

DIỄN BIẾN NĂNG LỰC PHẢN ỨNG TÂM LÝ CỦA VẬN ĐỘNG VIÊN ĐỘI TUYỂN QUỐC GIA MÔN KARATE TẠI THỜI ĐIỂM HUẤN LUYỆN CHUNG VÀ HUẤN LUYỆN CHUYÊN MÔN

PGS.TS. Trần Tuấn Hiếu¹; ThS. Vũ Công Duẩn²

Tóm tắt: Bằng phương pháp sử dụng thiết bị công nghệ hiện đại (Test Vienna System) cùng với các phương pháp toán học, thống kê... nghiên cứu đã xác định được 5 tiêu chí đánh giá năng lực phản ứng (NLPƯ) tâm lý (thông qua test RT-S1) của vận động viên (VĐV) Karate gồm: Thời gian phản ứng (%); Tốc độ phản ứng (ms); Phản ứng đúng (%); Bỏ lỡ (%); Phản ứng không hoàn toàn (%). Trên cơ sở các tiêu chí đó nghiên cứu tiến hành đánh giá diễn biến tâm lý của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn. Cho thấy: Diễn biến tâm lý của VĐV Karate biểu hiện ở sự khác biệt ở giai đoạn huấn luyện chuyên môn so với giai đoạn huấn luyện chung. Có sự khác biệt này là bởi NLPƯ tâm lý của VĐV có sự tăng trưởng ở giai đoạn huấn luyện chuyên môn.

Từ khóa: Diễn biến tâm lý; Vận động viên cấp cao; Môn Karate; Năng lực phản ứng (Test RT-S1); Hệ thống Test Vienna system...

Summary: Through the use of modern technology devices (RT-S1 test - Vienna system test) along with growth rate statistical methods and observational techniques, this study has identified the psychological progression of Karate athletes from the general training phase to the specialized training phase. The psychological progression of Karate athletes manifests as a difference between the specialized training phase and the general training phase. This difference is attributed to the increased psychological reaction capacity of athletes during the specialized training phase.

Keywords: Psychological progression, elite athletes, Karate, RT-S1 test (reaction capacity), Vienna system test.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong công quá trình huấn luyện thể thao, việc nghiên cứu tâm lý nhằm nâng cao thành tích tập luyện, thi đấu cho VĐV Karate được nhiều nhà khoa học quan tâm. Hiện đã có các công trình nghiên cứu về tâm lý VĐV như: Phạm Ngọc Viễn (2006); Nguyễn Thị Tuyết (2007); Phạm Thị Thanh Hương (2008); Phạm Viễn và Phạm Thị Thanh Hương (2014); Đặng Thị Hồng Nhung (2015)... Nhưng, cho đến nay, đây là nghiên cứu đầu tiên đề cập đến diễn biến tâm lý của VĐV karate thông qua năng lực phản ứng. Từ góc độ tâm lý thể thao chúng tôi xác định: NLPƯ là một quá trình tâm lý, phản ánh trạng thái hoạt động đặc thù của VĐV Karate, đặc biệt ở kỹ thuật phòng thủ và phản công. Kết quả của NLPƯ là một trong các yếu tố tâm lý

cơ bản, có ý nghĩa và vai trò quan trọng ảnh hưởng đến thành tích của VĐV Karate. Vì vậy, nghiên cứu: Diễn biến NLPƯ của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến huấn luyện chuyên môn là việc làm cần thiết.

Quá trình nghiên cứu sử dụng các phương pháp sau: Phân tích và tổng hợp tài liệu; Hệ thống test tâm lý thể thao và toán học thống kê...

Thời điểm thu thập thông tin nghiên cứu từ tháng 7 đến tháng 9 năm 2021.

Đối tượng cung cấp thông tin là VĐV karate, tuổi từ 20 đến 22.

Địa điểm: Trung tâm Huấn luyện thể thao quốc gia Hà Nội.

Phương tiện: NLPƯ trong hệ thống test tâm lý thể thao (Test Vienna System). NLPƯ được thiết kế áp dụng trong tâm lý thể thao, tâm lý

1. Viện khoa học Thể dục Thể thao

2. Trường Đại học Thể dục thể thao Bắc Ninh

quản trị, tâm lý hàng không, tâm lý giao thông...

Cách tiến hành: Năng lực phản ứng: (phản ứng đơn giản với một tín hiệu): Chỉ có một loại tín hiệu (đèn vàng) xuất hiện, do đó không có kết quả là các phản ứng sai. Tối thiểu 5 lần phát tín hiệu trong phân luyện tập. Trong phân kiểm tra chính thức có tổng cộng 28 lần phát tín hiệu đèn vàng yêu cầu có phản ứng. Thời gian (bao gồm cả hướng dẫn) là 7 phút. Trong trạng thái phản ứng, VĐV sẽ bộc lộ các khả năng của bản thân và kết quả của phản ứng tâm lý là một trong những yếu tố góp phần phản ánh trình độ tâm lý thể thao của VĐV.

2. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU VÀ BÀN LUẬN

2.1. Thực trạng NLPƯ của VĐV đội tuyển quốc gia, môn Karate ở thời điểm huấn luyện chung

Xác định thực trạng NLPƯ cho VĐV Karate ở thời điểm huấn luyện chuẩn bị chung qua kết quả thực hiện Năng lực phản ứng. Kết quả được trình bày tại bảng 1.

Qua bảng 1 cho thấy: Nữ VĐV Karate có thời gian phản ứng trung bình là 81.13%; tốc độ phản ứng trung bình là 162.38 (ms); phản ứng đúng 98.21%; bỏ lỡ không phản ứng: 0.25%; phản ứng không hoàn toàn: 0.5%. Nam VĐV Karate có thời gian phản ứng trung bình là

Bảng 1. Thực trạng NLPƯ của VĐV Karate ở thời điểm huấn luyện chung

Giới tính	VĐV	Thời gian phản ứng (%)	Tốc độ phản ứng (ms)	Phản ứng đúng (%)	Bỏ lỡ (%)	Phản ứng không hoàn toàn (%)
Nữ (n=8) Tuổi 20-22	1	77	210	100	0	0
	2	74	136	100	0	0
	3	96	156	96.42	0	1
	4	70	196	100	0	0
	5	79	132	92.85	0	2
	6	73	178	100	0	0
	7	100	124	100	1	1
	8	80	167	96.42	1	0
	<i>X</i>	<i>81.13</i>	<i>162.38</i>	<i>98.21</i>	<i>0.25</i>	<i>0.5</i>
	<i>σ</i>	<i>10.96</i>	<i>31.16</i>	<i>2.7</i>	<i>0.46</i>	<i>0.76</i>
Nam (n=10) Tuổi 20-22	1	79	85	100	0	0
	2	76	72	100	0	0
	3	77	150	100	1	0
	4	59	104	100	0	0
	5	97	78	89.28	1	2
	6	75	215	96.42	0	1
	7	70	158	100	0	0
	8	96	128	57.14	1	1
	9	70	225	96.42	1	1
	10	75	159	100	0	0
	<i>X</i>	<i>77.4</i>	<i>137.4</i>	<i>93.926</i>	<i>0.4</i>	<i>0.5</i>
	<i>σ</i>	<i>11.52</i>	<i>54.26</i>	<i>13.37</i>	<i>0.52</i>	<i>0.71</i>

77.4%; tốc độ phản ứng trung bình là 137.4 (ms); phản ứng đúng trung bình là 93.93%; bỏ lỡ không phản ứng: 0.4%; phản ứng không hoàn toàn: 0.5%.

2.2. Thực trạng NLPU' của VĐV đội tuyển quốc gia môn Karate ở thời điểm huấn luyện chuyên môn

Xác định thực trạng NLPU' cho VĐV Karate ở thời điểm huấn luyện chuyên môn qua kết quả thực hiện Năng lực phản ứng. Kết quả được trình bày tại bảng 2.

Qua bảng 2 cho thấy: Nữ VĐV có thời gian phản ứng trung bình là 82.25%, tốc độ phản ứng trung bình là 152.75 (ms), phản ứng đúng trung bình là 98.66%, bỏ lỡ không phản ứng trung bình là 0.13%; phản ứng không hoàn toàn:

0.38%. Nam VĐV có thời gian phản ứng trung bình là 80.1%, tốc độ phản ứng trung bình là 134.6 (ms), phản ứng đúng trung bình là 97.85%, bỏ lỡ không phản ứng trung bình là 0.3%, phản ứng không hoàn toàn 0.4%.

2.3. Diễn biến NLPU' của VĐV Karate từ giai đoạn chuẩn bị chung đến giai đoạn chuẩn bị chuyên môn.

Trên cơ sở quả nghiên cứu thực trạng, nghiên cứu đánh giá diễn biến NLPU' cho VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn. Kết quả được trình bày tại bảng 3 và bảng 4.

2.3.1. Xác định diễn biến NLPU' cho VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn

Bảng 2. Thực trạng NLPU' của VĐV Karate trong giai đoạn huấn luyện chuyên môn

Giới tính	VĐV	Thời gian phản ứng (%)	Tốc độ phản ứng (ms)	Phản ứng đúng (%)	Bỏ lỡ (%)	Phản ứng không hoàn toàn (%)
Nữ (n=8)	1	79	198	100	0	0
	2	76	133	100	0	0
	3	98	144	96.42	0	1
	4	70	184	100	0	0
	5	81	130	96.42	0	2
	6	75	166	100	0	0
	7	97	112	100	0	0
	8	82	155	96.42	1	0
	X	82.25	152.75	98.66	0.125	0.375
	σ	10.14	28.91	1.85	0.35	0.74
Nam (n=10)	1	82	82	100	0	0
	2	79	69	100	0	0
	3	80	147	100	0	0
	4	62	101	100	0	0
	5	100	75	92.85	1	2
	6	78	212	96.42	0	1
	7	70	156	100	0	0
	8	99	125	96.42	1	1
	9	73	222	96.42	1	0
	10	78	157	96.42	0	0
	X	80.1	134.6	97.85	0.3	0.4
	σ	11.77	54.35	2.5	0.48	0.7

Bảng 3. Diễn biến NLPƯ' của VĐV Karate

Tiêu chí đánh giá	NLPU' của nữ VĐV Kararte				NLPU' của nam VĐV Karate				t _{nữ}	t _{nam}
	HL chung		HL chuyên môn		HL chung		HL chuyên môn			
	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ	$\bar{x}$	δ		
Thời gian phản ứng (%)	81.13	10.96	82.25	10.14	77.4	11.52	80.1	11.77	0.239	0.527
Tốc độ phản ứng (ms)	162.38	31.16	152.75	28.91	137.4	54.26	134.6	54.35	0.723	0.117
Phản ứng đúng (%)	98.21	2.7	98.66	1.85	93.93	13.37	97.85	2.5	0.43	0.868
Bỏ lỡ (%)	0.25	0.46	0.13	0.35	0.4	0.52	0.3	0.48	0.653	0.451
Phản ứng không hoàn toàn (%)	0.5	0.76	0.38	0.74	0.5	0.71	0.4	0.7	0.362	0.321

Bảng 4. Diễn biến NLPƯ' của VĐV Karate biểu hiện ở giá trị tăng trưởng (W%)

Tiêu chí	Diễn biến NLPƯ' của nữ VĐV Karate			Diễn biến NLPƯ' của nam VĐV Karate		
	HL chung	HL chuyên môn	w%	HL chung	HL chuyên môn	w%
Thời gian phản ứng (%)	81.13	82.25	1.37	77.4	80.1	3.43
Tốc độ phản ứng (ms)	162.38	152.75	6.11	137.4	134.6	2.06
Phản ứng đúng (%)	98.21	98.66	0.46	93.93	97.85	4.09
Bỏ lỡ (%)	0.25	0.13	63.16	0.4	0.3	28.57
Phản ứng không hoàn toàn (%)	0.5	0.38	27.27	0.5	0.4	22.22

Nghiên cứu tiến hành đánh giá diễn biến NLPƯ' của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn. Kết quả được trình bày tại bảng 3.

Qua bảng 3 cho thấy: Diễn biến tâm lý của VĐV Karate ở giai đoạn chuẩn bị chung và chuẩn bị chuyên môn có sự khác biệt và giá trị khác biệt t quan sát có ý nghĩa thống kê.

2.3.2. Xác định diễn biến NLPƯ' cho VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn bằng phương pháp thống kê nhịp tăng trưởng (W%).

Nghiên cứu tiến hành đánh giá diễn biến NLPƯ' của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn biểu hiện ở giá trị tăng trưởng W%. Kết quả

được trình bày tại bảng 4.

Qua bảng 4 cho thấy: Ở thời điểm huấn luyện chuyên môn, NLPU' của VĐV Karate tốt hơn so với thời điểm huấn luyện chung cho thấy: Sự khác biệt t quan sát và thống kê nhịp tăng trưởng (W%) đã cho thấy diễn biến NLPU' của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chuyên chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn có sự khác biệt. Sự khác biệt này là do có diễn biến tăng trưởng tích cực ở giai đoạn huấn luyện chuyên môn.

3. KẾT LUẬN

Thông qua nghiên cứu đã xác định được 5 tiêu chí đánh giá thực trạng NLPU' cho VĐV đội tuyển quốc gia môn Karate gồm: Thời gian phản ứng (%); Tốc độ phản ứng (ms); Phản ứng đúng (%); Bỏ lỡ (%); Phản ứng không hoàn toàn (%).

Trên cơ sở kết quả nghiên cứu thực trạng NLPU' cho VĐV đội tuyển quốc gia môn Karate, nghiên cứu này đã xác định được diễn biến NLPU' của VĐV đội tuyển quốc gia môn Karate từ giai đoạn huấn luyện chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn cho thấy: Diễn biến NLPU' của VĐV Karate từ giai đoạn huấn luyện chuyên chung đến giai đoạn huấn luyện chuyên môn có sự khác biệt. Sự khác biệt này là do có diễn biến tăng trưởng tích cực ở giai đoạn huấn luyện chuyên môn.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Dương Nghiệp Chí (2004), *Đo lường thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 2. Phạm Thị Thanh Hương (2015), “*Stress trong thể thao*”, Luận án tiến sĩ tâm lý học, Viện Hàn lâm Khoa học Xã hội Việt Nam.
 3. Đặng Thị Hồng Nhung (2015), *Ứng dụng hệ thống các giải pháp khoa học trong đào tạo VĐV cấp cao môn Taekwondo và Karate-do*. Đề tài khoa học cấp Bộ, Bộ văn hóa Thể thao và Du lịch.
 4. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Thị Thanh Hương (2011), *Stress trong hoạt động thể thao*, NxbTDTT, Hà Nội.
 5. Phạm Ngọc Viễn, Phạm Thị Thanh Hương (2014), *Tâm lý VĐV thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
 6. Phạm Ngọc Viễn, Lê Văn Xem, Mai Văn Muôn, Nguyễn Thanh Nữ (1991), *Tâm lý học thể dục thể thao*, Nxb TDTT, Hà Nội.
- Nguồn bài báo:** Bài báo được trích từ kết quả thực hiện đề tài, tác giả: Trần Tuấn Hiếu, tên đề tài: “*Ứng dụng hệ thống test tâm lý (hệ thống test viên) đánh giá diễn biến tâm lý VĐV cấp cao môn Karate*”, bảo vệ tại Viện Khoa học Thể dục Thể thao, năm 2021.
- Ngày nhận bài:** 26/8/2023; **Ngày duyệt đăng:** 20/9/2023.



Ảnh minh họa (Nguồn: Internet)