

# NGHIÊN CỨU GIẢI PHÁP PHÁT TRIỂN PHONG TRÀO TẬP LUYỆN CẦU LÔNG NGOẠI KHÓA CỦA HỌC SINH TRƯỜNG TRUNG HỌC PHỔ THÔNG THẠCH BÀN, LONG BIÊN, HÀ NỘI

Lý Tú Linh<sup>(1)</sup>; Nguyễn Lê Việt Phong<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học cơ bản trong lĩnh vực TDDT, lựa chọn và xây dựng nội dung 03 giải pháp phát triển phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa của học sinh THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội. Bước đầu ứng dụng các giải pháp trong thực tế đã cho thấy hiệu quả tích cực.

**Từ khóa:** Giải pháp, phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa, học sinh, Trường THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội.

## Research on solutions to develop the extracurricular badminton training movement of students at Thạch Bàn High School, Long Bien, Hanoi

### Summary:

Using basic scientific research methods in the field of physical education and sports, selecting and developing the content of 03 solutions to develop the extracurricular badminton training movement of students at Thạch Bàn High School, Long Bien, Hanoi. The initial application of the solutions in practice has shown positive results.

**Keywords:** solution, extracurricular badminton training movement, students, Thạch Bàn High School, Long Bien, Hanoi.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Cầu lông là môn thể thao được phát triển tương đối mạnh trong các trường trung học cơ sở và trung học phổ thông trên địa bàn thành phố Hà Nội. Môn học có yêu cầu đơn giản về cơ sở vật chất tập luyện, đồng thời có rất nhiều lợi ích với học sinh như: Cầu lông mang lại cho người chơi sự dẻo dai, hoạt bát, nhanh nhẹn, kĩ thuật, khéo léo, sức mạnh, sức bật và sức bền...

Qua quan sát thực tế cho thấy, môn cầu lông đã được tổ chức tập luyện ngoại khóa ở Trường THPT Thạch Bàn, tuy nhiên, số lượng học sinh tập luyện còn chưa nhiều, hiệu quả của việc tập luyện cũng chưa được nghiên cứu một cách khoa học... Để có thể phát triển phong trào tập luyện Cầu lông tại Trường, đề xuất và tác động các giải pháp phù hợp, có hiệu quả là vấn đề cần thiết và cấp thiết.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp nghiên cứu sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, Phương pháp quan sát sư

phạm, Phương pháp phỏng vấn, phương pháp kiểm tra sự phạm, phương pháp thực nghiệm sự phạm và phương pháp toán học thống kê.

Nghiên cứu được tiến hành tại Trường THPT Thạch Bàn, Quận Long Biên, Thành phố Hà Nội

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Lựa chọn giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn cầu lông của học sinh Trường THPT Thạch Bàn

Quá trình lựa chọn giải pháp tuân thủ các nguyên tắc: Nguyên tắc bảo đảm tính hệ thống; Nguyên tắc bảo đảm tính khả thi; Nguyên tắc bảo đảm tính đồng bộ; Nguyên tắc bảo đảm tính thực tiễn và Nguyên tắc bảo đảm tính hiệu quả.

Tiến hành lựa chọn giải pháp thông qua tham khảo tài liệu, nghiên cứu phân tích thực trạng phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa của học sinh, phỏng vấn các chuyên gia... kết quả lựa chọn được 06 giải pháp.

Để lựa chọn được các giải pháp phát triển phong trào tập luyện cầu lông ngoại khóa của học sinh Trường THPT Thạch Bàn, chúng tôi

<sup>(1)</sup>GV, Trường THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội

<sup>(2)</sup>GV, Trường Đại học Tài Nguyên và Môi trường Hà Nội

tiến hành phỏng vấn 31 chuyên gia GDTC, các giáo viên GDTC tại các trường THPT quận Long Biên và thành phố Hà Nội. Phỏng vấn được tiến hành theo thang đo likert 5 mức. Chúng tôi sẽ chọn các giải pháp đạt điểm trung bình phỏng

vấn từ 3.41 điểm trở lên (tương ứng mức phù hợp và rất phù hợp) để phát triển phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa tại Trường. Kết quả phỏng vấn được trình bày tại bảng 1.

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp phát triển phong trào tập luyện cầu lông ngoại khóa của học sinh Trường THPT Thạch Bàn (n=31)**

TT	Giải pháp	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm TB
		5	4	3	2	1		
1	Nâng cao nhận thức việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa.	14	8	7	2	0	127	4.1
2	Cải tạo cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông	16	10	1	4	0	131	4.23
3	Đa dạng hóa các hình thức tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa	5	6	5	15	0	94	3.03
4	Tăng cường công tác bồi dưỡng, tập huấn nâng cao trình độ chuyên môn Cầu lông cho giáo viên	7	4	8	12	0	99	3.19
5	Tổ chức hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên, liên tục.	15	12	2	2	0	133	4.29
6	Tăng cường tổ chức thi đấu Cầu lông các cấp	6	5	8	12	0	98	3.16

Qua bảng 1 cho thấy: Theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra, đề tài lựa chọn được 3 giải pháp phát triển phong trào tập luyện cầu lông ngoại khóa của học sinh Trường THPT Thạch Bàn có số điểm trung bình từ 3.41 điểm trở lên. Cụ thể gồm:

Giải pháp 1. Nâng cao nhận thức việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa.

Giải pháp 2. Cải tạo cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông

Giải pháp 5. Tổ chức hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên, liên tục.

**2. Xây dựng nội dung các giải pháp phát triển phong trào tập luyện môn cầu lông của học sinh Trường THPT Thạch Bàn**

***Giải pháp 1: Nâng cao nhận thức việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa.***

*Mục đích:* Nâng cao nhận thức của cán bộ, giáo viên, học sinh Trường THPT Thạch Bàn về vai trò và tầm quan trọng của công tác phát triển thể lực cho học sinh, của công tác GDTC nói chung và môn Cầu lông nói riêng nhằm phát triển phong trào tập luyện TDTT trong toàn trường, nâng cao trình độ thể lực của học sinh Nhà trường.

*Nội dung:*

Tuyên truyền về vị trí, tầm quan trọng của công tác GDTC nói chung và tập luyện môn Cầu lông nói riêng trong việc phát triển thể lực của học sinh.

Tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT và về môn Cầu lông.

Tạo điều kiện cho cán bộ, giáo viên và học sinh tiếp xúc trực quan với các hình ảnh đẹp về TDTT trong trường học, tập luyện Cầu lông trong trường học.

*Cách thực hiện:*

Tổ Thể dục phối hợp với các đơn vị chức năng tổ chức tuyên truyền trên hệ thống loa phát thanh của Nhà trường về tầm quan trọng của công tác GDTC nói riêng và tập luyện Cầu lông nói riêng trong Nhà trường.

Tổ Thể dục đề xuất với Nhà trường in hệ thống pano, áp phích tuyên truyền về ý nghĩa vai trò của tập luyện TDTT nói chung và tập luyện môn Cầu lông nói riêng trong phát triển thể lực cho học sinh.

Giáo viên Thể dục tuyên truyền cho học sinh về tác dụng của tập luyện môn Cầu lông đối với việc phát triển thể chất và thể lực trong các tiết học.

Tổ Thể dục phối hợp với Đoàn TNCS HCM, BCH Công đoàn Trường tổ chức các cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT và môn Cầu lông.

*Đơn vị phối hợp:*

Ban giám hiệu chỉ đạo;

Đoàn TNCS HCM, BCH Công đoàn Trường phối hợp thực hiện;

Tổ môn thể dục tổ chức thực hiện.

*Phương pháp đánh giá kết quả thực hiện giải pháp:*

Số lần phát thanh trong tuần; số lượng pano, áp phích được treo; Số lượng buổi học có nội dung tuyên truyền về tác dụng của tập luyện Cầu lông trong năm học; Số lượng cuộc thi được tổ chức trong năm học; Số lượng người tham gia.

***Giải pháp 2: Cải tạo cơ sở vật chất, sân bãi, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông***

*Mục đích:*

Cải tạo cơ sở vật chất, sân bãi tập luyện, dụng cụ môn Cầu lông nhằm đảm bảo điều kiện cần thiết trong quá trình học tập và tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông.

*Nội dung:*

- Kiểm tra tình trạng sử dụng và chất lượng sân tập, các dụng cụ tập luyện;

- Cải tạo, sửa chữa sân tập, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông (bảng rỗ, cột mốc.....)

- Phát động thi đua sáng kiến về tận dụng, sử dụng và bảo quản dụng cụ tập luyện;

- Tăng cường ý thức bảo vệ sân tập, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông trong toàn trường.

*Tổ chức thực hiện:*

- Tổ Thể dục thường xuyên kiểm tra tình trạng, hiệu quả sử dụng và chất lượng của sân tập, dụng cụ tập luyện môn Cầu lông, từ đó đề xuất với lãnh đạo Nhà trường cải tạo sân tập, sửa chữa dụng cụ tập luyện nhằm đảm bảo công tác giảng dạy và học tập của giáo viên, học sinh.

- Tổ Thể dục phối hợp với Công đoàn Trường, Đoàn TNCS HCM Nhà trường phát động các cuộc thi đua về sáng kiến kinh nghiệm trong việc sử dụng, bảo quản cơ sở vật chất nói chung và dụng cụ tập luyện, sân tập môn Cầu lông nói riêng trong toàn trường.

- Giáo viên trong tổ Thể dục thường xuyên hướng dẫn cách sử dụng, bảo quản dụng cụ tập luyện trong các giờ lên lớp, qua đó tăng cường ý thức bảo vệ cơ sở vật chất cho học sinh.

*Đơn vị phối hợp:*

- Ban giám hiệu;

- Tổ Thể dục;

- Ban chấp hành Công đoàn Trường; Đoàn TNCS Hồ Chí Minh

*Phương pháp đánh giá kết quả thực hiện giải pháp:*

- Số lần kiểm tra dụng cụ và đề xuất sửa chữa của Tổ Thể dục trong năm học;

- Số lần phát động thi đua trong năm học; Số lượng người tham gia ở mỗi lần phát động thi đua; Số sáng kiến được nghiệm thu.

***Giải pháp 3: Tổ chức hoạt động ngoại khóa môn Cầu lông thường xuyên, liên tục***

*Mục đích:* Thu hút và tạo điều kiện cho học sinh tham gia tập luyện môn Cầu lông thường xuyên, liên tục, nâng cao hiệu quả hoạt động thể thao ngoại khóa nhằm phát triển thể lực cho học sinh; Tạo điều kiện cho giáo viên được nâng cao trình độ chuyên môn

*Nội dung:*

- Tổ chức và thành lập các câu lạc bộ Cầu lông;

- Tổ chức giải thi đấu Cầu lông giữa các lớp trong Trường;

- Cử học sinh tham gia các giải thi đấu Cầu lông trong huyện, tỉnh;

- Cử giáo viên tham gia các lớp bồi dưỡng kiến thức, kỹ năng và phương pháp dạy học môn Cầu lông

- Cử giáo viên tham gia các giải thi đấu, giao hữu Cầu lông giữa các trường trong Nhà trường

*Cách thực hiện:*

- Tổ Thể dục đề xuất với Ban giám hiệu Nhà trường mở các câu lạc bộ Cầu lông tập luyện ngoại khóa có hướng dẫn của giáo viên thể dục; thành lập Đội tuyển Cầu lông với thành viên là học sinh các khối trong Trường, Ban chủ nhiệm là giáo viên Thể dục, Đoàn TNCS HCM;

- Tổ Thể dục phối hợp cùng Đoàn TNCS HCM tổ chức giải thi đấu Cầu lông giữa các khối; Tổ chức thi đấu giao hữu giữa Đội tuyển Cầu lông Trường với Đội tuyển Cầu lông của các trường trong huyện, tỉnh;

- Tổ Thể dục đề xuất với Ban giám hiệu đăng ký tham gia các lớp tập huấn công tác trọng tài, các lớp bồi dưỡng kiến thức chuyên môn về lĩnh vực Cầu lông;

- Giáo viên Thể dục tích cực tham gia các giải thi đấu, giao hữu Cầu lông với giáo viên các trường trong huyện, tỉnh.

*Đơn vị phối hợp:*

Ban giám hiệu Nhà trường; Tổ Thể dục; Đoàn TNCS HCM

*Phương pháp đánh giá kết quả thực hiện giải pháp:*

- Số lượng câu lạc bộ được thành lập; Số lượng học sinh tham gia học; Số lượng học sinh tham gia đội tuyển Cầu lông; Số lượng giải thi đấu, giao hữu trong năm học;

- Số lượng lớp học bồi dưỡng kiến thức, chuyên môn nghiệp vụ về lĩnh vực Cầu lông có giáo viên Thể dục Nhà trường tham gia trong năm học;

- Số giải thi đấu, giao hữu có giáo viên tham gia trong năm học.

### **3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả các giải pháp**

#### **3.1. Tổ chức thực nghiệm**

Mục đích thực nghiệm: Ứng dụng các giải pháp phát triển phong trào tập luyện cầu lông ngoại khóa của học sinh Trường THPT Thạch Bàn và đánh giá hiệu quả các giải pháp.

Nội dung thực nghiệm: Ứng dụng 03 giải pháp vào thực tế nhằm phát triển phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa tại Trường.

Phương pháp: Thực nghiệm so sánh tự đối chiếu

Đối tượng: Phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa cho học sinh tại Trường THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội.

Thời gian thực nghiệm: Năm học 2023-2024.

Địa điểm thực nghiệm: Trường THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội.

Công tác kiểm tra, đánh giá kết quả thực nghiệm: Được tiến hành ở thời điểm sau thực nghiệm. Nội dung đánh giá cụ thể gồm:

- Mức độ phát triển phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa tại Trường.

#### **3.2. Đánh giá hiệu quả thực nghiệm.**

Sau 1 năm học ứng dụng các giải pháp đã lựa chọn và xây dựng của đề tài, chúng tôi tiến hành

đánh giá lại thực trạng phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa tại Trường thông qua khảo sát trực tiếp các giáo viên thể dục tại trường.

Kết quả khảo sát nhận thức về việc tập luyện cầu lông ngoại khóa được trình bày tại bảng 2.

Kết quả bảng 2 cho thấy: Sau 1 năm ứng dụng các giải pháp đã lựa chọn và xây dựng của đề tài, nhận thức của cán bộ, giáo viên và học sinh Trường THPT Thạch Bàn về việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa đã được cải thiện đáng kể. 100% cán bộ, giáo viên và học sinh nhận thức đúng về vấn đề này. Sự khác biệt các ý kiến trả lời không có ý nghĩa thống kê ( $P > 0.05$ ), chứng tỏ nhận thức của các nhóm đối tượng là đồng nhất và nhận thức đúng.

Kết quả khảo sát về số lượng học sinh tham gia tập luyện cầu lông ngoại khóa được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Về số lượng học sinh tham gia tập luyện môn Cầu lông ngoại khóa: Học sinh tham gia tập luyện Cầu lông ngoại khóa thường xuyên tăng thêm 197 % so với số học sinh đã tham gia tập luyện Cầu lông ngoại khóa cùng thời điểm của năm 2023.

Về số lượng câu lạc bộ Cầu lông: Nhà trường thành lập 02 câu lạc bộ, trong đó có 1 CLB có thu phí và 1 CLB không thu phí (đội tuyển Cầu lông của Nhà trường).

Đối với CLB có thu phí, Nhà trường đã chia thành 3 lớp. Lớp 1: Dành cho học sinh lớp 10, thời gian tập luyện: Từ 17h00 – 18h30, thứ hai, thứ năm hàng tuần; Lớp 2: Dành cho học sinh lớp 11, thời gian tập luyện: Từ 17h00 – 18h30 thứ ba, thứ sáu hàng tuần; Lớp 3: Dành cho học sinh lớp 12, thời gian tập luyện: Từ 17h00-18h30 thứ tư và thứ 7 hàng tuần.

Đối với CLB không thu phí (đội tuyển), Nhà trường tổ chức tập từ 7h00 – 8h30 thứ 7 và Chủ nhật hàng tuần.

Về tần suất tập luyện: Học sinh tham gia tập luyện đều đặn hơn. Gần như không có học sinh nghỉ tập liên 2 buổi/tuần. Số lượng học sinh nghỉ tập ít.

Về ý thức khi tham gia tập luyện: Học sinh tập luyện tích cực hơn, có ý thức giữ gìn, bảo vệ cơ sở vật chất tập luyện tốt hơn.

Về việc tham gia các giải thi đấu: Nhà trường đã tổ chức 01 giải thi đấu tổ chức nội



**Bảng 2. Kết quả khảo sát thực trạng nhận thức của cán bộ, giáo viên, học sinh về việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa - thời điểm sau thực nghiệm (n=305)**

Nội dung	Cán bộ quản lý (n=03)		Giáo viên thể dục (n=6)		Giáo viên các môn khác (n=12)		Học sinh (n=284)		So sánh	
	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	m <sub>i</sub>	%	χ <sup>2</sup>	P
<b>Vai trò của việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa</b>										
Rất quan trọng	2	66.67	5	83.33	6	50	112	39.44	3.67	>0.05
Quan trọng	1	33.33	1	16.67	5	41.67	114	40.14		
Bình thường	0	0	0	0	1	8.33	58	20.42		
Không quan trọng	0	0	0	0	0	0	0	0		
Rất không quan trọng	0	0	0	0	0	0	0	0		
<b>Tác dụng của việc tập luyện Cầu lông ngoại khóa</b>										
Rất tốt	2	66.67	5	83.33	5	41.67	113	39.79	3.54	>0.05
Tốt	1	33.33	1	16.67	6	50	101	35.56		
Trung bình	0	0	0	0	1	8.33	70	24.65		
Không tốt	0	0	0	0	0	0	0	0		
Rất không tốt	0	0	0	0	0	0	0	0		

**Bảng 3. Thống kê số lượng học sinh tham gia tập luyện Cầu lông ngoại khóa thời điểm trước và sau thực nghiệm**

Số người tập luyện thường xuyên (học sinh)			
Trước TN	Sau TN	Mức tăng	Tỷ lệ tăng (%)
35	69	34	197.14

bộ trong trường học, đây là lần đầu tiên Nhà trường tổ chức giải Cầu lông giữa các khối. Có sự tham gia của 86 cán bộ, giáo viên và học sinh của các khối.

Đánh giá chung: Phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa phát triển tốt và có chất lượng hơn so với cùng thời điểm năm 2023.

**KẾT LUẬN**

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 03 giải pháp phát triển phong trào tập luyện Cầu lông cho học sinh Trường THPT Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội. Bước đầu ứng dụng các giải pháp lựa chọn vào thực tế đã cho thấy hiệu quả tích cực.

**TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 72/2008/QĐ-BGDĐT ngày 23/12/2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc quy định tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa cho HS, SV.*

2. Bộ trưởng chủ nhiệm Ủy ban TDTT, *Quy chế tổ chức và hoạt động của CLB TDTT cơ sở (Ban hành theo quyết định số 1589/2003/QĐ-UBTDTT ngày 19/9/2003).*

3. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2011), *Thông tư Số: 18 /2011/TT-BVHTTDL ngày 02 tháng 12 năm 2011 Quy định mẫu về tổ chức và hoạt động của câu lạc bộ thể dục thể thao cơ sở.*

4. Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch (2012), *Thông tư số: 14/2012/TT-BVHTTDL ngày 10 tháng 12 năm 2012 quy định điều kiện hoạt động của cơ sở thể thao tổ chức hoạt động Cầu lông.*

5. Chính phủ nước CHXHCN Việt Nam (2016), *Số 106/2016/NĐ-CP ngày 01 tháng 7 năm 2016 quy định điều kiện kinh doanh hoạt động thể thao.*

(Bài nộp ngày 15/10/2024, Phản biện ngày 4/11/2024, duyệt in ngày 15/11/2024  
 Chịu trách nhiệm chính: Lý Tú Linh  
 Email: tulinh@gmail.com)

**LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**

**4. Trương Quốc Uyên**

Sinh thời Bác Hồ đến động viên các đại hội thể thao của nước ta

**7. Trương Anh Tuấn**

Cần tập trung nâng cao năng lực hoạt động của các tổ chức xã hội và xã hội nghề nghiệp về thể dục thể thao

**BÀI BÁO KHOA HỌC**

**9. Ngô Ích Linh**

Thực trạng công tác huấn luyện chạy 3000m vũ trang vượt chướng ngại vật của học viên năm thứ 2, Trường Sĩ quan lục quân 1

**17. Nguyễn Tiên Phong**

Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên Câu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Kinh tế và Quản trị kinh doanh – Đại học Thái Nguyên

**21. Nguyễn Công Hào**

Đánh giá thực trạng công tác huấn luyện nội dung vượt vật cản của học viên năm thứ 2, Trường Sĩ quan lục quân 1

**28. Trần Quân**

Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ đòn tay cho nam vận động viên Muay lưả tuổi 14-15 Trung tâm Huấn luyện và Thi đấu thể thao Công an nhân dân

**33. Mai Thị Phương Liên; Nguyễn Lê Việt Phong**

Đặc điểm hình thái, chức năng và thể lực chuyên môn của vận động viên Karate nam lưả tuổi 13-14, Quận Long Biên, Thành phố Hà Nội

**38. Trần Anh Dũng**

Nghiên cứu tiềm năng thực hiện chủ trương xã hội hóa thể dục thể thao trong các Trường Trung học phổ thông Thành phố Tuyên Quang

**48. Vũ Thị Hiền; Bùi Thị Thoa**

Diễn biến hình thái, chức năng tâm sinh lý và thể lực chuyên môn của nam vận động viên Karate lưả tuổi 13-14, Quận Long Biên, Thành phố Hà Nội sau 01 năm tập luyện

**54. Lý Tú Linh; Nguyễn Lê Việt Phong**

Nghiên cứu giải pháp phát triển phong trào tập luyện Cầu lông ngoại khóa của học sinh Trường Trung học phổ thông Thạch Bàn, Long Biên, Hà Nội

**59. Ngô Hữu Hà**

Lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả dạy và học môn Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Điện lực

**64. Vũ Đức Lai; Lê Việt Hà**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho nam sinh viên năm thứ nhất Khoa Công nghệ thông tin Trường Đại học FPT Hà Nội

**TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**

**68. Nhật Minh**

Khung trình độ Quốc gia Việt Nam đối với các trình độ Thạc sĩ và Tiến sĩ

## **THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

### **4. Truong Quoc Uyen**

During his life, Uncle Ho came to encourage our country's sports festivals

### **7. Truong Anh Tuan**

Focus on improving the operational capacity of social organizations and vocational societies on physical training and sports

## **ARTICLES**

### **9. Ngo Ich Linh**

Current status of 3000m armed obstacle course training for second year students, Army Officer School 1

### **17. Nguyen Tien Phong**

Choosing speed strength development exercises for male students of the Badminton Club of the University of Economics and Business Administration - Thai Nguyen University

### **21. Nguyen Cong Hao**

Evaluation of the current status of obstacle course training for second-year students, Army Officer School 1

### **28. Tran Quan**

Choosing exercises to develop arm strength and speed for male Muay athletes aged 14-15 People's Police Sports Training and Competition Center

### **33. Mai Thi Phuong Lien; Nguyen Le Viet Phong**

Morphological, functional and physical characteristics of male Karate athletes aged 13-14, Long Bien District, Hanoi City

### **38. Tran Anh Dung**

Research on the potential of implementing the policy of socializing physical education and sports in high schools in Tuyen Quang city

### **48. Vu Thi Hien; Bui Thi Thoa**

Morphological changes, psychophysiological functions and professional physical strength of male Karate athletes aged 13-14, Long Bien District, Hanoi City after 01 year of training

### **54. Ly Tu Linh; Nguyen Le Viet Phong**

NResearch on solutions to develop the extracurricular badminton training movement of students at Thach Ban High School, Long Bien, Hanoi

### **59. Ngo Huu Ha**

Choosing solutions to improve the effectiveness of teaching and learning Physical Education for students at the University of Electricity

### **64. Vu Duc Lai; Le Viet Ha**

Choosing general physical development exercises for first - year male students of Information Technology at FPT University Hanoi

## **NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

### **68. Nhat Minh**

Vietnam National Qualifications Framework for Master and Doctor degrees



**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**

**SỐ 4 - 2024  
(4)**

