

LỰA CHỌN GIẢI PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ DẠY VÀ HỌC MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC ĐIỆN LỰC

Ngô Hữu Hà⁽¹⁾

Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu cơ bản trong Thể dục thể thao, chúng tôi đã lựa chọn được 03 giải pháp với những chỉ dẫn cụ thể nhằm thay đổi phương pháp dạy và học môn Giáo dục thể chất (GDTC) tại Trường Đại học Điện Lực và đưa vào ứng dụng trong thực tiễn. Góp phần nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên.

Từ khóa: Giải pháp, dạy và học, giáo dục thể chất, Trường Đại học Điện Lực.

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

Summary:

Using basic research methods in Physical Education and Sports, we have selected 03 solutions with specific instructions to innovate the teaching and learning methods of Physical Education (PE) at the University of Electricity and put them into practical application, contributing to improving the quality of PE for students.

Keywords: Solution, teaching and learning, physical education, University of Electricity.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Giáo dục thể chất trong nhà trường là môn học bắt buộc, thuộc chương trình giáo dục của các cấp học và trình độ đào tạo, nhằm trang bị cho sinh viên các kiến thức, kỹ năng vận động cơ bản, hình thành thói quen luyện tập TDTT để rèn luyện sức khỏe, phát triển toàn diện các tố chất thể lực, tầm vóc, tiến tới hoàn thiện đến mức cần thiết các kỹ năng, kỹ xảo quan trọng cho cuộc sống, đồng thời giáo dục văn hóa thể chất, nâng cao sức khỏe tinh thần, biết cách thích ứng và hài hòa với các điều kiện sống, điều kiện môi trường học tập, lao động của bản thân và hoàn cảnh xã hội.

Tuy nhiên, nhiều sinh viên nói chung và sinh viên Trường Đại học Điện Lực nói riêng chưa hiểu hết được vai trò và tầm quan trọng của môn học GDTC dẫn đến tình trạng học theo kiểu thụ động, đối phó từ đó kết quả học tập thấp. Qua nghiên cứu sơ bộ thấy rằng có một số nguyên nhân cơ bản dẫn đến thực trạng nêu trên như: Chương trình môn học chưa linh hoạt, cơ sở vật

chất còn thiếu thốn, phương pháp giảng dạy của giảng viên còn chậm đổi mới chưa tiếp cận được xu thế hiện đại...

Trên cơ sở phân tích ý nghĩa, tầm quan trọng, tính bức thiết của vấn đề và căn cứ vào nhu cầu thực tiễn, chúng tôi tiến hành nghiên cứu lựa chọn giải pháp để thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC tại Trường Đại học Điện Lực.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

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

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Lựa chọn một số giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Điện Lực

Việc lựa chọn giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC của Trường Đại học Điện Lực được tiến hành theo các bước:

Bước 1: Lựa chọn giải pháp qua tham khảo

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học Điện Lực; Email: hanh@epu.edu.vn

tài liệu liên quan dựa trên các nguyên tắc lựa chọn giải pháp đã đặt ra; Đề tài đã lựa chọn được 04 giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC của Trường Đại học Điện Lực

Bước 2: Lựa chọn giải pháp qua phỏng vấn bằng phiếu hỏi trên diện rộng (chuyên gia, cán bộ, giảng viên và sinh viên).

Để thực hiện được phương pháp này, đề tài đã tiến hành thiết kế phiếu phỏng vấn đối với 23 cán bộ giảng viên, chuyên gia về lĩnh vực

GDTC. Câu hỏi phỏng vấn được trả lời theo thang đo Likert với 5 mức độ: Rất phù hợp (5 điểm); Phù hợp (4 điểm); Bình thường (3 điểm); Không phù hợp (2 điểm); Rất không phù hợp (1 điểm). Ý nghĩa của từng giá trị trung bình đối với thang đo khoảng cách như sau: 1,00 - 1,80: Yếu; 1,81 - 2,60: Trung bình; 2,61 - 3,40: Khá; 3,41 - 4,20: Tốt; 4,21 - 5,00: Rất tốt

Kết quả phỏng vấn được thể hiện bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC cho sinh viên Trường Đại học Điện Lực (n=23)

T T	Giải pháp	Kết quả đánh giá											Đánh giá
		Rất không phù hợp		Không phù hợp		Bình thường		Phù hợp		Rất phù hợp		Điểm TB	
		m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%	m _i	%		
1	Tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC	0	0	0	0	1	4.34	1	4.34	21	91.3	4.86	Rất tốt
2	Đổi mới phương pháp giảng dạy đảm bảo sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học	0	0	1	4.34	1	4.34	2	8.7	19	82.6	4.69	Rất tốt
3	Cải tiến nội dung chương trình GDTC phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của Trường	0	0	1	4.34	2	8.7	3	13.04	17	73.91	4.56	Rất tốt
4	Tăng cường cơ sở vật chất phục vụ công tác giảng dạy và học tập nội và ngoại khóa của sinh viên	1	4.34	19	82.6	3	13.04	0	0	0	0	1.65	Yếu

Qua bảng 1 cho thấy có 03/4 giải pháp được đánh giá ở mức tốt đến rất tốt chiếm tỷ từ 87,31 – 95,6% trở lên. Trên cơ sở đó đề tài lựa chọn được 3 giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC cho sinh viên Trường Đại học Điện Lực bao gồm:

Giải pháp 1: Tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC

Giải pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy đảm bảo sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học

Giải pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình GDTC phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của Trường

2. Xây dựng nội dung các giải pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC của Trường Đại học Điện Lực

Giải pháp 1: Tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC

Mục đích:

Nhằm nâng cao nhận thức và thái độ của sinh viên về vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học



Đổi mới phương pháp dạy và học môn Giáo dục thể chất tại Trường Đại học Điện Lực góp phần nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên

GDTC, là tiền đề cho các giải pháp tiếp theo.

Nội dung:

- Phối hợp với Phòng Quản lý sinh viên, Phòng Đào tạo, Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên, các phòng ban chức năng trong Trường Đại học Điện Lực tăng cường, quán triệt các chỉ thị, nghị quyết của Đảng và Nhà nước về công tác TDTT và môn học GDTC.

- Tổ chức cho sinh viên tham gia cuộc thi tìm hiểu về TDTT, phổ biến kiến thức khoa học về TDTT thông qua các buổi hội thảo, tọa đàm.

- Thông qua bài giảng trên lớp, giảng viên phải có nhiệm vụ liên hệ với thực tiễn giúp sinh viên hiểu rõ vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của môn học GDTC.

- Tăng cường thông tin về các hoạt động TDTT trong nước và thế giới trên mạng lưới thông tin của Trường; Thông qua sách báo, kết hợp với phong trào thi đua rèn luyện sức khỏe vì ngày mai lập nghiệp giúp sinh viên nâng cao nhận thức về môn học GDTC.

Tổ chức thực hiện:

Tuyên truyền trên hệ thống loa phát thanh của Trường Đại học Điện Lực về tầm quan trọng của môn học GDTC; Tuyên truyền bằng hình ảnh, pano, áp phích về tầm quan trọng của việc tập luyện TDTT với sức khỏe.

Tạo Fanpage để kết nối những người yêu thích TDTT.

Lập Group facebook để cùng nhau chia sẻ những hoạt động, bài viết, hình ảnh đẹp về TDTT...

Thông qua bài giảng giảng viên giảng dạy môn GDTC liên hệ với thực tế giúp sinh viên hiểu được vai trò, ý nghĩa, tác dụng và lợi ích của tập luyện TDTT. Đặc biệt thông qua các giờ học lý thuyết môn GDTC để sinh viên nắm rõ các cơ sở khoa học của môn học GDTC, các nguyên lý của vận động (kỹ năng,

kỹ xảo vận động), tác dụng của vận động đối với con người, cách vệ sinh sức khỏe sau vận động, giúp sinh viên biết phòng và tránh chấn thương trong tập luyện TDTT cũng như biết cách sơ cứu khi bị chấn thương. Trên cơ sở kiến thức đã học, sinh viên tự xây dựng cho mình một kế hoạch tập luyện TDTT phù hợp.

Cộng điểm rèn luyện cho những sinh viên tích cực tham gia các hoạt động TDTT của Trường. Cộng điểm chuyên cần, điểm kiểm tra cho những sinh viên ham học hỏi, tìm hiểu, theo dõi trên các phương tiện thông tin đại chúng hàng ngày, đọc thêm sách báo về các thông tin TDTT trong nước và thế giới.

Đơn vị phối hợp: Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng Quản lý sinh viên, Đoàn Thanh niên, Hội sinh viên, tổ chức thực hiện.

Tiêu chí đánh giá: Đánh giá tần số thực hiện tuyên truyền (số buổi phát thanh, thời gian mỗi buổi, đánh giá qua số lượng người truy cập và theo số lượng thành viên của fanpage...).

Đánh giá qua nhận thức tích cực của sinh viên về công tác GDTC và TDTT.

Giải pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy đảm bảo sinh động, hấp dẫn để nâng cao hứng thú trong giờ học

Mục đích:

Đổi mới và áp dụng những giải pháp tổ chức lớp học sinh động, hứng thú, hấp dẫn để lôi cuốn sinh viên tích cực tham gia vào hoạt động tập luyện. Thông qua hình thức tổ chức giờ học, tạo nên xúc cảm tập luyện bền vững, kích thích tính tự giác, tích cực của sinh viên. Đồng thời, khơi dậy hứng thú, xây dựng động cơ tập luyện tích cực, bền vững. Làm nảy sinh nhu cầu mong đợi được tham gia tập luyện của sinh viên.

Nội dung:

- Phân nhóm tập luyện, sử dụng phương pháp dạy học nêu vấn đề, phương pháp tạo tình huống...

- Đưa nhiều nội dung trò chơi vào trong môn học GDTC

- Vận dụng phương pháp thi đấu kết hợp thực tập trọng tài.

- Tối ưu hoá mật độ vận động. Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết trong giờ học.

- Lôi cuốn mọi sinh viên tham gia tập luyện, làm thăng hoa xúc cảm vận động.

- Tạo ra không khí thi đua trong lớp.

- Giảng viên khích lệ, cổ vũ động viên sinh viên học tập.

Tổ chức thực hiện:

- Giảng viên cần vận dụng linh hoạt các hình thức lên lớp, kết hợp nội dung giờ học với các nhiệm vụ vận động. Thông qua các tình huống, nêu vấn đề, các trò chơi. Tổ chức thi đua giữa các nhóm, thi đấu giữa các lớp. Trong quá trình thực hiện, hướng dẫn sinh viên được thực tập trọng tài thi đấu. Giảng viên quan sát, đánh giá và có thể cùng tham gia chơi cùng để tạo sự gần gũi, tin tưởng với sinh viên. Trực tiếp tham gia học tập, vui chơi sẽ tạo ra cảm xúc vui mừng, phấn chấn hơn, khi các em thấy hài lòng, thoải mái nhu cầu được cùng hoạt động vui chơi, được đua tranh, thử sức trong việc thực hiện động tác mới với bạn bè. Vui mừng về những thắng lợi trong trò chơi vận động và thi đấu thể thao, cùng với những lời khen ngợi, động viên cũng như việc đánh giá bằng điểm khá, giỏi của thầy cô cũng là nguồn động viên tích cực tới sinh viên.

- Tối ưu hoá mật độ vận động của giờ học bằng cách rút ngắn thời gian nghỉ ngơi thụ động, tăng cường kiểm tra lượng vận động, bố trí phân nhóm tập luyện và giao nhiệm vụ một cách hợp

lý, khoa học.

- Giảm thiểu những điểm dừng không cần thiết như: Chờ đợi thứ tự thực hiện động tác, nghe giảng giải không đúng lúc, sự di chuyển đội hình quá nhiều trong tập luyện.

- Tăng cường hiệu suất sử dụng dụng cụ tập luyện. Quản lý dụng cụ chặt chẽ, đồng thời gắn trách nhiệm chuẩn bị và bảo vệ dụng cụ tập luyện cho sinh viên.

- Bố trí sinh viên tập luyện kết hợp với quan sát, nhận xét kết quả tập luyện của bạn, qua đó nâng cao nhận thức hoạt động của bản thân trong vận động và chuẩn bị cho thực hiện động tác tốt hơn. Không nên để sinh viên tư duy trừu tượng nhiều mà ít vận động sẽ không có lợi cho việc thích nghi với lượng vận động của cơ thể, làm hạn chế việc hoàn thành kỹ thuật bài tập. Giảng viên cần kiểm tra đánh giá, nhận xét, uốn nắn, sửa sai kịp thời những sai sót kỹ thuật, rèn cho sinh viên ý thức giữ gìn kỷ luật giờ học.

- Lôi cuốn toàn thể sinh viên tham gia tập luyện, động viên cả những em kiến tập theo dõi bạn thực hiện động tác, làm nhiệm vụ trọng tài. Tạo nên không khí hào hứng, sôi nổi trong giờ học như: Giảng viên cổ vũ sinh viên, sinh viên cổ vũ lẫn nhau khi thực hiện đúng kỹ thuật bài tập. Không nên tạo áp lực đối với những sinh viên tập sai kỹ thuật cơ bản. Tổ chức các hoạt động giúp đỡ những em có sức khỏe yếu thực hiện động tác. Hướng dẫn sinh viên cách bảo hiểm giúp đỡ bạn khác tập luyện. Giảng viên có thể tham gia thi đấu thể thao cùng sinh viên vào cuối giờ.

- Giảng viên tạo ra không khí thi đua trong lớp bằng cách chia lớp ra thành các nhóm và ra chỉ tiêu phần đầu. Tổ chức các cuộc thi biểu diễn cá nhân hoặc tổ nhỏ sau đó phân loại, lập bảng xếp hạng từ cao xuống thấp. Thi đua thành tích với các lớp khác.

- Giảng viên cổ vũ, khích lệ động viên sinh viên học tập bằng cách sử dụng những ngôn ngữ biểu thị sự tán đồng, khuyến khích như: “Được, rất tốt, không tồi, có tiến bộ...” giúp người học nảy sinh và duy trì được sự lạc quan, vui vẻ ổn định. Từ đó tạo dựng được lòng tin, tự tôn và niềm tự hào cho người học đồng thời nó cũng có tác dụng hình thành phẩm chất ngoan cường, dũng cảm trong việc nắm bắt một số động tác

kỹ thuật khó cho người học, tạo khả năng và tính tất yếu để khơi dậy và hình thành hứng thú cho người học. Giảng viên nên dùng ngôn ngữ hoạt động của bản thân để nhận xét sinh viên như mỉm cười, gật đầu, vỗ tay...

Đơn vị phối hợp: Bộ môn Giáo dục thể chất

Tiêu chí đánh giá: Phiếu khảo sát người học về phương pháp giảng dạy của giảng viên.

Giải pháp 3: Cải tiến nội dung chương trình GDTC phù hợp với đặc thù của sinh viên và điều kiện thực tiễn của Trường

Mục đích:

Trên cơ sở nội dung chương trình GDTC của Bộ GD-ĐT quy định, cần bổ sung và cải tiến nội dung chương trình GDTC cho phù hợp với đặc điểm của sinh viên đồng thời phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của Trường Đại học Điện Lực.

Nội dung:

- Biên soạn giáo án điện tử để lên lớp lý thuyết cho sinh viên.

- Bổ sung thêm nội dung tự chọn vào chương trình GDTC

- Tăng cường phần rèn luyện thể lực, đặc biệt là sức bền trong mỗi giáo án.

- Đưa vào chương trình một số môn thể thao mang tính giải pháp dành cho những sinh viên có sức khỏe yếu.

Tổ chức thực hiện:

Biên soạn giáo án điện tử để lên lớp lý thuyết cho sinh viên. Giảng dạy cho các em những nội dung: Lịch sử TDTT, ý nghĩa của việc tập luyện thể thao đối với cơ thể, đề phòng chấn thương và sơ cứu chấn thương khi tập luyện TDTT kết hợp với các clip để các em có những khái niệm và nhận thức đầy đủ về vai trò và ý nghĩa của việc tập luyện TDTT.

- Bổ sung thêm nội dung tự chọn vào chương trình GDTC. Đề tài đề xuất đưa thêm môn Bóng rổ, Bóng đá, Bóng chuyền hơi, vào nội dung tự chọn.

- Trong mỗi giáo án giảng viên nên đưa các bài tập phát triển thể lực: Chạy cự ly trung bình, cự ly dài, nhảy dây, tập cơ lưng, cơ bụng, chống đẩy...

- Đưa các trò chơi vận động vào cuối mỗi giáo án. Đây là phương pháp rèn luyện thể lực rất tốt cho sinh viên “Học mà chơi, chơi mà học”.

- Tổ chức thi đấu thể thao trong giờ học cho sinh viên. Điều này rất có ý nghĩa, vừa tạo được không khí sôi nổi hào hứng trong giờ học, vừa rèn luyện thể lực cho sinh viên.

- Đưa vào chương trình một số môn thể thao mang tính giải pháp dành cho những sinh viên có sức khỏe yếu như: Yoga, Cờ vua vào chương trình môn học để cho những sinh viên có sức khỏe không tốt mang tính bám sinh không thể hoặc giảm khả năng vận động có thể học môn GDTC một cách có ý nghĩa.

Đơn vị phối hợp: Ban Giám hiệu, Phòng Đào tạo và Bộ môn GDTC.

Tiêu chí đánh giá: Phiếu khảo sát người học về nội dung, chương trình môn học

KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đề tài đã lựa chọn và xây dựng được 03 giải pháp đổi mới phương pháp dạy và học môn GDTC tại Trường Đại học Điện Lực đảm bảo tính khoa học và khả thi. Các giải pháp cần được triển khai đồng bộ với sự hỗ trợ từ phía Ban Giám hiệu, Bộ môn GDTC, Phòng Đào tạo, để đạt được kết quả cao trong dạy và học môn GDTC tại Trường Đại học Điện Lực.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD&ĐT (2005), *Thông tư số 25/2015/TT-BGDĐT ngày 14 tháng 10 năm 2015 của Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về “Chương trình môn học Giáo dục thể chất thuộc các chương trình đào tạo trình độ đại học”*.

2. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

3. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2006), *Lý luận và Phương pháp TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.

4. Thủ tướng chính phủ (2016), *QĐ số 1076/QĐ-TTg ngày 17 tháng 6 năm 2016 phê duyệt đề án tổng thể phát triển Giáo dục thể chất và thể thao trường học giai đoạn 2016-2020 định hướng tới năm 2025*.

(Bài nộp ngày 8/9/2024, Phản biện ngày 2/10/2024, duyệt in ngày 15/11/2024)

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)

