

# 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

Nguyễn Xuân Hoàng<sup>(1)</sup>  
Nguyễn Hoàng Tuấn Cường<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Dựa vào các phương pháp nghiên cứu thường quy trong lĩnh vực TDTT chúng tôi đã xác định được 9 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 TDTT Bắc Ninh. Bước đầu ứng dụng trong thực tế cho thấy, các bài tập được lựa chọn đã mang lại hiệu quả cao khi thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf ngành Huấn luyện thể thao sau 1 năm học.

**Từ khóa:** Bài tập, hiệu quả, kỹ thuật, đánh bóng, chuyên ngành Golf...

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

**Summary:** Based on conventional research methods in the field of sport, we have identified 9 exercises to improve the performance of the average iron hitting technique for students majoring in Golf, Bac Ninh Sports University Initial application in practice shows that the selected exercises have brought high efficiency when performing the technique of hitting the average iron for golf students majoring in Sports Training after 1 year of study.

**Keywords:** Exercises, effects, techniques, batting, golf majors.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong số các loại gậy Golf, gậy sắt là loại gậy đóng vai trò vô cùng quan trọng, có số lượng gậy nhiều nhất, được sử dụng để thực hiện các cú swing hay cú đánh ở khoảng cách ngắn, xung quanh khu vực fairway và green. Một bộ gậy có từ 7 đến 9 cây. Gậy sắt thường được đánh số từ 3 đến 9, trong đó, số gậy càng thấp thì gậy sẽ càng dài và tốc độ vung gậy sẽ nhanh, khoảng cách đi của bóng sẽ càng dài và ngược lại.

Đối với sinh viên chuyên ngành Golf tại Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, kỹ thuật đánh bóng bằng gậy sắt, đặc biệt là gậy sắt có số từ 6 đến 9, được sử dụng để đánh bóng ở khoảng cách trung bình từ vị trí bóng đến lỗ Golf, là kỹ thuật cơ bản, nền tảng xuyên suốt chương trình học chuyên ngành.

Qua quan sát cho thấy, việc thực hiện kỹ

thuật đánh bóng của các em còn nhiều hạn chế, mà nguyên nhân chủ yếu là do các bài tập hiện nay đang sử dụng chưa thực sự mang lại hiệu quả. Xuất phát từ thực tiễn đó, chúng tôi tiến hành tìm hiểu và 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

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp: Phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; quan sát sự phạm; kiểm tra sự phạm; thực nghiệm sự phạm và toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình và các test đánh giá hiệu quả cho sinh viên chuyên ngành Golf, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

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

<sup>(2)</sup>ThS, Khoa GDTC, Trường Đại học Sư Phạm TP. HCM

**1.1. Lựa chọn các bài tập nâng cao hiệu quả kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Qua tham khảo tài liệu, quan sát sư phạm và phỏng vấn, tọa đàm trên diện rộng với các chuyên gia, giảng viên giảng dạy môn Golf, chúng tôi đã lựa chọn được 9 bài tập có tác dụng nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho đối tượng nghiên cứu, gồm: Tay không gậy ngón cái chỉ lên trời; tay không gậy hai tay vắt chéo kéo ngược; bài tập với xô; đánh vào bao cát; tung bóng Golf xa; tập đánh bóng tay không; luyện đưa gậy với đầu gậy chạm rốn (bụng); luyện tập thu gậy bằng gậy thật và luyện tập động tác tổng hợp.

\* Cách thức thực hiện các bài tập

**Bài tập 1.** Tay không gậy ngón cái chỉ lên trời: Trong quá trình kéo gậy, hai tay ép sát vào hông, ngón cái duỗi thẳng, đồng thời hướng lên trên. Thông qua bài tập này có thể luyện tập thành thói quen tạo ra đường đi và mặt phẳng vùng gậy lý tưởng. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 2.** Tay không gậy hai tay vắt chéo kéo ngược: Hai cánh tay vắt chéo, tay trái đặt lên trên tay phải và thực hiện từng giai đoạn của kỹ thuật kéo gậy (nhấc gậy). Nếu nhìn vào gương tập luyện có thể thấy vai trái kết thúc động tác ở phía trên hông bên phải. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 3.** Bài tập với xô:

- Dụng cụ: Xô nhựa đựng nước.

- Cách thực hiện: Khi tập động tác kéo gậy, hai tay cầm xô nước đưa từ trước ra sau, cố gắng không để nước tràn ra ngoài. Bài tập này mục đích kết hợp động tác giữa tay, cánh tay và vai. Nếu chỉ dùng lực của cánh tay sẽ làm đổ nước. Thực hiện liên tục 10 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 4.** Đánh vào bao cát:

- Dụng cụ: Gậy Golf, bao cát hoặc bao đồ phế liệu mềm.

- Cách thực hiện: Thực hiện động tác đánh bóng vào bao cát hoặc bao đồ phế liệu mềm, từ đó cảm nhận được sự va chạm của gậy ở cuối động tác kỹ thuật, luyện tập thói quen dùng lực từ thân phải và thân trái làm trụ, đồng thời kiểm

tra tư thế vai và mặt gậy khi vào bóng. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 5.** Tung bóng Golf xa:

- Dụng cụ: Thước dây, bóng Golf, nắm đánh đầu

- Cách thực hiện: Thực hiện động tác chuẩn bị cơ bản nhưng tay cầm bóng. Khi kết thúc động tác, tung bóng đi để cảm nhận sự phát lực từ thân phải. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 6.** Đánh bóng tay không:

- Dụng cụ: Thảm tập

- Cách thực hiện: Làm động tác chuẩn bị chuẩn, hai tay đưa ngang sang hai bên song song với mặt đất. Giữ vững tư thế cột sống, tay phải đưa cao đến vị trí đỉnh điểm rồi thả rơi. Khi tay phải xuống đến vị trí ngang mặt đất thì tay trái đồng thời thả theo và vỗ vào nhau, cảm nhận việc phát lực đơn độc ở từng bên và sự va chạm ở vị trí đánh bóng. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 7.** Luyện đưa gậy với đầu gậy chạm rốn (bụng):

- Dụng cụ: Thảm tập, gậy Golf

- Cách thực hiện: Chống cán gậy vào phần giữa bụng (rốn), cầm chặt vào thân gậy làm động tác chuẩn bị. Luyện tập kỹ thuật đưa gậy từ vị trí ban đầu tới vị trí đưa gậy. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 8.** Luyện tập thu gậy bằng gậy thật:

- Dụng cụ: Thảm tập, gậy Golf

- Cách thực hiện: Cầm gậy bình thường, tập động tác từ tư thế ban đầu đưa tới vị trí thu gậy. Thực hiện liên tục 15 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

**Bài tập 9.** Luyện tập động tác tổng hợp:

- Dụng cụ: Thảm tập, gậy Golf, dụng cụ giống gậy Golf có trọng lượng nặng hơn.

- Cách thực hiện: Chia động tác vung gậy thành nhiều giai đoạn nhỏ để luyện tập động tác và kiểm tra các vị trí, đồng thời dùng gậy ở mỗi vị trí khoảng 3-5 giây. Nếu có tố chất sức mạnh tương đối tốt có thể dùng loại gậy tương đối nặng để tập luyện sẽ có tác dụng tốt hơn. Mỗi động tác đều cần chú ý tới cảm giác cơ bắp của các bộ phận cơ thể, cũng có thể kết hợp nhắm mắt làm động tác. Thực hiện liên tục 10 lần/2 phút, nghỉ quãng 30 giây (làm 3 tổ).

## BÀI BÁO KHOA HỌC

### 1.2. Lựa chọn các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Bằng phương pháp tham khảo tài liệu, phỏng vấn các chuyên gia, giảng viên và kiểm định độ tin cậy, tính thông báo của các test, chúng tôi đã lựa chọn được 4 test đánh giá hiệu quả kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình của sinh viên chuyên ngành Golf, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

### 2. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các bài tập trong giảng dạy

#### 2.1. Tổ chức thực nghiệm

Thực nghiệm được tiến hành trên 8 sinh viên chuyên ngành Golf ngành Huấn luyện thể thao bằng phương pháp tự đối chiếu.

Thời gian thực nghiệm: 2 học kỳ năm học 2019-2020 với 26 tuần.

Trong quá trình tổ chức thực nghiệm, các bài tập mà chúng tôi lựa chọn được sắp xếp trong phần cơ bản và phần thể lực của giáo án tập luyện (với khoảng thời gian 70 phút/ mỗi giáo án).

Tiến trình thực nghiệm được trình bày tại bảng 1.

#### 2.2. Đánh giá hiệu quả của bài tập

Việc đánh giá hiệu quả các bài tập được chúng tôi tiến hành làm 2 đợt: Cuối học kỳ 1 và cuối học kỳ 2. Kết quả tự đối chiếu thành tích kiểm tra được trình bày tại bảng 2 và bảng 3.

Kết quả bảng 2 cho thấy, kết quả kiểm tra các test của sinh viên đều có sự thay đổi rõ rệt theo chiều hướng tăng lên, tuy nhiên khi sử dụng tham số để so sánh kết quả kiểm tra trước và

**Bảng 1. Tiến trình thực nghiệm các bài tập**

Mã bài tập Tuần	BT 1	BT 2	BT 3	BT 4	BT 5	BT 6	BT 7	BT 8	BT 9
1	x		x			x		x	
2		x		x			x		x
3			x		x			x	
4	x			x		x			x
5		x			x		x		
6	x			x		x			x
7		x			x		x		
8	x		x			x		x	
9		x		x			x		x
10			x		x			x	
11	x	x				x	x		
12			x	x				x	x
13	x				x	x			
14		x	x				x	x	
15				x	x				x
16	x	x				x	x		
17				x	x				x
18	x		x			x		x	
19		x	x				x	x	
20				x	x				x
21	x		x			x		x	
22		x		x			x		x
23			x		x			x	
24	x			x		x			x
25		x			x		x		
26	x		x			x		x	

**Bảng 2. Kết quả tự đối chiếu thành tích kiểm tra sau 10 tuần thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu (n = 8)**

Các test	Trước TN (x ± δ)	Sau TN (x ± δ)	t <sub>tính</sub>	P
Tung bóng xa (m)	24.6 ± 2.89	26.1 ± 2.67	1.379	>0.05
Đánh bóng điểm rơi 10 lần (quả)	7.33 ± 0.81	7.72 ± 0.62	1.772	>0.05
Đánh bóng hành lang dọc 10 lần (quả)	6.7 ± 1.02	7.2 ± 0.75	2.466	<0.05
Đánh bóng hành lang ngang 10 lần (quả)	6.4 ± 0.75	6.8 ± 0.74	2.535	<0.05

**Bảng 3. Kết quả tự đối chiếu thành tích kiểm tra sau một năm thực nghiệm của đối tượng nghiên cứu (n = 8)**

Các test	Trước TN (x ± δ)	Sau TN (x ± δ)	t <sub>tính</sub>	P
Tung bóng xa (m)	24.6 ± 2.89	27.6 ± 2.35	3.684	<0.05
Đánh bóng điểm rơi 10 lần (quả)	7.33 ± 0.81	7.98 ± 1.12	3.673	<0.05
Đánh bóng hành lang dọc 10 lần (quả)	6.7 ± 1.02	7.82 ± 1.05	4.617	<0.05
Đánh bóng hành lang ngang 10 lần (quả)	6.4 ± 0.75	7.83 ± 1.14	4.659	<0.05

sau thực nghiệm thì còn 2 test chưa có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng xác suất  $p > 0.05$  là tung bóng xa và đánh bóng điểm rơi 10 lần.

Kết quả kiểm tra sau 1 năm thực nghiệm tại bảng 3 cho thấy, kết quả kiểm tra các test sau thực nghiệm cao hơn so với thời điểm trước thực nghiệm thể hiện ở  $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$  ở ngưỡng xác suất  $P < 0.05$ .

Tóm lại, sau 1 năm học tiến hành thực nghiệm của đề tài trên đối tượng là sinh viên chuyên ngành Golf ngành HLTT Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả kiểm tra ở đối tượng nghiên cứu đã có thành tích cao hơn hẳn. Điều này chứng minh rằng các bài tập mà đề tài đã lựa chọn để giảng dạy, nhằm nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf ngành HLTT của Trường Đại học TDTT Bắc Ninh, đã mang lại hiệu quả cao hơn so với các bài tập mà trước đây vẫn ứng dụng.

### KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã xác định được 9 bài tập có tác dụng nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho sinh viên chuyên ngành Golf, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Bước đầu ứng dụng trong thực tế và đánh giá hiệu quả cho thấy, các bài tập đã mang lại kết quả cao trong việc nâng cao hiệu quả thực

hiện kỹ thuật đánh bóng gậy sắt trung bình cho đối tượng nghiên cứu.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hiệp hội Golf Việt Nam (2016), *Luật Golf và luật về tư cách nghiệp dư*, Nxb Hồng Đức, Thanh Hóa.
2. Nguyễn Lê Huy, Nguyễn Xuân Hường (2016), *Giáo trình Golf*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Nguyễn Xuân Sinh và các cộng sự (1999), *Phương pháp nghiên cứu khoa học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
5. 孙班军 (2012), *高尔夫球俱乐部管理*, 人民体育出版社, 北京.

(Bài nộp ngày 4/11/2022, Phản biện ngày 24/11/2022, duyệt in ngày 2/12/2022)

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Xuân Hường  
Email: huongnxsport@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 BẠN**

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 ANGA; NGUYỄN VĂN HẢI; PHẠM THANH TÙNG; NGUYỄN KHẮC DƯỢC**

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 TĐTT 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 TĐTT 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 HƯỜNG**

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 ĐỒNG**

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. ĐỒNG 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

**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 HƯƠNG; NGUYỄN HOÀNG TUẤN CƯƠNG**

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

**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 bổ 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

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

- 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 TDDT và thể thao cho mọi người; Y sinh - dinh dưỡng TDDT và Tâm lý học TDDT.

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

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 TDDT 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.

Tạp chí KHOA HỌC

**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**

