

ĐÁNH GIÁ NHẬN THỨC VỀ HOẠT ĐỘNG THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO ĐÀ NẴNG

ThS. Đỗ Thị Hạnh¹

Tóm tắt: Hoạt động thể chất chịu ảnh hưởng bởi kiến thức của một người về lợi ích của các hoạt động thể chất cũng như thái độ tích cực đối với việc tham gia vào các hoạt động như vậy. Mục tiêu của nghiên cứu cắt ngang mô tả không có đối chứng này là đánh giá kiến thức và thái độ liên quan đến Hoạt động thể chất trong số sinh viên tại Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng. Kết quả thu được cho thấy, tỷ lệ sinh viên trả lời “có” cho hai câu hỏi còn lại lần lượt = 89.44 và 78.17%; >80% sinh viên đồng ý với 6/7 câu hỏi về thái độ. Tuy nhiên, có tới 61% sinh viên vẫn tin rằng hoạt động thể chất không có nhiều tác dụng trong khi 28.17% vẫn giữ thái độ trung lập và chỉ có 10.56% không đồng ý về vấn đề này. Kết quả nghiên cứu này cho thấy phần lớn sinh viên Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng có kiến thức và thái độ khá tốt đối với hoạt động thể chất.

Từ khóa: Hoạt động thể chất, sinh viên, kiến thức, thái độ, Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng.

Abstract: Physical activity is influenced by a person's knowledge of the benefits of physical activities as well as positive attitudes towards participating in such activities. The objective of this cross-sectional, non-controlled study was to assess knowledge and attitudes related to physical activity among students at Da Nang University of Sports. The results showed that the proportion of students who answered “yes” to the remaining two questions = 89.44 and 78.17%, respectively; >80% of students agreed with 6/7 questions about attitudes. However, up to 61% of students still believe that physical activity is not very effective while 28.17% remain neutral and only 10.56% disagree on this issue. The results of this study show that the majority of students at Da Nang University of Sports have quite good knowledge and attitudes towards physical activity.

Keywords: Physical activity, students, knowledge, attitude, Da Nang University of Sports.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tổ chức Y tế Thế giới định nghĩa hoạt động thể chất (HĐTC) là bất kỳ chuyển động nào của cơ thể do cơ xương tạo ra, đòi hỏi phải tiêu hao năng lượng và có thể được thực hiện ở nhiều cường độ khác nhau, bao gồm cả các hoạt động sống (đi lại, làm việc nhà hoặc các hành vi phát sinh sự biến đổi thể chất) hoặc khi tham gia các hoạt động thể dục hoặc thể thao. HĐTC thường xuyên đã được nghiên cứu nhiều và được nhiều nhà chuyên môn chứng minh, cũng được WHO xác định là có thể giúp ngăn ngừa và điều trị các bệnh không lây nhiễm như bệnh tim, đột quỵ, tiểu đường và ung thư, cũng như cải thiện các yếu tố liên quan đến sức khỏe tinh thần, nâng cao chất lượng cuộc sống và cảm giác hạnh phúc. Các nghiên cứu chuyên môn cũng chứng minh, ít hoặc lười HĐTC là yếu tố dẫn đến tăng cao nguy cơ tử vong đứng thứ tư trong số các nguyên nhân dẫn đến tử vong của con người. Chính vì vậy, HĐTC đã được xác định là một trong những yếu tố quan trọng và nhận được sự quan tâm lớn trong các công tác

chăm sóc sức khỏe cộng đồng trên thế giới.

WHO cũng xác nhận, HĐTC ở các thanh niên giảm sau khi nhập học đại học, xu hướng này đang gia tăng nhưng chưa có báo cáo nào thật sự đủ tin cậy và vĩ mô để chứng minh. Trong thực tế, khi bước chân vào các trường đại học, khối lượng công việc học tập và các trải nghiệm cuộc sống tương lai dẫn đến nhiều sinh viên (SV) thiếu thời gian cho rất nhiều mảng công việc khác nhau của bản thân. Trong đó cũng có các báo cáo cho thấy SV do thiếu thời gian học tập nên hạn chế rất nhiều các giới hạn cuộc sống, trong đó có việc tham gia các HĐTC và thể thao. Ngoài ra, do sự phát triển của khoa học công nghệ và sự hội nhập của Việt Nam với thế giới gần đây, thanh niên nói chung và SV nói riêng ngày càng tham gia nhiều vào các hoạt động ít vận động như sử dụng điện thoại di động và mạng xã hội. Cùng với sự du nhập của các lối sống không lành mạnh trên thế giới, thanh niên và SV có tỷ lệ nhận thức bản thân kém hơn, thiếu kỷ luật bản thân và tham gia các loại hành vi thiếu lành mạnh đối với sức khỏe cá

1: Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng

nhân như: Hút thuốc lá, chơi games, sử dụng mạng internet nhiều hơn, lịch sinh hoạt thiếu khoa học,... Các yếu tố tổng hòa này là nguyên nhân chính dẫn đến các ảnh hưởng tiêu cực về sức khỏe, chất lượng cuộc sống và tinh thần lành mạnh.

HĐTC tích cực ngoài hiệu quả bảo vệ sức khỏe, cũng đã được WHO khuyến cáo dùng như một biện pháp hiệu quả để tăng cường khả năng nhận thức và hiệu quả học tập bền vững đối với các thể hệ học sinh và SV. Các khuyến cáo về sức khỏe cho rằng nên để SV tham gia nhiều hơn vào các HĐTC từ 1.0 đến 1.5 giờ/1 ngày cho các HĐTC trung bình, vừa phải đến mạnh nhằm đảm bảo các giá trị sức khỏe tương lai tối ưu đối với lứa tuổi này.

Tuy nhiên, HĐTC của cá nhân bị ảnh hưởng bởi kiến thức của họ về lợi ích của HĐTC cũng như thái độ của họ đối với việc tham gia vào hoạt động đó. Do đó, việc nâng cao kiến thức của SV về các HĐTC và tích cực bồi dưỡng thái độ của họ đối với các HĐTC trở nên rất quan trọng để thúc đẩy lối sống lành mạnh trong tương lai. Mục đích của nghiên cứu này là đánh giá nhận thức, kiến thức, thái độ về thể thao trường học của SV Trường Đại học Thể dục Thể thao Đà Nẵng (T.ĐHTDĐT.ĐN). Kết quả có ý nghĩa thực tiễn với các giá trị thể thao trường học của SV T.ĐHTDĐT.ĐN, đồng thời cũng có ý nghĩa vĩ mô trong việc xác định các kế hoạch phát triển lượng HĐTC cộng đồng trong tương lai.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu này được tổ chức theo kiểu nghiên cứu cắt ngang mô tả không có đối chứng. Các phương pháp cơ bản được sử dụng gồm có: Phương pháp phân tích tài liệu, Phỏng vấn, Quan sát và Toán học Thống kê. Thời gian nghiên cứu được tiến hành vào cuối năm học 2024-2024 đến hết kỳ I năm học 20024-2025 tại T.ĐHTDĐT.ĐN. Tổng số 164 SV đã phản hồi tự nguyện tham gia nghiên cứu, số SV này gồm tất cả các năm học chính quy. Giới hạn nghiên cứu xác định các SV có ý thức học tập từ trung bình đến khá nhằm loại trừ các ý kiến đặc biệt (loại trừ nhóm kém và nhóm giỏi) nhằm đảm bảo các giá trị kết quả ở mức trung bình và có tính đại diện cho đa số. Từ tiêu chí loại bỏ, 22 SV đã bị loại khỏi chương trình nghiên cứu (trong đó có 7 SV thuộc nhóm giỏi, 15 SV thuộc nhóm có kết quả học tập kém, dưới mức trung bình), tổng số SV được đánh giá cuối cùng = 142.

Nghiên cứu đã thiết kế 01 bảng hỏi thu thập thông tin cá nhân (nhân khẩu học), cùng với 01 bảng hỏi được điều chỉnh phù hợp từ các tài liệu nghiên cứu nhằm điều tra nhận thức của các SV về kiến thức và thái độ của SV tham gia liên quan đến HĐTC.

Việc thu thập kết quả được thực hiện thông qua phỏng vấn trực tiếp kết hợp phỏng vấn điện tử, tỷ lệ phỏng vấn trực tiếp chiếm 82.4% (117 SV), còn lại là phỏng vấn điện tử.

Dữ liệu nghiên cứu được tổng hợp và xử lý bằng Excel 2013. Các mô tả cơ bản gồm: Tần suất, phần trăm, giá trị trung bình và độ lệch chuẩn. Giá trị 0.05 được xác định là ngưỡng xác suất cho tất cả các phân tích có liên quan.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Cơ sở lý luận của vấn đề nghiên cứu

Một số quan điểm khác nhau đã được tìm thấy từ các tài liệu nghiên cứu trong và ngoài nước. Tuy nhiên, các yếu tố HĐTC ở SV được tìm thấy rất hạn chế, thêm vào đó các công cụ đánh giá khác nhau dẫn đến rất khó xác định giá trị tin cậy tối ưu của từng loại phương pháp.

Đối với SV Việt Nam, một nghiên cứu của Nguyễn Thị Thảo Ngân và các cộng sự (2023) xác nhận: Mức độ không HĐTC ngày càng gia tăng có tác động tiêu cực đến mọi mặt của xã hội. Ngoài ra, hơn một nửa tổng số SV tham gia nghiên cứu có mức độ HĐTC thấp với tỷ lệ chiếm 52.4%, trong khi mức độ HĐTC trung bình và cao lần lượt là 37.3% và 10.3%. Nghiên cứu tìm thấy mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa HĐTC và yếu tố giới tính với $p=0.0013$. Nghiên cứu chưa ghi nhận mối liên quan với các yếu tố còn lại là năm học, tham gia câu lạc bộ, phân loại BMI và nơi ở hiện tại ($p>0.05$).

Một nghiên cứu khác của tác giả Lê Minh Đạt và cộng sự (2024) được tiến hành theo dạng nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 492 SV bằng bộ công cụ GPAQ. Phân loại hoạt động thể lực dựa trên MET-phút/tuần và theo mức khuyến nghị của WHO. Sử dụng biểu đồ forest plot để phân tích một số yếu tố liên quan. Kết quả thu được cho thấy chỉ có 35.6% SV đạt mức khuyến nghị HĐTC của WHO trong thời gian giãn cách xã hội vì dịch bệnh COVID ở Việt Nam, 57.5% SV HĐTC đạt khuyến nghị của WHO trong thời gian sau khi giãn cách xã hội.

Tác giả Nguyễn Hữu Lực trong báo cáo của mình (2021) cho rằng việc sử dụng thời gian nhiều hơn cho việc ngồi (giải trí tĩnh, học tập), ngoài ra các kế hoạch học tập cũng có thể được xem xét như một trong các yếu tố thúc đẩy thói quen ngồi và các hành vi ít vận động khác. Các hạn chế về mặt xã hội hoặc môi trường sống có thể là điều kiện thúc đẩy lối sống thiếu tích cực về HĐTC và các hành vi ít vận động (sống 1 mình, cách biệt với tập thể,...).

Một số nghiên cứu nước ngoài được tìm thấy cũng ghi nhận các kết quả đánh giá rõ ràng. Một

nguyên cứu mô tả cắt ngang được tiến hành vào năm 2022 tại Nam Phi đã đánh giá mối quan hệ giữa mức HDTC và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe (HRQoL) trong số 262 SV đại học về GDTC. Kết quả cho thấy tình trạng ít vận động ở một phần tư số SV cùng với tình trạng béo phì và mức HDTC là những yếu tố dự báo đáng kể về HRQoL. Kết quả cũng cho thấy khả năng gia tăng tỷ lệ mắc các bệnh không lây nhiễm ở SV do tác động kết hợp của tình trạng ít vận động và béo phì lên HRQoL.

Một cuộc khảo sát cắt ngang được thực hiện trong số 2.324 SV từ ba trường đại học vào năm 2022 tại Trung Quốc cho thấy thành tích học tập kém có liên quan đến thể lực tổng thể thấp. Xác suất có kết quả học tập kém thấp hơn đáng kể ở những SV có thể

lực cao so với những SV có thể lực thấp.

2.2. Kết quả nghiên cứu

Đặc điểm nhân khẩu học xã hội của SV T.ĐHTDĐT.ĐN tham gia nghiên cứu được thể hiện qua bảng 1.

Kết quả thu được từ bảng 1 cho thấy: Tuổi trung bình của SV tham gia nghiên cứu = 20.37 tuổi ($SD \pm 2.36$). Trong số 142 SV, số SV Nam = 97 (=68.31%), số SV đến từ vùng nông thôn = 106 (=74.65%), số SV không theo tôn giáo nào = 94 (=66%), số SV cho biết nguồn kinh tế chính của gia đình mình là nông nghiệp = 86 (=60.56%).

Đặc điểm kiến thức về HDTC của SV T.ĐHTDĐT.ĐN tham gia nghiên cứu được thể hiện qua bảng 2.

Kết quả thu được từ bảng 2 cho thấy: Trong số

Bảng 1. Đặc điểm nhân khẩu học của SV Trường Đại học TDTT Đà Nẵng tham gia nghiên cứu (n=142)

Biến		n	%
Tuổi	20.37 ± 2.36 (năm)		
Giới tính	Nữ	45	31.69
	Nam	97	68.31
Nơi cư trú	Nông thôn	106	74.65
	Thành thị	36	25.35
Dân tộc	Công giáo	7	4.9
	Thiên chúa	6	4.2
	Phật	11	7.7
	Tin lành	17	12
	Cao đài	3	2.1
	Không	94	66
	Khác	4	2.8
Nguồn thu nhập chính của gia đình	Nông nghiệp	86	60.56
	Kinh doanh	20	14.08
	Dịch vụ	22	15.49
	Hợp đồng/Tiền lương	6	4.23
	Khác	8	5.63

Bảng 2. Kiến thức về HDTC của SV Trường Đại học TDTT Đà Nẵng tham gia nghiên cứu (n=142)

TT	Biến	Có [n(%)]	Không [n(%)]
1	HDTC cải thiện thể lực hiếu khí tổng thể	135 (95.07)	7 (4.93)
2	HDTC cải thiện sức khỏe tinh thần	137 (96.48)	5 (3.52)
3	HDTC cải thiện tình trạng béo phì	138 (97.18)	4 (2.42)
4	HDTC cải thiện giấc ngủ	136 (95.77)	6 (4.23)
5	HDTC làm giảm tỷ lệ mắc bệnh tiểu đường	127 (89.44)	15 (10.55)
6	HDTC làm giảm tỷ lệ mắc bệnh tăng huyết áp	128 (90.14)	14 (9.86)
7	HDTC làm giảm các loại ung thư	111 (78.17)	31 (21.83)

bảy câu trả lời về kiến thức, tỷ lệ ý kiến có tính tập trung cao, với 5 câu hỏi có trên 90% ý kiến đồng ý, cụ thể là: 138 ý kiến (=97.18%) trả lời rằng HĐTC cải thiện tình trạng béo phì; 137 ý kiến (=96.48%) trả lời rằng HĐTC cải thiện sức khỏe tinh thần; 136 ý kiến (=95.77%) trả lời rằng HĐTC cải thiện giấc ngủ; 135 ý kiến (=95.07%) trả lời rằng HĐTC cải thiện thể lực hiếu khí tổng thể; 128 ý kiến (=90.14%) trả lời rằng HĐTC làm giảm tỷ lệ tăng huyết áp. Trong số 2 câu trả lời còn lại tỷ lệ đều dưới 90%, cụ thể là: 127 ý kiến (=89.44%) khẳng định rằng HĐTC làm giảm tỷ lệ mắc bệnh tiểu đường và 111 ý kiến (=78.17%) khẳng định rằng HĐTC làm giảm các bệnh ung thư.

Tuy nhiên, có tới 31 ý kiến (=21.83%) không biết rằng HĐTC làm giảm ung thư trong khi những SV không biết rằng HĐTC làm giảm tỷ lệ mắc bệnh tiểu đường =15 ý kiến (=10.55%) và tỷ lệ mắc bệnh tăng huyết áp =14 ý kiến (=9.86%).

Đặc điểm thái độ liên quan đến HĐTC của SV T.ĐHTDTT.ĐN tham gia nghiên cứu được thể hiện qua bảng 3.

Kết quả thu được từ bảng 3 cho thấy: Trong số yếu tố thái độ có liên quan đến HĐTC, >80% SV đồng ý với 05 yếu tố, trong khi chỉ có 61% đồng ý với hai tuyên bố còn lại. Trong số 142 SV, có 138 ý kiến (=97.18%) đồng ý rằng HĐTC giúp duy trì sức khỏe trong khi 2 ý kiến (=1.41%) vẫn trung lập về vấn đề này và 2 ý kiến (=1.41%) không đồng ý về vấn đề này. 135 ý kiến (=95.07%) đồng ý rằng HĐTC cải thiện khả năng giải trí trong khi 5 ý kiến (=3.52%) vẫn trung lập và 2 ý kiến (=1.41%) không đồng ý về vấn đề này. 133 ý kiến (=93.66%) đồng ý rằng HĐTC giúp tràn đầy năng lượng hơn trong khi 5 ý kiến (=3.52%) vẫn trung lập và 4 ý kiến

(=2.82%) không đồng ý về vấn đề này. 130 ý kiến (=91.55%) đồng ý rằng HĐTC cải thiện thành tích học tập trong khi 9 ý kiến (=6.34%) vẫn trung lập và 3 ý kiến (=2.11%) không đồng ý về điều này. 116 ý kiến (=81.96%) đồng ý rằng HĐTC khiến bản thân vui vẻ trong khi 18 ý kiến (=12.68%) vẫn trung lập và 8 ý kiến (=5.63%) không đồng ý về điều này. 88 ý kiến (=61.97%) đồng ý rằng cảm thấy buồn khi không HĐTC trong khi 37 ý kiến (=26.06%) vẫn trung lập và 11 ý kiến (=11.957%) không đồng ý về điều này. Tuy nhiên, có tới 87 ý kiến (=61.27%) SV đồng ý rằng HĐTC không có nhiều tác dụng trong khi 40 ý kiến (=28.17%) vẫn trung lập và chỉ có 15 ý kiến (=10.56%) không đồng ý về điều này.

2.3. Thảo luận

Hiện không có kết quả công bố trong nước về các vấn đề nghiên cứu quan tâm, tuy nhiên, thông qua các báo cáo quốc tế, nghiên cứu xác nhận kết quả thu được có tính khả quan và nhận thức rõ ràng hơn của SV T.ĐHTDTT.ĐN tham gia nghiên cứu này. Theo đó, kết quả của nghiên cứu này được xác định là cao hơn nhiều đối với tất cả các vấn đề nhận thức của SV liên quan đến kiến thức so với kết quả của một nghiên cứu được báo cáo năm 2022 của Almutairi N và cộng sự khi xác định 5/7 yếu tố kiến thức chung và có mức độ đánh giá có mức độ cao hơn ít nhất 7.0% ở mức đồng ý. Cụ thể, phần lớn SV tham gia nghiên cứu (95.77%) trong nghiên cứu này đã trả lời rằng HĐTC cải thiện giấc ngủ, con số này cũng được phát hiện cao hơn nhiều so với kết quả của các nghiên cứu trên (=73.6%); yếu tố HĐTC làm giảm ung thư trong nghiên cứu này được SV đánh giá mức đồng ý cao hơn =78.17% so với 69.0%. Kết quả này cho thấy rằng phần lớn SV

Bảng 3. Thái độ liên quan đến HĐTC của SV Trường Đại học TDTT Đà Nẵng tham gia nghiên cứu (n=142)

TT	Biến	Đồng ý [n(%)]	Trung lập [n(%)]	Không đồng ý [n(%)]
1	HĐTC giúp duy trì sức khỏe	138 (97.18)	2 (1.41)	2 (1.41)
2	HĐTC giúp tràn đầy năng lượng	133 (93.66)	5 (3.52)	4 (2.82)
3	Cảm thấy buồn khi không HĐTC	88 (61.97)	37 (26.06)	17 (11.97)
4	HĐTC giúp tôi vui vẻ	116 (81.69) 1	18 (12.68)	8 (5.63)
5	HĐTC cải thiện khả năng giải trí	135 (95.07)	5 (3.52)	2 (1.41)
6	HĐTC cải thiện thành tích học tập	130 (91.55)	9 (6.34)	3 (2.11)
7	HĐTC không có nhiều tác dụng	87 (61.27)	40 (28.17)	15 (10.56)

tham gia nghiên cứu này có kiến thức khá tốt về các HĐTC và lợi ích của chúng. Giá trị kiến thức cao hơn trong nghiên cứu này có thể xảy ra vì nghiên cứu chủ yếu được thực hiện đối với SV đang theo học ở môi trường học tập thành thị phát triển hơn, được tiếp xúc nhiều hơn với các loại thông tin và giáo dục về HĐTC cũng như có môi trường học tập chuyên về TDTT. Hơn nữa, sự khác biệt về trình độ nhận thức, bối cảnh kinh tế xã hội và văn hóa của SV tham gia nghiên cứu này khác với môi trường trong các nghiên cứu được công bố trên thế giới.

Đối với yếu tố thái độ cho HĐTC, phần lớn SV T.ĐHTDĐT.ĐN (=97.18%) đồng ý rằng HĐTC giúp duy trì sức khỏe và cao hơn so với một báo cáo nghiên cứu với đối tượng tương đồng ở Nam Phi (=90.87%) [5]. Các chỉ số khác cũng tương tự, cụ thể, nhận thức HĐTC giúp cải thiện khả năng giải trí của SV T.ĐHTDĐT.ĐN =95.07% cao hơn nhiều so với Nam Phi =79.07%; Yếu tố HĐTC giúp người tham gia tràn đầy năng lượng là 93.66% so với 81.27%; Yếu tố HĐTC giúp cải thiện thành tích học tập =91.55% so với 56.6%; Tuy nhiên, yếu tố HĐTC khiến người tham gia vui vẻ =81.69% lại thấp hơn Nam Phi =85.4%; Yếu tố cảm thấy buồn khi không HĐTC=61.97% không có đối tượng so sánh, do đó không có đánh giá kém theo.

Tuy nhiên, có tới 61.27% SV nghiên cứu này đồng ý rằng HĐTC không có nhiều tác dụng lại cao hơn nhiều so với nghiên cứu tại Nam Phi =44.18%. Sự khác biệt giữa các nghiên cứu khác nhau được xác định có thể là do sự khác biệt về dân số, xã hội, kinh tế và văn hóa giữa những người tham gia nghiên cứu ở các khu vực khác nhau trên thế giới.

3. Kết luận

Nghiên cứu này cho thấy phần lớn SV tại T.ĐHTDĐT.ĐN có kiến thức khá tốt về HĐTC và lợi ích của nó. Tuy nhiên, một phần không nhỏ các SV không biết rằng HĐTC có thể làm giảm một số bệnh ung thư và cũng không nhận ra rằng HĐTC có thể làm giảm tỷ lệ mắc bệnh tiểu đường cũng như tăng huyết áp. Tương tự như vậy, nghiên cứu này cũng cho thấy phần lớn SV tại T.ĐHTDĐT.ĐN có vẻ có thái độ khá tốt đối với HĐTC. Tuy nhiên, 3/5 số SV vẫn chấp nhận rằng HĐTC không có nhiều tác dụng, hiệu quả; 1/5 số SV không thể thừa nhận rằng HĐTC có thể khiến bản thân vui vẻ hơn. Do đó, kết quả của nghiên cứu này chỉ ra một số hạn chế trong kiến thức cũng như thái độ của SV tại T.ĐHTDĐT.ĐN và cần được cải thiện thông qua các biện pháp

can thiệp giáo dục phù hợp, kịp thời.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Đạt L. M., Linh H.K., Đức Anh N.H. và cộng sự (2024). *Hoạt động thể lực trong và sau thời gian giãn cách xã hội của SV Đại học Y Hà nội và một số yếu tố liên quan*. Tạp Chí Y học Cộng đồng, 64(CD 5 - Nghiên cứu khoa học). <https://doi.org/10.52163/yhc.v64i4.705>.
- Nguyễn Hữu Lực (2021). *Thực trạng HĐTC và hành vi ít vận động của SV Đại học Đà Nẵng trong thời gian giãn cách xã hội do dịch COVID-19*. Kết quả nghiên cứu về GDTC và Thể thao trường học, Tạp chí GDTC và thể thao trường học, tr 33-38.
- Nguyễn T.T.N., Trần T.Q.V., Huỳnh T.P.H. (2023). *HĐTC của SV Điều dưỡng tại Địa học Y được Tp.HCM và các yếu tố liên quan*. Tạp Chí Y học Việt Nam, 532(2). <https://doi.org/10.51298/vmj.v532i2.7619>.
- Tiếng Anh
- Almutairi N., Burns S., Portsmouth L. (2022). *Physical Activity Knowledge, Attitude, and Behaviours Among Adolescents in the Kingdom of Saudi Arabia Prior to and during COVID-19 Restrictions*. *J Obes*;1892017.
- Mangoejane P.K. (2016). *A survey on participation and attitude to sports among undergraduate students in junior residences at the University of the Free State. A thesis submitted in fulfilment of the requirements for the degree*. Department of Mathematical Statistics and Actuarial Science University of the Free State South Africa. (accessed 30 March 2024).
- Oladejo T., Myezwa H., Pilusa S., Ajidahun A.T. (2023). *Physical activity and healthrelated quality of life among university students*. *African Journal for Physical Activity and Health Sciences*; 29(3),289-314.
- Zhai X., Ye M., Gu Q., et al (2022). *The relationship between physical fitness and academic performance among Chinese college students*. *Journal of American College Health*,70:2,395-403.

Nguồn bài báo: Bài báo là một phần kế hoạch nghiên cứu khoa học cá nhân được thông qua kế hoạch nghiên cứu của đơn vị quản lý tại T.ĐHTDĐT.ĐN năm học 2024-2025.

Ngày nhận bài: 13/1/2025; **Ngày duyệt đăng:** 15/4/2025.