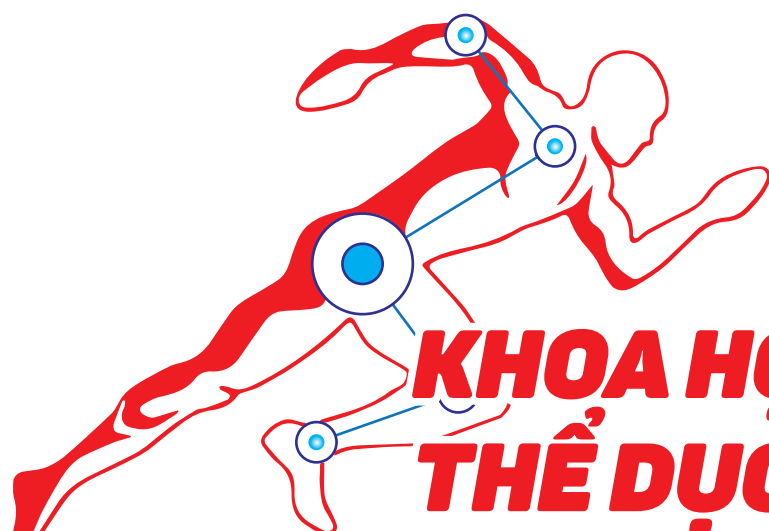




TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH



TẠP CHÍ

KHOA HỌC VÀ ĐÀO TẠO THỂ DỤC THỂ THAO

JOURNAL OF EDUCATION AND SPORT SCIENCES

ISSN: 0866-8108

SỐ **2**

2025

(66)



TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

UNIVERSITY OF SPORT HO CHI MINH CITY (USH)



ĐÀO TẠO TIẾN SĨ: 4 NĂM

Giáo dục học

MS: 9140101

ĐÀO TẠO THẠC SĨ: 2 NĂM

Giáo dục học

MS: 8140101



ĐÀO TẠO CỬ NHÂN

Hệ chính quy

1. Giáo dục thể chất
2. Huấn luyện thể thao
3. Y sinh học TDTT
4. Quản lý TDTT

MS: 7140206
MS: 7810302
MS: 7729001
MS: 7810301



Hệ vừa làm vừa học

1. Giáo dục thể chất
2. Huấn luyện thể thao
3. Y sinh học thể thao
4. Quản lý thể thao

Lời mở đầu

Hòa cùng không khí thi đua sôi nổi của cả nước với nhiều hoạt động thiết thực hướng tới kỷ niệm 50 năm ngày Giải phóng miền Nam, thống nhất đất nước (30/4/1975 – 30/4/2025) và ngày Quốc tế Lao động 1/5, đồng thời chào mừng ngày Khoa học và Công nghệ Việt Nam (18/5/2025), các hoạt động nghiên cứu khoa học trong lĩnh vực Thể dục thể thao cũng đang được đẩy mạnh, khẳng định vai trò của trí tuệ và lao động khoa học trong sự nghiệp phát triển đất nước.

Ban Biên tập Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao – Trường Đại học Thể dục thể thao Thành phố Hồ Chí Minh phối hợp cùng các nhà khoa học, giảng viên và học viên sau đại học trong và ngoài trường đã nỗ lực thực hiện và giới thiệu đến bạn đọc 15 công trình nghiên cứu tiêu biểu. Các bài báo tập trung vào nhiều lĩnh vực quan trọng như: Quản lý thể dục thể thao, Giáo dục thể chất, Thể thao cộng đồng, Huấn luyện thể thao, Tâm lý – Y sinh học thể thao.

Những công bố này không chỉ phản ánh thực tiễn sinh động từ cơ sở, mà còn đưa ra các phân tích, đánh giá và giải pháp khoa học, góp phần phục vụ hiệu quả cho công tác đào tạo, huấn luyện, quản lý và phát triển phong trào thể thao trong thời kỳ đổi mới và hội nhập sâu rộng.

Ban Biên tập trân trọng cảm ơn sự đồng hành của các tác giả, các cơ sở đào tạo và các nghiên cứu đã góp phần làm nên nội dung chất lượng cho số tạp chí này.

Kính chúc các nhà khoa học và bạn đọc luôn mạnh khỏe, hạnh phúc và thành công.

Trân trọng!

Tạp chí Khoa Học và Đào Tạo Thể Dục Thể Thao



TỔNG BIÊN TẬP

TS. Nguyễn Thanh Bình

HỘI ĐỒNG BIÊN TẬP

TS. Võ Quốc Thắng
TS. Nguyễn Thanh Bình
GS.TS Lâm Quang Thành
GS.TS Nguyễn Đại Dương
GS.TS Nguyễn Xuân Sinh
PGS.TS Vũ Việt Bảo
PGS.TS Nguyễn Thị Mỹ Linh
PGS.TS Trần Hồng Quang
PGS.TS Lê Thiết Căn
PGS.TS Đặng Hà Việt
PGS.TS Nguyễn Danh Hoàng Việt
PGS.TS Lê Ngọc Trung
PGS.TS Nguyễn Văn Phúc
PGS.TS Phan Thanh Hải
PGS.TS Châu Vinh Huy
PGS.TS Nguyễn Duy Quyết
PGS.TS Bùi Trọng Toại
PGS.TS Lưu Thiên Sương
PGS.TS Nguyễn Hoàng Minh Thuận
PGS.TS Lê Văn Bé Hai
PGS.TS Nguyễn Đăng Chiếu
PGS.TS Chu Thị Bích Vân
PGS.TS Lý Vĩnh Trường
TS. Bùi Xuân Hoàng
TS. Dương Mạnh Thắng
TS. Hoàng Hà
TS. Nguyễn Đăng Khánh
TS. Phạm Hoàng Tùng
TS. Nguyễn Ngọc Long
TS. Nguyễn Văn Hòa
TS. Nguyễn Thị Thu Hương
TS. Hồ Hải
TS. Vũ Đình Mai
TS. Nguyễn Thành Ngọc
TS. Tạ Hoàng Thiện
TS. Lê Thị Mỹ Hạnh
ThS. Nguyễn Bảo Ninh
ThS. Trần Quang Đạo
ThS. Nguyễn Thị Kim Phượng

BAN THƯ KÝ TÒA SOẠN

ThS. Nguyễn Thanh Tú
ThS. Nguyễn Ngọc Tuấn

Địa chỉ tòa soạn

Khu phố 6, Phường Linh Trung,
Thành phố Thủ Đức, TP. Hồ Chí Minh.
Điện thoại: 0283.896.0322

Giấy phép xuất bản

Giấy phép số 292/GP-BTTTT ngày 18
tháng 8 năm 2023 của Bộ trưởng Bộ
Thông tin và Truyền thông ban hành
Giấy phép hoạt động Tạp chí in và Tap
chí điện tử.

MỤC LỤC

CHÍNH TRỊ – XÃ HỘI – QUẢN LÝ

Nguyễn Thị Thùy Linh, Huang Yen-Hsiang

- 6** Tổng quan về phát triển du lịch
Marathon địa hình bền vững.

THỂ THAO CHO MỌI NGƯỜI

Nguyễn Mạnh Hùng

- 14** Xây dựng chuẩn đầu ra chương trình
đào tạo trình độ thạc sĩ ngành giáo
dục thể chất theo tiếp cận CDIO tại
Trường Đại học Vinh.

Nguyễn Thị Nhi, Trần Phan Đức Anh

- 18** Đề xuất một số giải pháp nâng cao
hứng thú học tập môn Giáo dục thể
chất cho học sinh khối lớp 5, Trường
Tiểu học An Hòa, huyện Trảng Bàng,
tỉnh Tây Ninh.

*Lâm Nguyễn Triều Sa, Chu Thị Bích Vân,
Đinh Trà Giang*

- 23** Thực trạng phong trào tập luyện môn
Kick Boxing của người dân tại tỉnh
Bà Rịa - Vũng Tàu.

Nguyễn Đức Trọng, Danh Hoàng Đức

- 29** Biện pháp rèn luyện thể thao quốc
phòng cho sinh viên ngành Giáo dục
Quốc phòng - An ninh Trường Đại
học Sư phạm Thành phố Hồ Chí
Minh.

Trịnh Minh Châu, Nguyễn Thị Gấm

- 34** Lựa bài tập nâng cao khả năng phối
hợp vận động cho vận động viên đội
tuyển Thể dục Aerobic, Trường Tiểu
học Nguyễn Trọng Tuyển, quận Bình
Thạnh, Thành phố Hồ Chí Minh.

*Nguyễn Đức Trọng, Nguyễn Trần Diễm
Trần, Lưu Phan Thanh Trang*

- 40** Nâng cao hiệu quả hoạt động thể
thao ngoại khóa cho sinh viên ngành
Giáo dục Quốc phòng - An ninh
Trường Đại học Sư phạm Thành phố
Hồ Chí Minh.

Nguyễn Hoàng Thanh

- 44** Đánh giá sự hài lòng của sinh viên
khi tham gia học tập các môn Giáo

dục thể chất thuộc Khoa Giáo dục
thể chất, Trường Đại học Trà Vinh.

Huỳnh Hồng Ngọc, Huỳnh Trung Hiếu

- 51** Xác định các test đánh giá thể lực
môn cầu lông của nam học sinh khối
8 Trường Trung học cơ sở Hoàng
Hoa Thám quận Tân Bình, Thành
phố Hồ Chí Minh.

Nguyễn Thành Trung

- 55** Nghiên cứu thái độ của sinh viên
đối với giờ học Giáo dục thể chất tại
Trường Đại học Tây Đô.

Huỳnh Hồng Ngọc, Võ Thị Ngọc Thơ

- 62** Lựa chọn bài tập phát triển thể lực
môn cầu lông cho nam học sinh khối
8 trường Trung học cơ sở Hoàng
Hoa Thám, Quận Tân Bình, Thành
phố Hồ Chí Minh.

Nguyễn Ngọc Tuấn, Lê Việt Anh

- 66** Nghiên cứu lựa chọn các chỉ tiêu
đánh giá trình độ thể lực chuyên
môn và kỹ thuật cho nam sinh viên
chuyên sâu Bóng chuyền Khoa Huấn
luyện thể thao Trường Đại học Thể
dục thể thao Thành phố Hồ Chí
Minh.

HUẤN LUYỆN THỂ THAO

Nguyễn Ngọc Trường, Trần Phan Đức Anh

- 76** Nghiên cứu một số bài tập phát triển
khả năng linh hoạt chân cho nam vận
động viên Võ cổ truyền tỉnh Đồng
Nai.

Y SINH HỌC – TÂM LÝ THỂ THAO

Nguyễn Nam Hải

- 82** Đánh giá thực trạng phẩm chất ý chí
nam vận động viên đội năng khiếu
Taekwondo Thành phố Hồ Chí Minh.

Nguyễn Nam Hải, Phạm Đăng Khoa

- 90** Lựa chọn bài tập chuyên môn phát
triển phẩm chất ý chí cho nam vận
động viên đội năng khiếu Taekwondo
Thành phố Hồ Chí Minh.



CONTENTS

POLITIC - SOCIETY - MANEGEMENT

*Nguyen Thi Thuy Linh,
Huang Yen-Hsiang*

- 6** A preliminary study on sustainable trail marathon tourism.

SPORTS FOR ALL

Nguyen Manh Hung

- 14** Developing learning outcomes for master's curriculum in physical education using the cdio approach at Vinh university.

Nguyen Thi Nhi, Tran Phan Duc Anh

- 18** Proposal of some solutions to improve interest in learning physical education for pupils at An Hoa primary school, Trang Bang district, Tay Ninh province.

*Lam Nguyen Trieu Sa,
Chu Thi Bich Van, Mai Thi Thu Ha*

- 23** The current situation of Kickboxing training movement among residents in Ba Ria - Vung Tau province.

Nguyen Duc Trong, Danh Hoang Duc

- 29** Measures to enhance national defense sports training for students in the national defense and security education program at Ho Chi Minh city university of Education.

Trinh Minh Chau, Nguyen Thi Gam

- 34** Selecting exercises to improve

movement coordination ability for athletes of the aerobic gymnastics team of Nguyen Trong Tuyen primary school, Binh Thanh district, Ho Chi Minh city.

*Nguyen Duc Trong,
Nguyen Tran Diem Tran,
Luu Phan Thanh Trang*

- 40** Enhancing the effectiveness of extracurricular activities for students in the national defense and security education program at Ho Chi Minh city university of Education.

Nguyen Hoang Thanh

- 44** Assessing student satisfaction with participation in physical education courses at The faculty of Physical education, Tra Vinh university.

*Huynh Hong Ngoc,
Huynh Trung Hieu*

- 51** Determining tests to assess badminton physical fitness of male students of grade 8 of Hoang Hoa Tham secondary school Tan Binh district, Ho Chi Minh city

Nguyen Thanh Trung

- 55** Students attitudes toward physical education classes at Tay Do university.

Huynh Hong Ngoc, Vo Thi Ngoc Tho

- 62** Selection of exercises to

develop badminton physical strength for male students of grade 8 Hoang Hoa Tham middle school Tan Binh district, Ho Chi Minh city.

Nguyen Ngoc Tuan, Le Viet Anh

- 66** A Study on selecting evaluation criteria for specialized physical fitness and technical proficiency of male Volleyball majors at the Faculty of Sports Training, University of Sport Ho Chi Minh city.

SPORTS COACHING

*Nguyen Ngoc Truong,
Tran Phan Duc Anh*

- 76** Research on some exercises to develop legs flexibility for male Vocotruyen athletes in Dong Nai Province.

BIOMEDICAL – PSYCHOLOGICAL OF SPORTS

Nguyen Nam Hai

- 82** Evaluation of willpower qualities in male Taekwondo talent team athletes in Ho Chi Minh city.

Nguyen Nam Hai, Pham Dang Khoa

- 90** Selection of specialized exercises to develop willpower qualities for male athletes in the Ho Chi Minh city Taekwondo talent team.



THẺ LỆ VIẾT VÀ GỬI BÀI

1 Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao công bố và giới thiệu các bài viết tổng quan khoa học, các công trình nghiên cứu, giới thiệu thành tựu khoa học mới thuộc lĩnh vực thể dục thể thao trong và ngoài nước. Nội dung công bố chưa được gửi và đăng ở bất kỳ tạp chí, kỷ yếu Hội nghị khoa học nào khác.

2 Hình thức trình bày: Bài viết được viết bằng tiếng Việt, dài không quá 10 trang giấy khổ A4, đánh máy vi tính trên Word, (bảng mã Unicode, font Time New Roman), cỡ chữ 13, canh lề trên 3cm, lề dưới 2.5cm, lề trái 3cm, lề phải 2cm, giãn dòng 1.5 lines; các công thức toán học dùng MS Equation; số của công thức đánh phía bên phải. Hình vẽ không quá 7x14cm, được định dạng png, jpg, gif, bmp. Tên hình vẽ đặt ở phía dưới. Tên bảng biểu đặt ở phía trên. Hình và bảng phải đánh số thứ tự.

3 Bài viết, biên dịch được trình bày rõ ràng, dùng thuật ngữ khoa học

và đơn vị đo lường hợp pháp do Nhà nước ban hành.

4 Cấu trúc của bài viết:

- Tiêu đề của bài báo (tiếng Việt và tiếng Anh)
- Tác giả bài báo
- Tóm tắt kết quả nghiên cứu, các từ khóa của bài báo (tiếng Việt và tiếng Anh)
- 1. Đặt vấn đề
- 2. Kết quả nghiên cứu
- 3. Kết luận
- Tài liệu tham khảo. Danh mục tài liệu tham khảo không quá 10 đơn vị, được sắp xếp theo thứ tự ABC tên tác giả đối với tiếng Việt và theo họ của tác giả đối với tiếng nước ngoài). Cách ghi trích dẫn: Các trích dẫn để trong dấu ngoặc kép. Sau mỗi trích dẫn cần ghi rõ số thứ tự của tài liệu tham khảo ở danh mục Tài liệu tham khảo được đặt trong ngoặc vuông, khi cần có cả số trang. Ví dụ: [1] hoặc [9, tr. 21-22].
- Cuối bài ghi rõ thông tin của tác giả, nhóm tác giả: học hàm, học vị, chức

danh khoa học của tác giả, đơn vị công tác, địa chỉ liên hệ (điện thoại, E-mail), nguồn bài báo.

5 Tác giả gửi cho Ban biên tập: 01 file word bài viết đến địa chỉ email: tapchikhoahocthethao@ush.edu.vn

6 Bản thảo gửi đăng gồm một bản in chính và một bản điện tử. Bài không đăng, không hoàn trả lại tác giả. Mỗi tác giả được tặng một cuốn tạp chí có bài được đăng.

7 Tạp chí không nhận đăng các bài viết không đúng với các quy định nói trên.

8 Nộp phí đăng bài tạp chí theo tài khoản: Trường Đại học TDTT Thành phố Hồ Chí Minh. Tài khoản số: 3142695913 tại Ngân hàng TMCP Đầu tư và phát triển Việt Nam (BIDV) - Chi nhánh Đông Sài Gòn, Thành phố Hồ Chí Minh.

ĐỊA CHỈ LIÊN HỆ VÀ GỬI BÀI

Toà soạn : Tạp chí Khoa học và Đào tạo Thể dục thể thao - Trường Đại học Thể dục thể thao thành phố Hồ Chí Minh.

Địa chỉ : Khu phố 6, phường Linh Trung, Thành phố Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh.

Email : tapchikhoahocthethao@ush.edu.vn

Điện thoại : 028. 3896. 0322

Chi tiết liên hệ Thư ký tòa soạn:

- ThS. Nguyễn Thanh Tú - ĐT: 0794.888.289

TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

TRUNG TÂM TƯ VẤN VÀ DỊCH VỤ THỂ THAO

Khu phố 6, Phường Linh Trung, Thành phố Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

Tel: 028. 3896. 0322

Email: tapchikhoahocthethao@ush.edu.vn Website: <https://ush.edu.vn>

SẴN SÀNG HỢP TÁC VỚI CÁC ĐƠN VỊ TRONG VÀ NGOÀI NƯỚC TRÊN CÁC LĨNH VỰC

- Xây dựng quy hoạch, chiến lược, đề án TDTT.
- Nghiên cứu khoa học và chuyển giao công nghệ TDTT.
- Đảm bảo y học cho các hoạt động TDTT.
- Đào tạo nguồn nhân lực thể thao trình độ cao.
- Cung ứng huấn luyện viên, giảng viên thể thao.
- Tổ chức tập huấn các đội thể thao.
- Tổ chức các sự kiện thể thao.
- Dịch vụ vận chuyển các đội thể thao.
- Dịch vụ thương mại, trang thiết bị, dụng cụ TDTT.
- Tư vấn thiết kế, xây dựng công trình TDTT.
- Tư vấn việc làm cho các đơn vị TDTT.





TRƯỜNG ĐẠI HỌC THỂ DỤC THỂ THAO THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH



TẠP CHÍ KHOA HỌC VÀ ĐÀO TẠO THỂ DỤC THỂ THAO

Địa chỉ: Khu phố 6, Phường Linh Trung, Thành phố Thủ Đức, Thành phố Hồ Chí Minh

ĐT: 028. 3896. 0322

Email: tapchikhoahocthethao@ush.edu.vn | **Website:** <https://ush.edu.vn>