

DU LỊCH VỚI THỂ THAO VÀ YOGA

Vũ Trọng Lợi*

Vài nét về tiềm năng du lịch Việt Nam

Việt Nam là nước có tài nguyên du lịch phong phú, điều kiện thiên nhiên, danh lam thắng cảnh nổi tiếng thế giới được nhiều du khách quốc tế biết đến như Di sản kỳ quan thiên nhiên thế giới Vịnh Hạ Long, Tràng An - Bái Đính (Ninh Bình). Những bãi biển trải dài dọc miền Trung như Vũng Tàu, Mũi Né (Bình Thuận), Nha Trang (Khánh Hòa), Quy Nhơn, Đà Nẵng, bãi đá Tuy Hòa quanh năm nắng gió đến các bãi biển Lăng Cô (Thừa Thiên Huế), Đồng Hới (Quảng Bình), Thiên Cầm (Hà Tĩnh), Sầm Sơn (Thanh Hóa), Đồ Sơn (Hải Phòng), Quảng Ninh thơ mộng. Những khu rừng dự trữ sinh quyển thế giới như Vườn quốc gia Cúc Phương (Ninh Bình), Vườn quốc gia Bạch Mã, Cát Tiên hay như Vườn quốc gia York Đôn. Những cao nguyên quanh năm khí hậu mát lạnh như Sapa, Mẫu Sơn, Mộc Châu, Măng Đen, Đà Lạt. Những hang động kỳ thú ở Phong Nha - Kẻ Bàng, Quảng Bình hay ở các vùng núi đá vôi hiểm trở khác dọc dãy Trường Sơn ... Ở đâu cũng có thể là nơi du lịch khám phá, nghỉ dưỡng lý tưởng. Cùng với cảnh quan thiên nhiên, khí hậu nhiệt đới và cận ôn đới ưu đãi dọc chiều dài đất nước tạo nên những giá trị văn hóa vật thể và phi vật thể của 54 dân tộc Việt Nam. Có thể kể đến một số di sản văn hóa đã được Unesco công nhận như Hoàng Thành Thăng Long, Thành Nhà Hồ, Cung đình triều Nguyễn, Đô thị cổ Hội An, Đền Tháp Mỹ Sơn ... và nhiều công trình, di tích lịch sử, di sản văn hóa kiến trúc độc đáo khác. Những di sản văn hóa phi vật thể như tín ngưỡng thờ cúng tổ tiên mà tiêu biểu là Giỗ tổ Hùng Vương, những làn điệu dân ca, dân vũ như hát Chèo đồng bằng Bắc Bộ, Dân ca quan họ Bắc Ninh, Đờn ca tài tử Nam Bộ, hát Xẩm, hát Xoan,



Vịnh Hạ Long - Di sản kỳ quan thiên nhiên thế giới nổi tiếng tại Việt Nam

hát Bài chòi, hát Trống quân, nghệ thuật múa Rối nước đến các nghi lễ của đồng bào các dân tộc thiểu số: những điệu xòe của người Thái, Tày, Nùng, Mường, những lễ hội Cồng, Chiêng của người Mường, Êđê, M'Nông, Xê đăng và nhiều lễ hội độc đáo khác của các dân tộc. Hàng năm ở nước ta có hàng vạn lễ hội dân gian, truyền thống của các địa phương thu hút hàng triệu người từ mọi miền Tổ quốc và khách nước ngoài đến tham dự, nhiều lễ hội lớn như Lễ hội Đền Hùng- Phú Thọ, Lễ hội Đền Gióng-Hà Nội, Lễ hội Chùa Hương- Hà Nội, Lễ hội Yên Tử- Quảng Ninh, Lễ hội Phủ Dầy-Nam Định, Lễ hội Óc-Om-Bóc Khơmer Nam bộ, Lễ hội Nghinh Ông ven biển Miền Trung, Hội chọi trâu Đồ Sơn, Hải Phòng.

Đó là những nguồn tài nguyên du lịch vô giá, bất tận đã và đang được khai thác. Với những tài nguyên du lịch phong phú của nước ta, thời gian qua du lịch Việt Nam, cũng như nhiều nước trên thế giới, có bước tăng trưởng phi mã, hàng năm có hàng trăm triệu người đi du lịch trong và ngoài nước. Những con số biết nói của ngành Du lịch Việt Nam những năm gần đây đã nói lên điều đó. Theo số liệu thống kê của Tổng cục Du lịch- Bộ Văn hóa, Thể thao và Du lịch năm 2010 có

*ThS, Chủ tịch Liên đoàn Yoga Việt Nam

28.000.000 lượt khách du lịch nội địa thì năm 2015 đã đạt 57.000.000 lượt khách và năm 2019 đạt 85.000.000 lượt khách. Khách du lịch quốc tế năm 2010 có 5.050.000 lượt khách, thì năm 2015 đã đạt 7.944.000 lượt khách và năm 2019 đạt 18.000.000 lượt khách tăng 16% so với 2018. Tổng thu năm 2015 đạt 402,66 nghìn tỷ đồng thì 2019 đã đạt 720.000 tỷ đồng VN.

Với lợi thế tài nguyên văn hóa và tài nguyên tự nhiên của chúng ta xếp vào nhóm đầu thế giới, năm 2019 Du lịch Việt Nam đã đạt được những danh hiệu là “Điểm đến di sản hàng đầu thế giới”; “Điểm đến Golf tốt nhất thế giới”; “Điểm đến hàng đầu châu Á” hai năm liên tiếp; “Điểm đến ẩm thực hàng đầu châu Á”. Hiện nay, Nhà nước đang có nhiều chính sách phát triển du lịch nhằm huy động mọi nguồn lực cho phát triển du lịch, bảo đảm du lịch trở thành ngành kinh tế mũi nhọn của đất nước. Một trong những chính sách đó là: Đầu tư phát triển sản phẩm du lịch mới có tác động tích cực tới môi trường, thu hút sự tham gia của cộng đồng dân cư; đầu tư phát triển sản phẩm du lịch biển, đảo, du lịch sinh thái, du lịch cộng đồng, du lịch văn hóa và sản phẩm du lịch đặc thù khác.

Du lịch với thể thao

Trong xã hội hiện đại, thời gian làm việc dành cho lao động sản xuất của người lao động được rút ngắn nhưng cường độ làm việc ngày càng cao, vì thế mà áp lực của công việc lớn. Cuộc sống hiện đại nhanh hơn, nhu cầu hưởng thụ cao hơn làm ảnh hưởng lớn đến sức khỏe, tiêu hao nhiều năng lượng, nên rất cần có thời gian cho nghỉ ngơi tích cực để hồi phục, tái tạo năng lượng cho cơ thể. Hầu hết trên thế giới thời gian lao động đã được rút ngắn, tuần làm việc từ 5 đến 5,5 ngày/tuần, thời gian nghỉ dài ngày liên tục trong năm là quãng thời gian lý tưởng để đi du lịch, nghỉ dưỡng. Du lịch là vận động, di chuyển từ điểm này đến điểm khác, nhưng vận động di chuyển của du khách theo mục đích chuyến đi khác với vận động thể dục thể thao (TDTT) nhằm mục đích tái tạo năng lượng do hoạt động du lịch tiêu hao. Vì vậy ở nơi du lịch, với khách du lịch cần có dịch vụ vận động, hướng dẫn tập luyện TDTT. Việc tổ chức tập luyện, thi đấu thể thao cho khách du lịch là thực sự cần thiết, mà ở các cơ sở lưu trú đạt chuẩn 3 sao trở lên phải có dịch vụ thể

thao để phục vụ khách du lịch như: Bể bơi, sân quần vợt, phòng chơi bida, phòng tập thể hình, fitnees, cờ vua, cờ tướng, cao hơn là sân chơi golf... Các cơ sở lưu trú tùy theo điều kiện của mình mà đăng ký dịch vụ môn thể thao theo bảng tiêu chuẩn khách sạn của Việt Nam phù hợp với thông lệ quốc tế.

Với tiềm năng và đà tăng trưởng của du lịch Việt Nam hiện tại, trong tương lai, đây là một thị trường rộng lớn để phát triển TDTT, đồng thời TDTT phải trở thành sản phẩm du lịch đặc sắc để thu hút khách du lịch quốc tế đến với Việt Nam và thu hút khách du lịch nội địa trong nước với gần trăm triệu dân. Trong những năm gần đây cùng với tiến trình đổi mới phát triển kinh tế- xã hội của đất nước, ngành Du lịch và TDTT đã đạt được nhiều thành tựu nổi bật, góp phần to lớn vào tăng trưởng GDP của đất nước. Du lịch dần trở thành ngành kinh tế mũi nhọn trong nền kinh tế công nghiệp hiện đại. TDTT góp phần nâng cao sức khỏe và đời sống văn hóa tinh thần cho nhân dân. Du lịch và Thể thao đã mở rộng và hội nhập với thế giới, tích cực góp phần nâng cao vị thế của Việt Nam trên trường quốc tế. Du lịch và Thể thao cũng từng bước khẳng định được tiềm năng, thế mạnh của mình trong khu vực và châu lục, được bạn bè quốc tế đánh giá cao. Có thể nói từ lâu Thể thao và Du lịch có sự tương hỗ lẫn nhau trong mọi hoạt động.

Trong các hoạt động du lịch có TDTT, đó là nhu cầu của khách du lịch, ở nơi lưu trú du khách cần thỏa mãn nhu cầu bơi lội có bể bơi; du khách cần chơi tennis có sân tennis; du khách cần tập thể hình có phòng gym & fitness; du khách muốn chơi bida có phòng tập bida... đối với du khách là những khách kết hợp công tác thì nhu cầu vận động này càng cần thiết. Những du khách là những thương gia, chính khách còn có thể có những nhu cầu cao hơn như cần có dịch vụ chơi golf, hoặc sân tập đánh golf. Đối với những du khách đi nghỉ dưỡng thì chắc chắn nhu cầu vận động TDTT là không thể thiếu, những môn như bơi lội, tắm biển, bóng bàn, tennis, cờ tướng, cờ vua v.v. là sự lựa chọn phù hợp. Đối với du khách kết hợp chữa bệnh thì các môn thể dục dưỡng sinh có hướng dẫn là những phương pháp hỗ trợ đắc lực để hồi phục chức năng cho du khách. Những du khách trẻ, năng động trong những kỳ

du lịch thường hay lựa chọn những nơi có các dịch vụ thể thao giải trí sôi động, mạo hiểm như leo núi (tường) giả, lặn biển, mô tô nước trên biển, vũ điệu hip hop... Nhìn chung các dịch vụ TDTT tại các cơ sở lưu trú du lịch là sự cần thiết đối với du khách, tùy theo cơ sở đó là khách sạn hay khu du lịch, resort nghỉ dưỡng hay khu điều dưỡng mà lựa chọn loại hình dịch vụ tập luyện đáp ứng nhu cầu của khách. Tàu biển du lịch là cơ sở lưu trú hạng 4, 5 sao là loại hình lưu trú khá thú vị, được nhiều du khách có điều kiện, khả năng chi trả lựa chọn, ở đó các dịch vụ hoàn hảo, sự vận động di chuyển của khách du lịch hạn chế, nên các dịch vụ vận động thể chất là các môn TDTT không đòi hỏi không gian lớn là phù hợp như bida, phòng tập thể hình & fitness, yoga, bóng bàn...

Những chuyến đi du lịch tham quan của du khách do các công ty lữ hành tổ chức với những cung đường di chuyển xa, thời gian thường là xít xao theo lộ trình, kế hoạch rất cần bố trí những quãng nghỉ được thư giãn bằng các hoạt động thể chất linh hoạt giúp cho du khách được vận động, đem lại sự thoải mái về thể chất, sẵn sàng cho hành trình tiếp theo đầy năng lượng. Những chuyến đi được các công ty du lịch lữ hành bố trí có hướng dẫn viên TDTT của công ty đi cùng hướng dẫn trong suốt hành trình của chuyến đi đang được nhiều công ty và khách du lịch quan tâm lựa chọn.

Nói đến Du lịch với TDTT trước hết phải nói TDTT là một trong những sản phẩm du lịch, những dịch vụ TDTT do các cơ sở lưu trú, lữ hành du lịch cung cấp làm hài lòng khách du lịch sẽ góp phần cho du lịch phát triển, đem lại nguồn thu, lợi nhuận cho kinh doanh du lịch. Việc được trải nghiệm các tiện ích nghỉ dưỡng bằng hoạt động TDTT tại nơi lưu trú, trên các cung đường di chuyển của du khách là đòi hỏi ngày càng cao của khách du lịch Việt Nam và quốc tế.

Thể thao là tài nguyên của du lịch, hoạt động thi đấu, biểu diễn thể thao là hoạt động tập trung nhiều người tại một địa điểm trong một thời gian nhất định. Sự hội tụ của nhiều người là vận động viên, huấn luyện viên, trọng tài và cả khán giả, cổ động viên đến một địa phương nơi tổ chức giải đấu, trận đấu. Ngành Du lịch khai thác tài nguyên này là vô tận, bởi lễ thi đấu thể thao sẽ không bao

giờ dừng lại, khi con người còn tồn tại thì thể thao luôn tồn tại và phát triển. Một giải thể thao cấp tỉnh, với quãng đường di chuyển từ 60km đến 150km của vận động viên, huấn luyện viên từ trung tâm huyện đến tỉnh (địa điểm thi đấu) để tham dự giải từ 3 đến 5 ngày, chắc chắn phải bố trí ăn, ngủ, nghỉ ngơi tại nơi thi đấu, điều đó tạo nên nhu cầu cho ngành du lịch về cơ sở lưu trú và cả phương tiện xe du lịch nếu đã đủ điều kiện. Đó là một giải cấp tỉnh trong điều kiện của chúng ta hiện nay còn eo hẹp, nhưng đã là thực tế ở nhiều địa phương có phong trào TDTT phát triển. Đối với các giải thể thao mang tính toàn quốc với gần 50 môn thể thao như các giải vô địch thể thao quốc gia, giải trẻ, giải cúp quốc gia và các giải, hội thi thể thao quần chúng toàn quốc hoặc khu vực hàng năm với sự tham gia của hơn 40 đoàn/1 giải/ môn hiện nay thì nhu cầu ăn nghỉ đi lại của các thành viên dự giải là rất lớn.

Các giải thể thao quốc tế mà Việt Nam đăng cai đang ngày càng nhiều hơn, đây là dịp để Thể thao Việt Nam hội nhập với thể thao thế giới, đồng thời quảng bá hình ảnh Việt Nam ra với bạn bè quốc tế. Đối với những giải thể thao từng môn, Việt nam đã có tiếng vang uy tín về tổ chức giải như giải Golf, các trận thi đấu Bóng Đá giải vô địch khu vực và vòng bảng các giải châu Á, thế giới. Việt Nam đã đăng cai và tổ chức thành công Đại hội thể thao Đông Nam Á (SeaGames); Đại hội thể thao châu Á trong nhà (IndorGames); Đại hội thể thao Bãi biển châu Á, Đại hội thể thao Học sinh Đông Nam Á... mỗi đại hội có hàng nghìn quan chức, vận động viên, huấn luyện viên đến tham dự, nhu cầu đối với ngành du lịch là rất lớn về ăn, nghỉ, đi lại và cung cấp các sản phẩm du lịch khác. Các giải của từng môn thể thao quốc tế tổ chức tại Việt nam đã ngày càng nhiều và các giải uy tín như Đua xe công thức 1(F1) đã tới Việt nam cùng nhiều giải quốc tế khác như Cờ Vua, Golf, Bóng chuyên... đã thành thường niên. Ước tính trung bình hàng năm có khoảng 20.000 người đến thi đấu tại Việt Nam và khoảng 8 đến 10.000 cổ động viên nước ngoài tới cổ vũ và chăm sóc VĐV.

Du lịch với Yoga

Yoga một phương pháp giáo dục thể chất, nâng cao sức khỏe cho con người khá hữu hiệu như một phương tiện thực hành tập luyện để

dưỡng sinh, Yoga còn là một môn thể thao mới có sức hấp dẫn với giới trẻ nhằm hoàn thiện cơ thể và khả năng phối hợp động tác tinh xảo, khả năng biểu cảm tinh tế sâu sắc như những nghệ sỹ. Yoga đã trở thành một môn thể thao mà ở đó có khả năng liên kết, tập hợp đông đảo người tập tham gia hoạt động thi đấu, biểu diễn. Yoga phát triển mạnh mẽ trong những năm gần đây, nhu cầu giao lưu, dã ngoại tập luyện và biểu diễn Yoga là nhu cầu tự thân của môn này, không chỉ giữa các câu lạc bộ trong nước mà còn ở giữa các tổ chức trên khắp các nước với nhau. Nhiều sự kiện Yoga đã được tổ chức quy mô toàn quốc và liên tỉnh như festival Yoga, giải thi đấu Yoga đã hiện thực hóa du lịch yoga và góp phần kích cầu du lịch. Hàng năm, từ năm 2015 đến nay, cứ vào dịp Quốc tế Yoga 21/6 có hàng vạn người Việt Nam luyện tập yoga giao lưu toàn quốc và các tỉnh, vùng miền với nhau tạo nên không khí vui tươi phấn khởi. Liên đoàn Yoga Việt nam tổ chức và phối hợp với Đại sứ quán Ấn Độ tại Hà Nội tổ chức Festival Yoga toàn quốc với sự tham gia đông đảo từ 2000 đến 3000 người của các câu lạc bộ Yoga đại diện các tỉnh về dự, như Festival Yoga tại Hà Nội, Thành phố Hồ Chí Minh 2016, 2017; Ninh Bình, Đà Nẵng 2019; Năm 2020 tại Thanh Hóa, Hạ Long (Quảng Ninh), Ninh Thuận, Vĩnh Phúc... Liên đoàn cũng đã chỉ đạo, hướng dẫn các hội viên hàng năm tổ chức các hoạt động đồng diễn tập thể hưởng ứng ngày Quốc tế Yoga, nhiều câu lạc bộ Yoga của các địa phương đã liên kết mời các câu lạc bộ của các tỉnh tham gia vào các sự kiện do mình tổ chức như tại Đồng Nai, Bà Rịa- Vũng Tàu, Quảng Ninh, Đà Nẵng, Ninh Thuận, Thái Bình, Vĩnh Phúc với hàng nghìn người đến từ nhiều tỉnh tham dự. Từ năm 2017, hàng năm Liên đoàn Yoga tổ chức giải Vô địch Yoga toàn quốc, Giải Yoga thanh - thiếu - nhi toàn quốc với khoảng 700 - 800 cán bộ, huấn luyện viên, VĐV, trọng tài Yoga đến từ hơn 20 tỉnh về dự. Hàng năm có khoảng hơn 1.500 hướng dẫn viên, huấn luyện viên Yoga từ các câu lạc bộ của các tỉnh, thành phố trực thuộc Trung ương được tập trung tập huấn, bồi dưỡng kiến thức và kỹ năng huấn luyện. Nhiều câu lạc bộ Yoga tổ chức tập luyện dã ngoại tới các khu du lịch và làm từ thiện tới các vùng sâu vùng xa, vùng điều kiện kinh tế - xã hội khó khăn và miền núi. Những

hoạt động Yoga này đã thu hút khoảng trên 20.000 lượt người di chuyển trong nước như những du khách, sử dụng dịch vụ ăn, nghỉ tại các khách sạn, nhà nghỉ, cơ sở lưu trú khác như khách du lịch nội địa.

Việt Nam cũng đã tổ chức thi đấu, biểu diễn quốc tế về Yoga, như giải năm 2016 có hơn 300 vận động viên, huấn luyện của 14 quốc gia đến dự giải tại Hà Nội. Đây cũng là một nguồn khách cho du lịch của các địa phương trong cả nước.

Việc tổ chức các sự kiện Yoga đã dần vào nề nếp tuân thủ theo quy định của pháp luật về TDTT. Đối với các hoạt động đồng diễn, biểu diễn Yoga trong các sự kiện chào mừng hoặc tổ chức festival Yoga đông người thì đơn vị tổ chức phải báo cáo cho chính quyền địa phương biết về quy mô tổ chức để có sự bảo đảm về an ninh, trật tự, an toàn xã hội cho sự kiện được thành công, quy mô toàn quốc phải được sự đồng ý của Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch. Lãnh đạo các địa phương nắm bắt cơ hội thu hút khách du lịch đã chỉ đạo ngành Du lịch và Thể thao chủ động tổ chức các hoạt động du lịch nhân dịp các lễ hội và sự kiện quốc tế Yoga tháng 6 hàng năm.

Yoga từ lâu đã trở thành một dịch vụ chăm sóc sức khỏe bằng phương pháp dưỡng sinh, hướng dẫn thực hành sinh hoạt lành mạnh tự nhiên, mang lại việc làm, thu nhập tốt cho người hướng dẫn, huấn luyện có tâm với nghề. Yoga đã được nhiều nhà kinh doanh đầu tư xây dựng cơ sở vật chất, sản xuất trang thiết bị kinh doanh thu lợi nhuận, mang lại hiệu quả kinh tế thể thao trực tiếp. Với các cơ sở lưu trú du lịch như khách sạn, khu du lịch nghỉ dưỡng, tàu thủy du lịch nhu cầu tập Yoga của khách du lịch là một thực tế, nhiều cơ sở du lịch ở nước ta đã tổ chức các phòng tập Yoga phục vụ khách du lịch và tổ chức dạy cho nhân viên làm việc tại các cơ sở này. Nhiều doanh nghiệp lữ hành đã tổ chức các chuyến đi có người hướng dẫn viên Yoga cùng đồng hành để hướng dẫn tập luyện cho khách du lịch trong suốt hành trình.

LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**4. Trương Quốc Uyên**

Giá trị của nền thể dục thể thao cách mạng
75 năm xây dựng và phát triển

7. Vũ Trọng Lợi

Du lịch với thể thao và Yoga

BÀI BÁO KHOA HỌC**11. Đặng Văn Dũng**

Dự báo ảnh hưởng của dân số, tăng trưởng kinh
tế và thời gian đến số lượng người khuyết tật ở Việt
Nam

**14. Đỗ Hữu Trường; Mai Thị Bích Ngọc;
Đào Văn Thắng**

Giải pháp phát triển nguồn lực để đáp ứng
phong trào thể dục thể thao quần chúng ở miền
núi

18. Phạm Thế Vượng

Quy trình ứng dụng công nghệ 3D trong
giảng dạy kỹ thuật cơ bản cho sinh viên chuyên
ngành Bóng chuyền, Khoa Giáo dục thể chất,
Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

20. Nguyễn Văn Phúc; Lê Thị Thanh Thủy

Thực trạng các yếu tố giáo dục thể chất nội
khóa ảnh hưởng tới phát triển thể lực của học
sinh Trung học cơ sở Tỉnh Bắc Ninh

26. Lê Thị Tuyết Thương; Phạm Văn Thắng

Lựa chọn và xây dựng giải pháp phát triển
phong trào tập luyện Bóng rổ ngoại khóa cho
học sinh Trường Trung học cơ sở Thụy Lâm,
Đông Anh, Hà Nội

29. Đỗ Đức Hùng

Thực trạng phát triển thể lực của nữ sinh
viên không chuyên Giáo dục thể chất Trường
Đại học Sư phạm Hà Nội 2

33. Nguyễn Hồng Đăng

Thực trạng và nguyên nhân hạn chế năng lực
sư phạm thực hành của sinh viên chuyên ngành
Karate Ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại
học Thể dục thể thao Bắc Ninh

38. Bùi Trọng Duy

Thực trạng hoạt động thể dục thể thao ngoại
khóa của học sinh trung học phổ thông các
huyện miền núi tỉnh Bình Định

44. Nguyễn Thị Phương Oanh

Thực trạng và đề xuất biện pháp nâng cao
kỹ năng làm việc nhóm trong học tập môn Lý
luận và Phương pháp Giáo dục thể chất cho sinh
viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

48. Nguyễn Thành Long

Nguyên nhân những sai lầm thường mắc
trong giảng dạy kỹ thuật nhảy xa ưỡn thân cho
sinh viên chuyên ngành Điền kinh Ngành Huấn
luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao
Bắc Ninh

53. Vũ Thành Long

Thực trạng hoạt động tập luyện của nữ người
cao tuổi tại Câu lạc bộ Sức khỏe ngoài trời Quận
Hai Bà Trưng, Hà Nội

59. Nguyễn Bá Hòa

Thực trạng và nhu cầu tham gia thể dục thể
thao thích ứng của người khuyết tật ở Quận Cầu
Giấy, Thành phố Hà Nội

63. Trần Thủy

Giải pháp phát triển phong trào tập luyện
Bóng chuyền hơi cho người trung-cao tuổi
phường Nam Lý, Đồng Hới, Quảng Bình

**70. Đinh Thị Mai Anh; Võ Đình Độ; Lê
Trung Kiên**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung
cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Cao đẳng
Thương mại Đà Nẵng

TIN TỨC - SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT**74. Trung Đức**

Xây dựng và phát triển Trường Đại học Thể
dục thể thao Bắc Ninh giai đoạn đổi mới đất
nước (1986-1999)

76. Nhật Minh

Kế hoạch triển khai thực hiện Khung trình độ
Quốc gia Việt Nam đối với các trình độ của giáo
dục đại học giai đoạn 2020-2025 – góc nhìn từ
chuẩn đầu ra của bậc Đại học

78. Phạm Việt Hà

Tập luyện cơ bụng, mông và đùi trong thời
gian thực hiện giãn cách xã hội phòng dịch
Covid-19

80. Thể lệ viết và gửi bài.

THEORY AND PRACTICE OF SPORTS

4. Truong Quoc Uyen

The value of the 75-year revolutionary construction and development

7. Vu Trong Loi

Tourism associated with sports and yoga

ARTICLES

11. Dang Van Dung

Forecast impacts of population, economic growth and time on the quantity of people with disabilities in Vietnam

14. Do Huu Truong; Mai Thi Bich Ngoc; Dao Van Thang

Solutions for increasing resources in the development of public sports movement in mountainous areas

18. Pham The Vuong

The process of applying 3D technology in teaching basic techniques to students majoring in Volleyball, at the Faculty of Physical Education, Bac Ninh Sports University

20. Nguyen Van Phuc; Le Thi Thanh Thuy

The situation of inter-curricular physical education factors that impacts on physical development of secondary students in Bacninh province

26. Le Thi Tuyet Thuong; Pham Van Thang

Select and develop solutions in order to increase movement of student extracurricular basketball practice at Thuylam secondary school, Dong anh district, Hanoi

29. Do Duc Hung

Situation of fitness development of female students, who are not specialized in physical education at Hanoi pedagogical university 2

33. Nguyen Hong Dang

The situation and reasons of limited practical pedagogical proficiency of students majoring in Karate - Physical education at Bacninh sports university

38. Bui Trong Duy

Current status of high school students' extracurricular sports in the mountainous district of Binh Dinh province

44. Nguyen Thi Phuong Oanh

Situation and proposed measures to improve team working skills in learning Theory and Methodology of Physical education subject for students at Bacninh sports university

48. Nguyen Thanh Long

Causes of regular mistakes in teaching the hang style technique of long jumping for athlete-majoring students at Bacninh sports university

53. Vu Thanh Long

Situation of exercise practice of elderly women at outdoor health club in Hai Ba Trung district, Hanoi

59. Nguyen Ba Hoa

Situation and demand in participation in adaptive sports of people with disabilities in Cau giay district, Hanoi

63. Tran Thuy

Solutions to improve the efficiency of wallyball practicing for middle-aged and elderly people at Namly, Donghoi, Quang binh

70. Dinh Thi Mai Anh; Vo Dinh Do; Le Trung Kien

The situation of factors affecting the development of fitness of male freshmen of the University of Fire prevention and fighting

NEWS - EVENTS AND PEOPLE

74. Trung Duc

Developing Bacninh sports university in the period of country renovation (1986-1999)

76. Nhat Minh

Implementation plan for the implementation of the Vietnam National Qualifications Framework for higher education qualifications for the period 2020-2025 – a perspective from the university's output standards

78. Pham Viet Ha

Exercise the abs, butt and leg during Covid-19 social distancing period.

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 4-2021
(65)

