

XÂY DỰNG TIÊU CHUẨN ĐÁNH GIÁ THỂ LỰC CHUYÊN MÔN CHO NAM VẬN ĐỘNG VIÊN 17 – 18 TUỔI ĐỘI TUYỂN BÓNG ĐÁ TỈNH TÂY NINH

NGUYỄN THANH ĐỀ*, NGUYỄN THANH TUẤN**

TÓM TẮT

Bài viết sử dụng các phương pháp nghiên cứu thường quy trong thể dục thể thao để xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn có độ tin cậy cho khách thể nghiên cứu, đồng thời tiến hành xây dựng thang điểm, bảng phân loại tổng hợp, qua đó ứng dụng đánh giá thể lực chuyên môn của nam vận động viên (VĐV) 17 – 18 tuổi đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh.

Từ khóa: thể lực, tiêu chuẩn đánh giá, nam vận động viên 17-18 tuổi.

ABSTRACT

Developing standards for assessing professional strength of 17-18 years old male footballers of Tay Ninh football team

The article used normally ruled method in sporting reseach to develop reliable standards for assessing professional strength of experimental objects, establishing scales and general classification; in light of which, the researchers developed standards for assessing professional strength of 17-18 years old male footballers of Tay Ninh football team.

Keywords: physical strength, evaluative standards, 17-18 years old male fooballers.

1. Đặt vấn đề

Bóng đá là môn thể thao đối kháng trực tiếp, do đó một VĐV bóng đá hiện đại cần có một trình độ thể lực cao. Để VĐV có trình độ thể lực cao, huấn luyện bóng đá hiện đại dùng phương pháp huấn luyện với lượng vận động lớn. Song tiến hành huấn luyện với lượng vận động lớn phải dựa trên cơ sở trình độ thể lực nhất định. Do đó, đánh giá đúng trình độ thể lực của một VĐV bóng đá là việc làm rất quan trọng và cần thiết. Mặt khác, nhờ có những thông tin chính xác về trình độ thể lực của VĐV mà huấn luyện viên mới điều chỉnh kế hoạch huấn luyện, điều chỉnh lượng vận động một cách hợp lí,

mới có thể đưa ra những dự báo đáng tin cậy về tiềm năng và khả năng phát triển của các VĐV do mình huấn luyện. Điều đó làm cho quá trình huấn luyện đạt hiệu quả cao hơn.

Để đánh giá chính xác trình độ thể lực của VĐV cần có một tiêu chuẩn đánh giá khoa học và toàn diện. Với tầm quan trọng trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu “Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn cho nam VĐV 17 – 18 tuổi đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh”.

Trong nghiên cứu này, chúng tôi sử dụng phương pháp tham khảo tài liệu, phương pháp phỏng vấn bằng phiếu, phương pháp kiểm tra sự phạm và

* TS, Trường Đại học Sư phạm Thể dục – Thể thao TPHCM; Email: detn@upes.edu.vn

** ThS, Trường Đại học Sư phạm Thể dục – Thể thao TPHCM

phương pháp toán thống kê.

Khách thể nghiên cứu của chúng tôi gồm 26 VĐV 17 – 18 tuổi của đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh.

Khách thể phỏng vấn gồm 2 chuyên gia, 14 huấn luyện viên, 2 trọng tài, 2 cán bộ quản lý, 2 giảng viên bóng đá Trường Đại học Thể dục - Thể thao Thành phố Hồ Chí Minh (ĐHTDTT TPHCM).

2. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

2.1. Xác định các test đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV 17 – 18 tuổi đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh

Nghiên cứu được tiến hành theo 3 bước sau:

+ **Bước 1.** Tổng hợp các test đánh giá thể lực chuyên môn của VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17-18 của các tác giả trong và ngoài nước như: Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2004), Phạm Ngọc Viễn

và cộng sự (2004), Lê Văn Lãm (2007), Phạm Xuân Thành (2007), Trần Quốc Tuấn – Nguyễn Minh Ngọc (2002), Nguyễn Thiết Tình (1997), Trường ĐHTDTT Bắc Kinh (1994), Nguyễn Văn Dũng – Vũ Thái Hồng (2007), Nguyễn Thế Truyền – Nguyễn Kim Minh – Trần Quốc Tuấn (2002). Kết quả đã lựa chọn và tổng hợp được 60 test đánh giá thể lực cho các VĐV bóng đá trẻ. Căn cứ vào đặc điểm môn bóng đá và phù hợp với tình hình thực tế tại địa phương, chúng tôi chọn được 9 test.

+ **Bước 2.** Phỏng vấn các huấn luyện viên, chuyên gia, nhà chuyên môn về các test đánh giá thể lực chuyên môn của vận động viên bóng đá nam lứa tuổi 17-18 đội tuyển Tây Ninh. Kết quả phỏng vấn ở Bảng 1.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn các test đánh giá thể lực của VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 tỉnh Tây Ninh

Yếu tố	Tên test	Số phiếu		Thường xuyên SD		Ít sử dụng		Không sử dụng	
		Phát ra	Thu về	Đồng ý	Tỉ lệ %	Đồng ý	Tỉ lệ %	Đồng ý	Tỉ lệ %
Thể lực	<i>Chạy 15 m xuất phát cao (s)</i>	25	22	16	72,7	4	18,2	2	9,1
	Chạy 30 m xuất phát cao (s)	25	22	12	54,5	4	18,2	6	27,3
	<i>Chạy 5 x 30 m (s)</i>	25	22	16	72,7	3	1,6	3	13,6
	Chạy 2000m (s)	25	22	10	45,4	4	18,2	8	36,4
	<i>Chạy cooper (m)</i>	25	22	12	54,5	6	27,3	5	22,7
	<i>Bật xa tại chỗ (cm)</i>	25	22	15	68,2	4	18,2	3	13,6
	Bật cao tại chỗ (cm)	25	22	9	40,9	5	22,7	8	36,4
	<i>Chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây)</i>	25	22	16	72,7	3	13,6	3	13,6
	<i>Ném biên có đà (cm)</i>	25	22	13	59,1	5	22,7	4	18,2

Trong số 25 phiếu phát ra, chúng tôi đã thu về được 22 phiếu trả lời. Từ kết quả ở bảng 1, chọn các test đánh giá thể lực chuyên môn cho VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 đội tuyển Tây Ninh có tổng số phiếu trả lời ở hai mức thường xuyên sử dụng và ít sử dụng trên 75%, kết quả chọn được 6 test sau: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 15m xuất phát cao (s), Chạy 5 x 30 m (s), Test Cooper (m), Chạy xoay trở 5cọc x 5m (giây), Ném biên có đà (cm).

+ **Bước 3.** Kiểm nghiệm độ tin cậy của test.

Việc kiểm nghiệm được tiến hành trên 28 nam VĐV bóng đá lứa tuổi 17 – 18 tỉnh Tây Ninh. Chúng tôi tiến hành kiểm tra hai lần, thời gian giữa hai lần cách nhau 7 ngày, các điều kiện và thứ tự quy trình kiểm tra giữa hai lần là như nhau. Để kiểm tra độ tin cậy của test, chúng tôi tiến hành tính hệ số tương quan (r) của từng test giữa kết quả kiểm tra lần 1 và lần 2 thu được kết quả ở bảng 2 sau đây:

- Nếu hệ số tương quan $r \geq 0,8$, $p \leq 0,05$ thì test có đủ độ tin cậy.

- Nếu hệ số tương quan $r < 0,8$ thì test không đủ độ tin cậy.

Bảng 2. Kết quả kiểm nghiệm độ tin cậy các test thể lực cho VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 Tây Ninh

Yếu tố	TEST	LẦN 1 $\bar{X} \pm \sigma_1$	LẦN 2 $\bar{X} \pm \sigma_2$	r	P
Thể lực	Bật xa tại chỗ (cm)	240,54 ± 12,49	240,15 ± 12,17	0,97	<0,05
	Chạy 15 m xuất phát cao (s)	2,07 ± 0,12	2,07 ± 0,10	0,89	<0,05
	Chạy 5 x 30 m (s)	20,10 ± 0,65	20,20 ± 0,56	0,87	<0,05
	Chạy cooper (m)	2952,7 ± 175,5	2951,9 ± 136,3	0,97	<0,05
	Chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây)	15,78 ± 0,61	15,85 ± 0,56	0,89	<0,05
	Ném biên có đà (cm)	234,04 ± 13,86	236,54 ± 15,02	0,88	<0,05

Bảng 2 cho thấy hệ số tin cậy giữa hai lần kiểm tra đều có ($r > 0,8$ và $p < 0,05$). Điều này cho thấy hệ thống các test trên đều có mối tương quan chặt chẽ với nhau, đủ độ tin cậy để đánh giá thể lực chuyên môn cho các VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 tỉnh Tây Ninh.

Qua các bước tổng hợp tài liệu, phỏng vấn và kiểm nghiệm độ tin cậy, bài viết đã xác định được 6 test về thể lực chuyên môn cho VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 đội tuyển Tây Ninh đảm bảo độ tin cậy và phù hợp với điều kiện thực

tiễn của tỉnh như sau: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 15 m xuất phát cao (s), Chạy 5 x 30 m (s), Test Cooper (m), Chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây), Ném biên có đà (cm).

Bóng đá là môn thể thao thường xảy ra những cuộc bức phá tốc độ ở các cự li ngắn khác nhau. Trong bóng đá, các cầu thủ phải luôn di chuyển để kèm chặt hay thoát khỏi sự đeo bám của đối phương. Chính vì thế, trong tấn công hay phòng thủ, cầu thủ nào có tốc độ tốt hơn sẽ chiếm ưu thế trong tình huống tranh chấp trực tiếp và tạo ưu thế trong các tình

huống tiếp theo. Bên cạnh đó, do thời gian thi đấu tương đối dài và thường xuyên xảy ra những cuộc tranh chấp tay đôi và đua tốc độ ở các cự li ngắn liên tục, do đó để duy trì tốc độ liên tục lặp lại trong thời gian thi đấu đòi hỏi VĐV phải có sức bền tốc độ. Bóng đá hiện đại đòi hỏi có sự phát triển cao các tổ chất thể lực, các cầu thủ phải thường xuyên di chuyển, thay đổi nhịp độ trận đấu. Tài liệu của nhiều nhà nghiên cứu cho thấy trong một trận đấu, cầu thủ di chuyển từ 12km – 15km bao gồm các hình thức chạy xen kẽ, chạy nước rút cự li ngắn, chạy tốc độ trung bình, chạy chậm và đi bộ. Theo Wiherr – Van Gool (1982 – 1985), trong bóng đá, chạy nước rút chiếm 18% tổng quãng đường của một trận đấu với tốc độ 6,92 – 8,15 m/s (cự li 30m – 50m), chạy tốc độ trung bình và chạy chậm chiếm 44% quãng đường trong một trận đấu với tốc độ 2,04 – 6,92 m/s, đi bộ 36,3% tốc độ 1,30 – 2,04 m/s, do đó, sức bền chuyên môn cao trong việc giải quyết các tình huống thi đấu như chạy chỗ, kèm người, phối hợp...

Bên cạnh sức nhanh, sức bền thì bóng đá không thể thiếu sức mạnh. Sức mạnh của con người là khả năng khắc phục lực đối kháng bên ngoài hoặc đề kháng lại nó bằng sự nỗ lực của cơ bắp.

Trong mọi hoạt động của bóng đá đều cần đến sức mạnh của cơ thể. VĐV không chỉ sử dụng sức mạnh của đôi chân để thực hiện được những cú sút cầu môn mạnh, những đường chuyền dài chính xác, những động tác bật nhảy đánh đầu và tranh cướp cản trở đối phương... Thực tế cũng đã có không ít những bàn

thắng từ những pha sút bóng xa gần giữa sân, hay phản công nhanh bằng những đường chuyền dài từ sân nhà cho đồng đội ghi bàn. Chính vì vậy, các bài tập sức mạnh cũng rất cần thiết cho công tác huấn luyện bóng đá trẻ.

Bóng đá là một trong các môn thi đấu thể thao đối kháng trực tiếp, chính vì vậy, bên cạnh các tổ chất nhanh, mạnh và bền, các VĐV bóng đá còn phải hết sức khéo léo trong các tình huống thi đấu xảy ra liên tục trên sân. Bên cạnh đó, khéo léo còn là nền tảng quan trọng cho việc phát triển các kỹ thuật cá nhân thuần thục và điều luyện hơn. Sự khéo léo đối với VĐV bóng đá thể hiện qua khả năng tranh cướp bóng từ chân đối phương, dẫn bóng qua đối phương cũng như các tình huống tranh chấp và cả dứt điểm.

Những năm qua, cùng với sự phát triển của các kỹ thuật bóng đá của cầu thủ, tuy chưa nhiều nhưng tổ chất khéo léo cũng được các huấn luyện viên và các nhà nghiên cứu quan tâm.

Ném biên là động tác kỹ thuật duy nhất cho phép các cầu thủ (trừ thủ môn) được dùng tay chạm bóng. Trong một trận đấu bóng đá nào cũng đều có số lần ném biên rất lớn, cộng thêm quy định của Luật Bóng đá là khi trực tiếp nhận bóng từ quả ném biên sẽ không bị bắt lỗi việt vị, cho nên những quả ném biên sẽ là những cơ hội tấn công rất tốt, đặc biệt là ném bóng thẳng vào trong khu cầu môn sẽ tạo sự uy hiếp rất lớn đối với khung thành của đối phương.

Qua phân tích và bàn luận trên luận văn sử dụng các test chạy 15m xuất phát cao, chạy 5 x 30 m, test Cooper (m), bật

xa tại chỗ (cm), chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây) và ném biên có đà (cm) dùng để đánh giá thể lực chuyên môn cho VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 đội tuyển Tây Ninh là hợp lí. Kết quả nghiên cứu trên cũng trùng với các tác giả như: Dương Nghiệp Chí, Phạm Ngọc Viễn, Lê Văn Lắm, Trần Quốc Tuấn, Nguyễn Minh Ngọc, Vũ Thái Hồng, Nguyễn Thế

Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn và Nguyễn Thiết Tình.

2.2. Xây dựng tiêu chuẩn đánh giá thể lực chuyên môn của nam VĐV 17 – 18 tuổi đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh

2.2.1. Xây dựng thang điểm C: Dựa vào kết quả kiểm tra và công thức tính điểm, tiến hành lập thang điểm cho các test kết quả thu được ở bảng 3.

Bảng 3. Thang điểm đánh giá thể lực chuyên môn của VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17-18 đội tuyển Tây Ninh

TEST	ĐIỂM									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Bật xa tại chỗ (cm)	216	222	228	234	241	247	253	259	266	272
Chạy 15 m xuất phát cao (s)	2,31	2,25	2,19	2,13	2,07	2,01	1,95	1,89	1,83	1,77
Test Cooper (m)	21,39	21,07	20,74	20,42	20,10	19,77	19,45	19,12	18,80	18,47
Chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây)	2602	2689	2777	2865	2953	3040	3128	3216	3304	3392
Ném biên có đà (cm)	17,00	16,69	16,39	16,08	15,78	15,48	15,17	14,87	14,56	14,26

2.2.2. Xây dựng tiêu chuẩn phân loại tổng hợp

Bảng 3 cho thấy để đánh giá thể lực chuyên môn cho từng VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 – 18 đội tuyển Tây Ninh, ngoài thang điểm cần có một tiêu chuẩn phân loại thể lực của khách thể nghiên cứu theo giá trị từng test. Tuy nhiên, để dễ dàng thuận tiện cho việc lượng hóa các yếu tố khác nhau trong đánh giá, phân loại cho từng VĐV, bài viết quy ước phân loại tiêu chuẩn từng chỉ tiêu theo 5 mức như sau:

+ Xếp loại tốt: Từ 9 điểm đến 10 điểm;

+ Xếp loại khá: Từ 7 điểm đến cận 9 điểm;

+ Xếp loại trung bình: Từ 5 điểm đến cận 7 điểm;

+ Xếp loại yếu: Từ 3 điểm đến cận 5 điểm;

+ Xếp loại kém: Từ 3 điểm trở xuống.

Để đánh giá thể lực chuyên môn của khách thể nghiên cứu có 6 test đánh giá. Giá trị tối đa của mỗi test là 10 điểm nên tổng điểm có thể đạt tối đa là 60 điểm. Từ những quy ước trên, chúng ta có bảng điểm tổng hợp phân loại như sau (xem bảng 4):

Bảng 4. Bảng điểm tổng hợp phân loại thể lực chuyên môn của VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17-18 đội tuyển Tây Ninh

Yếu tố	Test	Phân loại				
		Tốt	Khá	Trung bình	Yếu	Kém
Thể lực	6	54→60	42→< 54	30→<42	18 →<30	0→<18

2.2.3. Ứng dụng tiêu chuẩn đánh giá trình độ thể lực chuyên môn của VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17-18 đội tuyển Tây Ninh

Căn cứ vào thành tích kiểm tra vô điểm theo bảng 3 và phân loại theo bảng 4, chúng tôi thu được kết quả ở bảng 5 dưới đây:

Bảng 5. Tổng điểm phân loại đánh giá thể lực chuyên môn các VĐV bóng đá nam lứa tuổi 17 - 18 đội tuyển Tây Ninh

TT	ĐIỂM VĐV	Bật xa tại chỗ (cm)	Chạy 15m XPC (giây)	Chạy 5x30m (giây)	Test Cooper (m)	Chạy xoay trở 5m x 5 cọc (giây)	Ném biên có đà (cm)	Tổng điểm	Xếp loại
1	Nguyễn Minh Đức	5,6	1,3	2,7	2,1	5,6	3,7	21,0	TB
2	Phan Gia Thuận	5,6	0,3	2,2	6,1	2,8	2,3	19,2	TB
3	Lê Quốc Bảo	4,9	5,7	5,4	6,1	5,9	3,7	31,7	TB
4	Phan Thành Tâm	7,3	6,5	5,5	6,9	8,7	4,4	39,3	TB
5	Lê Văn Hiền	2,4	5,0	4,2	2,5	5,7	5,1	24,9	TB
6	Lê Minh Thọ	8,6	8,7	8,8	7,0	3,0	8,7	44,8	KHÁ
7	Nguyễn Hoài Phong	9,2	3,5	4,9	2,7	1,6	0,8	22,7	TB
8	Phan Vũ Thanh Duy	5,1	7,5	7,6	4,9	4,9	3,7	33,6	TB
9	Lê Trọng Phúc	2,4	6,2	3,6	7,0	4,4	7,3	30,9	TB
10	Huỳnh Hoàng Thân	6,7	5,3	5,7	3,3	7,8	5,1	33,9	TB
11	Trần Thanh Anh	4,8	4,0	3,5	6,5	5,2	4,4	28,3	TB
12	Hồ Việt Nam	8,8	4,5	5,3	1,4	4,1	5,1	29,2	TB
13	Trần Võ Thanh Minh	3,2	4,5	4,4	2,1	6,6	3,7	24,5	TB
14	Phan Minh Nghĩa	3,8	4,0	5,6	7,4	7,3	4,4	32,5	TB
15	Võ Văn Trường An	4,0	5,7	5,9	5,7	5,8	2,3	29,2	TB
16	Võ Minh Tâm	4,1	5,8	3,8	3,8	5,6	3,7	26,8	TB
17	Nguyễn Hồng Hữu	4,1	3,5	5,4	6,1	3,2	5,9	28,1	TB
18	Phạm Hữu Hào	4,1	5,3	1,5	3,3	5,4	6,6	26,2	TB
19	Trần Văn Tú	3,2	6,0	4,3	6,8	8,2	9,5	37,9	TB
20	Lê Anh Hào	3,6	2,6	3,6	5,2	1,5	6,6	23,1	TB
21	Nguyễn Huỳnh Đức	6,7	6,2	6,8	7,7	5,4	4,4	37,2	TB
22	Nguyễn Văn Nhật Hào	6,5	9,0	10,0	7,6	5,4	3,7	42,2	KHÁ

23	Mai Tuấn Kiệt	2,2	5,5	5,6	6,5	6,4	6,6	32,7	TB
24	Nguyễn Phước Hiếu	5,9	6,5	7,0	4,9	3,6	7,3	35,1	TB
25	Nguyễn Thanh Duy	4,8	2,8	2,0	4,5	1,0	6,6	21,6	TB
26	Nguyễn Phước Toàn	2,8	4,5	4,6	2,1	4,9	4,4	23,3	TB

Kết quả bảng 5 cho thấy:

- Xếp loại tốt không có VĐV nào;
- Xếp loại khá có 2 VĐV chiếm tỉ lệ 7,69%;
- Xếp loại trung bình có 24 VĐV chiếm tỉ lệ 92,31%;
- Xếp loại yếu không có VĐV nào;
- Xếp loại kém không có VĐV nào.

3. Kết luận

Từ kết quả nghiên cứu trên, chúng tôi rút ra những kết luận như sau:

- Đã xác định được 6 test về thể lực chuyên môn cho VĐV bóng đá nam lứa

tuổi 17 – 18 đội tuyển Tây Ninh đảm bảo độ tin cậy và phù hợp với điều kiện thực tiễn của Tây Ninh như sau: Bật xa tại chỗ (cm), Chạy 15 m xuất phát cao (s), Chạy 5 x 30 m (s), Test Cooper (m), Chạy xoay trở 5 cọc x 5m (giây), Ném biên có đà (cm).

- Đã xây dựng được bảng điểm, bảng phân loại và bảng điểm phân loại tổng hợp để đánh giá thể lực chuyên môn cho nam VĐV 17 – 18 tuổi đội tuyển bóng đá tỉnh Tây Ninh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí và cộng sự (2004), *Nghiên cứu ứng dụng khoa học công nghệ nâng cao trình độ tập luyện thi đấu của bóng đá trẻ (tuổi mẫu giáo tới 18 tuổi)*, Đề tài khoa học độc lập cấp Nhà nước, Viện Khoa học Thể dục - Thể thao, Hà Nội.
2. Lê Văn Lâm (2007), *Giáo trình đo lường thể thao*, Trường Đại học Sư phạm Thể dục - Thể thao Hà Tây, Nxb Thể dục - Thể thao, Hà Nội.
3. Nguyễn Kim Minh và cộng sự (1999), *Bước đầu đánh giá trình độ tập luyện và dự báo triển vọng của vận động viên bóng đá U17 Quốc gia*, Báo cáo kết quả nghiên cứu, Hà Nội.
4. Phạm Xuân Thành (2007), *Nghiên cứu tiêu chí đánh giá năng lực nam vận động viên bóng đá trẻ lứa tuổi 14 – 16 (giai đoạn chuyên môn hóa sâu)*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học, Viện Khoa học Thể dục - Thể thao, Hà Nội.
5. Nguyễn Thiết Tinh (1997), *Huấn luyện và giảng dạy bóng đá*, Nxb Thể dục - Thể thao, Hà Nội.
6. Nguyễn Thế Truyền, Nguyễn Kim Minh, Trần Quốc Tuấn (2002), *Tiêu chuẩn đánh giá trình độ tập luyện trong tuyển chọn và huấn luyện thể thao*, Nxb Thể dục - Thể thao, Hà Nội.
7. Phạm Ngọc Viễn và cộng sự (2004), *Chương trình huấn luyện bóng đá trẻ 11 – 18 tuổi (tập 1, 2, 3)*, Nxb Thể dục - Thể thao, Hà Nội.

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 08-02-2016; ngày phản biện đánh giá: 08-3-2016; ngày chấp nhận đăng: 20-4-2016)