

# GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG DẠY HỌC MÔN THỂ DỤC CHO SINH VIÊN NGÀNH GIÁO DỤC THỂ CHẤT TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO BẮC NINH

Nguyễn Văn Hòa<sup>(1)</sup>  
Ngô Thị Thúy Nga<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu thường quy đã lựa chọn được 05 giải pháp nâng cao hiệu quả dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành Giáo dục thể chất (GDTC), Trường Đại học TDTT Bắc Ninh. Kết quả thực nghiệm các giải pháp cho thấy tính hiệu quả trong việc nâng cao chất lượng dạy học cho đối tượng nghiên cứu.

**Từ khóa:** Giải pháp, chất lượng dạy học, Thể dục phổ tu.

## Solutions to improve the quality of teaching physical education for students of Physical Education at Bac Ninh University of Physical Education and Sports

## Summary:

By conventional research methods, 05 solutions were selected to improve the effectiveness of teaching the subject of General Physical Education for students of the Physical Education (PE) major, Bac Ninh Sports University. The experimental results of the solutions showed the effectiveness in improving the quality of teaching for the research subjects.

**Keywords:** Solution, teaching quality, General gymnastics.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Chất lượng giáo dục luôn là vấn đề được quan tâm hàng đầu của các cơ sở giáo dục. Chất lượng giáo dục chịu tác động của nhiều yếu tố, trong đó có vai trò của chiến lược dạy học. Dạy học là quá trình cộng tác giữa thầy và trò luôn tác động qua lại, bổ sung cho nhau để truyền đạt – điều khiển và lĩnh hội - tự điều khiển tri thức nhằm tạo cho người học khả năng phát triển trí tuệ, hoàn thiện nhân cách. SV tốt nghiệp đại học được đánh giá dựa trên năng lực: kiến thức, kỹ năng và thái độ; Kết quả tìm kiếm việc làm của sinh viên (SV) phù hợp với ngành đào tạo là minh chứng thuyết phục có giá trị cao nhất về chất lượng đào tạo của Nhà trường. Qua thực tế giảng dạy và quan sát nhiều năm, nhiều đối tượng học môn Thể dục nhận thấy: kết quả học tập của SV trong những năm gần đây đã có những tiến bộ, chất lượng dạy học đã được nâng lên. Tuy nhiên, với những cập nhật và thay đổi về chương trình đào tạo cho các ngành đào tạo, với quỹ thời gian dành cho môn

học cắt giảm, điều kiện cơ sở vật chất xuống cấp... đã có những áp lực đòi hỏi phải có những giải pháp mới nhằm duy trì chất lượng và nâng cao hiệu quả dạy học. Vì vậy, vấn đề đánh giá thực trạng và lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả dạy học môn Thể dục phổ tu cho SV ngành GDTC là cần thiết.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu, phương pháp phỏng vấn, quan sát sư phạm, kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

### 1. Lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Để lựa chọn các giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục, nghiên cứu tiến hành phỏng vấn 14 giảng viên cơ hữu và thỉnh giảng của Bộ môn Thể dục. Phỏng vấn đánh giá theo 1/3 mức, với qui ước: Ưu tiên 1: 5 điểm, Ưu

<sup>(1)</sup>TS, <sup>(2)</sup>ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

**Bảng 1. Kết quả phỏng vấn lựa chọn giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh (n=14)**

TT	Các giải pháp	Kết quả trả lời			Σ điểm	Tỷ lệ % max
		Ưu tiên 1	Ưu tiên 2	Ưu tiên 3		
1	Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ công tác giảng dạy	10	4	0	62	89
2	Nâng cao trình độ chuyên môn cho giảng viên về nội dung giảng dạy	14	0	0	70	100
3	Cải tiến nội dung, chương trình, phương pháp giảng dạy	14	0	0	70	100
4	Cải tiến hình thức, nội dung, phương pháp kiểm tra đánh giá môn học	12	2	0	66	94
5	Tuyên truyền nâng cao nhận thức về vai trò tác dụng của môn học đối với người tập và ý nghĩa với công tác sau này	10	4	0	62	89

tiên 2: 3 điểm, Ưu tiên 3: 0 điểm. Kết quả phỏng vấn được trình bày ở bảng 1.

Kết quả cho thấy, tất cả các giải pháp đề xuất đã được các giảng viên đánh giá rất cao, đạt 89% - 100% điểm tối đa. Theo đó, nghiên cứu đã lựa chọn cả 05 giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục phổ tu cho SV Ngành GDTC.

**2. Xây dựng nội dung các giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

Để triển khai một cách hiệu quả, chúng tôi đã xây dựng nội dung chi tiết cho từng giải pháp được lựa chọn với cấu trúc gồm: mục đích, nội dung và cách thức tổ chức, triển khai.

***Giải pháp 1: Cải tạo, nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ công tác giảng dạy***

*Mục đích:* Tạo môi trường học tập đảm bảo những điều kiện cần thiết phục vụ cho giảng dạy chính khoá, cũng như các hoạt động ngoại khoá môn Thể dục cho SV, đồng thời qua đó nâng cao tính hứng thú, tích cực của người học.

*Nội dung và tổ chức thực hiện:* Xây dựng kế hoạch mua mới, sửa chữa nâng cấp cơ sở tập luyện: Sân bãi, nhà tập... trên nguyên tắc tận dụng tối đa điều kiện cơ sở vật chất hiện có của Nhà trường và bổ sung tăng cường các trang thiết bị dạy học hiện đại nhằm giúp Bộ môn có thể ứng dụng phương pháp dạy học sử dụng công nghệ mới trong quá trình dạy học.

Xây dựng phương án sử dụng sân bãi, nhà tập theo từng đối tượng tập luyện, quy chế sử dụng thiết bị. Thường xuyên kiểm tra, sửa chữa hệ thống thiết bị phục vụ công tác giảng dạy. Tạo điều kiện thuận lợi trong việc mượn dụng cụ, mở nhà tập, sân bãi tập luyện... để sinh viên có điều kiện, môi trường tập luyện trong giờ ngoại khoá.

Phòng Hành chính tổng hợp phối hợp với Bộ môn Thể dục thể hình tổ chức kiểm tra, đánh giá thực trạng, xây dựng kế hoạch, đề án trình Ban giám hiệu phê duyệt và triển khai sau khi có quyết định. Bộ môn Thể dục thể hình có chức năng sử dụng và quản lý.

***Giải pháp 2: Nâng cao trình độ chuyên môn cho giảng viên về nội dung giảng dạy***

*Mục đích:* Nâng cao trình độ và nghiệp vụ sư phạm, tạo điều kiện thuận lợi cho giảng viên khi tham gia giảng dạy môn Thể dục có trình độ chuyên môn vững vàng, đáp ứng được yêu cầu giảng dạy ở bậc đại học.

*Nội dung và tổ chức thực hiện:* Tổ chức sinh hoạt chuyên môn định kỳ với nội dung bồi dưỡng nâng cao kiến thức lý luận và thực hành về môn Thể dục cho giảng viên Bộ môn; Cử giáo viên đi học các lớp bồi dưỡng chuyên môn do Liên đoàn Thể dục thể hình tổ chức; Tổ chức bình giảng, trao đổi kinh nghiệm; Phân công giáo viên phụ trách, tổ chức quản lý các lớp Thể dục ngoại khoá. Có chế độ động viên, khen

thường kỷ luật thích đáng nhằm động viên tinh thần của giảng viên.

**Giải pháp 3: Cải tiến nội dung, chương trình, phương pháp giảng dạy**

*Mục đích:* Cải tiến nội dung, phương pháp giảng dạy nhằm đáp ứng yêu cầu thực tiễn, nâng cao năng lực biên soạn và giảng dạy môn Thể dục cho SV theo hướng đáp ứng yêu cầu của các cơ sở đào tạo ngành giáo dục và các câu lạc bộ, nâng cao tính năng động và phát huy sở trường của các đối tượng học tập.

*Nội dung và tổ chức thực hiện:* Cải tiến nội dung chương trình, tiến trình sát với yêu cầu xã hội, đặc biệt chú ý những kiến thức cơ bản phù hợp cho các bậc học phổ thông nhưng không làm đảo lộn kế hoạch giảng dạy chung. Cải tiến phương pháp giảng dạy, áp dụng các phương pháp giảng dạy hiện đại phát huy tính tích cực của học sinh, đảm bảo phương pháp tổ chức giờ học phong phú và linh hoạt. Đảm bảo cân đối giữa nội dung lý luận và kỹ năng thực hành. Tổ chức soạn thảo tài liệu môn học, băng đĩa hình để giáo viên tham khảo trong quá trình giảng dạy và SV tự nghiên cứu trong quá trình học tập. Mở rộng nội dung, hình thức bài tập và xây dựng ý thức tự giác, tích cực học tập của SV.

**Giải pháp 4: Cải tiến hình thức nội dung phương pháp kiểm tra đánh giá môn học**

*Mục đích:* nhằm tăng tính khách quan, kích thích tính chủ động sáng tạo và khả năng vận dụng thực tiễn của sinh viên.

*Nội dung và tổ chức thực hiện:* Tổ chức hội thảo bàn luận về vấn đề đổi mới nội dung, phương pháp, tiêu chuẩn kiểm tra đánh giá môn Thể dục. Trên cơ sở đó tiến hành tổ chức kiểm tra đánh giá nhằm kiểm chứng hiệu quả của nội dung và phương pháp mới, đồng thời có căn cứ để điều chỉnh cho phù hợp.

**Giải pháp 5: Tuyên truyền nâng cao nhận thức về vai trò tác dụng của môn học đối với người tập và ý nghĩa với công tác sau này**

*Mục đích:* Giúp SV hiểu sâu về ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện môn Thể dục trong việc rèn luyện sức khỏe, phát triển các tố chất thể lực, tạo tiền đề sinh học để học sinh tiếp thu tốt kiến thức các môn học, đồng thời giáo dục nhân cách đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hóa - tinh thần.

*Nội dung và tổ chức thực hiện:* Tổ chức cho SV xem các cuộc thi thể dục của SV chuyên ngành hoặc các cuộc thi đấu lớn qua băng hình, qua đó tăng cường kiến thức về nội dung môn

**Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn tiêu chí đánh giá hiệu quả giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC (n=14)**

TT	Nhóm tiêu chí/ tiêu chí đánh giá	Kết quả phỏng vấn							
		Rất quan trọng		Quan trọng		Ít quan trọng		Σ điểm	Tỷ lệ % max
		m <sub>i</sub>	Điểm	m <sub>i</sub>	Điểm	m <sub>i</sub>	Điểm		
<b>I</b>	<b>Hiệu quả nâng cao chất lượng giảng dạy môn Thể dục phổ tu</b>								
1	Trình độ chuyên môn của GV	14	70	0	0	0	0	70	100
2	Năng lực sư phạm của GV	14	70	0	0	0	0	70	100
3	Năng lực tổ chức quản lý giờ học	13	65	1	3	0	0	68	97.1
<b>II</b>	<b>Hiệu quả nâng cao chất lượng học tập môn Thể dục phổ tu</b>								
1	Mức độ nhận thức của SV sau kết thúc môn học	11	55	3	9	0	0	64	91.4
2	Động cơ học tập môn học của SV	11	55	3	9	0	0	64	91.4
3	Kết quả học tập môn học của SV	14	70	0	0	0	0	70	100
4	Sự biến đổi một số năng lực thể chất của SV	0	0	1	3	13	13	16	22.8

Thể dục, cũng như phương pháp biên soạn, trình bày bài thi môn Thể dục, giúp sinh viên có những hiểu biết về cách thức tổ chức thi đấu và trọng tài và có nhận thức tổng quát về công việc sau này gắn với phong trào thể thao trong xã hội.

**3. Đánh giá hiệu quả ứng dụng các giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh**

**Lựa chọn tiêu chí đánh giá:**

Việc đánh giá hiệu quả ứng dụng các giải pháp được dựa trên cách tiếp cận hiệu quả là sự tác động tương hỗ và đồng bộ của cả 5 giải pháp và được thể hiện qua hiệu quả nâng cao chất lượng giảng dạy của người thầy và hiệu quả nâng cao chất lượng học tập của người trò.

Bảng phương pháp tham khảo tài liệu và tư vấn của các chuyên gia, nghiên cứu bước đầu đề

xuất 02 nhóm tiêu chí để đưa ra phỏng vấn lựa chọn (bảng 2).

Theo nguyên tắc phỏng vấn đặt ra đã loại bỏ tiêu chí sự biến đổi năng lực thể chất của SV do có tỉ lệ lựa chọn thấp (22.8%), tất cả các tiêu chí còn lại đều được đánh giá cao đạt từ 91.4% – 100% điểm tối đa được sử dụng trong nghiên cứu tiếp theo.

**Hiệu quả ứng dụng các giải pháp trong việc nâng cao chất lượng giảng dạy môn Thể dục phổ tu đối với giảng viên**

Từ kết quả phỏng vấn lựa chọn được nhóm tiêu chí với 03 tiêu chí, đề tài tiếp tục xác định các nội dung phản ánh của từng tiêu chí để làm căn cứ đánh giá hiệu quả trong thực tế.

Kết quả đánh giá thông qua phỏng vấn 08 giảng viên trực tiếp giảng dạy môn Thể dục phổ tu được trình bày tại bảng 3.

**Bảng 3. Hiệu quả giảng dạy trước và sau triển khai các giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC (n = 8)**

Tiêu chí/ nội dung đánh giá	Trước thực nghiệm		Sau thực nghiệm		So sánh	
	Tán thành	Tỉ lệ %	Tán thành	Tỉ lệ %	$\chi^2$	P
<b>Trình độ chuyên môn của giảng viên</b>						
Làm chủ được kiến thức, chủ động chuyển giao kiến thức giảng dạy môn học	8	100	8	100	0.03	>0.05
Bám sát mục tiêu chương trình giảng dạy môn học	8	100	8	100		
Áp dụng công nghệ trong giảng dạy môn học	2	20	8	100	8.7	<0.05
<b>Năng lực sư phạm của giảng viên</b>						
Kích thích tư duy của người học và lôi cuốn họ trong quá trình lên lớp	4	50	8	100	9.55	<0.05
Tạo điều kiện tinh huống cho sinh viên được thỏa mãn nhu cầu tự thể hiện bản thân và mở rộng kiến thức thông qua hoạt động học tập	1	12.5	8	100	8.65	<0.05
<b>Năng lực tổ chức quản lý giờ học</b>						
Đảm bảo mọi thành viên trong lớp đều thuận lợi tiếp thu kiến thức	8	100	8	100	0.03	>0.05
Tổ chức tốt hoạt động sư phạm của người dạy và người học theo hướng phát huy tính tích cực chủ động, sáng tạo của người học	4	50	8	100	9.55	<0.05



### Chất lượng giáo dục luôn là vấn đề được quan tâm hàng đầu của các cơ sở giáo dục đại học

Kết quả đánh giá cho thấy: Trước thực nghiệm, tuy trình độ của giáo viên Bộ môn về kiến thức môn Thể dục rất tốt nhưng không có điều kiện áp dụng công nghệ dạy học hiện đại trong thực tiễn dạy học; Khả năng kích thích tư duy và lôi cuốn người học chỉ đạt mức 50%; Đặc biệt việc tổ chức quản lý không tạo điều kiện cho sinh viên được phát huy năng lực sáng tạo, không tạo được môi trường để sinh viên tự thể hiện mình, chính vì vậy kiến thức của họ chỉ hạn hẹp trong bài Thể dục mẫu, do vậy năng lực sư phạm của giảng viên cũng bị hạn chế nhiều. Ngược lại, sau khi ứng dụng các giải pháp, tất cả các vấn đề tồn tại về trình độ chuyên môn và năng lực sư phạm của giảng viên đều được thỏa mãn với ý kiến tán thành là 100%. Về năng lực tổ chức quản lý giờ học đã cho thấy các giải pháp đưa ra đã thúc đẩy hoạt động sư phạm của người dạy theo hướng phát huy tính chủ động sáng tạo của người học.

### *Hiệu quả ứng dụng các giải pháp với việc nâng cao chất lượng học tập môn Thể dục cho sinh viên Ngành GDTC*

Nghiên cứu tiến hành đánh giá thông qua hai tiêu chí:

Thứ nhất: Đánh giá tính tích cực chủ động của sinh viên thông qua động cơ học tập môn Thể dục của sinh viên nhóm thực nghiệm và đối chứng (bảng 4).

Thông qua bảng 4 có thể thấy: 100% SV của cả 2 nhóm đều học tập vì động cơ điểm thi kết thúc; Có 35.7% SV ở nhóm ĐC có động cơ thể hiện khả năng của bản thân, trong khi nhóm TN là 73.5%; Đặc biệt, động cơ học tập để phục vụ nghề nghiệp sau này thì chỉ SV nhóm TN có 44.11% tán thành; với động cơ phục vụ xã hội thì ở cả hai nhóm đều có ý kiến tán thành rất thấp.

Thứ hai: Đánh giá kết quả học tập môn Thể dục của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thời gian thực nghiệm: Kết quả thu được tại bảng 5.

**Bảng 4. Kết quả phỏng vấn đánh giá động cơ học tập môn Thể dục của nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm**

TT	Tiêu chí đánh giá động cơ học tập	Nhóm ĐC (n=34)		Nhóm TN (n=34)		So sánh	
		Tán thành	Tỉ lệ %	Tán thành	Tỉ lệ %	$\chi^2$	P
1	Động cơ về điểm	34	100	34	100	0.06	>0.05
2	Động cơ tự thể hiện năng lực bản thân hoặc tập thể nhóm	12	35.3	25	73.5	6.21	<0.05
3	Động cơ ứng dụng phục vụ nghề nghiệp sau này	2	5.8	15	44.11	7.72	<0.05
4	Động cơ phục vụ xã hội	1	2.9	2	5.8	0.21	>0.05

**Bảng 5. So sánh kết quả học tập môn Thể dục của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng sau thực nghiệm**

Đối tượng	Xếp loại kết quả học tập									
	Giỏi	Tỉ lệ %	Khá	Tỉ lệ %	TB	Tỉ lệ %	Yếu	Tỉ lệ %	Kém	Tỉ lệ %
Nhóm TN (n=34)	14	41.12	14	41.12	6	17.6	0	0	0	0
Nhóm ĐC (n=34)	3	9.9	6	16.7	16	46.4	5	15.2	4	10.8
So sánh	$\chi^2 = 11.46$					P<0.05				

Qua bảng 5 cho thấy, kết quả thi môn Thể dục của nhóm TN tốt hơn hẳn nhóm đối chứng, thể hiện ở tỉ lệ sinh viên khá giỏi đều vượt trội so với nhóm ĐC, số SV đạt trung bình chỉ chiếm 17,6% và không có sinh viên yếu kém. Ngược lại, nhóm đối chứng có tỉ lệ sinh viên giỏi và khá thấp, trong khi số SV yếu kém vẫn còn tới 26%.

### KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn và xây dựng được nội dung 05 giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho SV Ngành GDTC, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.

Kết quả ứng dụng các giải pháp đã cho thấy chất lượng giảng dạy của giảng viên và học tập của SV đều được nâng lên rõ rệt, chứng tỏ các giải pháp đã phát huy hiệu quả trong thực tiễn đào tạo.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành TW Đảng (2013), *Nghị quyết số 29-NQ/TW ngày 04/11/2013 về Đổi*

*mới căn bản, toàn diện giáo dục và đào tạo, đáp ứng yêu cầu công nghiệp hóa, hiện đại hóa trong điều kiện kinh tế thị trường định hướng xã hội chủ nghĩa và hội nhập quốc tế.*

2. Đỗ Thế Sơn (2013), “Nghiên cứu lựa chọn giải pháp nâng cao hiệu quả Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Cao đẳng Công nghiệp Phúc Yên”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.*

3. Bùi Thị Thuý (2008), “Nghiên cứu một số giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác GDTC cho sinh viên trường CĐSP Thái Bình”, *Luận văn thạc sĩ giáo dục học, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.*

(Bài nộp ngày 2/6/2024, phản biện ngày 19/9/2024, duyệt in ngày 22/10/2024)

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Văn Hòa;  
Email: hoatdtt@gmail.com)

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

**4. Trương Quốc Uyên**

Các phong trào rèn luyện thể chất của đồng bào Việt Nam theo gương Bác Hồ vĩ đại

**6. Trương Anh Tuấn; Nguyễn Tôn Hoài**

Đào tạo nguồn nhân lực thể dục thể thao trong thời kỳ phát triển mới của đất nước

**10. Nguyễn Hoàng Minh Thuận**

Đào tạo sinh viên sư phạm ngành Giáo dục thể chất: Góc nhìn từ mô hình TPACK

**BÀI BÁO KHOA HỌC**

**16. Nguyễn Văn Phúc**

Đề xuất mô hình giảm thiểu rủi ro thương tích trong hoạt động Thể dục thể thao ở Việt Nam

**19. Đỗ Hữu Trường; Mai Thị Bích Ngọc**

Định hướng phát triển thể thao mạo hiểm tại vùng Trung du và miền núi Bắc Bộ giai đoạn 2025-2030

**23. Phạm Việt Hùng**

Mô hình đào tạo nguồn kế cận thể thao thành tích cao của một số nước trên thế giới và bài học đối với thể thao Việt Nam

**29. Phonesooksin TESO; Đinh Thị Mai Anh**

Thực trạng các yếu tố chủ quan đảm bảo chất lượng hoạt động Thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên Trường Đại học quốc gia Lào

**33. Đinh Khánh Thu; Nguyễn Hữu Thành Thái**

Đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng phong trào tập luyện Dân vũ thể thao của người cao tuổi trên địa bàn quận Long Biên, Thành phố Hà Nội

**38. Nguyễn Đức Thành**

Năng lực tính toán của sinh viên các lớp Cờ vua sau ứng dụng các dạng bài tập phối hợp chiến thuật

**42. Nguyễn Văn Hòa; Ngô Thị Thúy Nga**

Giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn Thể dục cho sinh viên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**48. Nguyễn Ngọc Nga; Cung Đức Liêm; Nguyễn Trương Phương Uyên**

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực chung của nữ sinh viên ngành Quản trị kinh doanh Trường Đại học Tài chính – Marketing

**52. Nguyễn Thị Diệp Ly; Dương Thái Bình**

Lựa chọn và ứng dụng bài tập thể dục Aerobic phát triển thể lực chung cho sinh viên chuyên ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Hồng Đức

**56. Lê Thị Thanh Thủy; Nguyễn Như Phúc**

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc dạy và học bơi ếch của học viên Trường Sĩ quan lục quân 1 – Sơn Tây – Hà Nội

**62. Nguyễn Đức Thịnh**

Hiệu quả ứng dụng bài tập đập bóng nhanh trước mặt ở vị trí số 3 cho nam sinh viên đội tuyển Bóng chuyền Học viện Công nghệ Bưu chính Viễn thông

**66. Bùi Danh Tuyên**

Xác định nguy cơ chấn thương trong hoạt động tập luyện của các vận động viên đội tuyển Bóng rổ Trường Đại học Công Nghệ Đông Á

**70. Phạm Việt Hùng; Nguyễn Thị Thu Quyết**

Thực trạng hiệu quả tuyển chọn vận động viên môn Cử tạ tại Đội tuyển trẻ và Đội tuyển quốc gia Việt Nam

**73. Kolakot Simuongsong**

Lựa chọn hệ thống bài tập phát triển sức mạnh cho nam vận động viên Taekwondo nội dung thi đấu đối kháng (Kyorugi) lứa tuổi 14 - 17 Cộng hòa Dân chủ Nhân dân Lào

**TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**

**76. Minh Đức**

Xây dựng và phát triển Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh giai đoạn 1965-1975

**78. Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Văn Đông**

Bài tập phát triển cơ tay, ngực với tạ đôi

**80. Thẻ lệ viết và gửi bài.**

## **THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

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

Physical training movements of Vietnamese people following the example of great Uncle Ho

### **6. Truong Anh Tuan; Nguyen Ton Hoai**

Training human resources for physical education and sports in the new development period of the country

### **10. Nguyen Hoang Minh Thuan**

Training of Physical Education Pedagogical Students: Perspective from the TPACK Model

## **ARTICLES**

### **16. Nguyen Van Phuc**

Proposing a model to reduce injury risks in sports activities in Vietnam

### **19. Do Huu Truong; Mai Thi Bich Ngoc**

Orientation for developing adventure sports in the Northern Midlands and Mountains in the period 2025-2030

### **23. Pham Viet Hung**

Models of training high-performance sports successors in some countries around the world and lessons for Vietnamese sports

### **29. Phonesooksin TESO; Dinh Thi Mai Anh**

Current status of subjective factors ensuring the quality of extracurricular sports activities of students at the National University of Laos

### **33. Dinh Khanh Thu; Nguyen Huu Thanh Thai**

Assessment of the current status of the folk dance and sports movement of the elderly in Long Bien District, Hanoi City

### **38. Nguyen Duc Thanh**

Evaluation of the computational ability of chess students after applying tactical coordination exercises

### **42. Nguyen Van Hoa; Ngo Thi Thuy Nga**

Solutions to improve the quality of teaching physical education for students of Physical Education at Bac Ninh University of Physical Education and Sports

### **48. Nguyen Ngoc Nga; Cung Duc Liem; Nguyen Truong Phuong Uyen**

Current situation and causes affecting the general physical fitness level of female students majoring in Business Administration at the University of Finance - Marketing

### **52. Nguyen Thi Diep Ly; Duong Thai Binh**

Selection and application of aerobic exercises to develop general physical fitness for students majoring in Physical Education, Hong Duc University

### **56. Le Thi Thanh Thuy; Nguyen Nhu Phuc**

Current status of factors affecting teaching and learning frog swimming of students of Army Officer School 1 - Son Tay - Hanoi

### **62. Nguyen Duc Thinh**

Effective application of exercises to improve the efficiency of fast front smash at position number 3 for male students of the Volleyball team of the Academy of Posts and Telecommunications Technology

### **66. Bui Danh Tuyen**

Identifying the risk of injury during training activities of athletes of the Basketball Team of Dong A University of Technology

### **70. Pham Viet Hung; Nguyen Thi Thu Quyet**

Current status of effective selection of weightlifting athlete at Vietnam Youth Team and National Team

### **73. Kolakot Simuongsong**

Choosing a system of strength development exercises for male Taekwondo athletes in the competition (Kyorugi) age group of 14-17 in the Lao People's Democratic Republic

## **NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

### **76. Minh Duc**

Construction and development of Bac Ninh Sports University in the period 1965-1975

### **78. Pham Tuan Dung; Nguyen Van Dong**

Exercises to develop arm and chest muscles with dumbbells

### **80. Rules of writing and posting.**





**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 5 -2024**  
**(83)**

