

LỜI CAM ĐOAN (size 16, đầu và trung tâm trang, màu đen)

Tôi xin cam đoan rằng đây là công trình nghiên cứu của riêng tôi,Nếu phát hiện có bất kỳ sự sai trái nào tôi xin hoàn toàn chịu trách nhiệm trước Hội đồng cũng như kết quả luận văn của mình.

Tác giả

Nguyễn Văn A

LỜI CẢM ƠN

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đen)

(Chữ size 13)

Trong quá trình nghiên cứu và hoàn thành luận văn, tôi đã nhận được sự động viên, giúp đỡ tận tình của

Tôi xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc đến đã tạo mọi điều kiện giúp đỡ tôi trong quá trình nghiên cứu và hoàn thành luận văn.

Mặc dù đã có nhiều cố gắng trong quá trình thực hiện, song luận văn không tránh khỏi những thiếu sót. Kính mong nhận được những lời chỉ dẫn, góp ý của quý thầy Hội đồng võ sư Chương quản, Ủy ban nghiên cứu Liên đoàn Vovinam Việt Nam, quý đồng nghiệp để tác phẩm có chất lượng và hoàn thiện hơn.

Xin chân thành cảm ơn!

TP, ngày tháng năm 2026

Tác giả

Nguyễn Văn A....

MỤC LỤC

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đen)

LỜI CAM ĐOAN.....	i
LỜI CẢM ƠN.....	ii
MỤC LỤC.....	iii
DANH MỤC CHỮ VIẾT TẮT.....	v
DANH MỤC CÁC BẢNG.....	vi
DANH MỤC CÁC HÌNH.....	vii
A/ PHẦN MỞ ĐẦU.....	1
B/ NỘI DUNG	
CHƯƠNG 1: TỔNG QUAN CÁC VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU	4
1.1. Quan điểm	4
1.1.1. Quan điểm	6
1.1.2. Mục tiêu và nhiệm vụ của	6
1.2. Đặc trưng môn võ Vovinam.....	3
1.2.1. Lịch sử hình thành và phát triển môn vovinam.....	3
1.2.2. Tiểu Sử cố võ sư Sáng tổ Nguyễn Lộc.....	8
1.2.3. Tiểu Sử cố võ sư Chương môn Lê Sáng.....	9
1.2.4. Nguyên lý Cương-Nhu phối triển.....	10
1.2.5.	11
CHƯƠNG 2:	3
2.1.	3
2.2.	3
2.2.1.	3
2.2.2.	3
2.3.	Error! Bookmark not defined.
2.4.	Error! Bookmark not defined.
2.4.1	Error! Bookmark not defined.
2.4.2	Error! Bookmark not defined.

2.4.5.	Error! Bookmark not defined.
2.5.	Error! Bookmark not defined.
2.6.	Error! Bookmark not defined.
CHƯƠNG 3: KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU.....	4
3.1.	4
3.2.	4
3.2.1.	4
3.2.2.	4
C/ KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ.....	4
D/ QUÁ TRÌNH HOẠT ĐỘNG CỦA TÁC GIẢ.....	60
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	65
PHỤ LỤC.....	66

DANH SÁCH CÁC HÌNH VẼ (size16)

Danh mục bảng biểu (size16)

<i>STT</i>	<i>Nội dung sơ đồ</i> (size13)	<i>Trang</i>
1	<i>Sơ đồ 1: tên sơ đồ (in nghiêng)</i>	07
2	<i>Sơ đồ 2: như trên</i>	10

<i>STT</i>	<i>Nội dung bảng</i> (nếu có)	<i>Trang</i>
1	<i>Bảng 1: Tên bảng</i>	14
2	<i>Bảng 2: Tên bảng</i>	24
3	<i>Bảng 3: Tên bảng</i>	35

Danh mục các từ viết tắt^(size16)

ví dụ:

VoViNam- Việt Võ Đạo ^(size13)	VVN-VVĐ
VoViNam	VVN
Thể dục Thể Thao	TDTT
Võ Sư	VS
Huấn luyện viên	HLV
Môn sinh	MS
Phương pháp dạy học	PPDH
Phương pháp huấn luyện	PPHL

Bảng đối chiếu thuật ngữ Anh - Việt (size16)

(nếu có)

Tiếng Việt(size13)	Tiếng Anh

A/ MỞ ĐẦU

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ) Bắt đầu đánh số trang: Trang 1

1. Lý do chọn đề tài (size13)

(Nêu rõ lý do vì sao chọn tên luận văn làm đề tài nghiên cứu)

.....

Với quan điểm trên, chúng tôi chọn đề tài: “.....” làm nội dung cho luận văn này.

2. Lịch sử nghiên cứu

(Trong, ngoài nước có ai nghiên cứu vấn đề của luận văn chưa, nêu ý chính và tên tác giả; nếu có người đã nghiên cứu thì tác giả nghiên cứu tiếp hoặc nghiên cứu ở lĩnh vực nào khác với các công trình đã công bố.)

.....

3. Mục tiêu nghiên cứu

(Đề tài khảo sát, nghiên cứu nội dung cụ thể nào?).....

4. Cấu trúc của luận văn

(Thỏa mãn được các nội dung sau:)

*Tính khoa học & Tính sư phạm:

*Tính thực tiễn, tính hiện đại:

Giúp VS, HLV, MS nắm được các kiến thức cơ bản về

, nhằm phục vụ cho việc nâng cao chất lượng huấn luyện và học tập của VS, MS

+ Về kiến thức:

Cung cấp cho VS, HLV, MS những kiến thức cơ bản, đại cương về

+ Về kỹ năng:

- Biết vận dụng được những kiến thức trên để giải thích và vận dụng trong huấn luyện và học tập của VS, MS

5. Nhiệm vụ và đối tượng nghiên cứu

* Nhiệm vụ nghiên cứu:.....

* Đối tượng nghiên cứu:.....

6. Phương pháp nghiên cứu

Ví dụ:

- Phương pháp nghiên cứu lý thuyết
- Phương pháp nghiên cứu thực tiễn
- Phương pháp thực nghiệm sư phạm
- Phương pháp thống kê

(Nêu 3 trong các phương pháp trên hoặc phương pháp khác...)

7. Giả thiết khoa học

(Xây dựng được phương án(nội dung đề tài)..... VVN nhằm phát huy tính tích cực, tính khoa học, tính thuyết phục, tính hiệu quả, an toàn của VS, HLV trong giảng dạy và môn sinh trong học tập VVN)

Hoặc: Nếu.....Thì.....

8. Phạm vi nghiên cứu

(Nêu rõ giới hạn nghiên cứu những nội dung nào?)

Phạm vi về thời gian:...

Phạm vi về đối tượng nghiên cứu:.....

Phạm vi về nội dung nghiên cứu:.....

9. Bố cục luận văn

Ngoài phần mở đầu, kết luận, tài liệu tham khảo và phụ lục. Phần nội dung của luận văn bao gồm ba chương chính:

Chương 1. Trình bày tổng quan về

Chương 2. Trình bày nội dung chính đã thực hiện

Chương 3. Tiến trình thử nghiệm, minh chứng tính hiệu quả cơ sở khoa học.....

Chương 4. (nếu có)

=====

B/ NỘI DUNG

Hướng dẫn viết nội dung các chương:

(Phần chương 1 lấy nội dung từ sách giáo khoa, tài liệu của chính thống môn phái của luận văn các VS đã làm, những kiến thức khoa học về vật lý, toán, sinh, hoá; về tâm lý học, triết học, lịch sử,...)

(Phần chương 2,3 là nội dung chính của tác giả, tác giả có thể dùng hình chụp để minh họa, giải thích, tính toán bằng công cụ toán học, vật lý học, sinh cơ học, sinh lý học TDDT và dùng giản đồ, sơ đồ để chứng minh tính khoa học, so sánh, phân tích, biện luận sự tin cậy của hiệu quả nghiên cứu)

Các hình, đồ thị chỉ đưa ở mức độ tường minh còn các tính toán chi tiết dài dòng thì ghi chú bằng: xem [2] là tài liệu tham khảo, hay xem phụ lục [5]....là phần phụ lục do chính tác giả thực hiện.

CHƯƠNG 1 TỔNG QUAN MỘT SỐ VẤN ĐỀ NGHIÊN CỨU

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

1.1. Quan điểm

1.1.1

1.1.2. Mục tiêu và nhiệm vụ của giáo dục thể chất trong trường đại học.

1.2.

1.2.1.

1.2.2.

1.2.3.

=====

CHƯƠNG 2:(Tên của nội dung nghiên cứu.).....

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

2.1.

2.2.

2.2.1.

2.2.2.

2.3. Kết quả nghiên cứu

2.3.1.....

2.3.2.....

2.4 Kết luận chương 2

=====

CHƯƠNG 3:(Thực nghiệm sư phạm).....

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

3.1.

3.2.

3.2.1.

3.2.2.

3. 3 Kết luận chương 3

=====

CHƯƠNG 4: (nếu có).....(Kết quả & Thảo luận).....

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

4.1.

4.2.

4.2.1.

4.2.2.

4. 3 Kết luận chương 4

=====

D/ KẾT LUẬN VÀ KIẾN NGHỊ

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

(Viết gọn tối đa 1 trang A 4.)

Kết luận:

.....

Kiến nghị: (Nếu có)

.....

D/ QUÁ TRÌNH HOẠT ĐỘNG CỦA TÁC GIẢ

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đỏ)

Họ và Tên:

Ngày sinh: Nơi sinh:, Phường....., Thị xã, tỉnh

Trình độ văn hóa: Đại học/ trên ĐH. Cử nhân.....

Chuyên ngành:.....

Học vị: Thạc sĩ/ Tiến Sĩ. Học hàm : Phó Giáo sư (nếu có)

Địa chỉ liên hệ:, phường....., Tp. HCM

Đang tập luyện/sinh hoạt tại:

.....

Địa chỉ: Tp. HCM

Quá trình luyện tập và hoạt động xây dựng và phát triển Vovinam trong thời gian qua, như sau:

1/ Năm nào đến năm nào: Học VoViNam tại đâu? Tỉnh/ thành? .

Võ sư phụ trách:.....

2/ Từ Năm nào DẠY VVN? Ở đâu? Chức vụ trong VVN (liên đoàn/ Hội).....

3/

Một số thành tích hoạt động:

* Từ năm nào đến nay:

Theo học VVN trên?.. năm, dạy và quản lý lãnh đạo VVN năm là một hành trình tương đối dài song hành với phục vụ trong quân đội, bản thân tôi góp phần tích cực vào quỹ đạo phát triển môn phái VVN-VVĐ.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đen)

A. TIẾNG VIỆT

[1]. Liên Đoàn Vovinam Việt Nam, *Kỹ thuật Vovinam – Việt Võ Đạo (tập 1,2)*, 2009.

[2],.....

[3],.....

B. TIẾNG ANH (nếu có)

[4].

PHỤ LỤC (nếu có)

(size 16, đầu & trung tâm trang, màu đen)

Phụ lục 1:

Phụ lục 2: Một số hình ảnh

Đưa hình vào

Giải thích hình: Ban huấn luyện & môn sinh VVN

Phụ lục 3:

=====HẾT LUẬN VĂN VÕ HỌC=====