

GIẢI PHÁP PHÁT HUY TÍNH TÍCH CỰC CỦA SINH VIÊN TRONG HỌC TẬP HỌC PHẦN GIÁO DỤC THỂ CHẤT TẠI TRƯỜNG ĐẠI HỌC NGHỆ AN

Nguyễn Văn Thành⁽¹⁾; Lê Viết Vinh⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 24/01/2026

Ngày phản biện: 15/02/2026

Ngày đăng: 27/03/2026

Tác giả liên hệ:

Lê Viết Vinh

Email: vinhlv@nau.edu.vn

Tập 3, số 2 (2026), trang 52-57

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14003>

Bản quyền © 2025. Bài báo này là công bố Truy cập Mở (Open Access) và được phân phối theo các điều khoản của Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Tóm tắt:

Thông qua nghiên cứu phân tích tài liệu, khảo sát bằng phiếu hỏi, phân tích ma trận SWOT đã chỉ rõ các điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội và thách thức trong công tác Giáo dục thể chất (GDTC) tại Trường Đại học Nghệ An. Trên cơ sở đó đề xuất 08 giải pháp và lấy ý kiến của 32 chuyên gia để kiểm định độ tin cậy bằng hệ số Cronbach's Alpha. Kết quả lựa chọn và xây dựng được nội dung chi tiết 06 giải pháp có tính nhất quán cao, đủ điều kiện triển khai trong thực tiễn nhằm nâng cao tính tích cực học tập học phần GDTC cho sinh viên Trường Đại học Nghệ An.

Từ khóa: Giải pháp; Tính tích cực học tập; Trường Đại học Nghệ An.

Solutions to promote student engagement in physical education courses at Nghe An University

Nguyen Van Thanh⁽¹⁾; Le Viet Vinh⁽¹⁾

Article Information:

Received: 24/01/2026

Review date: 15/02/2026

Published: 27/03/2026

Corresponding Author:

Le Viet Vinh

Email: vinhlv@nau.edu.vn

Vol.3, Issue 2 (2026), pp 52-57

DOI: <https://doi.org/10.64024/upes14003>

Copyright © 2025. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0).

Abstract:

Through document analysis, questionnaire surveys, and SWOT matrix analysis, the strengths, weaknesses, opportunities, and challenges in Physical Education (PE) at Nghe An University were identified. Based on this, eight solutions were proposed, and the opinions of 32 experts were used to verify their reliability using Cronbach's Alpha coefficient. The results led to the selection and development of six highly consistent solutions that are feasible for practical implementation, aiming to enhance student engagement in the PE course at Nghe An University.

Keywords: Solutions; Active learning; Nghe An University.

⁽¹⁾ TS, ⁽²⁾ ThS Trường Đại học Nghệ An

ĐẶT VẤN ĐỀ

Một sinh viên (SV) được đánh giá toàn diện không chỉ ở kiến thức chuyên môn vững vàng mà còn ở sức khỏe thể chất, tinh thần, và khả năng thích ứng với môi trường sống năng động. Học phần GDTC đóng vai trò quan trọng, không chỉ giúp SV rèn luyện phát triển thể chất mà còn góp phần hình thành và hoàn thiện ý chí, kỷ luật, tinh thần đồng đội và lối sống lành mạnh. Tuy nhiên, thực tiễn cho thấy tính tích cực của SV trong học tập học phần GDTC tại Trường Đại học Nghệ An (ĐHNA) còn nhiều hạn chế là điều đáng báo động. Thực tiễn đó đã đặt ra yêu cầu cần có các giải pháp phát huy tính tích cực của SV trong học tập học phần GDTC, không chỉ đáp ứng yêu cầu cấp thiết về đổi mới giáo dục, nâng cao chất lượng đào tạo mà còn cung cấp những cơ sở khoa học có tính khả thi cao, phù hợp với đặc điểm và định hướng phát triển của Trường ĐHNA.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Chúng tôi đã sử dụng các phương pháp: phân tích tổng hợp tài liệu; điều tra bằng phiếu hỏi, phân tích SWOT, phần mềm SPSS 20.0

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Cơ sở lựa chọn và xây dựng các giải pháp

1.1. Cơ sở lý luận

Căn cứ pháp lý: Căn cứ Luật số 26/2018/QH14; Nghị định số 11/2015/NĐ-CP qui định về GDTC và hoạt động thể thao trong nhà trường; Nghị quyết số 71-NQ/TW về đột phá phát triển giáo dục và đào tạo; Quyết định số 1705/QĐ-TTg về việc phê duyệt Chiến lược phát triển Giáo dục đến năm 2030, tầm nhìn đến năm 2045; Nghị quyết số 60/NQ-HĐTĐHNA của Hội đồng Trường ĐHNA ban hành Chiến lược phát triển Nhà trường giai đoạn 2026–2030, tầm nhìn 2045; Quyết định số 1060/QĐ-ĐHNA của Hiệu trưởng ban hành Quy định công tác đảm bảo chất lượng giáo dục tại Trường ĐHNA.

Nguyên tắc lựa chọn, xây dựng các giải pháp:

Giải pháp phải có tính khoa học: tức là phải dựa trên cơ sở lý luận và thực tiễn của vấn đề nghiên cứu. Các giải pháp được xây dựng phải hướng đến khắc phục các nguyên nhân của hạn chế để phát huy tính tích cực của người học.

Giải pháp bảo đảm về tính mục tiêu: các giải pháp đề ra phải đảm bảo phù hợp với định hướng phát huy tính tích cực của sinh viên.

Giải pháp phải có tính khả thi: Các giải pháp được lựa chọn và xây dựng phải xuất phát từ các vấn đề trong thực tiễn, phải phù hợp với đặc điểm của sinh viên để quá trình áp dụng được thuận lợi, nhanh chóng, thúc đẩy tính tích cực của SV.

- Giải pháp phải đảm bảo tính toàn diện: các giải pháp phải xem xét trên nhiều mặt, nhiều mối quan hệ, sự tác động qua lại trong quá trình học tập để giải quyết đồng thời tất cả những mặt còn hạn chế.

1.2. Cơ sở thực tiễn

Chương trình trình đào tạo theo tín chỉ có tính linh động, tạo điều kiện để sinh viên chủ động lập kế hoạch học tập, tối ưu hoá năng lực bản thân, tăng khả năng tự học, tự nghiên cứu; Kết quả phân tích điểm mạnh, điểm yếu, cơ hội, thách thức công tác GDTC tại Trường ĐHNA.

2. Kết quả nghiên cứu lựa chọn giải pháp

2.1. Kết quả phân tích S-W-O-T công tác GDTC tại Trường Đại học Nghệ An

Chúng tôi sử dụng công cụ SWOT để phân tích kết quả nghiên cứu thực trạng công tác GDTC tại các Trường ĐHNA. Kết quả phân tích thu được như sau:

- Điểm mạnh (Strengths – S)

S1: Đội ngũ giảng viên GDTC của trường đạt chuẩn và trên chuẩn, có kinh nghiệm và năng lực trong giảng dạy và nghiên cứu khoa học.

S2: Các học phần GDTC 1 (30 tiết chạy ngắn), GDTC 2 (60 tiết, gồm các môn thể thao Bóng đá, Bóng chuyền, Cầu lông, Pickleball) phù hợp với thị hiếu người học.

S3: Tất cả sinh viên hệ chính quy các ngành đào tạo phải tham gia học các học phần GDTC 1, 2.

S4: Có thể chủ động thay đổi cách tiếp cận, phương pháp và hình thức tổ chức giảng dạy phù hợp đặc thù từng học phần.

- Điểm yếu (Weaknesses – W)

W1: Tính tích cực của SV trong học tập học phần GDTC còn thấp.

W2: Số đông SV dành nhiều thời gian ngoài giờ học chính khoá vào việc làm thêm, tăng thêm thu nhập.

W3: Sân bãi tập luyện cơ bản đáp ứng được nhu cầu, song do phân bố ở 03 cơ sở nên việc dạy và học gặp nhiều khó khăn. Đặc biệt tại cơ sở 1, nhiều lớp học GDTC được tiến hành trên cùng một sân trong cùng thời điểm.

W4: Trang thiết bị, dụng cụ tập luyện chưa đáp ứng đầy đủ nhu cầu tập luyện của SV.

W5: Công tác quản lý lớp học và năng lực chuyên môn của đội ngũ giảng viên chưa đồng nhất nên chưa phát huy tính tích cực trong học tập của SV.

- Cơ hội (*Opportunities-O*)

O1: Các chủ trương, nghị quyết của Đảng, Nhà nước về đột phá giáo dục đào tạo, cũng như Chiến lược phát triển TDTT Việt Nam tạo hành lang pháp lý để ưu tiên phát triển công tác GDTC.

O2: Chiến lược phát triển của Nhà trường đang tập trung mạnh vào việc nâng cao chất lượng đào tạo và trải nghiệm cho người học nên việc đưa các môn thể thao mới như Pickleball vào chương trình đào tạo đã tạo ra sức hút, kích thích tính tích cực tập luyện của SV.

O3: Giới trẻ đang có xu hướng chú trọng hơn đến việc tập luyện thể thao rèn luyện sức khỏe và giảm căng thẳng nên việc thành lập các câu lạc bộ thể thao ngoại khóa thu hút SV tham gia tập luyện thường xuyên.

O4: Sự phát triển công nghệ số, mạng xã hội và các ứng dụng theo dõi sức khỏe góp phần đổi mới cách thức quản lý và đánh giá sinh viên.

O5: Xu hướng xã hội hóa giáo dục tạo cơ hội hợp tác với các doanh nghiệp để nâng cấp sân bãi, dụng cụ, thiết bị thể thao và tổ chức các giải thể thao cho SV.

- Thách thức (*Threats-T*)

T1: Sự biến động số lượng SV sau 1 năm, 2 năm theo chiều giảm xuống.

T2: Nâng cao chất lượng đội ngũ giảng viên GDTC đáp ứng yêu cầu mới.

T3: Nhận thức của số đông sinh viên chưa quan tâm đến việc hình thành thói quen tập luyện TDTT thường xuyên để nâng cao sức khỏe.

T4: Ngân sách đầu tư nâng cấp cơ sở vật chất, trang thiết bị tập luyện hạn chế.

2.2. Kết quả phân tích ma trận SWOT công tác GDTC để lựa chọn giải pháp

Từ những nội dung trên, chúng tôi tiến hành phân tích SWOT theo 04 chiến lược: S-O: Chiến lược nâng cao tối đa điểm mạnh từ các cơ hội; W-O: Dùng cơ hội để khắc phục điểm yếu; S-T: Dùng điểm mạnh để giảm thiểu thách thức; W-T: Hạn chế điểm yếu và thách thức đến mức thấp nhất.

Theo đó, kết quả phân tích ma trận đã thu được 15 giải pháp, gồm:

Chiến lược S-O (4 giải pháp): S4-O4, S2-O2, S2-O3, S1-O1;

Chiến lược S-T (4 giải pháp): S1,4-T2, S2-T3, S4-T3, S1,2-T1;

Chiến lược W-O (4 giải pháp): W1-O3, W3,4-O5, W5-O4, W1,2-O2;

Chiến lược W-T (3 giải pháp): W1-T3, W3,4-T4, W5-T2.

2.3. Lựa chọn các giải pháp phát huy tính tích cực của sinh viên trong học tập học phần Giáo dục thể chất

Kết quả phân tích ma trận SWOT theo 04 chiến lược đã thu được 15 giải pháp. Căn cứ cơ sở lý luận và cơ sở thực tiễn, bước đầu đề tài đề xuất 08 giải pháp sau:

Giải pháp 1: Tăng cường sử dụng truyền thông số để tuyên truyền nâng cao nhận thức về vị trí, vai trò của học phần GDTC, hoạt động thể thao cho sinh viên (Chiến lược S4-O4, S4-T3)

Giải pháp 2: Tăng cường tổ chức các hoạt động như "Ngày hội thể thao", "Chạy bộ vì sức khỏe", các giải thi đấu thể thao giữa các khoa/lớp và biểu dương, khen thưởng kịp thời cho các cá nhân, tập thể tích cực nhằm khuyến khích SV tham gia tự nguyện và hào hứng (Chiến lược S2-O1, S2-O2)

Giải pháp 3: Ứng dụng công nghệ số trong quản lý và đánh giá quá trình học tập của SV (Chiến lược W5-O4)

Giải pháp 4: Đa dạng hóa nội dung học tập, bổ sung các môn tự chọn phù hợp với xu hướng xã hội nhằm giúp SV có nhiều sự lựa chọn, đúng với sở thích và nhu cầu của bản thân (Chiến lược S2-O3, W1-O2)

Giải pháp 5: Xây dựng các không gian tập luyện mở và xã hội hóa đầu tư cơ sở vật chất, dụng cụ, thiết bị tập luyện (Chiến lược W3,4-O5)

Giải pháp 6: Sắp xếp tối ưu hóa lịch học phù

hợp điều kiện cơ sở vật chất hiện có tại các cơ sở đào tạo của nhà trường (Chiến lược W4-T4)

Giải pháp 7: Thành lập các câu lạc bộ thể thao ngoại khoá để thu hút SV tham gia tập luyện TDTT thường xuyên (Chiến lược W1,2-O3)

Giải pháp 8: Xây dựng tiêu chí, chế độ ưu tiên đối với SV có thái độ tích cực tập luyện, đạt thành tích thể thao (Chiến lược W1-T3)

Từ 08 giải pháp trên tác giả tiến hành xây dựng phiếu hỏi với thang đo Likert 5 mức độ từ

Rất không đồng ý đến Rất đồng ý, gửi xin ý kiến đánh giá của 32 chuyên gia là giảng viên GDTC, Huấn luyện thể thao, Tâm lý giáo dục để kiểm định độ tin cậy. Kết quả sau khi chạy Cronbach' Alpha lần 1 có 02 biến giải pháp không đủ độ tin cậy cần loại bỏ do hệ số tương quan biến tổng Corrected Item-Total Correlation < 0.3. Chạy Cronbach' Alpha lần 2 thì các biến quan sát của thang đo đều có ý nghĩa do hệ số tương quan biến tổng > 0.3, hệ số Cronbach' Alpha đạt 0.791 > 0.7 (bảng 1). Như vậy 06 giải pháp đảm

Bảng 1. Kết quả kiểm định lần 2 hệ số Cronbach' Alpha các giải pháp (n=32)

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Giải pháp 1	31.53	5.418	.764	.727
Giải pháp 2	31.78	5.596	.392	.798
Giải pháp 3	31.56	5.867	.551	.761
Giải pháp 4	31.47	6.193	.418	.780
Giải pháp 5	31.41	6.378	.357	.788
Giải pháp 6	31.53	5.805	.580	.756
Cronbach' Alpha thang đo = 0.791				

bảo đủ tin cậy được lựa chọn.

3. Xây dựng nội dung các giải pháp phát huy tính tích cực của sinh viên trong học tập học phần GDTC tại Trường Đại học Nghệ An

Nội dung các giải pháp được xây dựng theo cấu trúc thống nhất, gồm: mục tiêu, đối tượng thực hiện, cách thức thực hiện và tiêu chí đánh giá.

Giải pháp 1: Tăng cường sử dụng truyền thông số để tuyên truyền nâng cao nhận thức vị trí, vai trò của học phần GDTC, hoạt động thể thao cho sinh viên

Mục tiêu: Xây dựng cộng đồng kết nối qua mạng xã hội giúp SV hiểu rõ giá trị của GDTC không chỉ là môn học bắt buộc mà là phương tiện rèn luyện phát triển thể chất, nâng cao sức khỏe, là sân chơi giải tỏa những căng thẳng trong cuộc sống.

Đối tượng thực hiện: Đội ngũ giảng viên GDTC và nhóm SV cán sự lớp tạo sự lan tỏa trên các trang mạng xã hội chính thức của SV.

Cách thực hiện:

- Thiết lập các trang Fanpage, Facebook và kênh TikTok riêng của Bộ môn GDTC hoặc các CLB thể thao; giảng viên và SV phối hợp thực hiện các đoạn video ngắn (30 – 60 giây) hướng dẫn kỹ thuật cơ bản hoặc bài tập bổ trợ để chia sẻ; dán mã QR tại khu vực sân tập để SV dễ dàng truy cập.

- Thông qua hình thức Online phát động SV tự ghi hình ảnh tập luyện, các thử thách như “7 ngày tập luyện cùng GDTC Đại học Nghệ An”, ... để lan tỏa tình thần hứng khởi đến SV.

Tiêu chí đánh giá: số lượng theo dõi và tương tác; tỉ lệ sinh viên tham gia thử thách vận động; số hình ảnh check in tập luyện đăng tải trên trang cá nhân.

Giải pháp 2: Tăng cường tổ chức các hoạt động như "Ngày hội thể thao", "Chạy bộ vì sức khỏe", các giải thi đấu thể thao giữa các khoa/lớp và biểu dương, khen thưởng kịp thời các cá nhân, tập thể tích cực nhằm khuyến khích SV tham gia tự nguyện và hào hứng

Mục tiêu: Giúp SV chuyển đổi trạng thái từ tập bắt buộc sang chủ động tham gia các hoạt

động thi đấu, giao lưu mang sức mạnh tập thể, thể hiện năng khiếu cá nhân, từ đó hình thành thói quen tập luyện thể thao thường xuyên, bền vững.

Đối tượng thực hiện: Bộ môn GDTC phối hợp với Đoàn TN, Hội sinh viên trường tổ chức các hoạt động, tạo môi trường cho SV tham gia.

Cách thực hiện:

- Thiết kế các hoạt động thi đấu thể thao vào các ngày lễ, ngày truyền thống HSSV Việt Nam, Thể thao Việt Nam hoặc đầu năm học để chào đón tân SV, ...

- Thông qua mạng xã hội đăng tải trailer, đếm ngược sự kiện để thu hút SV đăng ký tham gia.

- Vận động tài trợ để có những phần thưởng (dụng cụ thể thao hoặc voucher tập luyện môn thể thao, ...) nhằm khích lệ tinh thần tập luyện SV.

Tiêu chí đánh giá: số lượng sinh viên đăng ký tham gia.

Giải pháp 3: Ứng dụng công nghệ số trong quản lý và đánh giá quá trình học tập của sinh viên

Mục tiêu: Thay thế hình thức đánh giá cảm tính bằng các số liệu được đo lường cụ thể giúp SV nhận thấy sự tiến bộ của bản thân qua các thông số khách quan để từ đó sẽ nỗ lực hơn trong tập luyện.

Đối tượng thực hiện: Giảng viên GDTC hướng dẫn và giám sát SV thực hiện.

Cách thực hiện:

- Sử dụng các App ứng dụng phổ biến và miễn phí; thiết bị đo như máy InBody, đồng hồ thông minh, dây đeo đo cường độ vận động ...

- Sinh viên quay lại hình ảnh thực hiện kỹ thuật môn thể thao đang học gửi lên nhóm hoặc hệ thống LMS.

- Giảng viên thường xuyên đánh giá mức độ chuyên cần, nỗ lực tập luyện, tăng tiến thành tích để khích lệ, lan tỏa tinh thần tập luyện của SV.

Tiêu chí đánh giá: số lượng sinh viên ứng dụng công nghệ; các kết quả đo lường vận động của SV tăng sau khi áp dụng giải pháp.

Giải pháp 4: Đa dạng hóa nội dung học tập, bổ sung các môn tự chọn phù hợp với xu hướng xã hội giúp SV có nhiều sự lựa chọn, đúng với sở thích và nhu cầu của bản thân

Mục tiêu: Tạo điều kiện để SV được chủ

động lựa chọn môn thể thao yêu thích, từ đó chuyển trạng thái từ bị bắt buộc học sang trạng thái tự giác học tập, tập luyện.

Đối tượng thực hiện: Bộ môn GDTC nghiên cứu xây dựng, đổi mới chương trình môn học, gửi phòng Quản lý Đào tạo thẩm định phê duyệt.

Cách thực hiện:

- Hàng năm tổ chức khảo sát nhu cầu tập luyện các môn thể thao cho từng khóa.

- Chỉnh sửa, bổ sung các học phần GDTC theo hướng tăng số lượng các môn thể thao tự chọn; nội dung học phần đảm bảo đủ hàm lượng kiến thức, kỹ thuật cơ bản.

Tiêu chí đánh giá: số lượng môn thể thao mới và tỉ lệ sinh viên lựa chọn.

Giải pháp 5: Xây dựng các không gian tập luyện mở và xã hội hóa đầu tư cơ sở vật chất, dụng cụ, thiết bị tập luyện

Mục tiêu: Tạo không gian tập luyện năng động, sạch đẹp, hiện đại để kích thích thị giác và cảm hứng tập luyện cho SV.

Đối tượng thực hiện: Bộ môn GDTC phối hợp với Phòng quản lý CSVC khảo sát, đề xuất chủ trương quy hoạch trình Ban Giám hiệu phê duyệt đầu tư.

Cách thực hiện:

- Cải tạo, lắp đặt các cụm thiết bị tập luyện ngoài trời tại khuôn viên, hành lang trống ở các cơ sở đào tạo.

- Thiết kế, quy hoạch các sân tập đa năng, tích hợp nhiều môn thể thao như: Cầu lông, Pickleball, Đá cầu, ...

- Không gian tập luyện đảm bảo thoáng, mát, sạch sẽ, có hệ thống đèn chiếu sáng ban đêm.

Tiêu chí đánh giá: số lượng không gian được cải tạo; tỉ lệ trang thiết bị mới được bổ sung.

Giải pháp 6: Thành lập các câu lạc bộ thể thao ngoại khoá để thu hút sinh viên tham gia tập luyện TDTT thường xuyên

Mục tiêu: Tạo môi trường rèn luyện thể thao ngoài giờ chính khoá giúp sinh viên phát huy năng khiếu, sở thích và niềm đam mê thể thao.

Đối tượng thực hiện: Bộ môn GDTC, Ban chủ nhiệm các CLB thể thao và các SV đam mê tập luyện.

Cách thực hiện:

- Khảo sát nhu cầu tập luyện và điều kiện



Tinh tự giác và tích cực trong học tập là yếu tố quyết định trực tiếp đến hiệu quả học tập Giáo dục thể chất, góp phần nâng cao thể lực, hoàn thiện kỹ thuật và hình thành thói quen rèn luyện bền vững

phát triển các môn thể thao để thành lập các CLB thể thao ngoại khóa; xây dựng quy chế hoạt động; Ban chủ nhiệm CLB cần có giảng viên GDTC làm cố vấn và các SV cốt cán tham gia điều hành.

- Nhà trường hỗ trợ sân bãi, trang thiết bị, dụng cụ cơ bản, bên cạnh đó, CLB vận động xã hội hóa giúp tăng thêm nguồn kinh phí phục vụ việc bảo trì, mua sắm bổ sung dụng cụ, trang thiết bị tập luyện.

Tiêu chí đánh giá: số lượng CLB thể thao ngoại khóa; số lượng SV tham gia tập luyện thường xuyên.

KẾT LUẬN

Trên cơ sở nghiên cứu lý luận, thực tiễn công tác GDTC tại Trường ĐHNA, bằng phương pháp SWOT và kiểm định độ tin cậy bằng hệ số Cronbach's Alpha, chúng tôi đã lựa chọn và xây dựng được nội dung 06 giải pháp có độ tin cậy cao, bảo đảm tính khoa học, tính khả thi và phù hợp với điều kiện thực tiễn, nhằm nâng cao tính tích cực, hứng thú và động cơ học tập của SV trong học tập học phần GDTC, góp phần hình thành thành thói quen rèn luyện TDTT và chất lượng đào tạo toàn diện của Nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Ban Chấp hành Trung ương Đảng. (2025). *Nghị quyết số 71-QN/TW về đột phá phát triển giáo dục và đào tạo*. Hà Nội, Việt Nam.
2. Chính phủ. (2015). *Nghị định số 11/2015/NĐ-CP quy định về giáo dục thể chất và hoạt động thể dục thể thao trong nhà trường*. Hà Nội, Việt Nam.
3. Lê, Đ. Chương., & cộng sự. (2019). *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Thông tin và Truyền thông.
4. Lim, B. Hooi., Ha, Dieu., & Ma, Tieu. (2025). Physical education environment on university students' self-efficacy. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*. e-International Publishing House Ltd.
5. Nguyễn, T. Tùng., & cộng sự. (2020). *Phân tích, xử lý dữ liệu thể thao với SPSS*. Hà Nội, Việt Nam: Nhà xuất bản Thông tin và Truyền thông.
6. Yan, Z., Hasibagen, & Zhang, C. (2022). The influence of social support on the physical exercise behavior of college students: The mediating role of self-efficacy. *Frontiers in Psychology (Movement Science and Sport Psychology section)*. Shenzhen University, China.