

# ĐẶC ĐIỂM HÌNH THÁI VÀ CẤU TRÚC THÀNH PHẦN CƠ THỂ HỌC SINH LỨA TUỔI 7 – 8, TRƯỜNG TIỂU HỌC ĐÌNH BẢNG 1 THỊ XÃ TỪ SƠN, TỈNH BẮC NINH

Nguyễn Ngọc Tuấn<sup>(1)</sup>; Trần Trung<sup>(1)</sup>  
Nguyễn Thị Lan Anh<sup>(2)</sup>

## Tóm tắt:

Bằng các phương pháp nghiên cứu khoa học phù hợp, nhóm nghiên cứu đã xác định được thực trạng đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh Tiểu học lứa tuổi 7 – 8, Trường Tiểu học Đình Bảng 1, thị xã Từ Sơn (nay là Tp. Từ Sơn), tỉnh Bắc Ninh. Kết quả cho thấy, đa số học sinh có các chỉ số hình thái phát triển bình thường, các chỉ số thành phần cơ thể ở mức trung bình và khá. Tuy vậy, vẫn còn một tỷ lệ nhất định học sinh có những dấu hiệu phát triển bất thường về hình thái và một số chỉ số thành phần cơ thể.

**Từ khóa:** Đặc điểm hình thái, thành phần cơ thể; Học sinh Tiểu học Đình Bảng 1.

## Morphological characteristics and body composition structure of students aged 7 - 8 at the Dinh Bang 1 Primary School, Tu Son town, Bac Ninh province

## Summary:

Through appropriate scientific research methods, the research team has determined the current status of morphological characteristics and body composition structure of primary school students aged 7 - 8 at the Dinh Bang 1 Primary School, Tu Son town (now Tu Son city), Bac Ninh province. The results showed that the majority of the students had normal developmental morphological indexes, and the body composition indexes were at average and good level. However, there is still a certain percentage of students having abnormal development signs and some body composition indexes.

**Keywords:** Morphological characteristics, body composition structure; Dinh Bang 1 Primary School.

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Tăng cường sức khỏe, phát triển thể chất cho học sinh nói chung và học sinh Tiểu học nói riêng luôn là vấn đề quan trọng và có ý nghĩa đặc biệt quan trọng trong sự phát triển toàn diện cho học sinh. Kết quả nghiên cứu của nhiều công trình khoa học đã chỉ ra rằng: mức độ phát triển thể chất là một tổ hợp các yếu tố về hình thái và chức năng cơ thể, quy định khả năng hoạt động thể lực của cơ thể. Nghiên cứu về mức độ phát triển thể chất đối với trẻ em để đánh giá sự phát triển theo từng lứa tuổi là công việc có ý nghĩa quan trọng như một trong những tiêu chí xác định hiệu quả công tác GDTC và chăm sóc dinh dưỡng cho trẻ.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Quá trình nghiên cứu, đề tài sử dụng các phương pháp sau: phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; phương pháp kiểm tra y học và toán học thông kê.

Cấu trúc thành phần cơ thể được kiểm tra trên thiết bị Inbody 520 và SGY II.

Khảo sát được tiến hành trên 67 học sinh Tiểu học lứa tuổi 7 – 8 (khối lớp 2 và 3) Trường Tiểu học Đình Bảng 1, thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh tại thời điểm năm học 2019 – 2020.

## KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

**1. Lựa chọn các chỉ số đặc trưng phản ánh đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh Tiểu học thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh**

<sup>(1)</sup>TS, <sup>(2)</sup>ThS, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh

Bằng phương pháp phân tích, tổng hợp tài liệu, khảo sát thực trạng thiết bị kiểm tra y học và tham khảo các ý kiến chuyên gia, giảng viên trong lĩnh vực y học thể thao, nhóm nghiên cứu đã xác định được 31 chỉ số (gồm 16 chỉ số hình thái và 15 chỉ số thành phần cơ thể), cho phép đánh giá thực trạng đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh. Trên cơ sở đó, thông qua phỏng vấn tới 30 chuyên gia về mức độ quan trọng của các chỉ số theo 04 mức (rất quan trọng, quan trọng, bình thường và không quan trọng), nhóm nghiên cứu đã lựa chọn được 19/31 chỉ số đánh giá đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh Tiểu học thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh. Cụ thể gồm:

Chỉ số hình thái: (1) Chiều cao đứng (cm); (2) Chiều cao ngồi (cm); (3) Cân nặng (kg); (4) Chu vi vòng ngực (cm); (5) Dài sải tay (cm); (6)

Dài chân A (cm); (7) Hình dáng tay; (8) Hình dáng chân; (9) Cung bàn chân; (10) Hình dáng lưng; (11) Tuổi xương.

Chỉ số thành phần cơ thể: (1) Tổng lượng nước (lít); (2) Tổng lượng Protein (kg); (3) Tổng lượng khoáng chất (kg); (4) Khối lượng chất béo (kg); (5) Hàm lượng mỡ (kg); (6) Khối lượng cơ xương (kg); (7) Chỉ số khối cơ thể BMT (kg/m<sup>2</sup>); (8) Phần trăm mỡ cơ thể - PBF (%).

## 2. Kiểm tra, đánh giá thực trạng đặc điểm các chỉ số hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh Tiểu học thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh

Để đánh giá thực trạng đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể của học sinh Tiểu học theo các chỉ số hình thái và thành phần cơ thể đã lựa chọn được, nhóm nghiên cứu đã sử dụng phương pháp kiểm tra y học (nhân trắc học và

**Bảng 1. Thực trạng đặc điểm các chỉ số hình thái học sinh lứa tuổi 7 – 8 Trường Tiểu học Đình Bảng 1, thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh**

| TT                    | Các chỉ số            |                  | Nam (n=26) |             | Nữ (n=41) |             | So sánh       |       |
|-----------------------|-----------------------|------------------|------------|-------------|-----------|-------------|---------------|-------|
| Các chỉ số định lượng |                       |                  | $\bar{x}$  | $\pm\delta$ | $\bar{x}$ | $\pm\delta$ | t             | P     |
| 1                     | Chiều cao đứng (cm)   |                  | 124.99     | 7.87        | 123.5     | 6.47        | <b>2.186</b>  | <0.05 |
| 2                     | Chiều cao ngồi (cm)   |                  | 65.63      | 12.51       | 66.77     | 3.24        | 1.517         | >0.05 |
| 3                     | Cân nặng (kg)         |                  | 28.31      | 8.8         | 25.97     | 6.28        | <b>3.339</b>  | <0.05 |
| 4                     | Chu vi vòng ngực (cm) |                  | 61.9       | 9.19        | 57.79     | 7.78        | <b>5.579</b>  | <0.05 |
| 5                     | Dài sải tay (cm)      |                  | 121.83     | 10.02       | 119.39    | 6.8         | <b>3.282</b>  | <0.05 |
| 6                     | Dài chân A (cm)       |                  | 67.96      | 5.31        | 68.07     | 4.35        | 0.2           | >0.05 |
| 7                     | Tuổi xương            | Tuổi đời         | 7.63       | 0.62        | 7.64      | 0.55        | 0.043         | >0.05 |
|                       |                       | Tuổi xương       | 10.94      | 1.56        | 10.41     | 2.04        | 1.616         | >0.05 |
|                       |                       | Tuổi chênh lệch  | 3.31       | 1.75        | 2.77      | 2.19        | 1.556         | >0.05 |
|                       |                       | Dự báo chiều cao | 173.24     | 8.45        | 161.01    | 7.71        | <b>17.071</b> | <0.05 |
| Các chỉ số quan sát   |                       |                  | $m_i$      | %           | $m_i$     | %           | Sự chênh lệch |       |
| 8                     | Hình dáng tay         | Bình thường      | 18         | 69.23       | 32        | 78.05       | -8.82         |       |
|                       |                       | Cong             | 8          | 30.77       | 9         | 21.95       | 8.82          |       |
| 9                     | Hình dáng chân        | Bình thường      | 24         | 92.31       | 39        | 95.12       | -2.81         |       |
|                       |                       | Chữ X            | 2          | 7.69        | 2         | 4.88        | 2.81          |       |
|                       |                       | Chữ O            | 0          | 0           | 0         | 0           | 0             |       |
| 10                    | Cung bàn chân         | Tốt              | 0          | 0           | 1         | 2.44        | -2.44         |       |
|                       |                       | Bình thường      | 23         | 88.46       | 39        | 95.12       | -6.66         |       |
|                       |                       | Bẹt              | 3          | 11.54       | 0         | 0           | 11.54         |       |
|                       |                       | Lõm              | 0          | 0           | 1         | 2.44        | -2.44         |       |
| 11                    | Hình dáng lưng        | Bình thường      | 4          | 15.38       | 9         | 21.95       | -6.57         |       |
|                       |                       | Gù               | 5          | 19.23       | 5         | 12.2        | 7.04          |       |
|                       |                       | Uốn              | 15         | 57.69       | 21        | 51.22       | 6.47          |       |
|                       |                       | Phẳng            | 2          | 7.69        | 6         | 14.63       | -6.94         |       |

quan sát), sử dụng các thiết bị Inbody 520 và SGY II để kiểm tra và thu thập kết quả. Đề tài đã tiến hành kiểm tra, thu thập được số liệu đầy đủ của 67 học sinh thuộc các khối 2, 3 Trường Tiểu học Đình Bảng 1. Trong đó, có 26 học sinh nam và 41 học sinh nữ. Các số liệu kiểm tra được tổng hợp và phân tích theo giới tính. Kết quả thu được trình bày tại bảng 1 và 2.

Qua kết quả bảng 1 cho thấy:

Đa số học sinh có chỉ số hình thái cơ thể phát triển bình thường. Tuy nhiên, ở một số chỉ số có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nam và nữ, cụ thể:

- Có 05 chỉ số: Chiều cao đứng (cm), Cân nặng (kg), Chu vi vòng ngực (cm), Dài chân A (cm) và dự báo chiều cao đứng thể hiện kết quả kiểm tra của nam cao hơn của nữ. Kết quả kiểm tra các chỉ số còn lại không có sự khác biệt giữa nam và nữ;

- Đối với các chỉ số về hình dáng tay, chân, thân người và cung bàn chân, kết quả cho thấy: học sinh nam có tỷ lệ tay cong, bàn chân bẹt, chân chữ X, lưng gù hoặc ưỡn cao hơn nữ. Trong khi đó, học sinh nữ có tỷ lệ cung bàn chân lõm và lưng phẳng cao hơn học sinh nam.

Qua bảng 2 thấy:

**Bảng 2. Thực trạng đặc điểm các chỉ số thành phần cơ thể học sinh lứa tuổi 7 – 8 Trường Tiểu học Đình Bảng 1, thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh**

| TT | Các chỉ số                                           |                 | Nam (n=26)     |       | Nữ (n=41)      |       | Sự chênh lệch |
|----|------------------------------------------------------|-----------------|----------------|-------|----------------|-------|---------------|
|    |                                                      |                 | m <sub>i</sub> | %     | m <sub>i</sub> | %     |               |
| 1  | Tổng điểm đánh giá thể chất trên thiết bị Inbody 520 | Tốt             | 1              | 3.58  | 0              | 0     | 3.58          |
|    |                                                      | Khá             | 14             | 53.85 | 25             | 60.98 | -7.13         |
|    |                                                      | Trung bình      | 11             | 42.31 | 16             | 39.02 | 3.29          |
|    |                                                      | Kém             | 0              | 0     | 0              | 0     | 0             |
| 2  | Tổng lượng nước (lít)                                | Thiếu           | 0              | 0     | 1              | 2.44  | -2.44         |
|    |                                                      | Cân đối         | 23             | 88.46 | 38             | 92.68 | -4.22         |
|    |                                                      | Thừa            | 3              | 11.54 | 2              | 4.88  | 6.66          |
| 3  | Protein (kg)                                         | Thiếu           | 2              | 7.69  | 3              | 7.32  | 0.38          |
|    |                                                      | Cân đối         | 24             | 92.31 | 38             | 92.68 | -0.38         |
|    |                                                      | Thừa            | 0              | 0     | 0              | 0     | 0             |
| 4  | Chất khoáng (kg)                                     | Thiếu           | 0              | 0     | 2              | 4.88  | -4.88         |
|    |                                                      | Cân đối         | 26             | 100   | 39             | 95.12 | 4.88          |
|    |                                                      | Thừa            | 0              | 0     | 2              | 4.88  | -4.88         |
| 5  | Khối lượng cơ xương- SMM (kg)                        | Thiếu           | 1              | 3.85  | 3              | 7.32  | -3.47         |
|    |                                                      | Cân đối         | 20             | 76.92 | 35             | 85.37 | -8.44         |
|    |                                                      | Thừa            | 5              | 19.23 | 3              | 7.32  | 11.91         |
| 6  | Hàm lượng mỡ (kg)                                    | Thiếu           | 8              | 30.77 | 15             | 36.59 | -5.82         |
|    |                                                      | Cân đối         | 8              | 30.77 | 15             | 36.59 | -5.82         |
|    |                                                      | Thừa            | 10             | 38.46 | 11             | 26.83 | 11.63         |
| 7  | Phần trăm mỡ cơ thể-PBF (%)                          | Thiếu           | 7              | 26.92 | 9              | 21.95 | 4.97          |
|    |                                                      | Cân đối         | 10             | 38.46 | 17             | 41.46 | -3            |
|    |                                                      | Thừa            | 9              | 34.62 | 15             | 36.59 | -1.97         |
| 8  | Chẩn đoán thể tạng                                   | Béo phì         | 5              | 19.23 | 7              | 17.07 | 2.16          |
|    |                                                      | Nguy cơ béo phì | 3              | 11.54 | 1              | 2.44  | 9.1           |
|    |                                                      | Bình thường     | 14             | 53.85 | 21             | 51.22 | 2.63          |
|    |                                                      | Hơi gầy         | 4              | 15.38 | 12             | 29.27 | -13.88        |
|    |                                                      | Gầy             | 0              | 0     | 1              | 2.44  | -2.44         |
|    |                                                      | Suy dinh dưỡng  | 0              | 0     | 0              | 0     | 0             |



**Được sự quan tâm của gia đình, Nhà trường và xã hội, nhiều hoạt động tích cực nhằm phát triển thể chất cho học sinh đã được thực hiện**

Kết quả kiểm tra cũng thể hiện, tỷ lệ học sinh lứa tuổi 7 – 8 có sự phát triển bình thường về các chỉ số thành phần cơ thể chiếm đa số. Bên cạnh đó, cũng có sự khác biệt giữa hai nhóm học sinh nam và nữ, đó là:

- Tổng điểm đánh giá mức độ phát triển thể chất trên thiết bị Inbody 520 khẳng định hai nhóm có sự khác biệt: số học sinh nữ đạt loại khá tốt hơn nam, ngược lại số học sinh nam đạt loại trung bình cao hơn nữ.

- Về các chỉ số thành phần như tổng lượng nước, protein, khoáng chất v.v., kết quả cho thấy: học sinh nam có tỷ lệ tổng lượng nước thừa, protein thiếu, khối lượng cơ xương thừa, hàm lượng mỡ thừa, phần trăm mỡ cơ thể thiếu, thể tạng béo phì và nguy cơ béo phì là cao hơn nữ. Ngược lại, học sinh nữ có tỷ lệ tổng lượng nước thiếu, khoáng chất thừa và thiếu, khối lượng cơ xương thiếu, hàm lượng mỡ thiếu, thể tạng gầy và hơi gầy là cao hơn nam.

- Kết hợp đánh giá các chỉ số phản ánh thành phần cơ thể với chỉ số BMI đã cho thấy tỉ lệ học sinh phát triển bình thường, cân đối chưa cao (nam đạt 53.85%; nữ đạt 51.22%). Trong khi tỉ lệ béo phì và tiền béo phì ở nam là trên 20,4% và ở nữ cũng gần 20%, tỉ lệ học sinh thiếu cân (gầy và hơi gầy) còn cao, đặc biệt ở nữ, chiếm tới trên 31%. Đây là những vấn đề cần quan tâm về chế độ dinh dưỡng cũng như chế độ vận động để đảm bảo cho trẻ phát triển bình thường.

Khi đánh giá chung các chỉ số phản ánh cấu trúc thành phần cơ thể thì tỷ lệ học sinh ở mức khá – tốt và trung bình là khá cân bằng.

### KẾT LUẬN

- Đa số học sinh lứa tuổi 7 – 8 Trường Tiểu học Đình Bảng 1 có sự phát triển bình thường về các chỉ số hình thái cơ thể. Tuy vậy, vẫn còn một tỷ lệ nhất định học sinh có dấu hiệu phát triển bất thường về hình thái, đặc biệt là hình dáng lưng ở cả nam và nữ. Phần lớn học sinh nam có kết quả kiểm tra về sự phát triển hình thái tốt hơn nữ.

- Tỷ lệ học sinh có kết quả đánh giá thành phần cơ thể phát triển ở mức bình thường chiếm đa số và khá đồng đều giữa nam và nữ. Tuy nhiên, vẫn còn một tỷ lệ đáng kể học sinh được đánh giá phát triển không cân đối ở các chỉ số cụ thể, đặc biệt ở hàm lượng mỡ, phần trăm mỡ cơ thể đã dẫn tới tỉ lệ béo phì và tiền béo phì khá cao, đặc biệt nguy cơ suy dinh dưỡng ở nữ rất cần được quan tâm (trên 31% gầy và hơi gầy).

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Lưu Quang Hiệp, Lê Đức Chương, Vũ Chung Thủy, Lê Hữu Hưng (2000), *Y học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
2. Lưu Quang Hiệp, Phạm thị Uyên (2006), *Sinh lý học TDTT*, Nxb TDTT, Hà Nội.
3. Vũ Chung Thủy (2012), “Tương quan giữa thành phần cơ thể với thể lực của sinh viên Trường Đại học TDTT Bắc Ninh trên thiết bị Inbody 520”, *Đề tài KH&CN cấp cơ sở*, Trường Đại học TDTT Bắc Ninh.
4. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh (2013), *Hướng dẫn sử dụng máy đo tuổi xương, mật độ xương, dự báo chiều cao SGY II*, Trung tâm KHKTTDTT, Bắc Ninh.
5. Nguyễn Đức Văn (2008), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.

(Bài nộp ngày 2/11/2021, phản biện ngày

11/11/2021, duyệt in ngày 22/11/2021

Chịu trách nhiệm chính: Nguyễn Ngọc Tuấn

Email: Tuan.dhtdtbn@gmail.com)

## **LÝ LUẬN VÀ THỰC TIỄN THỂ DỤC THỂ THAO**

### **3. NGUYỄN VĂN PHÚC**

Phát biểu đề dẫn hội thảo khoa học “Chủ tịch Hồ Chí Minh với sự nghiệp TDTT – Giá trị lý luận và thực tiễn trong phát triển TDTT hiện nay”

**Nguyen Van Phuc**

Scientific conference title “President Ho Chi Minh with the sports career - theoretical and practical values in the development of physical training and sports today”

### **5. TRƯƠNG QUỐC UYÊN**

Tư tưởng Hồ Chí Minh về thể thao thành tích cao

**Truong Quoc Uyen**

Ho Chi Minh's thoughts on high-achievement sports

### **8. VŨ THỊ KIM YẾN**

Chủ tịch Hồ Chí Minh - tấm gương sáng về giữ gìn và rèn luyện sức khỏe

**Vu Thi Kim Yen**

President Ho Chi Minh - a shining example of health maintenance and exercise

### **12. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN**

Vận dụng tư tưởng Hồ Chí Minh để phát triển phong trào rèn luyện Thể dục thể thao toàn dân trong giai đoạn hiện nay

**Nguyen Thi Thanh Huyen**

Applying Ho Chi Minh's thoughts in developing the movement of physical training and sports in the community in the current period

### **17. NGUYỄN THỊ KIM DUNG**

Quan điểm Hồ Chí Minh về vai trò của thể dục thể thao và ý nghĩa trong giai đoạn cách mạng hiện nay

**Nguyen Thi Kim Dung**

Ho Chi Minh's opinions about the role of sport and its meaning in the current revolutionary period

### **21. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN TIẾN SƠN**

Công tác bồi dưỡng cán bộ Thể dục thể thao của Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh hiện nay dưới ánh sáng tư tưởng Hồ Chí Minh

**Nguyen Van Phuc; Nguyen Tien Son**

Enhancing staffs in physical training and sports at the Bac Ninh Sports University today - following Ho Chi Minh's thoughts

### **27. VŨ HOÀNG SƠN; NGUYỄN VĂN HÙNG**

Lời kêu gọi toàn quốc kháng chiến với nhiệm vụ giáo dục, bồi dưỡng lý tưởng cách mạng cho thanh niên hiện nay

**Vu Hoang Son; Nguyen Van Hung**

The call to national resistance and the task of educating and fostering revolutionary ideals for today's youth

### **29. TRẦN MINH TRƯỜNG**

Khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc theo tư tưởng Hồ Chí Minh

**Tran Minh Truong**

Be healthy and strong to develop and defend the country according to Ho Chi Minh's thought

### **32. NGUYỄN VĂN TUẤN**

Phát triển đội ngũ giảng viên Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh trong giai đoạn hiện nay

**Nguyen Van Tuan**

Developing the lecturers force at the Bac Ninh Sports University in the current period

## **QUẢN LÝ THỂ DỤC THỂ THAO VÀ THỂ DỤC THỂ THAO QUẦN CHÚNG**

### **36. BUI TRỌNG PHƯƠNG**

Lựa chọn giải pháp trọng tâm và phân việc cụ thể nhằm đẩy mạnh học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh ở Khoa Quân sự, Võ thuật, Thể dục thể thao – Học viện An ninh nhân dân

**Bui Trong Phuong**

Selecting key solutions and specific tasks to promote learning and following Ho Chi Minh's ideology, morality and style at the Faculty of Military, Martial Arts, Physical Education and Sports - People's Security Academy

### **41. ĐẶNG VĂN DŨNG**

Thực trạng hướng dẫn, hỗ trợ người khuyết tật tham gia thể dục thể thao thích ứng ở các Trung tâm Văn hóa đô thị

**Dang Van Dung**

Actual situation of guiding and supporting people with disabilities (PWDs) to participate in adaptive sports and physical training in urban cultural centers

### **44. ĐỖ HỮU TRƯỜNG; PHAN ĐỨC THẮNG**

So sánh đặc điểm nhân khẩu học của người dân tập luyện Thể dục thể thao thường xuyên khu vực miền núi thuộc các miền tại Việt Nam

**Do Huu Truong; Phan Duc Thang**

Compare the demographic characteristics of people practicing sports regularly in mountainous areas in different regions of Vietnam

### **51. ĐẶNG VĂN KHAI**

Giải pháp đổi mới phương pháp giảng dạy các học phần môn học Giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Đại học Công đoàn

**Dang Van Khai**

Solutions for innovative teaching methodology in Physical Education subjects for students of Trade Union University

### **57. TRẦN VĂN KHÔI; NGÔ DUY ĐÔNG**

Giải pháp phát triển phong trào tập luyện thể dục thể thao cho nhân dân huyện Đông Anh, thành phố Hà Nội

**Tran Van Khoi; Ngo Duy Dong**

Solutions to develop the movement of physical training and sports for residents in Dong Anh district, Hanoi city

**61. BUI THI LIEU**

Lựa chọn biện pháp thay đổi phương pháp dạy và học môn GDTC tại Học viện Ngân hàng  
**Bui Thi Lieu**

Choosing measures to alternate the method of teaching and learning Physical Education subject at Banking Academy

**65. NGUYỄN THỊ DIỆP LY**

Thực trạng phong trào tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên không chuyên giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

**Nguyen Thi Diep Ly**

The current situation of extracurricular sports movement of non-PE specialized students at Hong Duc University

**70. NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG**

Giải pháp phát triển phong trào thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên không chuyên ngành thể dục thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

**Nguyen Duc Truong**

Solutions extracurricular sports movement of non-PE specialized students at Thai Nguyen University of Education

**75. MAI THỊ BÍCH NGỌC; TRẦN TRUNG KHÁNH; DƯƠNG VĂN PHƯƠNG**

Nhận thức, đánh giá của người dân khu vực miền núi về hoạt động thể dục thể thao Quần chúng

**Mai Thi Bich Ngoc; Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong**

Awareness and assessment of people living in mountainous areas about public sports activities

**80. CHU XUÂN TIẾN**

Thực trạng và giải pháp nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông - Đại học Thái Nguyên

**Chu Xuan Tien**

Choosing solutions to improve the efficiency of extracurricular sports activities for students at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

**88. PHÙNG XUÂN DŨNG; LÊ THỊ THU THÚY**

Xây dựng biện pháp nâng cao hiệu quả công tác quản lý sinh viên Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội

**Phung Xuan Dung; Le Thi Thu Thuy**

Effectiveness of measures in improving the quality of student management activity at Hanoi University of Physical Education and Sports

**92. NGUYỄN ĐỨC TRƯỜNG**

Giải pháp lựa chọn việc làm thêm cho sinh viên Trường Đại học sư phạm – Đại học thái nguyên theo định hướng nghề nghiệp

**Nguyen Duc Truong**

Solutions for choosing part-time jobs for students at the Thai Nguyen University of Education according to career orientation

**96. NGUYỄN THU HƯỜNG**

Biện pháp nâng cao hiệu quả quản lý công tác đào tạo sau đại học tại Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Thu Huong**

Measures to improve the efficiency of postgraduate training management at Bac Ninh Sports University

**100. NGUYỄN HỒNG ĐĂNG**

Thực trạng thể dục thể thao quần chúng gắn với phong trào xây dựng nông thôn mới tại tỉnh Bắc Giang, giai đoạn 2012-2017

**Nguyen Hong Dang**

The current situation of public physical training and sports associated with the movement of developing Nong Thon Moi in Bac Giang province in the period 2012-2017

**106. LÝ ĐỨC TRƯỜNG**

Thực trạng phong trào tập luyện Boxing trên địa bàn Thành phố Bắc Ninh, tỉnh Bắc Ninh

**Ly Duc Truong**

Actual situation of boxing training movement in Bac Ninh city, Bac Ninh province

**110. NGUYỄN XUÂN HOẠT; ĐOÀN LÊ XUÂN HẠNH; PHAN THÁI ANH**

Thử nghiệm đánh giá nhận thức và chất lượng cuộc sống liên quan đến sức khỏe của nhóm người cao tuổi tập luyện Cầu lông thường xuyên lứa tuổi 60-69 tại Từ Sơn

**Nguyen Xuan Hoat; Doan Le Xuan Hanh; Phan Thai Anh**

Experiment to assess health-related awareness and life quality of elderly people who regularly practice badminton aged 60-69 in Tu Son

**115. NGÔ SÁCH THỌ**

Đặc điểm phát triển thể chất của học sinh dân tộc thiểu số lứa tuổi 11 -14 khu vực Trung du miền núi phía Bắc Việt Nam, thời điểm tháng 10/2018

**Ngo Sach Tho**

Physical development characteristics of ethnic minority students aged 11-14 in the Northern midland and mountainous regions of Vietnam in October 2018

**121. PHAN BỬU TÚ**

Thực trạng sử dụng hệ thống quản lý học tập LMS trong dạy học môn giáo dục thể chất tại Trường Đại học Đà Lạt

**Phan Buu Tu**

Actual situation of deploying LMS learning management system in teaching Physical Education at Da Lat University

**128. NGUYỄN HOÀNG MINH THUẬN; NGUYỄN ANH TRÍ; NGUYỄN THỊ KIM PHƯƠNG**

Thực trạng nhu cầu và sự hài lòng của người tham gia tại giải Marathon quốc tế Đà Lạt Ultra Trail

**Nguyen Hoang Minh Thuan; Nguyen Anh Tri; Nguyen Thi Kim Phuong**

Current status of requirements and satisfaction of participants at the Da Lat Ultra Trail International Marathon Race

**135. LÊ XUÂN ĐIẾP; DƯƠNG VĂN VĨ**

Tác động sau 12 tuần tập luyện thái cực quyền đến lượng vận động, hiệu quả phòng ngừa té ngã của người cao tuổi từ 60-69 tuổi phía bắc Việt Nam

**Le Xuan Diep; Duong Van Vi**

Impact of practicing Tai chi on physical activity and fall prevention effectiveness after 12 weeks of the elderly aged 60-69 in the Northern of Vietnam

**144. NGUYỄN HỮU HÙNG**

Giải pháp nâng cao chất lượng đào tạo nguồn nhân lực cử nhân chuyên ngành thể dục Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Huu Hung**

Solutions to improve the training quality of bachelor's degree - holding human resources in Physical Education at the Bac Ninh Sports University

## **GIÁO DỤC THỂ CHẤT VÀ THỂ THAO TRƯỜNG HỌC**

### **151. PHẠM ĐỨC VIỄN; VŨ CHUNG THỦY**

Thực trạng hiệu quả nội dung chương trình đào tạo cử nhân ngành Giáo dục thể chất, Trường Đại học Tây Bắc

**Pham Duc Vien; Vu Chung Thuy**

Actual situation of content effectiveness in Physical Education Bachelor's training program at Tay Bac University

### **156. NGUYỄN KHÁNH DUY; HÀ VĂN TOÁN; NGUYỄN THIỆN QUANG**

Lựa chọn bài tập phát triển sức nhanh di chuyển cho nam sinh viên chuyên sâu Quần vợt năm nhất Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

**Nguyen Khanh Duy; Ha Van Toan; Nguyen Thien Quang**

Selecting exercises to develop strength for tennis-specialized male freshmen at the University of Sport Ho Chi Minh City

### **162. TRẦN THỊ HỒNG VIỆT; TRẦN HUYỀN TRANG**

Lựa chọn nhóm phương pháp dạy học môn Bóng bàn cho sinh viên phổ tu Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Tran Thi Hong Viet; Tran Huyen Trang**

Choosing a group of table tennis teaching methods for students at Bac Ninh Sports University

### **166. ĐẶNG VĂN KHAI**

Thực trạng các yếu tố ảnh hưởng đến công tác Giáo dục thể chất của sinh viên Trường Đại học Công đoàn

**Dang Van Khai**

The factors affecting the Physical Education organization work for students at Trade Union University

### **171. PHAN VĂN THẨM**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn bóng chuyền cho sinh viên nam Trường Đại học Sư Phạm Kỹ Thuật Vinh

**Phan Van Tham**

Developing fitness-assessment standards in volleyball subject for male students at Vinh University of Technology and Education

### **174. TRƯƠNG THỊ HỒNG TUYỀN**

Lựa chọn bài tập nâng cao thành tích nhảy xa kiểu ngồi cho nữ sinh K68 khối không chuyên giáo dục thể chất Trường Đại học sư phạm Hà Nội

**Truong Thi Hong Tuyen**

Selecting exercises to stride long jumping technique performance for K68 non-PE specialized female students, at Hanoi National University of Education

### **180. TRẦN THANH HOÀI**

Thực trạng kết quả học tập và những sai lầm thường mắc trong học tập nội dung nhảy xa ưỡn thân của sinh viên Trường Đại học Điện lực

**Tran Thanh Hoai**

The learning results and regular mistakes while learning hang style in long jump of students at Electric Power University

**183. TRẦN THUY**

Thực trạng thể chất của học sinh lớp 6 trên địa bàn Thành phố Đồng Hới – Quảng Bình

**Tran Thuy**

Fitness status of grade-6 students in Dong Hoi city - Quang Binh

**188. TRẦN VĂN TRƯỜNG; NGUYỄN NGỌC TUẤN; ĐÀM CÔNG TÙNG; NGUYỄN VĂN DŨNG**

Thực trạng mức độ đáp ứng nhu cầu xã hội về năng lực nghề nghiệp của cử nhân Thể dục thể thao Chuyên ngành Cờ Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Tran Van Truong; Nguyen Ngoc Tuan; Dam Cong Tung; Nguyen Van Dung**

The status of social-requirement-satisfied level in terms of professional competence of PE Bachelor owner specializing in Board game at Bac Ninh Sports University

**194. NGUYỄN VĂN TOÀN; CAO TRƯỜNG GIANG; LÊ TRỌNG ĐỘNG**

Thực trạng công tác Giáo dục thể chất tại Học viện Nông nghiệp Việt Nam trong tình hình dịch bệnh Covid-19

**Nguyen Van Toan; Cao Truong Giang; Le Trong Dong**

Actual situation of Physical Education organization works at Vietnam National University of Agriculture during Covid-19 pandemic

**201. NGUYỄN XUÂN HƯỜNG**

Lựa chọn bài tập khắc phục những sai lầm thường mắc trong thực hiện kỹ thuật đánh bóng cho sinh viên Golf năm thứ nhất Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Xuan Huong**

Selecting exercises to overcome common mistakes in golf ball-hitting technique for first-year Golf-majoring students studying in the Sports Training Department of Bac Ninh Sports University

**206. TRẦN XUÂN GIANG**

Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả hoạt động của các câu lạc bộ thể dục thể thao sinh viên Trường Đại học Công nghệ thông tin và Truyền thông – Đại học Thái Nguyên

**Tran Xuan Giang**

Choosing measures to improve the operating quality of student's sports clubs at the University of Information and Communication Technology - Thai Nguyen University

**212. NGUYỄN THẾ HẠNH; ĐẶNG ĐỨC HOÀN; ĐỖ THÀNH TRUNG**

Nghiên cứu tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập môn Cờ vua cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam

**Nguyen The Hanh; Dang Duc Hoan; Do Thanh Trung**

Research on standards for assessing learning outcomes in chess subject for students at Vietnam National University of Agriculture

**217. NGUYỄN VĂN PHÚC; NGUYỄN VĂN CƯỜNG**

Thực trạng công tác phát triển thể lực cho học viên sĩ quan chỉ huy tham mưu lục quân cấp phân đội chuyên ngành trinh sát đặc nhiệm, Trường Sĩ quan Lục quân 1

**Nguyen Van Phuc; Nguyen Van Cuong**

Actual situation of fitness development for Military-dividing-level Army staff commanding officers majoring in Special Police at Army Officer School 1

**223. PHẠM ANH TUẤN; NGUYỄN VĂN HẠNH; PHẠM PHI ĐIẾP**

Biện pháp phát triển thể lực chung cho sinh viên hệ cao đẳng, Trường Đại học Giao thông vận tải

**Nguyen Anh Tuan; Nguyen Van Hanh; Pham Phi Diep**

Research on measures for developing general fitness for college students at University of Transport and Communication

## MỤC LỤC

### **227. NGUYỄN NGỌC KHÔI; PHẠM HẢI YẾN**

Lựa chọn phương pháp nâng cao hiệu quả giảng dạy kỹ thuật cho sinh viên chuyên ngành Karate  
Ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Ngoc Khoi; Pham Hai Yen**

Choosing methods to improve the effectiveness in teaching techniques for students majoring  
in Karate in the Sports Training Department at Bac Ninh Sports University

### **231. NGUYỄN VĂN THẠCH**

Hiệu quả ứng dụng bài tập giảng dạy kỹ thuật tay cho sinh viên chuyên ngành Cầu lông Ngành  
Giáo dục thể chất Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Van Thach**

Exercise-applied effectiveness in teaching handy techniques for students majoring in Badminton  
in the Department of Physical Education at Bac Ninh Sports University

### **236. TRẦN VĂN TÙNG**

Đặc điểm phát triển thể chất của sinh viên Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

**Tran Van Tung**

Physical development characteristics of students at Hanoi Metropolitan University

### **241. TẠ HỮU HIẾU; PHẠM BÁ DŨNG; NGUYỄN VĂN TỈNH; NGUYỄN THỊ THU HÀ; NGUYỄN VĂN HƯNG**

Biện pháp khắc phục các sai lầm thường mắc trong hoạt động giải bài tập toán cho học sinh  
Trường Phổ thông năng khiếu Thể dục thể thao Olympic

**Ta Huu Hieu; Pham Ba Dung; Nguyen Van Tinh; Nguyen Thi Thu Ha; Nguyen Van Hung**

Measures to overcome students' regular mistakes in solving Math problems at the Olympic  
Gifted High School of Sports

### **246. NGUYỄN SONG TUẦN HẢI**

Đề xuất biện pháp nâng cao hứng thú tập luyện cho võ sinh câu lạc bộ Vovinam Trường Trung  
học cơ sở Huỳnh Thúc Kháng - Quận Thanh Khê - Thành phố Đà Nẵng

**Nguyen Song Tuan Hai**

Proposing measures to improve the student's interest in practicing in Vovinam in the Vovinam  
clubs at Huynh Thuc Khang Secondary School - Thanh Khe District - Da Nang City

### **251. VÕ XUÂN THỦY; LÊ QUANG HUY**

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến năng lực dạy học thực hành môn Giáo dục thể chất  
của sinh viên Khoa Thể dục Thể thao, Trường Đại học Sư phạm – Đại học Thái Nguyên

**Vo Xuan Thuy; Le Quang Huy**

Situation and causes affecting the proficiency in practical teaching in Physical Education subject  
of students at the Faculty of Physical Education and Sports, Thai Nguyen University of Education

### **257. TRẦN MINH TUẤN; TRẦN NGỌC CƯỜNG**

Xây dựng chương trình môn Bóng rổ theo mô hình câu lạc bộ trong đào tạo tín chỉ tại Trường  
Đại học Sài Gòn

**Tran Minh Tuan; Tran Ngoc Cuong**

Developing the basketball program according to the club model under credit course system at  
Saigon University

### **263. PHẠM ANH TUẤN; ĐOÀN THANH NAM; NGUYỄN VĂN TRUNG**

Nghiên cứu bài tập phát triển thể lực cho học viên năm thứ nhất, Học viện An ninh nhân dân

**Pham Anh Tuan; Doan Thanh Nam; Nguyen Van Trung**

Research on physical development exercises for first-year students at the People's Security  
Academy

**267. TRẦN VĂN HƯNG**

Lựa chọn bài tập nâng cao thể lực cho nam học viên Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy  
**Tran Van Hung**

Selecting exercises to improve fitness for male students at the University of Fire Prevention and Fighting

**271. NGUYỄN XUÂN TRỌNG**

Lựa chọn bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nam sinh viên Bóng bàn Khoa Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

**Nguyen Xuan Trong**

Choosing exercises to develop speed strength for male students studying table tennis in the Department of Physical Education, Hong Duc University

**276. HOÀNG HẢI; PHẠM ĐỨC THẠNH; PHẠM VIỆT ĐỨC; NGÔ DUY TOÀN**

Thực trạng hoạt động ngoại khóa môn bơi mang bao gói trang bị của học viên năm thứ nhất Trường Đại học Chính trị

**Hoang Hai; Pham Duc Thanh; Pham Viet Duc; Ngo Duy Toan**

Situation of extracurricular activities in swimming with equipment packs of first-year students of the Political University

**281. LÊ VƯƠNG ANH**

Ứng dụng giải pháp nâng cao chất lượng dạy học môn bóng bàn cho sinh viên Ngành Huấn luyện thể thao – Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Le Vuong Anh**

Applying solutions to improve the quality in teaching table tennis for students majoring in Sports coaching at the Bac Ninh Sports University

**287. NGUYỄN VĂN TUYẾN**

Kết quả thực hiện các giải pháp nâng cao hiệu quả công tác giáo dục thể chất tại Trường Đại học Phòng cháy chữa cháy

**Nguyen Van Tuyen**

Evaluate the effectiveness of solutions used to improve Physical Education work at the University of Fire Prevention and Fighting

**293. NGUYỄN DUY HÙNG**

Xây dựng tiêu chuẩn kiểm tra - đánh giá trình độ tập luyện học phần Bóng đá cho sinh viên Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hồng Đức

**Nguyen Duy Hung**

Developing test standards in order to assess the training level in the Football module of students majoring in Physical Education at the Hong Duc University

**296. DƯƠNG THÁI BÌNH**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực cho nam sinh viên năm thứ nhất không chuyên Giáo dục thể chất, Trường Đại học Hồng Đức

**Duong Thai Binh**

Selecting exercises to develop fitness for first-year male students who are non-specialized in Physical Education at the Hong Duc University

**301. TRẦN PHÚC BA; ĐÌNH QUANG KIỆU**

Thực trạng chương trình đào tạo trình độ đại học Ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hùng Vương tỉnh Phú Thọ dưới góc nhìn đa chiều

**Tran Phuc Ba; Dinh Quang Kieu**

The current status of the university-level training program in Physical Education at Hung Vuong University, Phu Tho province under a multi-dimensional perspective

### **306. HOÀNG DUY TƯỜNG; NGUYỄN THỊ BÌNH**

Thực trạng nội dung, hình thức, động cơ và nhu cầu tập luyện thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên chuyên ngành Điều trị đa khoa năm thứ 2 Trường Đại học Y dược - Đại học Thái Nguyên

#### **Hoang Duy Tuong; Nguyen Thi Binh**

Current status of content, style, motivation and demand for extra-curricular sports training for second-year students learning in General Practitioner at the Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy

### **312. LÊ THỊ THANH THỦY; NGUYỄN TRỌNG BÓN; LƯU XUÂN THÁI**

Thực trạng hoạt động đào tạo cử nhân Thể dục thể thao chuyên ngành Bóng ném - Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

#### **Le Thi Thanh Thuy; Nguyen Trong Bon; Luu Xuan Thai**

Current status of Bachelor's degree in Sports training program in Handball major at the Bac Ninh Sports University

### **318. NGUYỄN HOÀNG ĐIỆP; ĐẶNG PHƯƠNG THẢO**

Ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh nâng cao thành tích chạy 100m cho nam sinh viên không chuyên ngành Giáo dục thể chất Trường Đại học Hùng Vương, tỉnh Phú Thọ

#### **Nguyen Hoang Diep; Dang Phuong Thao**

Applying strength development exercises to improve 100m running performance for non-specialized Physical Education students at the Hung Vuong University, Phu Tho province

### **322. NGUYỄN MỸ VIỆT**

Thực trạng chương trình tập luyện ngoại khóa môn Cầu lông của học sinh trung học phổ thông thành phố Tuyên Quang, tỉnh Tuyên Quang

#### **Nguyen My Viet**

Situation of extra-curricular badminton training activities of high school students in Tuyen Quang city, Tuyen Quang province

### **327. HOÀNG CÔNG MINH**

Lựa chọn bài tập nâng cao hiệu quả chiến thuật tấn công phá phòng thủ 1 kèm 1 trong thi đấu Bóng rổ cho nam sinh viên Trường Đại học Sư phạm Kỹ thuật Vinh

#### **Hoang Cong Minh**

Selecting exercises to improve the effectiveness of 1-on-1 defensive counterattack tactics in the Basketball competition for male students at Vinh University of Technology and Education

### **331. TRẦN THỊ GÁI; NGUYỄN VIỆT HỒNG**

Lựa chọn bài tập phát triển thể lực chung cho nữ sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Yersin Đà Lạt

#### **Tran Thi Gai; Nguyen Viet Hong**

Choosing exercises to develop general fitness for first-year female students at Yersin University

### **336. VŨ THỊ HỒNG ĐỊNH; TẠ HỮU HIẾU**

Thực trạng tính tự giác, tích cực trong giờ học Giáo dục thể chất của sinh viên Khoa Du lịch Trường Đại học Hạ Long

#### **Vu Thi Hong Dinh; Ta Huu Hieu**

Actual situation of self-discipline and activeness in Physical Education class of students at Faculty of Tourism, Ha Long University

### **341. CAO TRƯỜNG GIANG; NGUYỄN VĂN TOÀN; NGUYỄN ANH TUẤN**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá kết quả học tập môn học Bóng đá cho sinh viên Học viện Nông nghiệp Việt Nam

**Cao Truong Giang; Nguyen Van Toan; Nguyen Anh Tuan**

Developing standards for assessing the learning outcomes of the Football subject for students at the Vietnam National University of Agriculture

**345. NGUYỄN VĂN PHÚC; ĐÀM VĂN GIANG**

Thực trạng trình độ thể lực của học viên năm thứ nhất Trường Sĩ quan lục quân 1

**Nguyen Van Phuc; Dam Van Giang**

Current status of physical strength of first-year learners at the Army Officer School 1

**349. LƯƠNG CAO ĐẠI; NGÔ HỒNG VIỆT**

Ứng dụng phần mềm Kinovea đánh giá hiệu quả kỹ thuật đập bóng theo phương lấy đà trong giảng dạy sinh viên chuyên sâu Bóng chuyền K40 huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

**Luong Cao Dai; Ngo Hong Viet**

Application of Kinovea software to evaluate the effectiveness of teaching ball hitting technique associated with direction of momentum for k40 volleyball-specialized students in the Department of Sports training, Ho Chi Minh City University of Sports

**355. VÕ XUÂN THỦY**

Thực trạng thiết kế và sử dụng kế hoạch bài dạy môn Giáo dục thể chất lớp 6 theo định hướng phát triển năng lực học sinh tại Trường Nội trú IVS

**Vo Xuan Thuy**

The current situation of designing and using lesson plans for grade-6 Physical Education subject according to the orientation of student competence development at IVS Boarding School

**361. HOÀNG VĂN TÙNG**

Lựa chọn bài tập sử dụng trọng lượng cơ thể phát triển thể lực chung cho học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân II

**Hoang Van Tung**

Selecting exercises that use body weight to develop general fitness for students at the People's Police College II

**365. NGUYỄN VĂN HUY; NGUYỄN THÀNH LONG; ĐÀO VĂN THẮNG**

Lựa chọn và đánh giá hiệu quả bài tập phát triển thể lực chuyên môn chạy 100m cho nam học sinh đội tuyển Điền kinh trường Trung học phổ thông Thuận thành Số 1 – Bắc Ninh

**Nguyen Van Huy; Nguyen Thanh Long; Dao Van Thang**

Selecting and evaluating effectiveness of exercises used in developing male students' professional fitness in 100m running in the Athletics team at Thuan Thanh 1 High School - Bac Ninh

**371. LÊ TUẤN**

Thực trạng và nguyên nhân ảnh hưởng đến trình độ thể lực chung của nữ sinh viên Học viện Ngân hàng

**Le Tuan**

Situation and causes affecting the general fitness level of female students at Banking Academy

## **HUẤN LUYỆN THỂ THAO**

**377. LÊ TRÍ TRƯỜNG, NGÔ TRANG HƯNG, PHẠM THẾ VƯỢNG**

Xây dựng khung chương trình đào tạo vận động viên cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam

**Le Tri Truong, Ngo Trang Hung, Pham The Vuong**

Developing a framework for training high-level volleyball athletes in Vietnam

### **381. NGUYỄN HỒNG ĐĂNG**

Thực trạng chiến thuật phòng thủ phản công của nam vận động viên Karate Việt Nam

**Nguyen Hong Dang**

The current situation of defensive counter-attack tactics of Vietnamese male Karate athletes

### **385. NGUYỄN THÀNH LONG**

Thực trạng công tác huấn luyện thể lực trong giảng dạy nhảy xa cho nam sinh viên chuyên ngành Điền kinh ngành Huấn luyện thể thao Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Nguyen Thanh Long**

Current training activity situation of long-jumping strength for male students majoring in Athletics, in the Sports Training department at Bac Ninh Sports University

### **390. NGUYỄN LƯƠNG KHÁNH**

Xây dựng tiêu chuẩn thể lực và kỹ thuật cho nam vận động viên Bóng đá U17 Khatoco Khánh Hòa

**Nguyen Luong Khanh**

Developing fitness and technique standards for male athletes in the U17 Khatoco Khanh Hoa football team

### **395. LÊ TRÍ TRƯỜNG, ĐINH QUANG NGỌC, NGUYỄN NGỌC SỰ**

Đánh giá chương trình đào tạo vận động viên Cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam thông qua các chỉ số, thông số về đào tạo và hoạt động thi đấu

**Le Tri Truong, Dinh Quang Ngoc, Nguyen Ngoc Su**

Evaluating the volleyball training program for high-level athletes in Vietnam through indicators and parameters in training and competition

### **400. VŨ CÔNG LÂM; NGUYỄN THỊ HOA**

Hiệu quả ứng dụng bài tập phát triển sức mạnh tốc độ cho nữ vận động viên Boxing lứa tuổi 14

- 15 Trung tâm Huấn luyện Thể dục thể thao tỉnh Thái Bình

**Vu Cong Lam; Nguyen Thi Hoa**

Effectiveness in applying exercises to develop speed strength for female boxing athletes aged 14 - 15 in Thai Binh Sports Training Center

### **404. NGUYỄN NGỌC CANG; NGUYỄN VĂN TRƯỜNG**

Thực trạng trình độ kỹ thuật của nam vận động viên Đội tuyển Bóng chuyền Trường Đại học Phạm Văn Đồng – Quảng Ngãi

**Nguyen Ngoc Cang; Nguyen Van Truong**

The situation of technique performance of male athletes in the Volleyball Team at Pham Van Dong University, Quang Ngai

### **408. LÊ ANH DŨNG; HỒ ĐĂNG QUỐC HÙNG; TRẦN THỊ THÙY LINH**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá năng lực ở vị trí tiền đạo cho vận động viên Bóng đá nam U17 Việt Nam

**Lê Anh Dũng; Ho Dang Quoc Hung; Tran Thi Thuy Linh**

Developing standards for assessing performance proficiency in the striker position for Vietnam U17 men's football players

### **413. TÔ XUÂN THỰC, ĐẶNG VĂN DŨNG, NGÔ SÁCH THỌ**

Thực trạng chương trình đào tạo vận động viên cấp cao môn Bóng chuyền tại Việt Nam

**To Xuan Thuc, Dang Van Dung, Ngo Sach Tho**

Current status of the training program for high-level volleyball athletes in Vietnam

#### **417. ĐỖ XUÂN ANH**

Thực trạng trình độ sức bền chuyên môn của nam vận động viên Đua thuyền Rowing lứa tuổi 15-17 Cụ ly 2000, Thành phố Hải Phòng

**Do Xuan Anh**

Current status of professional endurance of male 2000-meter rowing athletes aged 15-17 in Hai Phong city

## **TÂM LÝ, Y SINH HỌC THỂ DỤC THỂ THAO**

#### **421. ĐINH QUANG NGỌC**

Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trạng thái tâm lý trong tập luyện và thi đấu của vận động viên Đội tuyển quốc gia các môn Bắn Súng, Bắn Cung và Cử Tạ

**Dinh Quang Ngoc**

Developing criteria for assessing athletes' psychological state in training and competition in the National Athletes Teams of Gun-Shooting, Archery and Weightlifting

#### **425. ĐINH HÙNG TRƯỜNG; ĐỖ ĐÌNH DU**

Đánh giá tác động của lượng vận động trong chương trình huấn luyện lên các chỉ tiêu hình thái của vận động viên Cử tạ Đội tuyển trẻ Quốc gia lứa tuổi 15-16 sau 6 tháng tập luyện

**Dinh Hung Truong; Do Dinh Du**

Evaluating the impact of the exercise quantity in the training program on the morphometric index of the athletes aged 15-16 after 6 months of training in the National Youth Weightlifters Team

#### **431. TRẦN TRUNG KHÁNH; DƯƠNG VĂN PHƯƠNG**

Diễn biến hình thái, chức năng tâm sinh lý và thể lực chuyên môn của nam vận động viên Karate lứa tuổi 13-14, Quận Bình Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh sau 06 tháng tập luyện

**Tran Trung Khanh; Duong Van Phuong**

Morphological change, psychophysiological function and professional strength of male Karate athletes aged 13-14 after 6 months of training in Binh Thanh District, Ho Chi Minh City

#### **435. NGUYỄN VĂN TUẤN**

Đánh giá hiệu quả tác động của hoạt động thể chất tới chất lượng cuộc sống và căng thẳng tâm lý của sinh viên Trường Đại học Nông Lâm Bắc Giang

**Nguyen Van Tuan**

Evaluating the effect of physical activities on quality of life and mental stress of students at Bac Giang University of Agriculture and Forestry

#### **441. ĐINH HÙNG TRƯỜNG; ĐINH QUANG NGỌC**

Trạng thái tâm lý trước và trong thời kỳ thi đấu của nữ vận động viên Bắn súng Đội tuyển trẻ quốc gia tại Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

**Dinh Hung Truong; Dinh Quang Ngoc**

Research on psychological state during the competition period of female athletes in the National Youth Gun Shooter Team at Bac Ninh Sports University

#### **447. LÊ XUÂN ĐIỆP; TÔ TRUNG KIÊN; MA ĐỨC TUẤN; PHAN THÁI ANH**

Mối quan hệ giữa cơ hội hoạt động thể chất với lượng hoạt động thể chất và BMI ở học sinh tiểu học

## MỤC LỤC

**Le Xuan Diep; To Trung Kien; Ma Duc Tuan; Phan Thai Anh**

Relationship among physical activity opportunities, physical activity intake and BMI in primary school students

**452. ĐỖ VĂN THẬT**

Thực trạng hình thái và chức năng của nam học viên Trường Cao đẳng Cảnh sát nhân dân I thời điểm nhập trường

**Do Van That**

Current morphological and functional state of male students of People's Police College I at the time of admission

**456. NGUYỄN NGỌC TUẤN; TRẦN TRUNG; NGUYỄN THỊ LAN ANH**

Đặc điểm hình thái và cấu trúc thành phần cơ thể học sinh lứa tuổi 7 – 8, Trường Tiểu học Đình Bảng 1, Thị xã Từ Sơn, tỉnh Bắc Ninh

**Nguyen Ngoc Tuan; Tran Trung; Nguyen Thi Lan Anh**

Morphological characteristics and body composition structure of students aged 7 - 8 at the Dinh Bang 1 Primary School, Tu Son town, Bac Ninh province

## TIN TỨC, SỰ KIỆN VÀ NHÂN VẬT

**461. MINH ĐỨC**

Trường Đại học TDTT Bắc Ninh phát triển và hội nhập trong giai đoạn mới từ năm 2011 đến nay

**Minh Duc**

Bac Ninh Sports University has developed and integrated in a new period from 2011 to now

**464. PHẠM TUẤN DŨNG**

Bài tập thể lực tạ bình với

**Pham Tuan Dung**

Weight training exercises with dumbbells



**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 ĐẶC BIỆT/2021**

