

# THỰC TRẠNG THỂ CHẤT CỦA HỌC SINH LỚP 6 TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ ĐỒNG HỚI - QUẢNG BÌNH

Trần Thủy<sup>(1)</sup>

## Tóm tắt:

Thông qua các phương pháp nghiên cứu thường quy đã lựa chọn được 10 chỉ số kiểm tra thể chất của học sinh có đủ độ tin cậy. Kết quả kiểm tra đánh giá về hệ số biến thiên (Cv%) cho thấy mức độ giao động giữa các cá thể trên các tập hợp mẫu nghiên cứu ở mức đồng nhất cao là 5/10 chỉ tiêu, mức trung bình là 3/10 chỉ tiêu và ở mức thấp là 2/10 chỉ tiêu. Kết quả phân tích chi tiết từng chỉ số về hình thái, chức năng và tổ chất vận động nhìn chung phát triển thể chất của học sinh bình thường phù hợp lứa tuổi, giới tính và đặc điểm sinh học. Đây là cơ sở để xây dựng các giải pháp phát triển thể chất học sinh phù hợp với yêu cầu ngày càng phát triển của xã hội.

**Từ khóa:** Thể chất, Đồng Hới, học sinh lớp 6, Quảng Bình, thể chất.

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

**Summary:** Through regular research methods, 10 indicators with sufficient reliability have been selected in order to examine a student's fitness status. The assessment results of the coefficient of variation (Cv%) show that the level of variation between individuals on the research samples is at high level of 5/10 indicators, at average level is 3/ 10 indicators and at low level is 2/10 indicators. When analyzing in detail each index of morphology, function and motor quality, the topic has concluded that in general, students have a normal development according to age, sex and biological characteristics. This is the basis for proposing solutions for students 'physical development, which are in line with the growing requirements of society.

**Keywords:** Fitness status, Dong Hoi, grade-6 students, Quang Binh, reality.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Phát triển thể chất là quá trình hình thành, biến đổi tuần tự theo quy luật trong suốt cuộc đời của mỗi con người (tương đối lâu dài) về hình thái, chức năng và cả những tổ chất thể lực, có ảnh hưởng trực tiếp đến khả năng hoạt động thân thể và trí tuệ của mỗi người. Sự phát triển thể chất sẽ dẫn đến các sự thay đổi về hình thái (chiều cao, cân nặng, các kích thước cơ thể), về chức năng (tim – mạch, huyết áp, hô hấp...), sự thay đổi các tổ chất thể lực (nhanh, mạnh, bền...). Sự phát triển này diễn ra dưới ảnh hưởng của các nhân tố khác nhau, bao gồm: Bẩm sinh, di truyền, môi trường và giáo dục [5]. Vì vậy, việc nghiên cứu thực trạng thể chất của người học sẽ là cơ sở để xây dựng các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất có ảnh hưởng đến phát triển thể chất cho trẻ. Xuất phát từ việc phân tích thực tiễn nêu trên, dẫn đến việc lựa chọn “Thực trạng

thể chất của học sinh lớp 6 lứa tuổi 12 trên địa bàn Thành phố Đồng Hới - Quảng Bình”

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đề tài đã sử dụng các phương pháp như: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp tọa đàm, phương pháp quan sát sự phạm, phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Thực trạng các chỉ số thể chất của học sinh lớp 6 (lứa tuổi 12) ở Đồng Hới - Quảng Bình

#### 1.1. Lựa chọn các chỉ số đánh giá thể chất của học sinh

Tiền hành lựa chọn các chỉ số đánh giá thể chất của học sinh lớp 6 trên địa bàn thành phố Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình, thông qua các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu, quan sát sự phạm.

<sup>(1)</sup>TS, Trường Đại học Quảng Bình; Email: thuyhoangsonqbuni@gmail.com

## BÀI BÁO KHOA HỌC

- Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia, giáo viên, huấn luyện viên.

- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi.

Kết quả lựa chọn được 10 chỉ số đánh giá thể chất của học sinh lớp 6 trên địa bàn Tp. Đồng Hới, tỉnh Quảng Bình gồm: Chiều cao đứng (cm), cân nặng (kg), chỉ số BMI (kg/m<sup>2</sup>), công năng tim (HW), dung tích sống (lít), tần số mạch đập (lần/ phút), bật xa tại chỗ (cm), nằm ngửa gập cơ bụng trong 30 giây (lần), chạy 30m xuất phát cao (s) và chạy 5 phút tùy

sức (m)[1][2][4].

### 1.2. Kết quả kiểm tra các chỉ số thể chất của học sinh

Nghiên cứu được tiến hành trên 386 học sinh lớp 6 tại các trường Trung học cơ sở thuộc địa bàn Tp. Đồng Hới – Quảng Bình (trong đó có 197 học sinh nam, 189 học sinh nữ). Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 1. Các thông số thống kê cơ bản được trình bày gồm: Giá trị trung bình ( $\bar{x}$ ), độ lệch chuẩn ( $\delta$ ), hệ số biến thiên (Cv%).

**Bảng 1. Kết quả kiểm tra các chỉ số hình thái, chức năng và thể lực của học sinh lớp 6 (n=836)**

TT	Chỉ số	Giới tính	$\bar{x} \pm \delta$	Cv%	$\epsilon$
1	Chiều cao đứng (cm)	Nam	147.87 ± 8.16	5.52	0.01
		Nữ	147.92 ± 5.0	3.38	0.01
2	Cân nặng (kg)	Nam	37.24 ± 8.22	22.07	0.04
		Nữ	38.79 ± 6.64	17.12	0.03
3	Chỉ số BMI (kg/m <sup>2</sup> )	Nam	18.94 ± 2.38	12.57	0.02
		Nữ	19.37 ± 2.57	13.27	0.03
4	Tần số mạch đập (lần/ phút)	Nam	81.72 ± 4.8	5.87	0.01
		Nữ	82.32 ± 5.18	6.29	0.01
5	Dung tích sống (lít)	Nam	2.35 ± 0.27	11.49	0.02
		Nữ	1.99 ± 0.39	19.6	0.03
6	Công năng tim (HW)	Nam	7.96 ± 2.17	27.3	0.05
		Nữ	8.41 ± 1.92	22.83	0.04
7	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	178.13 ± 13.96	7.84	0.02
		Nữ	154.88 ± 6.57	4.24	0.01
8	Nằm ngửa gập cơ bụng trong 30 giây (lần)	Nam	14.39 ± 2.61	18.14	0.04
		Nữ	11.85 ± 2.5	21.1	0.04
9	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	Nam	5.51 ± 0.55	9.98	0.02
		Nữ	6.44 ± 0.46	7.14	0.01
10	Chạy 5 phút tùy sức (m)	Nam	907.05 ± 65.21	7.18	0.01
		Nữ	792.24 ± 61.62	7.78	0.02

Ở bảng 1, hệ số biến thiên (Cv%), phản ánh độ dao động giữa các cá thể trong tập hợp mẫu, quần thể ở tất cả các chỉ số của khách thể nghiên cứu cho thấy:

Đối với nam:

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất cao trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể (Cv ≤ 10%) gồm: Chiều cao đứng, tần số mạch đập, bật xa tại chỗ, chạy 30m xuất phát cao và chạy 5 phút tùy sức.

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất trung bình trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể (Cv ≤ 20%) gồm: BMI, dung tích sống, nằm ngửa gập cơ bụng.

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất thấp trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể (Cv ≤ 30%) gồm: Cân nặng và công năng tim

Đối với nữ:

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất cao trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể

( $Cv \leq 10\%$ ) gồm: Chiều cao đứng, tần số mạch đập, bật xa tại chỗ, chạy 30m xuất phát cao và chạy 5 phút tùy sức.

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất trung bình trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể ( $Cv \leq 20\%$ ) gồm: Cân nặng, chỉ số BMI và dung tích sống.

- Kết quả kiểm tra các chỉ tiêu có độ đồng nhất thấp trong dữ liệu tập mẫu giữa các cá thể ( $Cv \leq 30\%$ ) gồm: Công năng tim và nằm ngửa gập cơ bụng trong 30 giây.

Từ kết quả trên cho thấy: Tuy mức độ dao động của tập hợp mẫu ở một số chỉ tiêu có độ đồng nhất trung bình và thấp, nhưng các giá trị trung bình mẫu đều đủ tính đại diện ( $\epsilon \leq 0.05$ ) cho

tổng thể học sinh lớp 6 tại Đồng Hới – Quảng Bình. Đó là cơ sở cho phép sử dụng số liệu để phân tích đánh giá kết quả kiểm tra các chỉ số ở mẫu nghiên cứu và đưa ra các nhận định chung.

**2. Phân tích, đánh giá kết quả kiểm tra các chỉ số theo từng chức năng**

**2.1. Đánh giá các chỉ số về hình thái**

Để đánh giá các chỉ số hình thái, đề tài đã lựa chọn tiêu chuẩn đánh giá thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi trong tài liệu giáo trình Đo lường và đánh giá thể dục thể thao [3] để phân loại đối với chiều cao và cân nặng; đối với chỉ số BMI, đề tài dựa vào thang phân loại của Tổ chức y tế thế giới (WHO). Kết quả được trình bày ở bảng 2.

**Bảng 2. Kết quả phân loại các chỉ số đánh giá về hình thái**

TT	Chỉ số kiểm tra	Giới tính	Phân loại					
			Tốt		Trung bình		Kém	
			$m_i$	%	$m_i$	%	$m_i$	%
1	Chiều cao	Nam (n=197)	107	54.31	56	28.43	34	17.26
		Nữ (n=189)	69	36.51	111	58.73	9	4.76
	Xếp loại TB (n=386)	<b>176</b>	<b>45.41</b>	<b>167</b>	<b>43.58</b>	<b>43</b>	<b>11.01</b>	
2	Cân nặng	Nam (n=197)	84	42.64	70	35.53	43	21.83
		Nữ (n=189)	90	57.62	87	46.03	12	6.35
	Xếp loại TB (n=386)	<b>174</b>	<b>50.13</b>	<b>157</b>	<b>40.78</b>	<b>55</b>	<b>14.09</b>	
3	Chỉ số BMI	-	<b>Cân nặng thấp (gầy)</b>		<b>Bình thường</b>		<b>Tiền béo phì</b>	
		-	$m_i$	%	$m_i$	%	$m_i$	%
		Nam (n=197)	57	28.93	123	62.44	16	8.12
		Nữ (n=189)	40	21.16	127	67.2	21	11.11
		Xếp loại TB (n=386)	<b>97</b>	<b>25.05</b>	<b>250</b>	<b>64.82</b>	<b>37</b>	<b>9.62</b>

Phân tích kết quả theo tỷ lệ trung bình của cả nam và nữ ở bảng 2 cho thấy: Đối với chiều cao: xếp loại tốt 45.41%, loại trung bình 43.58%, loại kém 11.01%; đối với cân nặng: xếp loại tốt 50.13%, loại trung bình 40.78%, loại kém 14.09%; đối với chỉ số BMI: số học sinh cân nặng thấp (gầy) chiếm 25.05%, xếp loại bình thường chiếm 68.82%, xếp loại tiền béo phì có 9.62%, các mức độ xếp loại khác 0%.

**2.2. Đánh giá các chỉ số về chức năng**

Các chỉ số về chức năng đề tài nghiên cứu gồm có: mạch yên tĩnh (lần), dung tích sống (lít) và công năng tim (HW). Căn cứ vào dữ liệu thu thập được và các tài liệu nghiên cứu có liên quan

[2], [4], [6] kết quả được phân tích đánh giá chi tiết ở bảng 3.

Phân tích kết quả ở bảng 3 cho thấy:

- Mạch yên tĩnh: Mạch yên tĩnh trung bình của mẫu nghiên cứu ở nam là 81.72, nữ là 82.32. So với mạch bình thường cùng độ tuổi khẳng định: chỉ số mạch đập tĩnh nằm trong giới hạn ngưỡng bình thường.

- Dung tích sống: Kết quả trung bình của mẫu nghiên cứu ở nam là 2.35 lít; ở nữ là 1.99 lít. So với chuẩn đánh giá dung tích sống bình thường của người Việt Nam ở độ tuổi 12 [4] (Quy tắc so sánh: Nam  $\geq 2.2$ , “đạt”  $< 2.2$ , “chưa đạt”; nữ  $\geq 1.8$ , “đạt”,  $< 1.8$  “chưa đạt”), cho thấy: kết quả

**Bảng 3. Kết quả phân loại các chỉ số đánh giá về chức năng**

TT	Chỉ số kiểm tra	Giới tính	Phân loại/kết quả						Chỉ số tham chiếu	
			Bình thường		Khác		Min	Max		x
			m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%				
1	Mạch yên tĩnh	Nam (n=197)	197	100	0	0	74	92	81.72	57-97
		Nữ (n=189)	189	100	0	0	72	94	82.32	60-99
	Xếp loại TB (n=386)		<b>386</b>	<b>100</b>	-	-	-	-	82.02	-
2	Dung tích sống	-	<b>Đạt</b>		<b>Chưa đạt</b>		Min	Max	x	-
		-	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%				
		Nam (n=197)	176	89.34	21	10.66	2	3.4	2.35	
	Nữ (n=189)	163	86.24	26	13.76	1.1	3.2	1.99	1.8	
Xếp loại TB (n=386)		339	87.79	47	12.21	-	-	2.17	-	
3	Công năng tim	-	<b>Rất tốt</b>		<b>Tốt</b>		<b>Trung bình</b>		<b>Kém</b>	
		-	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
		Nam (n=197)	0	0	25	12.69	154	78.17	18	9.14
	Nữ (n=189)	0	0	14	7.41	153	80.95	22	11.64	
Xếp loại TB (n=386)		0	0	39	10.05	307	79.56	40	10.39	

ở bảng 4 có 87.79% xếp loại đạt và 12.21% xếp loại chưa đạt.

- Chỉ số công năng tim: Kết quả phân tích tổng hợp cho cả nam và nữ ở loại “rất tốt” và loại “rất kém” không có học sinh nào, loại “tốt” có 39 em, chiếm tỷ lệ 10.05%; loại “trung bình” có 307 em chiếm tỷ lệ 79.56%; loại “kém” có 40 em chiếm tỷ lệ 10.39%.

**2.3. Đánh giá các chỉ số về tố chất vận động**

Để đánh giá các chỉ số tố chất vận động, đề tài lựa chọn 04 nội dung kiểm tra trong Quy định về đánh giá, xếp loại thể lực HSSV kèm theo Quyết định Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT [1] để xếp loại.

Kết quả đánh giá xếp loại từng chỉ tiêu trình bày ở bảng 4.

**Bảng 4. Kết quả đánh giá xếp loại tố chất vận động từng chỉ tiêu của học sinh lớp 6 thời điểm 12 tuổi**

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả xếp loại						Giá trị TB
		Tốt		Đạt		Chưa đạt		
		m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	
<b>I</b>	<b>Nam</b>	<b>(n = 197)</b>						
1	Bật xa tại chỗ (cm)	88	47.67	87	44.16	22	11.17	178.13
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	87	44.16	101	51.27	9	4.57	14.39
3	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	113	57.36	77	39.09	7	3.55	5.51
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	56	28.43	119	60.41	22	11.17	907.05
<b>II</b>	<b>Nữ</b>	<b>(n = 189)</b>						
1	Bật xa tại chỗ (cm)	17	8.99	156	82.54	16	8.47	154.88
2	Nằm ngửa gập bụng (lần/30 giây)	92	48.68	80	42.33	17	8.99	11.85
3	Chạy 30m xuất phát cao (giây)	107	56.61	77	40.74	5	2.65	6.44
4	Chạy 5 phút tùy sức (m)	83	43.92	82	43.39	24	12.7	792.24



**Theo kế hoạch ứng dụng chương trình Giáo dục đổi mới năm 2018, từ năm học 2021-2022, chương trình GDTC 2018 sẽ được áp dụng đồng loạt trên toàn quốc. Đây là một điểm nhấn trong cho việc đổi mới toàn diện công tác GDTC cho học sinh phổ thông**

Phân tích kết quả xếp loại theo từng chỉ tiêu cho thấy, trong số “chưa đạt” của cả 04 nội dung kiểm tra chiếm tỷ lệ cao lần lượt là: Chạy 5 phút tùy sức chiếm tỷ lệ 11.94%; bật xa tại chỗ chiếm tỷ lệ 9.82%; nằm ngửa gập cơ bụng chiếm tỷ lệ 6.78% và chạy 30m xuất phát cao là 3.1%.

### **KẾT LUẬN**

1. Nghiên cứu đã lựa chọn được 10 chỉ số kiểm tra thể chất của học sinh có đủ độ tin cậy. Kết quả giữa các cá thể trên các tập hợp mẫu nghiên cứu ở cả nam và nữ mức đồng nhất cao là 05 chỉ tiêu, mức trung bình là 03 chỉ tiêu và ở mức thấp là 02 chỉ tiêu.

2. Phân tích chi tiết từng chỉ số kiểm tra thể chất về hình thái, chức năng và tổ chất vận động cho thấy: Đa số học sinh phát triển bình thường theo lứa tuổi, giới tính và đặc điểm sinh học, ngoại trừ một vài chỉ số ở mức chưa đạt là: chiều cao và cân nặng ở mức “kém”, chiếm 14.09%; MBI ở mức “tiền béo phì” 9.62%; công năng tim ở mức “kém” 10.39%. Đây là cơ sở để xây dựng các giải pháp phát triển thể chất học sinh phù hợp với yêu cầu ngày càng phát triển của xã hội.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT quy định về đánh giá, xếp loại thể lực HSSV.*
2. Nông Thị Hồng (2006), *Vệ sinh và y học thể dục thể thao*, Nxb giáo dục.
3. Lê Văn Lãm, Phạm Xuân Thành (2007), *Giáo trình Đo lường và đánh giá TDTT*, Nxb TDTT Hà Nội.
4. Lê Văn Lãm, Vũ Đức Thu, Nguyễn Trọng Hải (2000), *Thực trạng phát triển thể chất học sinh - sinh viên Việt Nam trước thềm thế kỷ 21*, Nxb Hà Nội.
5. Lê Nguyệt Nga, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đề (2016), *Giáo trình khoa học tuyển chọn tài năng thể thao, trường ĐHSP TDTT TP. Hồ Chí Minh*, Nxb ĐHQG TP. Hồ Chí Minh.
6. <https://irace.vn/nhip-tim-trong-the-thao-the-hinh-va-nhung-dieu-ban-chua-biet/>.

**(Bài nộp ngày 15/9/2021, phản biện ngày 26/10/2021, 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. 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

## MỤC LỤC

### **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 THÙY**

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 ngồi 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 THÙY**

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 TOẢN; 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 KIỆU**

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 TƯƠNG; 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 THỦY**

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 I – 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 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; HÒ 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

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

## MỤC LỤC

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 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**

