

NGHIÊN CỨU BIỆN PHÁP NÂNG CAO HIỆU QUẢ HỌC TẬP MÔN BƠI LỢI CHO SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÀI NGUYÊN VÀ MÔI TRƯỜNG HÀ NỘI

ThS. Nguyễn Việt Hà¹

Tóm tắt: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu khoa học thường quy lựa chọn được 05 biện pháp nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho sinh viên Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường Hà Nội. Bước đầu ứng dụng các biện pháp đã lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả, kết quả, các biện pháp lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho đối tượng nghiên cứu.

Từ khóa: Biện pháp, hiệu quả học tập môn Bơi lội, sinh viên, Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường Hà Nội...

Abstract: Using conventional scientific research methods, 05 measures were selected to improve the learning efficiency of swimming for students at Hanoi University of Natural Resources and Environment. The application of the selected measures in practice and the evaluation of their effectiveness show that these measures were highly effective in improving the learning efficiency of swimming for the research subjects

Keywords: Measures and effectiveness in learning Swimming, students, Hanoi University of Natural Resources and Environment...

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Đặc điểm của Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường (ĐH TN&MT) Hà Nội đào tạo cán bộ phục vụ cho ngành tài nguyên và môi trường, tính chất đặc thù của các khoa, ngành học như: Khí tượng thủy văn Biển, Thủy văn, Tài nguyên nước... tiếp xúc trực tiếp với nước sông ngòi, ao hồ, biển, vì vậy môn Bơi lội được Bộ môn GDTC - GDQP cũng như Nhà trường đặc biệt quan tâm, không những SV bơi thành thạo mà còn biết cứu đuối và tự cứu đuối để đáp ứng mọi nhiệm vụ hay rủi ro trong công việc cũng như cuộc sống, nhân rộng phong trào bơi trong cơ quan, đơn vị, xung quanh nơi cư trú nhằm tuyên truyền kỹ năng bơi, giảm thiểu tai nạn đuối nước.

Vấn đề nghiên cứu về bơi lội đã được rất nhiều tác giả quan tâm như: Chung Tấn Phong (1998); Nguyễn Thị Minh (1999); Phạm Văn Liệu (1999); Vũ Chung Thuỷ (2001); Nguyễn Quốc Việt (2009); Nguyễn Thị Việt Hằng (2006); Cao Tiến Long (2009); Bùi Đức Tuy (2012)...và nhiều tác giả khác. Những công trình trên có ý nghĩa to lớn trong việc xây dựng tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện bơi lội, bài tập thể lực và các biện pháp nâng cao hiệu quả kỹ thuật bơi. Song những biện pháp, biện pháp được đề cập trong các công trình nêu trên chỉ phù hợp với điều kiện từng trường, mà không mang ý nghĩa khái quát để có thể áp dụng cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội.

Trên cơ sở phân tích ý nghĩa tầm quan trọng, tính

bức thiết của vấn đề chúng tôi tiến hành nghiên cứu biện pháp nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; phỏng vấn, tọa đàm; quan sát sư phạm; kiểm tra sư phạm; thực nghiệm sư phạm và toán học thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Đánh giá thực trạng công tác GDTC của Trường ĐH TN&MT Hà Nội

- Về thực trạng đội ngũ giảng viên dạy bơi của Trường ĐH TN&MT Hà Nội chúng ta thấy: Trong những năm gần đây số lượng giảng viên Bộ môn GDTC - GDQP của nhà trường đã được bổ sung. Năm 2020 Bộ môn có 17 giảng viên, trong đó 15 giảng viên có trình độ trên đại học, không có giảng viên nào học hệ tại chức TĐTT. Có 10/17 giảng viên có thâm niên trên 10 năm giảng dạy. Trong đó có 5 giảng viên được đào tạo chuyên sâu môn bơi lội và đều có 3 giảng viên thâm niên trên 10 năm. Qua đây có thể thấy về chất lượng và số lượng giảng viên của Nhà trường về cơ bản đáp ứng yêu cầu để bảo công tác giảng dạy môn bơi trong nhà trường.

- Về cơ sở vật chất phục vụ cho dạy - học môn bơi còn thiếu, trang thiết bị học hỗ trợ kỹ thuật trên cạn và dưới nước chưa được trang bị nhiều. Nhà trường không có bể bơi nên cũng phần nào hạn chế số buổi học trong mỗi học phần, các SV phải học với thời lượng rất lớn trong mỗi buổi (4

đến 5 tiết/1 buổi học bơi); ngoài ra SV khó khăn hơn trong việc tập ngoại khóa.

- Về chương trình, cơ sở vật chất và đội ngũ giảng viên môn Bơi: Môn bơi được đưa vào chương trình giảng dạy các môn thể thao tự chọn, ở các học phần GDTC 4 và GDTC 5, với tổng số tiết học cho 2 học phần là 60 tiết nội khóa. Bơi ếch là môn được lựa chọn đưa vào giảng dạy. Nội dung chương trình được trình bày ở bảng 1 và bảng 2

Qua bảng 1 và 2 cho thấy: Nội dung trong chương trình giảng dạy môn bơi lội (bơi ếch) cho SV của Trường ĐH TN&MT Hà Nội có là tương đối phù hợp với khả năng học tập của SV. Ngoài ra, chương trình cũng qui định rõ số tiết tự học cho SV là tương đương với số tiết nội khóa, 30 tiết tự học cho mỗi học phần. Thực tế số giờ bơi nội khóa giúp các SV hình thành kỹ năng về kỹ thuật bơi. Song, để các SV có thể hình thành kỹ năng bơi một cách tương đối thuần thục và phát triển cả về thể lực thì việc tập luyện ngoại khóa, tự tập, là rất cần thiết. Trong nội dung chương trình của 2 học phần bơi cũng đã đưa phần kỹ năng về phương pháp cứu đuối và tự cứu đuối.

- Thực trạng kết quả môn học bơi của SV được trình bày ở bảng 3

Qua bảng 3 cho thấy: Phân bố tỷ lệ xếp loại kết quả học tập môn học bơi của SV cho thấy tỷ lệ các SV có kết quả học tập đạt loại giỏi và khá chiếm tỷ lệ % còn ít; số lượng SV đạt điểm trung bình và dưới trung bình là tương đối cao, trên 50%. Số SV không đạt vẫn còn nhiều.

- Thực trạng những yếu tố ảnh hưởng đến dạy học môn bơi trong Trường ĐH TN&MT Hà Nội.

Chúng tôi đánh giá thực trạng những yếu tố ảnh hưởng đến dạy học môn bơi trong Trường ĐH TN&MT Hà Nội. Kết quả được trình bày tại bảng 4

Qua bảng 4 cho thấy: Cơ sở vật chất chưa đáp ứng như cầu học tập như trường chưa có bể bơi, thiết bị hỗ trợ quá trình dạy học như phao cầm tay, phao lưng còn khiêm tốn; SV chưa tích cực tự tập luyện nội khóa và ngoại khóa; bố trí môn học trong thời gian thời tiết không phù hợp như vào mùa thu thời tiết khá lạnh; chưa tổ chức được các hoạt động ngoại khóa môn bơi có sự hướng dẫn của giáo viên; tỷ lệ SV không đạt và đạt xếp loại trung bình trong khi thi kết thúc môn bơi còn cao.

2.2. Lựa chọn biện pháp nâng cao hiệu quả

học tập môn bơi của SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội

Tiến hành lựa chọn biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội theo các bước:

- Lựa chọn qua tham khảo tài liệu
- Lựa chọn qua phỏng vấn trực tiếp các giáo viên trên cơ sở đánh giá thực trạng các yếu tố ảnh hưởng tới hiệu quả học tập môn Bơi lội cho học SV Nhà trường
- Lựa chọn qua phỏng vấn trên diện rộng bằng phiếu hỏi.

Kết quả lựa chọn được 05 biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội cho đối tượng nghiên cứu. Cụ thể gồm:

Biện pháp 1: Điều chỉnh phân phối thời lượng buổi học, tổ chức giảng dạy các học phần bơi vào thời gian thích hợp trong năm.

* **Mục đích:** Nhằm đảm bảo hiệu quả tiếp thu kỹ thuật, phát triển thể lực, kỹ năng cần điều chỉnh thời lượng mỗi buổi học cho phù hợp với năng lực của SV là đối tượng không chuyên thể thao.

* Nội dung:

- Mỗi buổi học nên bố trí từ 2 tới 3 tiết học.
- Điều chỉnh thời gian tiến hành học môn bơi bố trí vào thời gian trong năm có thời tiết ấm áp, từ tháng 4 đến tháng 9.

* Hình thức tổ chức thực hiện:

Bộ môn GDTC - GDQP tiến hành xây dựng nội dung chương trình môn học GDTC cho phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường

Biện pháp 2: Đổi mới phương pháp giảng dạy bơi lội theo hướng phát huy tính tự giác, tích cực học tập của SV.

* **Mục đích:** Nhằm đổi mới phương pháp giảng dạy bơi lội theo hướng phát huy tính tự giác, tích cực học tập của SV phù hợp với đặc điểm SV và điều kiện cơ sở vật chất của Nhà trường.

* Nội dung:

- Trong quá trình giảng dạy, sau khi các SV đã nắm sơ bộ yếu lĩnh kỹ thuật động tác thì giáo viên tích cực hướng dẫn phương pháp tự tập luyện cho SV trong giờ học.

- Hướng dẫn các SV phương pháp tự tập luyện ngoại khóa: cách thức thực hiện bài tập, khối lượng bài tập phù hợp, khai thác các nguồn tài liệu hướng dẫn như các video, tranh ảnh...

- Thực hiện các biện pháp phân nhóm tập

Bảng 1. Nội dung chi tiết học phần GDTC 4 (Bơi lội 1)

Nội dung	Hình thức tổ chức dạy học					Tự học (Giờ)
	Lên lớp (Tiết)					
	LT	BT	TL, KT	TH	Tổng cộng	
1. Lịch sử hình thành và phát triển môn Bơi	4				4	4
2. Kỹ thuật cơ bản kiểu Bơi Éch 2.1. Kỹ thuật chân 2.2. Kỹ thuật tay 2.3. Kỹ thuật thở, tay thở 2.4. Kỹ thuật chân, tay, thở 2.5. Phối hợp kỹ thuật chân, tay, thở. Hoàn thiện toàn bộ kỹ thuật bơi éch.				19	19	26
3. Phương pháp tự cứu đuối và cứu đuối gián tiếp trong Bơi				4	4	
1. Ôn tập kiểm tra				3	3	
Tổng	4			26	30	30

(Nguồn: Bộ môn GDTC-GDQP Trường ĐH Tài nguyên và Môi trường Hà Nội)

Bảng 2. Nội dung chi tiết học phần GDTC 5 (Bơi lội 2)

Nội dung	Hình thức tổ chức dạy học					Tự học (Giờ)
	Lên lớp (Tiết)					
	LT	BT	TL, KT	TH	Tổng cộng	
1. Luật thi đấu và phương pháp trọng tài môn Bơi	4				4	4
2. Kỹ thuật kiểu Bơi Éch 2.1. Phối hợp kỹ thuật chân, tay, thở. Hoàn thiện. 2.2. Kỹ thuật xuất phát 2.3. Kỹ thuật quay vòng 2.4. Hoàn thiện kỹ thuật Bơi Éch ở cự ly 100 m				19	19	26
3. Phương pháp cứu đuối trực tiếp trong Bơi				4	4	
4. Ôn tập kiểm tra				3	3	
Tổng	4			26	30	30

(Nguồn: Bộ môn GDTC-GDQP Trường ĐH Tài nguyên và Môi trường Hà Nội)

Bảng 3. Kết quả học tập môn bơi của sinh viên Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường Hà Nội

Khóa	Tỷ lệ %			
	Giỏi	Khá	Trung bình	Không đạt
Đại học 6	6,6	40	47,3	6,1
Đại học 7	6,0	42,9	46,3	5,8

Bảng 4. Kết quả phỏng vấn nguyên nhân hạn chế hiệu quả công tác GDTC ở Trường Đại học Tài nguyên và Môi trường Hà Nội (n = 19).

TT	Các yếu tố	Kết quả trả lời	
		Số người	Tỷ lệ %
1	Cơ sở vật chất còn thiếu, chưa có bể bơi trong trường, dụng cụ hỗ trợ tập luyện thiếu.	19	100
2	Đội ngũ giảng viên chưa đáp ứng yêu cầu giảng dạy	2	10.5
3	Sinh viên chưa thực sự nhận thức đầy đủ ý nghĩa, vai trò của môn bơi đối với sức khỏe và hoạt động nghề nghiệp	17	89.5
4	Sinh viên chưa tự giác, tích cực tập luyện nội khoá môn bơi	16	84
5	Sinh viên chưa tự giác, tích cực tập luyện ngoại khoá bơi	17	90
6	Chưa tổ chức ngoại khoá môn bơi có sự hướng dẫn của giáo viên	19	100
7	Chương trình học tập nội khoá chưa đáp ứng hết được yêu cầu thực tiễn xã hội.	18	95
8	Tổ chức giảng dạy ngoại khóa chưa phù hợp: Số tiết/buổi học nhiều, thời gian tổ chức học phần bơi vào thời điểm nhiệt độ không khí và nước thấp	16	84
9	Phương pháp giảng dạy môn GDTC chưa đa dạng, linh hoạt	6	31
10	Chưa có cơ chế chính đãi ngộ tốt đối với đội ngũ giảng viên, thiếu sự quan tâm của lãnh đạo nhà trường.	1	5
11	Trình độ thể lực và trình độ tập luyện của sinh viên chưa đồng đều, chưa đáp ứng yêu cầu môn học	2	10.5

luyện, giao nhiệm vụ ngoại khóa, kiểm tra thường xuyên mức độ tiến bộ của SV để kịp thời động viên, giúp đỡ các SV.

*** Hình thức tổ chức thực hiện:**

Bộ môn GDTC - GDQP tiến hành sửa dụng phương pháp giảng dạy bơi lội theo hướng phát huy tính tự giác, tích cực học tập của SV phù hợp với điều kiện cơ sở vật chất của nhà trường

Biện pháp 3: Tuyên truyền cho SV nhận thức sâu sắc hơn về vai trò của hoạt động tự tập luyện ngoại khóa.

*** Mục đích:** Tuyên truyền, giáo dục cho SV hiểu ý nghĩa, tác dụng của việc tập luyện ngoại khóa trong việc rèn luyện sức khỏe; củng cố, bổ sung các kiến thức đã học trên lớp; giáo dục nhân cách, đạo đức, lối sống lành mạnh, làm phong phú đời sống văn hóa - tinh thần, nâng cao năng suất lao động, học tập... để từ đó có kế hoạch tập luyện cho bản thân.

*** Nội dung:**

Động viên các SV tham gia nhiều lớp thể

thao ngoại khóa. Ở các lớp này các SV không chỉ được hướng dẫn thực hành kỹ, chiến thuật, thể lực chuyên môn của môn thể thao mà còn được hướng dẫn về nguyên tắc, phương pháp tập luyện và tự tập luyện, cách thức tổ chức tổ chức thi đấu.

*** Hình thức tổ chức thực hiện:**

Đề xuất với ban giám hiệu tổ chức các buổi tuyên truyền cho SV nhận thức sâu sắc hơn về vai trò của hoạt động tự tập luyện ngoại khóa.

Biện pháp 4: Tăng cường mua sắm cơ sở vật chất phục vụ dạy, học bơi lội

*** Mục đích:** Tạo môi trường và điều kiện cơ sở vật chất tốt đáp ứng nhu cầu tập luyện TDTT bơi lội của SV.

*** Nội dung:**

- Kiến nghị nhà trường tiến tăng kinh phí mua sắm trang thiết bị dụng cụ tập luyện đủ về số lượng, đảm bảo về chất lượng phục vụ tốt cho công tác giảng dạy và tập luyện của SV. Những trang thiết bị cần thiết cần phải được bổ sung và mua mới trong thời gian nghỉ hè để đảm bảo vào

năm học có đủ trang thiết bị dạy và học.

- Vận động SV tự trang bị một số dụng cụ đơn giản phao tay, phao lưng, dây nhảy... Những dụng cụ này ngoài việc các SV mang theo để tập luyện trong giờ nội khóa thì SV còn có dụng cụ để tập luyện trong giờ ngoại khóa hay tự tập luyện tại nhà hoặc khu vực cư trú. Bên cạnh đó các SV sẽ có trách nhiệm hơn trong việc giữ gìn dụng cụ trong tập luyện.

Biện pháp 5: Tăng cường các biện pháp tổ chức hoạt động ngoại khóa môn bơi cho SV.

*** Mục đích:** Giúp cho SV hoạt động tốt ngoại khóa môn bơi.

*** Nội dung:**

- Tăng cường cử các đoàn thể thao môn bơi của nhà trường tham gia các giải do bộ, ngành, địa phương... tổ chức. Qua đó tạo môi trường hoạt động thi đấu thường xuyên phong phú và đa, qua đó nâng cao năng lực thể chất, đồng thời phát hiện và tuyển chọn SV và các đội tuyển.

- Tổ chức các giải bơi ở nhiều qui mô như cấp trường, cấp khoa, khóa, liên chi đoàn, trong các sự kiện chính trị lớn của nhà trường với nhiều hình thức như giải thi đấu thể thao giữa cán bộ giáo viên trẻ, giữa SV, giữa giáo viên với SV các khoa; các giải thể thao mở rộng với khách mời là các đội thể thao của các trường, đơn vị đóng trên địa bàn sở tại. Đây là nguồn kích thích để các SV tích cực tập luyện ngoại khóa để tạo có cơ hội tham gia vào các đội thể thao đại biểu tham gia vào các giải đấu; tạo không khí thi đua sôi nổi trong toàn Nhà trường, làm phong phú đời sống văn hoá và tinh thần; tuyển chọn những cá nhân xuất sắc thành lập đội tuyển.

*** Hình thức tổ chức thực hiện:**

Bộ môn xây dựng kế hoạch phân công giáo viên quản lý và hướng dẫn các hoạt động ngoại khóa môn bơi, thành lập các câu lạc bộ theo nhu cầu của SV. Thêm nữa để tăng hiệu quả và không khí luyện tập thì các giáo viên lựa chọn những em có kỹ năng tốt kèm các SV có kỹ năng yếu hoặc mới bắt đầu luyện tập.

2.3. Tổ chức thực nghiệm

- Chúng tôi tiến hành thực nghiệm trên đối tượng 50 nam SV và 50 nữ SV trường ĐH TN&MT Hà Nội.

- Phương pháp thực nghiệm: Phương pháp thực nghiệm so sánh song song

- Thời gian thực nghiệm: Quá trình thực nghiệm sư phạm được tiến hành trong thời gian 03 tháng (ứng với 01 học kỳ, cụ thể từ tháng 9/2019 tới tháng 11/2020)

- Địa điểm thực nghiệm: Trường ĐH TN&MT Hà Nội.

- Công tác kiểm tra, đánh giá: Kiểm tra đánh giá được tiến hành ở thời điểm trước và sau thực nghiệm.

2.4. Kết quả thực nghiệm

Trước thực nghiệm, chúng tôi tiến hành kiểm tra trình độ thể lực của SV nhóm đối chứng và thực nghiệm bằng 5 test gồm:

Test 1: Chạy 30m XPC (s)

Test 2: Bật xa tại chỗ (cm)

Test 3: Ngồi dẹo chân ếch (cm)

Test 4: Độ nổi người (s)

Test 5: Độ xa lướt nước (m)

Kết quả bảng 5 cho thấy: Trước thực nghiệm, trình độ thể lực của 2 nhóm là tương đương nhau,

Bảng 5. So sánh thể lực sinh viên nhóm NTN và nhóm NĐC trước thực nghiệm

TT	Các chỉ số	GT	NTN (n=25)		NĐC (n=25)		t	p
			$\bar{X}$	δ	$\bar{X}$	δ		
1	Chạy 30m XPC (s)	Nam	4.82	0.65	4.72	0.46	0.72	>0.05
		Nữ	5.80	0.57	5.78	0.56	0.12	>0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	238.5	20.10	237.2	20.20	0.11	> 0.05
		Nữ	171.2	1.71	170.0	1.70	2.31	> 0.05
3	Ngồi dẹo chân ếch (cm)	Nam	49.50	4.80	49.30	4.90	0.16	> 0.05
		Nữ	39.60	3.95	39.20	3.90	0.34	> 0.05
4	Độ nổi người (s)	Nam	16.25	1.60	16.50	1.62	0.62	>0.05
		Nữ	8.25	0.80	8.30	0.85	2.18	>0.05
5	Độ xa lướt nước (m)	Nam	4.25	0.40	4.30	0.42	0.48	>0.05
		Nữ	3.80	0.35	3.90	0.38	0.89	>0.05

Bảng 6. So sánh thể lực sinh viên nhóm NTN và nhóm NĐC sau thực nghiệm

TT	Các chỉ số	GT	NTN (n=25)		NĐC (n=25)		t	p
			$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ		
1	Chạy 30m XPC (s)	Nam	4.70	0.62	4.54	0.48	2.34	<0.05
		Nữ	5.75	0.56	5.58	0.54	2.22	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	Nam	242.4	19.12	247.5	20.12	2.41	<0.05
		Nữ	175.4	1.71	181.0	1.65	2.31	<0.05
3	Ngồi dẹo chân ếch (cm)	Nam	50.33	4.22	53.36	4.35	2.26	<0.05
		Nữ	40.30	3.44	42.25	3.90	2.35	<0.05
4	Độ nổi người (s)	Nam	16.56	1.50	17.70	1.61	2.62	<0.05
		Nữ	8.46	0.75	8.95	0.85	2.28	<0.05
5	Độ xa lướt nước (m)	Nam	4.35	0.39	4.48	0.45	2.48	<0.05
		Nữ	3.92	0.36	4.05	0.37	2.89	<0.05

hay nói cách khác, sự phân nhóm hoàn toàn khách quan.

Sau thực nghiệm, chúng tôi tiếp tục sử dụng 5 test trên để kiểm tra trình độ thể lực của nhóm đối chứng và thực nghiệm. Kết quả bảng 6 cho thấy, sau 03 tháng thực nghiệm, trình độ thể lực của nhóm thực nghiệm đã tốt hơn hẳn nhóm đối chứng, chứng tỏ các biện pháp lựa chọn của chúng tôi đã có hiệu quả cao trong việc phát triển thể lực cho đối tượng nghiên cứu.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu:

- Lựa chọn được 05 biện pháp nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội

- Bước đầu ứng dụng các biện pháp lựa chọn trong thực tế và đánh giá hiệu quả. Kết quả, các biện pháp lựa chọn đã có hiệu quả cao trong việc nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho đối tượng nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ GD&ĐT (2001), *Quyết định số 14/2001/QĐ-BGDĐT của bộ trưởng bộ Giáo dục và đào tạo về việc ban hành quy chế GDTC và ý thức trường học*, ngày 3/5/2011

2. Trịnh Trung Hiếu (2001), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể dục thể thao trong nhà trường*, NXB TĐTT, Hà Nội.

3. Phạm Văn Thành (2020), “*Nghiên cứu phương pháp giảng dạy nhằm nâng cao kỹ thuật Bơi ếch cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội*”.

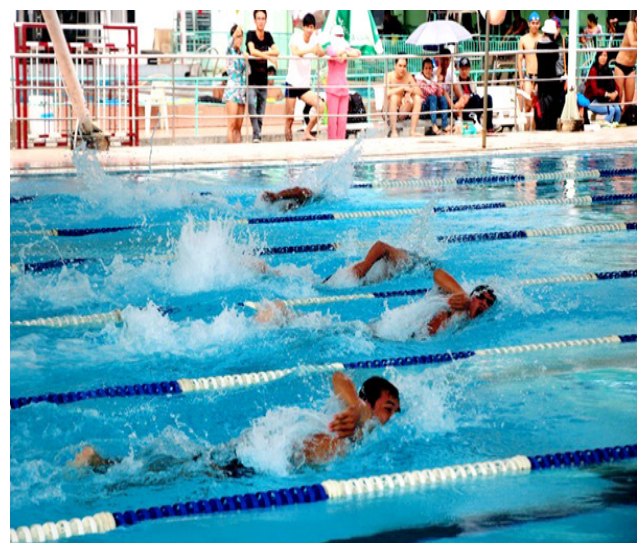
Đề tài nghiên cứu khoa học và công nghệ cấp cơ sở.

4. Nguyễn Văn Trạch (chủ biên), Ngũ Duy Anh (2003). *Giáo trình bơi lội*. NXB Đại học Sư phạm.

5. Nguyễn Đức Văn (2001), *Phương pháp thống kê trong thể dục thể thao*, Nxb TĐTT, Hà Nội.

Nguồn bài báo: Bài báo trích từ kết quả Đề tài khoa học cấp cơ sở Trường ĐH TN&MT Hà Nội: “*Nghiên cứu một số biện pháp nâng cao hiệu quả học tập môn Bơi lội cho SV Trường ĐH TN&MT Hà Nội*”. Chủ nhiệm: ThS. Nguyễn Việt Hà, đề tài bảo vệ năm 2021.

Ngày nhận bài: 16/6/2021; Ngày duyệt đăng: 23/9/2021



Ảnh minh họa