

# 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

Nguyễn Thành Long<sup>(1)</sup>

## Tóm tắt:

Thông qua phân tích, tổng hợp các tài liệu có liên quan, qua khảo sát thực tiễn, đề tài đánh giá được thực trạng chương trình, kế hoạch, và việc sử dụng các bài tập thể lực trong huấn luyện nhảy xa. Qua nghiên cứu đã chọn được 4 test đánh giá trình độ thể lực nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành HLTT trường đại học TDTT Bắc Ninh.

**Từ khóa:** Huấn luyện thể lực, nhảy xa, nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh, Đại học TDTT Bắc Ninh.

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

## Summary:

Through analyzing, synthesizing relevant documents and practical surveys, the topic assessed the current status of the program, schedule, and the application of physical exercises in training long-jumping technique. Through the study, 4 tests were selected to assess the long-jumping strength of male students majoring in Athletics, in the Sports Training department at Bac Ninh Sports University.

**Keywords:** Physical training, long jump, male student majoring in Athletics, Bac Ninh Sports University.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Với mục tiêu phát triển và nâng cao thành tích các môn Điền kinh nói chung và môn nhảy xa nói riêng, thì việc lựa chọn các phương pháp, phương tiện huấn luyện có cơ sở khoa học, có ý nghĩa vô cùng quan trọng. Đã có rất nhiều công trình khoa học của nhiều tác giả nghiên cứu ở các lĩnh vực khác nhau về kỹ thuật nhảy xa như đánh giá trình độ tập luyện, xây dựng tiêu chuẩn tuyển chọn, xây dựng nội dung huấn luyện thể lực đặc trưng, hệ thống các bài tập bổ trợ, đo diễn biến tốc độ chạy đà....đó là các công trình của các tác giả: Nguyễn Thành Long (2005), Dương Thị Hồng Hạnh (2007), Lê Thị Hạnh Phúc (2011), Đàm Trung Kiên (2015), Vương Quốc Hùng (2019)...Song để nâng cao hiệu quả trong công tác giảng dạy, huấn luyện thể lực nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh trong Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, trước hết phải đánh giá

thực trạng công tác huấn luyện, giảng dạy. Thông qua giảng dạy và huấn luyện trang bị cho sinh viên cơ sở lý luận về phương pháp huấn luyện thể lực, rèn luyện kỹ chiến thuật, tâm lý, sự ổn định kỹ thuật động tác môn nhảy xa, qua đó mới nâng cao thành tích của SV, đảm bảo chất lượng đào tạo trong nhà trường. Tuy nhiên, trong thực tiễn chưa có tác giả nào quan tâm nghiên cứu. Xuất phát từ những vấn đề trên việc lựa chọn nghiên cứu: “Thực trạng công tác huấn luyện thể lực trong giảng dạy nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh”.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu đề tài sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn tọa đàm, phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp toán học thống kê.

<sup>(1)</sup>TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: longanh2410@gmail.com

**KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN.****1. Thực trạng nội dung chương trình giảng dạy, huấn luyện thể lực chuyên môn nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh*****Thực trạng chương trình giảng dạy môn học chuyên ngành Điền kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh***

Kết quả phân tích và tổng hợp tài liệu cho thấy, hiện nay chương trình Bộ môn xây dựng để giảng dạy chuyên ngành Điền kinh áp dụng từ năm 2015, tổ chức giảng dạy theo học chế chỉ từ khóa 51 đến khóa 54. Chuyên ngành học bắt đầu từ năm học thứ hai, tổng số 360 tiết, mỗi học phần 60 tiết/học kỳ (giảm 10 tiết so với chương trình cũ) trong đó 42 tiết thực học, 18 tiết dành cho bồi dưỡng phương pháp và thảo luận, nội dung chuyên ngành hẹp được sắp xếp ở hai học kỳ của năm học cuối về cơ bản chương trình được thiết kế hợp lý, sinh viên được trang bị cũng như hoàn thiện kỹ năng thực hành các môn cơ bản của chuyên ngành Điền kinh. Tuy nhiên, nội dung chương trình được phân bổ như hiện nay so với trước đây thì số tiết học cho mỗi học phần đã giảm đi đáng kể (60 tiết học chính khóa so với 75 - 90 tiết), điều đó đã ảnh hưởng phần nào đến chất lượng chuyên môn cũng như chuẩn đầu ra theo quy định cho sinh viên ngành HLTT và sinh viên chuyên ngành Điền kinh.

***Thực trạng kế hoạch giảng dạy và huấn luyện thể lực nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh***

Qua quan sát thực tiễn nhiều năm, cũng như kết quả phỏng vấn trực tiếp các giảng viên của Bộ môn Điền kinh, Cử tạ về công tác giảng dạy và huấn luyện thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh cho thấy: Các giảng viên của Bộ môn đã bám sát nội dung chương trình, đề cương; giáo án biên soạn đủ 30 giáo án cho từng học kỳ (hai học kỳ cuối), thường học 2 giáo án/tuần. Bên cạnh đó các giảng viên cũng đã xác định được vai trò của huấn luyện thể lực chuyên biệt là rất quan trọng. Tuy nhiên, trong thực tiễn giảng dạy và huấn luyện thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa cho sinh viên cho thấy, chưa có một kế hoạch

huấn luyện cụ thể và cơ bản, đơn thuần chỉ soạn đề cương, giáo án theo tiến trình giảng dạy từng học phần. Nội dung các bài tập thể lực lựa chọn và áp dụng không tuân theo hệ thống, quy luật và theo kế hoạch cụ thể nào, các giảng viên chủ yếu vẫn lựa chọn các bài tập sửa chữa, bổ trợ kỹ thuật và thường lặp đi lặp lại nhiều trong các giáo án. Điều này không phù hợp trong thực tiễn vì ở năm học cuối đây là môn chuyên ngành hẹp, hơn nữa môn nhảy xa đã được học và hoàn thiện kỹ thuật ở học phần trước rồi. Do vậy, trong các giáo án nên lựa chọn các bài tập phát triển thể lực chuyên môn phù hợp có khoa học, có tính kế thừa, chỉ có như vậy mới nâng cao thành tích môn chuyên ngành hẹp đáp ứng chuẩn đầu ra cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành HLTT (môn chuyên ngành đạt hoặc tương đương đẳng cấp I của VĐV).

**2. Thực trạng sử dụng các dạng bài tập phát triển thể lực nội dung nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Để hiểu rõ về hiệu quả sử dụng bài tập phát triển thể lực nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, qua quan sát thực tiễn nhiều năm, cũng như tham khảo chương trình, kế hoạch, đề cương, giáo án huấn luyện thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điền kinh trong chương trình đào tạo cử nhân TDTT hàng năm, chúng tôi đã tổng hợp được ba nhóm bài tập mà các giảng viên thường áp dụng trong giảng dạy và huấn luyện trong ba năm gần đây. Để phát triển các tố chất thể lực cho sinh viên chủ yếu là các nhóm bài tập sau:

- Nhóm 1: Nhóm bài tập phát triển sức nhanh.
- Nhóm 2: Nhóm bài tập phát triển sức mạnh.
- Nhóm 3: Nhóm bài tập phát triển sức bền.

Kết quả tổng hợp được trình bày cụ thể tại bảng 1.

Từ kết quả thu được ở bảng 1 cho thấy:

Nhóm các bài tập phát triển thể lực nhảy xa thuộc các nhóm bài tập như đã trình bày ở trên đã được hầu hết các giáo viên sử dụng trong quá trình giảng dạy, huấn luyện. Số lượng các bài tập sử dụng chưa nhiều và chưa đồng đều, chỉ từ 12 đến 13 bài tập cho cả ba nhóm trong một học phần. Trong đó, chủ yếu sử dụng các nhóm

**Bảng 1. Thực trạng sử dụng các nhóm bài tập phát triển thể lực chuyên môn nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điện kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

TT	Khoá	Nhóm các bài tập						Tổng
		Nhóm 1		Nhóm 2		Nhóm 3		
		m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	
1	Đại học 48	4	33.33	2	16.67	6	50.00	12
2	Đại học 49	5	41.67	2	16.67	5	41.67	12
3	Đại học 50	5	38.46	3	23.08	5	38.46	13

bài tập phát triển sức nhanh và sức bền (từ 4 - 6 bài, chiếm tỷ lệ từ 33.33% đến 50.0%), còn nhóm bài tập phát triển sức mạnh ít được sử dụng hơn (từ 2 - 3 bài tập chiếm tỷ lệ từ 16.67% đến 23.08%).

**3. Lựa chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Để lựa chọn các test đảm bảo độ tin cậy để ứng dụng trong công tác kiểm tra, đánh giá trình độ thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điện kinh trường Đại học TDTT Bắc Ninh, dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn đề tài tiến hành theo các bước sau:

Bước 1. Xác định các yêu cầu khi lựa chọn các test.

Bước 2. Xác định các test qua tham khảo tài liệu chuyên môn.

Bước 3. Phỏng vấn lựa chọn các test.

Bước 4. Xác định độ tin cậy và tính thông báo.

Sau khi tổng hợp các nguồn tài liệu chuyên môn, đề tài đã lựa chọn được 9 test đánh giá thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa cho

nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Qua 4 bước nghiên cứu trên, chúng tôi đã lựa chọn được 4 test đảm bảo tính khoa học để ứng dụng vào quá trình nghiên cứu:

+ Bật xa tại chỗ (cm): Đánh giá sức mạnh bột phát.

+ Chạy 30 m TĐC (s): Đánh giá tốc độ tối đa.

+ Chạy 60 m XPC (s): Đánh giá sức mạnh tốc độ chuyên môn.

+ Nhảy xa toàn đà (m): Đánh giá năng lực chuyên môn.

**4. Đánh giá thực trạng trình độ thể lực chuyên môn nhảy xa của sinh viên chuyên ngành Điện kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Sau khi xác định được các test đánh giá thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa, đề tài tiến hành khảo sát và tổng hợp kết quả kiểm tra các năm 2017, 2018 của nam viên khóa 49, khóa 50 chuyên ngành ngành Điện kinh ngành HLTT. Đề tài tiến hành so sánh trình độ thể lực chuyên môn nhảy xa thông qua các test. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Kết quả bảng 2 cho thấy thành tích các test:

**Bảng 2. So sánh thành tích các test đánh giá thể lực chuyên môn chuyên ngành hẹp nhảy xa các năm 2017 - 2018**

Test	Bật xa tại chỗ (cm)		Chạy 30m TĐC (s)		Chạy 60m XPC (s)		Nhảy xa toàn đà (m)	
	2017	2018	2017	2018	2017	2018	2017	2018
$\bar{x}$	244.4	246.3	3.23	3.19	7.38	7.35	5.69	5.73
$\pm\delta$	4.97	5.1	0.25	0.34	0.45	0.5	0.31	0.38
t <sub>tính</sub>	1.34		1.59		1.37		1.4	
t <sub>bảng</sub>	2.101							
p	> 0.05							



**Để có kết quả nhảy xa tốt, chạy đà tốt đóng vai trò quan trọng (Ảnh minh họa)**

bật xa tại chỗ (cm), chạy 30m TĐC (s), chạy 60m XPC (s) và nhảy xa toàn đà (m) năm 2018 đều cao hơn năm 2017 nhưng sự khác biệt không có ý nghĩa toán học thống kê với với  $t_{\text{tính}} = 1,34 < t_{\text{bảng}} = 2,101$  ở ngưỡng xác suất  $p > 0.05$ . Như vậy, có thể thấy rằng trình độ thể lực nhảy xa của nam sinh viên hai khóa là tương đương nhau, điều này càng khẳng định nguyên nhân là do việc lựa chọn và ứng dụng các bài tập phát triển thể lực trong giảng dạy và huấn luyện chưa hợp lý, chưa đồng đều và chưa có tính khoa học.

Để thấy rõ hơn hiệu quả công tác huấn luyện ảnh hưởng đến kết quả học tập, cũng như thành tích môn chuyên ngành hẹp nhảy xa của các em

sinh viên, chúng tôi tiến hành khảo sát thực trạng kết quả học tập và thành tích môn chuyên ngành hẹp nhảy xa của nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh. Kết quả khảo sát được trình bày ở bảng 3 và bảng 4.

Qua bảng 3 và bảng 4 cho thấy:

Kết quả học tập nhảy xa cho sinh viên chuyên ngành Điện kinh còn chưa cao so với yêu cầu của Bộ môn. Số sinh viên đạt kết quả học tập loại khá và giỏi chiếm tỷ lệ tương đối cao, từ 30% đến 50%; số sinh viên xếp loại xuất sắc vẫn còn ít, chiếm tỷ lệ từ 20% đến 30%.

Thành tích môn chuyên ngành hẹp nhảy xa của nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh vẫn

**Bảng 3. Thực trạng kết quả học tập nội dung nhảy xa của nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

TT	Khoá	$m_i$	Kết quả học tập					
			Xuất sắc		Giỏi		Khá	
			$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %	$m_i$	Tỷ lệ %
1	Đại học 48	10	2	20.00	3	30.00	5	50.00
2	Đại học 49	10	2	20.00	4	40.00	4	40.00
3	Đại học 50	10	3	30.00	4	30.00	3	30.00

**Bảng 4. Thực trạng thành tích nhảy xa của nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

TT	Khoá	$m_i$	Thành tích nhảy xa (m)		Đẳng cấp I VĐV (m)
			$\bar{x} \pm \delta$	Cv (%)	
1	Đại học 48	10	$5.67 \pm 0.32$	5.64	6.3
2	Đại học 49	10	$5.69 \pm 0.31$	5.45	
3	Đại học 50	10	$5.73 \pm 0.38$	7.17	



**Các bài tập nhảy dây giúp nâng cao sức bật, từ đó góp phần nâng cao thành tích nhảy xa**

còn hạn chế so với quy định của Nhà trường và Bộ môn (thành tích khi tốt nghiệp phải đạt hoặc tương đương cấp I). Khi phân tích thành tích đạt được qua hệ số biến sai chứng tỏ rằng, thành tích nhảy xa các lớp là tương đối đồng đều ( $CV < 10\%$ ).

Như vậy, từ thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện phát triển thể lực nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điện kinh ngành HLTT Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh như đã trình bày ở trên, cho thấy:

Kết quả học tập đạt được chưa cao, thành tích môn chuyên ngành hẹp nhảy xa khi tốt nghiệp đối với sinh viên chuyên ngành HLTT chưa đạt yêu cầu.

Để nâng cao thành tích cũng như cải thiện kết quả học tập môn chuyên ngành hẹp, Bộ môn cần thiết phải xây dựng kế hoạch huấn luyện thể dục cụ thể chi tiết, phải hệ thống hoá các bài tập phát triển thể lực trong quá trình giảng dạy, huấn luyện, đặc biệt chú trọng bổ sung thêm các bài tập phát triển sức mạnh, nhất là các bài tập khắc phục lực đối kháng và cần tăng cường thêm các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động cho đối tượng nghiên cứu.

### **KẾT LUẬN**

Từ những kết quả nghiên cứu của chúng tôi cho phép đi đến một số kết luận sau:

Chương trình giảng dạy được thiết kế với số tiết học giảm nhiều so với trước; Kế hoạch huấn luyện thể lực chuyên môn nhảy xa cho sinh viên

chuyên ngành Điện kinh Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh chưa cụ thể, chưa khoa học; Số lượng các bài tập để phát triển thể lực còn ít, cách sắp xếp các bài tập không logic, sự phân bổ thời lượng trong huấn luyện các tố chất thể lực chưa đồng đều để phát triển toàn diện năng lực cần thiết.

Thực trạng trình độ thể lực môn chuyên ngành hẹp nhảy xa của nam sinh các khóa là tương đồng nhau, tuy có sự khác biệt nhưng không có ý nghĩa thống kê với  $t_{\text{tính}} = 1,34 < t_{\text{bảng}} = 2,101$  ở ngưỡng

xác suất  $p > 0.05$ . Kết quả học tập còn chưa cao so với yêu cầu chuẩn đầu ra cho sinh viên ngành HLTT.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. D. Harre (1996), *Học thuyết huấn luyện*, (Dịch: Trương Anh Tuấn, Bùi Thế Hiển), Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Valich. B (1981), *Huấn luyện VĐV Điện kinh trẻ*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Dương Nghiệp Chí (1991), *Đo lường thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội
4. Nguyễn Đại Dương (2017), *Điện kinh*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
5. Đàm Trung Kiên (2008), “Nghiên cứu xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập thực hành theo các học phần trong quá trình đào tạo sinh viên chuyên sâu Điện kinh Trường đại học TĐTT Bắc Ninh hệ Huấn luyện viên”, *đề tài KH&CN cấp cơ sở*.
6. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và phương pháp TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
7. Nguyễn Đức Văn (2000), *Phương pháp thống kê trong TĐTT*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 29/10/2021, phản biện ngày 1/11/2021, 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 khỏe

#### **Vu Thi Kim Yen**

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

### **12. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN**

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

#### **Nguyen Thi Thanh Huyen**

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

### **17. NGUYỄN THỊ KIM DUNG**

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

#### **Nguyen Thi Kim Dung**

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

### **21. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN TIẾN SƠN**

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

#### **Nguyen Van Phuc; Nguyen Tien Son**

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

### **27. VŨ HOÀNG SƠN; NGUYỄN VĂN HÙNG**

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

#### **Vu Hoang Son; Nguyen Van Hung**

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

**29. TRẦN MINH TRƯỜNG**

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

**Tran Minh Truong**

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

**32. NGUYỄN VĂN TUẤN**

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

**Nguyen Van Tuan**

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

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

**36. BUI TRỌNG PHƯƠNG**

Lựa chọn giải pháp trọng tâm và phân 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 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 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 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 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 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 TRƯỜNG**

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

**Nguyen Ngoc Cang; Nguyen Van Truong**

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

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

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

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

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

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

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

**To Xuan Thuc, Dang Van Dung, Ngo Sach Tho**

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

**417. ĐỖ XUÂN ANH**

Thực trạng trình độ sức bền chuyên môn của nam vận động viên Đua thuyền Rowing lứa tuổi 15-17 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. ĐÌNH 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. ĐÌNH 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. ĐÌNH HÙNG TRƯỜNG; ĐÌNH 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

