

TÁC ĐỘNG CỦA CHƯƠNG TRÌNH GIÁO DỤC PHỔ THÔNG 2018 MÔN GIÁO DỤC THỂ CHẤT ĐẾN SỰ PHÁT TRIỂN THỂ LỰC CHUNG CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC PHỔ THÔNG Ở MỘT SỐ TỈNH PHÍA BẮC VIỆT NAM

Bùi Thị Liễu⁽¹⁾

Thông tin bài báo:

Ngày nhận bài: 15/03/2026

Ngày phản biện: 08/04/2026

Ngày đăng: 26/06/2026

Tác giả liên hệ:

Bùi Thị Liễu

Email: lieubt@hvn.edu.vn

Tập 16, số 3 (2026), trang 39-44

DOI:

<https://doi.org/10.64024/upes14238>

Bản quyền © 2026. 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: Nghiên cứu đánh giá ảnh hưởng của Chương trình Giáo dục phổ thông 2018 (GDPT 2018) môn Giáo dục thể chất (GDTC) đến sự phát triển thể lực chung của học sinh trung học phổ thông (THPT) tại một số tỉnh phía Bắc Việt Nam, được thực hiện trên 3.360 học sinh THPT bằng các phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu, kiểm tra sự phạm và toán học thống kê. Kết quả nghiên cứu cho thấy, tại thời điểm kết thúc học kỳ I, học sinh học theo Chương trình GDPT 2018 đạt kết quả cao hơn ở phần lớn các chỉ tiêu thể lực so với nhóm học theo Chương trình GDTC 2006. Đến cuối học kỳ II, sự khác biệt trở nên rõ rệt hơn và có ý nghĩa thống kê ở tất cả các test ($P < 0,05$ đến $P < 0,001$). Nhịp độ tăng trưởng thể lực của nhóm học sinh học theo Chương trình GDPT 2018 dao động từ 1,81% đến 6,15%, nổi bật ở các tố chất sức nhanh, sức mạnh và sức bền. Kết quả nghiên cứu khẳng định hiệu quả tích cực của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đối với sự phát triển thể lực chung của học sinh THPT, đồng thời cung cấp cơ sở khoa học cho việc hoàn thiện nội dung và tổ chức dạy học GDTC trong giai đoạn tiếp theo.

Từ khóa: Giáo dục thể chất; Chương trình GDPT 2018; thể lực chung; học sinh THPT.

The impact of the 2018 General Education Curriculum in Physical Education on the general physical fitness development of high school students in several northern provinces of Vietnam

Bui Thi Lieu⁽¹⁾

Article Information:

Received: 15/03/2026

Review date: 08/04/2026

Published: 26/06/2026

Corresponding Author:

Bui Thi Lieu

Email: lieubt@hvn.edu.vn

Vol 16, Issue 3 (2026), pp 39-44

DOI:

<https://doi.org/10.64024/upes14238>

Copyright © 2026. 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: This study evaluated the impact of the 2018 General Education Curriculum (2018 GEC) in Physical Education on the development of general physical fitness among high school students in several northern provinces of Vietnam. The study involved 3,360 high school students and employed document analysis and synthesis, pedagogical testing, and statistical analysis. The findings revealed that by the end of the first semester, students studying under the 2018 General Education Curriculum achieved higher scores in most physical fitness indicators than those following the 2006 Physical Education curriculum. By the end of the second semester, these differences became more pronounced and were statistically significant across all fitness tests ($P < 0.05$ to $P < 0.001$). The physical fitness growth rate of students under the 2018 curriculum ranged from 1.81% to 6.15%, with particularly notable improvements in speed, strength, and endurance. The findings confirm the positive effects of the 2018 General Education Curriculum in Physical Education on the development of general physical fitness among high school students and provide a scientific basis for further improving the content of the Physical Education curriculum and teaching and learning in Physical Education in the future.

Keywords: Physical Education; 2018 General Education Curriculum; general physical fitness; high school students.

⁽¹⁾ThS Bộ môn Giáo dục thể chất – Học viện Ngân hàng

ĐẶT VẤN ĐỀ

Chương trình GDPT 2018 được triển khai theo định hướng phát triển phẩm chất và năng lực người học, trong đó môn GDTC giữ vai trò quan trọng trong việc nâng cao sức khỏe và phát triển thể lực cho học sinh. So với Chương trình GDTC 2006, Chương trình GDTC 2018 có nhiều đổi mới về nội dung và phương pháp tổ chức dạy học theo hướng tăng tính chủ động, đa dạng hóa hoạt động vận động và chú trọng phát triển năng lực cá nhân.

Thực tiễn cho thấy chất lượng tổ chức dạy học GDTC có ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển thể chất của học sinh. Tuy nhiên, bằng chứng thực nghiệm về hiệu quả của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đối với sự phát triển thể lực học sinh THPT hiện vẫn còn hạn chế.

Xuất phát từ thực tiễn đó, nghiên cứu được thực hiện nhằm đánh giá sự phát triển thể lực chung của học sinh THPT một số tỉnh phía Bắc Việt Nam dưới tác động của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Nghiên cứu sử dụng các phương pháp: phân tích và tổng hợp tài liệu; kiểm tra sự phạm; và toán học thống kê. Trong đó, kiểm tra sự phạm được thực hiện thông qua 07 test đánh giá thể lực theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008 của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Dữ liệu được xử lý bằng phần mềm SPSS và Excel.

Đối tượng khảo sát gồm học sinh của 10 trường THPT thuộc một số tỉnh phía Bắc Việt Nam. Tổng số mẫu nghiên cứu là 3.360 học sinh, chia thành 02 nhóm:

- Nhóm 1: 600 học sinh (300 nam, 300 nữ) học theo Chương trình GDPT 2018.

- Nhóm 2: 2.760 học sinh (1.389 nam, 1.371 nữ) học theo Chương trình GDTC 2006.

Nội dung nghiên cứu tập trung đánh giá và so sánh mức độ phát triển thể lực chung giữa hai nhóm đối tượng thông qua 07 test thể lực theo quy định của Bộ Giáo dục và Đào tạo. Kết quả so sánh là cơ sở để đánh giá tác động của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đối với sự phát triển thể lực học sinh, đồng thời đề xuất các giải pháp nâng cao hiệu quả tổ chức triển khai chương trình trong thực tiễn.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Sự khác biệt về thể lực chung của học sinh THPT giữa Chương trình GDTC 2006 và Chương trình GDPT 2018 tại thời điểm kết thúc học kỳ I

Kết quả trình bày tại bảng 1 cho thấy, ngay sau học kỳ I, nhóm học sinh học theo Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đã có sự vượt trội ở phần lớn các chỉ tiêu thể lực. Sự khác biệt tập trung rõ ở các tố chất mềm dẻo, sức nhanh và sức mạnh.

Ở học sinh nam, chỉ tiêu dẻo gập thân tăng từ 2,77% đến 3,53%; lực bóp tay thuận tăng rõ nhất ở tuổi 17 với mức tăng 6,63%; gập bụng tăng mạnh trên 26%. Điều này cho thấy chương trình mới tạo ra kích thích vận động hiệu quả hơn thông qua nội dung vận động chức năng và phương pháp tổ chức dạy học linh hoạt.

Ở nhóm nữ, xu hướng cải thiện tương tự nhưng biên độ thấp hơn, phù hợp với đặc điểm phát triển sinh học giới tính.

Kết quả này cho thấy chỉ sau một học kỳ, tác động ban đầu của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC đã hình thành rõ rệt, đặc biệt ở các tố chất phụ thuộc nhiều vào tần suất và tính đặc hiệu vận động.

2. Sự khác biệt về thể lực chung của học sinh THPT giữa Chương trình GDTC 2006 và Chương trình GDPT 2018 tại thời điểm kết thúc học kỳ II

Nếu như ở học kỳ I sự khác biệt mới xuất hiện cục bộ, thì đến cuối học kỳ II mức độ tác động của Chương trình GDPT 2018 môn GDTC trở nên rõ ràng hơn và mang tính hệ thống.

Ở học sinh nam, toàn bộ các chỉ tiêu đều có sự khác biệt với $P < 0,001$. Tố chất phát triển mạnh nhất là sức mạnh sức mạnh cơ bụng với mức tăng từ 22,05% đến 32,90%. Đây là mức cải thiện lớn, phản ánh hiệu quả tích lũy của chương trình.

Ở tố chất sức nhanh, thời gian chạy 30m giảm đáng kể, đặc biệt ở tuổi 17 giảm 16,18%. Đồng thời, khả năng phối hợp vận động qua test chạy con thoi cũng được cải thiện mạnh.

Ở học sinh nữ, toàn bộ các chỉ tiêu đều cải thiện có ý nghĩa thống kê, cho thấy chương trình mới có tính phù hợp rộng hơn với cả hai giới.

Bảng 1. So sánh sự khác biệt về thể lực chung của học sinh THPT giữa Chương trình GDTC 2006 và Chương trình GDPT 2018 tại thời điểm kết thúc học kỳ I

TT	Test	Giới tính	Kết quả kiểm tra và so sánh theo lứa tuổi ($\bar{x} \pm \delta$)											
			Lứa tuổi 15				Lứa tuổi 16				Lứa tuổi 17			
			Chương trình GDTC 2006 (n _{nam} = 461, n _{nữ} = 456)	Chương trình GDTC 2018 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)	t	P	Chương trình GDTC 2006 (n _{nam} = 462, n _{nữ} = 454)	Chương trình GDTC 2018 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)	t	P	Chương trình GDTC 2006 (n _{nam} = 466, n _{nữ} = 461)	Chương trình GDTC 2018 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)	t	P
1	Đeo gấp thân (cm)	Nam	9.34±1.26	9.67±0.90	2.915	<0.01	9.55±0.58	9.83±0.50	4.803	<0.001	9.74±0.89	10.01±0.80	2.771	<0.01
		Nữ	8.62±1.27	8.91±0.80	2.802	<0.01	8.39±0.86	8.65±0.70	3.421	<0.001	8.17±0.91	8.42±0.80	2.715	<0.01
2	Lực bóp tay thuận (kG)	Nam	34.35±3.05	35.76±1.90	5.944	<0.001	37.09±2.20	38.59±2.00	6.676	<0.001	39.83±3.61	42.47±1.57	11.509	<0.001
		Nữ	25.16±3.08	25.24±2.12	0.312	>0.05	27.03±3.44	27.67±2.20	2.345	<0.02	26.89±3.69	27.95±1.26	4.974	<0.001
3	Năm ngựa gấp bụng (lần/30s)	Nam	12.88±1.83	14.86±0.57	19.31	<0.001	13.95±0.84	17.69±1.30	27.55 ₁	<0.001	14.96±1.19	18.96±0.96	36.133	<0.001
		Nữ	11.39±1.85	11.51±0.37	1.274	>0.05	12.88±1.12	12.57±1.0	2.744	<0.01	13.88±1.19	13.92±0.81	0.408	>0.05
4	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	190.67±20.96	199.07±2.51	8.334	<0.001	194.28±16.39	202.41±10.05	6.445	<0.001	197.84±22.15	208.66±9.12	7.882	<0.001
		Nữ	144.96±21.23	146.92±7.94	1.54	>0.05	146.14±22.25	149.66±9.24	2.524	<0.02	147.15±22.66	152.35±7.67	3.986	<0.001
5	Chạy 30m XPC (s)	Nam	6.16±0.94	6.11±0.30	0.942	>0.05	5.96±0.40	5.66±0.22	10.411	<0.001	5.87±0.56	5.05±0.23	23.652	<0.001
		Nữ	7.03±0.87	6.87±0.39	2.837	<0.01	6.93±0.55	6.55±0.44	7.449	<0.001	6.80±0.54	6.26±0.17	17.788	<0.001
6	Chạy con thoi 4'10 m (s)	Nam	12.78±1.25	12.12±0.38	9.493	<0.001	12.68±0.98	12.01±0.34	11.78	<0.001	12.58±1.06	11.51±0.37	17.403	<0.001
		Nữ	14.03±1.27	13.67±0.47	4.749	<0.001	13.64±1.16	13.39±0.63	3.003	<0.01	13.76±1.12	13.11±0.56	8.493	<0.001
7	Chạy tụy sức 5 phút (m)	Nam	884.88±92.87	898.71±40.56	2.332	<0.02	896.25±69.02	902.61±35.45	1.33	>0.05	908.58±102.41	925.31±44.01	2.585	<0.01
		Nữ	677.94±96.91	687.24±47.17	1.421	>0.05	729.78±94.35	733.15±35.27	0.595	>0.05	788.49±104.44	789.68±63.19	0.149	>0.05

Bảng 2. So sánh sự khác biệt về thể lực chung của học sinh THPT giữa Chương trình GDTC 2006 và Chương trình GDPT 2018 tại thời điểm kết thúc học kỳ II

TT	Test	Giới tính	Kết quả kiểm tra và so sánh theo lứa tuổi ($\bar{x} \pm \delta$)											
			Lứa tuổi 15				Lứa tuổi 16				Lứa tuổi 17			
			Chương trình GDTC 2006 ($n_{nam} = 461, n_{nữ} = 456$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{nam} = 100, n_{nữ} = 100$)	t	P	Chương trình GDTC 2006 ($n_{nam} = 462, n_{nữ} = 454$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{nam} = 100, n_{nữ} = 100$)	t	P	Chương trình GDTC 2006 ($n_{nam} = 466, n_{nữ} = 461$)	Chương trình GDTC 2018 ($n_{nam} = 100, n_{nữ} = 100$)	t	P
1	Đeo gập thân (cm)	Nam	9.34±1.26	9.92±0.90	5.127	<0.001	9.55±0.58	10.11±0.45	9.244	<0.001	9.74±0.89	10.34±0.70	6.669	<0.001
		Nữ	8.62±1.27	9.17±0.80	5.284	<0.001	8.39±0.86	8.94±0.70	6.698	<0.001	8.17±0.91	8.71±0.75	5.983	<0.001
2	Lực bóp tay thuận (KG)	Nam	34.35±3.05	36.82±2.38	8.912	<0.001	37.09±2.20	39.74±2.35	10.339	<0.001	39.83±3.61	43.68±1.47	17.291	<0.001
		Nữ	25.16±3.08	25.69±1.14	2.883	<0.01	27.03±3.44	28.52±1.26	7.276	<0.001	26.89±3.69	28.77±1.22	8.92	<0.001
3	Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	Nam	12.88±1.83	15.72±0.98	21.867	<0.001	13.95±0.84	18.54±0.73	55.433	<0.001	14.96±1.19	19.87±0.68	56.09	<0.001
		Nữ	11.39±1.85	12.24±0.63	7.935	<0.001	12.88±1.12	13.18±0.58	3.833	<0.001	13.88±1.19	14.51±0.16	10.921	<0.001
4	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	190.67±20.96	203.15±8.58	9.602	<0.001	194.28±16.39	206.48±7.79	11.192	<0.001	197.84±22.15	212.74±6.53	12.251	<0.001
		Nữ	144.96±21.23	149.87±10.39	3.414	<0.001	146.14±22.25	152.44±5.37	5.365	<0.001	147.15±22.66	155.13±5.40	6.731	<0.001
5	Chạy 30m XPC (s)	Nam	6.16±0.94	5.94±0.49	3.348	<0.001	5.96±0.40	5.49±0.25	15.081	<0.001	5.87±0.56	4.92±0.22	27.93	<0.001
		Nữ	7.03±0.87	6.69±0.52	5.147	<0.001	6.93±0.55	6.39±0.25	15.027	<0.001	6.80±0.54	6.12±0.18	21.987	<0.001
6	Chạy con thoi 4'10 m (s)	Nam	12.78±1.25	11.84±0.62	11.052	<0.001	12.68±0.98	11.71±0.45	15.142	<0.001	12.58±1.06	11.21±0.32	23.375	<0.001
		Nữ	14.03±1.27	13.34±0.74	7.268	<0.001	13.64±1.16	13.08±0.37	8.507	<0.001	13.76±1.12	12.83±0.38	14.41	<0.001
7	Chạy tuy sức 5 phút (m)	Nam	884.88±92.87	921.34±60.57	4.899	<0.001	896.25±69.02	928.45±51.63	5.296	<0.001	908.58±102.41	951.62±39.70	6.958	<0.001
		Nữ	677.94±96.91	704.82±63.10	3.458	<0.001	729.78±94.35	751.37±28.66	4.093	<0.001	788.49±104.44	807.55±44.85	2.881	<0.01

Bảng 3. So sánh sự khác biệt và nhịp độ tăng trưởng về thể lực chung của từng khối lớp HS học theo chương trình GDTC 2018 giữa 2 thời điểm kiểm tra

TT	Test	Giới tính	Kết quả kiểm tra và so sánh theo lứa tuổi giữa 2 thời điểm kiểm tra ($\bar{x} \pm \delta$)																	
			Lứa tuổi 15 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)						Lứa tuổi 16 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)						Lứa tuổi 17 (n _{nam} = 100, n _{nữ} = 100)					
			GD 1	GD 2	t	W%	P	GD 1	GD 2	t	W%	P	GD 1	GD 2	t	W%	P			
1	Đéo gập thân (cm)	Nam	9.67±0.90	9.92±0.90	1.964	2.55	<0.05	9.83±0.50	10.11±0.45	4.171	2.81	<0.001	10.01±0.80	10.34±0.70	3.106	3.24	<0.01			
		Nữ	8.91±0.80	9.17±0.80	2.298	2.88	<0.05	8.65±0.70	8.94±0.70	2.929	3.3	<0.01	8.42±0.80	8.71±0.75	2.662	3.39	<0.01			
2	Lực bóp tay thuận (kg)	Nam	35.76±1.90	36.82±2.38	3.481	2.92	<0.001	38.59±2.00	39.74±2.35	3.727	2.94	<0.001	42.47±1.57	43.68±1.47	5.626	2.81	<0.001			
		Nữ	25.24±2.12	25.69±1.14	1.869	1.77	>0.05	27.67±2.20	28.52±1.26	3.353	3.03	<0.001	27.95±1.26	28.77±1.22	4.675	2.89	<0.001			
3	Năm ngựa gập bụng (lần/30s)	Nam	14.86±0.57	15.72±0.98	7.586	5.62	<0.001	17.69±1.30	18.54±0.73	5.701	4.69	<0.001	18.96±0.96	19.87±0.68	7.735	4.69	<0.001			
		Nữ	11.51±0.37	12.24±0.63	9.992	6.15	<0.001	12.57±1.0	13.18±0.58	5.277	4.74	<0.001	13.92±0.81	14.51±0.16	7.146	4.15	<0.001			
4	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	199.03±2.51	203.15±8.58	4.609	2.05	<0.001	202.41±10.05	206.48±7.79	3.201	1.99	<0.01	208.66±9.12	212.74±6.53	3.637	1.94	<0.001			
		Nữ	146.92±7.94	149.87±10.39	2.256	1.99	<0.05	149.66±9.24	152.44±5.37	2.601	1.84	<0.01	152.35±7.67	155.13±5.40	2.964	1.81	<0.01			
5	Chạy 30m XPC (s)	Nam	6.11±0.30	5.94±0.49	2.959	2.82	<0.01	5.66±0.22	5.49±0.25	5.105	3.05	<0.001	5.05±0.23	4.92±0.22	4.084	2.61	<0.001			
		Nữ	6.87±0.39	6.69±0.52	2.769	2.65	<0.01	6.55±0.44	6.39±0.25	3.162	2.47	<0.01	6.26±0.17	6.12±0.18	5.655	2.26	<0.001			
6	Chạy con thoi 4'10 m (s)	Nam	12.12±0.38	11.84±0.62	3.85	2.34	<0.001	12.01±0.34	11.71±0.45	5.319	2.53	<0.001	11.51±0.37	11.21±0.32	6.133	2.64	<0.001			
		Nữ	13.67±0.47	13.34±0.74	3.764	2.44	<0.001	13.39±0.63	13.08±0.37	4.243	2.34	<0.001	13.11±0.56	12.83±0.38	4.137	2.16	<0.001			
7	Chạy tuý sức 5 phút (m)	Nam	898.71±40.56	921.34±60.57	3.104	2.49	<0.01	902.61±35.45	928.45±51.63	4.126	2.82	<0.001	925.31±44.01	951.62±39.70	4.439	2.8	<0.001			
		Nữ	687.24±47.17	704.82±63.10	2.231	2.53	<0.05	733.15±35.27	751.37±28.66	4.009	2.45	<0.001	789.68±63.19	807.55±44.85	2.306	2.24	<0.05			



Chương trình Giáo dục thể chất đổi mới năm 2018 góp phần phát triển phẩm chất, năng lực vận động, hình thành thói quen rèn luyện, nâng cao sức khỏe và phát triển toàn diện cho học sinh

Kết quả này phù hợp với nguyên lý thích nghi vận động, trong đó hiệu quả huấn luyện tích lũy thường biểu hiện rõ hơn khi thời gian tác động kéo dài.

3. So sánh sự khác biệt và nhịp độ tăng trưởng thể lực chung của học sinh theo Chương trình GDPT 2018 qua hai thời điểm kiểm tra

Kết quả cho thấy toàn bộ các chỉ tiêu đều có nhịp độ tăng trưởng dương và có ý nghĩa thống kê.

Ở học sinh nam, nhóm tố chất phát triển mạnh nhất là sức mạnh sức bền cơ bụng (4,69%–5,62%), tiếp theo là tốc độ (2,61%–3,05%) và mềm dẻo (2,55%–3,24%).

Ở học sinh nữ, mức tăng trưởng mạnh nhất cũng tập trung ở gập bụng (4,15%–6,15%).

Điều này cho thấy tố chất sức mạnh sức bền là thành phần nhạy cảm nhất với tác động của chương trình.

Xu hướng chung cho thấy nhóm tuổi 15–16 có nhịp độ tăng trưởng cao hơn nhóm tuổi 17 ở phần lớn chỉ tiêu, phản ánh giai đoạn “giai đoạn vàng” phát triển vận động trong lứa tuổi đầu THPT.

KẾT LUẬN

Chương trình GDPT 2018 môn GDTC có ảnh hưởng tích cực và rõ rệt đến sự phát triển thể lực chung của học sinh THPT.

So với nhóm học theo Chương trình GDTC 2006, học sinh theo học chương trình mới đạt

kết quả cao hơn ở hầu hết các chỉ tiêu và mức độ khác biệt ngày càng rõ hơn theo thời gian.

Nhịp độ tăng trưởng thể lực dao động từ 1,81% đến 6,15%, nổi bật nhất ở tố chất sức mạnh sức bền cơ bụng và tốc độ.

Kết quả nghiên cứu góp phần bổ sung cơ sở thực tiễn cho việc đánh giá hiệu quả triển khai Chương trình GDPT 2018 môn GDTC và là căn cứ khoa học để tiếp tục hoàn thiện nội dung, phương pháp và tổ chức giảng dạy trong giai đoạn tiếp theo.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2006). *Chương trình giáo dục phổ thông môn Thể dục ban hành kèm theo Quyết định số 16/2006/QĐ-BGDĐT ngày 05/6/2006 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo*. Hà Nội.
2. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2008). *Quy định về đánh giá, xếp loại thể lực học sinh, sinh viên (Ban hành kèm theo Quyết định số 53/2008/QĐ-BGDĐT ngày 18/9/2008)*. Hà Nội.
3. Bộ Giáo dục và Đào tạo. (2018). *Chương trình giáo dục phổ thông ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018*. Hà Nội.
4. Nguyễn Đức Văn. (2023). *Phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao*. NXB TĐTT.