NGHIÊN CỨU CÁC GIẢI PHÁP NÂNG CAO CHẤT LƯỢNG GIÁO DỤC THỂ CHẤT CHO SINH VIÊN KHÓA 13 TRƯỜNG CAO ĐẲNG THƯƠNG MẠI

Nguyễn Công Hải

Trường Cao đẳng Thương mại

Tóm tắt: Thông qua sử dụng phương pháp nghiên cứu thường quy, bài báo tiến hành đánh giá thực trạng công tác giáo dục thể chất ở Trường Cao đẳng Thương mại. Từ đó tiến hành lựa chọn và ứng dụng các giải pháp nâng cao hiệu quả giáo dục thể chất cho sinh viên.

***Từ khóa*:** Giáo dục thể chất; sinh viên; Trường Cao đẳng Thương mại thành phố Đà Nẵng.

Abstract: Through the use of routine research methods, the thesis assesses the physical education status of the College of Commerce. From there, select and apply solutions to improve the effectiveness of physical education for students.

***Keywords*:** Physical education; student; Danang College of Commerce.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Cao đẳng Thương mại tiền thân là trường Trung cấp Thương nghiệp Đà Nẵng sau đổi tên thành trường Trung cấp Thương mại TW II và được nâng cấp thành Trường Cao đẳng Thương mại vào ngày 26 tháng 6 năm 2006. Công tác GDTC của Nhà trường trong những năm qua chưa được quan tâm, đầu tư đúng mức như: cơ sở vật chất còn khó khăn, thiếu thốn; nhận thức của sinh viên về vai trò, tác dụng của TDTT còn chưa đầy đủ; nội dung chương trình kế hoạch giảng dạy GDTC còn chưa đồng bộ, thiếu tính phối hợp các bộ phận chức năng, việc kiểm tra đánh giá theo tiêu chuẩn rèn luyện thân thể của trường có lúc còn coi nhẹ, chưa quan tâm đúng mức nên tỷ lệ sinh viên không đạt tiêu chuẩn còn nhiều…

Vấn đề nghiên cứu các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC cho sinh viên trong các trường đã được rất nhiều tác giả quan tâm nghiên cứu, tuy nhiên những công trình ấy chỉ có ý nghĩa tương đối với nhau, không có một bài báo nào có thể áp dụng vào nhiều trường do có những điều kiện cụ thể của từng trường khác nhau và chưa có công trình nào đi sâu nghiên cứu ứng dụng giải pháp nhằm nâng cao chất lượng giáo dục thể chất cho sinh viên Trường Cao đẳng Thương mại.

Xuất phát từ những lý do nêu trên, với mong muốn đóng góp một phần vào sự phát triển của Nhà trường, nâng cao chất lượng trong giờ giảng dạy GDTC cho sinh viên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu: ***"Nghiên cứu giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên khóa 13 trường Cao đẳng Thương mại.***

Trong quá trình nghiên cứu, chúng tôi sử dụng các phương pháp sau: phương pháp đọc tham khảo và phân tích tổng hợp tài liệu; phỏng vấn; tọa đàm; quan sát sư phạm; kiểm tra sư phạm và toán học thống kê.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Thực trạng công tác GDTC ở trường Cao đẳng Thương mại

Thông qua các số liệu trên, chúng tôi nhận định rằng đội ngũ giảng viên TDTT phần nào mới đáp ứng được các yêu cầu về chuyên môn giảng dạy tại một trường Cao đẳng nhưng còn thiếu về số lượng. Vì vậy, để nâng cao chất lượng giảng dạy và học tập môn học GDTC cần phải tìm ra giải pháp đổi mới hình thức tập luyện và phương pháp giảng dạy cho phù hợp với từng đối tượng.

Bảng 1. Thực trạng đội ngũ giảng viên GDTC trường Cao đẳng Thương mại

Tổng số GV	Tỷ lệ GV/SV	Trình độ			Tuổi trung bình	Giới tính		Thâm niên (năm)
		Thạc sĩ	ĐH tại chức	ĐH chính quy		Nam	Nữ	
07	1/500	5	0	2	34	6	1	8
Tỷ lệ %		71	0	29		85,7	14,3	

2. Thực trạng về nội dung chương trình giảng dạy và hoạt động ngoại khóa môn học GDTC của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

Nội dung chương trình giảng dạy và ngoại khóa GDTC được thể hiện ở Bảng 2.

Bảng 2. Nội dung chương trình môn học GDTC của Trường Cao đẳng Thương mại

TT	Nội dung	Tổng số giờ
1	**Lý thuyết**	**2**
2	**Thực hành** Các môn thể thao tự chọn: *Bóng chuyền, cầu lông, bóng đá và khiêu vũ*	**58**
3	**Ngoại khóa**	0

Qua Bảng 2 cho thấy cấu trúc chương trình môn học GDTC ở Trường Cao đẳng Thương mại hiện nay tổng số giờ là 60 tiết và được học trong 1 học phần. Về cơ bản những nội dung mà bộ môn giảng dạy trên là tuân thủ theo đúng hướng dẫn của Bộ Lao động, Thương binh và Xã hội. Nhưng khi xem xét một cách nghiêm túc và khoa học, chúng ta nhận thấy nội dung chương trình trên còn có một số khiếm khuyết như:

- Phần thực hành của chương trình với các nội dung tự chọn đã mở cho sinh viên được tự lựa chọn môn học phù hợp với bản thân. Nhưng do thiếu cơ sở vật chất, mà sinh viên bị gò ép và bắt buộc phải lựa chọn một trong bốn môn học điều này đã không tạo ra động lực thúc đẩy sinh viên học tập GDTC. Hơn nữa, bốn môn học này đều là những môn học mang tính kỹ thuật cao và được giảng dạy với một khối lượng sinh viên lớn (50-60 sinh viên/1 lớp) thì thời gian để các em làm quen cũng như tập luyện là quá ít. Mật độ sinh viên đông, thời gian học tập môn học GDTC bị gò bó và áp dụng giống như thời gian ở trên giảng đường, sân bãi dụng cụ thiếu thốn, bài giảng của giáo viên bị phân tán nên cũng không tạo được hứng thú học tập và tập luyện cho sinh viên.

- Phần lý thuyết GDTC thì chưa được quan tâm một cách đúng mức. Với thời gian 60 tiết, thì phần lý thuyết chỉ được đưa vào 2 tiết trong tổng chương trình môn học và được lồng ghép vào giảng dạy trong phần thực hành một cách sơ sài. Chính vì điều đó, sinh viên không thể hiểu hay nhận thức một cách đúng đắn về vị trí, vai trò, ý nghĩa và tác dụng của môn học GDTC nói riêng và TDTT nói chung.

3. Thực trạng về cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC của trường Cao đẳng Thương mại

Qua Bảng 3 cho thấy: Trước thực trạng quỹ đất của Nhà trường còn eo hẹp, vì thế điều kiện xây dựng cơ sở vật chất, sân bãi dụng cụ phục vụ cho hoạt động tập luyện TDTT cũng như giờ học chính khoá còn hạn chế. Cả trường có một 01 sân bóng đá mini (20x40m); 2 sân bóng chuyền ngoài trời; 1 sân bóng chuyền trong Nhà kết hợp với 4 sân cầu lông. Như vậy, chúng tôi nhận định do quỹ đất của nhà trường có hạn

chế, nên sân bãi phục vụ cho công tác giảng dạy và học tập môn học GDTC còn thiếu, chưa đáp ứng được yêu cầu chung của môn học trước tình hình qui mô lớp học ngày càng tăng, số lượng sinh viên trong từng lớp ngày càng đông.

Bảng 3. Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ công tác GDTC của Trường Cao đẳng Thương mại (2015-2020)

TT	Sân bãi dụng cụ	SL	Chất liệu	Hiệu quả sử dụng		
				Tốt	BT	Kém
1	Đường chạy cự ly trung bình	0				
2	Đường chạy cự ly ngắn	1	Đường nội bộ			+
3	Sân bóng đá mini	1	Cỏ nhân tạo	+		
4	Sân bóng chuyền	3	Sân xi măng		+	
5	Sân bóng rổ mini	0				
6	Sân cầu lông	4	Sân xi măng		+	
7	Bàn bóng bàn	0				
8	Nhà tập thể chất	1	Mái tôn cũ		+	

4. Đánh giá thực trạng nhu cầu học tập môn học GDTC trong sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

Qua Bảng 4 chúng tôi khẳng định nhu cầu học tập môn học GDTC trong sinh viên của trường Cao đẳng Thương mại là rất thấp. Điều này thúc đẩy chúng tôi cần phải xác định rõ các nguyên nhân dẫn đến các vấn đề đã nêu trên và tiến hành đổi mới phương pháp dạy và học sao cho phù hợp với nhu cầu học tập của sinh viên để nâng cao chất lượng môn học GDTC trong Nhà trường.

Bảng 4. Điều tra nhu cầu học tập môn học GDTC của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại (n = 300)

TT	Nội dung phỏng vấn	Đồng ý	Tỉ lệ (%)
1	**Chương trình môn học GDTC của trường Cao đẳng Thương mại hiện nay có đáp ứng được nhu cầu học tập TDTT của sinh viên trong trường chưa?**		
	+ Có	79	26,4
	+ Không	181	60,3
	+ Chưa có ý kiến gì	40	13,3
2	**Ngoài giờ học chính khoá, bạn có tham gia vào hoạt động TDTT ngoại khóa không?**		
	+ Thường xuyên	55	18,3
	+ Không đều đặn	89	29,7
	+ Không tham gia	156	52,0
3	**Bạn hãy cho biết động cơ tham gia hoạt động TDTT ngoài giờ là vì mục đích gì?**		
	+ Vì ham thích	47	15,7
	+ Nhận thấy tác dụng của việc rèn luyện thân thể	18	6,0
	+ Để thi đạt yêu cầu (từ 5 điểm trở lên)	106	35,3
	+ Không rõ lý do	129	43,0

4	**Kết quả học tập các nội dung môn học GDTC của bạn?**		
	+ Tốt	25	8,3
	+ Khá	68	22,7
	+ Trung bình	192	64,0
	+ Dưới trung bình	15	5,0

5. Đánh giá thực trạng trình độ thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

- *Về lực bóp tay thuận*: Có sự phát triển tương đối đồng đều giữa các nhóm đối tượng, đa số ở mức đạt. Nhóm các sinh viên thành tích thuộc loại tốt không đồng đều. Tuy nhiên vẫn còn nhiều sinh viên có thành tích thuộc loại không đạt, tỷ lệ này gần như tăng dần theo độ tuổi.

- *Về nằm ngửa gập bụng*: Thành tích của sinh viên khá tốt so với quy định; loại tốt và loại đạt chiếm tỷ lệ cao. Thành tích này tăng dần theo lứa tuổi.

- *Về bật xa tại chỗ*: Sự phát triển của thành tích này hơi ngược quy luật. Đối với nam sự phát triển tỷ lệ nghịch theo độ tuổi, lứa tuổi càng cao thì tỷ lệ sinh viên đạt loại tốt càng giảm. Sự phát triển chỉ tiêu này ở nữ tương đối đồng đều ở các lớp, có hơn 50% sinh viên thuộc loại đạt. Tỷ lệ không đạt cũng ở mức tương đối cao.

- *Về chạy 30 m xuất phát cao*: Sự phát triển thành tích này tương đối tốt với nhóm nam. Với nam 18 tuổi và nam 20 tuổi sự phát triển tương đối đồng đều, không đạt chiếm số lượng ít. Đối với nữ sự phát triển tương đối tốt ở cả ba lứa tuổi, tỷ lệ không đạt trong khoảng khá cao.

- *Về chạy con thoi 4x10m*: Sự phát triển thành tích này ở nam và nữ loại tốt và loại đạt gần bằng nhau và trên 85%, số sinh viên thuộc loại không đạt ít, dưới 10%.

- *Về chạy 5 phút tùy sức*: Thành tích này có chiều hướng phát triển tốt ở năm đầu cấp tuy nhiên càng lên cao thì thành tích càng kém hơn. Đối với nữ sự phát triển có phần hạn chế hơn, loại tốt ít, tập trung ở loại đạt khoảng 86%, loại không đạt khá cao.

Tóm lại, trình độ thể lực chung của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại, tính cả nam lẫn nữ trong độ tuổi từ 18 đến 20 đều đạt mức độ Đạt chiếm tỉ lệ cao trên 50%, nhưng trình độ thể lực đạt loại Tốt thì chỉ tỉ lệ rất nhỏ, và trình độ thể lực ở mức Không đạt cũng tương đối cao nam lứa tuổi 18 và nữ lứa tuổi 19, 20.

6. Xác định các nguyên nhân ảnh hưởng tới hiệu quả giảng dạy và học tập môn học GDTC sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

Bài viết phỏng vấn 300 sinh viên, kết quả cho thấy: có 61,3% sinh viên không muốn học môn học GDTC và chỉ có 21,7% sinh viên có muốn học môn học GDTC. Trong số 61,3% sinh viên đó có tới 94,6% sinh viên đưa ra lý do nội dung chương trình học không phù hợp với khả năng và sở thích; 84,2% sinh viên thì có lý do không thấy môn học này có ích cho việc rèn luyện sức khỏe; 66,3% sinh viên thấy giờ học gò bó, thiếu linh hoạt. Như vậy, các lý do mà sinh viên đã đưa ra đều đạt trên 50%, do đó bài viết nhận định đây là các lý do chính đáng gây ảnh hưởng tới hiệu quả. Với 27,3% sinh viên xác nhận phương pháp dạy và học các nội dung môn học GDTC hiện nay tương đối phù hợp với khả năng của các em là một tỷ lệ ít so với tỷ lệ 54% sinh viên thấy phương pháp dạy và học hiện tại là chưa phù hợp. Thông qua 54% sinh viên này mà chúng tôi xác định được 4 nguyên nhân chỉ ra được phương pháp dạy và học các nội dung môn học GDTC hiện nay chưa phù hợp với sinh viên.

1. Điều kiện về trang thiết bị dụng cụ tập luyện còn thiếu, mật độ người tham gia lại quá đông.

2. Chương trình môn học GDTC của Trường chưa đáp ứng được nhu cầu học tập và hoạt động TDTT của sinh viên.

3. Nhận thức của sinh viên về TDTT còn chưa đầy đủ thiếu ý thức tự giác.

4. Vì không nắm vững nguyên lý kỹ thuật động tác.

7. Lựa chọn và ứng dụng giải pháp nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

7.1. Xác định yêu cầu trong việc lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC phù hợp cho sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

- Nguyên tắc thực tiễn.
- Nguyên tắc mang tính khả thi.
- Nguyên tắc mang tính đồng bộ, đa dạng.
- Nguyên tắc đảm bảo tính khoa học.
- Cơ sở lí luận.
- Cơ sở thực tiễn.

7.2. Lựa chọn các giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả GDTC phù hợp cho sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

Trên cơ sở các giải pháp được cho phép ứng dụng, bài viết đã xây dựng nội dung và phương pháp thực hiện các giải pháp được ứng dụng như sau:

Giải pháp 1. Tổ chức tuyên truyền, tăng cường nhận thức ý nghĩa, vai trò của GDTC trong trường học đối với sinh viên.

Giải pháp 2. Khuyến khích, chia sẻ những sáng kiến kinh nghiệm, nghiên cứu về công tác GDTC trong trường và với các trường bạn.

Giải pháp 3. Tăng cường tổ chức các giải thi đấu thể thao, thi đấu giao hữu thể thao giữa các khóa, lớp trong và ngoài nhà trường.

Giải pháp 4. Chú trọng những môn thể thao sinh viên yêu thích, thành lập các câu lạc bộ TDTT, sinh hoạt ngoại khóa.

7.3. Đánh giá hiệu quả các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường Cao đẳng Thương mại

So sánh trình độ thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp với tiêu chuẩn RLTT của Bộ Giáo dục và Đào tạo được trình bày ở Bảng 5 và 6.

Bảng 5. So sánh trình độ thể lực của sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp với tiêu chuẩn RLTT của Bộ giáo dục và Đào tạo lứa tuổi 19.

Nội dung kiểm tra thể lực	Nam (n = 24)					Nữ (n = 135)				
	SV năm nhất CĐTM		Tiêu chuẩn	Số đạt trở lên	Tỷ lệ %	SV năm nhất CĐTM		Tiêu chuẩn	Số đạt trở lên	Tỷ lệ %
	$\overline{X}$	σ_x	Mức đạt			$\overline{X}$	σ_x	Mức đạt		
Lực bóp tay thuận (kg)	49,00	2,55	≥ 41,4	23	95,8	31,10	4,60	≥ 26,7	113	83,7
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	20,00	1,01	≥ 17	21	87,5	20,70	2,95	≥ 16	127	94,1
Bật xa tại chỗ (cm)	248,00	11,47	≥ 207	24	100,0	173,00	11,69	≥ 153	100	74,1
Chạy 30m XPC (s)	4,71	0,44	≤ 5,70	21	87,5	5,83	0,72	≤ 6,70	112	83,0
Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11,07	0,78	≤ 12,40	22	91,7	11,97	0,38	≤ 13,00	123	91,1
Chạy tùy sức 5 phút (m)	1064,00	79,07	≥ 950	23	95,8	942,00	90,50	≥ 870	112	83,0

Bảng 6. So sánh trình độ thể lực của sinh viên năm hai trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp với tiêu chuẩn RLTT của Bộ Giáo dục và Đào tạo lứa tuổi 20

Nội dung kiểm tra thể lực	Nam (n = 22)					Nữ (n = 127)				
	SV năm hai CĐTM		Tiêu chuẩn	Số đạt trở lên	Tỷ lệ %	SV năm hai CĐTM		Tiêu chuẩn	Số đạt trở lên	Tỷ lệ %
	$\overline{X}$	σ_x	Mức đạt			$\overline{X}$	σ_x	Mức đạt		
Lực bóp tay thuận (kg)	49,00	4,10	≥ 42,0	21	95,5	29,97	4,37	≥ 26,9	102	80,3
Nằm ngửa gập bụng (lần/30s)	22,00	2,04	≥ 18	19	86,4	19,00	4,08	≥ 17	123	96,9
Bật xa tại chỗ (cm)	241,00	9,65	≥ 209	21	95,5	182,00	13,14	≥ 155	110	86,6
Chạy 30m XPC (s)	4,61	0,27	≤ 5,60	19	86,4	5,13	0,40	≤ 6,60	108	85,0
Chạy con thoi 4 x 10m (s)	11,24	0,65	≤ 12,30	20	90,9	12,24	0,36	≤ 12,90	106	83,5
Chạy tùy sức 5 phút (m)	1057,00	70,77	≥ 960	20	90,9	949,00	90,50	≥ 890	101	79,5

Qua Bảng 5 và 6 cho thấy: Trình độ thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp đa số cao hơn so với mức Đạt và nhiều chỉ tiêu gần bằng với mức tốt của tiêu chuẩn RLTT của Bộ Giáo dục và Đào tạo cùng lứa tuổi.

So sánh trình độ thể lực của sinh viên năm nhất trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp với tiêu chuẩn RLTT của Bộ Giáo dục và Đào tạo lứa tuổi 19 cho thấy: Đối với nam tỷ lệ sinh viên xếp loại Đạt và Tốt trong mỗi test tăng hơn hẳn, từ 87,5% trở lên, đặc biệt có test Bật xa tại chỗ có 100% sinh viên được đánh giá loại Đạt và Tốt. Đối với nữ tỷ lệ sinh viên xếp loại Đạt và Tốt trong mỗi test từ 74,1 đến 94,1%.

So sánh trình độ thể lực của sinh viên năm hai trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp với tiêu chuẩn RLTT của Bộ Giáo dục và Đào tạo lứa tuổi 20 cho thấy: Đối với nam tỷ lệ sinh viên xếp loại Đạt và Tốt trong mỗi test tăng hơn hẳn, từ 86,4 đến 95,5%. Đối với nữ tỷ lệ sinh viên xếp loại Đạt và Tốt trong mỗi test từ 80,3 đến 96,9%.

Điều này chứng tỏ rằng, kết quả kiểm tra trình độ thể lực của sinh viên trường Cao đẳng Thương mại sau khi áp dụng giải pháp đã tốt hơn so trước khi áp dụng giải pháp. Ý nghĩa này mang lại là do chất lượng GDTC của các sinh viên đã được phát triển tốt hơn chính nhờ sự áp dụng các giải pháp mà bài viết đã đề xuất, qua đó hoạt động phong trào TDTT, chất lượng công tác GDTC được nâng cao.

Như vậy, sau thời gian ứng dụng thực hiện các giải pháp lựa chọn của bài viết, kết quả kiểm tra tiêu chuẩn RLTT của sinh viên năm 1 và năm 2 trường Cao đẳng Thương mại đã cho thấy các hoạt động về TDTT tại Nhà trường đã phong phú hơn, sôi động hơn. Hiệu quả quan trọng nhất vẫn là chất lượng của các giờ học chính khóa và hoạt động thể thao ngoại khóa đã tăng chất lượng đáng kể, kể cả những hoạt động thể thao mang tính tự giác của các em sinh viên đã được phổ biến khá rộng rãi, chính vì vậy đã làm tăng đáng kể chất lượng thể chất của các em sinh viên.

KẾT LUẬN

Từ những kết quả nghiên cứu của bài báo, cho phép rút ra một số kết luận sau:

Thực trạng công tác GDTC tại trường Cao đẳng Thương mại còn tồn tại một số vấn đề sau: Sinh viên còn nhận thức chưa đầy đủ về ý

nghĩa, vai trò, tác dụng của TDTT nói chung và môn học GDTC nói riêng; điều kiện về trang thiết bị dụng cụ tập luyện còn thiếu, mật độ người tham gia lại quá đông. Tỷ lệ sinh viên đạt tiêu chuẩn thể lực của Bộ Giáo dục và Đào tạo chỉ ở mức trung bình. Đây cũng là những nguyên nhân chủ yếu làm cho chất lượng GDTC của Nhà trường đạt hiệu quả không cao.

Quá trình nghiên cứu bài viết đã lựa chọn được 4 nhóm giải pháp trước mắt và 3 nhóm giải pháp lâu dài nhằm nâng cao chất lượng công tác GDTC cho sinh viên Trường Cao đẳng Thương mại. Qua đánh giá, các nhóm giải pháp trước mắt do bài viết lựa chọn hoàn toàn có khả năng nâng cao chất lượng GDTC cho sinh viên trường Cao đẳng Thương mại.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

[1]. Bộ GD&ĐT(2001) *Quyết định số 14/2001-QĐ- BGD&ĐT ngày 03 tháng 5 năm 2001 của Bộ trưởng Bộ GD&ĐT về việc ban hành Quy chế Giáo dục thể chất và Y tế trường học*.

[2]. Bộ Chính trị (2011), *Nghị quyết số 08/NQ-TW tháng 12/2011 về công tác TDTT.*

[3]. Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái và cộng sự (2003), *Thực trạng thể chất người Việt Nam từ 6 đến 20 tuổi*, Nxb TDTT, Hà Nội.

[4]. Tạ Hồng Hải (2002), *"Nghiên cứu nâng cao năng lực thể chất học sinh THCS (12-15 tuổi)",* Luận án Tiến sĩ giáo dục học, Viện Khoa học TDTT, Hà Nội.

[5]. Lê Văn Lẫm, Phạm Trọng Khanh (2000), *Giáo dục thể chất ở một số nước trên thế giới*, Nxb TDTT, Hà Nội.

[6]. Đồng Văn Triệu, Lê Anh Thơ (2000), *Lý luận và phương pháp giáo dục thể chất trong trường học*, Nxb TDTT, Hà Nội.

Bài nộp ngày 03/6/2020, phản biện ngày 25/6/2020, duyệt in ngày 06/3/2021