

LỰA CHỌN VÀ ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ BÀI TẬP NÂNG CAO THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CƠ BẢN CHO ĐỘI TUYỂN BÓNG RỔ NAM TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ PHONG, QUẬN 5, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

SELECTION AND EVALUATION OF THE EFFECTIVENESS OF EXERCISES TO ENHANCE SPECIALIZED PHYSICAL FITNESS AND BASIC TECHNIQUES FOR THE MALE BASKETBALL TEAM AT LY PHONG SECONDARY SCHOOL, DISTRICT 5, HO CHI MINH CITY

TÓM TẮT: Sử dụng các phương pháp nghiên cứu trong lĩnh vực thể dục thể thao cứu đã lựa chọn và ứng dụng 29 bài tập nhằm nâng cao thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản cho đội tuyển Bóng rổ nam trường Trung học Cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh. Thông qua việc thực nghiệm trong 6 tháng, kết quả cho thấy có sự tiến bộ rõ rệt về thể lực và kỹ thuật của các thành viên trong đội. Kết quả này không chỉ có ý nghĩa quan trọng đối với đội bóng rổ khi giúp cải thiện thành tích thi đấu, mà còn đóng góp tích cực cho nhà trường trong việc xây dựng và phát triển chương trình giáo dục thể chất và tập luyện thể thao có tính hệ thống và hiệu quả hơn.

TỪ KHOA: Lựa chọn, đánh giá, bài tập, bóng rổ, thể lực chuyên môn, kỹ thuật cơ bản.

ABSTRACT: Using research methods sports, 29 exercises were selected and applied to enhance the specialized physical fitness and basic techniques for the male basketball team at Ly Phong Secondary School, District 5, Ho Chi Minh City. Through a 6-month experiment, the results showed significant improvements in both the physical fitness and techniques of the team members. These results are not only important for the basketball team in improving their performance, but also contribute positively to the school by building and developing a more systematic and effective physical education and sports training program.

KEYWORDS: Selection, evaluation, exercise, basketball, specialized physical fitness, basic technique.

LÊ THIÊN TRÍ

Trường Trung học Cơ sở Lý Phong,
Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

CHÂU VĨNH HUY

NGUYỄN VÔ TỐ QUYÊN

NGUYỄN BẢO THƯ

Trường Đại học Sư phạm Thể dục
Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh

LE THIEN TRI

Ly Phong secondary school, District
5, Ho Chi Minh city

CHAU VINH HUY

NGUYEN VO TO QUYEN

NGUYEN BAO THU

Ho Chi Minh City University of
Physical Education and Sports

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Trung học Cơ sở Lý Phong tọa lạc tại số 83, đường Nguyễn Duy Dương, Phường 9, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh. Trường nổi tiếng với những sáng tạo trong các chương trình ngoại khóa, mang lại cho học sinh những hoạt động học đường có tính ứng dụng và thực tiễn cao. Các sự kiện và chuyên đề do trường tổ chức đều được đầu tư vượt trội, tạo nên sức hút và giá trị giáo dục. Trường đặc biệt chú trọng đến giáo dục thể chất và phát

triển thể thao học đường.

Bóng rổ là một trong những môn thể thao giúp phát triển toàn diện các tố chất thể lực và nâng cao sức khỏe cho học sinh. Trường THCS Lý Phong đã triển khai giảng dạy môn Bóng rổ trong nhiều năm qua, với số lượng học sinh đăng ký tham gia các lớp tự chọn rất đông. Từ các lớp này, bộ môn đã tuyển chọn những học sinh có năng khiếu để tham gia vào đội tuyển của trường dưới hình thức sinh hoạt câu lạc bộ bóng rổ.

Nhận thấy rằng phát triển thể



lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản là yếu tố then chốt trong huấn luyện môn Bóng rổ, nhằm nâng cao chất lượng giảng dạy và thành tích thi đấu, tác giả tiến hành nghiên cứu: “Lựa chọn và đánh giá hiệu quả bài tập nhằm nâng cao thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản cho đội Bóng rổ nam trường Trung học Cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh”. Kết quả của nghiên cứu này nhằm mục tiêu giúp các học sinh trong đội tuyển bóng rổ phát triển toàn diện về thể lực, nâng cao khả năng kỹ thuật thi đấu, từ đó cải thiện thành tích thi đấu và nâng cao chất lượng giảng dạy môn Bóng rổ tại trường.

Phương pháp nghiên cứu:

Để thực hiện mục đích đề ra nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp như sau: tham khảo tài liệu, phỏng vấn, thực nghiệm sư phạm, kiểm tra sư phạm và toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu:

+ Khách thể phỏng vấn: 20 người là các chuyên gia, huấn luyện viên môn bóng rổ

+ Khách thể kiểm tra sư phạm: 15 người là thành viên của đội Bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh, lứa tuổi từ 12 – 15.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Xác định một số test đánh giá thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản cho đội Bóng rổ nam Trường Trung học cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

Để xác định được một số test đánh giá thể lực chuyên môn và

kỹ thuật cơ bản cho đội tuyển Bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh nghiên cứu đã tiến hành tổng hợp tài liệu, phỏng vấn chuyên gia, nhà chuyên môn; kiểm tra độ tin cậy và tính thông báo của các test đánh giá. Kết quả đã xác định được 6 test trong đó có 3 test đánh giá thể lực chuyên môn và 3 test đánh giá kỹ thuật cơ bản cho đội tuyển Bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh như sau:

- Về thể lực chuyên môn: Bật cao tại chỗ (cm); Bật xa tại chỗ (cm); Di chuyển ngang chạm tay vào 2 cọc (s)

- Về kỹ thuật cơ bản: Dẫn bóng 10m thực hiện 2 bước lên rổ (10 quả tính điểm); Di chuyển ném bóng 5 vị trí 1 phút (điểm); Chuyển bóng bật tường (cách 3m) liên tục 15 lần tính thời gian.

2.2. Lựa chọn một số bài tập nhằm nâng cao thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản cho đội Bóng rổ nam Trường Trung học cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

Trên cơ sở tổng hợp các bài tập và kết quả phỏng vấn khách thể nghiên cứu tại bảng 1.

Nghiên cứu đã lựa chọn được 29 bài tập có tỷ lệ đồng ý trên 80% tổng số phiếu phỏng vấn bao gồm các nhóm như sau:

- Nhóm bài tập không bóng (10 bài tập): Nằm sấp chống đẩy (lần/1 phút); Nằm ngửa gập thân (lần/1 phút); Bật liên tục 2 chân liên tục (lần/1 phút); Bật 1 chân lên- xuống bực (lần/1 phút); Trượt ngang 5x15m; Chạy con thoi 5x15m;

Chạy đổi hướng theo hiệu lệnh trong 2 phút; Di chuyển phòng thủ 5 vị trí; Các kiểu chạy với thang dây; Suicide Drill (18s).

-Nhóm bài tập có bóng (12 bài tập): Nhồi bóng tại chỗ các kiểu; Dẫn bóng lên rổ 20 quả liên tục cả đội (25m); Dẫn bóng luân cọc lên rổ 20 quả liên tục cả đội (25m); Dẫn bóng qua các điểm quy định thực hiện các động tác qua người; Bài tập nhồi bóng kết hợp với các động tác chạy thang dây; Chuyển bóng 100 lần liên tục; Chuyển và bắt bóng phản công nhanh lên rổ; Di chuyển chuyển và bắt bóng 2 người kết hợp lên rổ; Di chuyển chuyển và bắt bóng 3 người kết hợp lên rổ; Di chuyển nhảy ném rổ liên tục 5 vị trí; Bật nhảy ném rổ bật bảng cả đội 2 phút; Ném rổ A – B (playup).

- Nhóm bài tập trò chơi và thi đấu (7 bài tập): Dẫn và phá bóng; Đấu 1 – 1; Đấu 2 – 2; Đấu 3 – 3; Đấu 5 – 5; Dẫn bóng tiếp sức ném rổ; Ném phạt.

2.3. Ứng dụng và đánh giá hiệu quả một số bài tập phát triển thể lực chuyên môn và kỹ thuật cho đội tuyển bóng rổ Trường Trung học cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

2.3.1. Tổ chức thực nghiệm

Để kiểm nghiệm hiệu quả của hệ thống bài tập đã được lựa chọn, nghiên cứu vận dụng phương pháp thực nghiệm sư phạm theo hình thức thực nghiệm so sánh trình tự:

Đối tượng thực nghiệm: 15 thành viên của đội Bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh, lứa tuổi từ 12 – 15.

BẢNG 1: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN LỰA CHỌN MỘT SỐ BÀI TẬP NHẪM NÂNG CAO THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CƠ BẢN CHO ĐỘI BÓNG RỔ NAM TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ PHONG, QUẬN 5, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TT	BÀI TẬP	MỨC ĐỘ SỬ DỤNG			TỔNG ĐIỂM	TỶ LỆ (%)
		Thường xuyên	Ít	Không		
A	Nhóm bài tập không bóng					
1	Nằm sấp chống đẩy (lần/1 phút)	19	1	0	59	98.3
2	Nằm ngửa gập thân (lần/1 phút)	18	1	1	57	95.0
3	Bật liên tục 2 chân liên tục (lần/1 phút)	16	4	0	56	93.3
4	Bật 1 chân lên- xuống bụng (lần/1 phút)	13	7	0	53	88.3
5	Trượt ngang 5 x 15m	11	9	0	51	85.0
6	Chạy con thoi 5x 15m	15	5	0	55	91.7
7	Chạy đổi hướng theo hiệu lệnh trong 2 phút	17	3	0	57	95.0
8	Di chuyển phòng thủ 5 vị trí	11	9	0	51	85.0
9	Các kiểu chạy với thang dây	13	7	0	53	88.3
10	Suicide Drill (18s)	16	4	0	56	93.3
B	Nhóm bài tập có bóng					
11	Nằm sấp chống 1 tay, nhồi bóng 1 tay (số lần)	6	13	1	45	75.0
12	Nhồi bóng tại chỗ các kiểu	15	5	0	55	91.7
13	Dẫn bóng lên rổ 20 quả liên tục cả đội (25m)	19	0	1	58	96.7
14	Dẫn bóng luôn cọc lên rổ 20 quả liên tục cả đội (25m)	18	2	0	58	96.7
15	Dẫn bóng qua các điểm quy định thực hiện các động tác qua người.	18	2	0	58	96.7
16	Bài tập nhồi bóng kết hợp với các động tác chạy thang dây.	9	11	0	49	81.7
17	Chuyền bóng 100 lần liên tục	10	10	0	50	83.3
18	Chuyền và bắt bóng phản công nhanh lên rổ	19	1	0	59	98.3
19	Di chuyển chuyền và bắt bóng 2 người kết hợp lên rổ	18	2	0	58	96.7
20	Di chuyển chuyền và bắt bóng 3 người kết hợp lên rổ	20	0	0	60	100.0
21	Di chuyển nhảy ném rổ liên tục 5 vị trí	19	1	0	59	98.3
22	Bật nhảy ném rổ bật bảng cả đội 2 phút	16	4	0	56	93.3
23	Ném rổ A – B (playup)	14	6	0	54	90.0
C	Nhóm bài tập trò chơi và thi đấu					
24	Chuyền bóng 4 góc	6	5	9	37	61.7
25	Dẫn và phá bóng	15	4	1	54	90.0
26	Đấu 1 - 1	18	2	0	58	96.7
27	Đấu 2 - 2	19	1	0	59	98.3
28	Đấu 3 - 3	20	0	0	60	100.0
29	Đấu 5 - 5	15	5	0	55	91.7
30	Chuyền bóng cho nhau (2-2,3-3,5-5)	5	6	9	36	60.0
31	Dẫn bóng tiếp sức ném rổ	17	3	0	57	95.0
32	Tranh bóng ném rổ	5	8	7	38	63.3
33	Ném phạt	20	0	0	60	100.0



BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CƠ BẢN CỦA ĐỘI BÓNG RỔ NAM TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ PHONG, QUẬN 5, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH (n=15)

TT	TEST	$\bar{x}$	σ	Cv%	ε
Thể lực chuyên môn					
1	Bật cao tại chỗ (cm)	37.20	0.94	2.53	0.01
2	Bật xa tại chỗ (cm)	192.67	12.77	6.63	0.04
3	Di chuyển ngang chạm tay vào 2 cọc 20s (lần)	10.00	0.76	7.56	0.04
Kỹ thuật cơ bản					
4	Dẫn bóng 10m thực hiện 2 bước lên rổ 10 quả (điểm)	6.40	0.51	7.92	0.04
5	Di chuyển ném bóng 5 vị trí 1 phút (điểm)	6.20	0.56	9.04	0.05
6	Chuyền bóng bật tường (cách 3m) liên tục 15 lần (s)	14.24	0.53	3.70	0.02

BẢNG 3: THỐNG KÊ NHỊP TĂNG TRƯỞNG THÀNH TÍCH THỰC HIỆN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN VÀ KỸ THUẬT CƠ BẢN CỦA ĐỘI BÓNG RỔ NAM TRƯỜNG TRUNG HỌC CƠ SỞ LÝ PHONG, QUẬN 5, THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH (n=15)

TT	TEST	TRƯỚC TN		SAU TN		W%	t	P
		$\bar{x}$	σ	$\bar{x}$	σ			
Thể lực chuyên môn								
1	Bật cao tại chỗ (cm)	37.20	0.94	41.67	1.18	11.32	12.29	<0.05
2	Bật xa tại chỗ (cm)	192.67	12.77	202.67	13.74	5.05	7.55	<0.05
3	Di chuyển ngang chạm tay vào 2 cọc 20s (lần)	10.00	0.76	11.93	0.70	17.60	7.25	<0.05
Kỹ thuật cơ bản								
4	Dẫn bóng 10m thực hiện 2 bước lên rổ 10 quả (điểm).	6.40	0.51	8.07	0.70	22.88	6.61	<0.05
5	Di chuyển ném bóng 5 vị trí 1 phút (điểm).	6.20	0.56	8.07	1.10	25.55	6.42	<0.05
6	Chuyền bóng bật tường (cách 3m) liên tục 15 lần (s)	14.24	0.53	12.75	1.36	11.54	3.88	<0.05

Thời gian tổ chức thực nghiệm: 6 tháng, trong giai đoạn từ 10/2019 từ đến 07/2020 (trong đó từ tháng 02/2020 đến tháng 04/2020 là thời gian không tổ chức thực nghiệm do ảnh hưởng của dịch covid-19)

Trước và sau quá trình thực nghiệm, nghiên cứu tiến hành kiểm tra thành tích thực hiện các test đánh giá thể lực của đối tượng thực nghiệm 2 lần: lần 1: 09/2019, lần 2: 07/2020. Cách thức kiểm tra giữa 2 lần kiểm tra và công nhận thành tích của 2 lần là như nhau.

2.3.2. Thực trạng thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của đội bóng rổ nam Trường Trung học cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh

Để làm cơ sở đánh giá hiệu quả của bài tập, nghiên cứu tiến hành

kiểm tra thành tích thực hiện các test thể lực chuyên môn và kỹ thuật của đội tuyển bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành Phố Hồ Chí Minh trước thời gian thực nghiệm. Kết quả tổng hợp tại bảng 2, cho thấy thành tích tất cả các test thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của khách thể nghiên cứu khá đồng đều vì hệ số biến thiên có giá trị $Cv\% < 10\%$, và có đủ tính đại diện $P < 0.05$. Điều này cho thấy khách thể nghiên cứu có cùng trình độ tập luyện, đảm bảo tính khách quan, khoa học đánh giá chính xác kết quả nghiên cứu.

2.3.3. Đánh giá sự phát triển thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của đội tuyển bóng rổ nam Trường Trung học cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh sau 6 tháng tập luyện.

Sau thời gian 6 tháng tập luyện, tiến hành kiểm tra, xử lý số liệu và đánh giá nhịp tăng trưởng về thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của đội bóng rổ nam. Kết quả được trình bày ở bảng 2.

Kết quả cho thấy, sau 6 tháng tập luyện thành tích tất cả các test đánh giá thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản của đội tuyển bóng rổ nam Trường THCS Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh đều tăng trưởng có ý nghĩa thống kê, cụ thể như sau:

Về thể lực chuyên môn:

- Test Bật cao tại chỗ (cm):

Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 37.20 cm, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 41.67cm, tốt hơn là 4.47 cm, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 11.32\%$. Sự tăng trưởng

này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 12.29 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

- Test Bật xa tại chỗ (cm): Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 192cm, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 202.67 cm, tốt hơn là 10.67 cm, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 5.05\%$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 7.55 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

- Test di chuyển ngang chạm tay vào 2 cọc 20 giây (lần): Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 10 lần, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 11.93, tốt hơn là 1.93 lần, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 17.60$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 7.25 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

Về kỹ thuật cơ bản:

- Test dẫn bóng 10m thực hiện 2 bước lên rổ 10 quả (điểm): Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 6.4 điểm, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 8.06 điểm, tốt hơn là 1.66

điểm, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 22.88$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 6.61 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

- Test di chuyển ném bóng 5 vị trí 1 phút (điểm): Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 6.2 điểm, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 8.06 điểm, tốt hơn là 1.86 điểm, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 26.58$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 7.79 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

- Test chuyển bóng bật tường cách 3m, liên tục 15 lần (s): Thành tích trung bình trước thực nghiệm là 14.24 giây, thành tích trung bình sau thực nghiệm là 12.74 giây, ngắn hơn là 1.5 giây, ứng với nhịp tăng trưởng $W\% = 11.54$. Sự tăng trưởng này có ý nghĩa thống kê do $t_{\text{tính}} = 3.99 > t_{0.05} = 1.761$, ở ngưỡng xác suất $P < 0.05$.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã lựa chọn và áp dụng 29 bài tập nhằm nâng cao thể lực chuyên môn và kỹ thuật

cơ bản cho đội tuyển bóng rổ nam của Trường Trung học Cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh. Sau 6 tháng thực nghiệm, các kết quả cho thấy sự tiến bộ rõ rệt về cả thể lực chuyên môn lẫn kỹ thuật cơ bản của các học sinh tham gia. Thành tích của các bài kiểm tra trước và sau quá trình thực nghiệm đều có sự tăng trưởng đáng kể và có ý nghĩa thống kê, khẳng định tính hiệu quả của các bài tập được lựa chọn trong việc nâng cao thể lực và kỹ thuật cho đội bóng rổ.

Kết quả của nghiên cứu có ý nghĩa giúp cho các thành viên trong đội phát triển toàn diện về thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản. Điều này không chỉ cải thiện thành tích thi đấu của đội mà còn nâng cao sự tự tin và tính chuyên nghiệp trong quá trình tập luyện và thi đấu cho đội tuyển bóng rổ nam của Trường Trung học Cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 10/07/2024, ngày phản biện đánh giá: 12/07/2024, ngày chấp nhận đăng: 10/08/2024).

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Ngọc Hải, Lê Minh Chí, Nguyễn Thị Minh Cẩm (2016), Giáo trình Bóng rổ, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
2. Nguyễn Hoàng Hải, Nguyễn Ngọc Cẩm Na (2022), Lựa chọn một số test và đánh giá thực trạng thể lực của học sinh tham gia ngoại khoá bóng rổ Trường Trung học cơ sở Tân Thới Hòa, quận Tân Phú, Thành phố Hồ Chí Minh, *Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao*, Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh, số 5.
3. Châu Vĩnh Huy, Lê Thiện Chí (2020), Đánh giá sự phát triển thể lực chuyên môn và kỹ thuật cơ bản cho học sinh đội tuyển bóng rổ nam Trường Trung học Cơ sở Lý Phong, Quận 5, Thành phố Hồ Chí Minh, *Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao*, số 5.
4. Nguyễn Toán, Phạm Danh Tồn (2000), *Lý luận và phương pháp thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
5. Nguyễn Đức Toàn, Nguyễn Ngọc Liên (2021), Thực trạng thể lực chuyên môn của nam sinh viên đội tuyển bóng rổ Trường Đại học Lao động - Xã hội, *Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao*, số 1.
6. Đỗ Vinh, Nguyễn Quang Vinh, Nguyễn Thanh Đề (2016), *Giáo trình Lý thuyết nghiên cứu khoa học trong Thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.