e-ISSN 3030-4822

NGHIÊN CỨU BÀI TẬP SỬA CHỮA NHỮNG SAI LẦM THƯỜNG MẮC TRONG HỌC KỸ THUẬT HAI BƯỚC NÉM RỔ MỘT TAY TRÊN CAO CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC VĂN HIẾN

Lâm Trung Hiếu[1]
Nguyễn Hùng Cường[2]

Thông tin bài báo:
Ngày nhận bài: **26/09/2026**
Ngày phản biện: **17/10/2026**
Ngày đăng: **16/11/2026**

Tác giả liên hệ:
Nguyễn Hùng Cường
Email:
cuongnguyenhung201073@gmail.com
Tập 3, số 6 (2026), trang 95-100
DOI: https://doi.org/10.64024/upes14266
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:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường sử dụng trong lĩnh vực TDTT, đề tài tiến hành lựa chọn và đánh giá hiệu quả 11 bài tập khắc phục những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến. Những bài tập này đã được kiểm nghiệm trong thực tiễn, với độ tin cậy ở ngưỡng xác suất thống kê P<0,05. Kết quả nghiên cứu góp phần nâng cao chất lượng đào tạo sinh viên Trường Đại học Văn Hiến.

Từ khoá: Bài tập, sai lầm thường mắc, kỹ thuậ, bóng rổ, Trường Đại học Văn Hiến.

Exercises to correct common errors in learning the two-step one-handed overhand layup among students at Van Hien University

Lam Trung Hieu[1]
Nguyen Hung Cuong[2]

Article Information:
Received: **26/09/2026**
Review date: **17/10/2026**
Published: **16/11/2026**

Corresponding Author:
Nguyen Hung Cuong
Email:
cuongnguyenhung201073@gmail.com
Vol.3, Issue 6 (2026), pp 95-100
DOI: https://doi.org/10.64024/upes14266
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:

Using scientific research methods, this study selected and evaluated the effectiveness of 11 exercises designed to correct common errors in learning the one-handed overhand layup with a two-step approach among students at Van Hien University. The exercises were tested in practice and were reported to be reliable at $p < 0.05$. The findings contribute to improving the quality of student training at Van Hien University.

Keywords: Exercises; common errors; technique; basketball; Van Hien University students.

[1]ThS [2]TS Trường Đại học Văn Hiến

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Văn Hiến là một trường đại học tư thục được thành lập theo Quyết định số 517/TTg ngày 11/7/1997 của Thủ tướng Chính phủ. Trải qua 29 năm phát triển, hiện nay Trường đang có 43 ngành đào tạo trình độ đại học, với hơn 45.000 sinh viên và học viên hiện đang theo học.

Nhà trường luôn quan tâm đến công tác Giáo dục thể chất (GDTC), hiện Trường có 08 câu lạc bộ TDTT, đặc biệt có 01 câu lạc bộ bóng đá chuyên nghiệp hiện đang thi đấu tại giải vô địch bóng đá hạng nhất quốc gia. Trong học phần GDTC Bóng rổ, sinh viên được học nội dung kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao. Qua khảo sát sơ bộ cho thấy còn tồn tại một số hạn chế như: Số lượng sinh viên trong một lớp học môn Bóng rổ rất đông; Số lượng sân bãi dụng cụ còn hạn chế cho việc nắm bắt kỹ, chiến thuật của sinh viên. Do đó, việc "Nghiên cứu bài tập nhằm sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến" là một việc làm thiết thực, phù hợp với chương trình đào tạo, nhằm nâng cao chất lượng môn Bóng rổ trong Nhà trường.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu sử dụng những phương pháp sau: Phương pháp phân tích và tổng hợp tài liệu; Phương pháp quan sát sư phạm; Phương pháp phỏng vấn; Phương pháp thực nghiệm sư phạm; Phương pháp toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu: 200 nam sinh viên năm thứ nhất trong độ tuổi 18-19. Quá trình nghiên cứu được tiến hành từ tháng 01/2026 – 06/2026

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

1. Xác định những sai lầm thường mắc khi tập luyện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên Trường Đại học Văn Hiến

Để xác định chính xác những sai lầm thường mắc khi tập luyện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên Trường Đại học Văn Hiến, đề tài tiến hành quan sát sư phạm thông qua phân tích video ghi hình thực tế, quá trình thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên. Mỗi sinh viên thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao 3 lần liên tục, với quy ước những sai lầm chiếm tỷ lệ từ 75% trở lên sẽ được coi là những sai lầm thường mắc. Kết quả quan sát được trình bày ở bảng 1.

Bảng 1. Những sai lầm thường mắc trong tập luyện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên trường Đại học Văn Hiến (n=600)

TT	Tên sai lầm mắc phải	m_i	Tỉ lệ %
1.	Bật nhảy bước 1 sớm quá, cách xa so với rổ	475	79.16
2.	Bước bật nhảy thứ 2 dài quá, cơ thể vào sâu dưới rổ	550	91.66
3.	Điểm giậm nhảy bước một sâu, đặt chân ở bước hai chưa thực hiện gìm đà	525	87.50
4.	Góc gập của gối (giữa đùi và cẳng chân quá lớn) dẫn đến không nâng được trọng tâm cơ thể lên trên mà bị lao về trước rất nhiều	476	79.33
5.	Thời điểm tay cầm bóng ném rổ tiếp xúc bóng không đúng dẫn đến khi thực hiện động tác ném rổ bóng bị sai hướng ra ngoài rổ	466	77.66
6.	Tiếp đất chưa tốt, không tiếp đất được cùng lúc 2 chân. Không duỗi thẳng được hai chân khi kết thúc ném rổ	477	79.50

Qua bảng 1 cho thấy, sinh viên Trường Đại học Văn Hiến đã mắc sai lầm khi tập luyện kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao với tỷ lệ từ 77,66 % - 91,66 %. Như vậy theo quy ước đề ra, cả 6 sai lầm này đều là những sai lầm thường mắc trong học kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên Trường Đại học Văn Hiến.

2. Lựa chọn bài tập nhằm sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến

Qua tham khảo các nguồn tài liệu khác nhau, đề tài đã lựa chọn sơ bộ được 15 bài tập nhằm sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến, sau khi lựa chọn được các bài tập, đề tài tiến hành phỏng vấn bằng phiếu hỏi 15 chuyên gia, giảng viên, nhà khoa học thể thao về tính hiệu quả của các bài tập trong việc sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên. Phiếu phỏng vấn được xây dựng theo thang đo Likert 5 mức độ. Với quy ước những bài tập có điểm trung bình từ 3,41 đến 5,00 điểm, tương ứng với mức "Hiệu quả" và "Rất hiệu quả" sẽ được lựa chọn. Kết quả thu được như trình bày ở bảng 2.

Kết quả tại bảng 1 cho thấy, 11 bài tập sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến có điểm trung bình từ đạt từ 4,67 – 5,0 điểm. Như vậy, theo quy ước đề ra cả 11 bài tập này sẽ được lựa chọn để sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên. Mục đích và cách thức thực hiện những bài tập này được cụ thể hóa như sau:

Bài tập 1. Bật nhảy hai bước kết hợp động tác bắt bóng ném rổ tay không.

- Mục đích: Tăng khả năng phán đoán, xác định được thời điểm đẩy bóng và thời điểm bật nhảy để bắt bóng thực hiện 2 bước ném rổ.

- Cách tập luyện: Sinh viên đứng thành hàng dọc ở cuối đường biên ngang, khi có hiệu lệnh thực hiện bật nhảy hai bước kết hợp động tác bắt bóng ném rổ tay không (không có bóng) theo đường biên dọc. Số lượng: 10 lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 1'.

Bài tập 2. Đo bước chân bật nhảy.

- Mục đích: Sinh viên điều chỉnh được khoảng cách bước bật nhảy vào thực hiện kỹ thuật ném rổ.

- Cách tập luyện: Sinh viên xếp thành 1 hàng dọc ngoài khu vực 3 giây, góc chéo 45o so với rổ. Sau đó lần lượt thực hiện đo bước di chuyển bật nhảy của mình sao đúng góc độ thực hiện kỹ thuật. Số lượng: 4-5 lần.

Bài tập 3. Đứng tại chỗ cầm bóng thực hiện kỹ thuật 2 bước ném rổ.

- Mục đích: Sinh viên điều chỉnh lực đẩy bóng, khoảng cách bước bật nhảy vào thực hiện kỹ thuật ném rổ.

- Cách tập luyện: Sinh viên xếp thành 1 hàng dọc ngoài khu vực 3 giây, theo gốc độ và khoảng cách đã đo. Sau đó đẩy bóng về phía trước thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ 1 tay trên cao. Số lượng: 5-10 lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 1'.

Bài tập 4. Bật với bảng.

- Mục đích: Phát triển sức mạnh cơ đùi, kết hợp giữa bật nhảy làm tăng khả năng phối hợp vận động.

- Cách tập luyện: Người thực hiện đứng thành hàng dọc ở trước bảng rổ, đứng sau vạch ném phạt. Khi có tín hiệu di chuyển vào thực hiện hai bước đà bật với bảng rổ. Thực hiện theo phương pháp nước chảy. Số lượng: 1'30" x 2 tổ. Quãng nghỉ: 1'- 2'.

Bài tập 5. Đứng tại chỗ tập bước bật thứ 2 của kỹ thuật hai bước ném rổ1 tay trên cao.

- Mục đích: Hình thành kỹ năng bật nhảy ném rổ.

- Cách tập luyện: Sinh viên chia theo các nhóm 3-5 em về các rổ. Đứng phía dưới rổ theo góc chéo 45o. khoảng cách 40-50cm. đứng chân trước chân sau (Chân nghịch với tay ném rổ ở phía trên, sau đó thực hiện bước thứ 2 kết hợp với động tác đưa bóng lên ném rổ góc độ 450. khoảng cách 45cm so với rổ. Số lượng :15 lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 1'.

Bài tập 6. Gánh tạ đứng lên, ngồi xuống.

- Mục đích: Phát triển sức mạnh cơ vai, cơ bụng, cơ đùi và sức mạnh bật nhảy.

- Cách tập luyện: Tập từng người gánh tạ 25 – 30kg và có người hỗ trợ. Số lượng: 20 lần x 3 tổ. Quãng nghỉ: 2'- 3'.

Bài tập 7. Đứng tại chỗ tập đẩy bóng và nhảy bắt bóng.

Bảng 2. Kết quả phỏng vấn lựa chọn bài tập nhằm sửa chữa những sai lầm thường mắc trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến (n = 15)

TT	Các bài tập	Kết quả phỏng vấn					Tổng điểm	Điểm trung bình
		Rất hiệu quả (5 điểm)	Hiệu quả (4 điểm)	Bình thường (3 điểm)	Ít hiệu quả (2 điểm)	Không hiệu quả (1 điểm)		
Các bài tập sửa chữa sai lầm do "Bật nhảy bước 1 sớm quá, cách xa so với rổ; Bước bật nhảy thứ 2 dài quá, cơ thể vào sâu dưới rổ; Điểm giậm nhảy bước một sâu, đặt chân ở bước hai chưa thực hiện gìm đà"								
1	Bật nhảy hai bước kết hợp động tác bắt bóng ném rổ tay không	15	0	0	0	0	75	5.00
2	Đo bước chân bật nhảy	13	0	1	1	0	70	4.67
3	Đứng tại chỗ cầm bóng thực hiện kỹ thuật 2 bước ném rổ	14	1	0	0	0	74	4.93
4	Bật với bảng	13	1	1	0	0	72	4.80
Các bài tập sửa chữa sai lầm do "Góc gập của gối (giữa đùi và cẳng chân quá lớn) dẫn đến không nâng được trọng tâm cơ thể lên trên mà bị lao về trước rất nhiều. Phối hợp đưa tay cầm bóng khi bật nhảy chưa nhịp nhàng"								
5	Đứng tại chỗ tập bước bật thứ 2 của kỹ thuật hai bước ném rổ1 tay trên cao.	15	0	0	0	0	75	5.00
6	Gánh tạ đứng lên, ngồi xuống	13	1	1	0	0	72	4.80
Bài tập sửa chữa sai lầm do "Thời điểm tay cầm bóng ném rổ tiếp xúc bóng không đúng dẫn đến khi thực hiện động tác ném rổ bóng bị sai hướng ra ngoài rổ"								
7	Đứng tại chỗ tập đẩy bóng và nhảy bắt bóng	15	0	0	0	0	75	5.00
8	Nằm sấp chống đẩy	14	1	0	0	0	74	4.93
9	Ném bống nhồi bằng 1 tay hoặc 2 tay	14	1	0	0	0	74	4.93
Bài tập sửa chữa sai lầm do "Tiếp đất chưa tốt, không tiếp đất được cùng lúc 2 chân. Không duỗi thẳng được hai chân khi kết thúc ném rổ"								
10	Phối hợp chuyền bóng và di chuyển vào nhận bóng thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ 1 tay trên cao	14	1	0	0	0	74	4.93
11	Bật bục	13	1	1	0	0	72	4.80

- Mục đích: Giúp sinh viên hình thành kỹ năng động tác bước bật nhảy và bắt bóng, xác định được điểm giậm nhảy bước 1 phù hợp cho mỗi cá nhân.

- Cách tập luyện: Sinh viên đứng tại chỗ cầm bóng đứng đúng theo góc độ di chuyển vào rổ. Sau đó đẩy bóng ra về phía trước cách chân trụ khoảng 40-45cm rồi nhảy lên bắt bóng kéo về phía trước ngực. Số lượng: 10 lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 1'.

Bài tập 8. Nằm sấp chống đẩy.

- Mục đích: Phát triển sức mạnh cơ tay, cơ vai tăng khả năng chịu lực của cánh tay.

- Cách tập luyện: Xếp hàng thực hiện theo hiệu lệnh, tay để rộng bằng vai, lên xuống hết biên độ tay, tư thế thân người thẳng. Số lượng: 15lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 2'- 3'.

Bài tập 9. Ném bóng nhồi bằng 1 tay hoặc 2 tay.

- Mục đích: Phát triển sức mạnh cơ tay, cổ tay linh hoạt.

- Cách tập luyện: Hai sinh viên đứng đối diện nhau, khoảng cách 3m thực hiện động tác ném rổ cho nhau, gập cổ tay miết các ngón tay vào bóng. Số lượng: 20 lần x 2 tổ. Quãng nghỉ: 2'– 3'.

Bài tập 10. Phối hợp chuyền bóng và di chuyển vào nhận bóng thực hiện kỹ thuật hai bước ném rổ 1 tay trên cao.

- Mục đích: Nâng cao khả năng phối hợp động tác vung tay khi bật nhảy và khả năng tiếp đất khi kết thúc động tác ném rổ.

- Cách tập luyện: Sinh viên đứng theo cặp đôi 2 người một bóng. Người thực hiện cầm bóng ở ngoài khu vực 3 điểm, khi có tín hiệu chuyền bóng cho người đối diện bắt được bóng. Sau đó người chuyền bóng mới di chuyển vào nhận bóng thực hiện kỹ thuật động tác; Yêu cầu: Mức độ chậm. Số lượng: 10 lần x 2tổ. Quãng nghỉ: 1'- 2'.

Bài tập 11. Bật bục.

- Mục đích: Phát triển sức mạnh cơ đùi, kết hợp giữa bật nhảy làm tăng khả năng phối hợp vận động.

- Cách tập luyện: Xếp hàng thực hiện theo hiệu lệnh, bục cao 30 – 40cm. Số lượng: 1'30" x 3 tổ. Quãng nghỉ: 2'- 3'.

2. Đánh giá hiệu quả các bài tập khắc phục những sai lầm thường mắc trong trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến

2.1. Lựa chọn test đánh giá hiệu quả kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên trường Đại học Văn Hiến

Căn cứ vào nguyên tắc lựa chọn test, qua nguồn tài liệu tham khảo chuyên môn có liên quan đến vấn đề nghiên cứu, đề tài đã lựa chọn được 2 test đánh giá hiệu quả kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của sinh viên Trường Đại học Văn Hiến, bao gồm: 1) Bật với bảng có đà (cm); 2) Dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao 10 lần (lần). Cả 2 test này đã được kiểm tra đảm bảo tính thông báo và độ tin cậy cần thiết trên khách thể nghiên cứu.

2.2. Tổ chức thực nghiệm

Quá trình thực nghiệm được tiến hành từ 01/2026 đến 06/2026 tại Viện Khoa học Thể thao, Trường Đại học Văn Hiến. Thời gian thực nghiệm được tiến hành tương ứng với số giờ và tiến độ trong chương trình học môn Giáo dục thể chất của Trường. Đối tượng thực nghiệm là 200 sinh viên khóa đại học 27.

Trước thực nghiệm đối tượng nghiên cứu được tiến hành kiểm tra để nghi nhận những sai lầm thường mắc mà mỗi sinh viên thực sự mắc phải. Trên cơ sở đó, đối tượng nghiên cứu được chia thành 2 nhóm một cách ngẫu nhiên, nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng, mỗi nhóm gồm 100 sinh viên. Trong đó, nhóm thực nghiệm áp dụng 11 bài tập mà đề tài đã lựa chọn để khắc phục 06 sai lầm thường mắc, sau đó phân bổ theo sai lầm thực tế của từng sinh viên, mỗi sinh viên sẽ thực hiện những bài tập phù hợp với các sai lầm thực tế mắc phải. Còn nhóm đối chứng được áp dụng hệ thống các bài tập khắc phục sai lầm thường mắc, mà Viện Khoa học Thể thao vẫn thường sử dụng từ trước đến nay.

Để đánh giá hiệu quả các bài tập, đề tài tiến hành kiểm tra hiệu quả của nhóm đối chứng và thực nghiệm thông qua các test chuyên môn đã xác định ở thời điểm trước và sau thực nghiệm. Kết quả được trình bày ở bảng 3 và 4.

Kết quả ở bảng 3 cho thấy, trước thực nghiệm sự khác biệt kỹ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao giữa 2 nhóm đối chứng và thực nghiệm là không có ý nghĩa thống kê ($t_{tính} < t_{bảng}$, với P>0,05). Điều này cho thấy, kỹ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao của 2 nhóm trước thực nghiệm là tương đương nhau.

Bảng 3. Hiệu quả kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của nhóm đối chứng và thực nghiệm trước thực nghiệm (n=200)

TT	Test	Nhóm đối chứng (n=100)		Nhóm thực nghiệm (n=100)		t	P
		$\overline{x}$	± δ	$\overline{x}$	± δ		
1.	Bật với bảng có đà (cm)	244.25	20.36	243.36	20.24	0.44	>0.05
2.	Dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao 10 lần (lần)	5.40	0.74	5.30	0.72	1.37	>0.05

Bảng 4. Hiệu quả kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao của nhóm đối chứng và thực nghiệm sau thực nghiệm (n=200)

TT	Test	Nhóm đối chứng (n=100)		Nhóm thực nghiệm (n=100)		t	P
		$\overline{x}$	± δ	$\overline{x}$	± δ		
1.	Bật với bảng có đà (cm)	250.36	19.84	262.43	19.26	6.17	<0.05
2.	Dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao 10 lần (lần)	6.20	0.71	7.10	0.70	12.77	<0.05

Qua bảng 4 cho thấy, sau thực nghiệm cả 2 test kiểm tra đều thu được kết quả $t_{tính} > t_{bảng}$ ở ngưỡng xác suất P<0,05. Như vậy, sự khác biệt giữa nhóm đối chứng và thực nghiệm là có ý nghĩa thống kê. Điều này khẳng định, các bài tập mà đề tài lựa chọn đã tỏ rõ tính hiệu quả trong việc khắc phục sai lầm thường mắc trong thực hiện kỹ thuật dẫn bóng hai bước ném rổ 1 tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến.

KẾT LUẬN

Quá trình nghiên cứu đã lựa chọn được 11 bài tập khắc phục 06 sai lầm thường mắc trong trong học tập kỹ thuật hai bước ném rổ một tay trên cao cho sinh viên Trường Đại học Văn Hiến. Đây là những bài tập đã được cụ thể hóa mục đích và cách thực hiện trong tập luyện. Qua thực nghiệm sư phạm, những bài tập này đã khẳng định rõ được tính hiệu quả trong thực tiễn, với độ tin cậy ở ngưỡng xác suất thống kê cần thiết.

TUYÊN BỐ VỀ VIỆC SỬ DỤNG AI TẠO SINH

Tác giả không sử dụng bất kỳ công cụ AI nào trong quá trình soạn thảo bản thảo.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1 Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

2. Phạm Văn Thảo, Đinh Quang Ngọc, Nguyễn Văn Hải, Phạm Văn Thắng (2012), *Giảng dạy và tập luyện kỹ thuật Bóng rổ*, Nxb TDTT.

3. Phạm Đức Toàn, Trần Thị Tiệp (2018), *Hướng dẫn tập luyện kỹ chiến thuật Bóng rổ*, Nxb Đại học Thái Nguyên.

4. Phạm Đức Toàn, Vũ Xuân Nam, Nguyễn Thị Thu (2020), Bóng rổ, kỹ thuật cơ bản, điều luật và phương pháp tổ chức thi đấu, Nxb Đại học Thái Nguyên.

5. Phạm Đức Toàn, Phạm Văn Thắng (2021), Tập luyện kỹ chiến thuật Bóng rổ, Nxb Đại học Thái Nguyên.

6. Nguyễn Văn Trung, Nguyễn Quốc Quân, Phạm Văn Thảo (204), *Huấn luyện kỹ - chiến thuật Bóng rổ hiện đại*, Nxb TDTT, Hà Nội.

7. Nguyễn Xuân Sinh, Lê Văn Lẫm, Lưu Quang Hiệp, Phạm Ngọc Viễn (1999), Giáo trình phương pháp nghiên cứu khoa học thể dục thể thao, Nxb TDTT, Hà Nội.

8. Nguyễn Đức Văn (2000), Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao, Nxb TDTT, Hà Nội.