

ĐẶC ĐIỂM PHÁT TRIỂN THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH DÂN TỘC THIỂU SỐ LỬA TUỔI 11-14 KHU VỰC TRUNG DU MIỀN NÚI PHÍA BẮC VIỆT NAM, THỜI ĐIỂM THÁNG 10/2018

Ngô Sách Thọ⁽¹⁾

Tóm tắt:

Nghiên cứu được thực hiện trên nhóm đối tượng gồm 400 học sinh các dân tộc thiểu số (HS DTTS) có độ tuổi từ 11 đến 14 tuổi khu vực Trung du miền núi phía Bắc theo 3 nhóm chỉ tiêu, test. Kết quả nghiên cứu cho thấy, phát triển thể chất của HS DTTS tuân thủ qui luật sinh học tự nhiên, hoàn thiện và tăng trưởng cùng với sự gia tăng của tuổi.

Từ khóa: Đặc điểm phát triển, thể chất, hình thái, chức năng sinh lý, thể lực, học sinh dân tộc thiểu số, Trung du miền núi phía Bắc.

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

Summary:

The study was conducted on a group of 400 students from ethnic minority students aged 11-14 in the Northern midland and Mountainous regions of Vietnam. The research subjects are divided into 3 groups according to criteria and tests. Research results show that the physical development of ethnic minority students adheres to the laws of natural biology and the body development and growths are parallel with the increase of age.

Keywords: Developmental characteristics, physical, morphology, physiological function, physical strength, ethnic minority students, Northern midlands and mountainous region.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thể chất là chất lượng thân thể con người biểu hiện trong các hoạt động vận động. Đó là đặc trưng tương đối ổn định về hình thái và chức năng của cơ thể được hình thành và phát triển do bẩm sinh di truyền và điều kiện sống. Năng lực thể chất được phản ánh qua các yếu tố thể hình, tố chất vận động và những năng lực vận động cơ bản của con người, khả năng thích ứng, trạng thái chức năng hoạt động của các cơ quan nội tạng. Quá trình phát triển thể chất diễn ra theo những qui luật sinh học đặc trưng, đồng thời cùng chịu sự chi phối của các yếu tố môi trường tự nhiên và xã hội.

Chuẩn bị thể chất cho người lao động là một quá trình giáo dục, giáo dưỡng rất công phu, được cả xã hội với nhiều ngành cùng tham gia phối hợp thực hiện, trong đó ngành TĐTT góp một phần quan trọng. Vì vậy, để quá trình chuẩn bị thể chất đạt hiệu quả cao, mức độ phát triển đạt mức tối ưu trước hết phải tiến hành điều tra thể chất nhân

dân, đánh giá đúng sự phát triển thể chất qua từng giai đoạn phát triển. Trên cơ sở nắm vững đặc điểm phát triển thể chất, tiến hành nghiên cứu đánh giá hiệu quả tác động của các yếu tố chi phối để tìm ra nguyên nhân gây hạn chế quá trình phát triển. Đây là cơ sở thực tiễn quan trọng để từ đó lựa chọn, xác định các giải pháp nâng cao tầm vóc, thể lực cho nhân dân.

Với quan điểm tiếp cận trên, xuất phát từ thực tiễn chưa có đề tài nào nghiên cứu tổng thể và sâu về thể chất của đồng bào các DTTS, trong đề tài nghiên cứu chúng tôi tiến hành khảo sát đặc điểm phát triển thể chất của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam, bổ sung cho kết quả nghiên cứu thực trạng thể chất đồng bào các DTTS Việt Nam, phục vụ chiến lược phát triển nguồn nhân lực Việt Nam đến năm 2020 đã được Thủ tướng Chính phủ phê duyệt ngày 19 tháng 4 năm 2011.

Đối tượng nghiên cứu: Đặc điểm phát triển thể chất của HS DTTS lứa tuổi 11-14.

⁽¹⁾TS, Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh; Email: nsthotkh1982@gmail.com

Đối tượng khảo sát: 400 HS DTTS (200 nam/4 độ tuổi và 200 nữ/4 độ tuổi) độ tuổi từ 11-14 thuộc 6 tỉnh: Lai Châu; Lào Cai; Sơn La; Thái Nguyên; Cao Bằng; Hà Giang.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Phương pháp nghiên cứu theo lát cắt ngang. Tuổi xác định theo tuổi thập phân.

Kiểm tra y học, gồm: Nhân trắc - sử dụng phương pháp của Martin đo chiều cao, cân nặng, Chỉ số BMI; Cận lâm sàng - kiểm tra chức năng hô hấp (Dung tích sống) và chức năng thần kinh (Phản xạ đơn, Phản xạ phức).

Kiểm tra sự phạm: Đánh giá các tố chất vận động qua các test: Lực bóp tay thuận, Nằm ngửa co gối gập thân, Chạy xuất phát cao 30m, Dẻo gập thân, Chạy con thoi 4x10m, Bật xa tại chỗ, Chạy tùy sức 5 phút.

Đánh giá chỉ số BMI theo FAO [5]:

BMI < 16: Thiếu cân độ III

BMI = 16 - 16,99: Thiếu cân độ II

BMI = 17 - 18,45: Thiếu cân độ I

BMI = 18,5 - 24,99: Bình thường

BMI = 25 - 29,99: Quá cân độ I

BMI = 30 - 39,99: Quá cân độ II

BMI > 40: Quá cân độ III

Tiêu chuẩn đánh giá BMI theo độ tuổi ở trẻ (iFitness.vn):

Mức đánh giá - Tuổi: 11; 12; 13; 14.

Thiếu (gầy) < 14.3; 14.8; 15.2; 15.8 .

TB: Trong khoảng giữa gầy và nguy cơ béo phì tương ứng từng độ tuổi.

Nguy cơ béo phì > 21.0; 21.8; 22.6; 23.4.

Béo phì > 24.0; 25.2; 26.3; 27.2.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Đặc điểm hình thái của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam

Hình thái cơ thể không chỉ phản ánh đặc điểm cá thể (gene), đặc điểm chủng tộc mà còn chịu sự chi phối của nhiều yếu tố như chế độ dinh dưỡng, chế độ sinh hoạt, chế độ vận động, môi trường tự nhiên và cả trạng thái bệnh lý. Vì vậy các chỉ tiêu hình thái được coi là tiêu chí trung tâm phản ánh mức độ phát triển thể chất và sức khỏe. Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 1.

Kết quả nghiên cứu cho thấy, phát triển hình thái của HS DTTS tuân thủ qui luật sinh học tự nhiên. Quá trình hoàn thiện và tăng trưởng diễn ra cùng với sự gia tăng của tuổi, các số liệu thu được ở mẫu nghiên cứu có độ tập trung (SD < 10% giá trị TB).

Hình thái được đánh giá theo 3 chỉ tiêu: Chiều cao đứng, cân nặng và BMI. Ở các độ tuổi giữa nam và nữ có sự khác biệt đạt độ tin cậy thống kê, sự gia tăng không đều qua từng độ

Bảng 1. Đặc điểm phát triển hình thái của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam, thời điểm 10/2018

Độ tuổi	Chỉ tiêu	Nam (n=50)		Độ tăng /năm	nữ (n=50)		Độ tăng /năm
		\bar{x}	SD		\bar{x}	SD	
11	Chiều cao (cm)	135.75	8.07	4.07	137.90	7.97	3.69
	Cân nặng (kg)	30.82	6.55	2.74	31.01	5.67	2.11
	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.56	1.93	0.47	16.23	2.13	0.23
12	Chiều cao (cm)	141.70	8.62	5.95	143.67	7.89	5.77
	Cân nặng (kg)	35.59	7.40	4.77	36.10	6.64	5.09
	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.51	2.22	0.95	17.42	2.54	1.19
13	Chiều cao (cm)	147.09	9.56	5.39	148.98	6.52	5.31
	Cân nặng (kg)	38.72	7.63	3.13	40.99	5.35	4.89
	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.76	2.14	0.25	18.45	1.98	1.03
14	Chiều cao (cm)	154.07	7.83	6.98	150.41	5.90	1.43
	Cân nặng (kg)	43.44	7.22	4.72	42.96	6.79	1.97
	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.94	3.11	0.18	19.01	2.75	0.56

tuổi. Độ tuổi 12 và 13 xuất hiện sự tăng trưởng đột phá về chiều cao đứng của nữ với mức tăng đạt 5.77 cm và 5.31cm. Sau tuổi 13, mức tăng trưởng chậm lại, trung bình chỉ đạt dưới 2cm/năm. Kết quả đã cho thấy, bên cạnh yếu tố di truyền và các yếu tố môi trường sống như dinh dưỡng, tâm lý, hoạt động TDTT, điều kiện kinh tế và các điều kiện tự nhiên khác, sự thay đổi nội tiết tố khi trẻ nữ bước vào giai đoạn phát dục trưởng thành (dậy thì) sớm hơn và mạnh hơn nam giới là nhân tố chính thúc đẩy phát triển thể chất. So sánh với các nghiên cứu khác ở Việt Nam cho thấy các chỉ số nhân trắc của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc tương đương hoặc thấp hơn so với giai đoạn năm 2001, ví dụ:

- Chiều cao của trẻ mẫu nghiên cứu, nam 11 tuổi đạt 135.75 ± 8.07 cm, năm 2001 là 137.59 ± 7.39 [1]; nữ 11 tuổi đạt 137.9 ± 7.97 , so với năm 2001 là 139.44 ± 7.32 cm

- Chiều cao của trẻ mẫu nghiên cứu, nam 14 tuổi đạt 154.07 ± 7.83 cm, so với năm 2001 là 155.67 ± 7.97 cm; trẻ nữ 14 tuổi đạt 150.41 ± 5.9 so với năm 2001 là 151.28 ± 5.53 cm

Như vậy, sau 17 năm, với sự phát triển nhanh của nền kinh tế và sự quan tâm của cả xã hội thông qua các chính sách dân tộc nhưng trẻ em các DTTS Trung du miền núi phía Bắc mới chỉ tiệm cận mức độ phát triển về hình thái của trẻ toàn quốc thời điểm 2001.

Chiều cao đứng phát triển có sự khác biệt giữa nam và nữ. Ở cả nam và nữ tiếp tục tăng mạnh đến tuổi 13, trung bình mỗi năm tăng 5cm; sau tuổi 13 mức tăng ở nữ chậm lại rõ (1,43cm/năm), trong khi ở nam tiếp tục tăng mạnh, đạt 6,98cm/năm. Kết quả đã cho thấy, bên cạnh yếu tố di truyền và các yếu tố môi trường sống như dinh dưỡng, tâm lý, hoạt động TDTT, điều kiện kinh tế và các điều kiện tự nhiên khác, sự thay đổi nội tiết tố khi trẻ nữ bước vào giai đoạn phát dục trưởng thành (dậy thì) sớm hơn nhưng cũng kết thúc sớm hơn nam giới là nhân tố chính thúc đẩy và qui định đặc điểm phát triển thể chất của trẻ giai đoạn này.

So sánh với các nghiên cứu khác ở Việt Nam cho thấy các chỉ số nhân trắc của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam thấp hơn hoặc tương đương với kết

quả nghiên cứu các năm gần đây và chỉ cao hơn so với giai đoạn trước năm 2001, ví dụ:

- Chiều cao của trẻ mẫu nghiên cứu, nam 11 tuổi đạt $135,75 \pm 8,07$ cm, so với năm 2014 (khu vực đồng bằng) là 142.42 ± 6.89 cm [2], năm 2001 là 137.59 ± 7.39 [1] và 1975 là 121.95 ± 5.53 cm [6]; nữ 11 tuổi đạt $137,90 \pm 7,97$ cm, so với năm 2014 là 142.53 ± 12.54 cm, 2001 là 139.44 ± 7.32 cm.

- Chiều cao của trẻ mẫu nghiên cứu, nam 14 tuổi đạt $154,07 \pm 7,83$ cm, so với năm 2014 là 162.95 ± 6.98 , 2001 là 155.67 ± 7.97 và 1975 là 137.51 ± 8.05 ; trẻ nữ 14 tuổi đạt $150,41 \pm 5,90$ cm, so với năm 2014 là 155.37 ± 5.45 cm, 2001 là 151.28 ± 5.53 cm và 1975 là 138.95 ± 7.36 cm;

Như vậy, so với thời điểm 2001, sau 17 năm, với sự phát triển nhanh của nền kinh tế và sự quan tâm của cả xã hội thông qua các chính sách dân tộc nhưng trẻ em các DTTS khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam cũng chưa bắt kịp mức độ phát triển về hình thái của trẻ toàn quốc và thấp hơn nhiều trẻ ở thời điểm 2014.

So sánh với các nghiên cứu khác ở Châu Á và Châu Âu trước 2003 [3] cũng cho thấy các chỉ số nhân trắc của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam hiện tại đều thấp hơn, ví dụ: Trẻ 11 tuổi có chiều cao đứng nam 135.75 cm và nữ 137.9cm ở Nhật, 143.0cm và 143.2cm ở Đức; Trẻ 14 tuổi, chiều cao đứng của nam là 162.7, nữ 155.3cm ở Nhật, 160.4cm và 159.5cm ở Đức [3].

Cân nặng khi xem xét chỉ tiêu này độc lập cũng có những đặc điểm phát triển tương đồng với chiều cao. Khi đánh giá trong sự phát triển cân đối với chiều cao cơ thể thông qua BMI, nếu căn cứ tiêu chuẩn đánh giá của FAO [5] thì độ tuổi 11–12 cả nam và nữ đều nằm trong khoảng thiếu cân độ I, sang tuổi 13,14 đạt mức trung bình. Tuy nhiên, tiêu chuẩn của FAO thường chỉ áp dụng cho tuổi trưởng thành. Căn cứ tiêu chuẩn đánh giá BMI theo độ tuổi (iFitness.vn) thì các nhóm trẻ đối tượng khảo sát đều nằm trong mức phát triển bình thường, cân đối nhưng tiệm cận mức gầy (thiếu cân).

Thực trạng mức độ phát triển tầm vóc của trẻ DTTS khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam cũng kém nhất so với trẻ các khu vực khác

trên toàn quốc trong nghiên cứu của chúng tôi. Đây là vấn đề cần được quan tâm, đặc biệt dưới góc độ dinh dưỡng và chế độ sinh hoạt.

2. Đặc điểm chức năng sinh lý của HS DTTS lứa tuổi 11 - 14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam

Bảng 2. Đặc điểm phát triển chức năng sinh lý của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam, thời điểm 10/2018

Độ tuổi	Chỉ tiêu	Nam (n=50)		Độ tăng /năm	nữ (n=50)		Độ tăng /năm
		\bar{x}	SD		\bar{x}	SD	
11	Dung tích sống (ml)	1768.44	416.67	179.62	1594.00	270.95	88.29
	Phản xạ đơn (ms)	420.91	148.79	20.28	395.72	127.66	-43.97
	Phản xạ phức (ms)	620.21	206.95	-51.22	675.73	220.02	-19.95
12	Dung tích sống (ml)	1994.70	539.71	226.26	1737.45	475.59	143.45
	Phản xạ đơn (ms)	386.04	133.08	-34.87	381.43	131.13	-14.29
	Phản xạ phức (ms)	634.14	254.07	13.93	611.47	209.02	-64.26
13	Dung tích sống (ml)	2182.28	523.07	187.58	1952.32	362.52	214.87
	Phản xạ đơn (ms)	359.03	163.49	-27.01	366.00	125.52	-15.43
	Phản xạ phức (ms)	579.04	225.24	-55.10	624.80	160.59	13.33
14	Dung tích sống (ml)	2571.47	651.39	389.19	2061.51	454.25	109.19
	Phản xạ đơn (ms)	395.09	263.65	36.06	348.68	129.40	-17.32
	Phản xạ phức (ms)	544.09	190.56	-34.95	629.27	180.68	4.47

Quá trình hoàn thiện và tăng trưởng diễn ra cùng với sự gia tăng của tuổi, mức tăng trưởng không đồng đều giữa các độ tuổi, các số liệu thu được ở mẫu nghiên cứu có độ phân tán rất cao. Điều đó cho thấy các yếu tố môi trường sống có sự khác biệt lớn giữa các cá thể.

Sự gia tăng chỉ tiêu dung tích sống diễn ra trong suốt giai đoạn, mạnh nhất ở nữ độ tuổi 13 và nam ở độ tuổi 14. Đây cũng chính là giai đoạn nhạy cảm (mẫn cảm) phát triển sức bền lần thứ nhất (sức bền yếm khí) [3]. Giá trị gia tăng của các chỉ tiêu tốc độ phản xạ không lớn, và có xu hướng tăng giảm không rõ ràng khi bước vào độ tuổi 12-14. Kết quả này phù hợp với qui luật sinh học tự nhiên do đặc tính của thần kinh có tính bảo thủ cao, phụ thuộc nhiều vào đặc điểm cá thể (gene di truyền). Đây cũng chính là giai đoạn nhạy cảm phát triển sức nhanh tần số động tác (7-12 tuổi) [3]. So sánh với các nghiên cứu khác cho thấy các chỉ số phản ánh chức năng

Chức năng sinh lý được đánh giá theo 3 chỉ tiêu: Dung tích sống, phản xạ đơn và phản xạ phức. Kết quả kiểm tra trình bày tại bảng 2.

Kết quả nghiên cứu cho thấy, sự phát triển chức năng sinh lý của HS DTTS lứa tuổi 11-14 phát triển tuân thủ qui luật sinh học tự nhiên.

thần kinh của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam có giá trị tương đương.

3. Đặc điểm phát triển thể lực của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam

Thể lực được đánh giá theo 7 test, phản ánh toàn diện các tố chất: nhanh, mạnh, mềm dẻo, sức bền và khả năng phối hợp vận động. Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 3.

Kết quả trên bảng 3 cho thấy các tố chất thể lực phát triển theo tuổi với nhịp độ tăng trưởng không đồng đều giữa các độ tuổi, giữa trẻ nam và nữ có sự khác biệt với biểu hiện nam tốt hơn ở nữ ở hầu hết các tố chất, ngoại trừ độ dẻo thân các lứa tuổi 11-14 của nữ đều tốt hơn nam. Qui luật phát triển thể lực này duy trì trong suốt quá độ tuổi 11-14 đã chứng tỏ hiệu quả tác động dương tính của các hormone sinh dục, trong đó testosterone giữ vai trò chủ đạo tác động lên toàn bộ quá trình phát triển thể chất của trẻ, đặc

Bảng 3. Đặc điểm phát triển thể lực của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc, thời điểm 10/2018

Độ tuổi	Test	Nam (n=50)		Độ tăng /năm	nữ (n=50)		Độ tăng /năm
		\bar{x}	SD		\bar{x}	SD	
11	Lực bóp tay thuận (kG)	18.35	4.89	0.23	15.62	4.3	1.07
	Nằm ngửa co gối gập thân (lần)	15.95	3.54	1.53	12.32	4.08	-0.68
	Chạy xuất phát cao 30m (giây)	5.81	0.52	-0.47	6.44	0.65	-0.04
	Đèo gập thân (cm)	6.86	4.53	2.36	7.14	4.3	0.36
	Chạy con thoi 4x10m (giây)	11.59	0.74	-0.79	12.32	0.88	-0.26
	Bật xa tại chỗ (cm)	157.02	19.42	9.86	140.69	17.21	-4.29
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	816.04	157.26	113.46	758.09	143.46	72.2
12	Lực bóp tay thuận (kG)	18.82	5.96	0.47	19.76	5.36	4.14
	Nằm ngửa co gối gập thân (lần)	15.57	4.33	-0.38	13.75	3.74	1.43
	Chạy xuất phát cao 30m (giây)	5.73	0.48	-0.08	6.05	0.57	-0.39
	Đèo gập thân (cm)	6.92	4.82	0.06	7.43	4.13	0.29
	Chạy con thoi 4x10m (giây)	11.51	0.83	-0.08	12.02	0.82	-0.3
	Bật xa tại chỗ (cm)	166.13	22.83	9.11	150.21	14.11	9.52
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	798.5	149.94	-17.54	747	141.18	-11.09
13	Lực bóp tay thuận (kG)	23.3	6.5	4.48	22.38	5.17	2.62
	Nằm ngửa co gối gập thân (lần)	16.48	4.68	0.91	14.69	3.91	0.94
	Chạy xuất phát cao 30m (giây)	5.43	0.51	-0.3	5.99	0.73	-0.06
	Đèo gập thân (cm)	7.47	4.48	0.55	9.83	3.97	2.4
	Chạy con thoi 4x10m (giây)	11.52	1.57	0.01	11.88	1.1	-0.14
	Bật xa tại chỗ (cm)	182.1	24.55	15.97	158.57	20.03	8.36
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	808.4	145.04	9.9	774.76	132.4	27.76
14	Lực bóp tay thuận (kG)	30.76	7.92	7.46	26.04	5.96	3.66
	Nằm ngửa co gối gập thân (lần)	16.39	3.71	-0.09	14.27	4	-0.42
	Chạy xuất phát cao 30m (giây)	5.39	0.56	-0.04	5.91	0.75	-0.08
	Đèo gập thân (cm)	7.36	4.77	-0.11	9.39	4.86	-0.44
	Chạy con thoi 4x10m (giây)	11.12	0.88	-0.4	11.62	0.85	-0.26
	Bật xa tại chỗ (cm)	189.02	25.33	6.92	162.06	18.82	3.49
	Chạy tùy sức 5 phút (m)	855.98	122.74	47.58	796.33	110.39	21.57

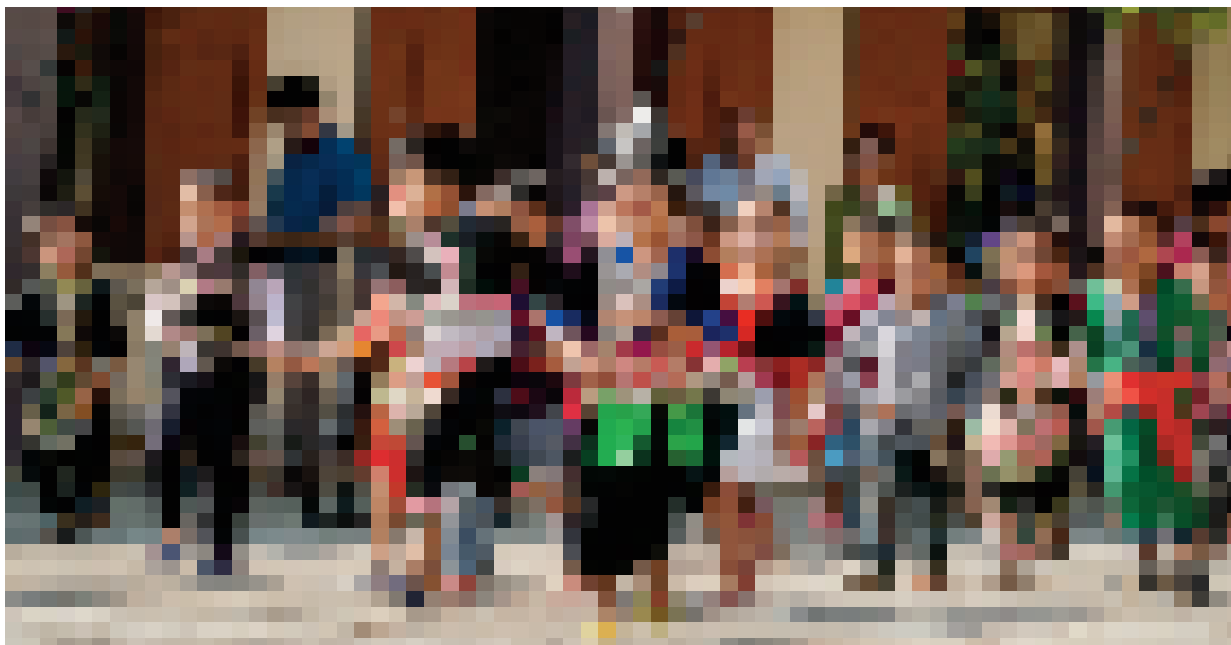
biệt là hệ cơ xương. Nam bước vào thời kỳ phát dục muộn hơn đã thúc đẩy nhanh quá trình phát triển thể lực, biểu hiện rõ ở sức mạnh chi dưới (bật xa tại chỗ nam độ tuổi 11-12 gia tăng trên 9cm/năm. Nam tuổi 13 gia tăng nhanh nhất ở cả nam và nữ, tương ứng đạt 15,97; nữ tuổi 12 gia tăng mạnh nhất và 9,52cm. Sức mạnh chi trên tăng chậm ở tuổi 11-12, nhưng tăng nhanh hơn ở tuổi 13-14.

Sức nhanh và khả năng phối hợp vận động tăng với mức tăng tương đối ổn định sau tuổi 11.

Sức bền (yếm khí) ở nam và nữ tiếp tục tăng cao ở tuổi 11, ở các lứa tuổi 12-13 hầu như không tăng và tăng chậm ở tuổi 14.

Kết quả này phù hợp với qui luật phát triển không đồng bộ, bởi tuy hình thái tăng nhanh nhưng năng lực chức phận của hệ hô hấp và đặc biệt là hệ tim mạch phát triển không theo kịp đã làm giảm sút năng lực sức bền của trẻ.

So sánh với các nghiên cứu khác cho thấy các tổ chất thể lực của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam



Do nhiều điều kiện kinh tế, xã hội, việc phát triển thể chất cho học sinh dân tộc thiểu số hiện đang là vấn đề được toàn xã hội quan tâm

hiện tại đạt được tương đương và thấp hơn kết quả thu được ở các nghiên cứu thời điểm 2001[1]. Kết quả này cũng cho thấy, khi điều kiện về kinh tế, xã hội có nhiều thay đổi, đời sống của con người được nâng lên, kéo theo sự gia tăng về năng lực thể chất của nhân dân đã phản ánh hiệu quả tích cực của công cuộc cách mạng vì dân của Đảng và Nhà nước. Tuy vậy, sau trên 10 năm, thể lực của HS DTTS lứa tuổi 11 – 14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam cũng chưa bắt kịp mức phát triển của học sinh toàn quốc thời kỳ 2001.

KẾT LUẬN

1. Kết quả nghiên cứu đặc điểm phát triển thể chất của HS DTTS lứa tuổi 11-14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam cho thấy, quá trình phát triển thể chất tuân thủ các qui luật tự nhiên sinh học, hoàn thiện và tăng trưởng cùng với sự gia tăng của tuổi, số liệu thu được ở mẫu nghiên cứu có độ phân tán cao ở 11/13 tiêu chí.

2. Mức độ phát triển thể chất của HS DTTS lứa tuổi 11–14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam diễn ra không đồng đều giữa các độ tuổi (tăng cao nhất ở nữ độ tuổi 12-13 và nam ở độ tuổi 13-14), giữa trẻ nam và nữ có sự khác biệt với biểu hiện nam tốt hơn ở nữ ở hầu hết các chỉ tiêu, test, ngoại trừ độ dẻo thân ở các độ tuổi, chiều cao đứng và cân nặng lứa tuổi 11–13

ở nữ cao hơn nam. Sau khoảng trên 10 năm, thể chất của HS DTTS lứa tuổi 11–14 cũng chưa bắt kịp mức phát triển của học sinh toàn quốc thời điểm năm 2001.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6-20 tuổi*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr.36-39.
2. Nguyễn Đại Dương & CS (2016), *Diễn biến phát triển thể chất của học sinh phổ thông từ lớp 1 đến lớp 12*, Nxb TĐTT, Hà Nội, tr.138–165.
3. Bùi Quang Hải, Vũ Chung Thủy, Nguyễn Kim Xuân (2015), *Tuyển chọn vận động viên thể thao*, Nxb TĐTT, tr.125.
4. Lưu Quang Hiệp, Vũ Chung Thủy, Lê Đức Chương, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
5. Mai Văn Hưng, Trần Long Giang (2033), “Nghiên cứu một số đặc điểm nhân trắc cơ bản của học sinh trung học phổ thông tại Hà Nội”, *Tạp chí Khoa học ĐHQGHN, Nghiên cứu Giáo dục*, Tập 29, Số 1.
6. Nguyễn Tấn Ghi Trọng (1975), *Hàng số sinh học Người Việt Nam*, Nxb Bộ Y Tế.

(Bài nộp ngày 26/10/2021, phản biện ngày 6/11/2021, duyệt in ngày 22/11/2021)

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 khoẻ

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. BÙI 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

MỤC LỤC

61. BUI THỊ LIỄU

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 Bich Ngoc; 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 ĐIẾP; 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 THIÊN 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 HẪNH; 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

MỤC LỤC

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 TUẦN 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 CƯỜNG

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

MỤC LỤC

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

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 lấy 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 THÙY

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

MỤC LỤC

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 TRƯƠNG

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 Cự 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

MỤC LỤC

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 TDTT 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 với

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

