

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên

Tư tưởng Hồ Chí Minh về giáo dục thể chất tuổi trẻ học đường

6. Bùi Văn Mạnh; Phạm Trường Nam

Phát triển thể thao gắn liền với công nghệ kỹ thuật số

10. Trần Thủy

Tiềm năng trong phát triển du lịch gắn với các môn thể thao tại tỉnh Quảng Bình

BÀI BÁO KHOA HỌC

13. Nguyễn Văn Phúc

Đề xuất mô hình giảm thiểu rủi ro pháp lý trong hoạt động thể dục thể thao tại Việt Nam

16. Đỗ Hữu Trường; Phạm Kiên Cường

Đánh giá thực trạng hoạt động sự kiện thể thao của vùng Trung du và Miền núi Bắc bộ

19. Đặng Văn Dũng; Phạm Việt Hùng

Một số kinh nghiệm từ mô hình đào tạo nguồn dự bị thể thao thành tích cao của Liên bang Nga

23. Nguyễn Ngọc Bình

Thực trạng phát triển thể chất của học sinh Trung học phổ thông tỉnh Thái Nguyên

27. Trần Trọng Thân; Đoàn Hùng Tráng

Phân tích hiệu quả dạy học môn Khiêu vũ Bbachata cho sinh viên Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật công nghiệp theo phương pháp lớp học đảo ngược

33. Trần Gia Kiên; Trần Thanh Tùng; Trần Đức Luân; Vũ Thanh Hùng; Nguyễn Minh Quang; Trần Văn Hải

Đề xuất giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Hà Nội

38. Phạm Tất Thắng

Thực trạng hoạt động tập luyện thể thao ngoại khóa của nữ sinh viên Trường Đại học Hà Nội

42. Bùi Danh Tuyên

Xây dựng tiêu chuẩn kiểm tra- đánh giá kết quả học tập học phần Bóng đá cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ Đông Á

47. Nguyễn Hữu Trung

Hiệu quả phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất Đội tuyển Bóng ném Trường Đại học Thể thao Thanh niên và Du lịch Nga trong chu kỳ huấn luyện năm

52. Bounnuang Kamphengthong

Giải pháp nâng cao chất lượng giáo dục thể dục thể chất cho học sinh Trung học phổ thông Thủ đô Viêng chăn - Lào

56. Phonesooksin TESO

Thực trạng thể chất và đặc điểm phát triển thể lực của sinh viên Trường Đại học Quốc gia Lào

61. Nguyễn Thị Thu Trang

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Câu lạc bộ Cầu lông Học viện Y Dược học cổ truyền Việt Nam

65. Trần Thị Hồng Việt; Đinh Thị Mai Anh

Thực trạng trình độ thể lực chuyên môn của nam vận động viên Bóng bàn lứa tuổi 14 -15

69. Lê Thị Uyên Phương; Huỳnh Văn Minh; Trần Thị Thùy Linh; Nguyễn Phan Bảo Thành; Nguyễn Thị Diễm Thương

Đánh giá các yếu tố nguy cơ ở người cao tuổi bị tăng huyết áp độ 1 tại thành phố Huế

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

74. Minh Đức

Công tác tuyển sinh và những kết quả đạt được trong giai đoạn hình thành và xây dựng Trường Đại học TĐTT Bắc Ninh (1959-1964)

77. Nguyễn Phương Thảo; Phạm Việt Hà

Bài tập giúp cơ thể thon gọn cho nữ

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

Ho Chi Minh's ideology on physical education of school youth

6. Bui Van Manh; Pham Truong Nam

Sports development is associated with digital technology

10. Tran Thuy

Exploiting the potential in tourism development associated with sports in Quang Binh province

ARTICLES

13. Nguyen Van Phuc

Proposing a model to minimize legal risks in sports activities in Vietnam

16. Do Huu Truong; Pham Kien Cuong

Assessing the current status of sports event activities in the Northern Midlands and Mountains region

19. Dang Van Dung; Pham Viet Hung

Some experiences from the Russian Federation's high-performance sports reserve training model

23. Nguyen Ngoc Binh

Current status of physical development of high school students in Thai Nguyen province

27. Tran Trong Than; Doan Hung Trang

Analyzing the effectiveness of teaching Bachata Dance for students at the University of Economics and Industrial Technology using the flipped classroom method

33. Tran Gia Kien; Tran Thanh Tung; Tran Duc Luan; Vu Thanh Hung; Nguyen Minh Quang; Tran Van Hai

Proposing solutions to improve the effectiveness of extracurricular sports activities for students at Hanoi University

38. Pham Tat Thang

Extracurricular sports activities of female students at Hanoi University

42. Bui Danh Tuyen

Developing testing standards - evaluating the learning outcomes of the Football module for students at Dong A University of Technology

47. Nguyen Huu Trung

Effective physical development for first-year male students of the Handball Team of the Russian University of Youth Sports and Tourism during the training cycle of the year

52. Bounnuang Kamphengthong

Solutions to improve the quality of physical education for high school students in Vientiane Capital - Laos

56. Phonesooksin TESO

Physical status and physical development characteristics of students at the National University of Laos

61. Nguyen Thi Thu Trang

Selecting and applying exercises to develop professional physical fitness for male students of the Badminton Club of Vietnam Academy of Traditional Medicine and Pharmacy

65. Tran Thi Hong Viet; Dinh Thi Mai Anh

Current status of professional physical fitness of 14-year-old male Table Tennis players -15

69. Le Thi Uyen Phuong; Huynh Van Minh; Tran Thi Thuy Linh; Nguyen Phan Bao Thanh; Nguyen Thi Diem Thuong

Evaluate risk factors in Elderly suffered from stage 1 hypertension in Hue city

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

74. Minh Duc

Enrollment work and results achieved during the formation and construction phase of Bac Ninh Sports University (1959-1964)

77. Nguyen Phuong Thao; Pham Viet Ha

Exercises help women slim their bodies

80. Rules of writing and posting.

HIỆU QUẢ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHO NAM SINH VIÊN NĂM THỨ NHẤT ĐỘI TUYỂN BÓNG NÉM TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ THAO THANH NIÊN VÀ DU LỊCH NGA TRONG CHU KỲ HUẤN LUYỆN NĂM

Nguyễn Hữu Trung⁽¹⁾

Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy trong lĩnh vực TDTT trên cơ sở tiếp cận mô hình mục tiêu đề tài xây dựng chương trình và kế hoạch tập luyện, thi đấu nhằm phát triển thể lực cho sinh viên năm thứ nhất thuộc đội tuyển Bóng ném Trường Đại học Thể thao thanh niên và Du lịch (ĐHTTTN&DL) Nga và ứng dụng đánh giá hiệu quả trong thực tiễn huấn luyện. Kết quả cho thấy trình độ thể lực chung của sinh viên năm thứ nhất sau chu kỳ huấn luyện năm đã đạt kết quả tốt, có độ tin cậy cao.

Từ khóa: Kế hoạch huấn luyện, thể lực, nam sinh viên năm 1 đội tuyển Bóng ném.

Effective physical development for first-year male students of the Handball Team of the Russian University of Youth Sports and Tourism during the training cycle of the year

Summary:

Using regular scientific research methods in the field of physical education and sports based on the objective model approach, the project builds annual training and competition programs and plans to develop physical fitness for year students. First belongs to the Handball team of the Russian University of Youth Sports and Tourism and applies effective assessment in training practice. The results show that the general physical level of first-year students after the year's training cycle has achieved good results and is highly reliable.

Keywords: Training plan, physical strength, 1st year male students of the Handball team.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Bóng ném trong các trường đại học tại Moscow - Liên Bang Nga đang phát triển vượt bậc, là kết quả tiếp biến từ các trường phổ thông. Qua mỗi mùa giải số lượng cũng như chất lượng các giải đấu Bóng ném sinh viên (SV) ngày càng tốt hơn. Một vấn đề rất quan trọng với các đội tuyển SV đó là tuyển chọn và huấn luyện các VĐV mới để thay thế cho những SV đã ra trường. Theo quan sát của chúng tôi trong nhiều năm cho thấy các VĐV năm 1 thường có trình độ thể lực chung thấp hơn, điều này gây ra sự mất cân bằng về trình độ chuyên môn giữa các VĐV. Bởi vậy việc đánh giá đúng về thực trạng và xây dựng được chương trình tập luyện phù hợp để nâng cao trình độ thể lực cho các VĐV năm 1 là vô cùng quan trọng và cấp thiết, giúp trình độ của các VĐV trong đội tuyển đồng đều, góp phần nâng cao hiệu quả tập luyện và thi đấu.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: Phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp Quan sát, phương pháp Kiểm tra sự phạm, phương pháp Thực nghiệm sự phạm, phương pháp Toán thống kê.

Đối tượng khảo sát: 12 SV năm 1 trong Đội tuyển Bóng ném SV Trường ĐHTTTN&DL Nga.

Thời điểm nghiên cứu: Năm 2017 - 2019

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng trình độ thể lực chung của sinh viên năm thứ nhất thuộc Đội tuyển Bóng ném sinh viên Trường ĐHTTTN&DL Nga

Qua tham khảo tài liệu, phỏng vấn chuyên gia, kiểm định độ tin cậy và tính thông báo của các test, chúng tôi đã xác định được 5 test đánh giá trình độ thể lực chung cho nam SV năm 1 Đội tuyển Bóng ném Trường ĐHTTTN&DL Nga gồm: Chạy 30m XPC (giây); Ném bóng đặc 1 kg, đứng (m); Ném bóng đặc 1 kg, ngồi (m); Nhảy ba bước (cm); Chạy con thoi 100m (giây). Kết quả kiểm tra được trình bày tại bảng 1.

⁽¹⁾TS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh; Email: HuuTrung144@gmail.com

**Bảng 1. Thực trạng trình độ thể lực chung của nam sinh viên năm 1 thuộc
Đội tuyển Bóng ném sinh viên Trường ĐHTTTN&DL Nga (n=12)**

TT	Chạy 30m XPC (giây)	Ném bóng đặc 1 kg, đứng (m)	Ném bóng đặc 1 kg, ngồi (m)	Nhảy ba bước (cm)	Chạy con thoi 100m (giây)
	4.44	31.1	11.4	768.8	22.6
σ	0.3	3.5	1.3	30.3	0.8
$C_V\%$	6.5	11.4	11.1	3.9	3.3

Qua kiểm tra đánh giá cho thấy, kết quả thu được ở các test trong mẫu nghiên cứu có sự tập trung, ít phân tán ($C_V < 10\%$), thể hiện trình độ thể lực chung của các VĐV là tương đối đồng đều. Tuy vậy thành tích này còn kém xa thành tích của các VĐV đã tham gia nhiều năm trong đội tuyển Trường. Đây là cơ sở quan trọng để chúng tôi xây dựng chương trình và kế hoạch tập luyện cho các VĐV trong thời gian tiếp theo.

2. Xây dựng chương trình và kế hoạch tập luyện trên cơ sở tiếp cận mô hình mục tiêu

Căn cứ kết quả kiểm tra trình độ thể lực ban đầu của các VĐV, căn cứ lịch thi đấu giải Bóng ném SV Moscow mùa giải 2018-2019, trên cơ sở tiếp cận mô hình mục tiêu chúng tôi đã xây dựng cấu trúc và nội dung chương trình và kế hoạch tập luyện 1 năm và trình bày tại các bảng 2, 3 và 4.

Bảng 2. Cấu trúc và nội dung huấn luyện Đội tuyển Bóng ném sinh viên Trường ĐHTTTN&DL Nga trong chu kỳ tập luyện lớn thứ nhất (Chu kỳ HL1)

1	Giai đoạn	Chuẩn bị 1								Thi đấu 1									
2	Nội dung	ОП				СМ				Thi đấu				Thi đấu					
3	Chu kỳ TB	БР				БС				КП				1 C		2 C		3 C.	
4	Tháng	9				10				11				12					
5	Chu kỳ nhỏ	ОП	ОП	ОП	Вс	СП	СП	СП	М	Вс	М	С	С	С	Вс	С	С	С	Вс
6	Tuần	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
7	Ngày	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18	25	1
		10	17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	3	10	17	24	31	7
8	Thi đấu																		
9	Tập luyện – Học tập																		
10	Khối lượng tập luyện %	Lớn																	
		TB																	
		Nhỏ																	
11	Cường độ tập luyện (%)	Max																	
		Cận max																	
		TB																	
		Thấp																	
12	Chế độ tập luyện trong chu kỳ nhỏ: 1-1 tiết học / ngày I – trò chơi	Thứ 2	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1				
		Thứ 3			1	1								1	1	1	1	1	1
		Thứ 4	1	1			1	1	1	1	1	1	1	и	и				
		Thứ 5			1	1										1	1	1	1
		Thứ 6	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1				
		Thứ 7			1	1	1	1	ки	ки	ки					1	1	1	1
	Chủ nhật														и	и	и	и	
13	Ngày tập luyện trong tuần	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
14	Thi đấu trong tuần														1	1	1	1	
15	Ngày nghỉ trong tuần	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
16	Buổi tập trong tuần	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
17	Giờ tập luyện trong tuần	6	6	6	6	8	8	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	
18	Kiểm tra	к																	

Bảng 3. Cấu trúc và nội dung huấn luyện Đội tuyển Bóng ném sinh viên Trường ĐHTTTN&DL Nga trong chu kỳ tập luyện lớn thứ hai (Chu kỳ HL2)

1	Giai đoạn	Chuẩn bị 2								Thi đấu 2														
2	Nội dung	ОП				СП																		
3	Chu kỳ TB	BP		BC		КП		3 C.				4 C.				5 C.								
4	Tháng	1				2				3				4				5						
5	Chu kỳ nhỏ	ОП	ОП	СП	СП	Вс	СП	СП	М	С	С	С	С	Вс	С	С	С	Вс	СП	СП	СП	С	С	
6	Tuần	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
7	Ngày	8	15	22	29	5	12	19	26	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14	21	28	4	
		14	21	28	4	11	18	25	4	11	18	25	1	8	15	22	29	6	13	20	27	3	10	
8	Thi đấu																							
9	Tập luyện-Học tập																							
10	Khối lượng %	Lớn																						
		TB																						
		Nhỏ																						
11	Cường độ %	Max																						
		Cậnmax																						
		TB																						
		Thấp																						
12	Chế độ tập / chu kỳ nhỏ: 1-1 tiết / ngày I – trò chơi	Thứ 2																						
		1		1	1			1	1	1	1	1	1	1		1	1	1						
						1	1	1	1						1				1	1	1	1	1	
		1	1	1	1			1	1	1	1	1	1		1	1	1	1						
			1			1	1								1			и			1	1	1	1
		1	1	1	1	кн	кн	кн	кн	1	1	1	1	и	1	1							и	и
												и	и	и	и		и	и					и	и
13	Ngày tập / tuần	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	
14	Thi đấu / tuần									1	1	1	1	1	1	1	1					1	1	
15	Ngày nghỉ / tuần	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	
16	Buổi tập / tuần	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	
17	Giờ tập / tuần	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4	6	6	6	6	
18	Kiểm tra				к					к										к				

Chú thích:

Nội dung: ОП- Huấn luyện chung; СП – Huấn luyện chuyên môn;

Chu kỳ tập luyện trung bình: BP – Phát triển cơ bản; BC – Ôn định cơ bản; КП - Kiểm tra – Huấn luyện; C – Thi đấu;

Chu kỳ tập luyện nhỏ: ОП – Huấn luyện chung; СП - Huấn luyện chuyên môn; М – Mô hình; C – Thi đấu; Вс – Hồi phục; кн – Trận đấu kiểm tra; и: Trận đấu chính thức;

Kiểm tra: к – Kiểm tra.

Bảng 4. Cấu trúc và nội dung giai đoạn chuyển tiếp trong kế hoạch huấn luyện năm

1	Giai đoạn		Chuyển tiếp										CB	
2	Nội dung		Hồi phục											
3	Chu kỳ tập luyện trung bình		Hồi phục – hỗ trợ					Hồi phục – hỗ trợ						
4	Tháng		6				7				8			
5	Chu kỳ tập luyện nhỏ		Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	Bc	ОП	
6	Tuần		41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
7	Ngày		11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27
			17	24	1	8	15	22	29	5	12	19	26	2
8	Thi đấu													
9	Tập luyện – Học tập													
10	Khối lượng tập luyện %	Lớn												
		Trung bình												
		Nhỏ												
11	Cường độ khối lượng tập luyện %	Tối đa												
		Gần tối đa												
		Trung bình												
		Thấp												
12	Chế độ tập luyện trong chu kỳ nhỏ: 1- 1 tiết học trong ngày II – trò chơi	Thứ 2							1	1	1	1	1	1
		Thứ 3												
		Thứ 4							1	1	1	1	1	1
		Thứ 5												
		Thứ 6							1	1	1	1	1	1
		Thứ 7+ Chủ nhật												
13	Ngày tập luyện trong tuần								3	3	3	3	3	3
14	Thi đấu trong tuần													
15	Ngày nghỉ trong tuần								4	4	4	4	4	4
16	Buổi tập trong tuần											3	3	
17	Giờ tập luyện trong tuần								6	6	6	6	6	6
18	Kiểm tra								K					

3. Đánh giá hiệu quả phát triển thể lực

Sau khi kết thúc chu kỳ tập luyện và thi đấu 1 năm theo chương trình và kế hoạch tập luyện được xây dựng bao gồm: 2 giai đoạn chuẩn bị, 2 giai đoạn thi đấu và 1 giai đoạn chuyển tiếp, chúng tôi tiến hành kiểm tra đánh giá trình độ thể lực chung của các VĐV và so sánh với kết quả kiểm tra ban đầu. Kết quả được trình bày ở bảng 5.

Quan sát kết quả sau 1 năm tập luyện và thi đấu theo chương trình và kế hoạch tập luyện được xây dựng cho ta thấy:

- Thành tích của các VĐV năm 1 đã có sự tăng trưởng ở cả 5 test kiểm tra, trong đó 3 test có thành tích tốt là: Ném bóng 1kg, đứng (m) với thành tích trung bình tăng hơn so với ban đầu là 2,2m; Ném bóng 1kg, ngồi (m) tăng 2m và Nhảy 3 bước (cm) tăng 23cm. Đây là thành tích ấn tượng thu được chỉ sau 1 năm tập luyện. Nội dung Chạy 30m XPC và Chạy con thoi 100m (s) tuy thành tích có tốt hơn nhưng chỉ ở mức thấp. Kết quả phát triển các tố chất thể lực diễn ra phù hợp với qui luật huấn luyện và lý thuyết của sinh lý học TĐTT, cụ thể, 3 test có

Bảng 5. So sánh trình độ thể lực chung của sinh viên năm 1 Đội tuyển Bóng ném sinh viên Trường ĐHTTTN&DL Nga sau chu kỳ tập luyện thực nghiệm (n=12)

Test	Thời điểm	Kết quả thống kê				
		\bar{x}	δ	$C_V, \%$	t	P
Chạy 30m (s)	Trước TN	4.44	0.3	6.5	1.04	<0.05
	Sau TN	4.35	0.7	1.6		
Ném bóng 1kg, đứng (m)	Năm 1	31.1	3.5	11.4	1.57	<0.05
	Năm 2	33.3	3.4	10.11		
Ném bóng 1kg, ngồi (m)	Năm 1	11.5	1.3	11.14	3.6	<0.05
	Năm 2	13.5	1.5	11.1		
Nhảy 3 bước (cm)	Năm 1	768.7	30.3	3.9	2.34	<0.05
	Năm 2	791.7	15.4	1.9		
Chạy con thoi 100m (s)	Năm 1	22.6	0.8	3.32	0.73	<0.05
	Năm 2	22.4	0.6	2.3		

thành tích tăng trưởng tốt hơn đều là những test phản ánh các dạng của tố chất sức mạnh, còn 2 test chạy phụ thuộc nhiều vào sức nhanh và sự khéo léo trong phối hợp vận động nên có “sức ỳ” cao hơn. Tuy vậy, kết quả này ững đặt ra cho chúng tôi nhiệm vụ cần phải tìm thêm các giải pháp để nâng cao hiệu quả phát triển các tố chất này trong quá trình nghiên cứu tiếp theo.

- Trong 5 test kiểm tra thì thành tích ở 3 test Chạy 30m XPC (s), Nhảy 3 bước (cm) và Chạy con thoi 100m (s) có sự tăng trưởng tương đối đồng đều, ít phân tán ($C_v < 10\%$); 2 nội dung còn lại là Ném bóng 1kg, đứng(m) và Ném bóng 1kg, ngồi (m) thì thành tích của các VĐV kém đồng đều và có sự phân tán cao hơn ($C_v > 10\%$).

KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã xây dựng được chương trình và kế hoạch tập luyện 1 năm trên cơ sở tiếp cận mô hình mục tiêu bao gồm: 2 giai đoạn chuẩn bị, 2 giai đoạn thi đấu, 1 giai đoạn chuyển tiếp để phát triển thể lực cho nam SV năm 1 trong thành phần Đội tuyển Bóng ném SV Trường ĐHTTTN&DL Nga.

Kết quả ứng dụng bước đầu trong thực tiễn huấn luyện đã mang lại hiệu quả tốt trong việc phát triển các tố chất thể lực chung cho các VĐV năm 1 Đội tuyển Bóng ném SV Trường ĐHTTTN&DL Nga.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Aseeva A.Yu (2011), “Tối ưu hóa quá trình huấn luyện trong quá trình chuẩn bị trước mùa giải của các đội Bóng ném nam”, *Tạp chí KH Trường Đại học P.F. Lesgafta*, số 10, Trang 28-31.
2. Ignatieva V.Ya. (2008), *Bóng ném*, Sách giáo khoa dành cho sinh viên đại học chuyên ngành 032101 và hướng đào tạo 032100.
3. Matveev L.P. (2010), *Lý thuyết chung về thể thao và các khía cạnh ứng dụng của nó*, Nxb Thể thao Xô viết, 2010. – 340 trang.
4. Sakharova M.V. (2005), *Xây dựng chu kỳ tập luyện lớn trong đào tạo các môn thể thao đồng đội: ý nghĩa, bản chất, công nghệ*, Nxb Sputnik+.
5. Thorev V.I. (2000), “Quản lý hoạt động thi đấu và đào tạo vận động viên Bóng ném trình độ cao dựa trên mô hình”, *Luận văn tiến sĩ khoa học*, TP Krasnodar.

(Bài nộp ngày 24/4/2024, phản biện ngày 28/5/2024, duyệt in ngày 28/8/2024)



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 4 -2024
(83)

