



NGHIÊN CỨU BÀI TẬP BỔ TRỢ NHẪM NÂNG CAO HIỆU QUẢ KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM RỔ MỘT TAY TRÊN CAO CHO SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG RỔ TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM THỂ DỤC THỂ THAO HÀ NỘI

RESEARCH ON ADDITIONAL EXERCISES TO IMPROVE TECHNICAL EFFECTIVENESS AT OVERHEAD ONE-HANDED BASKETBALL THROWS FOR BASKETBALL CLUB STUDENTS HANOI UNIVERSITY OF PHYSICAL AND SPORTS

TÓM TẮT: Kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay là một trong những nội dung đánh giá kết quả học tập của môn bóng rổ của sinh viên. Bài viết nghiên cứu các yếu tố ảnh hưởng, hạn chế thường gặp trong quá trình tập luyện kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao môn bóng rổ qua đánh giá thực trạng, từ đó tiến hành lựa chọn được 09 bài tập bổ trợ nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao cho sinh viên câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm Thể dục thể thao Hà Nội.

TỪ KHÓA: Bài tập, bổ trợ, kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao, sinh viên.

ABSTRACT: On-the-spot technique for one-handed shooting is one of the contents to evaluate students' basketball learning outcomes. This article studies the influencing factors and limitations commonly encountered in the process of practicing on-the-spot technique of overhead one-handed shooting in basketball through assessing the current situation, from which 09 supplementary exercises are selected. In order to improve the technical efficiency of one-handed overhead shooting on the spot for students of the basketball club at Hanoi University of Physical Education and Sports.

KEYWORDS: Exercises, supplements, on-the-spot technique of overhead one-handed shooting, students.

NGUYỄN VĂN DUYỆT

*Trường Đại học Sư phạm Thể dục
Thể thao Hà Nội*

NGUYEN VAN DUYET

*Ha Noi University of Physical
Education and Sports*

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ở nước ta hiện nay, bóng rổ có xu hướng phát triển mạnh và đạt được một số thành tích nhất định cấp khu vực cũng như cấp châu lục. Giải bóng rổ chuyên nghiệp Việt Nam được tổ chức hàng năm thu hút sự theo dõi của hàng triệu người hâm mộ đủ các lứa tuổi trong cả nước. Từ đó phong trào tập luyện bóng rổ đã được phổ biến rộng rãi trên cả nước, đặc biệt là đối tượng học sinh. Tập luyện và thi đấu bóng rổ giúp

cho con người phát triển toàn diện về nhiều mặt. Chính sự toàn diện mà bóng rổ được coi là môn thể thao không thể thiếu được trong nội dung, phương tiện giáo dục thể chất trong các trường Đại học, Cao đẳng và trung học chuyên nghiệp.

Trong quá trình giảng dạy tại Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội, một trong những kỹ thuật cơ bản và quan trọng là kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao. Đây là một trong những kỹ thuật khó đòi

BẢNG 1: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN LỰA CHỌN CÁC TEST ĐÁNH GIÁ KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM RỔ MỘT TAY TRÊN CAO (n=15)

TT	TEST	KẾT QUẢ PHÒNG VẤN					
		Rất quan trọng		Quan trọng		Không quan trọng	
		n	%	n	%	n	%
1.	Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả)	14	93.33	1	6.67	-	-
2.	Di chuyển, dùng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần)	9	69.23	3	20.00	3	20.00
3.	Ném rổ xa ở vị trí 3 điểm 5 lần (quả)	-	-	5	33.33	10	66.67
4.	Ném rổ 1 tay tại vạch ném phạt 10 lần (quả)	5	33.33	4	26.67	6	40.00
5.	Ném rổ 9 vị trí khu 3 giây (quả)	12	80.00	2	13.33	1	6.67

hỏi mỗi SV phải nắm vững kỹ thuật cơ bản, sử dụng đến mức thành thạo và đa dạng các hình thức thực hiện khác. Tuy nhiên qua quá trình giảng dạy, tác giả nhận thấy việc vận dụng kỹ thuật này vào tập luyện của SV hiện nay chưa mang lại hiệu quả cao. Xuất phát từ lý do trên, tác giả tiến hành nghiên cứu các bài tập bổ trợ nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao môn bóng rổ cho SV Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

Các phương pháp sử dụng khi nghiên cứu bao gồm: phương pháp đọc và phân tích tài liệu; phương pháp phỏng vấn tọa đàm, phương pháp sư phạm, phương pháp kiểm tra sư phạm và phương pháp toán thống kê.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

2.1 Thực trạng hiệu quả thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao môn bóng rổ cho sinh viên câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

2.1.1 Lựa chọn các test đánh giá

Bài viết tiến hành phỏng vấn các nhà chuyên môn để lựa chọn các test đánh giá hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay

BẢNG 2: KẾT QUẢ KIỂM TRA KỸ THUẬT NÉM RỔ TAY TRÊN CAO CỦA SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG RỔ NHÀ TRƯỜNG (n=15)

TT	NỘI DUNG KIỂM TRA	KẾT QUẢ
		$\bar{x} \pm s$
1.	Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả).	1.56±1.094
2.	Di chuyển, dùng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần).	14.50±2.76
3.	Ném rổ 9 vị trí (quả).	3.03±0.79

trên cao môn bóng rổ cho SV Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội, những test nào đạt tỷ lệ đồng ý >50% sẽ được lựa chọn để sử dụng trong quá trình nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Từ kết quả tại bảng 1, ta có được các test có tỷ lệ lựa chọn cao từ các giảng viên, HLV bóng rổ ở các sở, các trường Đại học:

1/ Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả).

2/ Di chuyển, dùng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần).

3/ Ném rổ 9 vị trí khu 3 giây (quả).

2.1.2 Xác định các nguyên nhân – sai lầm thường mắc khiến hiệu quả thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao của sinh viên câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội

Bài viết tiến hành thống kê kết quả kiểm tra kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao của SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường qua các test được lựa chọn. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 bài viết nhận thấy kết quả thực hiện kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao của SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường còn thấp. Để tìm hiểu thêm nguyên nhân khiến hiệu quả kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao của SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường còn thấp, bài viết tiến hành phỏng vấn các nhà chuyên môn về những sai lầm thường mắc khi thực hiện kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Kết quả tại bảng 3 cho thấy các sai lầm thường mắc chiếm tỷ lệ cao mà bài viết đã thống kê hầu hết tập trung vào kỹ thuật động tác. Điều này nói lên tính phức tạp của kỹ thuật động tác, đòi hỏi người tập phải nắm



BẢNG 3: THỐNG KÊ CÁC SAI LẦM THƯỜNG MẮC KHI THỰC HIỆN KỸ THUẬT NÉM RỔ TAY TRÊN CAO CỦA SINH VIÊN CÂU LẠC BỘ BÓNG RỔ NHÀ TRƯỜNG (n=15)

TT	GIAI ĐOẠN	SAI LẦM THƯỜNG MẮC	GV,HLV	
			n	Tỷ lệ %
1.	Chuẩn bị	Sai hình tay tiếp xúc bóng	10	66.67
		Sai tư thế chân và vị trí đứng lệch so với rổ	15	100.00
		Sai tư thế thân người (vai hướng rổ)	9	60.00
2.	Sẵn sàng	Bóng và tay ném nằm xa so với vị trí chuẩn (trán)	8	53.33
		Khuỷu tay ném rổ hướng sang bên, không vuông góc với mặt đất	15	100.00
		Hai tay gán nhau khi tiếp xúc bóng	7	46.67
		Trọng tâm cơ thể không dòn đều trên 2 chân (người ngã về phía trước)	8	53.33
3.	Phát lực và kết thúc	Không kết hợp lực toàn thân khi tạo lực đẩy bóng	13	86.67
		Sử dụng cả hai tay khi phát lực đẩy bóng đi	10	66.67
		Hướng đẩy bóng chưa đúng, đường bóng bay thấp	13	86.67
		Thiếu hoặc không phát huy tác dụng của cổ tay khi ném bóng	15	100.00
		Bóng tiếp xúc với ngón tay sau cùng không phải là ngón trỏ và ngón giữa	14	93.33

vững kỹ thuật và thường xuyên luyện tập để thực hiện chính xác, qua đó nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao.

2.2 Lựa chọn và ứng dụng các bài tập bổ trợ nâng cao kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao của SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường

2.2.1 Những căn cứ để lựa chọn các bài tập

- Căn cứ vào thực tiễn yêu cầu chương trình giảng dạy.
- Căn cứ vào đối tượng, trình độ tập luyện và tham khảo tài liệu chuyên môn bóng rổ.
- Căn cứ và thực tiễn tập luyện và thi đấu bóng rổ.

Để có những căn cứ khách quan trong việc lựa chọn những bài tập bổ trợ nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao của SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường chúng tôi

tiến hành phỏng vấn HLV, giảng viên bộ môn bóng rổ thông qua hình thức dùng phiếu hỏi. Những bài tập được phỏng vấn có tỷ lệ đạt trên 50% sẽ được lựa chọn để áp dụng cho đối tượng nghiên cứu. Kết quả được trình bày tại bảng 4.

Kết quả tại bảng 4 cho thấy bài viết đã lựa chọn được 9 bài tập được các nhà chuyên môn tán thành cao (trên 60% ý kiến đồng ý) phân làm 2 nhóm bài tập được chúng tôi lựa chọn (các bài tập được in đậm tại bảng 4) vào luyện tập bổ trợ nâng cao hiệu quả thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho SV câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội.

2.2.2 Đánh giá hiệu quả các bài tập bổ trợ nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho SV câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm

Thử nghiệm Thể thao Hà Nội

Đánh giá hiệu quả các bài tập bổ trợ nhằm nâng cao hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho SV câu lạc bộ bóng rổ Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội, bài viết tiến hành thực nghiệm sư phạm trên khách thể nghiên cứu. Đối tượng thực nghiệm là 87 sinh viên được chia ngẫu nhiên thành 2 nhóm. Mục đích là áp dụng bài tập mà bài viết đã lựa chọn vào tập luyện, qua đó kiểm nghiệm và đánh giá mức độ ảnh hưởng của nó qua quá trình tập luyện kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho SV câu lạc bộ bóng rổ nhà trường. Bài viết sử dụng phương pháp thực nghiệm song song, một nhóm tập theo chương trình bóng rổ mà khoa GDTC áp dụng giảng dạy, một nhóm tập luyện theo chương trình bóng rổ mà khoa GDTC áp dụng giảng dạy và có kết hợp

BẢNG 4: KẾT QUẢ PHÒNG VẤN LỰA CHỌN BÀI TẬP (n=5)

TT	BÀI TẬP	KẾT QUẢ PHÒNG VẤN (n=15)					
		Rất cần thiết		Cần thiết		Không cần thiết	
		n	%	n	%	n	%
I	Bài tập chỉnh sửa tư thế kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao						
1.	Bài tập chỉnh sửa tay cầm bóng (3 lần x 2 tổ)	15	100.00	-	-	-	-
2.	Thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao ở tư thế ngồi bệt (3 lần x 2 tổ)	9	60	3	20	3	20
3.	Bật nhảy qua vật cản thực hiện ném rổ một tay trên cao (thời gian 1 phút 30 giây)	4	26.67	7	46.67	4	26.67
4.	Ném bóng trúng đích vào tường (10 lần x 2 tổ)	14	93.33	1	6.67	-	-
5.	Bài tập cầm bóng 1 tay ném rổ cự ly gần (5 lần x 2 tổ)	11	73.33	1	6.67	3	20.00
6.	Nằm sấp chống tay (15 lần x 2 tổ)	4	26.67	3	20.00	8	53.33
II	Bài tập hoàn thiện kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao						
1.	Ném rổ 1 tay trên cao tại vạch phạt 5 lần (5 quả x 2 tổ)	15	100.00	-	-	-	-
2.	Tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí (5 quả x 2 tổ)	6	40.00	6	40.00	3	20.00
3.	Bật nhảy quay người nhận bóng ném rổ (thời gian 1 phút)	7	46.67	5	33.33	3	20.00
4.	Ném rổ 5 vị trí khác nhau có khoảng cách bằng nhau (7 quả x 2 tổ)	9	60.00	3	20.00	3	20.00
5.	Bài tập di chuyển xuống vạch cuối sân nhận bóng ném rổ góc 0 độ (60 giây x 2 tổ)	8	53.33	7	46.67	-	-
6.	Ném thẳng (9 vị trí) (15 lần x 2 tổ)	14	93.33	-	-	1	6.67
7.	Ném rổ một tay trên cao cự ly trung bình 5 vị trí (15 lần x 2 tổ)	2	13.33	-	-	13	86.67
8.	Trò chơi: 3 người ném 2 bóng (2 phút x 2 tổ)	10	66.67	2	13.33	3	20.00
9.	Ném bóng vào ô 45x59cm trên bảng rổ 10 quả (10 lần x 2 tổ)	4	26.67	6	40.00	5	33.33
10.	Trò chơi: Ném rổ một tay trên cao có thưởng phạt (2 phút x 2 tổ)	1	6.67	3	20.00	11	73.33

với các bài tập bổ trợ mà bài viết đã lựa chọn.

Đánh giá kết quả thực nghiệm bài viết sử dụng các test đã lựa chọn để tiến hành kiểm tra thành tích ban đầu (trước thực nghiệm) của hai nhóm thực nghiệm và đối chứng.

Kết quả thành tích kiểm tra ban đầu của hai nhóm như sau:

Qua bảng 5 cho ta thấy kết quả ở cả 3 test đều có mức độ chênh lệch thành tích không đáng kể của 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng.

Biểu hiện ở $t_{\text{tính}} < t_{\text{bảng}}$ sự khác biệt không có ý nghĩa ở ngưỡng xác suất $p > 0.05$. Như vậy, trình độ giữa 2 nhóm thực nghiệm và nhóm đối chứng tương đương nhau, sự sai lệch không đáng kể.

Bài viết tiến hành áp dụng 2 nhóm bài tập bổ trợ kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho SV câu lạc bộ bóng rổ vào nhóm thực nghiệm với 13 tuần, thời gian dành cho mỗi buổi tập 15-20 phút. Sau thời gian tiến hành thực nghiệm trên chúng tôi kiểm tra so sánh thu được

kết quả tại bảng 6.

Kết quả tại bảng 6 cho thấy sau 13 tuần thực nghiệm, kết quả kiểm tra của 2 nhóm thực nghiệm và đối chứng đã có sự khác biệt đáng kể. Cụ thể ở thành tích ở nhóm thực nghiệm cao hơn thành tích tương đương ở nhóm đối chứng, thể hiện ở $t_{\text{tính}} > t_{\text{bảng}}$ ở ngưỡng xác suất $p < 0.05$. Điều này chứng tỏ các bài tập bổ trợ mà bài viết đã lựa chọn mang lại hiệu quả.

Để thấy rõ được sự khác nhau về mức độ tăng trưởng chỉ số các

**BẢNG 5: SO SÁNH THÀNH TÍCH TRƯỚC THỰC NGHIỆM CỦA 2 NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG (n=87)**

TEST	NHÓM ĐỐI CHỨNG (n=42)	NHÓM THỰC NGHIỆM (n=45)	t _{tính}	t _{bảng}	P
	$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$			
Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả).	1.52±0.981	1.57±0.978	0.115	1.960	>0.05
Di chuyển, dừng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần).	14.5±2.76	14.10±0.88	0.649	1.960	>0.05
Ném rổ 9 vị trí (quả).	3.03±0.79	3.01±0.68	0.053	1.960	>0.05

BẢNG 6: SO SÁNH THÀNH TÍCH SAU THỰC NGHIỆM CỦA 2 NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG (n=87)

TEST	NHÓM ĐỐI CHỨNG (n=42)	NHÓM THỰC NGHIỆM (n=45)	t _{tính}	t _{bảng}	P
	$\bar{x} \pm \delta$	$\bar{x} \pm \delta$			
Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả).	2.13±0.922	3.06±0.978	2.159	1.960	<0.05
Di chuyển, dừng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần).	13.1±2.03	11.8±1.43	2.214	1.960	<0.05
Ném rổ 9 vị trí (quả).	3.66±0.53	4.38±0.79	2.039	1.960	<0.05

BẢNG 7: NHỊP TĂNG TRƯỞNG CÁC CHỈ SỐ ĐÁNH GIÁ HIỆU QUẢ KỸ THUẬT TẠI CHỖ NÉM RỔ MỘT TAY TRÊN CAO CỦA NHÓM THỰC NGHIỆM VÀ ĐỐI CHỨNG

TEST KIỂM TRA	THAM SỐ					
	Va	Va1	Vb	Vb1	Wa(%)	Wb(%)
Tại chỗ ném rổ vạch phạt 5 lần (quả).	1.52	2.13	1.57	3.09	33.42	65.24
Di chuyển, dừng nhận bóng ném rổ 1 tay trên cao 3 vị trí trong khu giới hạn 10 quả vào rổ (lần).	14.50	13.10	14.10	11.80	10.14	17.76
Ném rổ 9 vị trí (quả).	3.03	3.66	3.01	4.38	18.83	37.08

Trong đó:

Va: Là giá trị trung bình của nhóm đối chứng trước thực nghiệm.

Va1: Là giá trị trung bình của nhóm đối chứng sau thực nghiệm.

Vb: Là giá trị trung bình của nhóm thực nghiệm trước thực nghiệm

Vb1: Là giá trị trung bình của nhóm thực nghiệm sau thực nghiệm

Wa: Là mức độ tăng trưởng sau thực nghiệm của nhóm đối chứng

Wb: Là mức độ tăng trưởng sau thực nghiệm của nhóm thực nghiệm

test kiểm tra của nhóm đối chứng và nhóm thực nghiệm chúng tôi tiến hành tính nhịp độ tăng trưởng của cả hai nhóm. Kết quả được trình bày tại bảng 7.

Thông qua các chỉ số tăng trưởng của 3 test đánh giá mà bài viết sử dụng trong quá trình thực nghiệm chứng tỏ rằng các bài tập hỗ trợ được lựa chọn mang lại hiệu quả tốt, giúp nâng

cao hiệu quả kỹ thuật tại chỗ ném bóng 1 tay trên cao cho sinh viên nhà trường.

3. KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu đã lựa chọn được 9 bài tập, phân thành 2 nhóm mang tính khoa học và phù hợp với thực tiễn của SV Trường Đại học Sư phạm Thể dục Thể thao Hà Nội bao gồm:

* Nhóm 1: Bài tập chỉnh sửa tư thế kỹ thuật tại chỗ ném rổ 1 tay trên cao

Bài tập 1: Bài tập chỉnh sửa tay cầm bóng

Bài tập 2: Thực hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao ở tư thế ngồi bệt

Bài tập 3: Ném bóng trúng đích vào tường

Bài tập 4: Bài tập cầm bóng 1

tay ném rổ cự ly gần

* Nhóm 2: Bài tập hoàn thiện kỹ thuật ném rổ 1 tay trên cao

Bài tập 5: Ném rổ 1 tay trên cao tại vạch phạt 5 lần (quả)

Bài tập 6: Ném rổ 5 vị trí khác nhau có khoảng cách bằng nhau

Bài tập 7: Bài tập di chuyển xuống vạch cuối sân nhận bóng

ném rổ góc 0 độ

Bài tập 8: Ném thẳng (9 vị trí)

Bài tập 9: Trò chơi “3 người ném 2 bóng”.

Việc ứng dụng thực nghiệm 2 nhóm bài tập trên vào quá trình giảng dạy đã cho hiệu quả bước đầu và nâng cao hứng thú tập luyện trong SV, kết quả thực

hiện kỹ thuật tại chỗ ném rổ một tay trên cao được cải thiện từ đó nâng cao được thành tích thi đấu của môn bóng rổ. ■

(Ngày tòa soạn nhận bài: 16/05/2024;
ngày phản biện đánh giá: 26/05/2024;
ngày chấp nhận đăng: 11/06/2024)

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí, Trần Đức Dũng, Tạ Hữu Hiếu, Nguyễn Đức Văn (2004), Đo lường thể thao, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
3. Đinh Quang Ngọc (2013), Bóng rổ trong trường phổ thông, Nhà xuất bản Thể dục thể thao, Hà Nội.
4. Vũ Đức Thu, Trương Anh Tuấn (1995), Lý luận và phương pháp Giáo dục thể chất, Nhà xuất bản Giáo dục, Hà Nội.
5. Nguyễn Văn Trung, Nguyễn Quốc Quân, Phạm Văn Thảo (2003), Giáo trình bóng rổ, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.
6. Phạm Văn Thảo, Đinh Quang Ngọc, Nguyễn Văn Hải, Phạm Văn Thắng (2012), Giảng dạy và tập luyện kỹ thuật bóng rổ, Nhà xuất bản Thể dục Thể thao, Hà Nội.