

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC HUẤN LUYỆN THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO HỌC VIÊN NAM NĂM THỨ TƯ CHUYÊN NGÀNH CỨU NẠN, CỨU HỘ TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHÒNG CHÁY CHỮA CHÁY

ThS. Lưu Quang Toàn¹

Tóm tắt: Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong Thể dục thể thao, bài báo đã tiến hành đánh giá thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên chuyên ngành cứu nạn cứu hộ. Kết quả cho thấy, công tác huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên còn tồn tại một số hạn chế như thời gian huấn luyện thể lực chuyên môn chưa hợp lý, các bài tập sử dụng chưa nhiều, không mang hệ thống và phân bố không đều ở các nhóm, đặc biệt là nhóm bài tập sức bền và nhóm bài tập nâng cao khả năng phối hợp vận động còn ít, chưa phù hợp với đặc điểm ngành nghề của chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ.

Từ khóa: Thể lực chuyên môn; Đại học Phòng cháy, Chữa cháy; chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ.

Abstract: Using routine research methods in Sports and Physical Education, the article has evaluated the current status of professional physical training for students majoring in rescue. The results show that the professional physical training for students still has some limitations such as unreasonable technical physical training time, not many exercises used, not systematic and divided. uneven distribution in groups, especially the endurance exercise group and the exercise group to improve movement coordination are few, not suitable for the professional characteristics of the rescue profession.

Keywords: Professional fitness; University of Fire Fighting Prevention; Specialized in rescue and rescue.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ.

Với đặc thù là chữa cháy và cứu nạn cứu hộ, đòi hỏi lực lượng chiến sĩ phòng cháy, chữa cháy (PCCC) phải nắm vững nghiệp vụ, các thao tác kỹ - chiến thuật phải nhanh nhẹn, chính xác (như: các kỹ thuật chữa cháy cá nhân, chiến thuật chữa cháy nhà cao tầng, chiến thuật chữa cháy khu công nghiệp, chiến thuật chữa cháy rừng, cứu hộ nạn nhân mắc kẹt trong đám cháy, mắc kẹt trên nhà cao tầng...) trong các tình huống phức tạp, với các điều kiện khó khăn như có lửa, có khói, nhiệt độ cao, có chướng ngại vật... để xử lý tình huống một cách nhanh, hiệu quả và an toàn nhất. Chính vì thế trong công tác đào tạo - huấn luyện luôn phải tăng cường bồi dưỡng chuyên môn, tăng cường công tác huấn luyện chiến đấu nhằm nâng cao thể lực chuyên môn góp phần đáp ứng nhiệm vụ chữa cháy, cứu nạn cứu hộ một cách linh hoạt, đạt hiệu quả hơn. Xuất phát từ những lý do trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: **“Thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành Cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC”**.

Nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn, kiểm tra sự phạm; phỏng vấn và toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC

Qua khảo sát thực tiễn công tác giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ ở trường Đại học PCCC cho thấy:

- Các học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ năm thứ tư đều phải tham gia học tập các môn học trong chương trình đào tạo, đồng thời phải tham gia các buổi tập luyện ngoại khóa (trong chương trình bắt buộc) nhằm rèn luyện, phát triển kỹ năng chuyên môn nghiệp vụ, đồng thời phát triển tố chất thể lực chuyên môn cần thiết. Như vậy, các học viên năm thứ tư khi tham gia tập luyện ngoại khóa hầu hết đều đã được rèn luyện phát triển các tố chất thể lực chung trong chương trình đào tạo của các năm học từ thứ nhất đến năm thứ ba, đồng thời các kỹ thuật cơ bản, kỹ năng chuyên môn cơ bản cũng đã được hoàn thiện. Nhiệm vụ chính của năm học thứ tư chủ yếu rèn luyện phát triển kỹ năng chuyên môn nghiệp vụ nâng cao, phát triển các tố chất thể lực chuyên môn đặc trưng của chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ. Ở năm học thứ tư, các học viên hầu như chưa tham

gia các hội thao kỹ thuật nghiệp vụ chữa cháy và cứu nạn, cứu hộ, chưa được rèn luyện tố chất thể lực một cách có hệ thống, đặc biệt là tố chất thể lực chuyên môn còn nhiều hạn chế. Do đó nhiều học viên khi bắt đầu tham gia tập luyện ở năm thứ tư đã không đảm bảo được thể lực chuyên môn cần thiết, ảnh hưởng nhiều đến hiệu quả công tác cứu nạn, cứu hộ trong các buổi tập.

- Các giảng viên, HLV tuy đã xác định được ý nghĩa, vai trò và tầm quan trọng của công tác huấn luyện phát triển tố chất thể lực chuyên môn là rất quan trọng, nhưng trong thực tế giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn thiếu sự quan tâm cần thiết; trong chương trình giảng dạy, huấn luyện đã không dành thời gian thích đáng cho việc phát triển tố chất thể lực chuyên môn, mà hầu như chỉ tập trung vào giảng dạy - huấn luyện kỹ thuật và kỹ năng nghiệp vụ chuyên môn cơ bản.

Quan điểm giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn chưa rõ định hướng, thiếu tính hệ

thống, khoa học và thực tiễn. Thời gian giảng dạy, huấn luyện kỹ thuật, kỹ năng nghiệp vụ chuyên môn và thời gian giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn chưa phù hợp, sắp xếp các nội dung và thời điểm giảng dạy - huấn luyện thể lực chuyên môn chưa đảm bảo cơ sở khoa học, không có những bài tập đặc thù trong giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn, vấn đề phối hợp giữa huấn luyện tố chất thể lực chuyên môn và kỹ năng nghiệp vụ chuyên môn cũng như kỹ thuật còn chưa phù hợp. Số lượng bài tập phân bố không đều, dành nhiều thời gian cho huấn luyện kỹ thuật cơ bản.

Với mục đích tìm hiểu thực trạng công tác giảng dạy, huấn luyện phát triển tố chất thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ tại trường Đại học PCCC đề tài tiến hành khảo sát nội dung chương trình, kế hoạch giảng dạy - huấn luyện thể lực cho học viên năm thứ tư (năm cuối trong chương trình đào tạo tại nhà trường) trường Đại học PCCC, kết quả thu được

Bảng 1. Tỷ lệ thời gian giảng dạy nội dung thực hành cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC

TT	Nội dung giảng dạy, huấn luyện	Thời gian giảng dạy theo nội dung (giờ)			
		Học kỳ I		Học kỳ II	
		n	%	n	%
1	Kỹ thuật	30	25.00	44	24.44
2	Kỹ năng chuyên môn	30	25.00	46	25.56
3	Năng lực phối hợp	20	16.67	16	8.89
4	Thể lực chung	23	19.17	36	20.00
5	Thể lực chuyên môn	17	14.17	38	21.11
	Tổng	120	100.00	180	100.00

Bảng 2. Tỷ lệ thời gian huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC

TT	Nội dung	Thời gian giảng dạy theo nội dung (giờ)			
		Học kỳ I		Học kỳ II	
		n	%	n	%
1	Sức nhanh	4	23.53	8	21.05
2	Sức mạnh	3	17.65	8	21.05
3	Sức bền	5	29.41	10	26.32
4	Mềm dẻo khéo léo	5	29.41	12	31.58
	Tổng	17	100.00	38	100.00

như trình bày ở bảng 1 và 2.

Từ kết quả thu được ở các bảng 1 và 2 cho thấy: Tổng số giờ giảng dạy nội dung thực hành cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC là 300 tiết được chia làm 2 học kỳ (học kỳ I là 120 tiết chiếm tỷ lệ 40.00%, học kỳ II là 180 tiết chiếm tỷ lệ là 60.00%). Mỗi tuần có 04 buổi, mỗi buổi 2 tiết với thời gian là 90 - 120 phút. Theo chương trình này, tỷ lệ huấn luyện kỹ thuật, kỹ năng chuyên môn nghiệp vụ và năng lực phối hợp chiếm tỷ lệ từ 8.89% đến 25.56%; thể lực chung và chuyên môn từ 14.17% đến 21.11%. Điều đó cho thấy, tỷ lệ thời gian giành cho giảng dạy kỹ thuật, kỹ năng chuyên môn nghiệp vụ, tố chất thể lực chung và chuyên môn tương đối đồng đều, các giảng viên, HLV còn chưa chú trọng đến huấn luyện năng lực phối hợp cho các học viên (chiếm tỷ lệ 8.89% đến 16.67%).

Khi xem xét đến việc phân bổ thời gian giảng dạy - huấn luyện phát triển tố chất thể lực chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu cho thấy, quỹ thời gian dành cho giảng dạy - huấn luyện phát triển tố chất thể lực chuyên môn so với các nội dung khác là chưa nhiều (chiếm tỷ lệ từ 14.17% ở học kỳ I và 21.11% ở học kỳ II). Tỷ lệ thời gian của các nội dung giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn là tương đối đồng đều nhau, riêng đối với tỷ lệ thời gian huấn luyện sức mạnh có tỷ lệ thời gian ít hơn cả (chiếm tỷ lệ từ 17.65% đến 21.05%).

Qua tìm hiểu thực tiễn giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ ở trường Đại học PCCC, đồng thời qua tọa đàm trực tiếp với các giảng viên, HLV cho thấy:

Các giảng viên, HLV chưa có một chương trình kế hoạch cụ thể và cơ bản, điều này hoàn toàn tùy thuộc vào quan điểm giảng dạy - huấn luyện của nhà sư phạm. Về trình độ thể lực chuyên môn theo quan sát, đánh giá của các giảng viên, HLV đang trực tiếp huấn luyện thì các học viên còn mắc phải một số nhược điểm sau:

- Thể lực của các học viên chưa đảm bảo, cuối mỗi buổi tập luyện thể lực giảm rõ rệt, các kỹ thuật và kỹ năng nghiệp vụ mặc dù chính xác nhưng chưa đủ lực, điều này có thể do bố trí khối lượng tập luyện còn ít. Trong kế hoạch giảng dạy, huấn luyện cho thấy, thể lực chỉ chiếm khoảng 40 - 45% tổng số thời gian tập luyện.

- Qua quan sát trong các hội thao kỹ thuật nghiệp vụ chữa cháy và cứu nạn, cứu hộ, các chuyên gia cũng có những nhận xét giống nhau: các học viên có

kỹ thuật và ý chí tốt, nhưng thiếu kinh nghiệm trong thi đấu, một số kỹ thuật cơ bản và năng lực chuyên môn nghiệp vụ còn chưa hoàn chỉnh và chưa đủ thể lực chuyên môn để thi đấu.

Thông qua tọa đàm trực tiếp với các giảng viên, các HLV cho thấy, các ý kiến đều tập trung vào vấn đề cần thiết tăng số buổi tập và thời gian tập luyện/1 buổi tùy vào từng thời kỳ huấn luyện: Từ 8 - 10 giờ/1 tuần lên 12 - 14 giờ/1 tuần, sắp xếp lượng vận động cho phù hợp, chú ý đến phát triển các tố chất thể lực, đặc biệt là tố chất thể lực chuyên môn.

Để làm rõ điều này, đề tài tiến hành nghiên cứu, tìm hiểu 30 giáo án giảng dạy - huấn luyện học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC cho thấy đều có chung một xu hướng như sau:

- Tổng thời gian một giáo án huấn luyện 90 phút chia ra các phần như: khởi động chung, khởi động chuyên môn, phần cơ bản, thể lực và thả lỏng.

- Trong 30 giáo án huấn luyện có 13 giáo án (44.38%) có bài tập phát triển tố chất thể lực chuyên môn cho học viên; 17 giáo án huấn luyện (55.62%) ít có bài tập phát triển tố chất thể lực chuyên môn, mà phần lớn phát triển kỹ thuật cơ bản và nghiệp vụ chuyên môn là chính.

Tiếp theo, với mục đích tìm hiểu thực trạng huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ tại trường Đại học PCCC đề tài tiến hành tìm hiểu thực trạng về vai trò của huấn luyện nâng cao thể lực chuyên môn trong giảng dạy - huấn luyện cho đối tượng nghiên cứu dưới hình thức phỏng vấn các HLV trực tiếp tham gia công tác giảng dạy - huấn luyện học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ, kết quả thu được như trình bày ở bảng 3 cho thấy: Khi tìm hiểu vai trò của của tố chất thể lực chuyên môn trong giảng dạy, huấn luyện học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ, đại đa số các giảng viên, HLV đều cho rằng, huấn luyện thể lực chuyên môn có vai trò rất quan trọng trong công tác giảng dạy - huấn luyện học viên (20 ý kiến, chiếm tỷ lệ 66.67%); 10 ý kiến cho rằng huấn luyện thể lực chuyên môn có vai trò quan trọng trong công tác huấn luyện (chiếm tỷ lệ 33.33%). Như vậy có 100% các ý kiến được hỏi đều xác định là huấn luyện thể lực chuyên môn có ý nghĩa từ rất quan trọng đến quan trọng trong công tác giảng dạy, huấn luyện học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ. Đồng thời, khi tìm hiểu về thực trạng của công tác huấn luyện nâng cao thể lực chuyên môn cho học viên nam chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ, kết quả cho thấy, đa số các ý kiến đều cho rằng trong thực

Bảng 3. Vai trò và thực trạng công tác huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên nam chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC (n = 30)

Nội dung	Kết quả	n	Tỷ lệ %
	Mức độ		
Vai trò, ý nghĩa của tổ chất thể lực chuyên môn trong huấn luyện học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ	Rất quan trọng	20	66.67
	Quan trọng	10	33.33
	Không quan trọng	0	0.00
Thực trạng công tác huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ	Có	10	33.33
	Có, chưa nhiều	20	66.67
	Chưa có	0	0.00

tế có quan tâm đến vấn đề huấn luyện nâng cao tổ chất thể lực chuyên môn, nhưng chưa nhiều (20/30 ý kiến chiếm tỷ lệ 66.67%).

Như vậy, thông qua tìm hiểu thực tiễn công tác giảng dạy, huấn luyện học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ tại trường Đại học PCCC cho thấy:

- Thời gian một giáo án huấn luyện cơ bản đáp ứng được yêu cầu tập luyện cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ.

- Các giảng viên, HLV hầu hết chỉ quan tâm đến huấn luyện kỹ thuật và năng lực chuyên môn nghiệp vụ cơ bản cho học viên (thể hiện ở việc phân bổ thời gian tương đối nhiều, từ 58.89% đến 66.67%), còn lại thời gian huấn luyện tổ chất thể lực chung và chuyên môn trong chương trình giảng dạy, huấn luyện năm thứ tư chưa được quan tâm đúng mức (chiếm tỷ lệ từ 33.34% đến 41.11%), trong đó thời gian huấn luyện tổ chất thể lực chuyên môn (sức nhanh, sức mạnh, sức bền, mềm dẻo khéo léo chuyên môn) cho VĐV là ít hơn cả (từ 17 - 38 giờ chiếm tỷ lệ từ 14.17% đến 21.11%).

- Các HLV thường tập trung nhiều vào phát triển kỹ thuật, năng lực chuyên môn nghiệp vụ cơ bản, sử dụng phương pháp tập kỹ thuật cơ bản để phát triển tổ chất thể lực. Điều này cũng phù hợp với nhận định như đã trình bày ở trên.

- Phương pháp huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn còn đơn điệu, thiếu tính hệ thống, trong giảng dạy - huấn luyện chủ yếu chỉ sử dụng các phương pháp và các bài tập tác động vào các yếu tố chung nhất ảnh hưởng đến từng tổ chất thể lực riêng lẻ, chưa có các phương pháp giảng dạy - huấn luyện phù hợp nhằm phát triển hài hoà các tổ chất thể lực chuyên môn cho học viên, đây có thể coi là một trong những nguyên nhân chính làm hạn chế

khả năng phát triển thể lực chuyên môn của học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ tại trường Đại học PCCC hiện nay.

2.2. Thực trạng ứng dụng bài tập huấn luyện thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC

Để thấy rõ về thực trạng sử dụng phương tiện huấn luyện trong thực tiễn giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC đề tài tiến hành đánh giá thực trạng việc sử dụng các bài tập chuyên môn ứng dụng trong giảng dạy - huấn luyện nhằm phát triển thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ thông qua việc tham khảo chương trình, kế hoạch giảng dạy - huấn luyện cho học viên năm thứ tư các khoá tại nhà trường.

Căn cứ vào chương trình, kế hoạch, tiến trình, giáo án giảng dạy - huấn luyện trong chương trình đào tạo, đề tài tiến hành khảo sát việc sử dụng các bài tập huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu thuộc các nhóm bài tập sau:

- Nhóm 1: Nhóm bài tập phát triển sức nhanh.
- Nhóm 2: Nhóm bài tập phát triển sức mạnh.
- Nhóm 3: Nhóm bài tập phát triển sức bền.
- Nhóm 4: Nhóm bài tập phát triển khả năng phối hợp.

Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4.

Kết quả thu được như trình bày ở bảng 4 cho thấy:

- Các bài tập chuyên môn giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn thuộc các nhóm bài tập như đã trình bày ở trên đã được hầu hết các giảng viên, HLV sử dụng trong quá trình giảng dạy - huấn

Bảng 4. Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho học viên nam chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC

TT	Năm học	Số lượng các bài tập chuyên môn theo từng nhóm								Tổng
		Nhóm 1		Nhóm 2		Nhóm 3		Nhóm 4		
		n	%	n	%	n	%	n	%	
1	2016 - 2017	4	30.77	2	15.38	6	46.15	1	7.69	13
2	2017 - 2018	3	21.43	3	21.43	6	42.86	2	14.29	14
3	2018 - 2019	4	28.57	2	14.29	5	35.71	3	21.43	14
4	2019 - 2020	3	25.00	2	16.67	5	41.67	2	16.67	12

luyện tố chất thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ các khoá tại nhà trường.

- Hệ thống các bài tập phát triển thể lực chuyên môn được sử dụng trong giảng dạy - huấn luyện cho học viên năm thứ tư tại nhà trường chưa nhiều (từ 12 đến 14 bài tập). Đồng thời các bài tập được sử dụng nhằm phát triển thể lực chuyên môn chưa có hệ thống và phân bố không đều ở các nhóm. Các bài tập được sử dụng nhiều nhất là ở nhóm 1 và nhóm 3 (từ 3 - 6 bài chiếm tỷ lệ từ 21.43% đến 46.15%), ít nhất là ở các bài tập thuộc nhóm 2 và nhóm 4 (từ 1 - 3 bài tập chiếm tỷ lệ từ 7.69% đến 21.43%).

Điều này hoàn toàn phù hợp với thực tiễn công tác giảng dạy - huấn luyện phát triển thể lực chuyên môn cho học viên năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ tại nhà trường hiện nay mà đề tài đã đề cập ở trên, bởi các bài tập thuộc nhóm bài tập phát triển tố chất thể lực và kỹ thuật, kỹ năng chuyên môn nghiệp vụ sử dụng là phù hợp với điều kiện của nhà trường. Đồng thời qua tọa đàm trực tiếp với các giảng viên, HLV cho thấy, các ý kiến đều cho rằng, các dạng bài tập này là hình thức tốt nhất để phát triển thể lực chuyên môn cho các học viên.

3. KẾT LUẬN

Tổ chất thể lực chuyên môn trong huấn luyện học viên chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ có vai trò, ý nghĩa đặc biệt quan trọng, song thời gian huấn luyện thể lực chuyên môn chưa hợp lý, các bài tập sử dụng chưa nhiều, không mang hệ thống và phân bố không đều ở các nhóm, đặc biệt là nhóm bài tập sức bền và nhóm bài tập nâng cao khả năng phối hợp vận động còn ít, chưa phù hợp với đặc điểm ngành nghề của chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), Đo lường thể thao,

Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Trịnh Văn Giáp (2018), Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực môn võ thuật công an nhân dân cho nam sinh viên trường Đại học PCCC Tạp chí Khoa học đào tạo và Huấn luyện thể thao, trường Đại học TDTT Tp Hồ Chí Minh, Số 3/2018.

3. Lưu Quang Hiệp, Phạm Thị Uyên (1995), Sinh lý học thể dục thể thao, Nxb TDTT, Hà Nội

4. Phạm Viết Vượng (2000), Phương pháp nghiên cứu khoa học, Đại học Quốc gia, Hà Nội

***Nguồn bài báo:** bài báo trích từ kết quả nghiên cứu luận văn thạc sĩ GDH của tác giả Lưu Quang Toàn với tên đề tài: “Nghiên cứu bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho học viên nam năm thứ tư chuyên ngành cứu nạn, cứu hộ trường Đại học PCCC”. Luận văn đã bảo vệ thành công tại trường Đại học TDTT Bắc Ninh năm 2021.*

***Ngày nhận bài:** 06/6/2023, **Ngày duyệt đăng:** 12/8/2023*



Ảnh minh họa (nguồn Internet)