

TẠP CHÍ

TÂM LÝ - GIÁO DỤC

ISSN 2734 - 9217

TẬP 32
SỐ 07

TẠP CHÍ CỦA HỘI KHOA HỌC TÂM LÝ - GIÁO DỤC VIỆT NAM



TABLE OF CONTENTS

Tạp chí

ISSN 2734-9217

TÂM LÝ - GIÁO DỤC

Tập 32, số 07 (tháng 07/2026)
Kì 3

Tổng Biên tập

HỒ QUANG HÒA

HỘI ĐỒNG KHOA HỌC

PGS.TS TRẦN KIỀU

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS NGUYỄN NGỌC PHÚ

Hội KH TL - GD Việt Nam

PGS.TS VŨ TRỌNG RỸ

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS NGUYỄN THỊ MỸ LỘC

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS PHAN TRỌNG NGỌ

Trường ĐHSP Hà Nội

GS.TS PHẠM HỒNG QUANG

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

GS.TS THÁI VĂN THÀNH

UBND tỉnh Nghệ An

GS.TS TRẦN TRUNG

Học viện dân tộc Việt Nam

TS PHAN QUỐC LÂM

Trường ĐH Văn Lang

TS NGUYỄN VĂN LY

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS HUỖNH VĂN SƠN

ĐHSP Tp Hồ Chí Minh

PGS.TS LÊ QUANG SƠN

ĐH Đà Nẵng

PGS.TS TRẦN THÀNH NAM

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS LÊ THÁI HÙNG

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS LÊ THỊ MINH NGUYỆT

Trường ĐHSP Hà Nội

PGS.TS PHẠM VĂN SƠN

Bộ GD & ĐT

Giấy phép xuất bản:

Giấy phép hoạt động tạp chí in
số 149/GP - BVHTTĐ, ngày 29/10/2025
của Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch

In tại

CÔNG TY TNHH IN QUANG MINH

Giá: 50.000 VND

- FAMILY-RELATED RISK FACTORS FOR ADOLESCENT MENTAL HEALTH: FROM GENETIC INFLUENCES TO PARENTING STYLES**
TRAN VAN CONG, PHAM PHUONG LINH, NGO THI DIEP LAN, NGUYEN THI KIM HOA, NGO ANH VINH
- THE IMPACT OF FINANCIAL RISK MANAGEMENT ON THE OPERATIONAL PERFORMANCE AND COMPETITIVENESS OF CA MAU COMMUNITY COLLEGE UNDER EDUCATIONAL AUTONOMY**
PHAN THANH MAI THAO
- APPLICATION AND EVALUATION OF EXERCISES TO IMPROVE THE EFFECTIVENESS OF SPIKING FROM POSITION 4 FOR FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS OF THE VOLLEYBALL TEAM AT THE UNIVERSITY OF MINING AND GEOLOGY**
VU THI HUON GIANG
- PRINCIPALS' LEADERSHIP CAPACITY IN DEVELOPING HAPPY SCHOOLS: A THEORETICAL REVIEW**
TRAN THI VEN
- APPLICATION OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE (AI) IN DEVELOPING ENGLISH SPEAKING SKILLS FOR NON-ENGLISH MAJOR FIRST-YEAR UNIVERSITY STUDENTS**
HOANG THI HANH
- STUDENTS' ARTIFICIAL INTELLIGENCE USER EXPERIENCE IN LEARNING: A THEORETICAL REVIEW AND PROPOSED ANALYTICAL FRAMEWORK**
RO DAM THI BICH NGOC, NGUYEN DIEP HA, HOANG THI THANH HUE
- METHODS OF TESTING AND EVALUATING USING ARTIFICIAL INTELLIGENCE TECHNOLOGY IN TEACHING CHINESE GRAMMAR**
BUI HONG VAN
- LEARNING MOTIVATION AND DIGITAL TECHNOLOGY INTEGRATION IN CHINESE LANGUAGE INSTRUCTION AT HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN VIETNAM**
NGUYEN THANH PHUONG
- SOME SOLUTIONS FOR IMPLEMENTING POLICIES TO SUPPORT THE ECONOMIC DEVELOPMENT OF THE POOR IN THUAN TRUNG COMMUNE, NGHE AN PROVINCE AND ITS IMPLICATIONS IN EDUCATION**
NGUYEN DINH DUC
- SOLUTIONS TO ENHANCE DIGITAL CAPABILITIES FOR TEACHER TRAINING STUDENTS AT THAI NGUYEN UNIVERSITY'S BRANCH IN LAO CAI PROVINCE**
DINH THI NGOC LY, HOANG THANH HIEN
- ASSESSING THE RELIABILITY AND CONSTRUCT VALIDITY OF THE VIETNAMESE VERSION OF THE UMICS IDENTITY SCALE AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN HANOI**
NGUYEN THI THU
- THE IMPACT OF THE S-S-A-E-C MODEL AND ARTIFICIAL INTELLIGENCE (AI) ON STUDENTS' ANALYTICAL READING COMPREHENSION SKILLS IN ENGLISH LANGUAGE TEACHING**
PHAM KIEN THANH
- THE RELATIONSHIP BETWEEN TECHNOSTRESS AND JOB PERFORMANCE OF YOUNG WORKERS**
LE DUY HUNG, TRAN QUOC KHANG, LE THUY PHUC THINH, DAO THI HUYEN TRANG, DOAN THI XUAN
- STEM EDUCATION FOR DEVELOPING STUDENTS' COMPETENCY IN EXPLORING THE NATURAL WORLD FROM A PHYSICS PERSPECTIVE**
HOANG DINH LONG, LE THI CAM TU

MỤC LỤC

Tạp chí

ISSN 2734-9217

TÂM LÝ - GIÁO DỤC

Tập 32, số 07 (tháng 07/2026)
Kì 3

Tổng Biên tập

HỒ QUANG HÒA

HỘI ĐỒNG KHOA HỌC

PGS.TS TRẦN KIỀU

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS NGUYỄN NGỌC PHÚ

Hội KH TL - GD Việt Nam

PGS.TS VŨ TRỌNG RỸ

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS NGUYỄN THỊ MỸ LỘC

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS PHAN TRỌNG NGỌ

Trường ĐHSP Hà Nội

GS.TS PHẠM HỒNG QUANG

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

GS.TS THÁI VĂN THÀNH

UBND tỉnh Nghệ An

GS.TS TRẦN TRUNG

Học viện dân tộc Việt Nam

TS PHAN QUỐC LÂM

Trường ĐH Văn Lang

TS NGUYỄN VĂN LY

Hội KH TL - GD Việt Nam

GS.TS HUỖNH VĂN SƠN

ĐHSP Tp Hồ Chí Minh

PGS.TS LÊ QUANG SƠN

ĐH Đà Nẵng

PGS.TS TRẦN THÀNH NAM

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS LÊ THÁI HÙNG

Trường ĐHGD, ĐHQG Hà Nội

PGS.TS LÊ THỊ MINH NGUYỆT

Trường ĐHSP Hà Nội

PGS.TS PHẠM VĂN SƠN

Bộ GD & ĐT

Giấy phép xuất bản:

Giấy phép hoạt động tạp chí in
số 149/GP - BVHTTĐ, ngày 29/10/2025
của Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch

In tại

CÔNG TY TNHH IN QUANG MINH

Giá: 50.000 VND

- CÁC YẾU TỐ NGUY CƠ ĐỐI VỚI SỨC KHỎE TÂM THẦN CỦA TRẺ VỊ THÀNH NIÊN TẠI GIA ĐÌNH: TỪ DI TRUYỀN ĐẾN PHONG CÁCH LÀM CHA MẸ
TRẦN VĂN CÔNG, PHẠM PHƯƠNG LINH, NGÔ THỊ DIỆP LAN, NGUYỄN THỊ KIM HOA, NGÔ ANH VINH
- TÁC ĐỘNG CỦA QUẢN TRỊ RỦI RO TÀI CHÍNH ĐẾN HIỆU QUẢ HOẠT ĐỘNG VÀ NĂNG LỰC CẠNH TRANH CỦA TRƯỜNG CAO ĐẲNG CỘNG ĐỒNG CÀ MAU TRONG ĐIỀU KIỆN TỰ CHủ GIÁO DỤC
PHAN THANH MAI THẢO
- ỨNG DỤNG VÀ ĐÁNH GIÁ BÀI TẬP NĂNG CAO HIỆU QUẢ ĐÁP BÓNG Ở VỊ TRÍ SỐ 4 CHO NỮ SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG CHUYỀN TRƯỜNG ĐẠI HỌC MÔ ĐỊA CHẤT
VŨ THỊ HƯƠNG GIANG
- NĂNG LỰC LÃNH ĐẠO CỦA HIỆU TRƯỞNG TRONG PHÁT TRIỂN TRƯỜNG HỌC HẠNH PHÚC: TỔNG QUAN LÝ LUẬN
TRẦN THỊ VÊN
- ỨNG DỤNG TRÍ TUỆ NHÂN TẠO (AI) TRONG RÈN LUYỆN KỸ NĂNG NÓI TIẾNG ANH CHO SINH VIÊN NĂM NHẤT HỆ ĐẠI HỌC KHÔNG CHUYÊN
HOÀNG THỊ HẠNH
- TRẢI NGHIỆM SỬ DỤNG TRÍ TUỆ NHÂN TẠO TRONG HỌC TẬP CỦA SINH VIÊN: TỔNG QUAN LÝ THUYẾT VÀ ĐỀ XUẤT KHUNG PHẢN TÍCH
RÔ ĐÀM THỊ BÍCH NGỌC, NGUYỄN DIỆP HẢ, HOÀNG THỊ THANH HUỆ
- CÁC PHƯƠNG PHÁP KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ SỬ DỤNG CÔNG NGHỆ TRÍ TUỆ NHÂN TẠO TRONG GIÁNG DẠY NGŨ PHÁP TIẾNG TRUNG QUỐC
BÙI HỒNG VÂN
- ĐỘNG LỰC HỌC TẬP VÀ ỨNG DỤNG CÔNG NGHỆ SỐ TRONG GIÁNG DẠY TIẾNG TRUNG QUỐC TẠI CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC VIỆT NAM
NGUYỄN THANH PHƯƠNG
- MỘT SỐ GIẢI PHÁP THỰC HIỆN CHÍNH SÁCH HỖ TRỢ NGƯỜI NGHÈO PHÁT TRIỂN KINH TẾ Ở XÃ THUẬN TRUNG, TỈNH NGHỆ AN VÀ HÀM Ý TRONG GIÁO DỤC
NGUYỄN ĐÌNH ĐỨC
- GIẢI PHÁP NÂNG CAO NĂNG LỰC SỐ CHO SINH VIÊN SƯ PHẠM TẠI PHÂN HIỆU ĐẠI HỌC THÁI NGUYÊN TẠI TỈNH LÀO CAI
ĐÌNH THỊ NGỌC LÝ, HOÀNG THANH HIỆN
- ĐÁNH GIÁ ĐỘ TIN CẬY VÀ GIÁ TRỊ CẤU TRÚC CỦA THANG ĐO BẢN SẮC CÁ NHÂN UMICS PHIÊN BẢN TIẾNG VIỆT TRÊN SINH VIÊN TẠI HÀ NỘI
NGUYỄN THỊ THƯ
- TÁC ĐỘNG CỦA MÔ HÌNH S-S-A-E-C VÀ TRÍ TUỆ NHÂN TẠO (AI) ĐẾN NĂNG LỰC TƯ DUY PHẢN TÍCH ĐỌC HIỂU CỦA HỌC SINH TRONG DẠY HỌC TIẾNG ANH
PHẠM KIẾN THÀNH
- MỐI QUAN HỆ GIỮA CĂNG THẲNG CÔNG NGHỆ VÀ HIỆU SUẤT CÔNG VIỆC CỦA NGƯỜI LAO ĐỘNG TRẺ TUỔI
LÊ DUY HÙNG, TRẦN QUỐC KHANG, LÊ THUY PHÚC THỊNH, ĐÀO THỊ HUYỀN TRANG, ĐOÀN THỊ XUÂN
- GIÁO DỤC STEM THEO HƯỚNG PHÁT TRIỂN NĂNG LỰC TÌM HIỂU THỂ GIỚI TỰ NHIÊN DƯỚI GÓC ĐỘ VẬT LÝ CỦA HỌC SINH
HOÀNG ĐÌNH LONG, LÊ THỊ CẨM TÚ

NGHIÊN CỨU LỰA CHỌN BÀI TẬP PHỐI HỢP PHÒNG THỦ NHẪM NÂNG CAO HIỆU QUẢ THI ĐẤU CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ TRƯỜNG ĐẠI HỌC MỎ ĐỊA CHẤT

Phạm Quốc Toàn*, Vũ Thị Hương Giang*

*Khoa Địa Kinh – Thể dục trường Đại học sư phạm TĐTT Hà Nội

*Bộ môn GDTC trường Đại học Mỏ địa chất

Email: quoctoantdt@gmail.com, huonggiangtg103@gmail.com

Tóm tắt: Nghiên cứu nhằm đánh giá hiệu quả của hệ thống bài tập phối hợp phòng thủ đối với nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mỏ địa chất. Kết quả khảo sát ban đầu cho thấy kỹ năng phòng thủ còn hạn chế, đặc biệt ở kèm người và di chuyển. Nhóm tác giả đã lựa chọn 10 bài tập phù hợp và tiến hành thực nghiệm trong 8 tuần. Kết quả cho thấy các chỉ tiêu phòng thủ và hiệu quả thi đấu được cải thiện rõ rệt, với sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p < 0,05$), góp phần khẳng định tính hiệu quả của hệ thống bài tập trong huấn luyện.

Từ khóa: Bóng rổ, phòng thủ phối hợp, bài tập phối hợp phòng thủ, hiệu quả thi đấu, sinh viên

RESEARCH ON THE SELECTION OF COORDINATED DEFENSIVE EXERCISES TO IMPROVE COMPETITIVE PERFORMANCE FOR MALE BASKETBALL ATHLETES OF THE UNIVERSITY OF MINING AND GEOLOGY TEAM

Abstract: This study aimed to evaluate the effectiveness of a defensive coordination exercise system for male student basketball players at the University of Mining and Geology. Initial survey results showed limited defensive skills, particularly in man-marking and movement. The authors selected 10 suitable exercises and conducted an experiment over 8 weeks. The results showed significant improvements in defensive performance and competition effectiveness, with statistically significant differences ($p < 0.05$), further confirming the effectiveness of the exercise system in training.

Keywords: Basketball, coordinated defense, exercises, performance, students

Nhận bài: 05/05/2026

Phản biện: 06/06/2026

Duyệt đăng: 09/06/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm gần đây, cùng với sự phát triển của thể dục thể thao học đường và việc triển khai Chương trình Giáo dục phổ thông 2018, môn bóng rổ ngày càng được quan tâm trong giảng dạy và huấn luyện. Không chỉ góp phần nâng cao thể lực, bóng rổ còn rèn luyện tư duy chiến thuật và khả năng phối hợp tập thể cho học sinh, sinh viên.

Thực tiễn cho thấy, bên cạnh kỹ thuật tấn công, phòng thủ giữ vai trò quan trọng, ảnh hưởng trực tiếp đến hiệu quả thi đấu. Tuy nhiên, tại Trường Đại học Mỏ địa chất, việc huấn luyện phối hợp phòng thủ cho nam sinh viên đội tuyển còn thiếu tính hệ thống, các bài tập chủ yếu dựa trên kinh nghiệm, chưa được kiểm chứng khoa học.

Xuất phát từ đó, việc nghiên cứu lựa chọn các bài tập phối hợp phòng thủ phù hợp là cần thiết, góp phần nâng cao hiệu quả huấn luyện và thi đấu cho đội tuyển.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Phương pháp phân tích và 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 và phương pháp toán học thống kê.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Lựa chọn bài tập phối hợp phòng thủ nhằm nâng cao hiệu quả thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ trường Đại học Mỏ địa chất.

Các bài tập lựa chọn cần tập trung vào: Phối hợp phòng thủ nhóm nhỏ (2–3 người); Phòng thủ khu vực cơ bản; Chuyển trạng thái phòng thủ nhanh; Pressing toàn sân mức độ phù hợp lứa tuổi sinh viên.

Qua phân tích tổng hợp các tài liệu chuyên môn về giảng dạy, huấn luyện bóng rổ chúng tôi tổng hợp được các bài tập phối hợp phòng thủ sử dụng cho tập luyện phát triển kỹ thuật thi đấu

Để đảm bảo độ tin cậy và chính xác của các bài tập phối hợp phòng thủ được lựa chọn chúng tôi đã tiến hành phỏng vấn 30 giáo viên, huấn luyện viên của trường Đại học Mỏ địa chất có chuyên môn về huấn luyện, giảng dạy bóng rổ, giảng viên trường ĐHSPT TĐTT Hà Nội. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập phối hợp phòng thủ năng cao hiệu quả thi đấu (n=30)

TT	Các bài tập phối hợp phòng thủ	Kết quả phỏng vấn					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%
1	Di chuyển phòng thủ ngang sân kết hợp đổi người kèm	26	86.67	3	10	1	3.33
2	Phối hợp phòng thủ 2 người chống tấn công 1	28	93.33	2	6.67	0	0
3	Phòng thủ 3 người chống 2 người phản công nhanh	24	80	4	13.33	2	6.67
4	Phối hợp bắt người – hỗ trợ – bọc lót trong khu vực 3 giây	26	86.67	3	10	1	3.33
5	Phòng thủ khu vực 2–3 kết hợp tranh chấp bật bảng	25	83.33	4	13.33	1	3.33
6	Phòng thủ toàn sân (Pressing) 1–2–1–1	30	100	0	0	0	0
7	Phối hợp chuyển trạng thái từ tấn công sang phòng thủ	27	90	2	6.67	1	3.33
8	Bài tập phòng thủ 1–1 cường độ cao trong 30 giây	11	36.67	11	36.67	8	26.67
9	Phòng thủ khu vực 3–2 nâng cao	15	50	10	33.33	5	16.67
10	Thi đấu đối kháng nửa sân chú trọng nhiệm vụ phòng thủ	28	93.33	2	6.67	0	0

Số liệu bảng 1 cho thấy, theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, chúng tôi lựa chọn được 8/10 bài tập phối hợp phòng thủ có tổng ý kiến phỏng vấn tán thành trên 80% ở mức rất quan trọng nhằm nâng cao hiệu quả thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ trường Đại học Mở địa chất, cụ thể gồm:

- Di chuyển phòng thủ ngang sân kết hợp đổi người kèm
- Phối hợp phòng thủ 2 người chống tấn công 1
- Phòng thủ 3 người chống 2 người phản công nhanh
- Phối hợp bắt người – hỗ trợ – bọc lót trong khu vực 3 giây
- Phòng thủ khu vực 2–3 kết hợp tranh chấp bật bảng
- Phòng thủ toàn sân (Pressing) 1–2–1–1
- Phối hợp chuyển trạng thái từ tấn công sang phòng thủ

- Thi đấu đối kháng nửa sân chú trọng nhiệm vụ phòng thủ

3.2. Ứng dụng và đánh giá bài tập phối hợp phòng thủ nâng cao hiệu quả thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ trường Đại học Mở địa chất.

3.2.1. Lựa chọn tests đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ cho đối tượng nghiên cứu.

Từ kết quả nghiên cứu, qua tham khảo các tài liệu chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của tác giả trong và ngoài nước, chúng tôi đã thu thập được các test đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ cho đối tượng nghiên cứu.

Để lựa chọn được các test đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ cho đối tượng nghiên cứu, đề tài đã tiến hành phỏng vấn 30 giáo viên, huấn luyện viên bóng rổ. Kết quả thu được như trình bày tại bảng 2.

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn test đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ (n=30)

TT	Test	Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%
1	Di chuyển ngang sân (s)	15	50	10	33.33	5	16.67
2	Chạy tốc độ 20m (s)	11	36.67	11	36.67	8	26.67

3	Di chuyển phòng thủ ngang sân 20m (s)	26	86.67	3	10	1	3.33
4	Chạy con thoi 5×30m (s)	28	93.33	2	6.67	0	0
5	Số lần phòng thủ thành công/10 lần (lần)	24	80	4	13.33	2	6.67

Từ kết quả thu được ở bảng 2 cho thấy, có 3/5 test được hầu hết các ý kiến của các chuyên gia bóng rổ đều lựa chọn với tỷ lệ cao (từ 80% trở lên ở mức độ rất quan trọng). Đề tài sẽ lựa chọn các test này để đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ

của đối tượng nghiên cứu trước

Để xác định tính thông báo, người ta thường dùng thành tích thi đấu để làm chỉ số tham chiếu. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Bảng 3. Xác định tính thông báo của các test

TT	Nội dung	Kết quả	
		r	p
1	Di chuyển phòng thủ ngang sân 20m (s)	0.864	<0.05
2	Chạy con thoi 5×30m (s)	0.873	<0.05
3	Số lần phòng thủ thành công/10 lần (lần)	0.898	<0.05

Kết quả bảng 3 cho thấy: Cả 3 test đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ cho đối tượng nghiên cứu đã lựa chọn qua phỏng vấn đều có mối tương quan mạnh với thành tích thi đấu. Kết quả thể hiện ở r đạt từ 0.847 tới 0.883 ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$, thỏa mãn yêu cầu của phép đo lường thể thao với $r \geq 0.60$.

Nghiên cứu tiếp tục xác định độ tin cậy của chúng bằng phương pháp test lặp lại. Phương pháp và điều kiện lập test như nhau ở cả 2 lần lập test.

Ở cả 3 chỉ tiêu kiểm trên đều có mối tương quan mạnh với $r_{\text{tính}} = 0.872$ đến $0.878 > 0.80$ với $P < 0.05$. Vậy chúng đảm bảo độ tin cậy và cho phép sử dụng được.

Như vậy qua 4 bước nghiên cứu, đặc biệt là 2 bước xác định tính thông báo và độ tin cậy, đề tài đã chọn ra được 3 test đủ tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất, bao gồm: Di chuyển phòng thủ ngang sân 20m (s); Chạy con thoi 5×30m (s); Số lần phòng thủ thành công/10 lần (lần)

3.2.2. Tổ chức thực nghiệm sư phạm

- Đối tượng thực nghiệm: gồm 18 nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất và được chia làm hai nhóm.

+ Nhóm đối chứng: Gồm 9 nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất tập luyện theo các bài tập phối hợp phòng thủ cũ của trung tâm.

+ Nhóm thực nghiệm: Gồm 9 nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất tập luyện theo các bài tập phối hợp phòng thủ mà đề tài đã lựa chọn được trong quá trình nghiên cứu.

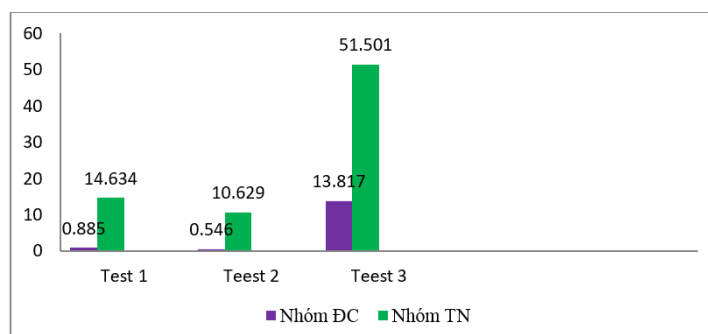
- Thời gian thực nghiệm: trong 6 tuần tại trường Đại học Mở địa chất.

- Kiểm tra đánh giá: Cả hai nhóm đều được kiểm tra ở các thời điểm: trước thực nghiệm, kết thúc thực nghiệm bằng các test chuyên môn đã lựa chọn.

3.2.3. Kết quả thực nghiệm sư phạm.

Kết quả kiểm tra trước thực nghiệm

Từ kết quả thu được cho thấy, hiệu quả thi đấu của 2 nhóm ở thời điểm trước thực nghiệm là tương đương nhau. tính của các test < bảng ở ngưỡng xác suất thống kê $p > 0.05$.



Biểu đồ 1. So sánh nhịp tăng trưởng hiệu quả phối hợp phòng thủ của nhóm ĐC và nhóm TN sau thực nghiệm sư phạm

Từ kết quả thu được cho thấy, ở tất cả các nội dung kiểm tra đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt rõ rệt, t tính đều $> t$ bảng ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$.

Diễn biến thành tích đạt được của cả 3 test nhằm kiểm tra, đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ của nhóm thực nghiệm tăng lên lớn hơn so với nhóm đối chứng, đồng thời nhịp tăng trưởng của nhóm thực nghiệm cũng lớn hơn so với nhóm đối chứng.

Để thấy rõ hiệu quả các bài tập đã lựa chọn trong thi đấu, nghiên cứu đã phân tích thi đấu của đối tượng nghiên cứu để đánh giá hiệu quả phối hợp phòng thủ.

Nhận xét: Kết quả phân tích 5 trận thi đấu cho thấy hiệu quả phòng thủ của đội tuyển có xu hướng ổn định và cải thiện tích cực:

- + Số lần cướp bóng trung bình đạt 7,6 lần/trận, cho thấy khả năng gây áp lực và tranh chấp tốt.
- + Số lần chấn bóng đạt trung bình 2,8 lần/trận, phản ánh khả năng bảo vệ khu vực dưới rổ.
- + Rebound phòng thủ đạt trung bình 17 lần/trận, góp phần hạn chế cơ hội tấn công lần hai của đối phương.
- + Số lỗi cá nhân khi phòng thủ ở mức 12,4 lỗi/trận, tương đối hợp lý, không gây ảnh hưởng lớn

đến chiến thuật.

+ Tỷ lệ phòng thủ thành công đạt trung bình 54,6%, thể hiện sự tiến bộ rõ rệt so với giai đoạn trước thực nghiệm.

Kết quả trên chứng minh hệ thống bài tập phối hợp phòng thủ được lựa chọn đã nâng cao hiệu quả thi đấu thực tế của đội tuyển trong điều kiện đối kháng.

Như vậy có thể khẳng định rằng hệ thống bài tập phối hợp phòng thủ mà đề tài lựa chọn và ứng dụng đã nâng cao được hiệu quả thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất một cách rõ rệt.

IV. KẾT LUẬN

Đề tài đã lựa chọn được 8 bài tập phối hợp phòng thủ huấn luyện nhằm nâng cao hiệu quả thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất

Sau thời gian thực nghiệm, kết quả kiểm tra cho thấy: nhóm thực nghiệm có thành tích hơn nhóm đối chứng ở cả 3 test với $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0,05$ hay nói cách khác các bài tập phối hợp phòng thủ mà đề tài nghiên cứu lựa chọn đã nâng cao khả năng thực hiện thi đấu cho nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Mở địa chất.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Harre. D (1996), Học thuyết huấn luyện, Dịch: Trương Anh Tuấn - Bùi Thế Hiển, NXB TĐTT, Hà Nội.
Đinh Can, Kỹ thuật Bóng rổ, (NXB TĐTT - 1978).
Phạm Văn Thảo - Nguyễn Văn Trung, Huấn luyện kỹ - chiến thuật bóng rổ hiện đại, (NXB TĐTT - 2004)..
Nguyễn Văn Trung - Phạm Văn Thảo (2008), Giáo trình giảng dạy bóng rổ..
Nguyễn Duy Quyết – Bùi Quang Hải (2025), Lý luận và phương pháp GDTC NXB Thể thao và Du lịch.