

# GIẢI PHÁP NÂNG CAO THỂ LỰC CHO SINH VIÊN NĂM THỨ HAI HỌC VIỆN ÂM NHẠC QUỐC GIA VIỆT NAM

Lý Đức Trường<sup>(1)</sup>

Chu Thị Minh<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản trong lĩnh vực TDTT lựa chọn và xây dựng được 03 nhóm giải pháp chuyên môn với những chỉ dẫn cụ thể nhằm nâng cao thể lực chung cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục thể chất và chất lượng đào tạo của học viên.

**Từ khóa:** Giải pháp, thể lực, sinh viên, Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam...

## Solutions to improve physical fitness for second-year students at the Vietnam National Academy of Music

### Summary:

Through basic scientific research methods in the field of sport, 03 groups of professional solutions with specific instructions have been developed in order to improve general fitness for second-year students at the Vietnam National Academy of Music. The developed solutions are useful in improving the quality of physical education.

**Keywords:** Solutions, physical fitness, students, Vietnam National Academy of Music.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Đề giáo dục con người phát triển toàn diện mỗi học sinh, sinh viên trước hết phải có sức khỏe tốt. Sức khỏe là cơ sở để tiếp thu khoa học kỹ thuật, sau khi ra trường góp phần phục vụ cho công cuộc xây dựng đất nước, cơ sở quan trọng để nâng cao sức khỏe là phát triển các tố chất thể lực. Học viện Âm nhạc Quốc gia (ÂNQG) Việt Nam (trước đây là Nhạc viện Hà Nội) được thành lập từ năm 1956, với ba chức năng chính là đào tạo, nghiên cứu khoa học và biểu diễn âm nhạc. Với các hoạt động đặc thù, học viên Học viện Âm nhạc Việt Nam cần thiết phải có thể lực rất tốt để phục vụ các hoạt động chuyên môn.

Trong những năm qua, công tác GDTC của Học viện luôn được quan tâm, chú trọng và phát triển. Các giờ học GDTC được thực hiện theo chương trình quy định chung của Bộ Giáo dục và Đào tạo, bao gồm các giờ học bắt buộc và những hoạt động TDTT ngoài giờ của sinh viên. Tuy nhiên, thực trạng thể lực của sinh viên Học viện ÂNQG Việt Nam còn một số hạn chế.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Phương pháp tham khảo tài liệu; Phương pháp quan sát sơ phạm; Phương pháp phỏng vấn.

Đối tượng phỏng vấn là 30 cán bộ lãnh đạo, cán bộ quản lý, các nhà sư phạm hiện đang trực tiếp làm công tác quản lý, giảng dạy tại các trường Đại học TDTT như: Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, Trường Đại học TDTT Đà Nẵng, Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam, Trường Đại học sư phạm TDTT Hà Nội, Trường Đại học sư phạm Hà Nội.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Lựa chọn giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam

Dựa trên cơ sở nghiên cứu thực trạng, quan sát sơ phạm, tham khảo tài liệu và phỏng vấn các chuyên gia, chúng tôi xác định được 3 nhóm giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên năm thứ hai Học viện ÂNQG Việt Nam. Để lựa chọn được các giải pháp phù hợp nhất, chúng tôi tiến hành phỏng vấn 30 chuyên gia. Chúng tôi sẽ lựa

<sup>(1)</sup>TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

<sup>(2)</sup>GV, Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam (n=30)**

TT	Các nhóm giải pháp	Kết quả phỏng vấn theo mức độ ưu tiên					
		Rất cần		Cần		Không cần	
		m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%
1	<b>Nhóm giải pháp 1:</b> Nhóm giải pháp về tổ chức, quản lý quá trình GDTC:	29	96.67	1	3.33	0	0
	- Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Bộ môn GDTC	21	70	5	16.67	4	13.33
	- Giải pháp tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá, xây dựng các câu lạc bộ thể thao, và nâng cao chất lượng các đội tuyển thể thao	26	86.67	4	13.33	0	0
	- Tổ chức các hoạt động thi đấu giao lưu, các giải truyền thống toàn Học viện của các môn thể thao	20	66.67	5	16.67	5	16.67
	- Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng	26	86.67	3	10	1	3.33
2	<b>Nhóm giải pháp 2:</b> Nhóm giải pháp về xác định và cải tiến phương pháp giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC	30	100	0	0	0	0
3	<b>Nhóm giải pháp 3:</b> Nhóm giải pháp về phương tiện giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC	30	100	0	0	0	0

chọn các giải pháp đạt từ 65% ý kiến trả lời ở mức rất cần thiết để nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: 100% các nhóm giải pháp và giải pháp đưa ra phỏng vấn đều được tán thành là rất cần thiết từ 65% số người trả lời phỏng vấn trở lên và được lựa chọn để nâng cao thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

**2. Xây dựng nội dung giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam**

**2.1. Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về tổ chức, quản lý quá trình giáo dục thể chất**

**1) Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại Bộ môn GDTC**

- *Mục đích:* Cải tiến cơ cấu tổ chức quản lý và công tác cán bộ giảng dạy tại bộ môn, góp phần nâng cao chất lượng hoạt động của cơ cấu tổ chức quản lý phong trào TDTT của Học viện, đảm bảo phân công trách nhiệm của các bộ phận chức

năng, tăng cường hoạt động chỉ đạo của Ban giám đốc và chi hội thể thao Đại học và chuyên nghiệp của Học viện; Giúp phối hợp chặt chẽ hoạt động của Bộ môn GDTC với các tổ chức đoàn thể và các phòng ban chức năng để tạo mọi điều kiện thuận lợi cho việc phát triển phong trào TDTT của Học viện dưới nhiều hình thức.

- *Nội dung giải pháp:*

+ Xây dựng cơ cấu tổ chức quản lý của Bộ môn GDTC:

Xây dựng cụ thể cơ cấu tổ chức quản lý của bộ môn GDTC, làm rõ trách nhiệm, quyền hạn của từng cá nhân, giúp xác định công việc rõ ràng, tránh chồng chéo.

+ Công tác cán bộ:

Cần tăng cường công tác giáo dục tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của giáo viên đối với việc nâng cao chất lượng GDTC của sinh viên và phong trào TDTT của Học viện.

Tổ chức các hoạt động sinh hoạt chuyên môn nghiệp vụ, cử cán bộ đi học các lớp bồi dưỡng

chuyên môn, hoàn thiện chương trình và học trên đại học.

Có kế hoạch tiếp nhận và bồi dưỡng giáo viên trẻ có trình độ lý luận và chuyên môn giỏi, có nhiệt tình, ý thức trách nhiệm cao và có khả năng tổ chức các hoạt động thể thao quần chúng, đáp ứng yêu cầu cần mở rộng và nâng cao chất lượng công tác GDTC và phong trào TDTT của Học viện trong những năm tới.

- Đơn vị thực hiện:

+ Đảng uỷ, Ban giám đốc Học viện chỉ đạo thực hiện.

+ Bộ môn Giáo dục thể chất chủ trì thực hiện.

**2) Giải pháp tổ chức, xúc tiến hoạt động ngoại khoá, xây dựng các câu lạc bộ thể thao, và nâng cao chất lượng các đội tuyển thể thao**

- Mục đích: Nhằm đáp ứng mục tiêu đào tạo là giỏi một môn, biết nhiều môn, nâng cao chất lượng đào tạo, chuẩn bị lực lượng tham gia thi đấu đối ngoại nâng cao vị thế Học viện.

- Nội dung giải pháp:

+ Tuyên truyền nâng cao nhận thức về loại hình hoạt động thể thao ngoại khoá.

+ Tăng cường sự quan tâm lãnh đạo của các cấp uỷ Đảng, chính quyền, đoàn thể về sự cần thiết của các đội tuyển thể thao của Học viện. Thường xuyên làm tốt công tác giáo dục chính trị tư tưởng cho đội ngũ cán bộ giảng viên, VĐV trong đội tuyển.

+ Bám sát kế hoạch thi đấu của ngành, địa phương, thực hiện nghiêm túc sự chỉ đạo của lãnh đạo Học viện.

+ Tăng cường, đẩy mạnh công tác huấn luyện thể lực chung và chuyên môn cho sinh viên giỏi các môn.

+ Củng cố, hoàn thiện kỹ thuật động tác, hình thành kỹ xảo vận động, tâm lý thi đấu, kỹ chiến thuật cho sinh viên.

+ Tham gia thi đấu giao lưu, cọ sát nâng cao trình độ chuyên môn, kinh nghiệm thi đấu.

+ Tổ chức các hoạt động ngoại khoá, góp phần hoàn thiện các nội dung học tập của giờ học chính khoá và rèn luyện các tiêu chuẩn rèn luyện thân thể.

+ Tổ chức xây dựng các CLB thể thao.

+ Tổ chức hướng dẫn các hoạt động tự tập luyện, rèn luyện thân thể.

- Tổ chức thực hiện:

Chi hội thể thao Đại học và chuyên nghiệp, Bộ môn GDTC tổ chức chỉ đạo thành lập các đội tuyển hoạt động trong các CLB theo sự chỉ đạo của Ban giám đốc Học viện, Phòng Đào tạo và có sự phối hợp chỉ đạo của Phòng Công tác học sinh sinh viên, Công Đoàn, Đoàn thanh niên cộng sản Hồ Chí Minh.

- Hình thức tổ chức tập luyện:

+ Thời gian tiến hành vào các tiết 7 + 8 ngày thứ 2 thứ 4 và thứ 6 hàng tuần (Học viện bố trí các tiết 7 + 8 và cả buổi chiều thứ 4 hàng tuần không có giờ học chính khoá để phục vụ cho các hoạt động ngoại khoá).

+ Số lượng buổi tập 3 buổi/tuần, thời gian tập là 90 phút (như giờ học chính khoá, có giáo viên, HLV trực tiếp phụ trách giảng dạy - huấn luyện).

- Đối tượng tham gia tập luyện: Những sinh viên có năng lực, trình độ khá và giỏi ở các môn.

**3) Tổ chức các hoạt động thi đấu giao lưu, các giải truyền thống toàn Học viện và của các môn thể thao.**

- Mục đích: Tạo môi trường hoạt động thi đấu thường xuyên phong phú và đa dạng, giúp sinh viên tiếp cận với công tác tổ chức, điều hành, trọng tài một số giải thi đấu thể thao, qua đó nâng cao năng lực chuyên môn, nghiệp vụ, đồng thời tuyển chọn sinh viên vào các đội tuyển.

- Nội dung giải pháp:

+ Bám sát kế hoạch giảng dạy, học tập trong và ngoài Học viện, kế hoạch năm học và sự chỉ đạo của Đảng uỷ - Ban giám đốc để xây dựng kế hoạch tổ chức các hoạt động thi đấu hợp lý, hiệu quả.

+ Để việc tập luyện, thi đấu thể thao của sinh viên trở thành nội dung của đời sống văn hoá thể thao mang tính thường xuyên, liên tục của sinh viên, Bộ môn GDTC xây dựng kế hoạch tổ chức và tham gia các giải đấu (giải truyền thống hàng năm, các giải giao hữu) qua đó tạo sân chơi lành mạnh cho sinh viên.

+ Hướng dẫn, tạo điều kiện cho các khoa, các lớp tổ chức các cuộc thi đấu nội bộ.

- Các đơn vị phối hợp tổ chức thực hiện:

+ Ban giám đốc Học viện; Hội thể thao Đại học và chuyên nghiệp Học viện; Phòng Đào tạo; Bộ môn GDTC; Phòng Công tác học sinh, sinh viên; Công đoàn; Đoàn thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh; các Khoa trong toàn Học viện.

+ Phối hợp với các trường Đại học, Cao đẳng khu vực Hà Nội.

- *Hình thức tổ chức thực hiện:*

+ Tổ chức các giải đấu nhân dịp các ngày lễ lớn, ngày kỷ niệm của Học viện và đất nước; Tổ chức thi đấu giữa các khoá, các lớp vào những ngày nghỉ (chiều thứ bảy, sáng chủ nhật)

+ Tổ chức định kỳ 2 năm một lần các giải truyền thống toàn Học viện (tổ chức xen kẽ nhau giữa các kỳ của các môn thể thao).

**4) Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật, tạo cơ chế và ứng dụng chính sách hợp lý, thoả đáng**

- *Mục đích:* Tạo môi trường, điều kiện về cơ sở vật chất, sân bãi tập luyện phục vụ cho giảng dạy chính khoá và các hoạt động ngoại khoá của sinh viên; Đảm bảo chế độ, chính sách thoả đáng cho đội ngũ cán bộ, giảng viên, sinh viên tham gia các hoạt động ngoại khoá.

- *Nội dung giải pháp:*

+ Tiến hành cải tạo, sửa chữa nâng cấp cơ sở tập luyện: Sân bãi, nhà tập... để có thể tận dụng tối đa điều kiện cơ sở vật chất của Học viện phục vụ giảng dạy chính khoá và hoạt động tập luyện ngoại khoá.

+ Kiến nghị Học viện có kế hoạch xây dựng mới nhà thi đấu, phòng tập, sân điền kinh, sân bóng đá trong quy hoạch xây dựng Học viện.

+ Sửa chữa, mua mới trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện trong giờ học chính khoá, cũng như ngoại khoá đủ về số lượng và đảm bảo tiêu chuẩn chất lượng.

+ Tạo điều kiện cho mượn dụng cụ, sân bãi tập luyện... để sinh viên có điều kiện tập luyện thoả mái trong thời gian rảnh rỗi.

+ Vận dụng các chế độ chính sách hiện hành, xây dựng và ban hành chính sách đãi ngộ cụ thể, trước mắt và lâu dài để đáp ứng được nhu cầu, nguyện vọng của giảng viên, HLV và VĐV. Huy động các nguồn tài trợ về tài chính, giải thưởng... cho các hoạt động tập luyện và thi đấu thể thao.

+ Có chế độ động viên, khen thưởng kịp thời, thoả đáng (về tinh thần và vật chất), tạo động cơ thúc đẩy quá trình huấn luyện, giảng dạy, tập luyện và thi đấu của giáo viên và sinh viên. Bên cạnh đó, có những hình thức giáo dục, kỷ luật nhằm giữ vững kỷ cương trong công tác phát triển phong trào của cả giáo viên và sinh viên.

- *Các đơn vị phối hợp thực hiện:*

+ Ban giám đốc Học viện phê duyệt và chỉ đạo chỉ đạo thực hiện các kế hoạch đề xuất; ra quyết định và ban hành quy chế khen thưởng và chính sách bồi dưỡng theo chức năng được phân cấp.

+ Phòng Đào tạo: Tham mưu và triển khai thực hiện.

+ Phòng Hành chính: Tổ chức thực hiện sau khi Ban giám đốc quyết định.

+ Bộ môn GDTC và CLB tự quản và có chức năng quản lý, sử dụng và xây dựng kế hoạch; tham mưu, đề xuất, tiếp nhận thi hành các văn bản, quy chế.

+ Phòng Công tác học sinh, sinh viên theo dõi đánh giá và thực hiện công tác giáo dục tư tưởng cho sinh viên.

+ Công đoàn, Đoàn thanh niên cộng sản Hồ Chí Minh động viên khen thưởng về mặt Đoàn thể; huy động các nguồn tài trợ cho các hoạt động TDTT của Học viện.

**2.2. Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về xác định và cải tiến phương pháp giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC**

Hiệu quả trong quá trình GDTC cho sinh viên phụ thuộc vào nhiều nhân tố như: quỹ thời gian, điều kiện cơ sở vật chất..., qua đó cho thấy, vấn đề nâng cao hiệu quả công tác GDTC cần phải tác động bằng nhiều mặt khác nhau. Thông qua kết quả phân tích cơ sở lý luận và thực tiễn, cũng như qua thực tế quá trình giảng dạy cho thấy, việc nâng cao tố chất thể lực chung cho sinh viên là cần thiết, đòi hỏi phải có sự tham gia của nhiều đơn vị cùng với những giải pháp mang tính tổng thể. Tuy nhiên, yếu tố giữ vai trò nòng cốt vẫn là những tác động trực tiếp từ phía người dạy bằng những phương pháp và phương tiện chuyên môn.

Từ những kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi đã tiến hành lựa chọn nhóm phương pháp giảng dạy phát triển tố chất thể lực chung cho nữ sinh viên năm thứ nhất Học viện ANQG Việt Nam theo các bước sau:

- Phân tích, tổng hợp các tài liệu có liên quan.

- Xác định cơ sở thực tiễn lựa chọn các phương pháp (phỏng vấn bằng phiếu).

Từ những kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi đã lựa chọn được 7 phương pháp giảng dạy sử

dụng trong phát triển tố chất thể lực chung cho sinh viên năm thứ hai Học viện ANQG Việt Nam, bao gồm: Phương pháp dùng lời nói; Phương pháp trực quan; Phương pháp phân đoạn; Phương pháp hoàn chỉnh; Phương pháp sửa chữa sai lầm; Phương pháp lặp lại; Phương pháp vòng tròn.

### **2.3. Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về phương tiện giảng dạy các môn học trong chương trình Giáo dục thể chất**

Để lựa chọn các bài tập phát triển thể lực chung trong quá trình giảng dạy các môn học GDTC cho sinh viên năm thứ hai Học viện, chúng tôi đã tham khảo các tài liệu chuyên môn có liên quan, cũng như nghiên cứu các nguyên tắc, các đặc điểm trong giảng dạy, từ đó tìm hiểu sâu sắc hơn về các nguyên tắc, phương pháp cũng như đặc điểm của đối tượng giảng dạy.

Qua tham khảo các tài liệu chung và chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu của các tác giả trong và ngoài nước, qua khảo sát công tác giảng dạy và công tác giáo dục tố chất thể lực cho sinh viên, đặc biệt qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi, chúng tôi đã lựa chọn được 18 bài tập phát triển thể lực chung cho đối tượng nghiên cứu. Hệ thống các bài tập bao gồm:

**\* Nhóm bài tập phát triển sức nhanh:**

- Bài tập 1: Chạy biến tốc.
- Bài tập 2: Chạy lao nhanh và chạy tăng tốc độ từ các tư thế chuẩn bị khác nhau (ngồi, nằm, đứng) theo tín hiệu quan sát.
- Bài tập 3: Các bài tập chạy đường dốc.

**\* Nhóm bài tập phát triển sức mạnh:**

- Bài tập 4: Các bài tập với tạ ante (3 kg).
- Bài tập 5: Gánh tạ trên vai đứng lên ngồi xuống với trọng lượng bằng 50 - 70% trọng lượng cơ thể.
- Bài tập 6: Gánh tạ trọng lượng bằng 50% trọng lượng cơ thể thực hiện động tác nâng, giữ tạ ở các tư thế khác nhau.
- Bài tập 7: Chuyển, ném bóng nhồi (0,5 - 1kg).
- Bài tập 8: Bật cóc 20m - 30m.
- Bài tập 9: Các bài tập với dây cao su.
- Bài tập 10: Co tay xà đơn.

**\* Nhóm bài tập phát triển sức bền:**

- Bài tập 11: Chạy 5 phút (m).
- Bài tập 12: Các bài tập chạy cự ly trung bình và dài.

- Bài tập 13: Gánh tạ 20 kg trên vai bật nhảy lên từ tư thế ngồi 1 phút.

- Bài tập 14: Gánh tạ trên vai đứng lên ngồi xuống với trọng lượng bằng 50 - 70% trọng lượng cơ thể với thời gian 1 phút.

**\* Nhóm bài tập phát triển khả năng mềm dẻo - khéo léo:**

- Bài tập 15: Các bài tập ép dẻo.
- Bài tập 16: Các bài tập ép dẻo với người cùng tập.

**\* Nhóm bài tập trò chơi vận động:**

- Bài tập 17: Bài tập kiểm tra, thi đấu.
- Bài tập 18: Các bài tập trò chơi với bóng.

### **KẾT LUẬN**

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 03 nhóm giải pháp chuyên môn và xây dựng những chỉ dẫn cụ thể nhằm nâng cao thể lực chung cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam, góp phần nâng cao chất lượng giáo dục thể chất. Các nhóm giải pháp bao gồm:

- Nhóm giải pháp 1: Nhóm giải pháp về tổ chức, quản lý quá trình giáo dục thể chất.
- Nhóm giải pháp 2: Nhóm giải pháp về cải tiến phương pháp giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC.
- Nhóm giải pháp 3: Nhóm giải pháp về phương tiện giảng dạy các môn học trong chương trình GDTC.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Dương Thái Bình (2013), “Đánh giá thực trạng công tác GDTC và thể lực chung trường Đại học Hồng Đức - Thanh Hóa”, *Tap chí Khoa học và Đào tạo TDTT – Trường Đại học TDTT TP.HCM, Số 02.*
2. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000), *Lý luận và phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Thủ tướng Chính phủ, *Quyết định số 2198/QĐ-TTg, ngày 3/12/2010 Về Chiến lược phát triển thể dục, thể thao Việt Nam đến năm 2020.*

(Bài nộp ngày 9/11/2022, Phản biện ngày 11/11/2022, duyệt in ngày 2/12/2022  
 Chịu trách nhiệm chính: Lý Đức Trường  
 Email: lidechang1976@gmail.com)

## **LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**

### **2. TRƯƠNG QUỐC UYÊN**

Đảng Cộng sản Việt Nam đề ra đường lối Thể dục thể thao các giai đoạn đầu thế kỷ XXI

**Truong Quoc Uyen**

The Communist Party of Vietnam sets out the line of Sports in the early stages of the 21st century

## **BÀI BÁO KHOA HỌC**

### **PHẦN 1.**

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

### **6. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN VĂN TUẤN**

Thực trạng quản trị rủi ro trong hoạt động Thể dục thể thao ở Việt Nam

**Nguyen Van Phuc; Nguyen Van Tuan**

The current situation of risk management in sport activities in Vietnam

### **10. ĐINH QUANG NGỌC; NGUYỄN NGỌC TUẤN; NGUYỄN VĂN TUẤN**

Thực trạng môi trường văn hóa ở cơ sở tập luyện thể thao tại Trung tâm Huấn luyện Thể thao Quốc gia Đà Nẵng từ góc độ văn hóa phi vật thể

**Dinh Quang Ngoc; Nguyen Ngoc Tuan; Nguyen Van Tuan**

Actual situation of sports training facilities' cultural environment at the Danang National Sports Training Center from the perspective of intangible culture

### **15. NGUYỄN NHƯ QUỲNH; ĐẶNG HOÀI AN; NGÔ HỮU THẮNG**

Thực trạng thời gian tập luyện và công tác quản lý sinh hoạt nội vụ của vận động viên tại Trung tâm đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Nhu Quynh; Dang Hoai An; Ngo Huu Thang**

Situation of athletes' management in internal activities at the Athlete Training Center, Bac Ninh Sports University

### **20. LÊ VĂN MẠNH**

Thực trạng và tiềm năng phát triển phong trào thể dục thể thao quần chúng tại phường Châu Khê, Thành phố Từ Sơn, Tỉnh Bắc Ninh

**Le Van Manh**

Current status and potential for the development of public sports movement in Chau Khe ward, Tu Son city, Bac Ninh province

### **25. LÝ ĐỨC TRƯỜNG; CHU THỊ MINH**

Giải pháp nâng cao thể lực cho sinh viên năm thứ hai Học viện Âm nhạc Quốc gia Việt Nam

**Ly Duc Truong; Chu Thi Minh**

Solutions to improve physical fitness for second-year students at the Vietnam National Academy of Music

### **30. NGUYỄN VĂN HÒA; NGUYỄN TIẾN SƠN**

Kết quả thực hiện chương trình môn học Giáo dục Quốc phòng An ninh năm học 2021-2022 tại Trung tâm Giáo dục Quốc phòng an ninh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Van Hoa; Nguyen Tien Son**

Results in implementing the National Defense and Security Education subject program in the school year 2021-2022 at the Center for National Defense and Security Education, Bac Ninh Sports University

### **37. LƯƠNG THỊ HÀ**

Biện pháp phát triển phong trào tập luyện Thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên Ngành Sư phạm Mầm non Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

**Luong Thi Ha**

Measures to develop the students' extracurricular sports movement in the Faculty of Kindergarten Education, Hanoi National University of Education

### **41. TRỊNH THỊ BẢN**

Thực trạng tập luyện TDTT ở người cao tuổi tại huyện Hưng Nguyên, tỉnh Nghệ An

**Trinh Thi Ban**

Actual situation of sports practice of the elderly in Hung Nguyen district, Nghe An province

### **44. NGUYỄN THỊ THÙY DƯƠNG; NGUYỄN THỊ VIỆT NGA; NGUYỄN VĂN HẢI; PHẠM THANH TÙNG; NGUYỄN KHẮC DUYỆC**

Thực trạng chất lượng giấc ngủ của người cao tuổi khu phố Mới, Trang Hạ, Từ Sơn, Bắc Ninh

**Nguyen Thi Thuy Duong; Nguyen Thi Viet Nga; Nguyen Van Hai; Pham Thanh Tung; Nguyen Khac Duoc**

Current situation of the elderly's sleep quality in Pho Moi, Trang Ha, Tu Son, Bac Ninh

### **48. VŨ QUỲNH NHƯ; NGUYỄN ĐĂNG ĐIỆP**

Giải pháp đáp ứng nhu cầu xã hội trong đào tạo cử nhân Thể dục thể thao chuyên ngành Điền kinh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đến năm 2025 và tầm nhìn 2030

**Vu Quynh Nhu; Nguyen Dang Diep**

Solutions to satisfy social requirements in educating Bachelor in Athletics, Physical Education and Sports major at Bac Ninh Sports University until 2025 with a vision to 2030

### **53. TRẦN QUỐC HÙNG; ĐẬU ANH TUẤN; NGUYỄN VĂN LUẬN**

Cơ sở xây dựng các môn thể thao dân tộc vào chương trình Giáo dục thể chất cho học sinh, sinh viên trên địa bàn tỉnh Lâm Đồng

**Tran Quoc Hung; Dau Anh Tuan; Nguyen Van Luan**

Scientific basis for immigrating ethnic sports into the Physical Education program for pupils and university students in Lam Dong province

### **57. VŨ CHUNG THUY; MAI THỊ BÍCH NGỌC; NGUYỄN THANH TÙNG**

Thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội của nguồn nhân lực cử nhân Thể dục thể thao chuyên ngành Võ – Quyền anh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh giai đoạn 2015-2019

**Vu Chung Thuy; Mai Thi Bich Ngoc; Nguyen Thanh Tung**

Status of social demand satisfaction of human resources having Bachelor's degree in Martial Arts - Boxing major at the Bac Ninh Sports University in the period 2015-2019

**61. DƯƠNG THÁI BÌNH**

Định hướng đổi mới chương trình môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên không chuyên Trường Đại học Hồng Đức theo hướng đào tạo hướng dẫn viên Thể dục thể thao cấp cơ sở

**Duong Thai Binh**

Orientation to innovate the Physical Education curriculum for non-PE specialized students at Hong Duc University in the direction of training root-level sports instructors

**66. PHẠM ĐỨC VIỄN**

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

**Pham Duc Vien**

The current situation of Bachelor's degree training program content in Physical Education major at the Tay Bac University

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

Thực trạng nguồn nhân lực cử nhân TDTT chuyên ngành Bóng ném, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

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

The current situation of human resources having Bachelor's degree in Handball major at the Bac Ninh Sports University

**77. TRƯƠNG ĐỨC THẮNG; NGUYỄN THỊ THÙY DƯƠNG; NGUYỄN SONG TUẦN HẢI**

Thực trạng kết quả đào tạo cử nhân ngành Y sinh học Thể dục thể thao tại Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Truong Duc Thang; Nguyen Thi Thuy Duong; Nguyen Song Tuan Hai**

The actual results in the Bachelor degree Education program in the Biomedicine and Sports major at Bac Ninh Sports University

**80. MAI THỊ BÍCH NGỌC; PHAN ĐỨC THẮNG**

Xu hướng phát triển và dự báo nhu cầu nguồn nhân lực cử nhân TDTT chuyên ngành Võ – Quyền Anh Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh giai đoạn 2025 tầm nhìn 2030

**Mai Thi Bich Ngoc; Phan Duc Thang**

Development tendency and demand forecast for human resources having Bachelor's degree in Martial Arts - Boxing major at the Bac Ninh Sports University in the period 2025 with a vision to 2030

## PHẦN 2. GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO TRƯỜNG HỌC

**85. NGUYỄN MỸ VIỆT**

Thực trạng trình độ thể lực của học sinh các trường Trung học phổ thông trên địa bàn thành phố Tuyên Quang

**Nguyen My Viet**

The current state of physical fitness levels of high school students in Tuyen Quang city

**89. LƯƠNG LÊ NGỌC HẢI; LÊ QUỐC VIỆT; PHAN TRUNG KIÊN**

Lựa chọn bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nam sinh viên đội Bóng đá Trường Đại học Kinh tế Quốc Dân

**Luong Le Ngoc Hai; Le Quoc Viet; Phan Trung Kien**

Selection of exercises in order to develop speed endurance for male students in the National Economics University's football team

### 93. HOÀNG THỊ THÙY TRANG

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả huấn luyện kỹ thuật nhảy ném rổ cự ly xa của nam sinh viên Đội tuyển Bóng rổ Trường Đại học Điện lực

**Hoang Thi Thuy Trang**

Actual situation of factors affecting the training effectiveness of long-distance ball shooting technique for male students in Electric Power University's basketball team

### 97. NGÔ VĂN MẠNH

Lựa chọn biện pháp giáo dục định hướng giá trị lối sống cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

**Ngo Van Manh**

Choosing educational value-oriented lifestyle solutions for students at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

### 104. NGUYỄN VĂN TRUNG

Thực trạng công tác giáo dục thể chất tại Học viện An ninh nhân dân

**Nguyen Van Trung**

The current situation of physical education works at the People's Security Academy

### 110. NGUYỄN KIÊM SAO; CHU ĐỨC HIỀN; NGUYỄN VĂN QUANG

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho sinh viên học phần tự chọn Taekwondo Trường Đại học Kinh tế Quốc Dân

**Nguyen Kiem Sao; Chu Duc Hien; Nguyen Van Quang**

Choosing exercises to develop general physical strength for students in Martial Arts - Taekwondo class at the National Economics University

### 114. HÀ MẠNH HƯNG

Tìm hiểu thực trạng hoạt động tự nghiên cứu khoa học của sinh viên K67 Khoa Giáo dục thể chất – trường Đại học Sư phạm Hà Nội

**Ha Manh Hung**

Research on the status of self-research activities of K67 students at the Faculty of Physical Education - Hanoi National University of Education

### 119. CHU XUÂN TIẾN

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực chung của nữ sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

**Chu Xuan Tien**

Situation and causes affecting the general fitness level of female students at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

### 123. NGUYỄN XUÂN HƯƠNG

Thực trạng công tác giảng dạy và hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình của sinh viên chuyên ngành Golf Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Xuan Huong**

The current situation of teaching activities and the effectiveness of performing the ball hitting technique using medium iron bat of Golf-majoring students at Bac Ninh Sports University

### 128. VŨ THANH TÙNG

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ sức mạnh tốc độ cho nam học viên câu lạc bộ Karate Học viện An ninh nhân dân

**Vu Thanh Tung**

Developing standards used in assessing speed strength for male students at the Karate club, People's Security Academy

**131. ĐINH VĂN HẠNH**

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn Võ thuật Công an nhân dân cho nam học viên Học viện An ninh nhân dân

**Dinh Van Hanh**

Selecting and applying exercises to develop professional physical strength in Martial Arts subject for male students of People's Security Academy

**136. PHẠM TRƯỜNG NAM; HÀ THỊ LIÊN**

Thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của Học viện Thanh thiếu niên Việt Nam – phân viện Miền Nam

**Pham Truong Nam; Ha Thi Lien**

The reality of the extracurricular sports movement of the Vietnam Youth Academy - Southern branch

**141. CAO NGỌC THÀNH**

Lựa chọn và ứng dụng bài tập nâng cao trình độ tập luyện môn Bóng rổ cho sinh viên Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

**Cao Ngoc Thanh**

Selecting and applying exercises in order to improve the level of skills in basketball training for students majoring in Physical Education at the Hong Duc University

**145. NGÔ QUANG TRUNG; ĐỖ THỊ THU THÚY**

Đề xuất biện pháp nâng cao hứng thú trong giờ học Giáo dục thể chất cho sinh viên chuyên ngành ngôn ngữ Anh Học viện Tài chính Hà Nội

**Ngo Quang Trung; Do Thi Thu Thuy**

Proposing measures to increase interest in Physical Education classes for students majoring in English Language at the Hanoi Academy of Finance

**150. VŨ THANH TÙNG**

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam học viên câu lạc bộ Karate Học viện An ninh nhân dân

**Vu Thanh Tung**

Selecting and applying speed strength development exercises for male students at the Karate Club, People's Security Academy

**154. VÕ XUÂN THỦY; NGUYỄN MẠNH HÙNG; NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG**

Nâng cao năng lực dạy học thực hành môn Giáo dục thể chất theo hướng tiếp cận năng lực người học cho sinh viên Khoa Thể dục thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

**Vo Xuan Thuy; Nguyen Manh Hung; Nguyen Duc Truong**

Improving the teaching Physical Education proficiency in terms of practice, which follows the learner's ability approach, for students at the Faculty of Physical Education, University of Education - Thai Nguyen University

**158. LÊ VƯƠNG ANH; NGUYỄN DANH NAM**

Xây dựng tiêu chuẩn kiểm tra – đánh giá kết quả học tập thực hành cho sinh viên năm thứ nhất và năm thứ hai chuyên ngành Bóng bàn, Ngành Huấn luyện thể thao, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Le Vuong Anh; Nguyen Danh Nam**

Developing standards in testing and assessing learning outcomes in terms of practice for first- and second-year students majoring in Table Tennis and Sports Training at the Bac Ninh Sports University

### 162. TRẦN XUÂN GIANG

Thực trạng Chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của sinh viên Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

#### Tran Xuan Giang

Current situation of students' badminton extracurricular course at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

### 167. TRẦN THỊ HỒNG VIỆT

Hiệu quả ứng dụng các phương tiện hỗ trợ trong giảng dạy kỹ thuật cơ bản môn Bóng bàn cho sinh viên không chuyên ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### Tran Thi Hong Viet

Effectiveness of applying teaching-aids in teaching basic table tennis techniques for non-PE specialized students at the Bac Ninh Sports University

### 173. TÓNG THỊ THU HIỀN; ĐÀO VĂN THĂNG

Ứng dụng biện pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn học Quản lý hành chính nhà nước cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### Tong Thi Thu Hien; Dao Van Thang

Applying measures to improve the teaching and learning efficiency in the State Administration subject for students at the Bac Ninh Sports University

### 178. NGUYỄN DUY HÙNG

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên khối không chuyên Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

#### Nguyen Duy Hung

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

### 183. NGHIÊM THỊ GIANG; NGUYỄN TIẾN CHUNG; NGUYỄN VĂN THẠCH

Lựa chọn bài tập thể lực chuyên môn cho nam sinh viên chuyên ngành Vật năm thứ ba Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### Nghiem Thi Giang; Nguyen Tien Chung; Nguyen Van Thach

Selecting exercises in order to develop professional fitness for third-year male students majoring in Wrestling, Sport Training at the Bac Ninh Sports University

### 187. PHẠM CAO CƯỜNG

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên câu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp

#### Pham Cao Cuong

Selecting and applying exercises to develop professional fitness for male students in the Badminton club, University of Economics and Technical Industry

### 191. NGÔ THỊ THANH XUÂN

Ứng dụng biện pháp nâng cao kỹ năng mềm cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### Ngo Thi Thanh Xuan

Applying measures to improve student's soft skills at the Bac Ninh Sports University

### 197. VŨ MINH TÂN

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên Câu lạc bộ Bóng rổ Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp

**Vu Minh Tan**

Choosing and implementing exercises in order to develop speed strength for male students in the Basketball club, University of Economics and Technical Industry

**201. NGUYỄN XUÂN TRỌNG**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên Ngành Du lịch Trường Đại học Hồng Đức

**Nguyen Xuan Trong**

Choosing exercises to develop female students' general fitness at the Faculty of Tourism, Hong Duc University

**205. NÔNG VĂN ĐÔNG**

Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên câu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

**Nong Van Dong**

Choosing exercises to develop speed strength for male students in the Badminton club, University of Information and Communication Technology – Thai Nguyen University

**209. NGUYỄN THÀNH LONG**

Lựa chọn và đánh giá hiệu quả bài tập phát triển thể lực chuyên môn nội dung Nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Thanh Long**

Selecting exercises and evaluating the effectiveness of those exercises in developing professional physical strength in long jumping for male students majoring in Athletics, Bac Ninh Sports University

**214. LÊ THỊ GIANG**

Thực trạng hoạt động tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Ngành Sư phạm Mầm non Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

**Le Thi Giang**

The current situation of students' extracurricular sports activities at the Faculty of Kindergarten Education, Hanoi National University of Education

**221. NGUYỄN THỊ DIỆP LY**

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

**Nguyen Thi Diep Ly**

Selecting general physical development exercises for freshmen majoring in Physical Education, Hong Duc University

**226. ĐÔNG THỊ BÍCH HỒNG**

Lựa chọn và ứng dụng phương pháp tự học nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Dong Thi Bich Hong**

Selecting and applying self-study methods to improve the students' efficiency in learning the Theory and Methodology of Physical Education subject at Bac Ninh Sports University

**229. NGÔ HẢI HƯNG; NGÔ TRUNG DŨNG**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả kỹ thuật đánh bóng xoáy lên thuận và trái tay cho sinh viên chuyên ngành Quần vợt năm thứ nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

## **BÀI BÁO KHOA HỌC**

### **Ngo Hai Hung; Ngo Trung Dung**

Developing standards to evaluate the effectiveness of forehand and backhand topspin technique of freshmen majoring in Tennis at Bac Ninh Sports University

### **232. NGUYỄN TIẾN THẮNG**

Thực trạng công tác dạy học môn Võ thuật Công An Nhân dân cho Học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát Nhân dân I

#### **Nguyen Tien Thang**

The current situation in teaching People's Police Martial Arts to students at the People's Police College I

### **238. NGÔ GIANG NAM**

Lựa chọn giải pháp phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Y khoa Vinh

#### **Ngo Giang Nam**

Choosing solutions to develop students' extracurricular sports movements at Vinh Medical University

### **243. VŨ CÔNG LÂM; TRẦN THỊ NHU; TRẦN DUY THÀNH**

Ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn đá phản tống sau cho nam học sinh Đội tuyển Taekwondo Trường Trung học phổ thông Bình Thanh, Kiến Xương, Thái Bình

#### **Vu Cong Lam; Tran Thi Nhu; Tran Duy Thanh**

Application of exercises developing male student's speed strength in back kick in Taekwondo team, Binh Thanh High School, Kien Xuong, Thai Binh

### **247. NGUYỄN VĂN THẠCH; NGUYỄN THỊ KIM NGA**

Thực trạng và nguyên nhân dẫn đến các lỗi sai thường mắc trong thực hiện kỹ thuật tấn công khu vực trên lưới của sinh viên Chuyên ngành Cầu lông Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### **Nguyen Van Thach; Nguyen Thi Kim Nga**

The current situation and causes of students' common mistakes in the implementing on-net attack technique in Badminton major, Department of Physical Education, Bac Ninh Sports University

### **251. LÊ QUANG CHUNG**

Ứng dụng Tổ hợp bài tập Thể dục Aerobic nhằm nâng cao thể lực cho nữ sinh viên Ngành Quản trị Kinh doanh – Khách sạn nhà hàng Trường Đại học Khánh Hòa

#### **Le Quang Chung**

Application of aerobic exercise combination to improve fitness for female students in the Faculty of Business Administration - Hotel and Restaurants, Khanh Hoa University

### **255. PHẠM TUẤN HIỆP; LỘC ĐÌNH CƯƠNG; NGUYỄN XUÂN TUẤN**

Đề xuất biện pháp khai thác hiệu quả Internet và mạng xã hội phục vụ hoạt động học tập cho sinh viên hệ chính quy Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### **Pham Tuan Hiep; Loc Dinh Cuong; Nguyen Xuan Tuan**

Proposing measures to effectively exploit the Internet and social networks to serve learning activities for regular students at Bac Ninh Sports University

### **260. NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG; VŨ XUÂN THỦY; NGUYỄN THÀNH TRUNG**

Thực trạng năng lực thích ứng nghề nghiệp của sinh viên ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

**Nguyen Duc Trung; Vo Xuan Thuy; Nguyen Thanh Trung**

The current situation of career adaptability capacity of students majoring in Physical Education, Thai Nguyen University of Education

**267. CHU VƯƠNG THÌN; TRẦN VĂN HƯNG**

Ứng dụng bài tập phát triển sức bền tốc độ nội dung Chạy cự ly ngắn cho nam sinh viên ngành Giáo dục thể chất năm thứ nhất Trường Đại học Tây Nguyên

**Chu Vuong Thin; Tran Van Hung**

Application of exercises to develop endurance, speed, short distance running for male students majoring in Physical Education in the first year of Tay Nguyen University

**272. NGUYỄN VĂN TOÀN; CAO TRƯỜNG GIANG; LÊ TRỌNG ĐỘNG**

Đánh giá bộ đề kiểm tra giữa kỳ trắc nghiệm khách quan học phần Bóng rổ cho sinh viên Học viện Nông Nghiệp Việt Nam

**Nguyen Van Toan; Cao Truong Giang; Le Trong Dong**

Evaluation of the objective test midterm exam for the Basketball module for students of the Vietnam Academy of Agriculture

**278. PHÙNG ĐỨC THÀNH; NGUYỄN THỊ VIỆT ANGA**

Lựa chọn và đánh giá hiệu quả ứng dụng các bài tập phát triển sức mạnh tốc độ trong môn vượt vật cản cho học viên năm thứ 2 Trường Đại học Trần Quốc Tuấn (Trường Sĩ quan Lục quân 1)

**Phung Duc Thanh; Nguyen Thi Viet Nga**

Selecting and evaluating the effectiveness of applying exercises to develop strength and speed in obstacle course for 2nd year students of Tran Quoc Tuan University (Army Officer School 1)

**282. NGUYỄN XUÂN HƯỜNG; NGUYỄN HOÀNG TUẤN CƯỜNG**

Lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Xuan Huong; Nguyen Hoang Tuan Cuong**

Selecting exercises to improve the efficiency of hitting the average iron ball technique for students majoring in Golf, Bac Ninh Sports University

**286. NGUYỄN THỊ PHƯƠNG OANH; LÊ NGỌC NHUNG; NGÔ THÚY HƯƠNG**

Thực trạng học tập theo nhóm các môn học lý thuyết của sinh viên Trường Đại học thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Thi Phuong Oanh; Le Ngoc Nhung; Ngo Thuy Huong**

Actual situation of group study of theoretical subjects of students at Bac Ninh Sports University

**291. ĐINH HÙNG TRƯỜNG; ĐẶNG HOÀI AN; TRẦN THỊ PHƯƠNG THẢO**

Thực trạng các phương pháp giảng dạy môn Cầu lông cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế kỹ thuật công nghiệp

**Dinh Hung Truong; Dang Hoai An; Tran Thi Phuong Thao**

The current situation of teaching methods of badminton for students of the University of Industrial Economics and Technology

**295. LÊ NGỌC NHUNG**

Thực trạng năng lực sư phạm của sinh viên chuyên ngành Bóng rổ ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

## **BÀI BÁO KHOA HỌC**

**Le Ngoc Nhung**

Current status of pedagogical capacity of students majoring in Basketball in the Physical Education major, Bac Ninh Sports University

**299. DƯƠNG BÁ TUẤN**

Nghiên cứu bài tập phát triển thể lực chung cho nam sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Kinh doanh và Công nghệ Hà Nội

**Duong Ba Tuan**

Research on general physical fitness development exercises for first-year male students at Hanoi University of Business and Technology

**303. NGÔ HẢI HƯNG; TRẦN HUYỀN TRANG**

Lựa chọn phương tiện hỗ trợ chuyên môn hoàn thiện kỹ thuật đánh bóng xoáy lên thuận và trái tay cho sinh viên năm thứ nhất chuyên ngành Quần vợt ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Ngo Hai Hung; Tran Huyen Trang**

Selecting professional supplementary aids to perfect the forehand and backhand topspin technique for freshmen majoring in Tennis, Physical Education at Bac Ninh Sports University

## **PHẦN 3. HUẤN LUYỆN THỂ THAO**

**309. NGUYỄN ĐẠI DƯƠNG; PHẠM TUẤN HIỆP**

Khảo sát kết quả thi đấu của Đội tuyển Điền kinh Việt Nam tại các kì Asiad giai đoạn 2010-2018

**Nguyen Dai Duong; Pham Tuan Hiep**

Survey on the results of the Vietnam Athletics Team at the Asian Games in the 2010-2018 period

**315. ĐẶNG HOÀI AN; ĐINH HÙNG TRƯỜNG**

Diễn biến trình độ thể lực của nữ vận động viên Vật Đới tuyển trẻ quốc gia trong chu kỳ huấn luyện năm

**Dang Hoai An; Dinh Hung Truong**

Evolution of fitness level of female National Youth Team Wrestling athletes during the year training cycle

**319. ĐẶNG VĂN DŨNG**

Xác lập nội dung và phân phối Chương trình Huấn luyện năm thứ hai, giai đoạn Huấn luyện ban đầu cho các câu lạc bộ Cờ vua chuyên nghiệp miền Bắc

**Dang Van Dung**

Establish content and distribution of the Second Year Training Program, the Initial Training phase for Northern Professional Chess clubs

**323. TRẦN TRUNG KHÁNH; DƯƠNG VĂN PHƯƠNG**

Thực trạng công tác huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, Câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

**Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong**

Current status of professional endurance training for male tennis players aged 13-14 Thu Duc District, Ho Chi Minh City

**328. PHẠM TRƯỜNG NAM; HÀ THỊ LIÊN**

Nghiên cứu những lỗi sai thường mắc của nam vận động viên đội tuyển Bắn súng trẻ quốc gia Smolensk - Nga khi thực hiện Bắn súng ngắn hơi

**Pham Truong Nam; Ha Thi Lien**

Research on the common mistakes of male athletes from the Smolensk - Russia national youth shooting team when performing air pistol shooting

**333. NGUYỄN NGỌC TUẤN; NGUYỄN TIẾN CHUNG; NGUYỄN PHƯƠNG THẢO; VÕ VĂN CA**

Tương quan giữa phẩm chất ý chí và thành tích thi đấu của vận động viên chạy cự ly ngắn Đội tuyển Điền kinh trẻ Quốc gia Việt Nam tại Trung tâm Đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Ngoc Tuan; Nguyen Tien Chung; Nguyen Phuong Thao; Vo Van Ca**

Correlation between will quality and competition performance of short distance runners of Vietnam National Youth Athletics Team at Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University

**337. NGUYỄN VIỆT HỒNG; NGÔ THỊ HOA**

Lựa chọn và ứng dụng bài tập nâng cao chất lượng đòn đá thấp (low kick) trong Muay thái cho nữ vận động viên lứa tuổi 11 – 12 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu Thể thao Công an Nhân dân

**Nguyen Viet Hong; Ngo Thi Hoa**

Selection and application of exercises to improve the quality of low kicks in Muay Thai for female athletes aged 11-12, People's Public Security Sports Training and Competition Center

**341. TRƯƠNG THỊ HỒNG TUYẾN**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chuyên môn nâng cao thành tích chạy 4x100m cho đội tuyển Điền kinh nữ Trường Đại học Sư phạm Hà Nội

**Truong Thi Hong Tuyen**

Choosing exercises to develop professional fitness to improve running performance 4x100m for the women's track and field team of Hanoi National University of Education

**345. LƯU PHAN XUÂN HOÀNG**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nữ VĐV Đội tuyển trẻ Taekwondo tỉnh Khánh Hoà

**Luu Phan Xuan Hoang**

Developing standards for assessing physical fitness and technique of female athletes of Khanh Hoa province's Taekwondo youth team

**348. DƯƠNG VĂN PHƯƠNG; TRẦN TRUNG KHÁNH**

Lựa chọn bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

**Duong Van Phuong; Tran Trung Khanh**

Choosing exercises to develop professional endurance for male tennis players aged 13-14 Thu Duc District, Ho Chi Minh City

## **PHẦN 4. TÂM LÝ, Y SINH HỌC THỂ DỤC THỂ THAO**

**353. NGUYỄN HOÀNG MINH THUẬN; NGUYỄN THANH ĐẠM; NGUYỄN THỊ THANH TRÀ**

Sự biến đổi các chỉ số chức năng sinh lý của nữ vận động viên trẻ xe đạp đường trường tỉnh An Giang sau một năm tập luyện

## **BÀI BÁO KHOA HỌC**

**Nguyen Hoang Minh Thuan; Nguyen Thanh Dam; Nguyen Thi Thanh Tra**

Changes in physiological function indexes of young female road cyclists in An Giang province after one year of training

**357. LÊ XUÂN ĐIỆP; NGUYỄN LÊ MINH HUY; TRẦN ANH VƯƠNG; WANG XING**

Đánh giá sức khỏe tâm lý ở học sinh tiểu học - Nghiên cứu thử nghiệm cắt ngang tại Từ Sơn Bắc Ninh

**Le Xuan Diep; Nguyen Le Minh Huy; Tran Anh Vuong; Wang Xing**

Assessment of psychological health in primary school students - A cross-sectional trial in Tu Son Bac Ninh

**364. PHÙNG THỊ CÚC**

Thực trạng trở ngại tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng

**Phung Thi Cuc**

The reality of psychological obstacles in learning activities of first-year students at Da Nang Sport University

**370. NGUYỄN NGỌC MINH**

Thực trạng sức khỏe tâm thần hậu Covid-19 của sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội

**Nguyễn Ngọc Minh**

Post-Covid-19 mental health status of students at Vietnam National University, Hanoi

## **TIN TỨC, SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**

**375. PHẠM TUẤN DŨNG**

Bài tập thể dục nâng cao sức khỏe tại văn phòng làm việc

**Pham Tuan Dung**

Exercise to improve health at the office

## THỂ LỆ VIẾT VÀ GỬI BÀI

**1** Tạp chí khoa học Đào tạo & Huấn luyện thể thao công bố và giới thiệu các bài viết về các lĩnh vực:

- Lý luận và thực tiễn TDTT đăng tải các quan điểm lý luận về đào tạo và huấn luyện thể thao, các vấn đề về TDTT trong thực tiễn, đồng thời là diễn đàn trao đổi các thông tin mới, kiến thức chuyên ngành về đào tạo, huấn luyện TDTT.

- Bài báo khoa học: Công bố kết quả nghiên cứu các công trình khoa học thuộc các lĩnh vực: Giáo dục thể chất và thể thao trường học; Huấn luyện thể thao; Quản lý TDTT và thể thao cho mọi người; Y sinh - dinh dưỡng TDTT và Tâm lý học TDTT.

- Tin tức - sự kiện và nhân vật TDTT đăng tải các tin tức, sự kiện hay tổng kết các sự kiện và các nhân vật tiêu biểu của TDTT.

Nội dung công bố chưa được gửi đăng ở bất kỳ bản tin, tạp chí nào khác trong nước và quốc tế.

**2** Bài viết được soạn thảo trên máy vi tính, bản thảo gửi đăng gồm một bản in chính và một bản điện tử. Bài viết dài không quá 10 trang A4 (font chữ Time New Roman hoặc .vntime, cỡ chữ 13, cách dòng 1.5 lines, lề trái 3cm, lề phải 2 cm, lề trên và dưới 2.5cm). Hình vẽ minh họa hoặc ảnh (nếu có) trình bày với kích thước không quá 7x14cm. Minh họa được chia làm hai loại: Hình và bảng. Bản thảo nếu có minh họa phải đặt đúng vị trí và chú thích rõ ràng.

**3** Bài viết, biên dịch được trình bày rõ ràng, dùng thuật ngữ khoa học, các đơn vị đo lường được sử dụng theo quy định do Nhà nước ban hành. Các thuật ngữ khoa học nếu chưa được việt hóa thì ưu tiên dùng nguyên bản tiếng Anh.

**4** Cấu trúc bài viết:

- Với bài viết thuộc phần 1 - Lý luận và thực tiễn TDTT và phần 3 - Tin tức, sự kiện và nhân vật cần ghi rõ tên tác giả, học hàm, học vị, đơn vị công tác và số điện thoại liên lạc để trao đổi nội dung bài viết và thông tin về tình hình sử dụng bài viết. Với các bài dịch, cần ghi rõ nguồn dịch.

- Với các bài báo khoa học cần đầy đủ các phần:  
+ Tên bài báo: (bằng tiếng Việt và tiếng Anh).  
+ Tác giả bài báo (ghi rõ học hàm, học vị, họ và tên, đơn vị công tác, địa chỉ liên lạc, số điện thoại liên lạc)  
+ Tóm tắt (bằng tiếng Việt và tiếng Anh).  
+ Từ khóa (bằng tiếng Việt và tiếng Anh).  
+ Đặt vấn đề  
+ Phương pháp nghiên cứu  
+ Kết quả nghiên cứu và bàn luận  
+ Kết luận  
+ Tài liệu tham khảo (Tài liệu tham khảo không quá 10 đơn vị, được trình bày theo quy định nghiên cứu khoa học hiện hành).

+ Nguồn bài báo (Bài báo được trích từ công trình nghiên cứu khoa học nào? cấp nào? đã hoàn thành chưa? Thời gian nghiệm thu?)

Mỗi bài viết bằng tiếng Việt Nam khi đăng tải trên tạp chí nộp kinh phí là 700.000đ với số thường kỳ, 1.000.000đ với số đặc biệt và 100USD với bài đăng Tiếng Anh.

**5** Bài viết được gửi thường xuyên, không hạn chế về số lượng bài.

Tình hình sử dụng bài đăng sẽ được thông báo với tác giả thông qua số điện thoại trên bài viết. Bài không đăng không trả lại bản thảo.

**6** Mỗi tác giả được tặng 01 cuốn tạp chí có bài đăng.

Tạp chí khoa học Đào tạo & Huấn luyện thể thao không nhận đăng các bài viết không đúng với các quy định nói trên.

◆ Mọi giao dịch đề nghị liên lạc theo địa chỉ: Ban biên tập tạp chí khoa học Đào tạo & Huấn luyện thể thao, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh.

◆ Địa chỉ: Phường Trang Hạ, Thành phố Từ Sơn, Bắc Ninh.  
Điện thoại: 0222 2217765

TS. Mai Thị Bích Ngọc (0988 844943)

Email: tapchikhoahoc.upes1@gmail.com

◆ Tạp chí khoa học Đào tạo & Huấn luyện thể thao được in thành 1.500 cuốn, tại Công ty TNHH kỹ nghệ in Ngôi Sao. Địa chỉ: Số 2, tổ 45, Phường Láng Thượng, Quận Đống Đa, Hà Nội. Nộp lưu chiều quý IV năm 2022.

Tap chi KHOA HOC

**ĐÀO TẠO VÀ HUẤN LUYỆN THỂ THAO**

**PHIẾU ĐẶT TẠP CHÍ**

Họ và tên:.....

Địa chỉ: .....

Tel: .....Fax.....

Từ số.....Đến số.....Số lượng.....Quyển/kỳ



**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/2022**

