

THỰC TRẠNG HỨNG THÚ CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THÁI NGUYÊN VỚI HOẠT ĐỘNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO

Đỗ Ngọc Cương⁽¹⁾

Tóm tắt:

Hứng thú có vai trò thúc đẩy con người tham gia tích cực vào hoạt động. Do vậy, một yếu tố quan trọng để nâng chất lượng công tác Giáo dục thể chất (GDTC) là khơi dậy hứng thú của người học với các hoạt động GDTC và thể thao. Qua nghiên cứu tài liệu, phỏng vấn, quan sát sư phạm, kiểm tra sư phạm đề tài đánh giá thực trạng hứng thú với hoạt động GDTC và Thể thao của sinh viên Trường ĐH Sư phạm - ĐH Thái Nguyên (ĐHSP Thái Nguyên). Hứng thú của sinh viên được đánh giá qua các dấu hiệu cụ thể về mặt nhận thức, cảm xúc, hành động cũng như kết quả của quá trình tập luyện.

Từ khóa: Hứng thú học tập, tích cực hoạt động, giáo dục thể chất và thể thao.

Current situation of student's interest in physical education and sports activities at Thai Nguyen University of Education

Summary:

Excitement plays a role in motivating people to participate actively in activities. Therefore, an important factor to improve the quality of physical education (PE) is to stimulate learners' interest in the PE activities. Through document research, interviews, pedagogical observation and examination, the topic evaluates the Current situation of student's interest in physical education and sports activities at Thai Nguyen University of Education. Student's interest is assessed through the specific such as signs of cognition, emotion, action as well as the results of training process.

Keywords: Learning interest, active, physical education and sports.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Hứng thú có vai trò thúc đẩy con người tham gia tích cực vào hoạt động. Một người có hứng thú cao với hoạt động nào đó thì họ sẽ tìm thấy niềm vui trong hoạt động đó và thực hiện nó một cách dễ dàng, có hiệu quả cao, tạo ra xúc cảm dương tính mạnh mẽ với lĩnh vực, hoạt động đó. Do vậy, hiệu quả đạt được sẽ cao hơn.

Trong công tác Giáo dục thể chất (GDTC), việc hình thành và phát triển hứng thú cho sinh viên đồng nghĩa với việc tạo ra cảm xúc dương tính mạnh mẽ của sinh viên. Từ đó sinh viên sẽ tích cực, chủ động tham gia vào các hoạt động thể thao. Qua đó nâng cao hiệu quả công tác GDTC và thể thao cho sinh viên. Muốn vậy, trước hết phải nắm bắt được đặc điểm tâm lý và những biểu hiện về mặt hứng thú của sinh viên với hoạt động GDTC và thể thao. Đó là cơ sở để đánh giá thực trạng và nghiên cứu biện pháp nâng cao hứng thú cho sinh viên trong hoạt động này.

Tại trường ĐHSP Thái Nguyên, công tác GDTC và các hoạt động thể thao cho sinh viên luôn được lãnh đạo nhà trường và khoa TĐTT quan tâm. Chương trình GDTC cho sinh viên đã có những đổi mới và đạt được kết quả nhất định. Tuy vậy, công tác GDTC vẫn còn những mặt tồn tại nhất định do nhiều nguyên nhân chủ quan, khách quan khác nhau nên sinh viên chưa tích cực, chủ động trong các hoạt động GDTC và thể thao của Trường. Hiệu quả công tác GDTC chưa cao. Do vậy, việc đánh giá thực trạng mức độ hứng thú của sinh viên với các hoạt động GDTC và thể thao để làm cơ sở xây dựng các biện pháp góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên là cần thiết.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp kiểm tra sư phạm và Phương pháp toán học thống kê.

⁽¹⁾TS. Trường Đại học sư phạm, Đại học Thái Nguyên; Email: dongoccuongtue@gmail.com



Hứng thú học tập cao là điều kiện đảm bảo cho học tập GDTC đạt hiệu quả tốt nhất (Ảnh minh họa)

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Xác định cơ sở lý luận về hứng thú của sinh viên với hoạt động Giáo dục thể chất và thể thao

Chúng tôi tìm hiểu hứng thú với hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên thông qua nghiên cứu lý luận về hứng thú, đặc điểm tâm lý, hoạt động cơ bản của sinh viên.

Khái niệm: Hứng thú với hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên là thái độ lựa chọn đặc biệt của sinh viên đối với nội dung, hình thức nào đó của hoạt động GDTC và thể thao, do thấy được sự hấp dẫn và ý nghĩa thiết thực của nó với bản thân.

Biểu hiện hứng thú với hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên

Hứng thú với các hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên được biểu hiện qua các dấu hiệu cụ thể về mặt nhận thức, cảm xúc và hành động. Những biểu hiện này khá đa dạng, phức tạp, có thể đan xen nhau.

Biểu hiện về mặt nhận thức: sinh viên tích cực tìm hiểu và nhận thức đầy đủ về mục đích, ý nghĩa, tác dụng của TDDT, đây là nguyên nhân của sự yêu thích.

Biểu hiện về xúc cảm: Sinh viên có xúc cảm tích cực (yêu thích, say mê...) với các hoạt động TDDT. Các em thực sự yêu thích hoạt động TDDT (môn thể thao, hình thức tập luyện... nào đó) và coi đó là niềm vui, hạnh phúc khi được tham gia.

Biểu hiện về mặt hành động:

Đối với các hoạt động GDTC chính khóa:

- Chấp hành tốt nội quy của giờ học (đúng giờ, trang phục đúng quy định...);
- Chú ý lắng nghe, quan sát giảng viên giảng dạy và thực hiện động tác mẫu;
- Tích cực, chủ động với các hoạt động trên lớp;

Đối với các hoạt động TDDT ngoại khóa:

- Tích cực chủ động tham gia các hoạt động ngoại khóa, các CLB thể thao;
- Tìm hiểu kiến thức liên quan đến môn học GDTC và lĩnh vực thể thao;
- Tuyên truyền, vận động mọi người tham gia tập luyện TDDT.

Biểu hiện về mặt kết quả: Kết quả học tập, rèn luyện tốt. Hoàn thành tốt các yêu cầu của môn học; đạt tiêu chuẩn về thể lực theo quy định; có đóng góp tích cực cho giờ học và các hoạt động thể thao của lớp, trường cũng như địa phương.

Mức độ hứng thú với hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên

Chúng tôi xác định 3 cấp độ của hứng thú đối với hoạt động GDTC và thể thao:

- **Hứng thú cao:** Có cảm xúc dương tính mạnh mẽ với hoạt động GDTC và thể thao do có nhận thức đúng và đủ về hoạt động này. Sinh viên tích cực, chủ động cao trong việc nắm bắt và tham gia vào các hoạt động.

- **Hứng thú:** Có xúc cảm dương tính ở mức vừa phải; Nhận thức đúng hoặc tương đối đúng,

đủ; Tích cực tham gia hoạt động nhưng chưa ở mức chủ động cao.

- **Không hứng thú:** Không có xúc cảm dương tính, chưa có nhận thức hoặc nhận thức sai.

Không có hành động tích cực, chủ động để chiếm lĩnh và tham gia hoạt động. Hoặc giữa 3 mặt xúc cảm - nhận thức - hành động chưa có sự tương quan, đồng bộ (VD: rất yêu thích thể thao nhưng

Bảng 1. Nhận thức của SV về tác dụng của GDTC và TT (n=385)

TT	Ý nghĩa, tác dụng của Giáo dục thể chất và thể thao	Tác dụng cao		Bình thường		Ít tác dụng		Không có tác dụng	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%
1	Phát triển thể lực	381	98.96	4	1.04	0	0	0	0
2	Phát triển kỹ năng, kỹ xảo VĐ	380	98.70	5	1.30	0	0	0	0
3	Hình thể cân đối	320	83.12	65	16.88	0	0	0	0
4	Phòng, chống bệnh tật	195	50.65	115	29.87	73	19.86	2	0.52
5	Giải trí, thư giãn	145	37.66	105	27.27	98	25.45	37	9.61
6	Rèn luyện bản lĩnh, khả năng thích nghi với cuộc sống	87	22.60	99	25.71	147	38.18	52	13.51
7	Phát triển trí nhớ, tư duy, tự tin	32	8.31	53	13.77	193	50.13	107	27.79
8	Mở rộng quan hệ xã hội	51	13.25	92	23.90	172	44.68	70	18.18

chưa tích cực tham gia hoạt động, hoặc rất tích cực tham gia nhưng không xuất phát từ sự yêu thích mà vì những mục đích tiêu cực...).

Tóm lại: Từ góc nhìn này chúng ta có thể thấy mức độ hứng thú của sinh viên với hoạt động GDTC và thể thao phần nào đó thể hiện chất lượng của công tác GDTC.

2. Thực trạng hứng thú của sinh viên Trường ĐHSPT Thái Nguyên với hoạt động giáo dục thể chất

Chúng tôi đã đánh giá thực trạng hứng thú của SV Trường ĐHSPT Thái Nguyên qua kết quả khảo sát 385 SV (281 nữ, 104 nam) tại thời điểm đầu học phần GDTC 2.

Về nhận thức: Kết quả khảo sát được tổng hợp tại bảng 1 cho thấy nhận thức của sinh viên

về ý nghĩa, tác dụng của GDTC và thể thao còn chưa đầy đủ.

- Sinh viên đánh giá “cao” ý nghĩa, tác dụng của hoạt động GDTC và thể thao đối với sự phát triển thể lực (98.96%), kỹ năng, kỹ xảo vận động (98.70%) và sự cân đối về hình thể (83.12%).

- Tỷ lệ sinh viên đánh giá “cao” giá trị của GDTC và thể thao đối với phòng chống bệnh tật không nhiều (50.65%). Có đến 19.86% sinh viên được hỏi cho rằng GDTC và thể thao “ít có tác dụng” trong việc phòng, chống bệnh tật.

- Giá trị của GDTC và thể thao với giải trí, thư giãn và rèn luyện khả năng thích nghi với cuộc sống cũng không được nhiều SV đánh giá cao. Chỉ có 22.60% đến 37.66% sinh viên đánh

Bảng 2. Mức độ yêu thích với hoạt động GDTC và TT của SV (n=385)

TT	Nội dung	Mức độ	m _i	Tỷ lệ %
1	Các hoạt động trong giờ học Giáo dục thể chất	Rất yêu thích	26	6.75
		Yêu thích	98	25.45
		Không thích	261	67.79
2	Các hoạt động thể thao do khoa và nhà trường tổ chức	Rất yêu thích	35	9.09
		Yêu thích	130	33.77
		Không thích	220	57.14
3	Các chương trình truyền hình thể thao	Rất yêu thích	30	7.79
		Yêu thích	111	28.83
		Không thích	244	63.38

Bảng 3. Kết quả khảo sát biểu hiện về hành động của SV với hoạt GDTC và TT (n=385)

TT	Biểu hiện	Mức độ	Kết quả	
			m _i	%
1	Chấp hành nội quy giờ học (đúng giờ, trang phục...)	Chấp hành đầy đủ	314	81.56
		Thỉnh thoảng vi phạm	71	18.44
		Thường xuyên vi phạm	0	0
2	Nghe, quan sát giảng viên giảng dạy và thực hiện động tác mẫu.	Thường xuyên chú ý	135	35.06
		Thỉnh thoảng mới chú ý	210	54.55
		Chưa bao giờ chú ý	39	10.13
3	Thực hiện các hoạt động tập luyện trong giờ học	Tích cực, chủ động	61	15.84
		Hoàn thành, gượng ép	227	58.96
		Thực hiện 1 phần cho có	97	25.19
4	Tập luyện ngoài giờ học, tham gia các CLB thể thao	Thường xuyên	35	9.09
		Thỉnh thoảng	208	54.03
		Chưa bao giờ	142	36.88
5	Tìm hiểu kiến thức, tuyên truyền, vận động mọi người tham gia tập luyện TDTT	Thường xuyên	21	5.45
		Thỉnh thoảng	101	26.23
		Chưa bao giờ	263	68.31

giá ở mức “tác dụng cao”; 25.45% đến 38.18% đánh giá “ít tác dụng”; và 9.61% đến 13.51% đánh giá “không có tác dụng”.

- Về tác dụng của GDTC và thể thao với sự phát triển trí nhớ, tư duy, tự tin và quan hệ xã hội thì không ít sinh viên (18.18% đến 27.79%) cho rằng “không có tác dụng”; 38.18% đến 50.13% cho rằng “ít tác dụng”.

Về mặt cảm xúc: Tỷ lệ sinh viên có những cảm xúc tích cực, dương tính với các hoạt động GDTC và thể thao còn ít. Kết quả khảo sát về mức độ yêu thích đối với giờ học GDTC, các hoạt động thể thao và các chương trình truyền hình về thể thao được tổng hợp tại Bảng 2 cho thấy chỉ từ 6.75% đến 9.09% sinh viên lựa chọn mức “rất yêu thích”; 25.45% đến 33.77% lựa chọn mức “yêu thích”; và có từ 57.14% đến 67.79% “không thích”.

Về mặt hành động: Kết quả khảo sát tổng hợp tại Bảng 3 cho thấy đa số sinh viên chỉ có biểu hiện dương tính với các hành động mang tính bắt buộc (nội quy của giờ học). Ít sinh viên có biểu hiện mang tính tự giác, tích cực với các hoạt động.

- Đa số (81.56%) sinh viên “chấp hành đầy đủ” nội quy của giờ học thể dục; 18,44% “thỉnh

thoảng” vi phạm; và không có ai thường xuyên vi phạm.

- Chỉ có 35.06% sinh viên “thường xuyên chú ý” đến hoạt động giảng dạy và làm mẫu của giảng viên; Có đến 54.55% “thỉnh thoảng mới chú ý” và 10.13% “không bao giờ” để ý đến.

- Đối với các hoạt động tập luyện trong giờ học thì chỉ có 15.84% sinh viên thể hiện sự “tích cực, chủ động”; 58.96% hoàn thành nhiệm vụ tập luyện với thái độ “gượng ép”; và có đến 25.19% chỉ “thực hiện một phần cho có”.

- Tỷ lệ sinh viên tập luyện ngoại khóa còn ít. Chỉ có 9.09% sinh viên trả lời “thường xuyên” tập luyện; 54.03% “thỉnh thoảng” mới tập; và có đến 68.31% không bao giờ tập ngoại khóa.

- Việc chủ động tìm hiểu kiến thức cũng như tuyên truyền, vận động người khác tham gia các hoạt động thể thao cũng được rất ít sinh viên quan tâm. Chỉ có 5.45% sinh viên “thường xuyên” thực hiện việc này; 26.23% “thỉnh thoảng” thực hiện và có đến 68.31% “chưa bao giờ” thực hiện.

Về mặt kết quả: Đề tài đánh giá trình độ thể lực chung và tổng hợp kết quả học tập học phần GDTC 1 của sinh viên. Kết quả được tổng hợp tại bảng 4 và bảng 5.

Bảng 4. Thể lực chung của sinh viên (n=385)

TT	Nội dung	Loại					
		Tốt		Đạt		Không đạt	
		m_i	%	m_i	%	m_i	%
1	Bật xa tại chỗ	106	27.53	201	52.21	78	20.26
2	Chạy 30m xuất phát cao	92	23.9	228	59.22	65	16.88
3	Chạy con thoi 4x10m	109	28.31	200	51.95	76	19.74
4	Chạy tùy sức 5 phút	27	7.01	234	60.78	124	32.21
5	Đánh giá tổng hợp	58	15.06	195	50.65	132	34.29

Bảng 5. Kết quả học tập học phần GDTC 1 của sinh viên (n = 385)

Học phần	Xếp loại									
	A (8.5 - 10)		B (7 - 8.4)		C (5.5 - 6.9)		D (4 - 5.4)		F (< 4)	
	m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%	m_i	%
GDTC 1	49	10.13	62	16.1	138	35.84	98	25.45	48	12.47

(Điểm “đạt” là từ điểm D trở lên)

Trình độ thể lực chung của sinh viên (n = 385; 281 nữ, 104 nam) được đánh giá theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT (đối chiếu theo tiêu chuẩn của tuổi 19).

- Kết quả từng nội dung kiểm tra cho thấy đa số (67.79% đến 83.12%) sinh viên có kết quả “tốt” và “đạt”. Tuy nhiên tỷ lệ “không đạt” cũng không ít. Cụ thể: Bật xa tại chỗ có 20.26% “không đạt”; Chạy 30m XPC có 16.88% “không đạt”; Chạy 4x10m có 19.74% “không đạt”; Chạy tùy sức 5 phút có đến 32.21% “không đạt”.

- Kết quả đánh giá tổng hợp cho thấy còn có đến 34.29% sinh viên “không đạt” trình độ thể lực chung theo lứa tuổi.

Kết quả học tập học phần GDTC 1 của sinh viên tập trung chủ yếu ở khoảng điểm trung bình - yếu (từ 4 đến 6.9 điểm) là C (35.84%) và D (25.45%). Tỷ lệ đạt điểm khá (B) và giỏi (A) không cao, lần lượt là 16.10% và 10.13%. Có 12.47% đạt điểm F (dưới 4 điểm).

Tóm lại: Đa số sinh viên Trường ĐHSP Thái Nguyên còn ít quan tâm và chưa chú trọng đến hoạt động GDTC và thể thao. Nhận thức của sinh viên về ý nghĩa tác dụng của GDTC và thể thao còn chưa đầy đủ. Họ cũng thiếu chủ động, tích cực với các hoạt động GDTC chính khóa và ngoại khóa. Do vậy kết quả học tập học phần GDTC 1 và kết quả đánh giá trình độ thể lực chung đạt được không cao

KẾT LUẬN

- Hứng thú với hoạt động GDTC và thể thao của sinh viên được đánh giá qua các biểu hiện cụ thể về mặt nhận thức, cảm xúc và hành động. Cụ thể là:

+ Về mặt nhận thức: Mức độ nhận thức về mục ý nghĩa, tác dụng của TĐTT.

+ Về xúc cảm: Mức độ yêu thích, say mê... với các hoạt động TĐTT.

+ Về mặt hành động: Mức độ tích cực, chủ động với các hoạt động trên lớp và ngoại khóa; Tìm hiểu kiến thức, tuyên truyền, vận động mọi người tham gia tập luyện TĐTT.

- Mức độ hứng thú của sinh viên Trường ĐHSP Thái Nguyên với hoạt động GDTC và thể thao còn thấp ở tất cả các mặt nhận thức, cảm xúc và hành động. Do vậy kết quả học tập và trình độ thể lực chung còn hạn chế.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Thị Bùng và các tác giả (2008), *Những thuộc tính tâm lý điển hình của nhân cách*, Nxb ĐH Sư phạm.
2. Đặng Vũ Hoạt, Hà Thị Đức (2009), *Lý luận dạy học đại học*, Nxb ĐH Sư phạm.
3. Nguyễn Thạc, Phạm Thành Nghị (2009), *Tâm lý học sư phạm đại học*, Nxb ĐH Sư phạm
4. Lê Văn Xem (2004), *Tâm lý học thể dục thể thao*, Nxb ĐH Sư phạm.

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC HUẤN LUYỆN KHẢ NĂNG PHỐI HỢP VẬN ĐỘNG CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN QUẦN VỢT LỬA TUỔI 13-14 TRUNG TÂM HUẤN LUYỆN VÀ THI ĐẤU THỂ DỤC THỂ THAO

Ngô Hải Hưng⁽¹⁾
Vũ Thế Phong⁽²⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản, đề tài đã đánh giá được thực trạng công tác huấn luyện khả năng phối hợp vận động cho Nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội trên các mặt: Thực trạng phân bổ nội dung chương trình huấn luyện; Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác huấn luyện; Thực trạng sử dụng các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động và thực trạng khả năng phối hợp vận động của VĐV. Kết quả cho thấy thực trạng phân phối nội dung chương trình huấn luyện các tố chất thể lực đã đảm bảo tính khoa học, trang thiết bị phục vụ công tác huấn luyện tuy chưa thực sự đầy đủ nhưng đã đảm bảo yêu cầu cơ bản của công tác huấn luyện, các bài tập phát triển khả năng phối hợp vận động còn ít, chưa đa dạng phong phú và đặc biệt, khả năng phối hợp vận động của VĐV còn hạn chế.

Từ khóa: Công tác huấn luyện, khả năng phối hợp vận động, VĐV Quần vợt, lứa tuổi 13-14, Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội

Situation of training activities of coordination ability for male tennis athletes aged 13-14 in Hanoi Sports Training and Competition Center

Summary:

Using basic scientific research methods, the topic has assessed the status of motor coordination training for male tennis players aged 13-14 in Hanoi Sports Training and Competition Center in the following aspects: Current status of training program content distribution; Current conditions of facilities serving the training; The situation of using exercises to develop motor coordination ability and the status of athletes' ability to coordinate movement. The results show that the actual distribution of the physical factor training content has ensured the science characteristics; the equipment serving the training is not really adequate but has met the basic requirements of training activity; the exercises to develop the coordination ability are few, not diverse; and specially, the athlete's coordination ability is still limited.

Keywords: Training activity, coordination ability, tennis athletes, ages 13-14, Hanoi Sports Training and Competition Center

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong tập luyện và thi đấu Quần vợt, khả năng phối hợp vận động đặc biệt quan trọng, nó thể hiện ở khả năng giữ thăng bằng trong di chuyển; khả năng định hướng trong việc đỡ và đánh trả bóng của đối phương; khả năng phản ứng với những cú đánh nhanh của đối phương; khả năng phân biệt dùng lực; khả năng thích ứng với các tình huống thi đấu phát sinh.... Tuy

nhiên, thực tiễn công tác huấn luyện và thực trạng khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 của Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội lại chưa được quan tâm nghiên cứu và còn hạn chế. Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng và tính cấp thiết của vấn đề nghiên cứu, chúng tôi lựa chọn và tiến hành đánh giá thực trạng công tác huấn luyện khả năng phối hợp vận động cho

⁽¹⁾PGS.TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

⁽²⁾ThS, Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội

Nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội làm cơ sở cho việc lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả công tác huấn luyện.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình giải quyết các nhiệm vụ nghiên cứu chúng tôi sử dụng các phương pháp: Phương pháp tham khảo tài liệu, Phương pháp phỏng vấn, Phương pháp quan sát sự phạm và Phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành tại Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội, thời điểm năm 2019.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng phân bổ nội dung chương trình huấn luyện cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội

Để đánh giá thực trạng phân bổ nội dung chương trình huấn luyện cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội, chúng tôi tiến hành thu thập số liệu trong kế hoạch huấn luyện năm và phỏng vấn trực tiếp các cán bộ, huấn luyện viên hiện đang làm công tác huấn luyện tại Trung tâm. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Bảng 1. Phân bổ thời gian cho các nội dung huấn luyện cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội

TT	Nội dung huấn luyện	Số giáo án	Tỷ lệ %
1	Kỹ thuật	38	26.39
2	Chiến thuật	45	31.25
3	Thể lực	28	19.44
4	Thi đấu	33	22.92
Tổng		144	100

Qua bảng 1 cho thấy: Sự phân bổ thời gian dành cho huấn luyện thể lực còn ít so với thời gian huấn luyện kỹ - chiến thuật (số buổi tập luyện thể lực chỉ chiếm 19,44%). Đây là tổng

số buổi tập dành cho tập luyện thể lực nói chung, vì vậy chúng tôi đã đi sâu phân tích phân phối thời gian huấn luyện cụ thể cho các tổ chất thể lực.

Bảng 2. Phân phối thời gian huấn luyện các tổ chất thể lực cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội

TT	Nội dung huấn luyện	Số giáo án	Tỷ lệ %
1	Sức nhanh	7	25
2	Sức mạnh	7	25
3	Sức bền	8	28.57
4	Khả năng phối hợp vận động	6	21.42
Tổng		28	100

Qua bảng 2 cho thấy: Việc phân phối thời gian huấn luyện từng tổ chất thể lực cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội có sự khác nhau.

Trên cơ sở lý thuyết huấn luyện và ý kiến của các chuyên gia, tỷ lệ thời gian huấn luyện khả năng phối hợp vận động như vậy là hợp lý,

chiếm 21.42% trong tổng thời gian huấn luyện các tổ chất thể lực.

Tuy nhiên, qua quan sát thực tế thi đấu của nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và thi đấu TDTT Hà Nội nhận thấy, khả năng phối hợp vận động của các em chưa thực sự tốt, ảnh hưởng trực tiếp tới kết quả thi

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**4. Trương Quốc Uyên**

Ý nghĩa lịch sử của phong trào “khỏe vì nước” do chủ tịch Hồ Chí Minh đích thân phát động

7. Phạm Thanh Cẩm

Tiếp tục đẩy mạnh công tác TDTT theo tinh thần Nghị quyết Đại hội XII của Đảng

10. Phạm Ngọc Viễn

Bóng đá Việt Nam – cơ hội và thách thức chinh phục những tầm cao mới – FIFA World cup 2026

BÀI BÁO KHOA HỌC**14. Nguyễn Văn Phúc**

Thực trạng nhận định của người dân về các yếu tố ảnh hưởng đến phát triển dịch vụ TDTT quần chúng tại Việt Nam

20. Vũ Chung Thủy, Phạm Đức Viễn

Hiệu quả tác động của các chính sách, giải pháp tới các yếu tố ảnh hưởng đến phát triển thể lực của người dân tộc thiểu số tỉnh Sơn La

29. Đặng Thị Lợi

Thực trạng phổ cập bơi cho học sinh 9-11 tuổi tại thành phố Hà Nội theo đánh giá của giáo viên dạy bơi

34. Phan Ngọc Thiết Kế, Nguyễn Việt Tuấn

Thực trạng và các yếu tố ảnh hưởng đến giáo dục kỹ năng vận động viên của trẻ tự kỷ tại thành phố Đà Nẵng

41. Đỗ Ngọc Cương

Thực trạng hứng thú của sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thái Nguyên với hoạt động giáo dục thể chất và thể thao

46. Ngô Hải Hưng, Vũ Thế Phong

Thực trạng công tác huấn luyện khả năng phối hợp vận động cho nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu TDTT

51. Nguyễn Trác Linh

Thực trạng những lỗi sai thường mắc trong thực hiện kỹ thuật Tunggal của nữ vận động viên Pencak Silat lứa tuổi 16-17 Đội tuyển Công an Nhân dân

55. Bùi Thị Sáng

Xác định test đánh giá trình độ sức bền tốc độ của nữ VĐV Đua thuyền Kayak lứa tuổi 15-17 câu lạc bộ Đua thuyền Hà Nội

61. Đặng Thị Bình Hương

Ảnh hưởng của bài tập đi bộ đối với bệnh nhân đái tháo đường type 2

65. Đinh Quang Ngọc, Nguyễn Ngọc Tuấn

Thực trạng đặc điểm tâm lý VĐV cung 3 dây Đội tuyển Bắn cung Việt Nam

68. Trần Văn Trường, Bùi Ngọc, Đàm Công Tùng, Nguyễn Quang San

Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả chuẩn bị tâm lý cho VĐV Cờ vua đẳng cấp cao Việt Nam

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**73. Đặng Văn Dũng**

Ứng dụng công nghệ giáo dục từ xa trong đào tạo cán bộ Thể dục thể thao

78. Phạm Tuấn Dũng, Phạm Việt Hà

Bài tập giúp cải thiện tư thế lưng

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

The historical meaning of “Strong for country” movement launched by President Ho Chi Minh

7. Pham Thanh Cam

Continue promoting physical training and sports according to spirit of the Resolution of the XII Congress of the Party

10. Pham Ngoc Vien

Vietnamese football - opportunities and challenges in order to constitute higher achievements – FIFA World cup 2026

ARTICLES

14. Nguyen Van Phuc

Current status of people's comments on factors affecting the development of public sport services in Vietnam

20. Vu Chung Thuy, Pham Duc Vien

Efficiency of policies and solutions on factors affecting physical development of ethnic minority people in Son La province

29. Dau Thi Loi

Evaluate the current situation of swimming popularization for students aged 9-11 in Hanoi city according to the assessment of swimming teachers

34. Phan Ngoc Thiet Ke, Nguyen Viet Tuan

Situation and factors affecting motor skills education for autistic children in Danang City

41. Do Ngoc Cuong

Current situation of student’s interest in physical education and sports activities at Thai Nguyen University of Education

46. Ngo Hai Hung, Vu The Phong

Situation of training activities of coordination ability for male tennis athletes aged 13-14 in Hanoi Sports Training and Competition Center

51. Nguyen Trac Linh

Situation of regular mistakes in performing Tunggal technique of Pencak Silat female athlete aged 16-17 in People's Public Security Team

55. Bui Thi Sang

Determine the test to assess the level of speed endurance for female Kayak rowers aged 15-17 in Hanoi Boat Racing Club

61. Dau Thi Binh Huong

The effect of walking exercise on type-2 diabetic patients

65. Dinh Quang Ngoc, Nguyen Ngoc Tuan

Situation and psychological characteristics of 3-string archery team of Vietnam

68. Tran Van Truong, Bui Ngoc, Dam Cong Tung, Nguyen Quang San

Choosing measures to improve the effectiveness of psychological preparation for Vietnamese high-level chess athletes

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

73. Dang Van Dung

Application of tele-education technology in training officials in the field of physical training and sports

78. Pham Tuan Dung, Pham Viet Ha

Exercises for improving the back position

80. Rules of writing and posting.