

THỰC TRẠNG CÔNG TÁC HUẤN LUYỆN SỨC BỀN CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN LỬA TUỔI 13-14, CÂU LẠC BỘ QUẦN VỢT QUẬN THỦ ĐỨC, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Trần Trung Khánh⁽¹⁾
Dương Văn Phương⁽¹⁾

Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy đánh giá thực trạng công tác huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh trên các mặt: Phân phối chương trình tập luyện; đội ngũ HLV; cơ sở vật chất; thực trạng sử dụng bài tập phát triển SBCM và thực trạng trình độ SBCM của VĐV. Kết quả cho thấy, trình độ SBCM của VĐV phát triển chưa tốt và cần lựa chọn các bài tập phù hợp, có hiệu quả để phát triển SBCM cho VĐV.

Từ khóa: sức bền chuyên môn, huấn luyện SBCM, VĐV Quần vợt...

Current status of professional endurance training for male tennis players aged 13-14 Thu Duc District, Ho Chi Minh City

Summary:

Using conventional scientific research methods to assess the status of professional endurance training for male tennis players aged 13-14, Thu Duc District, Ho Chi Minh City on the following aspects: Distribution exercise program; coaching staff; infrastructure; The reality of using exercises to develop professional endurance and the status of athletes' professional endurance. The results show that the athlete's level of professional endurance has not developed well and it is necessary to choose appropriate and effective exercises to develop professional endurance for athletes.

Keywords: professional endurance, professional endurance training, tennis players...

ĐẶT VẤN ĐỀ

Quần vợt là môn thể thao có hoạt động đa dạng và phong phú, đòi hỏi tính biến hóa và sáng tạo cao. Trước những yêu cầu ngày càng cao của Quần vợt, đòi hỏi phải đặc biệt chú ý tới vấn đề thể lực, nhất là yếu tố sức bền chuyên môn vì đây là yếu tố tiên đề là có ý nghĩa quyết định, là cơ sở tiên đề phát huy tối đa khả năng làm việc của các cơ quan chức phận và các tổ chất vận động khác, phù hợp với đặc điểm của môn Quần vợt, nâng cao hiệu quả sử dụng kỹ – chiến thuật trong suốt thời gian thi đấu.

Qua quan sát thực tế công tác tập luyện và thi đấu của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh cho thấy: Các VĐV thi đấu và thực hiện rất tốt các ý đồ chiến thuật của HLV ở đầu các trận đấu, tuy nhiên, cả kỹ thuật, chiến thuật cũng như hiệu quả sử dụng

các kỹ thuật của VĐV đều giảm mạnh ở cuối trận đấu, đặc biệt ở các séc đấu có ý nghĩa quyết định dẫn tới kết quả thi đấu của VĐV chưa cao. Theo nhận xét của các HLV và các chuyên gia, để khắc phục tình trạng này, việc phát triển sức bền chuyên môn cho VĐV là vấn đề cần thiết và cấp thiết, và có ý nghĩa thực tiễn. Trong đó, căn cứ khoa học để thực hiện là đánh giá chính xác thực trạng công tác huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu.

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 quan sát sự phạm; phương pháp phỏng vấn; phương pháp kiểm tra sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

⁽¹⁾ThS, Đại học Ngân Hàng Tp. Hồ Chí Minh

Bảng 1. Phân bố thời gian huấn luyện năm 2020 cho nam VĐV lứa tuổi 13-14 CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

TT	Các hình thức tập luyện	Số giáo án huấn luyện	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

Bảng 2. Thực trạng phân phối thời gian huấn luyện các tố chất thể lực cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

TT	Nội dung		Số giáo án	Tỷ lệ %
1	Sức nhanh		7	25.00
2	Sức mạnh		8	28.57
3	Khả năng phối hợp vận động		4	14.29
4	Mềm dẻo		0	0.00
5	Sức bền	Chung	5	17.86
		Chuyên môn	4	14.29
Tổng số			28	100

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới công tác huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

1.1. Thực trạng chương trình huấn luyện của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh

Để đánh giá thực trạng công tác huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, đề tài tiến hành tham khảo tài liệu, phân tích chương trình huấn luyện của VĐV Quận Vợt lứa tuổi 13-14 và phỏng vấn trực tiếp các cán bộ hiện đang làm công tác huấn luyện VĐV Quận vợt tại Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh.

Kết quả tiến hành điều tra thực trạng công việc phân phối thời gian huấn luyện cho các phần tập luyện qua 1 năm tập được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Phân tích sự phân bố thời gian huấn luyện năm 2020 cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh cho thấy số buổi tập luyện dành cho thể lực là còn ít so với số buổi dành cho học kỹ - chiến thuật (số buổi tập luyện thể lực chỉ chiếm

19,44%). Song đây mới là số buổi tập dành riêng cho tập luyện thể lực nói chung.

Ngoài ra, trong mỗi giáo án, các huấn luyện viên còn dùng một khoảng thời gian nhất định dành cho việc huấn luyện tố chất thể lực. Tuy nhiên, việc dành khoảng thời gian bao nhiêu và dùng để huấn luyện tố chất thể lực nào thì còn phụ thuộc vào từng huấn luyện viên cụ thể.

Để đánh giá thực trạng phân phối thời gian huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, chúng tôi tiến hành phân tích chương trình huấn luyện và phỏng vấn trực tiếp các HLV, đề tài tổng hợp kết quả tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Thực trạng phân phối thời gian huấn luyện các tố chất thể lực cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh cho thấy: Thời gian huấn luyện thể lực nhiều nhất được dành cho huấn luyện sức mạnh, sau đó tới sức nhanh. Sức bền chuyên môn là tố chất thể lực rất quan trọng với VĐV Quần Vợt. Chính vì vậy thời gian huấn luyện sức bền chuyên môn (14.29%) so với các tố chất thể lực khác trong chương trình huấn luyện là thấp.

Bảng 3. Thực trạng đội ngũ HLV huấn luyện cho nam VĐV lứa tuổi 13-14 câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

TT	Giới tính	Kết quả thống kê											
		Tổng số	Thâm niên bình quân		Trình độ chuyên môn			Tin học			Ngoại ngữ		
			< 5 năm	> 5 năm	Trên ĐH	ĐH	Dưới ĐH	A	B	C	A	B	C
1	Nam	5	5	0	1	4	0	0	4	1	0	4	1
2	Nữ	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Tổng:		5	4	1	1	4	0	0	4	1	0	4	1

Qua phỏng vấn trực tiếp các chuyên gia và HLV Quần vợt có kinh nghiệm thì thời gian tập luyện sức bền chuyên môn chiếm tỷ lệ khoảng 18% là hợp lý.

1.2. Thực trạng đội ngũ HLV huấn luyện nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh

Thống kê thực trạng đội ngũ HLV huấn luyện nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh thông qua phân tích hồ sơ cán bộ và phỏng vấn trực tiếp các HLV. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Hiện Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh đang có 05 HLV làm nhiệm vụ huấn luyện nam VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14. Cả 5 HLV đều là nam và có trình độ chuyên môn từ Đại học (chuyên ngành Quần vợt) trở lên, thời gian tham gia huấn luyện của các HLV đều từ 5 năm trở lên. Đây là ưu thế trong công tác huấn luyện. Các HLV vừa có trình độ, vừa có kinh nghiệm huấn luyện lại có trình độ tin học, ngoại ngữ đáp ứng yêu cầu công việc và có

thể tham khảo những điểm mới trong công tác huấn luyện của các quốc gia phát triển, các tỉnh thành có đội tuyển Quần vợt phát triển tại Việt Nam thông qua hệ thống Internet...

Có thể nói, đội ngũ HLV hiện tại đảm bảo hoàn thành tốt công tác huấn luyện cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh.

1.3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ huấn luyện nam vận động viên lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh

Thực trạng cơ sở vật chất là một trong những yếu tố ảnh hưởng lớn tới kết hiệu quả huấn luyện thể thao nói chung và hiệu quả huấn luyện nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh nói riêng.

Tiến hành đánh giá thực trạng CSVC phục vụ huấn luyện VĐV Quần vợt lứa tuổi 13-14 tại CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh thông qua quan sát sự phạm và phỏng vấn trực tiếp giáo viên HLV. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Bảng 4. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ huấn luyện nam VĐV lứa tuổi 13-14 câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

Cơ sở vật chất	Năm học 2020				Mức độ đáp ứng
	Số lượng	Tốt	Trung bình	Kém	
Sân tập Quần vợt	8	8	0	0	Tốt
Lưới tập (tính cả số lượng dự phòng)	16	16	0	0	Tốt
Vợt	Đủ	Đủ	-	-	Tự trang bị
Quần áo	Đủ	Đủ	-	-	Tự trang bị
Giày	Đủ	Đủ	-	-	Tự trang bị
Dụng cụ tập luyện chuyên môn	Đủ	Đủ	-	-	Tốt
Dụng cụ tập luyện thể lực	Đủ	Đủ	-	-	Tốt

Qua bảng 4 cho thấy: Cơ sở vật chất phục vụ huấn luyện nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh là đảm bảo yêu cầu, chất lượng và mức độ đáp ứng tốt.

2. Thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh

Để đánh giá thực trạng sử dụng bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu, đề tài tiến hành các buổi tập thể lực cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, đồng thời tiến hành phân tích giáo án huấn luyện để tìm ra những bài tập thường sử dụng trong huấn luyện thể lực nói chung và huấn luyện sức bền chuyên môn nói riêng. Đề tài đã tiến hành phân tích giáo án của huấn luyện viên đang làm công tác huấn luyện cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, đồng thời tiến hành phỏng vấn trực tiếp 03 huấn luyện viên để tìm hiểu về các bài tập sử dụng trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu.

Kết quả cho thấy: Trên thực tế, trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu sử dụng các bài tập bao gồm:

- Di chuyển ngang sân đơn 20 lần
- Di chuyển tiến lùi trên sân 20 lần
- Chạy chữ M
- Chạy chữ Z
- Di chuyển ngang sân đơn đánh bóng xoáy lên phải (trái) 20 lần
- Phối hợp di chuyển bắt vô lê phải, trái và smát 10 lần
- Phối hợp đánh bóng trái tay và phải tay liên tục 2 phút
- Phát bóng liên tục 1 phút

Qua các bài tập trên cho ta thấy các bài tập trên khá phù hợp với trình độ tập luyện của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh và cũng đã phát triển được các tố chất thể lực chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu, tuy nhiên, vẫn còn có các hạn chế sau:

- Đa số các bài tập được sử dụng thường xuyên trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho nam VĐV Quận vợt lứa tuổi 13-14 thuộc nhóm các bài tập không bóng. Các bài tập với bóng; bài

tập trò chơi và thi đấu thì ít được sử dụng. Theo các nhà chuyên môn thì nhóm bài tập với bóng và nhóm trò chơi, thi đấu có tác dụng gây hưng phấn cho người tập rất có hiệu quả trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho VĐV.

- Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu còn quá nghèo nàn, không phong phú cả về số lượng và loại bài tập. Điều này dễ dẫn đến sự nhàm chán trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu.

- Các bài tập mới chỉ được sử dụng theo kinh nghiệm của các huấn luyện viên chứ chưa có nghiên cứu khoa học nào kiểm định hiệu quả của các bài tập trên đối tượng nghiên cứu, chưa xác định cụ thể lượng vận động các bài tập.

Trước tình hình đó, lựa chọn bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh là vấn đề cần thiết.

3. Đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh

Để đánh giá thực trạng sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh, chúng tôi sử dụng 3 test kiểm tra đã lựa chọn của đề tài để kiểm tra trình độ sức bền chuyên môn của VĐV thuộc Quận Thủ Đức, Quận 1, Quận Tân Phú, đồng thời so sánh sự khác biệt kết quả kiểm tra của VĐV thuộc 3 đơn vị huấn luyện. Kết quả được trình bày tại bảng 5.

Qua bảng 5 cho thấy: Ở tất cả các test kiểm tra, trình độ sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh đều thấp hơn so với VĐV thuộc Quận 1 và Quận Tân Phú, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ở ngưỡng $P < 0.05$. Khi so sánh trình độ sức bền chuyên môn của nam VĐV Quận vợt lứa tuổi 13-14 thuộc Quận 1 và quận Tân Phú không thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê, thể hiện ở $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$.

Qua theo dõi trên thực tế thi đấu của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh chúng tôi nhận thấy trong những ván đấu đầu tiên VĐV chúng ta thường thi đấu rất tốt và hiệu quả nhưng càng

Bảng 5. Thực trạng sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

TT	Nội dung kiểm tra	Kết quả kiểm tra			So sánh		
		Quận Thủ Đức (n=20)	Quận 1 (n=16)	Quận Tân Phú (n=18)	t ₁₋₂	t ₂₋₃	t ₁₋₃
1	Di chuyển ngang sân đơn 20 lần (s)	52.45±6.87	55.87±6.23	56.75±6.26	2.35	0.42*	2.18
2	Từ đường giới hạn giao bóng di chuyển lên lưới bắt vô lê và lùi 3 bước bật nhảy đập bóng 15 lần (s)	60.47±5.63	61.42±5.98	61.37±5.75	2.41	0.23*	2.36
3	Phối hợp di chuyển ngang sân đơn đánh bóng phải trái theo đường chéo 1 phút (lần)	15.27±5.23	17.21±5.35	16.82±5.41	2.32	0.31*	2.25

Ghi chú: *: P>0.05

về cuối trận thì lại càng đánh hồng nhiều. Những bước chạy nặng nề hơn, không theo kịp được đường bóng bởi thể lực giảm sút không duy trì được trận đấu nên để thua một cách rất đáng tiếc.

Như vậy, trình độ sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh thấp hơn so với các đơn vị huấn luyện khác như Quận 1, quận Tân Phú, chính vì vậy, việc nâng cao hiệu quả phát triển thể lực chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

KẾT LUẬN

Phân tích các yếu tố ảnh hưởng tới việc huấn luyện SBCM cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh cho thấy: Phân bổ thời gian huấn luyện sức bền chuyên môn cho VĐV hiện đang thấp, tỷ lệ phân bổ hợp lý là khoảng 16% tổng thời gian huấn luyện; Cơ sở vật chất và đội ngũ huấn luyện viên đảm bảo tốt cho việc huấn luyện.

Thực trạng sử dụng bài tập phát triển SBCM cho VĐV cho thấy có đa số thuộc nhóm bài tập không bóng; Các bài tập được sử dụng trong huấn luyện sức bền chuyên môn cho đối tượng nghiên cứu còn quá nghèo nàn, không phong phú cả về số lượng và loại bài tập và chủ yếu mới được sử dụng theo kinh nghiệm của các

HLV là chính, chưa được nghiên cứu khoa học để chứng minh tính hiệu quả và chưa được xác định cụ thể lượng vận động tập luyện của các bài tập.

Đánh giá thực trạng trình độ sức bền chuyên môn của nam VĐV lứa tuổi 13-14, CLB Quần vợt Quận Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh cho thấy, trình độ sức bền chuyên môn của VĐV còn kém. Chính vì vậy, nâng cao hiệu quả huấn luyện sức bền chuyên môn cho VĐV là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Daxuroroxki V. M (1978), *Các tổ chất thể lực của vận động viên*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
2. Goikhoman P. N (1978), *Các tổ chất thể lực của vận động viên* (Dịch: Nguyễn Quang Hưng), Nxb TĐTT, Hà Nội.
3. Trịnh Trung Hiếu, Nguyễn Sỹ Hà (1994), *Huấn luyện thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.
4. Nôvicóp A. D, Mátvêép L. P (1976), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*, (Dịch: Phạm Trọng Thanh và Lê Văn Lẫm), Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 18/11/2022, Phản biện ngày 23/11/2022, duyệt in ngày 25/9/2024
 Chịu trách nhiệm chính: Trần Trung Khánh,
 Email: Trantrungkhanh1979@gmail.com)

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên

Những quan điểm sâu sắc của Hồ Chí Minh trong bài báo “Về Câu chuyện Xiki”

7. Nhật Minh

Tuyển chọn, đào tạo, bồi dưỡng tài năng thể thao và nhân lực thể thao thành tích cao đến năm 2035

10. Đỗ Hữu Trường

Công tác đào tạo trọng tài, huấn luyện viên, vận động viên Bản súng Việt Nam đáp ứng tình hình mới

BÀI BÁO KHOA HỌC

13. Nguyễn Văn Phúc

Mô hình lý thuyết giảm thiểu rủi ro trong hoạt động thể dục thể thao ở Việt Nam

19. Đinh Khánh Thu; Vũ Bá Mỹ; Lưu Thị Như Quỳnh

Giải pháp xây dựng môi trường văn hóa tại Trung tâm Đào tạo vận động viên, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

24. Đặng Văn Dũng

Thực trạng phân biệt đối xử với người khuyết tật trong tập luyện thể dục thể thao ở các Trung tâm văn hóa đô thị

27. Lê Anh Dũng

Thực trạng thừa cân, béo phì và chất lượng cuộc sống của sinh viên Đại học Huế

32. Ngô Hải Hưng; Ngô Trung Dũng

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá hiệu quả kỹ thuật đánh bóng xoáy lên thuận và trái tay cho sinh viên chuyên ngành Quần vợt năm thứ nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

35. Hà Thị Liên; Egorov V.N; Mironov D.L; Phạm Trường Nam

Động cơ và nhu cầu về hình thức, nội dung hoạt động thể thao của sinh viên Nga và sinh viên nước ngoài

40. Ek Chansopheak

Thực trạng phong trào thể dục thể thao quần chúng trên địa bàn tỉnh Pursat, Campuchia

44. Bùi Thị Sáng

Ứng dụng và đánh giá hiệu quả bài tập phát triển sức bền tốc độ cho nữ vận động viên đua thuyền Kayak cự ly 500m lứa tuổi 15-17 Câu lạc bộ đua thuyền Hà Nội

49. Nguyễn Ngọc Tuấn; Nguyễn Tiến Chung; Nguyễn Phương Thảo; Võ Văn Ca

Trương quan giữa phẩm chất ý chí và thành tích thi đấu của vận động viên chạy cự ly ngắn Đội tuyển Điền kinh trẻ Quốc gia Việt Nam tại Trung tâm Đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

53. Trần Trung Khánh; Dương Văn Phương

Lựa chọn bài tập phát triển sức bền chuyên môn cho nam VĐV lứa tuổi 13-14, câu lạc bộ Quần vợt Quận Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

58. Nguyễn Việt Hồng; Ngô Thị Hoa

Lựa chọn và ứng dụng bài tập nâng cao chất lượng đòn đá thấp (low kick) trong Muay thái cho nữ vận động viên lứa tuổi 11 – 12 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu Thể thao Công an Nhân dân

62. Phùng Thị Cúc

Thực trạng trở ngại tâm lý trong hoạt động học tập của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng

68. Võ Tường Kha

Chỉ dấu Protein trong chẩn đoán sớm các bệnh lý tim mạch vận động viên

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

78. Đặng Văn Dũng

Mô hình đảm bảo phương pháp khoa học trong đào tạo vận động viên cấp cao

80. Phạm Tuấn Dũng

Bài tập thể dục nâng cao sức khỏe tại văn phòng làm việc

82. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

The profound perspectives of President Ho Chi Minh in the article about the story of Xiki

7. Nhat Minh

Selecting, training and fostering sports talents and high-achievement sports human resources until 2035

10. Do Huu Truong

The training of referees, coaches and athletes in Vietnam's gun-shooting team in order to satisfy the new situation

ARTICLES

13. Nguyen Van Phuc

Theoretical model of risk reduction in sport activities in Vietnam

19. Dinh Khanh Thu; Vu Ba My; Luu Thi Nhu Quynh

Solutions to create a cultural environment at the Athlete Training Center, Bac Ninh Sports University

24. Dang Van Dung

Discrimination against people with disabilities (PWDs) at sports centers in urban cultural centers

27. Le Anh Dung

Assessment of overweight, obesity and students' life quality at Hue University

32. Ngo Hai Hung; Ngo Trung Dung

Developing standards to evaluate the effectiveness of forehand and backhand topspin technique of freshmen majoring in Tennis at Bac Ninh Sports University

35. Ha Thi Lien; Egorov V.N; Mironov D.L; Pham Truong Nam

Motivation and demand of the form and content of sports activities of Russian and foreign students

40. Ek Chansopheak

Current status of mass sports movement in Pursat province – Cambodia

44. Bui Thi Sang

Applying and evaluating the effectiveness of exercises used in speed endurance training for female 500m Kayak athletes aged 15-17 in the Hanoi Sailing Club

49. Nguyen Ngoc Tuan; Nguyen Tien Chung; Nguyen Phuong Thao; Vo Van Ca

Correlation between will quality and competition performance of short distance runners of Vietnam National Youth Athletics Team at Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University

53. Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong

Choosing exercises to develop professional endurance for male tennis players aged 13-14 Thu Duc District, Ho Chi Minh City

58. Nguyen Viet Hong; Ngo Thi Hoa

Selection and application of exercises to improve the quality of low kicks in Muay Thai for female athletes aged 11-12, People's Public Security Sports Training and Competition Center

62. Phung Thi Cuc

The reality of psychological obstacles in learning activities of first-year students at Da Nang Sport University

68. Vo Tuong Kha

Protein markers in early diagnosis of athlete's cardiovascular diseases

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

78. Dang Van Dung

Model used to ensure scientific method in training high-ranking athletes

80. Pham Tuan Dung

Exercise to improve health at the office

82. Rules of writing and posting.