

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. Đỗ Hữu Trường

Công tác đào tạo trọng tài, huấn luyện viên, vận động viên Bắn súng Việt Nam đáp ứng tình hình mới

BÀI BÁO KHOA HỌC**10. Nguyễn Văn Phúc; Mai Thị Bích Ngọc**

Giải pháp nâng cao hiệu quả quảng bá, tư vấn tuyển sinh đại học chính quy của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

16. Nguyen Gang; Nguyen The Tinh; Le Tran Quang; Duong Anh Tuan; Phan Thanh Hung

Evaluating effectiveness of male student's physical development at Hue University after one year of studying the club-based physical education program model and the basic physical education program model

22. Nguyễn Tôn Hoài

Nghiên cứu yếu tố hình thành động cơ của người tham gia tập luyện Yoga ở thành phố Tuy Hòa tỉnh Phú Yên

27. Lê Anh Dũng

Thực trạng thừa cân, béo phì và chất lượng cuộc sống của sinh viên Đại học Huế

32. Hoàng Thị Thùy Trang

Lựa chọn bài tập nâng cao thành tích nhảy xa kiểu ngồi cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Điện lực Hà Nội

38. Nguyễn Lê Huy; Nguyễn Xuân Hoàng; Nguyễn Thùy Dung

Giải pháp đáp ứng nhu cầu xã hội trong đào tạo cử nhân Thể dục thể thao Chuyên ngành Golf, Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

44. Đinh Khánh Thu; Đinh Quang Ngọc

Định hướng công tác đào tạo cử nhân thể dục thể thao của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh đáp ứng nhu cầu xã hội đến năm 2025 và tầm nhìn 2030

49. Nguyễn Huy Hoàng

Lựa chọn và ứng dụng bài tập phát triển thể lực chuyên môn cho nam sinh viên Đội tuyển Bóng bàn Học viện An ninh nhân dân

53. Đặng Văn Dũng; Nguyễn Xuân Trãi; Nguyễn Văn Hòa

Thực trạng cấu trúc giai đoạn huấn luyện ban đầu vận động viên Cờ vua ở các câu lạc bộ Cờ vua chuyên nghiệp miền Bắc Việt Nam

58. Đỗ Hữu Trường; Nguyễn Xuân Thuýét

Thực trạng chức năng cơ thể trước vận động 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

62. Trần Thị Kim Hương; Lê Minh Phương

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực và kỹ thuật của nam vận động viên Bóng đá U11 Văn Tâm Đồng Nai

65. Võ Tường Kha

Chỉ dấu Protein trong chẩn đoán sớm các bệnh lý tim mạch vận động viên

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**75. Gia Linh**

Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh với Sea Games 31

78. Phạm Tuấn Dũng

Bài tập nhóm cơ bụng

80. Thẻ lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

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

7. Do Huu Truong

The training of referees, coaches and athletes in Vietnam's gun-shooting team in order to satisfy the new situation

ARTICLES

10. Nguyen Van Phuc; Mai Thi Bich Ngoc

Solutions to improve the effectiveness of regular college admission advertisement and consultation of Bac Ninh Sports University

16. Nguyen Gang; Nguyen The Tinh; Le Tran Quang; Duong Anh Tuan; Phan Thanh Hung

Evaluating effectiveness of male student's physical development at Hue University after one year of studying the club-based physical education program model and the basic physical education program model

22. Nguyen Ton Hoai

Research on participants' motivation in practicing yoga in Tuy Hoa city, Phu Yen province

27. Le Anh Dung

Assessment of overweight, obesity and students' life quality at Hue University

32. Hoang Thi Thuy Trang

Selecting exercises to improve the performance of sitting-style long jump for first-year female students at Hanoi Electric Power University

38. Nguyen Le Huy; Nguyen Xuan Huong; Nguyen Thuy Dung

Solutions to satisfy social demand in training bachelor's degree in Golf major in the field of Physical Education and Sports at Bac Ninh Sports University

44. Dinh Khanh Thu; Dinh Quang Ngoc

Orientation in training bachelors in Physical Education and Sports at Bac Ninh Sports University in order to satisfy social demands to 2025 and vision to 2030

49. Nguyen Huy Hoang

Selecting and applying exercises to develop professional physical strength for male students in Table tennis team at the People's Security Academy

53. Dang Van Dung; Nguyen Xuan Trai; Nguyen Van Hoa

Actual situation of the initial training structure for chess players in professional chess clubs in the North of Vietnam

58. Do Huu Truong; Nguyen Xuan Thuyet

Actual status of body function of gun-shooting athletes in the National Youth Team at the Athlete Training Center of Bac Ninh Sports University, before physical activity

62. Tran Thi Kim Huong; Le Minh Phuong

Developing standards for assessing the physical and technical level of male athletes in U11 Van Tam Dong Nai football team

65. Vo Tuong Kha

Protein markers in early diagnosis of athlete's cardiovascular diseases

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

75. Gia Linh

Bac Ninh Sports University and Sea Games 31

78. Pham Tuan Dung

Abdominal muscle group exercises

80. Rules of writing and posting.

NGHIÊN CỨU YẾU TỐ HÌNH THÀNH ĐỘNG CƠ CỦA NGƯỜI THAM GIA TẬP LUYỆN YOGA Ở THÀNH PHỐ TUY HOÀ TỈNH PHÚ YÊN

Nguyễn Tôn Hoài⁽¹⁾

Tóm tắt:

Nghiên cứu được thực hiện với mục đích tìm hiểu động cơ của người tham gia tập luyện Yoga ở thành phố (TP) Tuy Hoà tỉnh Phú Yên. Khách thể nghiên cứu là 300 người tham gia tập luyện tại 10 CLB Yoga TP Tuy Hoà. Nghiên cứu đã tiến hành đánh giá 14 yếu tố hình thành động cơ của người tham gia tập luyện: 1) Tăng cường sức khỏe; 2) Giải trí tinh thần; 3) Chống lại bệnh tật; 4) Do sự hấp dẫn của môn Yoga; 5) Nâng cao năng lực vận động; 6) Làm đẹp hoặc giảm béo; 7) Do thói quen vận động; 8) Ảnh hưởng của bạn bè; 9) Ảnh hưởng của gia đình; 10) Nhờ giáo dục ở trường học; 11) Ảnh hưởng của các VĐV nổi tiếng; 12) Ảnh hưởng của quảng cáo trên truyền thông; 13) Ảnh hưởng của công việc, 14) Yếu tố khác. Kết quả nghiên cứu cho thấy, đa số người tham gia tập luyện Yoga ở TP Tuy Hoà với xuất phát từ các yếu tố hình thành động cơ như: Phòng ngừa bệnh tật; Nâng cao năng lực vận động; Làm đẹp cơ thể và thư giãn sau những giờ làm việc.

Từ khóa: Yếu tố tác động, Yoga, động cơ tập luyện, TP Tuy Hoà.

Research on participants' motivation in practicing yoga in Tuy Hoa city, Phu Yen province

Summary:

The study was carried out with the aim of figuring out the participants' motivation in practicing yoga. The research was done on 300 people who practice at 10 yoga clubs in Tuy Hoa city. The study assessed 14 factors affecting the participants' motivation in practicing yoga: 1) health strengthening; 2) mental entertainment; 3) disease prevention and fighting; 4) yoga interest; 5) moving improvement; 6) beautification and weight losing; 7) practice habit; 8) the friends' influence; 9) family influence; 10) school education; 11) famous athletes' influence; 12) media advertising influence; 13) work influence, 14) other motives. Research results show that the majority of people participating in yoga in Tuy Hoa city have the motivation of disease prevention and fighting, moving improvement, body beautification and after-work relaxation.

Keywords: Yoga, participants' motivation, Tuy Hoa city

ĐẶT VẤN ĐỀ

Yoga là một phương pháp luyện tập lâu đời có nguồn gốc từ Ấn Độ (khoảng 5.000 năm trước). Yoga bao gồm các bài tập giúp cải thiện thể chất, tinh thần, tình cảm và cả tâm lý của người tập.

Theo Liên Hợp Quốc (2019), ước tính có khoảng 2 tỷ người trên toàn thế giới tập Yoga. Tại Mỹ, năm 2013 có hơn 20 triệu người đang tập Yoga (năm 2008 ở Mỹ có 15,8 triệu người tập Yoga). Về mặt kinh tế, riêng phân khúc Yoga, hiện theo các nhà kinh tế, ước tính gần 10 tỷ USD trên quy mô toàn cầu. Số người tập Yoga tại Mỹ đã tăng thêm 4,5 % vào năm 2013. Năm 2018 những lễ hội Yoga (Yoga festival) đa

dạng diễn ra trên khắp thế giới với những cách thực hành Yoga rất riêng và được sự hưởng ứng của đông đảo chuyên gia, những người yêu thích bộ môn này và muốn trải nghiệm văn hóa Yoga.

Du nhập vào Việt Nam cách đây hơn 40 năm, Yoga dần trở thành xu hướng chăm sóc sức khỏe và làm đẹp. Tập luyện Yoga điều độ và đúng cách sẽ có tác động tích cực lên hệ hô hấp, hệ tuần hoàn, tăng cường năng lực của hệ thống miễn dịch, nâng cao năng lực hoạt động của hệ thống nội tiết, giúp người tập có một cơ thể dẻo dai, khỏe mạnh,... Yoga là bộ môn dành cho tất cả mọi đối tượng, lứa tuổi, giới tính, và nghề nghiệp. Tuy nhiên, tùy thể trạng, mỗi đối tượng lại đòi hỏi một phương pháp tập luyện riêng.

⁽¹⁾GV, Học viện Ngân hàng Phân viện Phú Yên; Email: nguyentonhoai@gmail.com



Có nhiều động cơ tích cực khiến người dân Tp. Tuy Hòa yêu thích và tham gia tập luyện Yoga

Trong bối cảnh hiện nay, để phát triển Yoga chuyên nghiệp hơn, không chỉ là rèn luyện sức khỏe mà còn là môn thể thao giải trí trong tương lai, bên cạnh đầu tư cơ sở vật chất, nâng cao chất lượng chuyên môn cần phải tìm hiểu nhu cầu, động cơ của người tham gia tập luyện để phát triển phong trào tập luyện Yoga. Do đó, nghiên cứu tiến hành khảo sát các yếu tố tác động hình thành động cơ của người tham gia tập luyện Yoga tại các CLB Yoga nhằm đáp ứng các nhu cầu của người tham gia tập luyện và phát triển bộ môn Yoga ở TP Tuy Hoà, tỉnh Phú Yên là một đòi hỏi bức thiết của thực tiễn.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Trong quá trình nghiên cứu chúng tôi đã sử dụng các phương pháp chính sau: Tổng hợp và phân tích tài liệu, Phỏng vấn bằng phiếu hỏi và phương pháp Toán học thống kê.

Nghiên cứu được thực hiện theo 02 bước sau:

Bước 1: Tổng hợp và phân tích các tài liệu liên quan đến vấn đề nghiên cứu, bước này xác định thang đo động cơ tham gia tập luyện Yoga tại TP Tuy Hoà. Bảng câu hỏi được thiết kế dựa vào thang đo Likert 05 mức độ. Mẫu được chọn theo phương pháp phi xác suất tại các CLB Yoga thuộc TP Tuy Hoà. Dữ liệu được xử lý trên phần mềm SPSS 20. Các tiêu chí đánh giá được phân tích bởi kỹ thuật thống kê mô tả; kiểm định thang đo được phân tích bởi kỹ thuật phân tích

hệ số tin cậy Cronbach's alpha, phân tích nhân tố khám phá (EFA).

Bước 2: Khảo sát, phỏng vấn ngẫu nhiên trên các đối tượng người tham gia tập luyện tại 10 CLB Yoga ở TP Tuy Hoà: CLB HATHA YOGA (phường 3), CLB YOGA HUỆ (phường 1), CLB SPORT TALEN LEAP (phường 5), CLB KEN KING (phường 9), CLB MITC (phường 8), CLB TÂM AN (phường 3), CLB FOR LIFE (phường 2), CLB SỨC SỐNG MỚI (phường Phú Lâm), CLB T-ONE (phường Phú Thạnh), CLB SALA (phường 7). Sau khi thu thập dữ liệu sử dụng phương pháp toán học thống kê để xử lý số liệu và phân tích kết quả đánh giá động cơ của người tham gia tập luyện Yoga tại các CLB Yoga ở TP Tuy Hoà.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

Đặc điểm nhân khẩu học

1. Mẫu nghiên cứu

Thông tin chung về mẫu nghiên cứu dựa trên các yếu tố nhân khẩu học bao gồm: Giới tính; độ tuổi; tình trạng hôn nhân; trình độ học vấn; nghề nghiệp; thu nhập hàng tháng. Sau khi phân tích thống kê, thông tin chung về mẫu nghiên cứu thu được kết quả như sau:

Đặc điểm giới tính: Kết quả khảo sát về đặc điểm giới tính của người tham gia tập luyện, nam chiếm 5% và nữ là 95%,

Độ tuổi: mẫu khảo sát độ tuổi gồm các độ

BÀI BÁO KHOA HỌC

tuổi từ 18 đến 35, từ 35 đến 50 và trên 50 tuổi. Trong đó, độ tuổi từ 18 đến 35 tuổi chiếm 33.7%; từ 35 đến 50 tuổi chiếm 40.3%; trên 50 tuổi chiếm chỉ chiếm 26%.

Tình trạng hôn nhân: Tình trạng hôn nhân là nhân tố xã hội có liên quan đến yếu tố gia đình. Kết quả khảo sát cho thấy số người đã lập gia đình tham gia chiếm tỷ lệ 75.7%, tình trạng độc thân chiếm tỷ lệ 24.3%, tình trạng khác chiếm tỷ lệ 0%.

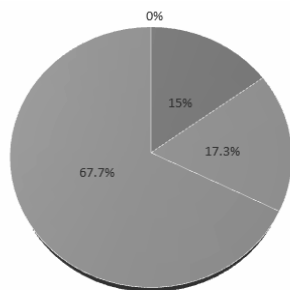
Trình độ học vấn: mẫu được thu thập trong 4 trình độ: trung học phổ thông, cao đẳng đại học, sau đại học, khác. Cụ thể như sau: cao đẳng/ đại học chiếm tỷ lệ cao nhất 41.7%; sau đại học chiếm tỷ lệ 10%; trung học phổ thông chiếm tỷ lệ 32.7%; trình độ học vấn khác chiếm tỷ lệ 15.6%.

Thu nhập hàng tháng: Trong tổng số 300 khách thể nghiên cứu tham gia khảo sát thì số người có thu nhập từ 5 đến dưới 10 triệu đồng tỷ lệ cao nhất 48.3%; từ 10 đến 15 triệu chiếm tỷ lệ 7.6%; từ 2 đến 5 triệu chiếm tỷ lệ 35.6%; trên 15 triệu chiếm tỷ lệ 5.5%; chiếm tỷ lệ thấp nhất là dưới 2 triệu chiếm tỷ lệ 3%.

Đặc điểm nghề nghiệp: Nhân viên văn phòng chiếm tỷ lệ cao nhất với 31.7%; tiếp đến là cán bộ/viên chức chiếm 19%; doanh nhân và các nghề nghiệp khác cùng chiếm tỷ lệ 18.7%; học sinh/sinh viên chiếm tỷ lệ 17.3% và thấp nhất là nội trợ chiếm tỷ lệ 13.3%.

2. Tiếp nhận thông tin về Yoga của mẫu nghiên cứu

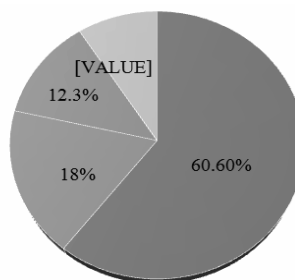
Về tần suất nghe nói đến bộ môn Yoga: Tôi có nghe qua 1 lần chiếm tỷ lệ 15%; tôi có nghe đến chiếm tỷ lệ 17.3%; tôi biết rất rõ chiếm tỷ lệ 67.7% và tôi chưa bao giờ nghe đến chiếm 0%.



■ Nghe 1 lần ■ Có nghe đến ■ Tôi rất rõ ■ Chưa bao giờ nghe

Biểu đồ 1. Kết quả khảo sát về tần suất nghe nói đến bộ môn Yoga ở TP Tuy Hoà

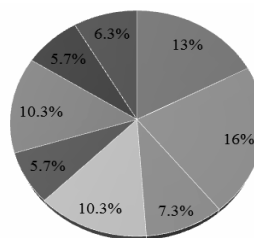
Về tần suất biết đến bộ môn Yoga tại TP Tuy Hoà qua kênh truyền thông: Internet (Website, mạng xã hội,...) chiếm tỷ lệ cao nhất 60.6%; đứng thứ hai là truyền miệng (Bạn bè, người thân giới thiệu) chiếm tỷ lệ 18%; xếp thứ ba là báo chí, truyền thông chiếm tỷ lệ 12.3%; một số kênh khác chiếm tỷ lệ 9.1%. Như vậy, internet là một kênh truyền thông rất quan trọng tại Việt Nam và có vai trò ảnh hưởng ngày càng tăng.



■ Internet ■ Truyền miệng ■ Báo chí, truyền thông ■ Khác

Biểu đồ 2. Kết quả khảo sát về tần suất biết đến bộ môn Yoga qua kênh truyền thông ở TP Tuy Hoà

Về tần suất nhận biết các CLB Yoga tại TP Tuy Hoà: CLB HATHA YOGA chiếm tỷ lệ 17%, CLB YOGA chiếm tỷ lệ 13%, CLB SPORT TALEN LEAP chiếm tỷ lệ 16.3%, CLB KEN KING chiếm tỷ lệ 7.3%, CLB MITC chiếm tỷ lệ 10.3%, CLB TÂM AN chiếm tỷ lệ 5.7%, CLB FOR LIFE chiếm tỷ lệ 6.3%, CLB SỨC SỐNG MỚI chiếm tỷ lệ 7.3%, CLB T-ONE chiếm tỷ lệ 11.7%, CLB SALA chiếm tỷ lệ 5.1%.

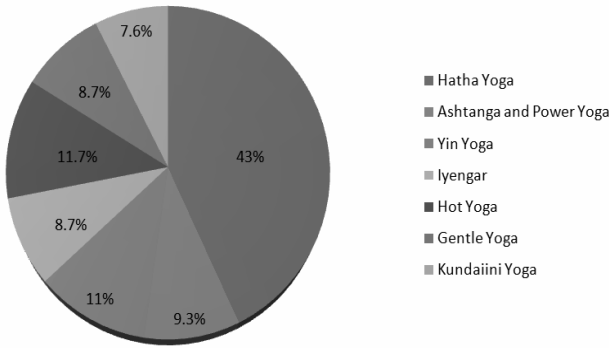


■ CLB YOGA ■ CLB HATHA YOGA ■ CLB SPORT TALEN LEAP
 ■ CLB KEN KING ■ CLB MITC
 ■ CLB TÂM AN ■ CLB FOR LIFE
 ■ CLB SỨC SỐNG MỚI ■ CLB T-ONE

Biểu đồ 3. Kết quả khảo sát về tần suất nhận biết các CLB Yoga tại TP Tuy Hoà

Về nhu cầu tập luyện các trường phái Yoga: kết quả khảo sát thể hiện lượng người quan tâm những trường phái yoga khác nhau mà họ

mong muốn được tập luyện tại các CLB Yoga cụ thể như sau: Hatha Yoga chiếm tỷ lệ 43%; Ashtanga and Power Yoga chiếm tỷ lệ 9.3%; Yin Yoga chiếm tỷ lệ 11%; Iyengar chiếm tỷ lệ 8.7%; Hot Yoga chiếm tỷ lệ 11.7%; Gentle Yoga chiếm tỷ lệ 8.7%; Kundalini Yoga chiếm 7.6%.



Biểu đồ 4. Kết quả khảo sát về nhu cầu tập luyện các trường phái yoga ở TP Tuy Hoà

3. Kết quả nghiên cứu yếu tố hình thành động cơ tham gia tập luyện Yoga tại TP Tuy Hoà

Qua bảng 1 cho thấy: Kết quả nghiên cứu về yếu tố hình thành động cơ tham gia tập luyện của người tập Yoga tại TP Tuy Hoà cho thấy: Các yếu tố chính thúc đẩy người tập tham gia tập luyện Yoga là: Tăng cường sức khỏe, TB = 4.27 ; Giải trí tinh thần, TB = 4.06; Chống lại bệnh tật, TB = 4.44; Do sự hấp dẫn của môn Yoga, TB 3.82; Nâng cao năng lực vận động TB = 4.26; Làm đẹp hoặc giảm béo TB = 4.04; Đây là các yếu tố có nguồn gốc bên trong, tạo thành nhu cầu thúc đẩy hình thành động cơ tích cực, có tính bền vững.

Những yếu tố có nguồn gốc bên ngoài ảnh hưởng đến động cơ của người tập bao gồm: Ảnh hưởng của bạn bè TB = 4.37; Ảnh hưởng của gia đình TB = 3.92; Nhờ giáo dục ở trường học TB = 3.68; Ảnh hưởng của các VĐV nổi tiếng

Bảng 1. Kết quả khảo sát yếu tố hình thành động cơ tham gia tập luyện Yoga tại TP Tuy Hoà

STT	Các yếu tố	Điểm TB	Độ lệch chuẩn
1	Tăng cường sức khỏe	4.27	0.665
2	Giải trí tinh thần	4.06	0.771
3	Chống lại bệnh tật	4.44	0.68
4	Do sự hấp dẫn của môn yoga	3.82	0.786
5	Nâng cao năng lực vận động	4.26	0.728
6	Làm đẹp hoặc giảm béo	4.04	0.722
7	Do thói quen vận động	4.23	0.761
8	Ảnh hưởng của bạn bè	4.37	0.619
9	Ảnh hưởng của gia đình	3.92	0.735
10	Nhờ giáo dục ở trường học	3.68	0.814
11	Ảnh hưởng của các VĐV nổi tiếng	4.22	0.694
12	Ảnh hưởng của quảng cáo trên truyền thông	4.35	0.646
13	Ảnh hưởng của công việc	3.82	0.786
14	Động cơ khác	4.04	0.722



Với nhiều tác dụng tích cực tới cơ thể, Yoga đang là nội dung được đông đảo người dân thuộc các lứa tuổi yêu thích tập luyện

TB = 4.22; Ảnh hưởng của quảng cáo trên truyền thông TB = 4.35; Ảnh hưởng của công việc TB = 3.82, Động cơ khác TB = 4.04. Tuy là những yếu tố chi phối thiếu tính bền vững nhưng cũng có mức độ ảnh hưởng rất cao cần được quan tâm.

KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu các yếu tố hình thành động cơ tham gia tập luyện Yoga của người tập tại TP Tuy Hoà cho thấy; các yếu tố có nguồn gốc bên trong làm xuất hiện nhu cầu gồm: Phòng chống bệnh tật; Tăng cường sức; Nâng cao năng lực vận động; Làm đẹp cơ thể và Giải trí tinh thần.

Các yếu tố có nguồn gốc bên ngoài ảnh hưởng đến động cơ tập luyện Yoga của người tập: Ảnh hưởng của bạn bè; Ảnh hưởng của truyền thông; Ảnh hưởng của các VĐV nổi tiếng.

Để thu hút người tập Yoga, CLB Yoga cần quan tâm nghiên cứu các yếu tố hình thành động cơ của người tập để đưa ra các giải pháp phù hợp nhằm đáp ứng nhu cầu của người tham gia, góp phần phát triển bộ môn Yoga ở TP Tuy Hoà, tỉnh Phú Yên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lê Tấn Bửu, Lê Đăng Lãng (2014), “Ảnh hưởng của quảng cáo, quan hệ công chúng và khuyến mãi đến các thành phần giá trị thương

hiệu: Nghiên cứu thực nghiệm trong ngành nước giải khát”, *Tạp chí Kinh tế & Phát triển*, 208(10/2014).

2. Lê Đăng Lãng (2006), “Thương hiệu và quy trình xây dựng thương hiệu”, *Tạp chí Kinh tế phát triển*, Trường Đại học Kinh tế TP. Hồ Chí Minh, 184 (02/2006), 20-23.

3. Vũ Chi Lộc, Lê Thị Thu Hà (2007), *Xây dựng và phát triển thương hiệu*, Nxb Lao động -Xã hội.

4. Đỗ Văn Thắng, Phan Thành Huân (2013), *Giáo trình SPSS*, Nxb Đại học quốc gia TP.HCM.

5. Hồ Hải (2016), *Quản trị thương hiệu* Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh.

6. Hoàng Trọng, Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008), *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS*, TP.HCM, Nxb Hồng Đức.

7. Nguyễn Xuân Sinh (1900), *Phương pháp nghiên cứu khoa học trong thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 26/5/2022, phản biện ngày 13/6/2022, duyệt in ngày 29/6/2022)



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 3-2022
(70)**

