

THỰC TRẠNG KẾT QUẢ HỌC TẬP MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ NĂNG LỰC THỂ CHẤT CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC GIAO THÔNG VẬN TẢI

Trần Quang Chí⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 28/04/2025

Ngày phản biện: 21/05/2025

Ngày đăng: 30/06/2025

Tác giả liên hệ:

Trần Quang Chí

Email: chigtvt26@gmail.com

Tóm tắt:

Nghiên cứu đã tiến hành đánh giá thực trạng kết quả học tập môn GDTC và thực trạng năng lực thể chất của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải. Kết quả nghiên cứu làm căn cứ để xây dựng chương trình môn học GDTC tự chọn cho sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải, góp phần nâng cao chất lượng công tác GDTC của Trường.

Từ khóa: Kết quả học tập, năng lực thể chất, Đại học Giao thông vận tải.

Current status of learning outcomes of Physical Education and physical capacity of students at the University of Transport and Communication

Tran Quang Chi⁽¹⁾

Article Information:

Received: 28/04/2025

Review date: 21/05/2025

Published: 30/06/2025

Corresponding Author:

Tran Quang Chi

Email: chigtvt26@gmail.com

Summary:

The study assessed the current status of the learning outcomes of the subject of Physical Education and the current status of physical capacity of students at the University of Transport and Communication. The research results will serve as a basis for developing an elective Physical Education program for students at the University of Transport and Communication, contributing to improving the quality of Physical Education work in the school.

Keywords: Learning outcomes, physical capacity, University of Transport and Communication.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Thực tiễn triển khai nội dung, chương trình môn học GDTC dành cho sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải (ĐHGTVT) cho thấy, sinh viên còn chưa tích cực tập luyện trong các giờ học chính khóa. Một trong những nguyên nhân cơ bản được xác định do chương trình môn GDTC tự chọn của nhà trường đang áp dụng hiện nay chưa đáp ứng được nhu cầu, năng lực và sở thích học tập của sinh viên. Trước thực trạng đó đòi hỏi phải tiến hành đổi mới chương trình GDTC tự chọn cho sinh viên theo hướng đáp ứng nhu cầu học tập và tập luyện theo năng lực, sở trường nhằm nâng cao năng lực thể chất, đáp ứng các yêu cầu và quy định về công tác GDTC hiện nay cho sinh viên.

Nội dung nghiên cứu tiến hành đánh giá khái quát thực trạng kết quả học tập các môn GDTC và thực trạng năng lực thể chất của sinh viên, làm cơ sở để tiến hành đổi mới nội dung chương trình GDTC tự chọn cho sinh viên TĐHGTVT.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Chúng tôi đã sử dụng các phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp kiểm tra y học; Phương pháp kiểm tra sự phạm; Phương pháp toán học thống kê.

Thiết kế nghiên cứu:

Để đánh giá thực trạng kết quả học tập môn GDTC và năng lực thể chất của sinh viên Trường ĐHTVT, nghiên cứu tiến hành đánh giá dựa trên các nội dung sau: 1) Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên (thời điểm kết

⁽¹⁾ThS, Trường Đại học Giao thông vận tải

thức năm học 2022 - 2023); 2) Đánh giá năng lực thể chất của sinh viên thông qua các tiêu chí hình thái, chức năng, tổ chức thể lực theo tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/09/2008 [1] tại thời điểm kết thúc năm học và thể chất người Việt Nam [2].

Đối tượng khảo sát bao gồm: 2500 sinh viên (1665 nam và 835 nữ) từ năm thứ nhất đến năm thứ tư Trường ĐHGTVT. Số liệu thu thập trong quá trình khảo sát được thông qua kiểm tra sư

phạm kết hợp lấy kết quả học tập được lưu trữ tại Bộ môn GDTC nhà trường.

BMI được đánh giá theo tiêu chuẩn của Hiệp hội đái tháo đường dành cho người châu Á.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Thực trạng kết quả học tập môn GDTC của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải

Kết quả học tập môn GDTC của sinh viên thời điểm năm học 2022 - 2023 (là điểm các học phần môn học trong chương trình GDTC), được trình bày ở bảng 1 cho thấy:

Bảng 1. Thực trạng kết quả học tập môn học GDTC của sinh viên Trường ĐHGTVT thời điểm năm học 2022 - 2023. (n = 2500)

Kết quả khảo sát	Kết quả học tập học phần môn học GDTC (điểm Tín chỉ)					Tổng
	A	B	C	D	F	
n	133	780	1063	344	180	2500
Tỷ lệ %	5.32	31.20	42.52	13.76	7.20	100

- Tỷ lệ sinh viên đạt điểm B và điểm C là rất lớn, 1843/2500 sinh viên, chiếm tỷ lệ 73.72%, (trong đó đạt điểm B có 780/2500 sinh viên, chiếm tỷ lệ 31.20%, đạt điểm C có 1063/2500 sinh viên, chiếm tỷ lệ 42.52%).

- Tỷ lệ số sinh viên đạt điểm A rất thấp, chỉ có 133/2500 sinh viên, chiếm tỷ lệ 5.32%.

- Trong khi tỷ lệ sinh viên đạt điểm D và điểm F tương đối cao, có đến 524/2500 sinh viên đạt điểm D và F, chiếm tỷ lệ 20.96% (trong đó điểm D có 344/2500 sinh viên, chiếm tỷ lệ 13.76%, điểm F có 180/2500 sinh viên chiếm tỷ lệ 7.20%).

2. Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải

Nghiên cứu tiến hành khảo sát năng lực thể chất của sinh viên tại thời điểm kết thúc năm học 2022 - 2023, trên cơ sở đó so sánh với tiêu chuẩn đánh giá thể chất người Việt Nam có cùng độ tuổi [2, tr. 45-48] và đối chiếu với tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của học sinh, sinh viên [1]. Kết quả trình bày ở các bảng 2 đến 5 cho thấy:

Về các chỉ số hình thái - chức năng:

Chiều cao của nam và nữ sinh viên Trường ĐHGTVT các độ tuổi 18 - 21 phát triển bình thường, tuy kiểm tra theo phương pháp “theo đôi ngang” nhưng cũng cho thấy có sự phát triển

về chiều cao giữa các độ tuổi từ 18 đến 21 tuổi có tính kế thừa; năm sau cao hơn năm trước. Chênh lệch trung bình chiều cao giữa các độ tuổi ở sinh viên nam là 0.50 cm, nữ là 0.98 cm/năm.

Về cân nặng cũng có diễn biến tương tự, ở các độ tuổi từ 18 - 21, sự phát triển cân nặng có tính kế thừa, chênh lệch trung bình cân nặng ở các độ tuổi của nam tăng là 2.19 kg, nữ là 0.94 kg/năm.

Cân nặng phát triển có sự tương đồng với chiều cao của sinh viên. Tuy nhiên chỉ số BMI ở sinh viên Trường ĐHGTVT cho thấy, ở cả sinh viên nam và sinh viên nữ, chỉ số này đa số đều đạt dưới 18.50, ở mức thiếu cân.

Chỉ số công năng tim cho thấy không có sự phát triển đồng nhất giữa các lứa tuổi ở cả nam và nữ, mặc dù có sự khác biệt giữa sinh viên Trường ĐHGTVT so với thể chất người Việt Nam, tuy nhiên mức đạt được của chỉ số này hầu hết đều ở mức độ kém (từ 11 đến 15 HW).

Khi so sánh sự khác biệt về các chỉ số hình thái, chức năng giữa đối tượng sinh viên Trường ĐHGTVT và thể chất người Việt Nam cho thấy: chỉ số chiều cao có chênh lệch so với thể chất người Việt Nam (do Viện Khoa học TĐTT công bố), với $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $P > 0.05$,

**Bảng 2. Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên năm thứ nhất
Trường Đại học Giao thông vận tải thời điểm năm học 2022 - 2023**

TT	Test	Nam (n = 428)					Nữ (n = 210)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	165.64±21.73	13.12	164.85±5.22	0.746	>0.05	155.17±20.70	13.34	153.47±5.19	1.185	>0.05
2	Cân nặng (kg)	46.31±5.30	11.45	53.15±6.88	21.934	<0.001	42.35±5.37	12.68	45.76±4.08	8.831	<0.001
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	16.88±2.03	12.02	19.47±2.12	23.071	<0.001	17.59±2.01	11.45	19.32±1.78	11.788	<0.001
4	Chỉ số công năng tim (HW)	13.11±1.27	9.65	13.35±3.58	2.165	<0.05	13.45±1.19	8.86	14.38±3.43	7.550	<0.001
5	Lực bóp tay thuận (kG)	41.85±4.89	11.68	43.90±6.50	7.072	<0.001	27.06±3.14	11.60	28.96±5.08	7.431	<0.001
6	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	15.88±1.79	11.27	20.00±3.59	32.492	<0.001	14.66±1.64	11.19	12.00±3.95	17.187	<0.001
7	Bật xa tại chỗ (cm)	209.85±27.39	13.05	219.00±21.10	6.391	<0.001	151.19±18.87	12.48	160.00±18.20	6.338	<0.001
8	Chạy 30m XPC (s)	5.87±0.71	12.10	4.88±0.50	27.000	<0.001	6.90±0.86	12.46	6.23±0.64	10.848	<0.001
9	Chạy con thoi 4'10m (s)	12.75±1.44	11.29	10.61±0.85	29.322	<0.001	13.61±1.31	9.63	12.58±1.17	10.768	<0.001
10	Chạy tuý sức 5 phút (m)	927.17±105.34	11.36	940.00±111.00	2.196	<0.05	849.44±99.72	11.74	722.00±102.00	17.218	<0.001

**Bảng 3. Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên năm thứ hai
Trường Đại học Giao thông vận tải thời điểm năm học 2022 - 2023**

TT	Test	Nam (n = 423)					Nữ (n = 212)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	166.16±18.34	11.04	164.87±5.41	1.423	>0.05	156.69±17.47	11.15	153.66±4.98	2.510	<0.05
2	Cân nặng (kg)	48.94±5.98	12.21	53.16±5.71	12.952	<0.001	43.53±6.11	14.03	45.77±5.03	5.084	<0.001
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	17.73±1.83	10.33	19.55±1.81	18.128	<0.001	17.73±1.87	10.56	19.48±1.85	12.704	<0.001
4	Chỉ số công năng tim (HW)	12.89±1.23	9.54	13.20±3.71	2.745	<0.05	13.52±1.16	8.57	14.04±3.30	4.377	<0.001
5	Lực bóp tay thuận (kG)	41.87±4.56	10.89	44.44±6.12	9.439	<0.001	27.01±4.66	17.26	29.15±4.91	6.184	<0.001
6	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	16.73±1.84	11.00	20.00±3.59	25.383	<0.001	12.89±1.86	14.42	12.00±3.99	5.350	<0.001
7	Bật xa tại chỗ (cm)	219.21±25.32	11.55	218.00±20.70	0.902	>0.05	149.17±25.89	17.35	159.00±17.10	5.358	<0.001
8	Chạy 30m XPC (s)	5.72±0.56	9.78	4.85±0.49	29.002	<0.001	6.86±0.70	10.22	6.19±0.61	13.089	<0.001
9	Chạy con thoi 4'10m (s)	12.67±1.32	10.42	10.59±0.94	30.313	<0.001	13.65±1.35	9.89	12.62±1.09	10.601	<0.001
10	Chạy tuý sức 5 phút (m)	936.65±109.03	11.64	954.00±122.00	2.814	<0.05	818.95±111.47	13.61	729.00±101.00	11.080	<0.001

**Bảng 4. Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên năm thứ ba
Trường Đại học Giao thông vận tải thời điểm năm học 2022 - 2023**

TT	Test	Nam (n = 399)					Nữ (n = 208)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	166.67±19.23	11.54	165.14±5.61	1.571	>0.05	157.08±18.32	11.66	153.88±5.28	2.504	<0.05
2	Cân nặng (kg)	50.73±6.19	12.21	53.16±5.71	7.077	<0.001	44.16±6.33	14.34	45.77±5.33	3.488	<0.05
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	18.26±1.89	10.33	19.55±1.77	12.276	<0.001	17.90±1.93	10.78	19.43±1.97	10.664	<0.001
4	Chỉ số công năng tim (HW)	12.21±1.16	9.54	12.95±3.62	6.717	<0.001	13.46±1.10	8.16	14.13±3.30	5.751	<0.001
5	Lực bóp tay thuận (kG)	43.12±4.78	11.09	44.57±6.42	4.981	<0.001	26.88±4.89	18.18	28.83±4.74	5.390	<0.001
6	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	17.78±1.99	11.19	20.00±4.00	15.471	<0.001	13.86±2.01	14.51	12.00±3.88	10.705	<0.001
7	Bật xa tại chỗ (cm)	223.34±24.9	11.15	220.00±20.80	2.461	<0.05	147.14±25.46	17.30	157.00±17.10	5.408	<0.001
8	Chạy 30m XPC (s)	5.64±0.64	11.35	4.85±0.53	22.675	<0.001	6.81±0.80	11.77	6.22±0.62	10.173	<0.001
9	Chạy con thoi 4'10m (s)	12.42±1.13	9.12	10.61±0.97	29.198	<0.001	13.77±1.16	8.41	12.62±1.09	13.463	<0.001
10	Chạy tuý sức 5 phút (m)	943.38±106.04	11.24	942.00±118.00	0.225	>0.05	788.45±108.42	13.75	721.00±96.70	8.485	<0.001

**Bảng 5. Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên năm thứ tư
Trường Đại học Giao thông vận tải thời điểm năm học 2022 - 2023**

TT	Test	Nam (n = 415)					Nữ (n = 205)				
		$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P	$\bar{x} \pm \delta$	Cv	Thể chất người Việt Nam	t	P
1	Chiều cao đứng (cm)	167.13±19.29	11.54	163.66±5.45	3.606	<0.05	158.11±18.37	11.62	153.85±5.19	3.294	<0.05
2	Cân nặng (kg)	52.87±6.46	12.21	54.40±5.93	4.160	<0.001	45.16±6.60	14.61	47.20±5.32	4.163	<0.01
3	Chỉ số BMI (kg/m ²)	18.93±1.96	10.33	20.29±1.95	11.956	<0.001	18.06±2.00	11.07	19.90±1.87	12.124	<0.001
4	Chỉ số công năng tim (HW)	12.21±1.16	9.54	10.69±2.97	13.869	<0.001	12.13±1.10	9.05	11.22±2.69	7.996	<0.001
5	Lực bóp tay thuận (kG)	44.82±4.07	9.09	42.50±7.35	7.586	<0.001	27.11±4.17	15.36	28.50±5.59	4.096	<0.01
6	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	18.95±2.05	10.82	15.00±4.00	24.503	<0.001	14.01±2.07	14.79	8.00±4.34	30.298	<0.001
7	Bật xa tại chỗ (cm)	229.83±25.76	11.21	206.00±25.70	15.872	<0.001	147.67±26.34	17.84	154.00±23.10	3.203	<0.01
8	Chạy 30m XPC (s)	5.48±0.62	11.26	5.28±1.01	4.554	<0.001	6.75±0.59	8.71	6.85±1.29	1.738	>0.05
9	Chạy con thoi 4'10m (s)	12.39±1.06	8.59	11.74±1.30	9.794	<0.001	13.34±1.41	10.55	13.85±1.63	4.606	<0.01
10	Chạy tuý sức 5 phút (m)	951.56±107.34	11.28	852.00±134.00	14.750	<0.001	801.13±109.74	13.70	697.00±104.00	12.507	<0.001



Đổi mới chương trình GDTC tự chọn theo hướng đáp ứng nhu cầu học tập và tập luyện theo năng lực, sở trường nhằm nâng cao năng lực thể chất, đáp ứng các yêu cầu và quy định về công tác GDTC hiện nay cho sinh viên Trường Đại học GTVT

sự chênh lệch không có ý nghĩa thống kê; trong khi chỉ số cân nặng và BMI thì hầu hết đều có sự khác biệt rõ rệt ($P < 0.05$ đến $P < 0.001$). Sự khác biệt này về cơ bản là do ảnh hưởng của sự phát triển của chỉ số cân nặng.

Về các test thể lực chung:

Hầu hết các test đánh giá tố chất thể lực chung của sinh viên Trường ĐHGTVT mặc dù có sự gia tăng về thành tích của các test ở các lứa tuổi 18 - 21, tuy nhiên thành tích đạt được ở hầu hết các test là không đồng đều (chỉ có từ 1 đến 2 test là tương đối đồng đều, với $C_v < 10\%$, còn lại có từ 4 đến 5 test có kết quả kiểm tra không đồng đều nhau, với $C_v > 10\%$). Khi so sánh với kết quả điều tra thể chất nhân dân có cùng độ tuổi cho thấy, hầu hết các kết quả đạt được đều kém hơn rõ rệt ($P < 0.05$ đến $P < 0.001$). Sự khác biệt này rõ nhất là ở đối tượng nam sinh viên và giảm ở đối tượng nữ sinh viên.

3. Kết quả xếp loại theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải

Trên cơ sở kết quả kiểm tra - đánh giá thực trạng năng lực thể chất của sinh viên Trường ĐHGTVT, nghiên cứu tiến hành so sánh, đối chiếu với tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể lực

của học sinh, sinh viên theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 09 năm 2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Để đánh giá xếp loại tổng hợp thể lực của SV chúng tôi sử dụng kết quả của 04 test gồm: Bật xa tại chỗ (cm); Nằm ngửa gập bụng 30s (lần); Chạy 30m XPC (s); Chạy tuý sức 5 phút (m). Tỷ lệ nữ đạt yêu cầu ở từng test cao hơn so với nam, Trung bình ở nữ là 79.48%, còn ở nam sinh viên là 72.63%. Đặc biệt đối với nam sinh viên sức bền chung còn rất kém (>40% không đạt chuẩn). Kết quả thu được như trình bày ở bảng 6 và bảng 7 cho thấy:

Khi đối chiếu với tiêu chuẩn tổng hợp xếp loại thể lực của sinh viên (bảng 7) cho thấy, tổng số sinh viên xếp loại đạt yêu cầu trở lên chiếm tỷ lệ 74.92% (trong đó số sinh viên xếp loại tốt chỉ đạt 24.40%, số sinh viên xếp loại đạt yêu cầu chiếm tỷ lệ 50.52%), trong khi số sinh viên xếp loại chưa đạt yêu cầu chiếm tỷ lệ còn khá cao (đến 25.08%).

KẾT LUẬN

Kết quả học tập các học phần môn học GDTC của sinh viên Trường ĐHGTVT còn khá thấp, tỷ lệ sinh viên đạt điểm D và điểm F tương đối cao (20.96%), trong khi số sinh viên đạt

Bảng 6. Tổng hợp kết quả mức xếp loại đạt tiêu chuẩn rèn luyện thể lực ở từng test của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải (thời điểm năm học 2022 - 2023)

TT	Nội dung	Nam (n = 1665)		Nữ (n = 835)		Tổng (n = 2500)	
		Số đạt yêu cầu trở lên	Tỷ lệ %	Số đạt yêu cầu trở lên	Tỷ lệ %	Số đạt yêu cầu trở lên	Tỷ lệ %
1.	Lực bóp tay thuận (kg)	1193	71.65	609	72.93	1802	72.08
2.	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	1378	82.76	673	80.60	2051	82.04
3.	Bật xa tại chỗ (cm)	1187	71.29	672	80.48	1859	74.36
4.	Chạy 30m XPC (s)	1333	80.06	684	81.92	2017	80.68
5.	Chạy con thoi 4 × 10m (s)	1177	70.69	688	82.40	1865	74.60
6.	Chạy tùy sức 5 phút (m)	988	59.34	656	78.56	1644	65.76
	Trung bình		72.63		79.48		74.92

Bảng 7. Kết quả xếp loại tổng hợp theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải thời điểm năm học 2022 - 2023

TT	Xếp loại	Nam (n = 1665)		Nữ (n = 835)		Tổng (n = 2500)	
		m _i	Tỷ lệ %	m _i	Tỷ lệ %	m _i	Tỷ lệ %
1.	Tốt	346	20.78	264	31.62	610	24.40
2.	Đạt	828	49.73	435	52.10	1263	50.52
3.	Chưa đạt	491	29.49	136	16.29	627	25.08

điểm A và B chỉ chiếm tỷ lệ 36.52%.

Thực trạng năng lực thể chất của sinh viên Trường ĐHGTVT về cơ bản còn thấp, mặc dù có sự phát triển về hình thái, cũng như thể lực chung theo lứa tuổi, tuy nhiên sự phát triển đó còn chậm và tương đối thấp so với thể chất người Việt Nam.

Tỷ lệ sinh viên xếp loại đạt yêu cầu trở lên ở từng test theo tiêu chuẩn rèn luyện thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo trung bình đạt 74.92%. Phần lớn sinh viên có sự phát triển về sức mạnh, nhưng các tổ chất sức nhanh, phối hợp vận động và đặc biệt là tổ chất sức bền thì số lượng sinh viên xếp loại đạt yêu cầu trở lên thấp hơn so với các tổ chất còn lại. Vì vậy có đến 25.08% số

sinh viên xếp loại chưa đạt yêu cầu về tiêu chuẩn rèn luyện thể lực theo quy định.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo quy định về việc đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên.*

2. Dương Nghiệp Chí (2013), *Thể chất người Việt Nam từ 6 đến 60 tuổi đầu thế kỷ XXI - Tài liệu phục vụ triển khai Đề án tổng thể phát triển thể lực, tầm vóc người Việt Nam giai đoạn 2011 - 2030*, Nxb TDTT, Hà Nội.

1. Ban biên tập

Báo chí cách mạng Việt Nam

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO

4. Trương Quốc Uyên

Bác Hồ trực tiếp động viên cán bộ và chiến sĩ rèn luyện thân thể

6. Trần Đức Thọ

Quan tâm tổ chức hoạt động thể dục thể thao cho trẻ em khuyết tật

8. Trần Thủy

Tầm nhìn quy hoạch định hướng phát triển du lịch thể thao tại Quảng Bình

BÀI BÁO KHOA HỌC

13. Nguyễn Văn Phúc; Đào Thị Tú Anh

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

16. Mai Thị Bích Ngọc; Trần Huyền Trang

Thực trạng công tác truyền thông thương hiệu Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh trên các kênh mạng xã hội

21. Đinh Thị Uyên

Khảo sát thực trạng tập luyện thể dục thể thao giải trí của người cao tuổi Thành phố Hà Nội

26. Phùng Thế Lập; Khuất Thị Hương

Giải pháp nâng cao chất lượng công tác Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học FPT

30. Phan Thành Lễ

Lựa chọn và ứng dụng trò chơi vận động nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn giáo dục thể chất của học sinh Trường Trung học thực hành – Trường Đại học Sư phạm Thành phố Hồ Chí Minh

36. Trương Thị Ngọc Hà; Nguyễn Thị Hiền

Thực trạng chương trình, phương pháp và phương tiện rèn luyện thể lực trong huấn luyện chính khóa dành cho nữ học viên Học viện Quân Y

42. Trần Quang Chí

Thực trạng kết quả học tập môn Giáo dục thể chất và năng lực thể chất của sinh viên Trường Đại học Giao thông vận tải

48. Vũ Hoàng Sơn

Lựa chọn bài tập nâng cao tốc độ di chuyển của nam sinh viên Câu lạc bộ Cầu lông Trường Đại học Công nghệ Thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

52. Đỗ Ngọc Cương; Lê Văn Giang

Thực trạng hoạt động dạy học môn Giáo dục thể chất cho học sinh Trung học phổ thông tại thành phố Phổ Yên, tỉnh Thái Nguyên

56. Huỳnh Việt Nam; Phạm Quang Thảo; Phạm Tuấn Hùng

Đánh giá mức độ hoạt động thể chất của sinh viên chuyên ngành Bóng đá tại Trường Đại học Thể dục thể thao Đà Nẵng thông qua chỉ số MET

61. Nguyễn Đức Thành; Nguyễn Thị Tô Lan

Hiệu quả phát triển thể lực và tình trạng sức khỏe thể chất, sức khỏe tinh thần của sinh viên tham gia câu lạc bộ thể dục thể thao ngoại khóa tại Trường Đại học Sư phạm kỹ thuật Thành phố Hồ Chí Minh

68. Nguyễn Văn Tạng; Đào Chánh Thức

Đánh giá mức độ nhận thức, hành vi ăn uống và sự chênh lệch năng lượng ở sinh viên chuyên ngành Thể dục thể thao: hướng tới thiết kế chế độ dinh dưỡng tối ưu tại Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

77. Nguyễn Phương Thảo

Bài tập tạ tay cho nữ

80. Thể lệ viết và gửi bài.

1. Editorial board

Vietnamese revolutionary press

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. **Truong Quoc Uyen**

Uncle Ho directly encouraged cadres and soldiers to exercise

6. **Tran Duc Tho**

Pay attention to organizing sports activities for disabled children

8. **Tran Thuy**

Vision of planning and development orientation of sports tourism in Quang Binh

ARTICLES

13. **Nguyen Van Phuc; Dao Thi Tu Anh**

Proposing a model to reduce natural disaster risks in sports activities in Vietnam

16. **Mai Thi Bich Ngoc; Tran Huyen Trang**

Current status of brand communication work of Bac Ninh Sport University on social media channels

21. **Dinh Thi Uyen**

Survey on the current status of physical exercise and recreation of the elderly in Hanoi City

26. **Phung The Lap; Khuat Thi Huong**

Solutions to improve the quality of Physical Education for students at FPT University

30. **Phan Thanh Le**

Selecting and applying physical education games to improve the learning efficiency of physical education for students of Practical High School - Ho Chi Minh City University of Education

36. **Truong Thi Ngoc Ha; Nguyen Thi Hien**

Current status of physical training programs, methods and means in official training

42. **Tran Quang Chi**

Current status of learning outcomes of Physical Education and physical capacity of students at the University of Transport and Communication

48. **Vu Hoang Son**

Selecting exercises to improve movement speed for male students of the Badminton Club of the University of Information and Communications Technology - Thai Nguyen University

52. **Do Ngoc Cuong; Le Van Giang**

Current status of Physical Education activities for high school students in Pho Yen City, Thai Nguyen Province

56. **Huynh Viet Nam; Pham Quang Thao; Pham Tuan Hung**

Assessment of physical activity level of students majoring in Football at Da Nang Sport University through met index

61. **Nguyen Duc Thanh; Nguyen Thi To Lan**

The effectiveness of physical development and physical and mental health status of students participating in extracurricular sports clubs at Ho Chi Minh City University of Technology and Education

68. **Nguyen Van Tang; Dao Chanh Thuc**

Assessment of Awareness, Eating Behavior and Energy Gap in Physical Education and Sports Students: Towards Designing Optimal Nutrition Regimes at University of Sport Ho Chi Minh city

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

77. **Nguyen Phuong Thao**

Dumbbell exercises for women

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 3 -2025
(85)**

