$
3	Tạt cầu lao ngắn vào ô quy định 10 lần (quả)	7,7	1,08	8,6	1,19	1,58	$>0,05$
4	Kết quả học tập (điểm)	7,18 $\pm$ 1,05			Qua lần 1: 86,8%		

Qua bảng cho thấy: kết quả học tập của sinh viên giao động từ 7,18 điểm trung bình, tỷ lệ thi qua lần 1 là 86,8%, như vậy vẫn còn tỷ lệ không nhỏ chưa đạt yêu cầu (chiếm 13,2%). So sánh các test đều thể hiện mức $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p > 0,05$. Điều này cho thấy hiệu quả đập cầu lao ngắn của của sinh viên học tự chọn cầu lông trong chương trình giáo dục thể chất tại Trường Đại học Y dược Thái Bình không thể hiện rõ sự khác biệt về mặt thống kê. Hay nói cách khác, hiệu quả chưa có sự tiến triển rõ rệt. Ngoài ra qua việc trực tiếp qua sát tập luyện, phỏng vấn... chúng tôi nhận thấy mức độ ưu tiên thời gian cho mỗi buổi tập thể lực là từ 20 - 30 phút. Đây chính là nguyên nhân hạn chế mức độ sử dụng bài tập kỹ thuật đập cầu lao ngắn của sinh viên khi học môn tự chọn cầu lông trong chương trình giáo dục thể chất tại Trường Y dược Thái Bình khi có rất nhiều nội dung thể lực cần tập luyện. Cần có sự nghiên cứu cải tiến, đổi mới nội dung môn học phù hợp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Văn Đức (2015), *Giáo trình Cầu lông*, NXB TDTT, Hà Nội.
2. Nguyễn Thanh Nam, Hà Ngọc Sơn, Phạm Thị Tuyết Mai (2019), *Tài liệu giảng dạy Cầu lông* (Dành cho sinh viên hệ chính quy Học viện Ngân hàng).
3. Phạm Xuân Thành (2014), *Giáo trình Chơi Cầu lông*, NXB TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2006), *Lý luận và phương pháp TDTT*, NXB TDTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Đào Minh Trị, bài báo trích từ luận án “Nghiên cứu đổi mới nội dung tự chọn trong chương trình giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Y dược Thái Bình” dự kiến được bảo vệ trước hội đồng khoa học Trường Đại học Y dược Thái Bình vào tháng 12/2026.

Ngày nhận bài: 06/5/2026; Ngày đánh giá: 22/5/2026; Ngày duyệt đăng: 10/6/2026.

3. KẾT LUẬN

Qua nghiên cứu thực trạng tập luyện, thi đấu phản ánh kỹ thuật đập cầu lao ngắn của sinh viên học tự chọn môn cầu lông Trường Đại học Y dược Thái Bình cho thấy:

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

Lực đập 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;

Qua 3 test đánh giá hiệu quả đập cầu lao ngắn, kết quả học tập của sinh viên thấy còn hạn chế, quan sát sử dụng các bài tập dành cho tập luyện kỹ thuật đập cầu lao ngắn còn ít chưa đáp ứng được những yêu cầu trong quá trình tập luyện theo xu thế phát triển của môn cầu lông hiện đại.