

THỬ NGHIỆM ĐÁNH GIÁ NHẬN THỨC VÀ CHẤT LƯỢNG CUỘC SỐNG LIÊN QUAN ĐẾN SỨC KHỎE CỦA NHÓM NGƯỜI CAO TUỔI TẬP LUYỆN CẦU LÔNG THƯỜNG XUYÊN LỬA TUỔI 60-69 TẠI TỪ SƠN

Nguyễn Xuân Hoạt⁽¹⁾
Đoàn Lê Xuân Hạnh⁽²⁾
Phan Thái Anh⁽³⁾

Tóm tắt:

Nghiên cứu đánh giá các hoạt động thể chất, nhận thức sức khỏe và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe của người cao tuổi tập luyện Cầu lông thường xuyên và người bình thường tại khu vực Từ Sơn Bắc Ninh. Kết quả thu được sẽ được sử dụng làm căn cứ để phát triển phong trào Cầu lông như một phương tiện chăm sóc sức khỏe cộng đồng và làm tiền đề để mở rộng nghiên cứu tương lai. Kết quả nghiên cứu chứng minh hoạt động tập luyện Cầu lông của người cao tuổi Từ Sơn mang lại những lợi ích về sức khỏe xã hội và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe thực tế, tuy nhiên việc xem xét áp dụng phổ thông cho các khu vực khác cần có các nghiên cứu mở rộng hơn.

Từ khóa: Hoạt động thể chất, người cao tuổi, tập luyện Cầu lông, Từ Sơn, Bắc Ninh.

Experiment to assess health-related awareness and life quality of elderly people who regularly practice badminton aged 60-69 in Tu Son

Summary:

The topic has conducted a research and an assessment of health-related awareness and life quality of elderly people, who regularly practice badminton aged 60-69, then compared to normal people in Tu Son. The obtained results will be used as a basis for developing the badminton movement as a means of community health care; and as a premise for expanding future research. Research results prove that badminton practice of the elderly in Tu Son brings benefits in terms of social health and life quality, which are related to actual health. However, the universal application in other areas needs considering and more wide-scale research.

Keywords: Physical activity, elderly, Badminton, practice, Tu Son, Bac Ninh.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Hoạt động thể chất (HĐTC) thường xuyên có nhiều lợi ích đối với sức khỏe con người. Đặc biệt là người cao tuổi (NCT). Có nhiều báo cáo chứng minh, NCT tham gia HĐTC thường xuyên có thể hạn chế điều trị các bệnh về tim mạch, tàn tật, giảm tỉ lệ tử vong do mọi nguyên nhân, tăng cường chức năng sinh lý, chức năng vận động và chất lượng cuộc sống. Tuy nhiên, HĐTC cũng có thể là nguyên nhân gây ra các biến cố lâm sàng bất lợi như té ngã, nhồi máu cơ tim hoặc đột tử [1] do tác động của lão hóa, cơ bắp con người giảm theo lứa tuổi, đồng thời thành phần sợi cơ thay đổi làm giảm khả năng

vận động. HĐTC có thể góp phần giảm và làm chậm các quá trình lão hóa cơ, duy trì lâu dài hơn việc phát huy các tố chất thể lực như nhanh, mạnh. HĐTC thường xuyên cũng tạo ra các ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe tâm lý, thúc đẩy và tăng mức tương tác xã hội, điều này có ý nghĩa to lớn trong việc phòng ngừa và điều trị các bệnh tâm thần như trầm cảm hoặc lo lắng [2].

Cầu lông là môn thể thao phổ biến trên toàn cầu với hơn 200 triệu người tham gia tập luyện. Cầu lông là một môn thể thao phổ biến vì các tính năng độc đáo của nó (không tiếp xúc cơ thể, dụng cụ nhẹ và rẻ, kích thước sân hạn chế, có khả năng luyện tập trong nhà) và các biến đổi

⁽¹⁾TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

⁽²⁾ThS, Trường Cao đẳng Văn hoá Nghệ thuật Đắk Lắk

⁽³⁾ThS, Trường ĐH TDTT TP. HCM

sinh lý có tính luân phiên liên tục, đồng thời khoảng thời gian tập luyện thuộc nhóm hiệu khí thích hợp với NCT hơn các nhóm môn khác. Đối với những người tập luyện ở mức phổ thông phong trào, Cầu lông có thể được coi là một phương tiện để cải thiện sức khỏe và hạnh phúc [5]. Tuy nhiên, vấn đề này trên thực tế lại chưa được các tác giả quan tâm nghiên cứu trên đối tượng NCT tập luyện Cầu lông thường xuyên tại Từ Sơn.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành trên 30 NCT lứa tuổi 60-69, tập luyện Cầu lông hệ phong trào (nhóm đánh giá) và 30 người bình thường (nhóm đối chứng) cùng lứa tuổi tại khu vực Từ Sơn, Bắc Ninh. Các đối tượng nghiên cứu được thông báo về các vấn đề liên quan nghiên cứu này. Nhóm đối chứng cũng được tiến hành các công đoạn nghiên cứu tương tự nhưng không hạn chế số lượng, tuy nhiên sau khi thu được kết quả đầy đủ sẽ tiến hành lựa chọn ngẫu nhiên 30 người để tiến hành so sánh với nhóm đánh giá (lựa chọn ngẫu nhiên được thực hiện tại: <https://www.random.org/sequences/>). Tiêu chuẩn lựa chọn chung cho tất cả các đối tượng nghiên cứu bao gồm: 1) tự nguyện; 2) lứa tuổi từ 60-69; 3) đối với nhóm đánh giá: chỉ tập luyện Cầu lông và không tham gia các loại hình HĐTC khác, thời gian tập luyện tối thiểu 12 tháng liên tục trước thời điểm nghiên cứu; đối với nhóm đối chứng không HĐTC thường xuyên; 4) không mắc hoặc đang điều trị các bệnh mạn tính, các bệnh lý ảnh hưởng đến khả năng nhận thức và hoạt động vận động; 5) có năng lực tự chủ hoàn toàn về hoạt động và nhận thức.

2. Thiết kế nghiên cứu và kiểm tra đánh giá

Nghiên cứu được thực hiện theo kiểu cắt ngang, quá trình thu thập số liệu được tiến hành trong thời gian từ tháng 7 đến tháng 9 năm 2019, các phân tích đánh giá được thực hiện sau đó kết hợp với việc theo dõi để bổ sung các cơ sở so sánh vì vậy kéo dài đến tháng 12 năm 2020.

Nghiên cứu sử dụng bảng đánh giá PASSI để điều tra các HĐTC và tâm lý - thể chất có liên quan đến sức khỏe [6].

3. Phân tích dữ liệu nghiên cứu

Nghiên cứu sử dụng IBM SPSS Statistics 22.0 để nhập và xử lý số liệu nghiên cứu. Số liệu

được mô tả dưới dạng các thông số thống kê dạng chỉ số - tỉ lệ (n,%), trung bình (\pm SD). Các so sánh “t” được thực hiện với các nhóm biến số chính và sự thay đổi của phương sai đối với các biến số liên tục. Các biến phân loại được mô tả dưới dạng tần số tuyệt đối và tương đối. Kiểm định chi bình phương được sử dụng để so sánh các nhóm biến phân loại và phương sai t không cân bằng (với n=30). Tương quan Pearson được thực hiện để phân tích mối quan hệ giữa các biến liên tục. Ý nghĩa thống kê 0.05 được xác định cho tất cả các phân tích.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Tiến hành thống kê đặc điểm của đối tượng nghiên cứu và kết quả thu thập của bảng câu hỏi điều tra. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả thu được, tiến hành so sánh kết quả của 2 nhóm bằng kiểm định Chi bình phương và phương sai không cân bằng. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Kết quả bảng 2 cho thấy: tại các vấn đề được hỏi, kết quả thu được đều thu được tại ngưỡng $p \geq 0.05$, có nghĩa là các yếu tố này đều có sự ảnh hưởng, mức ảnh hưởng không đồng đều từ 0.107 đến 0.999 đến nhận thức về sức khỏe những NCT tập luyện Cầu lông thường xuyên; kết quả ghi nhận duy nhất một chỉ số không có ý nghĩa thống kê tại nhóm so sánh tuổi của câu 2 thu được kết quả ($p < 0.05$).

Kết quả thu được cũng cho thấy nhóm NCT tập luyện Cầu lông thường xuyên có kết quả tự báo cáo về nhận thức sức khỏe tốt hơn, đồng thời các chỉ số sức khỏe, tâm lý và lượng HĐTC nhiều hơn nhóm đối chứng. Hơn nữa, kết quả này được ghi nhận ở cả 2 nhóm giới tính.

Kết quả phân tích tương quan Pearson 4 cho thấy các mối quan hệ đều không có ý nghĩa tại ngưỡng $p > 0.05$.

Từ các kết quả nghiên cứu được trình bày tại bảng 1, bảng 2 và bảng 3 cho thấy:

Những NCT tập luyện Cầu lông thường xuyên thu được kết quả tốt hơn về các nhận thức sức khỏe các chỉ số về sức khỏe và tâm lý so với nhóm đối chứng không tập luyện cùng lứa tuổi và giới tính. Kết quả này cũng minh chứng cho các HĐTC có mức HĐTC cao hơn ngưỡng trung bình có hiệu quả thực tế đối với thể chất và tâm lý một cách độc lập theo giới tính NCT

Bảng 1. Đặc điểm của đối tượng nghiên cứu và kết quả thu thập bảng câu hỏi điều tra

TT	Nội dung		Kết quả*
Thông tin cơ bản	Tuổi		63.1 (8.6)
	Nam		22 (73.3)
	Giới tính nữ		8 (26.7)
	BMI		24.3 (2.4)
1	Tự đánh giá sức khỏe thể chất (bao gồm cả bệnh tật té ngã, tai nạn,...): trong 30 ngày qua, có bao nhiêu ngày ông (bà) cảm thấy mệt mỏi, không khỏe?		0.79 (1.47)
2	Tự đánh giá về tâm lý: Trong 30 ngày qua ông (bà) cảm thấy tâm lý thay đổi ảnh hưởng đến tâm trạng và sức khỏe		1.28 (2.9)
3	Trong 30 ngày qua, ông (bà) đã hoạt động thể chất cường độ cao bao nhiêu ngày trong tuần (làm nhịp thở và nhịp tim tăng mạnh hoặc đổ mồ hôi nhiều) chẳng hạn như chạy, đạp xe?		3.22 (1.68)
4	4a) Lượng HĐTC trung bình trong những ngày có hoạt động là bao nhiêu phút?		93.6 (42.1)
	4b) Mô tả các HĐTC, thể dục thể thao mà ông (bà) đã lựa chọn và thực hiện trong 30 ngày qua**		11 (60.2)
5	Trong 30 ngày qua, ông (bà) có dùng xe đạp hoặc đi bộ cho các quãng đường phải đi trên 10 phút (trừ các hoạt động thi đấu thể thao) không?		9 (32.8)
6	Ông (bà) nhận thấy những lợi ích nào khi tập luyện thể thao?	6a) Cảm thấy bớt căng thẳng và vui vẻ hơn	10 (33.3)
		6b) Hô hấp tốt hơn	1 (3.3)
		6c) Ngủ ngon và sâu hơn	2 (6.7)
		6d) Linh hoạt hơn trong các hoạt động vận động	17 (56.7)

*Ghi chú: *: n =30, kết quả được mô tả dưới dạng n (%) hoặc trung bình (± SD); **: các HĐTC hoặc tập luyện thể dục thể thao liên tục với mỗi buổi 30 phút cường độ vừa phải trong ít nhất 5 ngày một tuần hoặc cường độ cao > 20 phút trong ít nhất 3 ngày một tuần.*

trong phạm vi nghiên cứu. Trong giới hạn của nghiên cứu này, Cầu lông đã được chứng minh thí điểm cho quan điểm trên. Kết quả cũng nhấn mạnh được việc tham gia tập luyện thể chất thường xuyên có ảnh hưởng tích cực đến NCT về chất lượng cuộc sống và nhận thức.

Mức độ HĐTC đã được chứng minh là yếu tố ảnh hưởng tích cực đến sức khỏe ở mọi lứa tuổi. Mức độ HĐTC quyết định mức độ chuyển hóa năng lượng và mức độ chuyển hóa năng lượng được xác định có liên quan trực tiếp đến suy yếu, giảm chức năng, tốc độ và độ ảnh hưởng của lão hóa [7]. Tập luyện thường xuyên các môn thể thao là một yếu tố tích cực trong việc ngăn ngừa suy giảm thiết diện, chức năng hoạt động của cơ bắp [8]. Cũng có các quan

điểm cho rằng, cường độ tập luyện và mức độ vận động vượt ngưỡng có thể dẫn đến các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng hơn. Cụ thể, các nghiên cứu y học chuyên môn cũng chứng minh HĐTC thường xuyên mức độ cao cũng sẽ dẫn đến tình trạng suy giảm sức khỏe tim phổi phát triển nhanh hơn những người ít vận động [9].

Quá trình lão hóa dẫn đến sự suy giảm các hệ chức năng cơ thể bao gồm cả nhận thức. Một nghiên cứu mới đây vào năm 2019 [10], cũng cho rằng HĐTC ở NCT sẽ dẫn đến các tác động đối với sức khỏe, sức khỏe tim mạch, nhận thức và tâm lý về trầm cảm, động lực và sự tham gia xã hội. Báo cáo này cũng cho thấy tác động của HĐTC tới quá trình lão hóa từ: 1) HĐTC có hiệu quả bảo tồn năng lực hoạt động chức năng

Bảng 2. Kết quả so sánh thu được của 2 nhóm bằng kiểm định chi bình phương và phương sai không cân bằng (n_{nam} = 22; n_{nữ} = 8)

Biến	Giới tính [#]			Tuổi [#]			Nhóm	
	Nữ	Nam	P	Nữ	Nam	P	Nhóm tập Cầu lông	Nhóm đối chứng
Câu 1*	0.3 (0.7)	1.0 (1.6)	0.107	0.5 (1.2)	1.6 (1.9)	0.141	0.8	2.5
Câu 2*	2.1 (5.2)	1.0 (1.6)	0.554	1.7 (3.4)	0.1 (0.4)	<0.05	1.3	2.5
Câu 3**	2.8 (1.5)	3.4 (1.8)	0.32	3.1 (1.7)	3.5 (1.6)	0.598	-	-
Câu 4a**	77.5 (36.5)	102.3 (45.1)	0.145	96.4 (45.8)	93.8 (40.7)	0.883	-	-
Câu 4b*	4 (50.0)	15 (68.2)	0.417	13 (59.1)	6 (75.0)	0.672	63.3	31.7
Câu 5*	3 (37.5)	8 (36.4)	>0.999	9 (40.9)	2 (25.0)	0.672	36.7	11
Câu 6*	-	-	0.5	-	-	>0.999	-	-
Câu 6a*	3 (37.5)	7 (31.8)	-	7 (31.9)	3 (37.5)			-
Câu 6b*	1 (12.5)	0 (0.0)	-	1 (4.5)	0 (0.0)	-	-	-
Câu 6c*	0 (0.0)	2 (9.1)	-	2 (9.1)	0 (0.0)	-	-	-
Câu 6d*	4 (50.0)	13 (59.1)	-	12 (54.5)	5 (62.5)	-	-	-

Ghi chú: #: p của kiểm định chi bình phương và phương sai t không cân bằng; *: n (%); **: trung bình (± SD).

Bảng 3. Kết quả phân tích r cho các biến liên tục

Cặp so sánh		r	p
Giới tính	Câu 1	-0.19	0.313
Giới tính	Câu 2	0.11	0.608
Giới tính	Câu 3	-0.14	0.428
Giới tính	Câu 4	-0.04	0.853
BMI	Câu 1	-0.06	0.717
BMI	Câu 2	-0.09	0.669
BMI	Câu 3	-0.25	0.171
BMI	Câu 4	0.18	0.32
Câu 1	Câu 2	-0.21	0.278
Câu 1	Câu 3	-0.02	0.981
Câu 1	Câu 4	0.02	0.893
Câu 2	Câu 3	0.05	0.772
Câu 2	Câu 4	0.09	0.624
Câu 3	Câu 4	-0.06	0.716

và sức khỏe, khả năng tập trung chú ý vào hoạt động vận động và cuộc sống; 2) nhận thức chịu

ảnh hưởng sâu sắc của thời lượng và kế hoạch HĐTC; 3) mức độ chuyên cần và hiệu quả liên quan trực tiếp tới việc tăng cao các cơ hội giao lưu, liên kết xã hội. Kết quả của nghiên cứu này cũng đồng thuận với các nghiên cứu trên khi xác nhận được các trường hợp NCT có mức độ chuyên cần càng cao thì các kết quả về nhận thức sức khỏe và chất lượng cuộc sống càng cao. Kết quả này cũng tương đồng với một nghiên cứu (năm 2017) khi chứng minh NCT tham gia một HĐTC có tổ chức sẽ cải thiện đáng kể nhận thức về tình trạng sức khỏe của những người tham gia nghiên cứu [11]. Một báo cáo khác cũng cho rằng các yếu tố nhận thức về sức khỏe, cảm xúc và mức độ hài lòng với cuộc sống có mối quan hệ chặt chẽ với HĐTC ở NCT rõ ràng hơn những người trẻ tuổi [12].

Hiện nay quá trình già hóa đang diễn ra mạnh mẽ trên toàn thế giới và số lượng NCT đang dần tăng cao ở mọi cộng đồng dân cư. Việc tìm ra và phát triển các biện pháp hợp lý, hiệu quả chăm sóc sức khỏe không phức tạp và tốn nhiều

chi phí là các biện pháp tối ưu cho xã hội kể cả về mặt tổ chức và kinh tế, văn hóa. Kết quả của nghiên cứu cho thấy, các mô hình hoạt động tập luyện Cầu lông cho NCT Từ Sơn, Bắc Ninh mang lại những lợi ích hợp lý về sức khỏe xã hội và về chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe. Trong một nghiên cứu thí điểm như thế này, việc kiến nghị sử dụng chỉ phù hợp cho các đối tượng nghiên cứu đã trải qua, việc đánh giá mức độ áp dụng phổ thông cho các khu vực khác cần có các nghiên cứu mở rộng hơn. Ngoài ra, nghiên cứu mới chỉ tập trung vào một nhóm đối tượng NCT từ 60-69 tuổi, việc áp dụng được thực hiện chỉ mang tính phạm vi hẹp, các nghiên cứu tương lai cần mở rộng phạm vi đối tượng để đảm bảo đánh giá toàn diện.

KẾT LUẬN

Nghiên cứu thí điểm này đánh giá thành công các mối quan hệ của HĐTC đối với các nhận thức về chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe và sức khỏe thực tế. Kết quả cũng cho thấy các chỉ số thu được của nhóm NCT tập luyện Cầu lông phong trào về nhận thức sức khỏe và chất lượng cuộc sống cao hơn so với nhóm người cùng lứa tuổi, giới tính nhưng không tham gia các HĐTC. Kết quả của nghiên cứu cũng chứng minh được các hoạt động phong trào Cầu lông cho NCT Từ Sơn mang lại những lợi ích về sức khỏe, xã hội và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe, tuy nhiên việc sử dụng được xác định phù hợp cho các đối tượng trong nghiên cứu này và nhóm người tương đương trong khu vực, việc áp dụng rộng rãi cho các khu vực khác cần có các nghiên cứu mở rộng hơn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Stewart KJ (2005), *Physical activity and aging*, *Ann N Y Acad Sci*, 1055:193–206.

2. ACSM American College of Sports Medicine position stand (1998), *Exercise and physical activity for older adults*, *Med Sci Sports Exerc*, 30:992–1008.

3. Jenkin CR, et al (2017), *Sport and ageing: a systematic review of the determinants and trends of participation in sport for older adults*. *BMC Public Health*. 17(1):976. Published 2017 Dec 22. doi: 10.1186/s12889-017-4970-8.

4. Tanaka H (2017), *Aging of Competitive Athletes*. *Gerontology*, 63(5):488–494, doi: 10.1159/000477722.

5. Patterson S, et al (2017), *The impact of badminton on health markers in untrained females*. *J Sports Sci*, 35(11):1098–1106. doi: 10.1080/02640414.2016.1210819.

6. Dịch tễ học sức khỏe cộng đồng, <https://www.epicentro.iss.it/passi/>. Truy cập ngày 04 tháng 9 năm 2021.

7. Harridge SD, Lazarus NR (2017), *Physical Activity, Aging, and Physiological Function*. *Physiology (Bethesda)*. 32(2):152–161. doi: 10.1152/physiol.00029.2016.

8. Snijders T, Verdijk LB, van Loon LJ (2009), *The impact of sarcopenia and exercise training on skeletal muscle satellite cells*. *Ageing Res Rev*. 8(4):328–338. doi: 10.1016/j.arr.2009.05.003.

9. Tanaka H, Seals DR (2008), *Endurance exercise performance in Masters athletes: age-associated changes and underlying physiological mechanisms*. *J Physiol*. 586(1):55–63. doi: 10.1113/jphysiol.2007.141879.

10. Bangsbo J, et al (2019), *Copenhagen Consensus statement 2019: physical activity and ageing*. *Br J Sports Med*. 53(14):856–858. doi: 10.1136/bjsports-2018-100451.

11. Gallè F, et al (2017), *Improving physical fitness and health status perception in community-dwelling older adults through a structured program for physical activity promotion in the city of Naples, Italy: A randomized controlled trial*. *Geriatr Gerontol Int*. 17(10):1421–1428. doi: 10.1111/ggi.12879.

12. Jeste DV, et al (2013), *Association between older age and more successful aging: critical role of resilience and depression*, *Am J Psychiatry*. 170(2):188–196. doi: 10.1176/appi.ajp.2012.12030386.

(Bài nộp ngày 26/10/2021, phản biện ngày 5/11/2021, duyệt in ngày 22/11/2021)
Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Xuân Hoạt;
Email: hoatdtt@gmail.com)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

3. NGUYỄN VĂN PHÚC

Phát biểu đề dẫn hội thảo khoa học “Chủ tịch Hồ Chí Minh với sự nghiệp TDTT – Giá trị lý luận và thực tiễn trong phát triển TDTT hiện nay”

Nguyen Van Phuc

Scientific conference title “President Ho Chi Minh with the sports career - theoretical and practical values in the development of physical training and sports today”

5. TRƯƠNG QUỐC UYÊN

Tư tưởng Hồ Chí Minh về thể thao thành tích cao

Truong Quoc Uyen

Ho Chi Minh's thoughts on high-achievement sports

8. VŨ THỊ KIM YẾN

Chủ tịch Hồ Chí Minh - tấm gương sáng về giữ gìn và rèn luyện sức khỏe

Vu Thi Kim Yen

President Ho Chi Minh - a shining example of health maintenance and exercise

12. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN

Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh để phát triển phong trào rèn luyện Thể dục thể thao toàn dân trong giai đoạn hiện nay

Nguyen Thi Thanh Huyen

Applying Ho Chi Minh's thoughts in developing the movement of physical training and sports in the community in the current period

17. NGUYỄN THỊ KIM DUNG

Quan điểm Hồ Chí Minh về vai trò của thể dục thể thao và ý nghĩa trong giai đoạn cách mạng hiện nay

Nguyen Thi Kim Dung

Ho Chi Minh's opinions about the role of sport and its meaning in the current revolutionary period

21. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN TIẾN SƠN

Công tác bồi dưỡng cán bộ Thể dục thể thao của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh hiện nay dưới ánh sáng tư tưởng Hồ Chí Minh

Nguyen Van Phuc; Nguyen Tien Son

Enhancing staffs in physical training and sports at the Bac Ninh Sports University today - following Ho Chi Minh's thoughts

27. VŨ HOÀNG SƠN; NGUYỄN VĂN HÙNG

Lời kêu gọi toàn quốc kháng chiến với nhiệm vụ giáo dục, bồi dưỡng lý tưởng cách mạng cho thanh niên hiện nay

Vu Hoang Son; Nguyen Van Hung

The call to national resistance and the task of educating and fostering revolutionary ideals for today's youth

29. TRẦN MINH TRƯỜNG

Khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc theo tư tưởng Hồ Chí Minh

Tran Minh Truong

Be healthy and strong to develop and defend the country according to Ho Chi Minh's thought

32. NGUYỄN VĂN TUẤN

Phát triển đội ngũ giảng viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh trong giai đoạn hiện nay

Nguyen Van Tuan

Developing the lecturers force at the Bac Ninh Sports University in the current period

QUẢN LÝ THỂ DỤC THỂ THAO VÀ THỂ DỤC THỂ THAO QUẦN CHÚNG

36. BUI TRỌNG PHƯƠNG

Lựa chọn giải pháp trọng tâm và phần việc cụ thể nhằm đẩy mạnh học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh ở Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao – Học viện An ninh nhân dân

Bui Trong Phuong

Selecting key solutions and specific tasks to promote learning and following Ho Chi Minh's ideology, morality and style at the Faculty of Military, Martial Arts, Physical Education and Sports - People's Security Academy

41. ĐẶNG VĂN DŨNG

Thực trạng hướng dẫn, hỗ trợ người khuyết tật tham gia thể dục thể thao thích ứng ở các Trung tâm Văn hóa đô thị

Dang Van Dung

Actual situation of guiding and supporting people with disabilities (PWDs) to participate in adaptive sports and physical training in urban cultural centers

44. ĐỖ HỮU TRƯỜNG; PHAN ĐỨC THẮNG

So sánh đặc điểm nhân khẩu học của người dân tập luyện Thể dục thể thao thường xuyên khu vực miền núi thuộc các miền tại Việt Nam

Do Huu Truong; Phan Duc Thang

Compare the demographic characteristics of people practicing sports regularly in mountainous areas in different regions of Vietnam

51. ĐẶNG VĂN KHAI

Giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Công đoàn

Dang Van Khai

Solutions for innovative teaching methodology in Physical Education subjects for students of Trade Union University

57. TRẦN VĂN KHÔI; NGÔ DUY ĐÔNG

Giải pháp phát triển phong trào tập luyện thể dục thể thao cho nhân dân huyện Đông Anh, thành phố Hà Nội

Tran Van Khoi; Ngo Duy Dong

Solutions to develop the movement of physical training and sports for residents in Dong Anh district, Hanoi city

61. BUI THI LIÊU

Lựa chọn biện pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC tại Học viện Ngân hàng
Bui Thi Lieu

Choosing measures to alternate the method of teaching and learning Physical Education subject at Banking Academy

65. NGUYỄN THỊ DIỆP LY

Thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên không chuyên giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

Nguyen Thi Diep Ly

The current situation of extracurricular sports movement of non-PE specialized students at Hong Duc University

70. NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG

Giải pháp phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên không chuyên ngành thể dục thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

Nguyen Duc Truong

Solutions extracurricular sports movement of non-PE specialized students at Thai Nguyen University of Education

75. MAI THỊ BÍCH NGỌC; TRẦN TRUNG KHÁNH; DƯƠNG VĂN PHƯƠNG

Nhận thức, đánh giá của người dân khu vực miền núi về hoạt động thể dục thể thao Quần chúng

Mai Thi Bích Ngọc; Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong

Awareness and assessment of people living in mountainous areas about public sports activities

80. CHU XUÂN TIẾN

Thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên

Chu Xuan Tien

Choosing solutions to improve the efficiency of extracurricular sports activities for students at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

88. PHÙNG XUÂN DŨNG; LÊ THỊ THU THÚY

Xây dựng biện pháp nâng cao hiệu quả công tác quản lý sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội

Phung Xuan Dung; Le Thi Thu Thuy

Effectiveness of measures in improving the quality of student management activity at Hanoi University of Physical Education and Sports

92. NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG

Giải pháp lựa chọn việc làm thêm cho sinh viên Trường Đại học sư phạm – Đại học thái nguyên theo định hướng nghề nghiệp

Nguyen Duc Truong

Solutions for choosing part-time jobs for students at the Thai Nguyen University of Education according to career orientation

96. NGUYỄN THU HƯỜNG

Biện pháp nâng cao hiệu quả quản lý công tác đào tạo sau đại học tại Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Thu Huong

Measures to improve the efficiency of postgraduate training management at Bac Ninh Sports University

100. NGUYỄN HỒNG ĐĂNG

Thực trạng thể dục thể thao quần chúng gắn với phong trào xây dựng nông thôn mới tại tỉnh Bắc Giang, giai đoạn 2012-2017

Nguyen Hong Dang

The current situation of public physical training and sports associated with the movement of developing Nong Thon Moi in Bac Giang province in the period 2012-2017

106. LÝ ĐỨC TRƯỜNG

Thực trạng phong trào tập luyện Boxing trên địa bàn Thành phố Bắc Ninh, tỉnh Bắc Ninh

Ly Duc Truong

Actual situation of boxing training movement in Bac Ninh city, Bac Ninh province

110. NGUYỄN XUÂN HOẠT; ĐOÀN LÊ XUÂN HẠNH; PHAN THÁI ANH

Thử nghiệm đánh giá nhận thức và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe của nhóm người cao tuổi tập luyện Cầu lông thường xuyên lứa tuổi 60-69 tại Từ Sơn

Nguyen Xuan Hoat; Doan Le Xuan Hanh; Phan Thai Anh

Experiment to assess health-related awareness and life quality of elderly people who regularly practice badminton aged 60-69 in Tu Son

115. NGÔ SÁCH THỌ

Đặc điểm phát triển thể chất của học sinh dân tộc thiểu số lứa tuổi 11 -14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam, thời điểm tháng 10/2018

Ngo Sach Tho

Physical development characteristics of ethnic minority students aged 11-14 in the Northern midland and mountainous regions of Vietnam in October 2018

121. PHAN BỬU TÚ

Thực trạng sử dụng hệ thống quản lý học tập LMS trong dạy học môn giáo dục thể chất tại Trường Đại học Đà Lạt

Phan Buu Tu

Actual situation of deploying LMS learning management system in teaching Physical Education at Da Lat University

128. NGUYỄN HOÀNG MINH THUẬN; NGUYỄN ANH TRÍ; NGUYỄN THỊ KIM PHƯƠNG

Thực trạng nhu cầu và sự hài lòng của người tham gia tại giải Marathon quốc tế Đà Lạt Ultra Trail

Nguyen Hoang Minh Thuan; Nguyen Anh Tri; Nguyen Thi Kim Phuong

Current status of requirements and satisfaction of participants at the Da Lat Ultra Trail International Marathon Race

135. LÊ XUÂN ĐIỆP; DƯƠNG VĂN VĨ

Tác động sau 12 tuần tập luyện thái cực quyền đến lượng vận động, hiệu quả phòng ngừa té ngã của người cao tuổi từ 60-69 tuổi phía bắc Việt Nam

Le Xuan Diep; Duong Van Vi

Impact of practicing Tai chi on physical activity and fall prevention effectiveness after 12 weeks of the elderly aged 60-69 in the Northern of Vietnam

144. NGUYỄN HỮU HÙNG

Giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo nguồn nhân lực cử nhân chuyên ngành thể dục Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Huu Hung

Solutions to improve the training quality of bachelor's degree - holding human resources in Physical Education at the Bac Ninh Sports University

GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO TRƯỜNG HỌC

151. PHẠM ĐỨC VIỄN; VŨ CHUNG THUY

Thực trạng hiệu quả nội dung chương trình đào tạo cử nhân ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Tây Bắc

Pham Duc Vien; Vu Chung Thuy

Actual situation of content effectiveness in Physical Education Bachelor's training program at Tay Bac University

156. NGUYỄN KHÁNH DUY; HÀ VĂN TOÁN; NGUYỄN THIỆN QUANG

Lựa chọn bài tập phát triển sức nhanh di chuyển cho nam sinh viên chuyên sâu Quần vợt năm nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

Nguyen Khanh Duy; Ha Van Toan; Nguyen Thien Quang

Selecting exercises to develop strength for tennis-specialized male freshmen at the University of Sport Ho Chi Minh City

162. TRẦN THỊ HỒNG VIỆT; TRẦN HUYỀN TRANG

Lựa chọn nhóm phương pháp dạy học môn Bóng bàn cho sinh viên phổ tu Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Tran Thi Hong Viet; Tran Huyen Trang

Choosing a group of table tennis teaching methods for students at Bac Ninh Sports University

166. ĐẶNG VĂN KHAI

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến công tác Giáo dục thể chất của sinh viên Trường Đại học Công đoàn

Dang Van Khai

The factors affecting the Physical Education organization work for students at Trade Union University

171. PHAN VĂN THẨM

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn bóng chuyền cho sinh viên nam Trường Đại học Sư Phạm Kỹ Thuật Vinh

Phan Van Tham

Developing fitness-assessment standards in volleyball subject for male students at Vinh University of Technology and Education

174. TRƯƠNG THỊ HỒNG TUYẾN

Lựa chọn bài tập nâng cao thành tích nhảy xa kiểu ngò cho nữ sinh K68 khối không chuyên giáo dục thể chất Trường Đại học sư phạm Hà Nội

Truong Thi Hong Tuyen

Selecting exercises to stride long jumping technique performance for K68 non-PE specialized female students, at Hanoi National University of Education

180. TRẦN THANH HOÀI

Thực trạng kết quả học tập và những sai lầm thường mắc trong học tập nội dung nhảy xa ưỡn thân của sinh viên Trường Đại học Điện lực

Tran Thanh Hoai

The learning results and regular mistakes while learning hang style in long jump of students at Electric Power University

183. TRẦN THUY

Thực trạng thể chất của học sinh lớp 6 trên địa bàn Thành phố Đồng Hới – Quảng Bình

Tran Thuy

Fitness status of grade-6 students in Dong Hoi city - Quang Binh

188. TRẦN VĂN TRƯỜNG; NGUYỄN NGỌC TUẤN; ĐÀM CÔNG TÙNG; NGUYỄN VĂN DŨNG

Thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội về năng lực nghề nghiệp của cử nhân Thể dục thể thao Chuyên ngành Cờ Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Tran Van Truong; Nguyen Ngoc Tuan; Dam Cong Tung; Nguyen Van Dung

The status of social-requirement-satisfied level in terms of professional competence of PE Bachelor owner specializing in Board game at Bac Ninh Sports University

194. NGUYỄN VĂN TOÀN; CAO TRƯỜNG GIANG; LÊ TRỌNG ĐỘNG

Thực trạng công tác Giáo dục thể chất tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam trong tình hình dịch bệnh Covid-19

Nguyen Van Toan; Cao Truong Giang; Le Trong Dong

Actual situation of Physical Education organization works at Vietnam National University of Agriculture during Covid-19 pandemic

201. NGUYỄN XUÂN HƯƠNG

Lựa chọn bài tập khắc phục những sai lầm thường mắc trong thực hiện kỹ thuật đánh bóng cho sinh viên Golf năm thứ nhất Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Xuan Huong

Selecting exercises to overcome common mistakes in golf ball-hitting technique for first-year Golf-majoring students studying in the Sports Training Department of Bac Ninh Sports University

206. TRẦN XUÂN GIANG

Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động của các câu lạc bộ thể dục thể thao sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

Tran Xuan Giang

Choosing measures to improve the operating quality of student's sports clubs at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

212. NGUYỄN THẾ HÃNH; ĐẶNG ĐỨC HOÀN; ĐỖ THÀNH TRUNG

Nghiên cứu tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập môn Cờ vua cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam

Nguyen The Hanh; Dang Duc Hoan; Do Thanh Trung

Research on standards for assessing learning outcomes in chess subject for students at Vietnam National University of Agriculture

217. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN VĂN CƯƠNG

Thực trạng công tác phát triển thể lực cho học viên sĩ quan chỉ huy tham mưu lục quân cấp phân đội chuyên ngành trinh sát đặc nhiệm, Trường Sĩ quan Lục quân 1

Nguyen Van Phuc; Nguyen Van Cuong

Actual situation of fitness development for Military-dividing-level Army staff commanding officers majoring in Special Police at Army Officer School 1

223. PHẠM ANH TUẤN; NGUYỄN VĂN HẠNH; PHẠM PHI ĐIỆP

Biện pháp phát triển thể lực chung cho sinh viên hệ cao đẳng, Trường Đại học Giao thông vận tải

Nguyen Anh Tuan; Nguyen Van Hanh; Pham Phi Diep

Research on measures for developing general fitness for college students at University of Transport and Communication

227. NGUYỄN NGỌC KHÔI; PHẠM HẢI YẾN

Lựa chọn phương pháp nâng cao hiệu quả giảng dạy kỹ thuật cho sinh viên chuyên ngành Karate Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Ngoc Khoi; Pham Hai Yen

Choosing methods to improve the effectiveness in teaching techniques for students majoring in Karate in the Sports Training Department at Bac Ninh Sports University

231. NGUYỄN VĂN THẠCH

Hiệu quả ứng dụng bài tập giảng dạy kỹ thuật tay cho sinh viên chuyên ngành Cầu lông Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Van Thach

Exercise-applied effectiveness in teaching handy techniques for students majoring in Badminton in the Department of Physical Education at Bac Ninh Sports University

236. TRẦN VĂN TÙNG

Đặc điểm phát triển thể chất của sinh viên Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

Tran Van Tung

Physical development characteristics of students at Hanoi Metropolitan University

241. TẠ HỮU HIẾU; PHẠM BÁ DŨNG; NGUYỄN VĂN TỈNH; NGUYỄN THỊ THU HÀ; NGUYỄN VĂN HƯNG

Biện pháp khắc phục các sai lầm thường mắc trong hoạt động giải bài tập toán cho học sinh Trường Phổ thông năng khiếu Thể dục thể thao Olympic

Ta Huu Hieu; Pham Ba Dung; Nguyen Van Tinh; Nguyen Thi Thu Ha; Nguyen Van Hung

Measures to overcome students' regular mistakes in solving Math problems at the Olympic Gifted High School of Sports

246. NGUYỄN SONG TUẤN HẢI

Đề xuất biện pháp nâng cao hứng thú tập luyện cho võ sinh câu lạc bộ Vovinam Trường Trung học cơ sở Huỳnh Thúc Kháng - Quận Thanh Khê - Thành phố Đà Nẵng

Nguyen Song Tuan Hai

Proposing measures to improve the student's interest in practicing in Vovinam in the Vovinam clubs at Huynh Thuc Khang Secondary School - Thanh Khe District - Da Nang City

251. VÕ XUÂN THỦY; LÊ QUANG HUY

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến năng lực dạy học thực hành môn Giáo dục thể chất của sinh viên Khoa Thể dục Thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

Vo Xuan Thuy; Le Quang Huy

Situation and causes affecting the proficiency in practical teaching in Physical Education subject of students at the Faculty of Physical Education and Sports, Thai Nguyen University of Education

257. TRẦN MINH TUẤN; TRẦN NGỌC CƯƠNG

Xây dựng chương trình môn Bóng rổ theo mô hình câu lạc bộ trong đào tạo tín chỉ tại Trường Đại học Sài Gòn

Tran Minh Tuan; Tran Ngoc Cuong

Developing the basketball program according to the club model under credit course system at Saigon University

263. PHẠM ANH TUẤN; ĐOÀN THANH NAM; NGUYỄN VĂN TRUNG

Nghiên cứu bài tập phát triển thể lực cho học viên năm thứ nhất, Học viện An ninh nhân dân

Pham Anh Tuan; Doan Thanh Nam; Nguyen Van Trung

Research on physical development exercises for first-year students at the People's Security Academy

267. TRẦN VĂN HƯNG

Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho nam học viên Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Tran Van Hung

Selecting exercises to improve fitness for male students at the University of Fire Prevention and Fighting

271. NGUYỄN XUÂN TRỌNG

Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên Bóng bàn Khoa Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

Nguyen Xuan Trong

Choosing exercises to develop speed strength for male students studying table tennis in the Department of Physical Education, Hong Duc University

276. HOÀNG HẢI; PHẠM ĐỨC THẠNH; PHẠM VIỆT ĐỨC; NGÔ DUY TOÀN

Thực trạng hoạt động ngoại khóa môn bơi mang bao gói trang bị của học viên năm thứ nhất Trường Đại học Chính trị

Hoang Hai; Pham Duc Thanh; Pham Viet Duc; Ngo Duy Toan

Situation of extracurricular activities in swimming with equipment packs of first-year students of the Political University

281. LÊ VƯƠNG ANH

Ứng dụng giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn bóng bàn cho sinh viên Ngành Huấn luyện thể thao – Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Le Vuong Anh

Applying solutions to improve the quality in teaching table tennis for students majoring in Sports coaching at the Bac Ninh Sports University

287. NGUYỄN VĂN TUYẾN

Kết quả thực hiện các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

Nguyen Van Tuyen

Evaluate the effectiveness of solutions used to improve Physical Education work at the University of Fire Prevention and Fighting

293. NGUYỄN DUY HÙNG

Xây dựng tiêu chuẩn kiểm tra - đánh giá trình độ tập luyện học phần Bóng đá cho sinh viên Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

Nguyen Duy Hung

Developing test standards in order to assess the training level in the Football module of students majoring in Physical Education at the Hong Duc University

296. DƯƠNG THÁI BÌNH

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất không chuyên Giáo dục thể chất, Trường Đại học Hồng Đức

Duong Thai Binh

Selecting exercises to develop fitness for first-year male students who are non-specialized in Physical Education at the Hong Duc University

301. TRẦN PHÚC BA; ĐINH QUANG KIỀU

Thực trạng chương trình đào tạo trình độ đại học Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hùng Vương tỉnh Phú Thọ dưới góc nhìn đa chiều

Tran Phuc Ba; Dinh Quang Kieu

The current status of the university-level training program in Physical Education at Hung Vuong University, Phu Tho province under a multi-dimensional perspective

306. HOÀNG DUY TƯỜNG; NGUYỄN THỊ BÌNH

Thực trạng nội dung, hình thức, động cơ và nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên chuyên ngành Điều trị đa khoa năm thứ 2 Trường Đại học Y dược - Đại học Thái Nguyên

Hoang Duy Tuong; Nguyen Thi Binh

Current status of content, style, motivation and demand for extra-curricular sports training for second-year students learning in General Practitioner at the Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy

312. LÊ THỊ THANH THỦY; NGUYỄN TRỌNG BÓN; LƯU XUÂN THÁI

Thực trạng hoạt động đào tạo cử nhân Thể dục thể thao chuyên ngành Bóng ném - Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Le Thi Thanh Thuy; Nguyen Trong Bon; Luu Xuan Thai

Current status of Bachelor's degree in Sports training program in Handball major at the Bac Ninh Sports University

318. NGUYỄN HOÀNG ĐIỆP; ĐẶNG PHƯƠNG THẢO

Ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh nâng cao thành tích chạy 100m cho nam sinh viên không chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hùng Vương, tỉnh Phú Thọ

Nguyen Hoang Diep; Dang Phuong Thao

Applying strength development exercises to improve 100m running performance for non-specialized Physical Education students at the Hung Vuong University, Phu Tho province

322. NGUYỄN MỸ VIỆT

Thực trạng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của học sinh trung học phổ thông thành phố Tuyên Quang, tỉnh Tuyên Quang

Nguyen My Viet

Situation of extra-curricular badminton training activities of high school students in Tuyen Quang city, Tuyen Quang province

327. HOÀNG CÔNG MINH

Lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả chiến thuật tấn công phá phòng thủ 1 kèm 1 trong thi đấu Bóng rổ cho nam sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh

Hoang Cong Minh

Selecting exercises to improve the effectiveness of 1-on-1 defensive counterattack tactics in the Basketball competition for male students at Vinh University of Technology and Education

331. TRẦN THỊ GÁI; NGUYỄN VIỆT HỒNG

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Yersin Đà Lạt

Tran Thi Gai; Nguyen Viet Hong

Choosing exercises to develop general fitness for first-year female students at Yersin University

336. VŨ THỊ HỒNG ĐỊNH; TẠ HỮU HIẾU

Thực trạng tính tự giác, tích cực trong giờ học Giáo dục thể chất của sinh viên Khoa Du lịch Trường Đại học Hạ Long

Vu Thi Hong Dinh; Ta Huu Hieu

Actual situation of self-discipline and activeness in Physical Education class of students at Faculty of Tourism, Ha Long University

341. CAO TRƯỜNG GIANG; NGUYỄN VĂN TOÀN; NGUYỄN ANH TUẤN

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập môn học Bóng đá cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam

MỤC LỤC

Cao Truong Giang; Nguyen Van Toan; Nguyen Anh Tuan

Developing standards for assessing the learning outcomes of the Football subject for students at the Vietnam National University of Agriculture

345. NGUYỄN VĂN PHÚC; ĐÀM VĂN GIANG

Thực trạng trình độ thể lực của học viên năm thứ nhất Trường Sĩ quan lục quân 1

Nguyen Van Phuc; Dam Van Giang

Current status of physical strength of first-year learners at the Army Officer School 1

349. LƯƠNG CAO ĐẠI; NGÔ HỒNG VIỆT

Ứng dụng phần mềm Kinovea đánh giá hiệu quả kỹ thuật đập bóng theo phương lầy đà trong giảng dạy sinh viên chuyên sâu Bóng chuyền K40 huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

Luong Cao Dai; Ngo Hong Viet

Application of Kinovea software to evaluate the effectiveness of teaching ball hitting technique associated with direction of momentum for k40 volleyball-specialized students in the Department of Sports training, Ho Chi Minh City University of Sports

355. VÕ XUÂN THUY

Thực trạng thiết kế và sử dụng kế hoạch bài dạy môn Giáo dục thể chất lớp 6 theo định hướng phát triển năng lực học sinh tại Trường Nội trú IVS

Vo Xuan Thuy

The current situation of designing and using lesson plans for grade-6 Physical Education subject according to the orientation of student competence development at IVS Boarding School

361. HOÀNG VĂN TÙNG

Lựa chọn bài tập sử dụng trọng lượng cơ thể phát triển thể lực chung cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

Hoang Van Tung

Selecting exercises that use body weight to develop general fitness for students at the People's Police College II

365. NGUYỄN VĂN HUY; NGUYỄN THÀNH LONG; ĐÀO VĂN THẮNG

Lựa chọn và đánh giá hiệu quả bài tập phát triển thể lực chuyên môn chạy 100m cho nam học sinh đội tuyển Điền kinh trường Trung học phổ thông Thuận thành Số 1 – Bắc Ninh

Nguyen Van Huy; Nguyen Thanh Long; Dao Van Thang

Selecting and evaluating effectiveness of exercises used in developing male students' professional fitness in 100m running in the Athletics team at Thuan Thanh 1 High School - Bac Ninh

371. LÊ TUẤN

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực chung của nữ sinh viên Học viện Ngân hàng

Le Tuan

Situation and causes affecting the general fitness level of female students at Banking Academy

HUẤN LUYỆN THỂ THAO

377. LÊ TRÍ TRƯỜNG, NGÔ TRANG HƯNG, PHẠM THẾ VƯỢNG

Xây dựng khung chương trình đào tạo vận động viên cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam

Le Tri Truong, Ngo Trang Hung, Pham The Vuong

Developing a framework for training high-level volleyball athletes in Vietnam

381. NGUYỄN HỒNG ĐĂNG

Thực trạng chiến thuật phòng thủ phản công của nam vận động viên Karate Việt Nam

Nguyen Hong Dang

The current situation of defensive counter-attack tactics of Vietnamese male Karate athletes

385. NGUYỄN THÀNH LONG

Thực trạng công tác huấn luyện thể lực trong giảng dạy nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Nguyen Thanh Long

Current training activity situation of long-jumping strength for male students majoring in Athletics, in the Sports Training department at Bac Ninh Sports University

390. NGUYỄN LƯƠNG KHÁNH

Xây dựng tiêu chuẩn thể lực và kỹ thuật cho nam vận động viên Bóng đá U17 Khatoco Khánh Hòa

Nguyen Luong Khanh

Developing fitness and technique standards for male athletes in the U17 Khatoco Khanh Hoa football team

395. LÊ TRÍ TRƯỜNG, ĐINH QUANG NGỌC, NGUYỄN NGỌC SỰ

Đánh giá chương trình đào tạo vận động viên Cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam thông qua các chỉ số, thông số về đào tạo và hoạt động thi đấu

Le Tri Truong, Dinh Quang Ngoc, Nguyen Ngoc Su

Evaluating the volleyball training program for high-level athletes in Vietnam through indicators and parameters in training and competition

400. VŨ CÔNG LÂM; NGUYỄN THỊ HOA

Hiệu quả ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nữ vận động viên Boxing lứa tuổi 14 - 15 Trung tâm Huấn luyện Thể dục thể thao tỉnh Thái Bình

Vu Cong Lam; Nguyen Thi Hoa

Effectiveness in applying exercises to develop speed strength for female boxing athletes aged 14 - 15 in Thai Binh Sports Training Center

404. NGUYỄN NGỌC CANG; NGUYỄN VĂN TRƯỜNG

Thực trạng trình độ kỹ thuật của nam vận động viên Đội tuyển Bóng chuyền Trường Đại học Phạm Văn Đồng – Quảng Ngãi

Nguyen Ngoc Cang; Nguyen Van Truong

The situation of technique performance of male athletes in the Volleyball Team at Pham Van Dong University, Quang Ngai

408. LÊ ANH DŨNG; HỒ ĐĂNG QUỐC HÙNG; TRẦN THỊ THÙY LINH

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá năng lực ở vị trí tiền đạo cho vận động viên Bóng đá nam U17 Việt Nam

Lê Anh Dũng; Ho Dang Quoc Hung; Tran Thi Thuy Linh

Developing standards for assessing performance proficiency in the striker position for Vietnam U17 men's football players

413. TÔ XUÂN THỰC, ĐẶNG VĂN DŨNG, NGÔ SÁCH THỌ

Thực trạng chương trình đào tạo vận động viên cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam

To Xuan Thuc, Dang Van Dung, Ngo Sach Tho

Current status of the training program for high-level volleyball athletes in Vietnam

417. ĐỖ XUÂN ANH

Thực trạng trình độ sức bền chuyên môn của nam vận động viên Đua thuyền Rowing lứa tuổi 15-17 Cụ ly 2000, Thành phố Hải Phòng

Do Xuan Anh

Current status of professional endurance of male 2000-meter rowing athletes aged 15-17 in Hai Phong city

TÂM LÝ, Y SINH HỌC THỂ DỤC THỂ THAO

421. ĐINH QUANG NGỌC

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trạng thái tâm lý trong tập luyện và thi đấu của vận động viên Đội tuyển quốc gia các môn Bắn Súng, Bắn Cung và Cử Tạ

Dinh Quang Ngoc

Developing criteria for assessing athletes' psychological state in training and competition in the National Athletes Teams of Gun-Shooting, Archery and Weightlifting

425. ĐINH HÙNG TRƯỜNG; ĐỖ ĐÌNH DU

Đánh giá tác động của lượng vận động trong chương trình huấn luyện lên các chỉ tiêu hình thái của vận động viên Cử tạ Đội tuyển trẻ Quốc gia lứa tuổi 15-16 sau 6 tháng tập luyện

Dinh Hung Truong; Do Dinh Du

Evaluating the impact of the exercise quantity in the training program on the morphometric index of the athletes aged 15-16 after 6 months of training in the National Youth Weightlifters Team

431. TRẦN TRUNG KHÁNH; DƯƠNG VĂN PHƯƠNG

Diễn biến hình thái, chức năng tâm sinh lý và thể lực chuyên môn của nam vận động viên Karate lứa tuổi 13-14, Quận Bình Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh sau 06 tháng tập luyện

Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong

Morphological change, psychophysiological function and professional strength of male Karate athletes aged 13-14 after 6 months of training in Binh Thanh District, Ho Chi Minh City

435. NGUYỄN VĂN TUẤN

Đánh giá hiệu quả tác động của hoạt động thể chất tới chất lượng cuộc sống và căng thẳng tâm lý của sinh viên Trường Đại học Nông Lâm Bắc Giang

Nguyen Van Tuan

Evaluating the effect of physical activities on quality of life and mental stress of students at Bac Giang University of Agriculture and Forestry

441. ĐINH HÙNG TRƯỜNG; ĐINH QUANG NGỌC

Trạng thái tâm lý trước và trong thời kỳ thi đấu của nữ vận động viên Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

Dinh Hung Truong; Dinh Quang Ngoc

Research on psychological state during the competition period of female athletes in the National Youth Gun Shooter Team at Bac Ninh Sports University

447. LÊ XUÂN ĐIỆP; TÔ TRUNG KIÊN; MA ĐỨC TUẤN; PHAN THÁI ANH

Mối quan hệ giữa cơ hội hoạt động thể chất với lượng hoạt động thể chất và BMI ở học sinh tiểu học

Le Xuan Diep; To Trung Kien; Ma Duc Tuan; Phan Thai Anh

Relationship among physical activity opportunities, physical activity intake and BMI in primary school students

452. ĐỖ VĂN THẬT

Thực trạng hình thái và chức năng của nam học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I thời điểm nhập trường

Do Van That

Current morphological and functional state of male students of People's Police College I at the time of admission

456. NGUYỄN NGỌC TUẤN; TRẦN TRUNG; NGUYỄN THỊ LAN ANH

Đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể học sinh lứa tuổi 7 – 8, Trường Tiểu học Đình Bảng 1, Thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh

Nguyen Ngoc Tuan; Tran Trung; Nguyen Thi Lan Anh

Morphological characteristics and body composition structure of students aged 7 - 8 at the Dinh Bang 1 Primary School, Tu Son town, Bac Ninh province

TIN TỨC, SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

461. MINH ĐỨC

Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh phát triển và hội nhập trong giai đoạn mới từ năm 2011 đến nay

Minh Duc

Bac Ninh Sports University has developed and integrated in a new period from 2011 to now

464. PHẠM TUẤN DŨNG

Bài tập thể lực tạ bình vôi

Pham Tuan Dung

Weight training exercises with dumbbells



Tạp chí KHOA HỌC

ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO

JOURNAL OF SCIENTIFIC TRAINING AND SPORTS COACHING

Ministry of Culture, Sports and Tourism - Bac Ninh Sport University

Trường Đại học Thể dục Thể thao Bắc Ninh - Bộ Văn hoá, Thể thao và Du lịch

ISSN 1859 - 4417

SỐ ĐẶC BIỆT/2021

