



THỰC TRẠNG PHONG TRÀO TẬP LUYỆN MÔN KICK BOXING CỦA NGƯỜI DÂN TẠI TỈNH BÀ RỊA - VŨNG TÀU

THE CURRENT SITUATION OF KICKBOXING TRAINING MOVEMENT AMONG RESIDENTS IN BA RIA - VUNG TAU PROVINCE

TÓM TẮT: Bài báo khảo sát thực trạng phong trào tập luyện môn Kick Boxing của người dân tại tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu, với 300 người tham gia. Kết quả cho thấy đa số người tập là nam giới (67,3%), ở độ tuổi 18–25 (32%), có trình độ từ trung cấp đến đại học (52%), và là học sinh/sinh viên (53,3%). Thời gian tập luyện phổ biến là trên 12 tháng, với tần suất 2–3 buổi/tuần, chủ yếu vào buổi chiều. Mỗi buổi tập thường kéo dài 90–120 phút, với chi phí trung bình 450.120 VNĐ. Người tập chủ yếu biết đến các CLB qua bạn bè (65,3%) và thường tập cùng bạn bè (56%). Kết quả phản ánh nhu cầu tập luyện lớn nhưng cũng cho thấy nhiều yếu tố ảnh hưởng như chi phí, truyền thông và điều kiện cơ sở vật chất – là những vấn đề cần cải thiện để phát triển phong trào bền vững.

TỪ KHÓA: Phong trào tập luyện, môn Kick Boxing, người dân.

ABSTRACT: This study investigates the current state of Kickboxing training among residents in Ba Ria – Vung Tau Province, based on a survey of 300 participants. The results show that the majority are male (67.3%), aged 18–25 (32%), have vocational to university-level education (52%), and are mostly students (53.3%). Most participants have trained for over 12 months, with a frequency of 2–3 sessions per week, mainly in the afternoon. Each session typically lasts 90–120 minutes, with an average cost of 450,120 VND. Most respondents learned about the clubs through friends (65.3%) and tend to train with friends (56%). The findings indicate strong interest in Kickboxing but also highlight challenges such as cost, limited publicity, and inadequate facilities—factors that need improvement for sustainable development of the sport.

KEYWORDS: Training movement, Kickboxing, residents.

LÂM NGUYỄN TRIỀU SA

Trung tâm văn hoá, nghệ thuật và thể thao tỉnh Bà Rịa Vũng Tàu

CHU THỊ BÍCH VÂN

Trường Đại học Thể dục thể thao

Thành phố Hồ Chí Minh

ĐINH TRÀ GIANG

Trường Đại học Công đoàn

LAM NGUYEN TRIEU SA

Center for Culture, Arts and Sports of Ba Ria - Vung Tau Province

CHU THI BICH VAN

Ho Chi Minh City University of Sports

DINH TRA GIANG

Thuongmai University

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong những năm gần đây, Kick Boxing ngày càng trở nên phổ biến tại Việt Nam, không chỉ là một môn thể thao đối kháng hấp dẫn mà còn là phương pháp rèn luyện thể chất hiệu quả, phù hợp với nhiều lứa tuổi. Tại tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu, với điều kiện kinh tế - xã hội phát triển và nhu cầu nâng cao sức khỏe ngày càng tăng, phong trào tập luyện Kick Boxing đã bắt đầu hình thành và có những bước phát triển nhất định. Tuy nhiên, việc phát triển phong

trào này vẫn còn nhiều khó khăn và thách thức, đặc biệt là về cơ sở vật chất, đội ngũ huấn luyện viên, tổ chức hoạt động cũng như mức độ tiếp cận của người dân.

Trước thực tế đó, việc nghiên cứu và đánh giá thực trạng phong trào tập luyện môn Kick Boxing của người dân tại tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu là cần thiết nhằm nắm bắt được mức độ phổ biến, động cơ tham gia, điều kiện tập luyện và các yếu tố ảnh hưởng. Kết quả nghiên cứu sẽ là cơ sở để đề xuất các

giải pháp phù hợp nhằm thúc đẩy sự phát triển bền vững của phong trào, góp phần nâng cao sức khỏe cộng đồng và phát triển thể thao quần chúng tại địa phương.

Phương pháp nghiên cứu:

Phương pháp phân tích tài liệu, phương pháp điều tra xã hội học và phương pháp thống kê

Khách thể nghiên cứu:

Khách thể khảo sát là 300 người dân đang tham gia tập luyện môn Kick Boxing tại các CLB trên địa bàn tỉnh Bà Rịa - Vũng Tàu

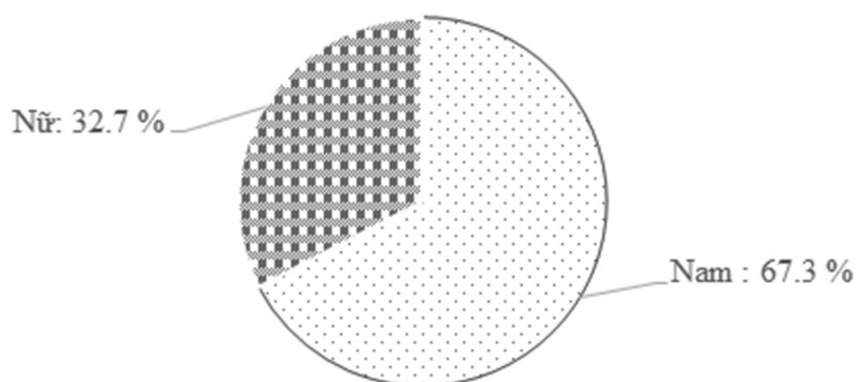
2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1. Thông tin nhân khẩu học của người tham gia khảo sát

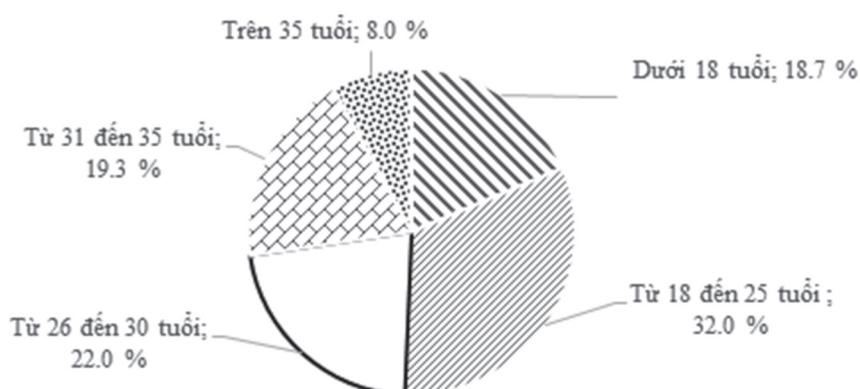
2.1.1. Thông tin về giới tính

Kết quả khảo sát cho thấy trong tổng số 300 người tham gia nghiên cứu, nam giới chiếm đa số với 202 người (67,3%), trong khi nữ giới chiếm 98 người (32,7%). Tỷ lệ này phản ánh đặc điểm chung của các môn thể thao đối kháng như Kick Boxing, vốn thường thu hút nhiều nam giới do tính chất vận động mạnh, cường độ cao và mang yếu tố cạnh tranh rõ rệt.

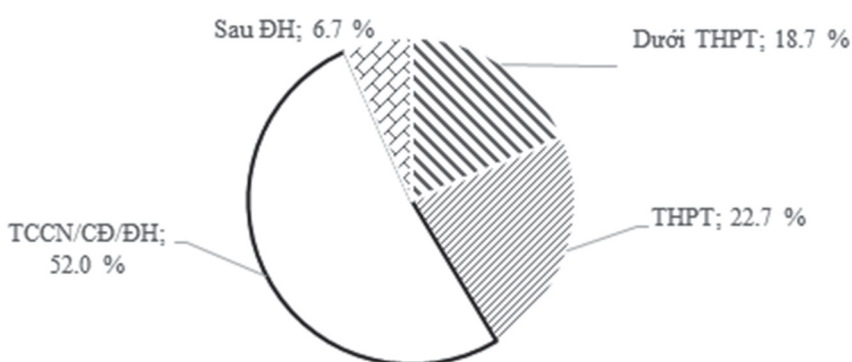
Tuy nhiên, tỷ lệ nữ giới tham gia tập luyện chiếm tới gần 1/3 tổng số người khảo sát là một tín hiệu tích cực, cho thấy xu hướng ngày càng nhiều phụ nữ quan tâm đến việc rèn luyện thể chất thông qua các môn thể thao mạnh mẽ, không chỉ nhằm cải thiện sức khỏe mà còn để tự vệ và nâng cao sự tự tin. Đây cũng là minh chứng cho sự thay đổi nhận thức trong cộng đồng



BIỂU ĐỒ 1: THỐNG KÊ GIỚI TÍNH CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 2: THỐNG KÊ ĐỘ TUỔI CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



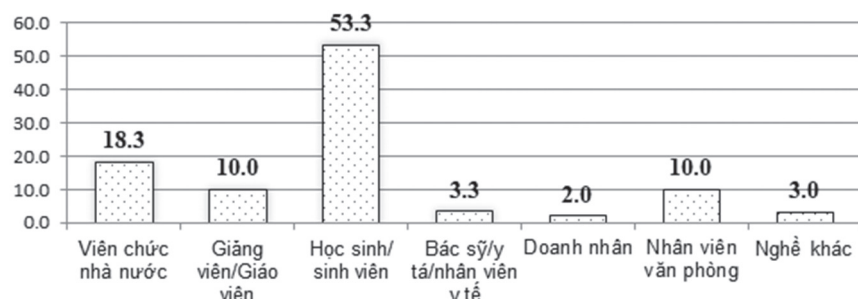
BIỂU ĐỒ 3: THỐNG KÊ TRÌNH ĐỘ HỌC VẤN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

về giới tính trong thể thao, khi khoảng cách giữa nam và nữ trong việc lựa chọn môn thể thao đang dần được thu hẹp.

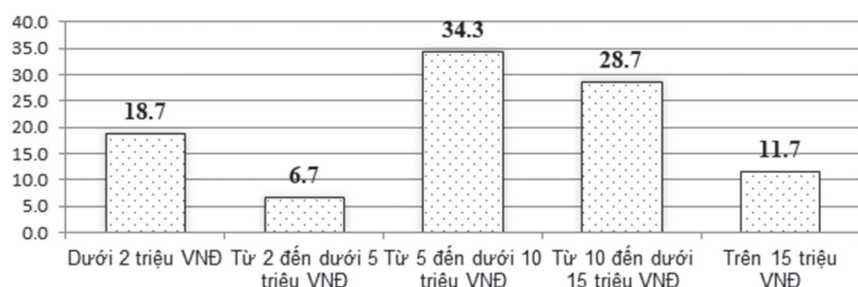
2.1.2. Thông tin về độ tuổi

Phân tích cơ cấu độ tuổi cho thấy nhóm từ 18 đến 25 tuổi chiếm tỷ lệ cao nhất với 32,0%, tiếp theo là nhóm từ 26 đến 30 tuổi (22,0%) và nhóm từ 31 đến 35 tuổi (19,3%). Đây đều

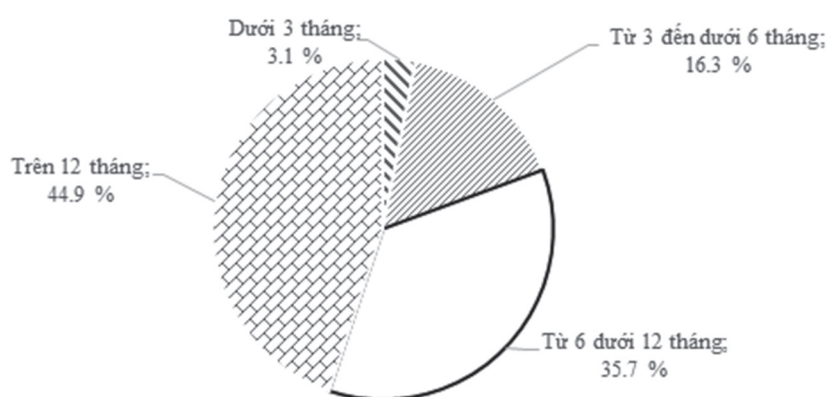
là các nhóm tuổi trẻ, đang trong giai đoạn sung sức về thể lực và có nhu cầu cao trong việc rèn luyện sức khỏe, cải thiện vóc dáng, nâng cao thể lực hoặc giải tỏa căng thẳng sau giờ làm việc, học tập. Việc Kick Boxing thu hút đông đảo người trong độ tuổi thanh niên, đặc biệt là sinh viên và người đi làm trẻ, là điều dễ hiểu bởi đặc trưng vận động



BIỂU ĐỒ 4: THỐNG KÊ NGHỀ NGHIỆP CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 5: THỐNG KÊ THU NHẬP HÀNG THÁNG CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 6: THỐNG KÊ THỜI GIAN THAM GIA TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

mạnh, mang tính thử thách và khả năng giúp cải thiện nhanh chóng thể lực, phản xạ và sự tự tin.

2.1.3. Thông tin về trình độ học vấn

Kết quả phân tích cho thấy nhóm người có trình độ Trung cấp chuyên nghiệp (TCCN), Cao đẳng (CĐ) và Đại học (ĐH) chiếm tỷ lệ cao nhất với 52,0%. Đây là nhóm có trình độ học vấn tương đối, thường có nhận thức cao về lợi ích của việc rèn luyện thể chất cũng như khả năng tiếp cận thông tin và dịch

vụ thể thao hiện đại. Sự chiếm ưu thế của nhóm này phản ánh xu hướng người có trình độ học vấn từ trung bình khá trở lên có nhu cầu chăm sóc sức khỏe chủ động và chọn lựa các môn thể thao có tính hiệu quả cao như Kick Boxing.

2.1.4. Thông tin về nghề nghiệp

Kết quả cho thấy trong 300 người tham gia khảo sát có 7 nhóm ngành nghề khác nhau, trong đó “Học sinh/Sinh viên” chiếm tỷ lệ cao nhất với 53,3%, phản ánh sự quan tâm mạnh mẽ của giới trẻ đối với Kick Boxing

như một hình thức rèn luyện thể chất, giảm căng thẳng và nâng cao kỹ năng tự vệ. Ngược lại, nhóm “Doanh nhân” chiếm tỷ lệ thấp nhất (2,0%), có thể do đặc thù công việc bận rộn, ít thời gian cho các hoạt động thể thao cường độ cao. Điều này cho thấy nghề nghiệp là yếu tố ảnh hưởng rõ nét đến mức độ tham gia tập luyện Kick Boxing trong cộng đồng.

2.1.5. Thông tin về thu nhập hàng tháng

Kết quả khảo sát cho thấy có 5 nhóm thu nhập hàng tháng, trong đó nhóm có thu nhập từ 5 đến dưới 10 triệu đồng chiếm tỷ lệ cao nhất (41,8%), cho thấy mức chi tiêu cho hoạt động thể thao như Kick Boxing phổ biến nhất ở nhóm thu nhập trung bình. Ngược lại, nhóm có thu nhập trên 15 triệu đồng chỉ chiếm 6,7%, phản ánh khả năng nhóm thu nhập cao có xu hướng chọn lựa hình thức tập luyện riêng tư, cao cấp hơn hoặc gặp hạn chế về thời gian. Điều này cho thấy thu nhập là yếu tố tác động đến khả năng tiếp cận và lựa chọn hình thức tập luyện của người dân.

2.2. Thực trạng tập luyện tại các câu lạc bộ của người tham gia khảo sát

2.2.1. Thực trạng về thời gian tham gia tập luyện

Kết quả phân tích cho thấy đa số người tham gia tập luyện Kick Boxing có thời gian tập “trên 12 tháng” (44,9%), cho thấy sự gắn bó lâu dài và ổn định với môn thể thao này. Nhóm tập “từ 6 đến dưới 12 tháng” cũng chiếm tỷ lệ đáng

kể (35,7%), cho thấy xu hướng gia tăng người mới bắt đầu tập luyện. Trong khi đó, nhóm “dưới 3 tháng” chỉ chiếm 3,1%, phản ánh số lượng người mới tham gia còn hạn chế, từ đó cho thấy cần có giải pháp thu hút và hỗ trợ người mới duy trì tập luyện lâu dài.

2.2.2. Thực trạng về mức độ tham gia tập luyện

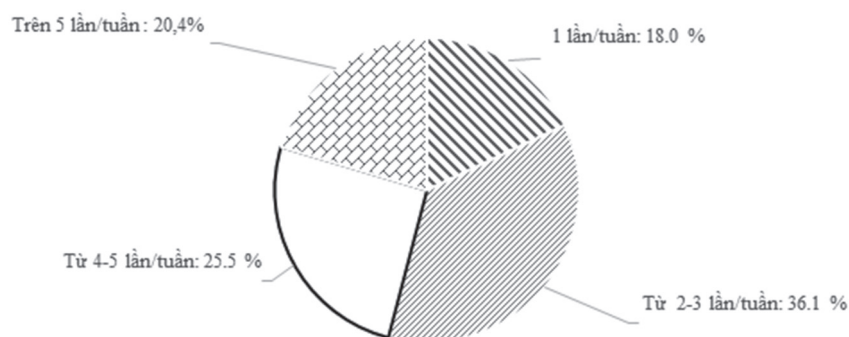
Kết quả cho thấy tần suất tập luyện phổ biến nhất là từ 2–3 lần/tuần (36,1%), cho thấy mức độ duy trì đều đặn phù hợp với người rèn luyện thể thao phong trào. Tiếp theo là nhóm tập 4–5 lần/tuần (25,5%) và trên 5 lần/tuần (20,4%), phản ánh một bộ phận người tập có cường độ cao và gắn bó thường xuyên. Nhóm tập 1 lần/tuần chiếm thấp nhất (18%), cho thấy nhu cầu tập luyện chưa ổn định, cần được khuyến khích nâng cao tần suất để đạt hiệu quả tốt hơn.

2.2.3. Thực trạng về thời điểm trong ngày tham gia tập luyện

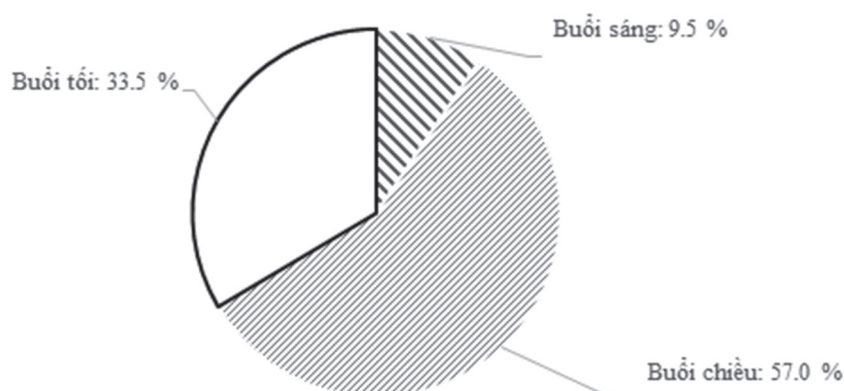
Kết quả cho thấy thời điểm tập luyện được lựa chọn nhiều nhất là vào buổi chiều (57,0%), tiếp theo là buổi tối (33,5%), cho thấy người tham gia thường ưu tiên tập luyện sau giờ học hoặc làm việc. Buổi sáng chỉ chiếm 9,5%, phản ánh thói quen sinh hoạt và hạn chế về thời gian đầu ngày của đa số người tập. Điều này gợi ý các đơn vị tổ chức cần tập trung sắp xếp lịch tập phù hợp vào chiều và tối để thu hút đông người tham gia.

2.2.4. Thời gian tham gia một lần (buổi) tập luyện

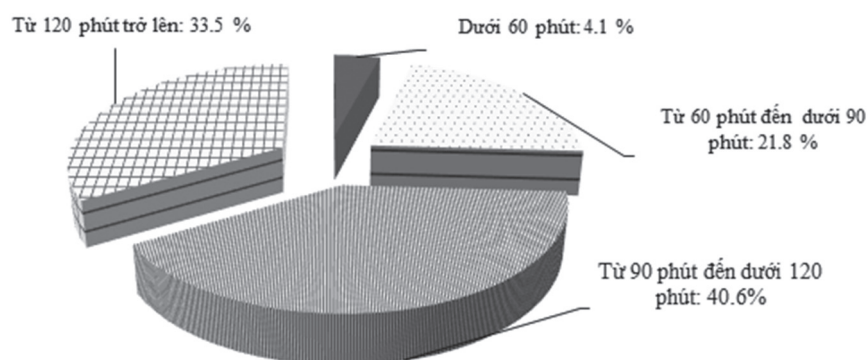
Kết quả thống kê cho thấy phần lớn người tham gia tập luyện trong khoảng thời gian



BIỂU ĐỒ 7: THỐNG KÊ VỀ MỨC ĐỘ THAM GIA TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 8: THỐNG KÊ VỀ THỜI ĐIỂM TRONG NGÀY THAM GIA TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 9: THỐNG KÊ VỀ THỜI GIAN THAM GIA MỘT LẦN (BUỔI) TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

từ 90 đến dưới 120 phút mỗi buổi (40,6%), cho thấy sự đầu tư nghiêm túc vào hoạt động rèn luyện. Tiếp theo là nhóm từ 120 phút trở lên (33,5%), phản ánh mức độ tập luyện cường độ cao ở một bộ phận người tập. Nhóm từ 60 đến dưới 90 phút chiếm 21,8%, còn lại chỉ 4,1% tập dưới 60 phút. Điều này cho thấy đa số người tham gia dành

thời gian đáng kể cho mỗi buổi tập, phù hợp với tính chất vận động chuyên sâu của môn Kick Boxing.

2.2.5. Thực trạng về chi phí cho tập luyện hàng tháng

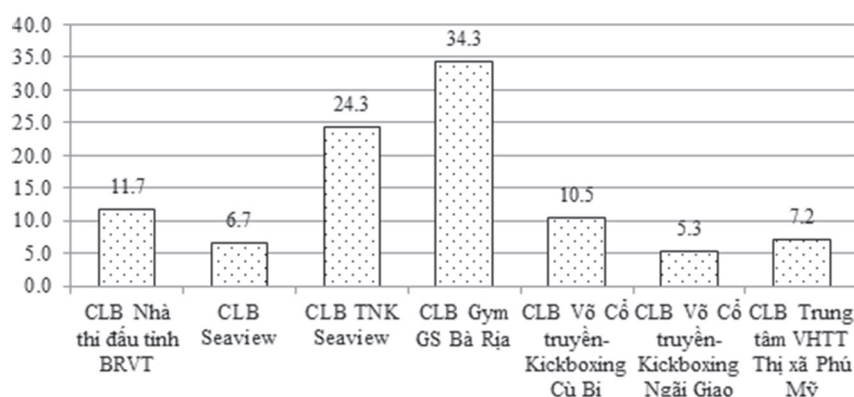
Theo kết quả phân tích tại Bảng 1, chi phí trung bình cho hàng tháng tập luyện Kick Boxing là 450.120 VNĐ. Đây là mức chi tương đối cao so với



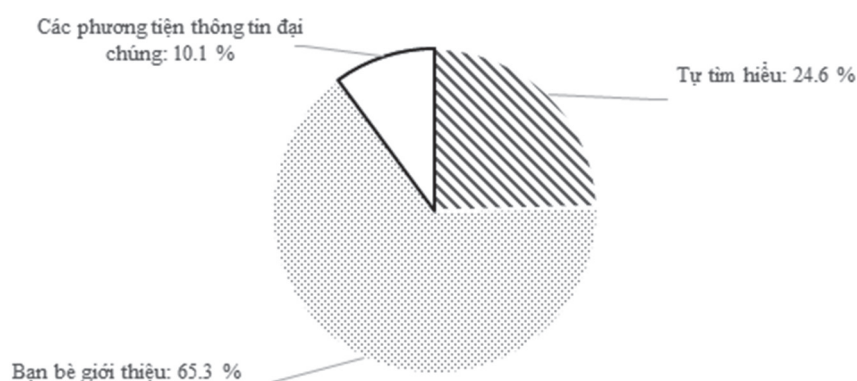
BẢNG 1: KẾT QUẢ THỐNG KÊ CHI PHÍ TRUNG BÌNH HÀNG THÁNG THAM GIA TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

TT	NỘI DUNG	N	TB (VNĐ)	SD
1	Chi phí tham gia	300	450.120	13.63

Nguồn: kết quả xử lý số liệu



BIỂU ĐỒ 10: THỐNG KÊ VỀ ĐỊA ĐIỂM THAM GIA TẬP LUYỆN CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT



BIỂU ĐỒ 11: THỐNG KÊ VỀ VIỆC BIẾT ĐẾN CÁC CLB CỦA NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

mặt bằng thu nhập trung bình của người dân, đặc biệt là học sinh, sinh viên – nhóm chiếm tỷ lệ lớn trong đối tượng tập luyện. Điều này cho thấy Kick Boxing đang được xem như một môn thể thao có tính đầu tư, đòi hỏi người tập phải có sự quan tâm và cam kết nhất định về tài chính. Đồng thời, đây cũng là yếu tố có thể ảnh hưởng đến khả năng duy trì và mở rộng phong trào nếu không có chính sách hỗ trợ hoặc đa dạng hóa mô hình tập luyện phù hợp với nhiều nhóm thu nhập khác

nau.

2.2.6. Thực trạng về địa điểm tham gia tập luyện

Biểu đồ cho thấy tỷ lệ người tham gia tập luyện Kick Boxing phân bố không đồng đều giữa các CLB. Dẫn đầu là CLB Gym GS Bà Rịa với tỷ lệ cao nhất 34,3%, cho thấy đây là địa điểm thu hút đông đảo người tập nhất. Xếp thứ hai là CLB TNK Seaview với 24,3%, cũng là một trung tâm có sức hút lớn. Tiếp theo là CLB Nhà thi đấu tỉnh BRVT (11,7%) và CLB Võ cổ truyền – Kickboxing Cù Bị (10,5%). Các CLB có tỷ lệ người tập thấp hơn gồm: CLB Trung tâm VHTT Thị xã Phú Mỹ với 7,2%, CLB Seaview (6,7%) và thấp nhất là CLB Võ cổ truyền – Kickboxing Ngãi Giao với 5,3%.

Bị (10,5%). Các CLB có tỷ lệ người tập thấp hơn gồm: CLB Trung tâm VHTT Thị xã Phú Mỹ với 7,2%, CLB Seaview (6,7%) và thấp nhất là CLB Võ cổ truyền – Kickboxing Ngãi Giao với 5,3%. Kết quả này cho thấy sự tập trung lớn ở một số trung tâm có điều kiện cơ sở vật chất tốt, đội ngũ huấn luyện chất lượng và vị trí thuận tiện, trong khi các địa điểm khác vẫn còn hạn chế về mức độ thu hút người tham gia, cần được quan tâm đầu tư và quảng bá nhiều hơn để nâng cao hiệu quả hoạt động.

2.2.7. Thực trạng về việc biết đến các câu lạc bộ của người tham gia khảo sát

Kết quả khảo sát cho thấy phần lớn người tham gia biết đến các CLB Kick Boxing thông qua “bạn bè giới thiệu” (65,3%), cho thấy vai trò quan trọng của kênh truyền miệng trong việc lan tỏa phong trào. Xếp thứ hai là hình thức “tự tìm hiểu” (24,6%), phản ánh sự chủ động của người tập trong việc tiếp cận thông tin. Thấp nhất là qua “các phương tiện thông tin đại chúng” (10,1%), cho thấy hiệu quả truyền thông chính thức còn hạn chế, cần được đẩy mạnh để nâng cao mức độ nhận diện và thu hút người tham gia rộng rãi hơn.

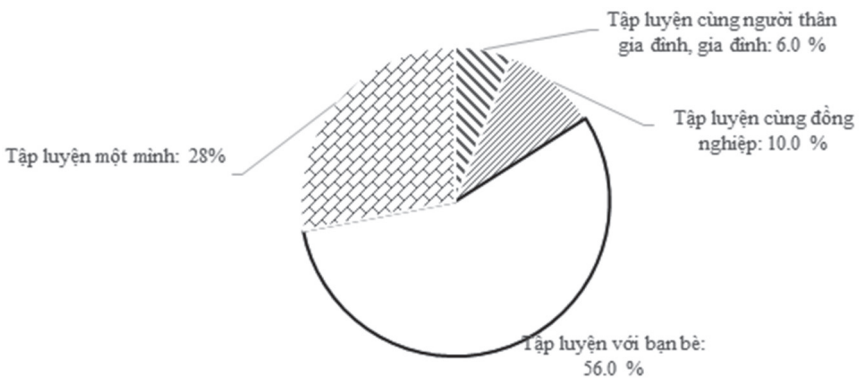
2.2.8. Thực trạng về người tham gia tập luyện cùng với người tham gia khảo sát

Kết quả thống kê cho thấy hình thức tham gia tập luyện phổ biến nhất là “tập luyện với bạn bè” (56%), cho thấy yếu tố xã hội và sự đồng hành đóng vai trò quan trọng trong việc

duy trì thói quen rèn luyện. Xếp thứ hai là “tập luyện một mình” (28%), phản ánh nhóm người có tính chủ động và khả năng tự rèn luyện cao. “Tập cùng đồng nghiệp” chiếm 10%, cho thấy mô hình tập luyện gắn với môi trường công sở chưa phổ biến. Thấp nhất là “tập cùng người thân, gia đình” (6%), cho thấy nhu cầu luyện tập gia đình còn hạn chế, cần được khuyến khích để mở rộng đối tượng tham gia.

3. KẾT LUẬN

Nghiên cứu đã phản ánh rõ thực trạng phong trào tập luyện môn Kick Boxing tại tỉnh Bà Rịa – Vũng Tàu thông qua khảo sát 300 người dân đang tham gia tập luyện. Kết quả cho thấy Kick Boxing đang thu hút sự quan tâm của đông đảo người dân, đặc biệt là giới trẻ, học sinh – sinh viên, với tần suất và



BIỂU ĐỒ 12: THỐNG KÊ TRẠNG THÁI NGƯỜI THAM GIA TẬP LUYỆN CÙNG VỚI NGƯỜI THAM GIA KHẢO SÁT

thời gian tập luyện tương đối ổn định. Tuy nhiên, vẫn còn tồn tại một số hạn chế như chi phí tập luyện cao, sự phân bố chưa đồng đều giữa các câu lạc bộ, và hiệu quả truyền thông chưa thực sự mạnh mẽ.

Từ những kết quả thu được, nghiên cứu đề xuất các cơ quan chức năng và các đơn vị tổ chức cần quan tâm đầu tư thêm về cơ sở vật chất, giảm bớt rào cản

chi phí, đa dạng hóa hình thức truyền thông và mở rộng tiếp cận đến các nhóm dân cư khác nhau. Qua đó góp phần phát triển phong trào Kick Boxing bền vững, nâng cao sức khỏe cộng đồng và thúc đẩy thể thao quần chúng tại địa phương. ■

Ngày tòa soạn nhận bài: 01/03/2025,
ngày phản biện đánh giá: 10/03/2025,
ngày chấp nhận đăng: 25/03/2025.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Cao Cường (2023), Thực trạng phong trào tập luyện môn Khiêu vũ thể thao, Gym trong Trường Đại học Kinh tế - Kỹ thuật Công nghiệp, *Tạp chí Khoa học Thể thao*, số đặc biệt.
2. Đồng Hương Lan, Nguyễn Thị Hương (2024), Thực trạng hoạt động thể dục thể thao quần chúng của thị xã Nghi Sơn, tỉnh Thanh Hóa, *Tạp chí Khoa học Thể thao*, số 1.
3. Nguyễn Hoàng Minh Thuận và cộng sự (2017), *Giáo trình thống kê trong thể dục thể thao*, Nhà xuất bản Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh.
4. Hoàng Trọng & Chu Nguyễn Mộng Ngọc (2008), *Phân tích dữ liệu nghiên cứu với SPSS*, Nhà xuất bản Hồng Đức, Trường Đại học kinh tế Thành phố Hồ Chí Minh.
5. Lý Đức Trường (2021), Thực trạng phong trào tập luyện Boxing trên địa bàn Thành phố Bắc Ninh, tỉnh Bắc Ninh, *Tạp chí Khoa học Thể thao*, số đặc biệt.