

# THỂ THAO MẠO HIỂM - MỘT SỐ KHUYẾN NGHỊ LỰA CHỌN ĐỂ ĐỊNH HƯỚNG PHÁT TRIỂN TẠI VIỆT NAM

Trương Quốc Chí<sup>(1)</sup>

## Đặt vấn đề

Dù lượn, Lướt sóng, Trượt tuyết hay Leo núi tự do... là những gì chúng ta thường nghĩ đến khi nhắc tới các môn thể thao mạo hiểm. Đặc biệt, với những người yêu thích và thường xuyên tham gia thể thao mạo hiểm, những lợi ích cả về thể chất và tinh thần mà những môn thể thao này mang lại không hề nhỏ. Tuy nhiên, ở một khía cạnh nào đây, thể thao mạo hiểm vẫn là một khái niệm còn mới mẻ ở Việt Nam.

Chính phủ các quốc gia hiện nay vẫn chưa thực sự có những chiến lược phát triển cụ thể, dường như mới chỉ là kế hoạch phát triển mang tính tổng thể cho một số môn thể thao mạo hiểm được yêu thích hoặc phổ biến. Trong nghiên cứu này, chúng tôi xin gửi đến quý bạn đọc một số thông tin cơ bản về các yếu tố ảnh hưởng tới sự phát triển của các môn thể thao mạo hiểm, cũng như một số khuyến nghị khi lựa chọn các môn thể thao mạo hiểm trong định hướng phát triển tại Việt Nam.

Quá trình nghiên cứu đã sử dụng phương pháp phân tích và tổng hợp các tài liệu liên quan từ nhiều nguồn khác nhau trong và ngoài nước, các trang thông tin liên quan và một số tài liệu của Hiệp hội Thương mại và Phát triển thể thao mạo hiểm (ATTA).

## Kết quả nghiên cứu

### 1. Khái quát về thể thao mạo hiểm

Thể thao mạo hiểm là thuật ngữ phổ biến cho một số hoạt động nhất định được coi là có độ rủi ro cao. Các hoạt động này thường liên quan đến tốc độ, độ cao, mức độ gắng sức về thể chất và thiết bị chuyên dụng đặc biệt. Việc đề xuất một khái niệm chính xác về thể thao mạo hiểm tương đối khó và nguồn gốc của thuật ngữ cũng không rõ ràng, nhưng “thể thao mạo hiểm” đã trở nên phổ biến vào những năm 1990 khi các môn thể thao mạo hiểm được các công ty tiếp thị lấy quảng cáo cho X - Games (Hệ thống các giải thể thao mạo hiểm đường phố) và khi ra mắt Kênh

truyền hình Thể thao mạo hiểm (Extreme Sports Channel) và website [www.extreme.com](http://www.extreme.com).

Gần đây, khái niệm này được sử dụng phổ biến là “hoạt động thi đấu, trong đó người tham gia phải chịu những thách thức về thể chất và tinh thần tự nhiên hoặc bất thường như tốc độ, độ cao, độ sâu hoặc các tác động tự nhiên và ở đó việc xử lý nhanh chóng và chính xác từ quá trình nhận thức các giác quan là cần thiết để cho một kết quả thành công” (theo nghiên cứu của Tiến sĩ Rhonda Cohen, 2012). Trong khi việc sử dụng thuật ngữ “thể thao mạo hiểm” đã phổ biến rộng khắp để mô tả vô số các hoạt động khác nhau, chính xác môn thể thao nào được coi là “mạo hiểm” vẫn là vấn đề gây tranh cãi. Tuy nhiên, có một số đặc điểm chung cho hầu hết các môn thể thao mạo hiểm, đó là: Dù không phải là lĩnh vực chỉ dành riêng cho tuổi trẻ, thể thao mạo hiểm có xu hướng thuộc nhóm nhân khẩu học trẻ hơn trung bình hướng đến; Những môn thể thao mạo hiểm có xu hướng đơn độc hơn các môn thể thao truyền thống (Chèo xuồng vượt thác và Đấu súng bắn đạn sơn là những trường hợp ngoại lệ nổi bật); Ngoài ra, lúc đầu các VĐV mạo hiểm có xu hướng chèo lái chiếc xuồng của họ mà không có sự hướng dẫn của một huấn luyện viên (mặc dù sau đó một số VĐV có thể thuê một huấn luyện viên). Các hoạt động được giới thiệu thông phân loại là thể thao mạo hiểm khác với các môn thể thao truyền thống do có nhiều biến số không kiểm soát được. Các biến số liên quan đến môi trường thường là thời tiết và địa hình, bao gồm gió, tuyết, nước và núi. Do những hiện tượng tự nhiên này không thể kiểm soát nên chúng luôn ảnh hưởng đến kết quả của một hoạt động nhất định. Trong một giải thi đấu thể thao truyền thống, VĐV thi đấu trong những tình huống được kiểm soát. Mặc dù có thể tạo ra một giải đấu thể thao có kiểm soát như X-Games, song có những biến số môi trường dẫn đến không thể duy trì liên tục cho tất cả các VĐV.

<sup>(1)</sup> ThS, Trường Đại học Điện Lực

Các ví dụ bao gồm, sự thay đổi các điều kiện tuyết rơi đối với người trượt tuyết, vách đá và chất lượng với người leo núi, chiều cao và hình dạng sóng dành cho người lướt sóng... Với thể thao truyền thống có thể được áp dụng các tiêu chí đánh giá khi đánh giá thành tích thể thao (cực ly, thời gian, điểm số...), những người chơi các môn thể thao mạo hiểm thường được đánh giá theo các tiêu chí chủ quan và thẩm mỹ nhiều hơn. Điều này dẫn đến khuynh hướng từ chối các phương pháp đánh giá đã được thống nhất hóa, các môn thể thao khác nhau sử dụng ý tưởng riêng của mình và khả năng phát triển các tiêu chuẩn đánh giá của họ với những xu hướng hoặc những phát triển mới trong các môn thể thao đó. Mặc dù khái niệm chính xác và thể thao mạo hiểm bao gồm những thể loại hoạt động nào là điều vẫn còn gây tranh cãi, song một số tác giả đã cố gắng thực hiện việc phân loại các môn thể thao mạo hiểm. Trên cơ sở lập luận để đủ điều kiện là một “môn thể thao mạo hiểm” cần phải hội đủ cả hai yếu tố, được biểu đạt bởi hai thuật ngữ:

- “Thể thao”: người tham gia phải bộc lộ được kỹ năng hoặc khả năng thể chất đáng kể để tránh thể hiện khả năng hoạt động kém;

- “Mạo hiểm”: khả năng hoạt động kém hiệu quả sẽ dẫn tới nguy cơ lớn gây tổn hại nghiêm trọng cho người tham gia.

Về các môn thể thao mạo hiểm trên thế giới và các căn cứ lựa chọn phát triển môn thể thao mạo hiểm tại Việt Nam. Theo thống kê và nghiên cứu của các nhà quản lý thể thao trên thế giới, sự phát triển của các môn thể thao mạo hiểm được cho là có sự phát triển vượt bậc trong 2 thập kỷ gần đây. Nguyên nhân giải thích cho sự lớn mạnh này chính là sự trưởng thành của thế hệ X và thế hệ Y (những công dân được sinh ra trong giai đoạn 1980-2000) và nhu cầu khám phá cũng như thử thách sức bền của bản thân tăng cao. Cũng theo thống kê ATTA và Trường Đại học Tổng hợp Geogre Washington (Hoa Kỳ), trong số 28 nước phát triển và 163 nước đang phát triển, có 20 quốc gia có xu hướng phát triển nhanh nhất các môn thể thao mạo hiểm được trình bày tại bảng 1 dưới đây.

**Bảng 1. Sự phát triển của các môn thể thao mạo hiểm trong 2 thập kỷ (giai đoạn 1980-2000)**

| Xếp hạng | Các quốc gia phát triển | Các quốc gia đang phát triển |
|----------|-------------------------|------------------------------|
| 1        | Iceland                 | Cộng hòa Séc                 |
| 2        | Đức                     | Israel                       |
| 3        | New Zealand             | Estonia                      |
| 4        | Nauy                    | Chile                        |
| 5        | Thụy Sĩ                 | Slovakia                     |
| 6        | Canada                  | Nước cộng hòa Slovenia       |
| 7        | Úc                      | Bulgari                      |
| 8        | Phần Lan                | Ba Lan                       |
| 9        | Áo                      | Hàn Quốc                     |
| 10       | Đan Mạch                | Rumani                       |

( Nguồn: Theo ATTA và ĐHTH Geogre Washington 2009)

## 2. Các yếu tố tác động đến sự phát triển của thể thao mạo hiểm

Theo tổ chức ATTA, có rất nhiều yếu tố tác động đến sự phát triển của thể thao mạo hiểm, tuy nhiên nổi bật có thể kể đến 9 yếu tố cơ bản sau:

### 2.1. Chính sách của Chính phủ hỗ trợ cho sự phát triển bền vững

Chính sách của Chính phủ đóng một vai trò quan trọng trong việc phát triển thể thao của một quốc gia nói chung, đặc biệt là sự phát triển của những môn thể thao mới như thể thao mạo hiểm. Bởi lẽ chính sách phát triển thể thao mạo hiểm của một quốc gia thường đi kèm với sự phát triển cả về thể thao, bảo tồn thiên nhiên, gìn giữ văn hóa, và đặc biệt là thu hút

sự đầu tư của các tổ chức cá nhân, nguồn quỹ xã hội hóa...

Theo thống kê của ATTA và dựa vào bản báo cáo hàng năm của các Chính phủ có sự phát triển mạnh mẽ của nền thể thao mạo hiểm, có một điểm chung đã được kết luận: những quốc gia có tỷ lệ thất nghiệp thấp nhất và có sự đầu tư cũng như chính sách hữu hiệu trong việc bảo tồn thiên nhiên, đều là những quốc gia có sự phát triển mạnh mẽ về thể thao mạo hiểm. Một ví dụ điển hình cho kết luận trên chính là Thụy Sĩ, với tỷ lệ thất nghiệp trong năm 2015 theo báo cáo của ATTA là 3,7%, điều đó có nghĩa là người dân luôn có nguồn thu nhập ổn định, tinh thần lạc quan và bên cạnh những nhu cầu cá nhân cơ bản, người dân luôn có xu hướng tìm kiếm và thử thách giới hạn bản thân ở những môn thể thao mới lạ - những môn thể thao mạo hiểm. Ngoài ra, Chính phủ Thụy Sĩ còn được biết đến như một quốc gia luôn có nguồn quỹ duy trì đều đặn hàng năm cho việc phát triển và bảo tồn những thắng cảnh thiên nhiên hùng vĩ, cũng như điều kiện môi trường sống cho người dân. Trong suốt 1 thế kỷ qua, từ lúc chỉ có 1 khu bảo tồn thiên nhiên hoang dã, cho đến nay, Thụy Sĩ đã có hơn 15 khu bảo tồn thiên nhiên hoang dã, với những điều kiện phù hợp cho người dân tham gia một số hoạt động trải nghiệm và khám phá ở đây. Với sự quy hoạch và ra đời của nhiều khu bảo tồn thiên nhiên hoang dã, Thụy Sĩ có số lượng các vùng bảo tồn nhiều hơn hẳn một số quốc gia láng giềng như Pháp, Italy và Áo.

### **2.2. Sự an toàn**

Chỉ số đánh giá “sự an toàn phù hợp cho thể thao khám phá và thể thao mạo hiểm” theo ATTA bao gồm 2 yếu tố cơ bản, gồm: chỉ số tham nhũng quốc gia và chỉ số tổng chi tiêu của khách du lịch và người dân cho các chi phí thể thao ngoài trời. Theo ATTA, những quốc gia nhận được mức đánh giá cao về mức độ an toàn phù hợp cho thể thao khám phá và thể thao mạo hiểm thường là những quốc gia có tính ổn định trong chính trị, không có chiến tranh, bạo động, người dân thân thiện, nhiệt tình. Và tùy thuộc vào điều kiện kinh tế và xã hội của từng châu lục cũng như khu vực mà mức chi của khách du lịch và người dân cho các hoạt động thể thao

ngoài trời, thể thao mạo hiểm, thể thao khám phá lại khác nhau.

Theo thống kê của ATTA, các quốc gia khu vực Châu Âu và Bắc Mỹ có mức đánh giá an toàn phù hợp cho phát triển thể thao khám phá và thể thao mạo hiểm cao nhất. Kế đến là các quốc gia thuộc khu vực Tây Á và khu vực vành đai Thái Bình Dương. Khu vực Mỹ Latin và vùng biển Caribe được xem là “khu vực vàng” để phát triển các môn thể thao mạo hiểm và giải trí do thời tiết và điều kiện tự nhiên khu vực này rất đa dạng và ổn định. Nổi tiếp là các quốc gia khu vực Trung Đông và Bắc Phi. Tuy nhiên tại khu vực Trung Đông và Bắc Phi, chỉ số an toàn trong giai đoạn từ năm 2010 đến 2016 đã có sự giảm sút đáng kể do một loạt cuộc nội chiến và khủng bố diễn ra triền miên. Khu vực bị đánh giá kém nhất chính là vùng Trung Phi và cận Sahara. Quốc gia có chỉ số an toàn cho sự phát triển thể thao mạo hiểm và thể thao khám phá cao nhất chính là Đan Mạch.

### **2.3. Sức khỏe toàn dân**

Yếu tố về chăm sóc sức khỏe toàn dân là một trong những vấn đề quan trọng trong quá trình phát triển các môn thể thao mạo hiểm. Bởi lẽ đơn giản, sức khỏe toàn dân được chăm sóc và coi trọng, có nghĩa là người dân luôn ở trong điều kiện sức khỏe tốt nhất, thuận lợi cho việc phát triển cả kinh tế, xã hội và các nhu cầu cơ bản của cá nhân.

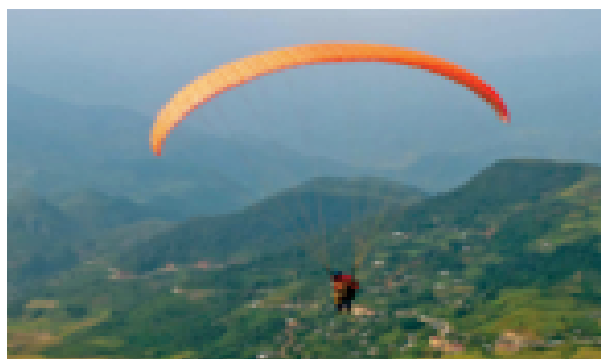
### **2.4. Điều kiện tự nhiên**

Những người yêu thích môn thể thao mạo hiểm thường có xu hướng tìm đến những quốc gia có điều kiện tự nhiên, hệ thống cảnh quan xung quanh rộng lớn, được quy hoạch và bảo tồn theo đúng quy định của các tổ chức bảo vệ thiên nhiên thế giới... Những quốc gia được đánh giá cao trong việc xây dựng chính sách phát triển thể thao mạo hiểm đồng hành cùng với gìn giữ và bảo tồn hệ thống thảm động-thực vật, hệ sinh thái... có thể kể đến như: Palau ?, Canada, Úc, Nhật Bản, Nga, New Zealand, Nauy, Iceland và Hoa Kỳ.

### **2.5. Sự phát triển của văn hóa**

Cũng theo báo cáo và thống kê của ATTA, những quốc gia có sự phát triển tốt về các môn thể thao mạo hiểm, thể thao khám phá thường là những quốc gia mà người dân bản xứ rất có ý





### **Dù lượn cũng là một trong những môn thể thao mạo hiểm được yêu thích**

thức trong việc giữ gìn, bảo tồn và phát triển các nét đẹp trong văn hóa truyền thống. Những quốc gia được đánh giá cao trong việc bảo tồn và phát triển nét đẹp văn hóa truyền thống có thể kể đến như Đức, Italy, Tây Ban Nha, Pháp, Trung Quốc, Monaco, Mexico, Vương quốc Anh, Ấn Độ và Brazil.

#### **2.6. Điều kiện phát triển của các môn thể thao mạo hiểm trong nước**

Đề cập đến điều kiện phát triển của các môn thể thao mạo hiểm, theo báo cáo của ATTA, một quốc gia sẽ gặp nhiều thuận lợi hơn trong việc phát triển các môn thể thao mạo hiểm khi và chỉ khi quốc gia này có đồng thời chính sách hỗ trợ của Chính phủ và đặc điểm tự nhiên, điều kiện môi trường, cảnh quan phù hợp trong việc triển khai các hoạt động thể thao ngoài trời, thể thao mạo hiểm và thể thao khám phá. Nhắc đến thể thao mạo hiểm, thể thao khám phá chính là việc tăng cường các hoạt động TDTT ngoài trời, vậy nên muốn phát triển thể thao mạo hiểm, thể thao khám phá, người dân của quốc gia này nói chung cũng như những người yêu thích thể thao mạo hiểm nói riêng phải có cơ hội được trải nghiệm thực tế. Đây có thể là những dốc núi thẳng đứng để thuận tiện cho các hoạt động leo núi

mạo hiểm, hoặc bờ biển dài để thuận tiện cho việc trải nghiệm các hoạt động lướt ván dù, lướt sóng... Quốc gia được đánh giá cao trong “điều kiện phát triển của các môn thể thao mạo hiểm trong nước” cho đến thời điểm này chính là Iceland.

#### **2.7. Cơ sở hạ tầng phát triển du lịch**

Cơ sở hạ tầng phát triển du lịch được chia ra thành 2 nhóm, gồm cơ sở hạ tầng cơ bản và cơ sở hạ tầng hỗ trợ. Cơ sở hạ tầng cơ bản có thể kể đến như đường xá, sân bãi, sân bay, hệ thống đường ray tàu hỏa... Còn hệ thống cơ sở hạ tầng hỗ trợ có thể kể đến như hệ thống bản đồ, thông tin về chương trình đào tạo các HLV của các môn thể thao mạo hiểm, chương trình đào tạo các hướng dẫn viên người bản xứ... Quốc gia được đánh giá tốt trong việc phát triển hệ thống cơ sở hạ tầng phục vụ cho các môn thể thao mạo hiểm theo đánh giá của ATTA là Úc. Kế đến là các quốc gia khu vực Châu Âu như Đức, Iceland, Thụy Sĩ, Thổ Nhĩ Kỳ... Các đại diện của khu vực Châu Á – Thái Bình Dương có thể kể đến như Indonesia, New Zealand...

#### **2.8. Thương hiệu quốc gia**

Thương hiệu của một quốc gia cũng đóng vai trò quan trọng trong sự phát triển của các môn thể thao mạo hiểm.



### 2.9. Điều kiện xã hội

Tương tự như các vấn đề có liên quan đến chăm sóc sức khỏe và chăm sóc y tế, điều kiện xã hội cũng đóng vai trò cốt lõi trong việc phát triển các môn thể thao mạo hiểm của một quốc gia.

Một quốc gia có điều kiện xã hội tốt, người dân có chỉ số phát triển con người cao sẽ có ý thức trong việc giữ gìn sức khỏe, giữ gìn vóc dáng. Thể thao lúc này đối với họ không chỉ đơn giản là thói quen tập luyện, mà còn là nhu cầu và mong muốn khám phá bản thân, thử thách bản thân ở những giới hạn mới. Bên cạnh đó, điều kiện xã hội tốt sẽ nâng cao được trình độ dân trí của người dân, đi kèm là mức độ bình đẳng giới trong xã hội và ở điều kiện cụ thể của từng quốc gia cũng ảnh hưởng đến độ phổ cập của các môn thể thao mạo hiểm, ngược lại bình đẳng giới cũng góp phần đáng kể vào việc phát triển một số môn thể thao mạo hiểm tại những xã hội có thành tựu nhất định trong tiến trình nỗ lực nâng cao bình đẳng giới. Người dân lúc này sẽ ý thức được chính bản thân mình là một phần quan trọng trong việc quảng bá hình ảnh các môn thể thao mạo hiểm đến với bạn bè quốc tế.

### 3. Kiến nghị

Từ những nghiên cứu tổng hợp nêu trên, chúng tôi đi đến các nhận định và đồng thời là các khuyến nghị như sau:

1. Khi xem xét lựa chọn để phát triển một môn thể thao mạo hiểm bất kỳ để định hướng, phát triển tại Việt nam cần đặc biệt lưu ý đến hai yếu tố:

- “Yếu tố thể thao”: Người tham gia phải bộc lộ được kỹ năng hoặc khả năng thể chất đáng kể để tránh thể hiện khả năng hoạt động kém;

- “Yếu tố mạo hiểm”: Khả năng hoạt động kém hiệu quả dẫn tới nguy cơ lớn gây tổn hại nghiêm trọng cho người tham gia.

2. Để hình thành, phát triển hệ thống các môn thể thao mạo hiểm tại Việt nam, góp phần đẩy mạnh quá trình hội nhập quốc tế, hình thành và phát triển một cách thực chất, có hiệu quả ngành kinh tế dịch vụ, giải trí thể thao, 9 đặc điểm, khuyến cáo mà ATTA đã đưa ra cần phải được coi là các luận cứ cơ bản trong việc lựa chọn môn thể thao mạo hiểm, định hướng cho sự phát triển và tổ chức quản lý phù hợp với văn hóa,

điều kiện kinh tế xã hội và tiến trình hội nhập quốc tế của Việt nam.

Và ở nước ta hiện nay, theo xu thế chung trên quốc tế, Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch cũng đã ban hành Thông tư 04/2019/TT-BVHTTDL về Danh mục hoạt động thể thao bắt buộc có người hướng dẫn tập luyện, Danh mục thể thao mạo hiểm có hiệu lực từ ngày 01/9/2019.

Theo đó, ban hành kèm Thông tư 04/2019/TT-BVHTTDL là Danh mục 07 nhóm hoạt động thể thao mạo hiểm gồm:

- Tập luyện, thi đấu Dù lượn có động cơ, không có động cơ thuộc môn thể thao Dù lượn;
- Tập luyện thi đấu Điều bay có động cơ, không có động cơ thuộc môn thể thao Điều bay;
- Tập luyện, thi đấu Leo núi tự nhiên;
- Tập luyện, thi đấu Lặn biển thể thao giải trí;
- Tập luyện, thi đấu Mô tô nước trên biển;
- Tập luyện, thi đấu Ô tô thể thao địa hình;
- Tập luyện, thi đấu Mô tô thể thao;
- Tập luyện, thi đấu Xe đạp địa hình;

Bên cạnh đó là 09 hoạt động thể thao bắt buộc phải có người hướng dẫn, tập luyện gồm: Leo núi nhân tạo; Trượt băng; Đua ngựa; Kiếm thể thao; Bắn cung; Bắn súng; Thể dục dụng cụ; Thể dục nhào lộn trên lưới bật; Đua thuyền.

### 4. Tài liệu tham khảo

1. Bộ văn hóa, Thể thao và Du lịch (2019), Thông tư 04/2019/TT-BVHTTDL về Danh mục hoạt động thể thao bắt buộc có người hướng dẫn tập luyện, Danh mục thể thao mạo hiểm.

2. <https://www.adventuretravel.biz/>

3. <https://www.adventuretravelnews.com/the-influence-and-impact-of-women-in-adventure-travel>.

4. <https://www.adventuretravelnews.com/nielsen-business-media-sports-group-and-adventure-travel-trade-association-strike-multi-year-deal-to-bring-adventure-travel-to-sports-shows>.

**1. Đặng Văn Dũng**

Chúc mừng năm mới 2023

**LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO****4. Chung Anh**

05 sự kiện tiêu biểu năm 2022 của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**8. Trương Quốc Uyên**

Các phòng trào khỏe vì nước theo gương Bác Hồ vĩ đại

**10. Nguyễn Văn Phúc**

Nhiệm vụ trọng tâm trong phát triển Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh năm 2023

**12. Trần Trung**

Định hướng hoạt động đào tạo và hợp tác quốc tế của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh năm 2023

**14. Đặng Văn Dũng; Đinh Quang Ngọc**

Định hướng hoạt động khoa học và công nghệ của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh năm 2023

**17. Đặng Hoài An**

Mục tiêu và định hướng công tác đào tạo vận động viên tại trung tâm đào tạo vận động viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh năm 2023

**20. Trương Quốc Chí**

Thể thao mạo hiểm - một số khuyến nghị khi lựa chọn để định hướng phát triển tại Việt Nam

**25. Phạm Trường Nam; Cao Trường Sơn**

Khôi phục các môn thể thao dân tộc phát huy giá trị văn hóa truyền thống

**BÀI BÁO KHOA HỌC****30. Đặng Văn Dũng; Phùng Thị Phương**

Xác định cấu trúc quá trình huấn luyện trong giai đoạn chuyên môn hóa cho các câu lạc bộ Cờ vua chuyên nghiệp Miền Bắc

**33. Mai Thị Hồng Hạnh; Lê Quý Phương**

Xác định mức độ hài lòng của sinh viên về chất lượng đào tạo tại Trường Đại học thể dục thể thao thành phố Hồ Chí Minh

**40. Mai Thị Bích Ngọc; Đinh Thị Hằng**

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới việc phát triển kỹ năng mềm cho sinh viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**44. Nguyễn Hữu Hùng; Hoàng Thúy Anh**

Tái chế, tái sử dụng rác thải nhựa thành dụng cụ tập luyện phát triển thể lực cho học sinh Trung học sơ sở trên địa bàn thành phố Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh

**51. Trần Viết Sơn; Nguyễn Kiêm Sao; Phan Trung Kiên; Vũ Xuân Tình**

Thực trạng, nhu cầu, các yếu tố đảm bảo dạy và học môn Võ Karate tại Trường Đại học Kinh tế quốc dân

**57. Nguyễn Thị Minh Hiền**

Lựa chọn giải pháp phát triển câu lạc bộ thể dục thể thao cho sinh viên Trường Đại học sư phạm Hà Nội

**62. Đỗ Hữu Trường**

Nghiên cứu diễn biến một số chỉ số tim mạch đặc trưng của vận động viên Bắn súng đội tuyển trẻ Quốc gia tại Trung tâm Đào tạo Vận động viên, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT****66. Đỗ Hữu Trường**

Công đoàn Trường Đại học thể dục thể thao Bắc Ninh triển khai các nhiệm vụ trọng tâm năm 2023 với chủ đề “tập trung phát triển đoàn viên, thành lập công đoàn cơ sở”, từng bước hoàn thành nhiệm vụ chính trị Nghị quyết Đại hội đại biểu Công đoàn trường khóa XXV, nhiệm kỳ 2023-2028

**69. Phạm Tuấn Dũng; Nguyễn Văn Hiếu**

Bài tập cơ bụng tư thế đứng với tạ tay

**72.** Tổng hợp các bài báo đăng trên Tạp chí Khoa học Đào tạo và Huấn luyện thể thao năm 2022

**80. Thể lệ viết và gửi bài.**

**1. Dang Van Dung**

Happy New Year 2023

**THEORY AND PRACTICE OF SPORTS**

**4. Chung Anh**

05 outstanding event of Bac Ninh Sports University

**8. Truong Quoc Uyen**

Movements for country health follow the example of the great Uncle Ho

**10. Nguyen Van Phuc**

Key tasks in the development of Bac Ninh Sports University in 2023

**12. Tran Trung**

Orientation of training activities and international cooperation of Bac Ninh Sports University in 2023

**14. Dang Van Dung; Dinh Quang Ngoc**

Orientation of scientific and technological activities of Bac Ninh Sports University in 2023

**17. Dang Hoai An**

Objectives and orientation of athlete training at the athlete training center of Bac Ninh Sports University in 2023

**20. Truong Quoc Chi**

Extreme sports - some recommendations when choosing to develop development orientation in Vietnam

**25. Pham Truong Nam; Cao Truong Son**

Restore national sports and promote traditional cultural values

**ARTICLES**

**30. Dang Van Dung; Phung Thi Phuong**

Determining the structure of the training process in the specialization period for the professional chess clubs in the North

**33. Mai Thi Hong Hanh; Le Quy Phuong**

Determining the level of student satisfaction about the quality of training at Ho Chi Minh City Sports University

**40. Mai Thi Bich Ngoc; Dinh Thi Hang**

Actual situation of factors affecting the development of soft skills for students at Bac Ninh Sports University

**44. Nguyen Huu Hung; Hoang Thuy Anh**

Recycling and reusing plastic waste into physical training tools for junior high school students in Tu Son city, Bac Ninh province

**51. Tran Viet Son; Nguyen Kiem Sao; Phan Trung Kien; Vu Xuan Tinh**

Actual situation, needs, and factors to ensure teaching and learning of Martial Arts at National Economics University

**57. Nguyen Thi Minh Hien**

Choosing a solution to develop sports clubs for students of Hanoi National University of Education

**62. Do Huu Truong**

Study on the evolution of some typical cardiovascular indicators of National Youth Shooting Athletes at the Athlete Training Center, Bac Ninh Sports University

**NEWS - EVENTS AND PEOPLE**

**66. Do Huu Truong**

The Trade Union of Bac Ninh Sports University deploys key tasks in 2023 with the theme of "focusing on developing union members, establishing grassroots trade unions", step by step completing political tasks of the National Assembly Resolution, Delegate Assembly of the School Trade Union, class XXV, term 2023-2028

**69. Pham Tuan Dung; Nguyen Van Hieu**

Abdominal exercises standing with dumbbells

**72.** Summary of articles published in the Education, Science and Sport Coaching journal in 2022

**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 1-2023  
(74)**

