



## TẠP CHÍ KHOA HỌC THỂ THAO

### TỔNG BIÊN TẬP

PGS.TS. Nguyễn Hồng Dương

### PHÓ TỔNG BIÊN TẬP

PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu

### HỘI ĐỒNG BIÊN TẬP

PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu

PGS.TS. Đặng Thị Hồng Nhung

GS.TS. Lê Văn Lãm

GS.TS. Lâm Quang Thành

PGS.TS. Nguyễn Danh Hoàng Việt

PGS.TS. Đặng Hà Việt

PGS.TS. Nguyễn Thanh Đề

PGS.TS. Châu Vĩnh Huy

PGS.TS. NGUT Đặng Văn Dũng

PGS.TS. Phan Thanh Hải

PGS.TS. Nguyễn Duy Quyết

PGS.TS. Phạm Ngọc Viên

PGS.TS. BS. Võ Tường Kha

PGS.TS. Nguyễn Hồng Dương

PGS.TS. Trần Hiếu

PGS.TS. Bùi Ngọc

TS. Trần Đức Phần

TS. Ngô Ích Quân

TS. Nguyễn Thị Phương Loan

TS. Đàm Quốc Chính

TS. Vũ Thái Hồng

TS. Nguyễn Ngọc Anh

TS. Nguyễn Tuấn Anh

TS. Nguyễn Thy Ngọc

TS. Nguyễn Mạnh Thắng

TS. Phạm Thị Thanh Hương

TS. Vũ Thị Hồng Thu

### BAN THƯ KÝ

ThS. Từ Thị Thanh Bình

CN. Đào Trúc Quỳnh

### TOÀ SOẠN

Số: 141 Nguyễn Thái Học, Ba Đình,  
Hà Nội

Tel: 024.37330286

Email: [thongtinthethao@gmail.com](mailto:thongtinthethao@gmail.com)

### GIẤY PHÉP XUẤT BẢN

Số 553/GP-BTTTT do Bộ Thông tin  
và Truyền thông cấp ngày 27 tháng  
8 năm 2021.

# GIÁO DỤC THỂ CHẤT NỀN TẢNG CHO SỰ PHÁT TRIỂN TOÀN DIỆN CỦA HỌC SINH, SINH VIÊN

Trong những năm qua, thành công của công cuộc công nghiệp hóa, hiện đại hóa đất nước đã góp phần nâng cao đời sống vật chất của người dân Việt Nam. Từ đó, nhu cầu hưởng thụ các giá trị về tinh thần cũng như nâng cao tâm vóc, thể lực, sức khỏe cũng tăng lên. Song song với học văn hóa, phụ huynh ngày càng quan tâm hơn tới tâm vóc, thể lực của con em mình, đầu tư nhiều hơn về mọi mặt để trẻ phát triển tốt nhất về thể chất.

Các trung tâm, câu lạc bộ thể dục thể thao (TDTT) ngày càng được mở rộng về số lượng và chất lượng, nhất là vào dịp hè nhằm tổ chức, hướng dẫn trẻ tham gia tập luyện. Nhiều mô hình câu lạc bộ TDTT cơ sở được hình thành để đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT của trẻ em. Bên cạnh việc hướng dẫn, hình thành các kỹ năng vận động và phát triển thể chất, đây còn là môi trường để ươm mầm tài năng cho thể thao nước nhà.

Giáo dục thể chất (GDTC) và thể thao trường học luôn là một lĩnh vực được nhiều nhà chuyên môn để tâm nghiên cứu. Mỗi địa phương, nhà trường lại có những cách làm khác nhau để thu hút học sinh tham gia tập luyện TDTT. Từ đó, những kinh nghiệm được phổ biến nhằm đẩy mạnh phong trào tập luyện TDTT trong học sinh, sinh viên, từng bước hình thành thói quen tập luyện TDTT thường xuyên cho thế hệ trẻ, góp phần quan trọng vào việc nâng cao tâm vóc, thể lực người Việt Nam.

Tạp chí Khoa học Thể thao luôn tự hào là khi có đội ngũ cộng tác viên là các nhà khoa học, các chuyên gia đầu ngành trong lĩnh vực GDTC, các giảng viên, giáo viên GDTC luôn nhiệt tình ủng hộ, gửi công bố các kết quả nghiên cứu. Đây là sự động viên to lớn đối với đội ngũ cán bộ, biên tập viên của Tạp chí hoàn thành tốt nhiệm vụ truyền tải quan điểm của Đảng, Nhà nước về công tác GDTC và thể thao trường học cũng như các kết quả nghiên cứu về lĩnh vực này tới bạn đọc.

Ban biên tập tạp chí Khoa học Thể thao xin được gửi lời cảm ơn sâu sắc tới các nhà khoa học, các chuyên gia, giảng viên, giáo viên GDTC đã và đang cộng tác với Tạp chí. Mong rằng phong trào tập luyện TDTT trong học sinh, sinh viên ngày càng phát triển, thực hiện tốt lời dạy của Bác Hồ kính yêu: “mỗi ngày tập một ít thể dục, ngày nào cũng tập thì khí huyết lưu thông, tinh thần đầy đủ, như vậy là sức khỏe... .. Dân cường nước thịnh. Tôi mong đồng bào ta ai cũng gắng tập thể dục - tự tôi ngày nào tôi cũng tập thể dục”.

<b>MỤC LỤC</b>		<b>CONTENTS</b>
<b>LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO</b>		<b>SPORTS THEORY AND PRACTICE</b>
CHẤT LƯỢNG NHÂN LỰC KINH DOANH DU LỊCH GẮN VỚI CÁC MÔN THỂ THAO TẠI TỈNH QUẢNG BÌNH TS. Trần Thủy; ThS. Nguyễn Hữu Duy Viễn	<b>4</b>	THE QUALITY OF HUMAN RESOURCES IN TOURISM BUSINESS LINKED WITH SPORTS IN QUANG BINH PROVINCE PhD. Tran Thuy; MSc. Nguyen Huu Duy Vien
XÂY DỰNG MÔ HÌNH CÔNG VIÊN - VƯỜN HOA GẮN VỚI HOẠT ĐỘNG TDTT TẠI HÀ NỘI TS. Vũ Minh Cường; PGS.TS Bùi Ngọc; ThS. Lê Trung Thành	<b>9</b>	DEVELOPING A MODEL FOR PARKS AND FLOWER GARDENS ASSOCIATED WITH SPORTS ACTIVITIES IN HANOI PhD. Vu Minh Cuong; Assoc. Prof. PhD. Bui Ngoc; MSc. Le Trung Thanh
<b>THỂ THAO THÀNH TÍCH CAO</b>		<b>ELITE SPORTS</b>
THỰC TRẠNG TRẠNG THÁI TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN QUỐC GIA MÔN JUDO TS. Nguyễn Mạnh Thắng; ThS. Nguyễn Thị Thúy Hà	<b>13</b>	THE PSYCHOLOGICAL STATE OF NATIONAL JUDO TEAM ATHLETES PhD. Nguyen Manh Thang; MSc. Nguyen Thi Thuy Ha
ĐÁNH GIÁ THỰC TRẠNG NĂNG LỰC PHÁT HIỆN MỤC TIÊU CHO VẬN ĐỘNG VIÊN ĐẲNG CẤP CAO CỦA ĐỘI TUYỂN KARATE VIỆT NAM PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu; ThS. Đông Thị Bích Hồng	<b>16</b>	EVALUATING THE CURRENT STATE OF TALENT DETECTION FOR HIGH-LEVEL ATHLETES OF THE VIETNAMESE KARATE NATIONAL TEAM Assoc. Prof. PhD. Tran Tuan Hieu; MSc. Dong Thi Bich Hong
XÁC ĐỊNH ĐẶC ĐIỂM DIỄN BIẾN TEST TUYỂN CHỌN NAM VẬN ĐỘNG VIÊN CỜ VUA LỬA TUỔI 11 - 12 TRÊN ĐỊA BÀN THÀNH PHỐ HÀ NỘI SAU 1 NĂM TẬP LUYỆN ThS. Nguyễn Thị Hằng	<b>20</b>	DETERMINING THE CHARACTERISTICS OF THE SELECTION TEST FOR MALE CHESS PLAYERS AGED 11-12 IN HANOI AFTER ONE YEAR OF TRAINING MSc. Nguyen Thi Hang
XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN QUẦN VỢT LỬA TUỔI 12 - 14 TỈNH NINH BÌNH ThS. Trần Xuân Ngọc	<b>25</b>	DEVELOPMENT OF SPEED-STRENGTH EVALUATION STANDARDS FOR MALE TENNIS ATHLETES AGED 12-14 IN NINH BINH PROVINCE MSC. Tran Xuan Ngoc
<b>THỂ DỤC, THỂ THAO CHO MỌI NGƯỜI</b>		<b>SPORTS FOR ALL</b>
ỨNG DỤNG GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT NGÀNH KHÁCH SẠN DU LỊCH TRƯỜNG ĐẠI HỌC KHÁNH HÒA ThS. Lê Quang Chung; ThS. Lưu Phan Xuân Hoàng; ThS. Phạm Thành Đạt	<b>28</b>	APPLYING SOLUTIONS TO IMPROVE THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION FOR FIRST-YEAR STUDENTS IN THE HOSPITALITY AND TOURISM PROGRAM AT KHANH HOA UNIVERSITY MSc. Le Quang Chung; MSc. Luu Phan Xuan Hoang; MSc. Pham Thanh Dat
THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC HẢI PHÒNG VIỆT NAM ThS. Đỗ Quân Tùng	<b>34</b>	CURRENT STATUS OF EXTRACURRICULAR PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT HAIPHONG UNIVERSITY, VIETNAM MSc. Do Quan Tung
ỨNG DỤNG BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN CẦU LẠC BỘ BÓNG ĐÁ TRƯỜNG CAO ĐẲNG CÔNG NGHỆ CAO HÀ NỘI TS. Trịnh Kiên; CN. Nguyễn Hữu Thắng	<b>38</b>	APPLICATION OF SPEED STRENGTH DEVELOPMENT EXERCISES FOR MALE STUDENTS IN THE FOOTBALL CLUB OF HANOI HIGH TECHNOLOGY COLLEGE PhD. Trinh Kien; BA. Nguyen Huu Thang
XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH GIẢNG DẠY MÔN THỂ THAO TỰ CHỌN (BƠI ỨNG DỤNG) CHO HỌC VIÊN HỌC VIỆN QUAN HỆ QUỐC TẾ BỘ CÔNG AN ThS. Trần Văn Khôi	<b>42</b>	DEVELOPING AN ELECTIVE SPORTS CURRICULUM (APPLIED SWIMMING) FOR STUDENTS OF THE ACADEMY OF INTERNATIONAL RELATIONS UNDER THE MINISTRY OF PUBLIC SECURITY MSc. Tran Van Khoi

<p><b>THỰC TRẠNG CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO GIÁO VIÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY NGUYÊN ĐÁP ỨNG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC PHỔ THÔNG 2018</b> ThS. Trần Văn Hưng; TS. Phạm Hùng Mạnh</p>	<b>47</b>	<p><b>CURRENT STATUS OF THE TEACHER TRAINING PROGRAM IN PHYSICAL EDUCATION AT TAY NGUYEN UNIVERSITY IN RESPONSE TO THE 2018 GENERAL EDUCATION PROGRAM</b> MSc. Tran Van Hung; PhD. Pham Hung Manh</p>
<p><b>XÂY DỰNG CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT NGOẠI KHÓA MÔN BÓNG BÀN CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC AN NINH NHÂN DÂN</b> ThS. Bùi Trần Khánh; TS. Lê Hoàng Ngân; PGS.TS. Lê Thiết Can</p>	<b>53</b>	<p><b>DEVELOPING AN EXTRACURRICULAR PHYSICAL EDUCATION PROGRAM IN TABLE TENNIS FOR STUDENTS AT PEOPLE'S SECURITY UNIVERSITY</b> MSc. Bui Tran Khanh; PhD. Le Hoang Ngan; Assoc. Prof. PhD. Le Thiet Can</p>
<p><b>THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA TRONG SINH VIÊN TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY NGUYÊN</b> ThS. Chu Vương Thín; ThS. Đỗ Thị Thùy Linh; TS. Phạm Hùng Mạnh</p>	<b>57</b>	<p><b>CURRENT STATUS OF EXTRACURRICULAR PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT TAY NGUYEN UNIVERSITY</b> MSc. Chu Vuong Thin; MSc. Do Thi Thuy Linh; PhD. Pham Hung Manh</p>
<p><b>LỰA CHỌN BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN TAEKWONDO HỌC VIỆN AN NINH NHÂN DÂN</b> ThS. Lã Trọng Nghĩa</p>	<b>62</b>	<p><b>SELECTING EXERCISES TO DEVELOP SPEED STRENGTH FOR MALE STUDENTS IN THE TAEKWONDO TEAM OF THE PEOPLE'S SECURITY ACADEMY</b> MSc. La Trong Nghia</p>
<p><b>THỰC TRẠNG NHU CẦU TẬP GYM CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC HỌC Y DƯỢC THÁI BÌNH</b> ThS. Nguyễn Minh Tuấn; ThS. Đào Tuấn Minh; ThS. Đào Minh Trí; TS. Trần Thị Tố Hoa</p>	<b>66</b>	<p><b>CURRENT DEMAND FOR GYM WORKOUTS AMONG FIRST-YEAR STUDENTS AT THAI BINH UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY</b> MSc. Nguyen Minh Tuan; MSc. Dao Tuan Minh; MSc. Dao Minh Tri; PhD. Tran Thi To Hoa</p>
<p><b>THỰC TRẠNG THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CỦA NAM VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÀ VINH</b> Nguyễn Văn Chính; Giang Chí Hải; Lê Đức Hòa</p>	<b>71</b>	<p><b>THE CURRENT STATE OF SPECIALIZED PHYSICAL FITNESS AND TECHNIQUE OF MALE ATHLETES IN THE FOOTBALL TEAM OF TRA VINH UNIVERSITY</b> Nguyen Van Chinh; Giang Chi Hai; Le Duc Hao</p>
<p><b>ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ MÔ HÌNH CÂU LẠC BỘ CẦU LÔNG CỦA TRƯỜNG CAO ĐẲNG HẢI DƯƠNG</b> TS. Nguyễn Thị Thu Hiền; ThS. Nguyễn Thị Hương</p>	<b>75</b>	<p><b>EVALUATION OF THE EFFECTIVENESS OF THE BADMINTON CLUB MODEL AT HAI DUONG COLLEGE</b> PhD. Nguyen Thi Thu Hien; MSc. Nguyen Thi Huong</p>
<p><b>LỰA CHỌN BÀI TẬP PHÁT TRIỂN SỨC MẠNH TỐC ĐỘ CHẠY CỤ LY 100M CHO NAM SINH VIÊN ĐỘI TUYỂN ĐIỀN KINH TRƯỜNG ĐẠI HỌC LAO ĐỘNG – XÃ HỘI</b> ThS. Lê Ngọc Vinh; ThS. Lê Thị Chung Hiếu</p>	<b>80</b>	<p><b>SELECTING EXERCISES TO DEVELOP SPEED STRENGTH FOR 100M SPRINT FOR MALE STUDENTS OF THE ATHLETICS TEAM AT THE UNIVERSITY OF LABOUR AND SOCIAL AFFAIRS</b> MSc. Le Ngoc Vinh; MSc. Le Thi Chung Hieu</p>
<p><b>ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CÁC TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRỰC THUỘC BỘ CÔNG THƯƠNG Ở KHU VỰC HÀ NỘI</b> NCS. Vũ Hồng Thanh; PGS.TS. Phạm Việt Hùng</p>	<b>84</b>	<p><b>ASSESSING THE EFFECTIVENESS OF SOLUTIONS TO IMPROVE THE QUALITY OF PHYSICAL EDUCATION AT UNIVERSITIES UNDER THE MINISTRY OF INDUSTRY AND TRADE IN THE HANOI AREA</b> PhD candidate. Vu Hong Thanh; Assoc. Prof. PhD. Pham Viet Hung</p>
<p><b>NGHIÊN CỨU NHU CẦU THAM GIA CÂU LẠC BỘ THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA HỌC SINH MỘT SỐ TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG Ở THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH</b> ThS. Phạm Xích Nam; Nguyễn Thanh Điệp</p>	<b>88</b>	<p><b>RESEARCH ON THE DEMAND FOR PARTICIPATION IN EXTRACURRICULAR SPORTS CLUBS AMONG STUDENTS AT SEVERAL HIGH SCHOOLS IN HO CHI MINH CITY</b> MSc. Pham Xich Nam; Nguyen Thanh Diep</p>
<b>Y HỌC THỂ THAO</b>		<b>MEDICINE SPORTS</b>
<p><b>MỨC ĐỘ BIỂU HIỆN CỦA NHÓM GEN LIÊN QUAN ĐIỀU HÒA HÔ HẤP VÀ LƯỢNG OXY TẾ BÀO CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN QUỐC GIA MÔN TAEKWONDO</b> PGS.TS Bùi Ngọc; TS Nguyễn Mạnh Thắng TS Nguyễn Tuấn Anh; TS Nguyễn Thy Ngọc</p>	<b>92</b>	<p><b>EXPRESSION LEVELS OF GENES RELATED TO RESPIRATORY REGULATION AND CELLULAR OXYGEN LEVELS IN NATIONAL TAEKWONDO TEAM ATHLETES</b> Assoc. Prof. PhD. Bui Ngoc; PhD. Nguyen Manh Thang; PhD. Nguyen Tuan Anh; PhD. Nguyen Thy Ngoc</p>
<p><b>KẾT QUẢ ỨNG DỤNG HUYẾT TƯƠNG GIÀU TIỂU CẦU (PRP) VÀ MỘT SỐ BÀI TẬP KẾT HỢP NHẪM ĐIỀU TRỊ VÀ PHỤC HỒI CHỨC NĂNG KHỚP GỐI BỊ ĐỨT BÁN PHẦN DÂY CHẴNG CHÉO TRƯỚC CỦA NGƯỜI TẬP LUYỆN THỂ THAO</b> ThS. Nguyễn Thụy Song Hà; TS. Trần Công Toại PGS.TS Đặng Hà Việt</p>	<b>96</b>	<p><b>RESULTS OF APPLYING PLATELET-RICH PLASMA (PRP) AND COMBINED EXERCISES FOR THE TREATMENT AND REHABILITATION OF PARTIAL ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT TEARS IN ATHLETES</b> MSc. Nguyen Thuy Song Ha; PhD. Tran Cong Toai; Assoc. Prof. PhD Dang Ha Viet</p>